

ČESKÁ KUCHYNĚ ZA DOB NEDOSTATKU

Čeněk Zíbrt



Dauphin



edice Sporáček

Vaření z lokálních, původních zdrojů, s prázdnou kap-
sou a hlavou plnou ideálů se znovu dostává ke slovu,
a s ním i tato kniha.

Desítky receptů pro všechny zájemce o kuchyni nouze
aneb kterak lze z lišejníků, bukvic, hlemýžďů a žab vy-
žít. V době trvající krize recepty stále aktuální. Potěší
však i zбоhatlické gurmány u moderních sporáků či
alternativní „zdravovědce“, kteří mohou společně ex-
perimentovat s netradičními bylinami a surovinami.

Jedná se tak o první kuchařskou knihu budující stálý
sociální smír.

ČESKÁ KUCHYNĚ ZA DOB NEDOSTATKU



Čeněk Zíbrt

ČESKÁ KUCHYNĚ ZA DOB NEDOSTATKU

Nynějším hospodyňkám na vybranou podle původního vydání z roku 1917 vyšlému v *Knihovně českých hospodinek a dívek* podávají **JIŘÍ SÁDLO** a **VIKTOR FAKTOR**, kteří knihu tuto též okomentovali a náležitostmi vybavili.



EDICE SPORÁČEK

Dauphin 2012

**DR. ČENĚK ZÍBRT:
„Z ČESKÉHO LIDU JSEM VYŠEL“**

OBSAH

DR. ČENĚK ZÍBRT <i>Viktor Faktor</i>	13
PŘEDMLUVA	22
ZÁŽIVNÉ, PLANĚ ROSTOUCÍ I PĚSTOVANÉ ROSTLINY, KOŘÍNKY, LISTY, POUPATA, KVĚTY, PLODY	30
Zelená polévka z jarních bylinek	33
Zdravá polévka z rozličných zelených bylin	34
Z bylin polévka	35
Zahradnický svítek	35
Májový svítek	36
Svítek z mrkve	36
Mrkev s kaštany	37
Chmelíčkový salát	39
Huspenina řeřichová	41
Šťovíková polévka	41
Šťovíková omáčka	41
Šťovík připravovati	42
Ztracené vejce se šťovíkem	42
Šťovík s nožičkami, játry a podobně	43

ZEMSKÉ MANDLE (<i>šáchor jedlý</i>)	44
KRUPICE JEČNÁ A OVESNÁ	50
VODNICE	53
Mouka z vodnice	67
MOUKA Z PEJŘOVÝCH KOŘÍNKŮ	73
BRAMBOROVÁ MOUKA	75
MOUKA Z ISLANDSKÉHO A SOBÍHO MECHU (<i>lišejníku</i>)	78
MOUKA ZE DŘEVA (<i>březového</i>)	90
MOUKA Z OBLÍ NAPRŠENÉHO PRÝ Z OBLAK (<i>„mouka nebeská“</i>)	93
JEDLÁ ZEMĚ (<i>„mouka ze země“</i>)	100
HOUBOVEC	104
Houbovec se zemčátky	106
Čerstvé houby na másle	107
Z hub polévka	108

Polívka ze suchých hub	108
Svítek ze suchých hub	109
VEVEŘICE	110
Veveřice v žluté jíše	114
Rozřezaná veveřice	114
Po staromládenecku	115
Vodvářka na veveřici	116
POTÁPKY A LYSKY	116
Potápky na černé omáčce	116
Lysky v černé omáčce	116
Z lysek paštika	117
JEDLÉ ŽÁBY	118
Polívka ze žab	120
Žáby jak se vařiti mají	120
Žáby s omáčkou petruželovou	121
Zadělávané žáby	121
Smažené žáby	122
Dušené žáby	122
Zelené fazole se smaženými žábami	123
Paštika s žábami	123
Žabí karbanátky	124

OPATROVNICE BYLINNÝCH

POTRAV PŘES ZIMU

125

„CO HRDLO RÁČÍ“	139
Svítek švestkový (karlátkový)	139
Lité zelníčky	139
Zavařenka ze svěžích švestek	140
Dušený květ bezový	140
Nadívaná kapusta	141
Zadělávaný šípek	142
Sulcovaná (rosolovaná) jablka	143
Nadívaný hlávkový salát	144
Míchanička ze zelných věcí	145
Skokani smažení	146
Skokani v kyslince	146
Lysky neb vodní slepičky ve tmavé omáčce	147
Z vodních slepiček (lysek) paštika	147
Potápky neb vodní kachničky pečené	148
Nadívaná brukev	148
Zelí fašírované	149
Vinná polívka	150
Kaše z vinných hroznů	150
Kaše z jahod, jimž trávničky říkáme	150
Pochoutka z dlasků	151
Polívka pohanková	151

ZAHRADNÍ I LESNÍ HLEMÝŽDI, SLIMÁCI	
(PLŽI, ŠNECI)	152
Polévka z hlemýžďů	157
Polérka z jiker, raků a hlemýžďů	157
Kyselé zelí se šneky (hlemýžďi)	158
Nadívání šneci jinak	159
Nadívání šneci na rychlo	159
Šneci s křenem	160
Šnečí ocásky	160
Šneci v omáčce	160
DOMA PĚSTOVANÉ ŽELVY	162
Paštika se šilkrůtou (želvou)	163
Želvy se zeleným hráškem	164
Želvy v citronové omáčce	165
PŘÍSADY A NÁHRAŽKY KÁVOVÉ	166
HUSPENINA Z KOSTÍ	178
RUMFORDSKÁ POLÍVKA	181
VYSVĚTLIVKY, KOMENTÁŘE	
<i>Jiří Sádlo</i>	186

DR. ČENĚK ZÍBRT (1864–1932), jeden z nejplodnějších českých autorů, se pod vlivem profesora Jana Gebauera zabýval mnoha zdánlivě okrajovými oblastmi kulturní historie a jeho tematický záběr byl obdivuhodně široký – dějiny včelařství v českých zemích, dějiny hradu Zvíkova, dějiny šachové hry v Čechách, dějiny českého kroje, výskyt bobra u nás, staročeské výroční obyčeje, pověry, slavnosti a zábavy prostonárodní, myslivecké pověry a čáry za starých časů, skřítek v lidovém podání staročeském, seznam pověr a zvyklostí pohanských v VIII. věku, česká chalupa, staročeské rýmování o perníkářství, dějiny tance v Čechách, bibliografický přehled českých národních písní, rychtářské právo, palice, kluka, staročeské obyčeje a pověry pivovarské, staročeské obyčeje a pověry mlynářské, čeští blouznivci náboženští odvedení k vojsku v roce 1783, staročeská kniha cukrářská a kuchařská, Frantova práva aneb pijácké cechy, staročeské umění kuchařské a čtená další díla.

Pocházel z bohaté selské rodiny z Písecka a jeho ústřední zájem tvořilo studium života venkovského lidu. Nikdo z vědců Zíbrtovy generace nebyl tak pevně spjat se svými venkovskými kořeny jako on. Zároveň byl známým a uznávaným vědcem evropského formátu.

Jeho kuriózní dílko „*Česká kuchyně za dob nedostatku před sto lety*“, vydané v roce 1917 v době první světové války, kdy k hladomoru nebylo daleko, v nakladatelství A. Neuberta v Praze, se zabývá situací v roce 1817, kdy se po napoleonských válkách a neúrodě ve značné části Evropy nedostávalo obilí, a tudíž ani mouky na chleba. V Německu a Itálii byly tisíce obětí a navíc vypukl tyfus. Na severní polokouli byl zaznamenán „rok bez léta“, kdy sněžilo i v červenci a úroda nedozrála. Soudí se, že příčinou mohl být výbuch sopky Tambora na indonésském ostrově Sumbawa v roce 1815.

Protože tehdy ještě byl v živé paměti hladomor z let 1770–71, při kterém zemřelo v českých zemích 250 tisíc lidí, tedy celá jedna desetina obyvatel, a v celé rakouské říši kolem jednoho milionu lidí, začaly se ze všech stran ozývat rady, čím obilí a chleba nahradit. Jako náhražka se doporučovaly různé planě rostoucí rostliny, mouka z mechu islandského, stromové kůry, kaštanů, žaludů, okurek, jetele, slámy či dřeva. Právě v této době došla u nás uznání proslulá laciná rumfordská polévka pro hromadné stravování chudých, kterou vymyslel hrabě Rumford již v druhé polovině 18. století. V kritickém roce 1817 se v Praze zdarma rozdávala v soukromém

Dobrodějném ústavě. Doporučovala se rovněž konzumace žab, hlemýžďů, veverek, potápek, lysek či želv, vláda vydala brožurku s recepty na pokrmy z hub, objevily se rady k chovu hlemýžďů a želv. V podstatě lze říci, že kniha, kterou máte v ruce, je shrnutím těchto rad. Tato útlá knížka inspirovala i řadu pozdějších autorů a čerpala z ní mimo jiné i Marie Úlehlová-Tilschová ve svém proslulém díle „Česká strava lidová“.

V jistém smyslu je to úsměvné dílko, ale jen zdánlivě. Kdo ví, zda informace z něj nebudeme někdy potřebovat či se jimi nenecháme inspirovat. Nic není dopředu dané, ani blahobyt. Stačí uvést, že k hladomorům v Evropě docházelo i po roce 1817 – ve čtyřicátých letech 19. století, kdy nejtragičtější situace byla zřejmě v Irsku, kde byly brambory napadeny plísní a navíc vypukla cholera, v letech 1921–22 v Sovětském svazu, kdy po špatné úrodě v důsledku sucha zemřelo až deset milionů lidí, v letech 1932–34 na Ukrajině a severním Kavkazu zemřelo sedm až osm milionů lidí a v letech 1946–47 v celém SSSR další dva miliony. K obrovským hladomorům docházelo i jinde: v Číně (v roce 1928 tři miliony obětí, 1930 dva miliony, 1943 pět milionů, 1958–61 podle různých pramenů deset až

třicet milionů), v Bengálsku v roce 1943 dva až tři miliony, v Etiopii v osmdesátých letech 20. století jeden milion obětí, v Severní Koreji v druhé polovině devadesátých let 20. století kolem tří milionů obětí, v nedávné a současné Africe na mnoha místech, a tak by bylo možné pokračovat.

Za komunistického režimu jsem strávil dvacet let v maringotce a zabýval se čerpáním vody po Čechách a odběrem vzorků. Byla to práce, která poskytovala spoustu volného času a především těsné seřízení s přírodou. Hodně jsem tehdy experimentoval, a to i díky knize, jejíž nové vydání právě vychází: s léčivými bylinami, různým listím jako vhodnou náhražkou tabáku, houbami, neobvyklými recepty ze surovin, které mi nabízela okolní příroda. Kromě vcelku běžných jarních salátů z mladých kopřiv, listů z mladých pampelišek, řebíčku, jitrocele, hluchavek, popence, sedmikrásek, šťovíku, fialek a dalších rostlin či neméně běžného vína z pampelišek, trnek nebo šípků či nápoje ze zkvašené březové mízy jsem si jednou udělal i žaludovou mouku. Žaludy jsem nejprve opražil, abych je zbavil hořkosti, a pak je rozemlel. Z mouky jsem vypracoval těsto a osmažil z něho placky, které byly nejen poživatelné, ale i překvapivě chutné. S touto průpravou jsem vždy

přístupoval k Zíbrtově knize, jejíž původní vydání z roku 1917 vlastním již několik desetiletí, jako k věcnému a praktickému návodu k přežití v době krizí a rovněž jako ke zdroji inspirace.

Z vlastní zkušenosti vím, že různé druhy rdesna a kapradin jsou dodnes běžně využívané v kmenových kuchyních severovýchodní Indie.

Žaludová mouka byla před pěstováním obilnin nejdůležitější rostlinnou potravou a udržela se v západní Evropě až do středověku. Eusthatios dokonce nazval dub „kojnou lidského pokolení“ a jako první potravu člověka chválí žaludy Ovidius a Vergilius. Ostatně ještě za první světové války nařídil Vyživovací úřad v Rakousku-Uhersku sběr žaludů. Za 100 kilogramů platil 70 korun. Prastarý zvyk nastavovat žaludovou moukou chléb se u nás udržel až do 18. století a ve východní Evropě dokonce až do 20. století. O tom, jak velký význam kdysi měly žaludy, svědčí i to, že jsou spolu s bukvicemi a ořechy uváděny mezi dávkami, které museli polští poddaní odvádět v 16. století vrchnosti. Na českém venkově se z pražených žaludů vařila káva. Dub (*Quercus sp.*) byl nábožensky uctíván Kelti, Germány i polabskými Slovany. Aby byly žaludy kuchyňsky použitelné, je třeba je nejprve opražit, pak oloupat, uvařit,

louhovat v dřevném popelu nebo ve vápenitém roz-
toku a nakonec usušit na slunci nebo v peci.

Bukvice jsou ve své podstatě „olejnaté ořechy“, takže se z nich tlačil olej, který byl údajně velice chutný. V roce 1916 zakázalo Rakousko-Uhersko krmit bukvicemi dobytek a začal se z nich znovu tlačit olej. Ještě více než žaludy nebo bukvice však upadly v zapomenutí vodní ořechy z kotvice (*Trapa natans*), běžně rostoucí v rybnících a jezerech téměř po celé Evropě a Asii. Stejně jako v Indii nebo Číně se i v Evropě mlely na mouku, a to jak ukazují archeologické nálezy, přinejmenším od doby bronzové. Lze předpokládat, že byly pro naše předky stejně důležité jako později brambory. Ve středověku se dokonce uměle nasazovaly do klášterních rybníků a byly známy též ve starém Římě. Mouka se dlouho dělala i z kaštanů.

Co se týče náhražek běžných druhů masa, maso koňské se u nás nikdy neujalo, ač odpor k němu je věcně neodůvodněný. Jedlo se pouze v dobách největšího hladu, například za obléhání Olomouce v roce 1642 či o hladomoru v roce 1772. Ale již o hladu v roce 1805 se podotýká výslovně, že „nebylo tak zle – i když se lidé živili otrubami a kopřivami –, aby se jedlo koňské maso“. S podobným odporem se podle

Úlehlové-Tilschové, opět asi z citového důvodu, se tkává maso psí, které prorazilo pouze v nejnižších vrstvách tam, kde k tomu dopomohla skutečná bída, jako mezi chudými tkalci nebo skláři v Podkrkonoší. V Pace měli dokonce úředně povolenou porážku a kolem roku 1883 se poráželo asi 60 psů denně. Ve specializovaných řeznictvích se psi před porážkou vykrmovali.

Stejně tak bývaly východiskem z nouze i žáby. V lidové kuchyni nikdy nezdомácnili ani hlemýždi a představovali pouze pochoutku pro mlsné jazyky v postním čase. Venkovský lid se jich štítil stejně jako ještěrek nebo hadů.

Běžně se však konzumovalo zpěvné ptactvo, a to až do roku 1870, kdy byl vydán zákaz jeho lovu.

Z knihy Petry Pleskotové „20 000 let vaření“ (Albatros 1976) si dovolím ocitovat pasáž o krutém hladomoru v českých zemích po sedmileté válce, „kdy se pekl chléb z otrub, pokrutin a mlýnského prachu, vařily se kopřivy, stromová kůra, trávy a byliny, kdy zmizeli v žaludcích hladovějících všichni psi a kočky a kdy lidé ze zoufalství nakonec žvýkali staré hadry. Císař Josef II. se ze všech sil snažil tragické následky neúrody zmírnit, ale jeho snaha se rozbíjela o špatnou organizaci a hlavně o zoufalý stav silnic, který

znemožňoval dovoz obilí z Uher. A tehdy, tedy v letech 1771–1772, poslalo do Čech Prusko, lépe řečeno Braniborsko, velké množství bramborové sadby, se kterou mělo nejlepší zkušenosti... Po překonání počáteční nedůvěry se pěstování brambor rychle šířilo...“

Dr. Václav Jirásek se v knize „*Začínáme u snídane*“ s podtitulem „*Osudy živných rostlin*“ vydané nakladatelstvím Čin v Praze v roce 1942 zmiňuje o několika planých rostlinách, které jsou vhodné k stravování v době nouze. Jsou to potočnice (*Nasturtium officinale*), vhodná do salátů, a kozlíček jarní neboli polníček (*Valerianella olitaria*), který je zjara velmi hojný a hodí se rovněž do salátů. Saláty lze rovněž připravovat z mladých lístků a výhonků popence, pampelišky smetanky, kopřivy, řeřišnice hořké a řeřišnice luční, šťovíku, rozrazilu potočního, jitrocele či sedmikrásky.

Zajímavá je rovněž informace z výše uvedené knihy „*Česká strava lidová*“ o zimní „hladovce“, která bývala v době primitivního hospodářství ve východní Evropě jevem všeobecným. Prostí mužici v Rusku se oddávali z hladu zimnímu spánku, kterému se říkalo „ljožka“. Ve středověku bývala v dobách hladu dokonce úředně nařizována celým vesnicím,

a to po dobu čtyř až pěti měsíců. Mužici vstávali, jen aby zatopili a jednou denně něco pojedli. Tato „ljožka“ se velmi blížila zimnímu spánku zvířat.

Kniha dr. Čenka Zírta nepochybně otevírá celou řadu stěžejních a zároveň zajímavých otázek v oblasti lidské stravy. Mohu jen doufat, že ji přijmou i čtenáři, a tak nezbyvá než jim popřát příjemnou inspirativní četbu pro případné horší časy.

*Viktor Faktor,
duben 2012*

PŘEDMLUVA

Roku 1817, před sto lety, po neúrodě let tehdejších v celé střední Evropě, překvapil všechny vrstvy obyvatelstva hrozivý nedostatek obilí se svými průvodci, nedostatkem mouky a chleba, hladem. Hospodáři, lidumilové, znalci přírody, lékaři o překot závodili, jinde i u nás, v ušlechtilém snažení získati náhrady výživy posavad neobvyklé. Dokazovali, že člověk vedle obilí, chleba, při nedostatku polní úrody, má v přírodě ještě jiné výživné látky, kterých buď vůbec nezná, nebo které zná, ale nevšímá si jich z nezvyku nebo zošklivuje si je. Z minulosti podávali příklady, že nouze byla vždy bezděčnou učitelkou lidstva, matkou nových a nových objevů, vynálezů. Radili, aby lid sázel a sil rostliny, které dozrávají dříve než obilí, již v polovici června i dříve, a dodávají lidem zdravé a laciné potraviny. Doporučovali vyzkoušené návody, podle kterých člověk může se nasytiti rostlinami, planě rostoucími, dále poupaty, květy, listím, plody a kořínky rostlin známých, ale posavad nepovšimnutých. Hledali náhrady za mouku obilní v mouce z vodnice, z mechu islandského, z kůry stromové, z kořínků pýrových, z dubových