

do innego, bardziej naturalnego świata. Takiego, który jest pełen niespodzianek, przeplatających się dobrych i złych chwil.

Przypominam sobie swoje kontakty ze zwierzętami i pracą zootechniczną. Stąd bliska jest mi filozofia autorów, pewne ostrzeżenie, które zacytuję *in extenso*. *Na początku pastwisko zachwyca – krajobraz, owce, ich beczenie i dzika przyroda w okolicy. Kwitnie miłość i wszystko odkrywasz w kolorowych barwach. Czujesz się jak bohater romansu. Z czasem jednak poznajesz szczegóły i wychodzi na jaw, że życie owiec, pasterzy, ale też i ich obserwatorów nie jest wcale takie proste. Pojawiają się trudne chwile: śmierć owiec, komplikacje behawioralne, konflikty międzyludzkie, co przecież w sumie nie jest niczym niezwykłym, ale nagle konstatujemy, że pastwisko to horror. Należy jednak poszukiwać równowagi pomiędzy wadami a zaletami pastwiskowego trybu życia i wtedy wszystko zaczyna przypominać powieść detektywistyczną. Te czytelnicze inklinacje nie są bynajmniej czymś na wyrost, bo pastwisko naprawdę przypomina książkę, a nawet książkę i nie chodzi tu wyłąc-*

nie o zwykłe skojarzenie z częścią czterokomorowego żołądka owcy [...]. Co ważne, to od nas zależy jak przeczytaną książkę zinterpretować, wykorzystać w życiu, a nawet samodzielnie dopisać stosowne rozdziały. Ta książka to nie poradnik, nie zestaw zadań dla zootechnika w gospodarstwie agroturystycznym. To zachęta do przeżycia nowej przygody.

Recenzje, czy nawet omówienia książek nie zastąpią ich lektury. Gorąco do niej zachęcam, a przy okazji mam doskonałą okazję podkreślenia współpracy naukowca – profesora uniwersytetu, biologa (prof. Tryjanowski) z zootechnikiem – praktykiem (inż. Cieślar). Daje to interesujący efekt i każe spojrzeć na naszą dyscyplinę – na zootechnikę, w szerszym kontekście, dla dobra samej zootechniki, zwierząt gospodarskich, jak i całego środowiska przyrodniczego.

Publikacja do nabycia na stronie: <https://ksiegarnia.bogucki.com.pl/pl/p/Zlap-oddech-na-pastwisku.-Terapeutyczne-beczenie-owiec/403>

Zbigniew Sobek UPP

Smak zapomnianej jagnięciny

Sławomir Mroczkowski

Politechnika Bydgoska

Roczne spożycie mięsa w Europie kształtuje się na poziomie około 60 kg na głowę mieszkańca. Oznacza to, że Europejczyk podczas całego swojego życia zjada: 4 woły, 4 barany, 46 świń, 46 indyków, 12 gęsi, 37 kaczek i 945 kurczaków [6]. Polacy lubią mięso i jedzą go średnio więcej niż przeciętny Europejczyk. Największy udział w strukturze konsumpcji zajmuje wieprzowina (około 40 kg per capita), której spożycie jest silnie uwarunkowane kulturowo. Na drugim miejscu jest mięso drobiowe (mniej niż 30 kg), pochodzące głównie z kurzych brojlerów. Spożycie wołowiny w Polsce jest małe i wynosi niewiele ponad 2 kg średnio na mieszkańca. Wychodząc od tych danych i przeliczając je na okres całego życia, to statystyczny Polak przez cały swój żywot zjada około 50 świń i ponad 1 000 sztuk kurczaków. Je za to zdecydowanie mniej pozostałych rodzajów mięsa. Jagnięcina, tak popularna w przeszłości, dzisiaj należy do mięs niszowych i podobnie jak gęsiina rzadko



Fot. 1. Pieczony udziec jagnięcy (fot. B. Borys)

gości na polskich stołach. Taka jednostronna struktura spożycia mięsa jest wynikiem tradycji odżywiania, ale też reklamy oraz zaplanowanej akcji promocyjnej firm produkujących żywność metodami przemysłowymi.

W dawnej Polsce nie jedzono tak dużo mięsa, bo i jego dostępność nie była powszechna. Posiłki jarskie były nie tylko tańsze, ale można było je łatwiej i szybciej przyrządzić na co dzień. Spożycie mięsa ograniczały też liczne posty, które były częstsze i bardziej rygorystyczne.

stycznie przestrzegane niż dzisiaj. Katolicy pościli w adwencie przed Bożym Narodzeniem i w okresie całego siedmiodobowego Wielkiego Postu. Poszczono również w wigilie dni poświęconych patronom kościelnym, a także regularnie w każdy piątek. Dodatkowo niektórzy powstrzymywali się od jedzenia potraw mięsnych w każdą środę i sobotę. W Wielkim Poście wielu wiernych w ogóle nie spożywało mięsa ani żadnych tłuszczów zwierzęcych. Były to przeważnie posty jakościowe. Na stołach chłopskich dania mięsne pojawiały się od wielkiego święta. Przeważała kuchnia jarska. Mięso jadano ewentualnie na Boże Narodzenie i Wielkanoc, względnie wtedy, gdy zwierzę trzeba było wcześniej ubić na skutek jakiegoś wydarzenia losowego lub choroby. Zdarzało się, że jedzono też mięso ze zwierząt padłych. Inaczej było u szlachty. Na dworach szlacheckich potrawy mięsne nie były rzadkością a częstość spożywania takich potraw, traktowano jako wyznacznik bogactwa i zamożności domu. Liczne zapiski historyczne dowodzą, że baranina często była obecna na dworach polskiej szlachty i magnaterii, zarówno w kuchni codziennej, jak i podczas wytwornych uczt. Nawet królowie zajadali się jagnięciną, o czym niech świadczy przykład króla Stanisława Augusta Poniatowskiego, który podczas słynnych obiadów czwartkowych podejmował swoich znakomitych gości potrawami z tego zwierzęcia.

Kuchnia staropolska była bardziej urozmaicona niż ta dzisiejsza. Jedzono mięso nie tylko ze zwierząt gospodarskich. Na stołach pojawiała się znacznie częściej dziczyzna. Wielość i różnorodność przepisów w starych książkach kucharskich wprawia w osłupienie od tego, czym się żywiono. Dla mięsa chowano świnie, owce, bydło, króliki, kozy kury, gęsi, kaczkę, gołębie, indyki, perlice. Polowano zarówno na grubego zwierza – żubry, jelenie, łosie, daniela, sarny, dziki, muflony, jak i na zwierzęta drobne: zające, wszelkie ptactwo łowne – między innymi: cietrzewie, kuropatwy, bażanty. Jadano przepiórki, jarzabki, kosy, wróble, a nawet bobry, wydry i wiewiórki. Spośród zwierząt gospodarskich spożywano mięso pochodzące przede wszystkim od tych gatunków, które były użytkowane wielokierunkowo. To ich chów cieszył się największym zainteresowaniem, ponieważ można było od nich oprócz mięsa czerpać także szereg innych korzyści w postaci mleka, jaj, pierza, puchu. W tym kontekście najbardziej interesującym gatunkiem były owce, od których pozyskiwano wełnę, mleko, skóry na kozuchy i futra, a także różne rodzaje mięsa: baraninę, skopowinę, jagnięcinę.

Poziom spożycia baraniny, a także jej jakość zawsze były powiązane ze stanem pogłowia owiec i wynikały z jego liczebności. Od XVIII wieku zwiększyło się zainteresowanie chowem owiec ze względu na rosnący popyt na wełnę. Rozwój przemysłu włókienniczego był impulsem zarówno do zwiększenia pogłowia ale też poprawienia jego jakości na skutek świadomie prowadzo-

nej pracy hodowlanej. Również na ziemiach polskich, zwłaszcza w Wielkopolsce, ale też w innych regionach, zaczęło wyraźnie dominować użytkowanie wełniste. W majątkach zamożnej szlachty chowano kilkudziesięcioletnie stada owiec merynosowych. Chodziło przede wszystkim o pozyskanie jak najwięcej i jak najcieńszej wełny, przeważnie kosztem jakości baraniego mięsa. Do konsumpcji przeznaczano owce dopiero po wieloletnim wykorzystaniu ich do produkcji wełny. Owce utrzymywano systemem alkierzowym, żeby wełna nie ucierpiała podczas deszczu. Ograniczano też ich rozrodczość, gdyż mogło to również negatywnie odbić na ilości i jakości wełny. W okresie II Rzeczypospolitej, po ogromnych stratach podczas pierwszej wojny światowej, zaczęto rozwijać chów owiec głównie ze względu na konieczność zaspokojenia potrzeb wojska na wełnę i skóry, które wcześniej importowano. Baranina też często była składnikiem potraw w diecie żołnierzy przedwojennej armii. W 1938 roku pogłowie rozrosło się do liczby prawie 3,5 miliona.

Baranina, dziś zapomniana, w dawnej Polsce była bardziej popularna niż wieprzowina. Według Dumnowskiego, [3] historyka zajmującego się historią i kulturą wyżywienia, staropolscy autorzy, wychwalając baraninę, często przeciwstawiali ją wieprzowinie. Już pod koniec średniowiecza mięso baranie i jagnięce cieszyło się mianem zdrowego pożywienia. Stefan Falimirz w 1534 roku podkreślał, że baranina nieprzypadkowo została uznana za mięso koszerne, czyli – jak dawniej uważano – lepsze i zdrowsze. Z kolei w polskiej wersji dzieła Piotra Krescentyna z 1549 roku zalecano przede wszystkim skopowinę. W „Szkole salernitańskiej” – wierszowanym poradniku dietetyczno-medycznym wydanym po polsku w 1640 roku radzono:

*Źle bez wina zażywać mięsa skopowego
Gorzej jeszcze bez tego skusić wieprzowego
A gdy przystąpi kwarta do tych potraw wina
Ani baran zaszkodzi, ani wieprzowina [3].*

W dawnej kuchni staropolskiej baranina była znacznie ważniejsza niż wieprzowina, którą ceniono przede wszystkim ze względu na słoninę. O przewadze mięsa baraniego w kuchni naszych przodków świadczy stosunkowo duża liczba przepisów w starych książkach kucharskich na potrawy z baraniny czy jagnięciny. W najstarszej polskiej książce kucharskiej wydanej w Krakowie w 1682 r. w Compendium ferculorum albo zebranie potraw Stanisław Czerniecki, [1] kuchmistrz Aleksandra Michała Lubomirskiego, zawarł ponad 300 przepisów na potrawy mięsne, ryby, paszety, torty i ciasta oraz dania mleczne. Propozycje przygotowania dań z baraniny pojawiają się tam częściej niż z wieprzowiny [1]. Podobnie było w innych poradnikach kucharskich. W pierwszych wydaniach „Kucharza doskonałego, pożytecznego dla zatrudniających się gospodarstwem”, z 1783 i 1786 roku, tłumaczo-

nych wprost z języka francuskiego słynnej książki „Kucharki mieszczańskiej” Wielądko [7] opisał sposób poznawania, rozbierania, sporządzania różnego rodzaju mięsiwa. W pierwszej części tego dzieła zawarte są przepisy na zupy, a także dania z wołowiny, skopowiny, jagnięciny, wieprzowiny, drobiu i dziczyzny. W książce można znaleźć kilkadziesiąt przepisów na przyrządzenie potraw z mięsa owczego – nie tylko z udźca, łopatki, mostka, ale także z nerek, mózgu, ozorów, nóżek, ogonów – i zaledwie kilkanaście z wieprzowego. W kolejnych wydaniach „Kucharza doskonałego” przewaga liczbowo przepisów na baraninę malała, a z początkiem XX wieku liczby te prawie się zrównoważyły [7]. Inaczej jest w wydanej na początku XX wieku książce Lucyny Cwierczakiewiczowej, [2] słynnej damy dziewiętnastowiecznej Warszawy, kucharki, a także popularyzatorce dobrego, zdrowego żywienia oraz zasad higieny. Pozycja ta była niemalże obowiązkową lekturą w każdej kuchni i pomocą w sporządzeniu łatwego i niezbyt drogiego obiadu. Wśród licznych propozycji zdecydowanie górowały pod względem liczbowym dania mięsne nad jarskimi. Jest tam też więcej przepisów na obiady z wieprzowiną niż baraniną [2].

Baranina w przeszłości, tak popularna i lubiana, rozsławiała imię Polski poza jej granicami. Świadczą o tym obcojęzyczne książki kucharskie. Wśród najstarszych polskich przepisów kulinarnych z XV wieku spisanych w języku czeskim znalazł się „Beranec po polsku” nazywany później w czeskiej literaturze kulinarnej dość zachęcająco „Beranek po polsku velmi hutny”, czyli baranek po polsku bardzo smaczny. Kojarzone z Polską receptury na baraninę pojawiają się także po niemiecku, a nawet w uznawanej teraz przez niektórych za wysublimowaną i wytworną kuchnię francuską. Baranina, przyrządzana na wzór polski, jest opisywana w owym czasie w najbardziej znanych francuskich książkach kucharskich z XVIII wieku, na przykład: udziec barani po polsku czy łopatka barania z ryżem po polsku. Także w książce „Kucharz cesarski, czyli sztuka prowadzenia kuchni” wydanej w 1806 roku podano recepturę przygotowania łopatki jagnięcej po polsku [3].

Jagnięcina jako mięso pochodzące od młodych owiec charakteryzuje się wieloma zaletami. Jest lekkostrawna, krucha, soczysta a przy tym smaczna. Ma dużą wartość odżywczą przy stosunkowo niskiej wartości energetycznej. Jest zalecana dzieciom i rekonwalescentom. Wykazuje też właściwości prozdrowotne. Posiada bogaty zestaw witamin, makro- i mikroelementów. Wyróżnia się dużą zawartością dobrze przyswajalnego żelaza, cynku i selenu. Cieszy się dobrą jakością, co wynika zarówno z wieku zwierząt, jak i ich genotypu oraz warunków żywienia. Na jakość mięsa jagnięcego ma wpływ też sposób utrzymywania zwierząt. Owce, w przeciwieństwie do świń i drobiu, nie są przedmiotem chowu przemysłowego. Jagnięta korzystają z wybiegów, są wypasane na pastwiskach, które przeważnie są zlokalizowane w regionach o czystym powietrzu i nieskażonej

glebie. Jednak trzeba pamiętać, że przy jedzeniu jagnięciny również potrzebny jest umiar. Stugramowa porcja jagnięciny zaspokaja w 60% potrzeby na białko dorosłego człowieka. Przy nadmiernym spożywaniu mięsa może dochodzić do zalegania złogów w nerkach, a także do podagry, schorzenia stawów, choroby bogaczy, która, jak dawniej uważano, częściej dotykała osoby o wyższym statusie społecznym, spożywające obfite posiłki mięsne, owoce morza oraz alkohol.

Oprócz wartości odżywczych, energetycznych i prozdrowotnych jagnięcina jest ceniona przez jej zwolenników ze względu na swój smak, który jest oceniany za pomocą zmysłów. Znamcy opisują smak jagnięciny przymiotnikami: głęboki, dojrzały, intensywny, wyśmienity, co świadczy, że nie wyraża się go obiektywnie żadną miarą. Dla określenia smaku musi wystarczyć wrażliwość kubków smakowych, która jest właściwością wysoce zindywidualizowaną. To sprawia, że nasze subiektywne doznania wymykają się wszelkim standardom i porównaniom oraz mogą być przedmiotem manipulacji. Zmysł smaku tak jak i wszystkie inne zmysły można wprowadzić w błąd. Łatwo go oszukać za pomocą różnych substancji chemicznych, co dodatkowo utrudnia dokładne odczucia, a także precyzyjne oraz obiektywne określenie i opisanie naturalnego smaku mięsa. Zdolność odczuwania smaku jest kwestią dość złożoną, nie tylko dlatego, że charakteryzuje się dużą zmiennością osobniczą. Większość ludzi łatwo odróżnia cztery podstawowe smaki. Gorzej jest z odczuwaniem i oceną, gdy mamy do czynienia z innymi kategoriami smaku, jak np. niedawno uznany smak umami – określany jako pikantny albo mięsisty, charakterystyczny dla pokarmów o dużej zawartości białka, jak na przykład mięso czy owoce morza. Trwają też poszukiwania receptorów smaku tłuszczowego. Jeszcze trudniej jest, gdy w grę wchodzi najrozmaitsze kombinacje między podstawowymi rodzajami smaków. Dodatkowo ocena się komplikuje, gdy w doznania smakowe włączają się inne zmysły. Korzystając ze zmysłów węchu, wzroku, a nawet dotyku można smakować i rozkoszować się całą paletą wysublimowanych przeżyć kulinarnych, co za magia smaków. Jakie bogactwo wrażeń zmysłowych dla oczu, nosa, ale przede wszystkim dla języka i podniebienia.

Doznania smakowe z jagnięciną możemy ubogacić, odkurzając przepisy naszych matek i babek albo sięgając do różnych kuchni z całego świata. Podróżując do odległych miejsc, wszędzie tam, gdzie chowane są owce, można wypróbować wiele regionalnych, interesujących potraw. A jest co smakować i zwiedzać, od Bretanii i Normandii, chlubiących się wykwinnością kuchni francuskiej aż po mniej znane kuchnie krajów dalekiej Azji, od oszczędnej i ascetycznej kuchni skandynawskiej aż po niezwykle urozmaicone, bogate w różne naturalne dodatki i zioła oraz wypróbowane i uświęcone wielowiekową tradycją dania kuchni śródziemnomorskich i arab-



Fot. 2. Pieczona jagnięcina (fot. B. Borys)

skich. To jak zwiedzanie nieznanymi miejscami, które kuszą oryginalnością i osobliwymi tajemnicami. Jaka różnorodność smaków, zapachów, widoków i wszelkiego rodzaju doznań kulinarnych, wynikająca z innego sposobu przygotowania mięsa, zastosowania odmiennych przypraw oraz zaskakującego stopnia zagospodarowania, wykorzystania i spożywania różnych części tuszy. Nie tylko tych cennych, którymi zwykle się żywimy w rodzimej kuchni, ale również takich, których u nas się nie jada albo, które w naszej tradycji traktowane są jako odpady, między innymi: żołądki, jelita, nerki, jądra, mózgi, uszy czy całe głowy.

Smakując jagnięcinę, nie można nie wspomnieć o roli kucharza, którego znaczenia trudno przecenić. Jego umiejętności są ważne z co najmniej dwóch powodów. Po pierwsze, czy umie tak przyrządzić mięso jagnięce, żeby nie zgubić jego oryginalnych właściwości smakowych; czy w potrawie będzie zachowany, a nawet wyeksponowany naturalny smak tego mięsa? Po drugie, czy potrafi zagospodarować i wykorzystać racjonalnie całą tuszkę, a nie tylko najbardziej wartościowe jej wyryby? To jego sztuka w największym stopniu wpływa na wygląd, zapach i smak potrawy. Jego mistrzostwo zdecydowanie o tym czy danie spełni oczekiwania konsumentów, a może nawet ich zachwyci. W żadnym razie jego sztuka i mistrzostwo nie polega na tym, żeby zgubić właściwy smak jagnięciny. Jak mówi Piotr Lenart, ekspert kulinarny, najgorszą opinię o kucharzu przyrządzającym potrawę z jagnięciny można wyrazić powiedzeniem: wspaniale w ogóle nie czuć, że to mięso jagnięce.

Jedząc jagnięcinę, posilamy nasz organizm. Jednak spośród wszystkich korzyści i wrażeń zmysłowych, jakie odczuwamy w trakcie spożywania posiłku, wybija się smak. To on góruje nad wszystkimi doznaniem kulinarnymi. To on pozostaje w pamięci i nakłania do ponownego poszukiwania oraz przeżycia przyjemnych doznań smakowych. Koniec końców podczas jedzenia liczy się przede wszystkim smak, a tak naprawdę dobry smak. Najczęściej pojęcie dobrego smaku odnoszone jest do dzieł artystycznych. Zazwyczaj pod tym wyrażeniem ro-

zumie się zdolności człowieka, które pozwalają mu w porę zauważyć, następnie właściwie ocenić, a w końcu trafnie wybrać jakąś rzecz. Może to być obraz albo jakieś inne dzieło sztuki, ubiór, ale także miejsce zamieszkania bądź wypoczynku czy nawet wybór dania przy posiłku. Przy tym ostatnim nie chodzi tylko o sam wybór potrawy, ale istotny jest też sposób jej przygotowania, podania i wreszcie samego jedzenia. W tym kontekście ważne jest całe spektrum wrażeń, które obejmują między innymi: wygląd kucharza ewentualnie kelnera, dekorację stołu, rodzaj i jakość zastawy, atmosferę miejsca i spożywania posiłku. Niemalże znaczenie odgrywają zapachy, efekty świetlne oraz towarzystwo uczujących. Ponad tysiącletnie dzieje polskiej kuchni i smaku ciekawie, a jednocześnie rzetelnie zaprezentowali Maria i Jan Łozińscy. Jest to nie tylko historia kultury materialnej związanej z jedzeniem. W książce opisano między innymi sposoby zdobywania żywności, receptury przyrządzania posiłków oraz ich obecność w książkach kucharzskich i dziełach literackich [5].

Poprzez właściwy wybór posiłku i miejsca jego spożywania możemy budować i jednocześnie promować atmosferę i kulturę dobrego jedzenia. Dodatkowo poprzez trafną ocenę osób, okoliczności, faktów, miejsc i rzeczy możemy również aktywnie działać na rzecz tworzenia i poszerzania kultury dobrego smaku. Poprzez te podstawowe i konieczne dla naszego życia akty bierzemy udział w czymś, co posila nasze ciało, ale przy okazji też wznosi naszą duszę ponadto co materialne. Niektórzy, dokonując wyboru, nie ograniczają się wyłącznie do kryteriów wyznaczonych przez elegancję, stosowność czy zasady dobrego wychowania. Do oceny dobrego smaku włączają również kategorie moralne z całym złożonym światem wartości. Wspomina o tym między innymi Herbert, [4] który w smaku widzi *włókna duszy i chrząstki sumienia*.

To między innymi smak pozwala nam odróżnić piękno od brzydoty, a także dobro od zła. Może też być lekiem na wszechobecną, agresywną reklamę, narzucającą mody, przesyt i nieokiełznany konsumpcjonizm oraz wszelkie przejawy masowej kultury. Szukajmy smaku – dobrego smaku, podróżując do rozmaitych kuchni świata, a także sięgając do potraw naszych przodków, najlepiej z jagnięciną.

Literatura: 1. Czerniecki S., 2012 – Compendium ferulorum albo zebranie potraw, Warszawa. 2. Ćwierczakiewiczowa L., 2015 – 365 obiadów za 5 zł, 1904 rok, reprint. 3. Dumanowski J., 2013 – „Baranek po polsku”. O zapomnianym bogactwie kuchni polskiej, Konferencja naukowo techniczna, Ostromecko, 6 lipca 2013 r. 4. Herbert Z., 1983 – Raport z obłożonego Miasta i inne wiersze. 5. Łoziński M.J., 2012 – Historia polskiego smaku, Wydawnictwo Naukowe PWN. 6. Rawa Ł., 2018 – Polacy lubią mięso. Wiadomości Handlowe, dostęp do Internetu 27 lipca 2023. 7. Wielądko W.W., 2012 – Kucharz doskonały pożyteczny dla zatrudniających się gospodarstwem, Warszawa.