

# Alimentația și bucătăria tradițională maramureșeană

*Muzeograf Nicoleta Nemeș*  
*Muzeul Maramureșan Sighetu Marmăției*

De-a lungul existenței umane s-a demonstrat că hrana ocupă locul principal în viața biologică și socială, în viața materială și spirituală. Drept urmare, alimentația (cu numeroasele ei etape – procurare, preparare, distribuire, consum) este adânc ancorată în cultură, devenind un important reper cu valoare identitară ce se exprimă prin practici, tehnici, simboluri și comportamente specifice

Țara Maramureșului este o regiune de tip țară, un important rezervor identitar, o regiune care este cunoscută în România și în străinătate pentru valorile sale culturale deosebite, inclusiv gastronomice tradiționale. Modul în care maramureșenii reușesc să utilizeze resursele de hrană locale și să compună gusturi memorabile constituie parte din identitatea regiunii.

De asemenea nivelurile la care se exercită competențele și arta culinară, începând cu familia și continuând cu evenimente ale comunității, festivaluri sunt interesante. Interferențele inerente într-un astfel de spațiu pot constitui subiect de cercetare aparte, gastronomia maramureșeană având elemente specifice provenind din acest melanj.

Diversitatea etnică și culturală a Țării Maramureșului poate fi savurată și la masă, prin preparatele tradiționale. Maramureșul istoric este un loc de toleranță etnică, unde comunitățile au știut să se înțeleagă, să se respecte și să-și influențeze gastronomiile și obiceiurile culinare. Datorită conviețuirii în același mediu care oferă aceleași produse, dar și a bunei înțelegeri între populații, de-a lungul timpului, unele rețete au fost împrumutate de la o populație la alta, în ciuda ocupațiilor tradiționale diferite. Românii, maghiarii, evreii și celelalte comunități etnice care au trăit pe acest teritoriu au reușit să-și îmbogățească unii altora cultura gastronomică, păstrând însă și propria identitate.

În gospodăriile din Maramureș se mai folosesc pentru prepararea hranei produse din gospodăria proprie (cartoful, varza, fasolea, usturoiul, ceapa, castraveții, roșiile). În trecut se cumpărau doar produsele pe care nu le obțineau în gospodărie (zahăr și ulei). În fiecare gospodărie erau crescute păsări (găini, găște, rațe) sau animale (oi, vaci, porci) și de aceea ouăle, carnea, laptele și diferite produse lactate (caș, brânză, lapte acru) reprezentau alimente de bază în alimentația țăranelor în „zilele de dulce”.

Carnea ocupa un loc aparte în alimentația tradițională. Cel mai des se consuma carnea de porc și diferite preparate (slănină, cărnați, untură, jumări), dar și carnea de vită, oaie sau de miel.

Făina de mălai era folosită cel mai des. Din ea se făcea pâine, mămăligă simplă sau cu cartofi. Făina de grâu, care nu era ușor de procurat, era folosită pentru a pregăti pâine sau alte preparate (cozonaci, colaci, prescură) doar la sărbători mari.

În alimentația tradițională s-au manifestat restricții impuse de post, respectate în mare măsură în postul Crăciunului și postul Paștelui. Erau respectate și zilele de post din cursul săptămânii (miercuri și vineri). În timpul postului nu se găteau mâncăruri alese. Postul presupune o interdicție vizând consumarea unor alimente de origine animală, prescrisă credincioșilor de către biserică în anumite perioade ale anului. Nu era permis să se consume carne, ouă, lapte sau preparate din aceste produse. Toată mâncarea se făcea cu ulei. Se mâncau cartofi, fasole, varză, mămăligă. Pregătirea preparatelor de post și de dulce se făcea pe același aparat de gătit și încălzit, în trecut cuptorul cu vatră și soba cu plită începând din perioada interbelică. Pentru pregătirea preparatelor de post se foloseau aceleași vase, dar care erau spălate cu *leșie* la începutul posturilor.

Conservarea alimentelor se făcea prin diferite metode:

- prin uscare (hrîbe, păstăi și fructe –mere, prune)
- prin sărare (slănină și carne), care erau apoi duse în pod la afumat
- prin murare (varză, castraveți).

Pentru maramureșeni, masa reprezintă mai degrabă un act cultural, cu valențe sociale, desfășurat după cutume străvechi. Ea reprezintă un necesar rit de integrare, fie că ne referim la ospetele comunitare (mesele de pomană, la care participă tot satul în frunte cu preotul) la mesele neamurilor (botez, nuntă, înmormântare), la masa întregii familii (de Paști, de Crăciun).

Alimentația sătenilor cuprinde două tipuri: alimentația de fiecare zi și cea de sărbătoare. Alimentația de fiecare zi era simplă, nelipsind laptele și derivatele sale. Alimentația de sărbătoare, care cuprinde mesele pentru sărbătorile calendaristice (Paști, Crăciun, Anul Nou) sau mesele rituale și ceremoniale (nunți, înmormântări, botezuri), se deosebea de cea de toate zilele prin calitate. Mesele servite la diferite evenimente din viața comunității au suferit un proces de evoluție.

Mesele zilnice diferă de la o familie la alta, un rol important avându-l situația financiară a familiei. Se mănâncă pe săturate, pentru că oamenii se duc apoi la câmp, unde muncesc până seara. De cele mai multe ori, micul dejun este consistent: uneori chiar o „coleșă”, „tocană cu brânză”, ori „pătură”, o mămăligă cu brânză și jumări, care să țină de foame până la prânz. Dacă nu se face „pătură”, se face repede o „mâncărușă”, adică o omletă mare cu ouă și brânză sau plăcinte, umplute

cu brânză, cu cartofi ori cu magiun de prune. La prânz, se servesc tot mâncăruri consistente („cureți umplut”, adică sarmale, mazăre frecată, adică fasole bătută, mâncare de picoci, adică de cartofi ) și obligatoriu trebuie să fie o ciorbă sau o supă (“zamă” de păstăi, de cartofi, de varză, de fasole, de salată verde) și niște „pancove”, adică niște gogoși . Se mai fac și sarmale de post, umplute cu ciuperci, ori sarmale cu păsat. La ujină, care se servea de obicei în jurul orei 18, se mânca plăcintă cu brânză de oi cu ceapă verde și mărar, plăcintă cu varză sau cu cartofi, slănină,. Cina trebuia să fie ușoară. Se mânca mămăligă cu lapte, tăieței cu lapte, cartofi fierți cu ulei, plăcinte cu smântână.

Duminica sau în zi de sărbătoare (dacă nu era zi de post) mesele erau mai bogate. Se servea supă din carne de pasăre, sarmale, plăcinte, gogoși.

O categorie importantă o reprezintă diferitele categorii de lucrători (butinari – lucrători de la pădure, cosași, săpători), a căror masă trebuia să fie consistentă pentru a putea face față muncii la pădure sau la lucrul câmpului. Ei aveau la ei pâine, slănină, brânză de oi, ceapă. Dacă locul unde erau la lucru era aproape de sat, atunci la prânz li se ducea mâncare gătită.

Astăzi, actul preparării și cel al consumării hranei au devenit gesturi aproape banale, automate, dar ar trebui să ne reamintim că prepararea hranei pentru o masă reprezenta, de fapt, un întreg ansamblu de ritualuri atât pentru trup, cât și pentru suflet. De exemplu, semnul crucii pe care femeia de la țară îl făcea întotdeauna înainte de a se apuca să frământă coca pentru pâine. Operațiunea de frământare trebuia făcută înainte de răsăritul soarelui și nu mai târziu. Tot semnul crucii îl făceau părinții și bunicii noștri la terminarea meselor, spunând: *“Mulțumesc, Doamne, pentru masa aceasta!”*.

Există un repertoriu bogat de reguli ce țin de așezatul la masă. În fruntea mesei, mai demult, stăteau oamenii bogați, preotul satului, dascălul. Tot în fruntea mesei erau așezate, când erau organizate diferite mese festive, rudele apropiate, nașii și moașa de botez.

Maramureșeanul își pofteste oaspetele în casă. Pentru a-i arăta respectul, îl așează la masă „la loc de cinste”. Stăpânul casei, în virtutea unei legi nescrise, are obligația să bea primul din băutură și abia apoi oaspetele, prin aceasta dovedind că produsele oferite sunt curate și demne de a fi degustate. Oaspetele trebuie să mănânce toate alimentele cu care e servit, considerându-se că vrea atâta rău gazdelor casei câtă mâncare a lăsat în farfurie. Regula este valabilă și în cazul băuturii.

În tradiția maramureșeană se crede că cine se chinuie să mănânce puțin face mare păcat. De-asemena este păcat dacă mănânci deși ești

sătul. Nimeni nu are voie să îl deranjeze pe cel ce mănâncă și nimeni nu începe să mănânce fără să fi făcut semnul crucii.

Acțiunile de conștientizare a importanței unei alimentații sănătoase, din resurse locale, puțin modificate și ecologice se pot cala și pe gastronomia tradițională. Materialele de informare și demonstrațiile care au la bază cercetarea sunt mult mai eficiente în rândul tinerilor. Pedagogia tinerilor subliniază că gradul de formare a competențelor pe subiecte mai sensibile este mult crescut dacă se recurge la demonstrații practice și interesante.

Experiențele culinare, în special cele legate de gătit, s-au schimbat, mai ales datorită „ajutoarelor” create de tehnologie care ne ușurează munca. Ritmul în care trăim este mult mai alert, și de aceea, atât prepararea mâncărilor, cât și degustarea preparatelor au o prioritate mai mică și timpul petrecut este mai puțin față de trecut.

Gastronomia tradițională ca subiect de animație culturală este tot mai des utilizată în prezentarea atuurilor culturale ale regiunilor României. Evenimentele în aer liber valorifică acest subiect destul de superficial, de aceea este nevoie de o cercetare mixtă etnografică.

Multitudinea de târguri și festivaluri cu profil gastronomic tradițional apărute în ultima decadă pot fi interpretate ca forme de recuperare a cunoașterii gastronomice de tip tradițional. Publicul este extrem de interesat de rețetele de produse tradiționale și sugerează, atât prin volumul și frecvența participării la demonstrații culinare, târguri și alte forme de celebrare a gastronomiei, o tendință de revalorizare a hranei ca expresie culturală locală sau națională.

## **Bibliografie**

*Mihai Lupescu, Din bucătăria țaranului român*, editura Paideia, București, 2000

*Petru Dunca, Repere în antropologia culturală a alimentației*, editura Fundației AXIS, Iași, 2014

*Petru Dunca, Delia Suiogan, Ștefan Mariș, Mâncarea între tradiție și simbol*, editura Etnologica, editura Universității de Nord, 2007

*Elisabeta Dobozi-Faiciuc, Dragomirești, străveche vatră maramureșeană*, editura Dragoș Vodă, Cluj Napoca, 1998

*Pamfil Bilțiu, Maria Șerba, Maria Bilțiu, Valea Cosăului*, editura Eurotip, Baia Mare, 2014

*Pamfil Bilțiu, Studii de etnologie românească, vol. III*, editura Eurotip, Baia Mare, 2012

\*\*\*, *Monografia comunei Rona de Sus*, coordonator Odarca Bout, editura Echim, Sighetu Marmăției, 2010