

NEVEN DUVNJAK

Institut društvenih znanosti Ivo Pilar – Centar Split, Split

ANALIZA SADRŽAJA KUCHARICA POSVEĆENIH DALMATINSKOJ KUCHARINI: PRILOG DEFINIRANJU NAČINA PREHRANE U DALMACIJI

U članku se prikazuju rezultati analize sadržaja osam dalmatinskih kuharica. Glavni su istraživački ciljevi opisati dalmatinsku kuhinju i utvrditi njezina glavna obilježja. Kombiniran je kvalitativni i kvantitativni pristup: prvi za interpretaciju sadržaja važnih za opis dalmatinske kuhinje, a drugi za analizu strukture kuharica prema vrstama jela i namirnica te načina pripreme hrane. Rezultati pokazuju da u dalmatinskoj kuhinji dominiraju mesna jela, slijede jela od riba, plodova mora i povrća te juhe i tjestenine. Obroci se pripremaju jednostavno i brzo. Ostala obilježja su vezanost uz tradiciju, ekonomičnost, umjerenost, odijeljenost sezonskih jela, uporaba svježih namirnica, maslinovog ulja i domaćeg začinskog bilja. Istraživanje je otkrilo neočekivanu činjenicu: omjer između “teških i manje zdravih” jela i “laganih i zdravih” jela preteže u korist prvih.

Ključne riječi: dalmatinska kuhinja, dalmatinske kuharice, analiza sadržaja, kvalitativni i kvantitativni pristup, opis dalmatinske kuhinje

Uvod

Kuharice definiramo kao specijalizirane prehrabene publikacije koje sadrže informacije o kuhanju (pripremi hrane). Strukturirane su u niz recepata u kojima se daju podaci o potrebnim namirnicama i njihovoj količini te o postupcima i tehnikama koji se primjenjuju u pripremi jela. Često sadrže informacije o porijeklu namirnica, svježini, načinu izbora, kvaliteti i njihovoj korisnosti za zdravlje. U kuharicama u europskoj i anglo-američkoj tradiciji recepti se uglavnom strukturiraju prema vrstama jela¹ i prema glavnim sastojcima koji čine pojedino jelo (npr. povrće, meso, riba). Iako su važan izvor podataka za istraživanje načina

¹ Najčešći redoslijed recepata u sadržajima kuharica je sljedeći: topla i hladna predjela, juhe i/ili variva, umaci, glavna jela, salate i slatka jela. U nekima su prisutne i upute za pripremu toplih i hladnih pića.

prehrane pojedinog područja, treba napomenuti kako analiza sadržaja kuharica (bez obzira na njihovu proširenost i popularnost) nije dovoljna da bi se dobio realan uvid u prehrambene navike neke populacije. U usporedbi s drugim sociološkim metodama kojima se istražuje svakodnevna prehrambena praksa (anketa, intervju, fokus-grupa, dnevnik prehrane i sl.), kuharice ne kazuju što ljudi zaista kuhaju i jedu: na temelju analize sadržaja ne može se utvrditi koje se upute i recepti najviše koriste u svakodnevnoj pripremi hrane (Mestdag 2003:156).

Planiranje analize sadržaja

Predmet i ciljevi analize sadržaja

Uzorak analize sadržaja dobili smo pretragom *online* kataloga Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu, iz kojega smo izdvojili sve kuharice posvećene dalmatinskoj kuhinji objavljene od 1985. do 2004. godine.

Dakle, predmet analize sadržaja su specijalizirane kuharice posvećene dalmatinskoj kuhinji.² Ciljevi analize sadržaja su sljedeći: utvrditi ključna obilježja i specifičnosti ove kuhinje te evidentirati prisutnost i proširenost elemenata tradicionalnog, modernog i postmodernog modela prehrane u receptima dalmatinskih kuharica.³

Jedinice analize sadržaja i analiza

Jedinice analize sadržaja čine pojedini recepti kao sadržajno zaokružene cjeline u kojima su podaci neophodni za pripremu određenog jela: vrste potrebnih namirnica, količine, način, redosljed i trajanje pripreme. Katkad se u receptu predlažu prilozi glavnim jelima, pića koja se “slažu” uz jelo (najčešće je riječ o vinima), sugeriraju načini posluživanja i sl.

U analizi sadržaja kuharica kombinirali smo kvalitativni i kvantitativni pristup. Kvalitativnim smo se pristupom koristili za interpretaciju i razumijevanje značenja određenih sadržaja u kuharicama koji su važni za višeslojni opis dalmatinske kuhinje (Mišetić 2001:125). Ovdje u prvome redu mislimo na popratne tekstove uz recepte, odnosno predgovor, uvod, pogovor i tekst na omotu publikacije. Kvalitativni pristup bio je nužan i u analizi recepata iz II. poduzorka

²Opširnije o postupcima u analizi sadržaja u Weber (1990) i Milas (2005).

³Opširnije o tradicionalnim, modernim i postmodernim modelima prehrane u Marjanović-Radica (1982); Kovačić (1996:15-32); Vodanović Kukec (1997); Zglav-Martinac (1997); Čapo-Žmegač (1998:101-108); Calussi (2000); Tivadar (2002:151-178); Bettizza (2004:145-190); Prijatelj Pavičić (2004:33-43); Šimunković i Kezić (2004); Duvnjak (2007:55-62)

(vidi potpoglavlje “Određivanje uzorka i poduzoraka analize sadržaja”), koji su se procjenjivali prema prisutnosti elemenata tradicionalnih, modernih i postmodernih načina prehrane. Analizu sadržaja na sličnim postavkama provela je belgijska sociologinja Inge Mestdag, istražujući promjene u flamanskoj kuhinji od 1927. do 1999. godine koje su nastale kao posljedica talijanizacije flamanskog prehrambenog modela (Mestdag 2003:157).⁴

Kvantitativni pristup primijenili smo u analizi strukture kuharica, gdje smo brojčano izrazili grupiranje recepata prema vrstama svih zastupljenih jela, vrstama glavnih jela te namirnicama i načinima pripreme koji se najčešće koriste.

Primjenom obaju pristupa željeli smo dobiti što potpuniji uvid u narav dalmatinske kuhinje i njezina glavna obilježja. Analiza sadržaja provedena je u četiri faze:

1. analiza strukture kuharica prema glavnim jelima (juhe, variva, tjestenine, jela od mesa, peradi i divljači, jela od riba/plodova mora i jela od povrća);
2. analiza recepata glavnih jela prema vrstama namirnica (za juhe, variva i tjestenine) ili načinima pripreme (jela od mesa/peradi/divljači, jela od riba/plodova mora i jela od povrća, gdje je temeljna namirnica već definirana);
3. analiza recepata glavnih jela s obzirom na prisutnost i proširenost elemenata tradicionalnog, modernog i postmodernog načina prehrane (prema kodnom planu; vidi Tablicu 4.);
4. analiza popratnih tekstova uz recepte (predgovor, uvod, pogovor i sl.).

Određivanje uzorka i poduzoraka analize sadržaja

Kako smo naveli, kao uzorak je poslužilo osam specijaliziranih kuharica: *Dalmatinska kuhinja* (Marjanović-Radica 1985), *Dalmatinska kuhinja* (Ivanišević 1994), *Dalmatinska kuhinja* (Užović 1995), *Moja dalmatinska kuharica* (Hrabra 1999), *Kuharica dalmatinskih gospođa* (Calussi 2000); *Mirisi i okusi dalmatinske kuhinje* (Ivić i Dunatov 2001); *Okusi dalmatinske kuhinje* (Šimonović i Semenčić 2003) i *Kuharica none Carmen* (Prijatelj Pavičić 2004).

Uzorak je reprezentativan jer je uključio sve dalmatinske kuharice objavljenje u Hrvatskoj unutar dvaju desetljeća. Nadalje, riječ je o prvim izdanjima kuharica,

⁴ Mestdag je analizirala sadržaj deset izdanja najpopularnije flamanske kuharice *Ons kookboek* objavljenih od 1927. do 1999. godine. Glavni je cilj analize bio, na primjeru kuharice koja je prodana u čak 2 300 000 kopija, utvrditi koliko se u sedamdeset godina promijenila flamanska kuhinja, gdje se posebna pozornost posvetila utjecajima koje je na domaću kuhinju imalo uvođenje namirnica i jela tipičnih za talijansku kuhinju.

osim popularne *Dalmatinske kuhinje* Dike Marjanović-Radice, gdje je riječ o šestom izdanju (prvo izdanje objavljeno je 1973.).

– glavni uzorak čine, uz popratne tekstove, svi recepti iz osam kuharica (N=3631)

– I. poduzorak čine recepti iz svih kuharica koji se odnose na pripremu glavnih jela (n=1546; za analizu pod točkama 1. i 2.).

– II. poduzorak čini 25 % recepata (svaki četvrti) iz skupine recepata za pripremu glavnih jela (n=387; za analizu pod točkom 3.).

Rezultati i interpretacija

Kuharice su važan pokazatelj načina na koji se shvaća i definira pojedina kuhinja, bez obzira jesu li nastale kao plod terenskog istraživanja i prikupljanja izvornih recepata, osobnog profesionalnog iskustva, usustavljivanja obiteljskog nasljeđa,⁵ kombiniranja navedenih pristupa ili na neki drugi način. Analizirane dalmatinske kuharice objavljene su u razdoblju dvadesetak godina, što znači da nisu koncentrirane unutar kratkoga razdoblja u kojem je na njihov sadržaj mogao snažnije utjecati neki pomodni trend koji je u dotičnom trenutku dominirao u kulinarskom izdavaštvu.

S metodološkog aspekta, analizu sadržaja glavnih jela u dalmatinskim kuharicama proveli smo tako da smo šest vrsta glavnih jela (vidi Tablicu 1.) podijelili u dvije skupine: prvu čine juhe, variva i tjestenine, gdje su promatrane

VRSTE GLAVNIH JELA	f	%
juhe	142	9,2
variva	43	2,8
tjestenine	124	8,0
jela od mesa/peradi/divljači	564	36,5
jela od riba/plodova mora	433	28,0
jela od povrća	240	15,5
UKUPNO:	1546	100

Tablica 1. Broj recepata unutar šest vrsta glavnih jela

⁵ Primjer kuharice koja usustavljuje obiteljsko nasljeđe je *Kuharica none Carmen* (Priatelj Pavičić 2004). Kuharica je nastala tako da je autorica skupila i za tisak priredila recepte svoje bake Carmen Prijatelj, koji su bili "rasuti" u pet bilježnica i mnoštvu samostalnih listova s receptima, a zapisani su i prikupljeni od 1907. do konca šezdesetih godina 20. stoljeća. Gospođa Prijatelj potječe iz talijanske obitelji Tacconi, koja je za vrijeme Napoleona došla u Dalmaciju. Iako su s vremenom prihvatili lokalnu kuhinju, iz uvrštenih recepata vidi se jak utjecaj venecijanske kuhinje te ostalih kuhinja sjeverne Italije (usp. Prijatelj Pavičić 2004:6-45).

glavne namirnice u pripremi (brojevi 1 do 3 u Tablici 1.). Drugu skupinu čine jela od mesa, riba/plodova mora i povrća, u kojoj su istraženi načini pripreme središnje namirnice (brojevi 4 do 6 u Tablici 1.).

Prije analize promotrit ćemo ukupne rezultate proizašle iz 1546 analiziranih recepata. Oni pokazuju da se u dalmatinskoj kuhinji glavna jela uglavnom temelje na različitim vrstama mesa (uključujući perad i divljač) koje se, kao osnovna namirnica, javljaju u 36,5% svih recepata. Dakle, mesna jela čine više od trećine ukupnoga broja recepata. Za mesom slijede glavna jela u kojima su središnji sastojci ribe ili plodovi mora, i nešto ih je više od četvrtine (28%). S obzirom na uvriježeno mišljenje da su namirnice “iz mora” tipičan i dominantan sastojak dalmatinske kuhinje, zabilježen nesrazmjer u korist mesa važan je za analizu i treba ga istaknuti. Treća su vrsta glavnih jela po zastupljenosti ona koja se pripremaju od povrća (15,5%). Kada se povrće poslužuje kao glavno jelo, često se puni nadjevima od mesa, sira ili jaja, obogaćuje suhim mesom i sličnim dodacima.⁶ Tako je nastao niz autohtonih lokalnih specijaliteta.

Prema kuharicama, za dalmatinsku su kuhinju tipične još dvije vrste jela: juhe i tjestenine. Iako se u kategoriji glavnih jela javljaju u manjem postotku od mesa, riba/plodova mora i povrća (9,2%), važan su dio prehrane podneblja. Dalmatinske juhe primjer su jednostavnog pučkog kuhanja koje ne zahtijeva složenu i dugotrajnu pripremu. Često se poslužuju kao jedino jelo ručka, što je jedna od karakteristika prehrane u Dalmaciji. Kvalitetu juha određuju autohtone namirnice kao što su kvalitetno goveđe, teleće i janjeće meso, perad, bijela riba, svježe povrće i sl.⁷ Običaj je da se nakon juhe posluži kuhano meso ili riba s povrćem (krumpir, mrkva i sl.) te umak od rajčice (ako je riječ o mesu, npr. govedini i janjetini).

Slično vrijedi za tjesteninu, koja se vrlo često priprema u svakodnevnoj kuhinji. Poput juhe, ona je većinom jedini obrok koji se poslužuje za ručak i jednostavna je za pripremu. Popularnost i proširenost tjestenine u svakodnevnoj prehrani posljedica je utjecaja talijanske kuhinje koja je, zbog povijesno-geografskih čimbenika, u velikoj mjeri utjecala na oblikovanje dalmatinske kuhinje.

	MESO		RIBA I PLODOVI MORA		POVRĆE		OSTALO		UKUPNO	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
juhe	33	23,2%	21	14,8%	65	45,8%	23	16,2%	142	100%
variva	14	32,6%	-	-	29	29	-	-	43	100%
tjestenine	44	35,5%	29	23,4%	19	15,3%	32	25,8%	124	100%

Tablica 2. Distribucija glavnih jela (juhe, variva i tjestenine) prema glavnoj namirnici

⁶ Vjerojatno je razlog tomu želja da glavni obrok bude izdašan i veće kalorijske vrijednosti.

⁷ Najčešći dodaci dalmatinskim juhama su tjestenina, riža, lijevano tijesto od brašna i jaja (*cancarele*) i dvopek.

Naposljetku, treba primjetiti da su u dalmatinskim kuharicama najmanje zastupljena variva, koja čine tek 2,8% od ukupnog broja recepata za glavna jela (vidi Tablicu 1.).

Kao što smo rekli na početku ovoga poglavlja, vrste glavnih jela iz prve skupine (juhe, variva i tjestenine) analizirat ćemo prema glavnoj namirnici koja je korištena u pripremi.

Zbirni rezultati iz Tablice 2. pokazuju da se gotovo polovica juha priprema od povrća, a u tu skupinu uvrstili smo i one od grahorica i žitarica. Ove posljednje vrste “narodnih juha” tipične su za autohtonu dalmatinsku kuhinju, a zbog svoje hranjivosti često su bile samostalan obrok (Vodanović Kukec 1997:83-87). Četvrtinu čine juhe od mesa, gdje se ističu tradicionalne dalmatinske juhe (posebno goveđa te janjeća i kokošja), dok su najmanje zastupljene juhe od riba/plodova mora (14,8%).

U dalmatinskoj kuhinji tjestenina se najčešće priprema s mesom, gdje su najomiljeniji preljevi ili nadjevi od mljevenog i nasjeckanog mesa (35,5%), riba i plodovi mora kao “začin” koriste se nešto rjeđe (23,4%), dok se tjestenina najmanje priprema s umacima od povrća (15,3%).⁸

Variva se većinom pripremaju od svježeg i ukiseljenog povrća (najčešće kiselog kupusa) te mahunarki i žitarica poput graha, boba, slanutka ili leće (variva od povrća čine čak 67,4% recepata u ovoj skupini). Treba istaknuti kako se među varivima nalaze neka jela koja su zaštitni znak dalmatinske kuhinje, poput *pašte i fažola* (graha s tjesteninom i suhim mesom) ili *jote* (graha s kiselim kupusom i suhim mesom).⁹

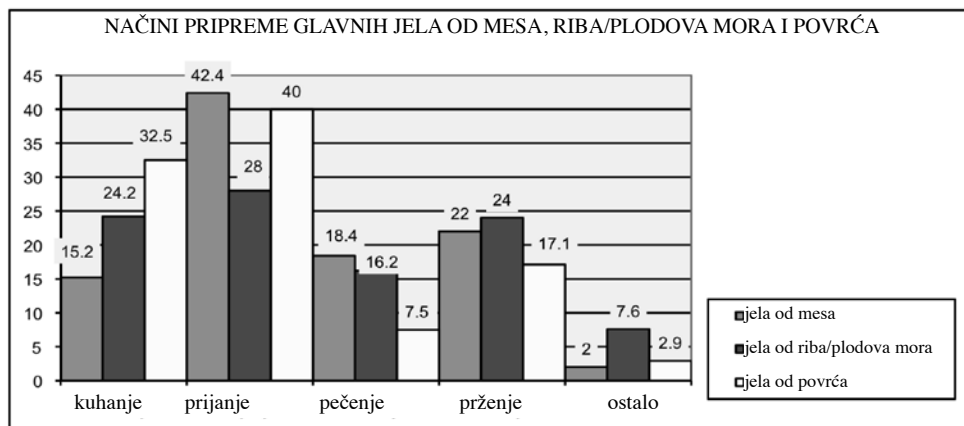
Vrste jela iz druge skupine promatrali smo prema načinu pripreme jer je u njima glavna namirnica već određena (vidi Tablicu 1.). Distribucija rezultata prikazana je u Grafikonu 1.

Što se tiče načina pripreme središnjih namirnica glavnih jela, zanimljivo je da se, prema dalmatinskim kuharicama, meso, riba/plodovi mora i povrće najčešće pripremaju pirjanjem. Ta činjenica posredno upućuje na sociološki važan aspekt svakodnevne prehrane u Dalmaciji, odnosno na ekonomičnost pripreme jela. Takvim načinom pripreme jela domaćice su od manje količine osnovnih namirnica (ribe i posebno mesa, kojim se često oskudijevalo) dobivale obilno i krepko jelo.¹⁰

⁸ Među dalmatinskim jelima od tjestenine u kojima se koristi isključivo povrće najpoznatija je *manistra sa šalšom*, odnosno tjestenina s umakom od rajčica, začinjena najčešće češnjakom i bosiljkom.

⁹ Umjesto suhoga mesa “u komadu”, dalmatinske domaćice variva često začinjavaju *peštom*, sitno sjeckanom pancetom ili slaninom, u koji dodaju češnjak i peršin.

¹⁰ Umak nastao dodavanjem vode, vina, povrća i začina koristio se kao preljev za krumpir, tjesteninu ili rižu pa se tako mogao nahraniti veći broj ukućana ili bi se jelo raspodijelilo u više obroka. Takav način pripreme i “iskorištavanja” namirnica zadržao se i u suvremenoj kuhinji, što potvrđuju rezultati istraživanja među obiteljima koje se popunjavale tjedni dnevnik prehrane (Duvnjak 2007:127-200).



Grafikon 1. Načini pripreme glavnih jela od mesa, riba/plodova mora i povrća

Osim pirjanja meso se uglavnom priprema prženjem i pečenjem, dok se riba najčešće kuha i prži u ulju (vidjeti Grafikon 1.).

Kod povrća je posebno zastupljeno kuhanje (priprema *na lešo*), kao još jedan primjer jednostavnog načina pripreme hrane u Dalmaciji. Kuha se gotovo svo povrće, posebno blitva, špinat, kupus i cvjetača. Upravo su kuhano povrće i riba (posebno plava), začinjeni maslinovim uljem i češnjakom, među onim vrstama temeljnih jela zbog kojih se dalmatinska kuhinja definira kao lagana i zdrava.

Kako bismo utvrdili proširenost tradicionalnog, modernog i postmodernog modela prehrane i njihovih integracija u dalmatinskoj kuhinji, recepte unutar II. poduzorka (n=387) analizirali smo prema kodnom planu prikazanom u Tablici 3.

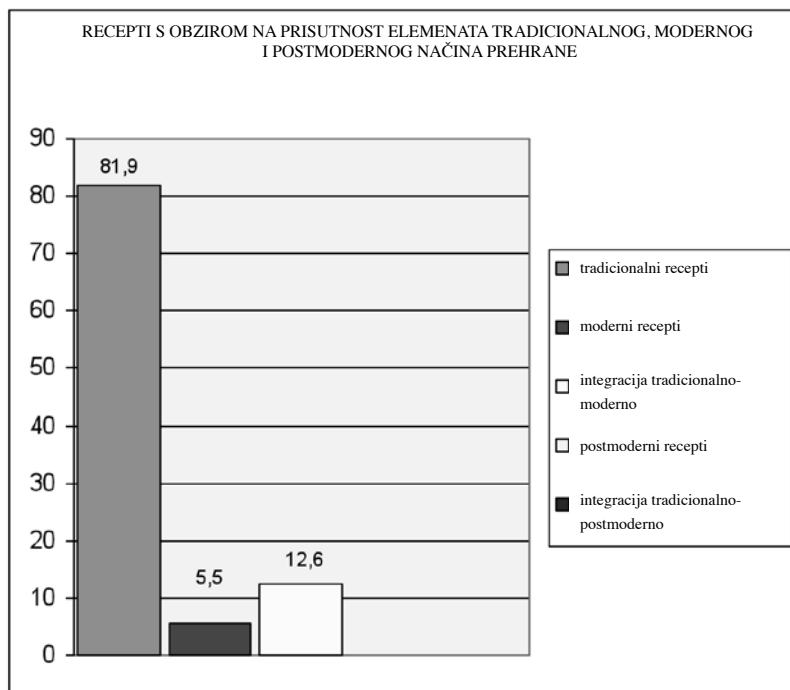
Kodni plan primijenili smo na sljedeći način: glavna obilježja receptata iz II. poduzorka (vrste namirnica i načini pripreme; vidi Tablicu 2. i Grafikon 1.) analizirali smo s obzirom na prisutnost indikatora prikazanih u Tablici 3., što je omogućilo kategorizaciju svakog recepta prema jednoj od pet temeljnih kategorija (tradicionalni recepti; moderni recepti; integracija tradicionalnog i modernog; postmoderni recepti; integracija tradicionalnog i postmodernog).

U Grafikonu 2. prikazat ćemo distribuciju receptata posvećenih glavnim jelima iz cijelog uzorka s obzirom na elemente tradicionalnog, modernog i postmodernog načina prehrane i njihovih integracija.

Bez obzira na autorice/autore i godinu izdanja kuharica, rezultati pokazuju da se recepti objavljeni u njima u najvećem broju odnose na tradicionalnu dalmatinsku kuhinju (82%). Na drugome mjestu su modernizirani tradicionalni recepti koji su svrstani u kategoriju “integracija tradicionalno-moderno”. Znatno ih je manje i čine 12,6% uzorka (po prilici svaki deseti recept). Nadalje, u uzorku dalmatinskih kuharica vrlo je malo modernih receptata (5,5%), a posebno treba istaknuti činjenicu da se uopće ne javljaju recepti s postmodernim obilježjima te

TRADICIONALNI RECEPTI (TR)	MODERNI RECEPTI (MR)	INTEGRACIJA TRADICIONALNOG I MODERNOG (ITM)	POSTMODERNI RECEPTI (PR)	INTEGRACIJA TRADICIONALNOG I POSTMODERNOG (ITP)
tradicionalni recepti dalmatinske kuhinje (s obzirom na odabir i kombiniranje namirnica te način pripreme)	praktični recepti (naglašena brza i laka priprema)	modernizirani tradicionalni recepti dalmatinske kuhinje (prilagođeni zahtjevima moderne kuhinje)	recepti temeljni na postmodernom konceptu: naglašeni zdravstveni, duhovni i ostali alternativni aspekti suvremene prehrane	izmijenjeni tradicionalni recepti dalmatinske kuhinje (sačuvana "stara" struktura i način pripreme jela, koji se mijenjaju/ nadograđuju u skladu s obilježjima postmoderne kuhinje) se mijenjaju/ nadograđuju u skladu s obilježjima postmoderne kuhinje)
	recepti tipični za modernu nacionalnu/ internaciolnu kuhinju 20. st.		recepti temeljeni na alternativnim "kombinacijama" ključnih elemenata tradicionalne dalmatinske kuhinje (novokreirana jela, neobične kombinacije namirnica i/ili začina; "netradicionalni" spojevi okusa i sl.)	
	recepti s istaknutom uporabom zamrznutih i konzerviranih namirnica i industrijskih začina			
	recepti s istaknutom uporabom modernih kuhinjskih pomagala (mikrovalna pećnica, ekspreslonac i sl.)			

Tablica 3. Kodni plan analize sadržaja receptata dalmatinskih kuharica s obzirom na prisutnost tradicionalnih, modernih i postmodernih elemenata i njihovih integracija



Grafikon 2. Recepti s obzirom na prisutnost elemenata tradicionalnog, modernog i postmodernog načina prehrane

recepti u kojima se tradicionalna kuhinja integrira s postmodernim trendovima. To iznenađuje, posebno ako tu činjenicu promatramo u kontekstu kuharica novijeg datuma, gdje smo očekivali veći broj recepata s modernim i postmodernim obilježjima.

S obzirom na to da velika većina analiziranih recepata (81,9%) pripada kategoriji tradicionalnih, oni prema temeljnim kategorijama analize sadržaja (glavna jela, temeljne namirnice i načini pripreme tj. kulinarske tehnike) neposredno opisuju i definiraju tradicionalnu dalmatinsku kuhinju.

Glavna obilježja dalmatinske kuhinje prema autentičnosti, atribucijama, vrstama jela, vrstama namirnica i načinima pripreme

Koristeći kvalitativni i kvantitativni metodologijski postupak, iz popratnih tekstova u kuharicama (predgovor, uvod, pogovor i tekst na omotu) izdvojili smo atribute koje autorice i autori pripisuju dalmatinskoj kuhinji te jela, namirnice i začine koje smatraju autentičnima i tipičnima za dalmatinsku kuhinju.

SKUPINE ATRIBUTA	POJEDINAČNI ATRIBUTI	F	Σ
GLAVNI UTJECAJI	venecijanska	1	5
	francuski utjecaj	1	
	austro-ugarski utjecaj	1	
	talijska nacionalna kuhinja (utjecaj)	1	
	mediteranski civilizacijski krug	1	
GLAVNA OBILJEŽJA HRANE/NAMIRNICA	lagana	1	3
	ukusna	1	
	svježā (hrana)	1	
GLAVNA OBILJEŽJA KUHINJE	zdrava	1	16
	jednostavna	6	
	jednostavna struktura obroka	1	
	umjerena	1	
	laka priprema	1	
	raznovrsna	1	
	prilagođena godišnjim dobima	1	
	ekonomična	1	
	kvalitetna	1	
	mirisna	1	
svuda prihvaćena	1		
OPĆA OBILJEŽJA	amalgam	1	7
	limes	1	
	multikulturalnost	1	
	gastronomska tolerancija	1	
	integracija	1	
	mijenjanje	1	
	prilagodba	1	
UKUPNO:			31

Tablica 4. Atributi koje autori/ce pripisuju dalmatinskoj kuhinji

Atribute dalmatinske kuhinje upotrijebili smo za konstrukciju potpunije slike dalmatinske kuhinje. Prema rezultatima iz Tablice 4., njezina specifična obilježja bila bi sljedeća: na prvome mjestu jednostavnost – i u načinima pripreme jela i u strukturi svakodnevnih obroka (ponajprije ručka).¹¹ Ona se smatra zdravom, a jela se opisuju kao lagana, ukusna i mirisna i ona koja ne traže zahtjevnu pripremu. Strukturirana su od raznovrsnih svježih i izvornih namirnica, a jelovnik je

¹¹ Pod jednostavnom strukturom obroka podrazumijevamo ručak ili večeru koji se sastoje od jednog ili dva slijeda (npr. samo glavno jelo ili juha i glavno jelo).

VRSTE NAMIRNICA	VRSTE JELA	VRSTE ZAČINA	TEHNIKE PRIPREME
<i>balancane</i>	jota	češnjak	kuhanje
tikvice	brudet od škarpine (2)	lovor (3)	pirjanje
bijela riba	crni zec (2)	timijan	pečenje
plodovi mora (2)	<i>pašticada</i> (4)	anis	prženje
povrće (2)	<i>pasticcio dei maccheroni</i>	cedar	<i>na gradele</i>
voće	<i>arambašiči</i>	klinčići	
janjetina (3)	fritule (2)	muškatin oraščić	
pršut (3)	paprenjaci	cimet	
svježa rajčica (2)	crni rižot (2)	korijandar	
konzervirana rajčica	bakalar na bijelo	svježi začini	
slana riba	<i>tuka</i>	kadulja (2)	
sušena riba	pečena riba	bosiljak	
svježa (morska) riba (4)	juha sa <i>zanzarellama</i>	ružmarin (2)	
školjke	jegulja s <i>bižima</i>	maslinovo ulje (4)	
rakovi	<i>pašta i fažol</i>	miješano ulje	
bravetina	<i>kroštule</i>	biljna mast	
govedina	juha	svinjska mast	
svinjetina	varivo	mediteransko bilje	
panceta	jeftini slatkiši		
perad	brudet		
divljač (2)	kuhana riba s krumpirom		
blitva	pečeno meso		
špinat	<i>riba na gradele</i>		
divlje zelje	sarma		
kupus			
grašak			
bob			
kapare			
artičoke			
kruh			
masline (2)			
šumska šljuka			

Tablica 5. Izvorne dalmatinske namirnice, vrste jela, začini i tehnike pripreme

prilagođen godišnjim dobima. Naglašena je ekonomičnost i racionalnost u odnosu prema hrani.

Autori/ce smještaju dalmatinsku kuhinju unutar mediteranskog civilizacijskog kruga te ističu kako su za nju tipične multikulturalnost i gastronomska tolerancija. Ta su obilježja, po načelu reciprociteta, dovodila i neprestano dovode do integracije novih elemenata iz različitih kulinarskih tradicija. Kao posljedica se javlja promjena, točnije nadopuna tradicionalnih prehrambenih navika koja je dio složenog procesa prilagodbe stranim utjecajima. Na isti se način nove namirnice, jela i načini pripreme hrane prilagođavaju domaćoj kuhinji, što je neizbježno u procesu akulturacije. Preciznije rečeno, dalmatinska kuhinja je *amalgam*, odnosno

“kuhinja granice” u kojoj su se isprepletali i u interakciju dolazili venecijanski, francuski, austro-ugarski (srednjoeuropski), talijanski, južnoslavenski i drugi, u manjoj mjeri izraženi, utjecaji.¹² U Tablici 5. navedene su vrste namirnica, jela, začina i tehnika pripreme hrane koje autori smatraju tipičnima za dalmatinsku kuhinju.

Na temelju podataka iz Tablice 4. konstruirali smo opću sliku dalmatinske kuhinje. Sljedeći korak je utvrđivanje njezine unutarnje strukture, odnosno ključnih elemenata od kojih se sastoji (vidi Tablicu 5.). Naime, ovdje smo izdvojili vrste namirnica, jela, začina i glavnih kulinarskih tehnika pripreme hrane koje se u popratnim tekstovima kuharica smatraju autohtonima, odnosno “pravim dalmatinskim”. Što se tiče namirnica, najviše se spominje povrće (17 puta), gdje se po učestalosti javljanja ističu svježje i konzervirane rajčice (3 puta), dok se ostale vrste povrća spominju po jednom. U popisu su se našle brojne tipične vrste povrća istraživanog područja koje se učestalo koriste i u suvremenoj obiteljskoj kuhinji. To su u prvome redu blitva, špinat, kupus i divlje zelje. Slijede grašak, bob, artičoke, *balancane* (patlidžani) i tikvice, koje se najčešće pripremaju sezonski, odnosno u proljeće, ljeto i ranu jesen.¹³

Nakon povrća po učestalosti slijedi meso (14 puta), gdje se ističu dalmatinska janjetina, pršut i divljač (svaka od tih namirnica javlja se po tri puta).¹⁴ Prve dvije namirnice (janjetina i pršut) i inače se, u različitim kontekstima (od laika do stručnjaka i gastronomi) smatraju jednim od zaštitnih znakova dalmatinske (pre)hrane. Na trećemu su mjestu (nakon povrća i mesa) termini koji su vezani uz ribu i plodove mora, i njih je jedanaest (11): najčešće je u pitanju neodređena kategorija “svježa riba” koja se javlja četiri puta, a dva se puta, ponovno uopćeno, spominju “plodovi mora”. Autorice i autori kuharica kao autohtone namirnice iz mora spominju i slanu i suhu ribu. To je važno za potpuniju sliku o dalmatinskoj kuhinji, gdje su ribe konzervirane soljenjem (npr. srdele i inćuni) i sušenjem bile iznimno važne u svakodnevnoj prehrani stanovništva priobalja i otoka (posebno zimi). Osim mesa, povrća i riba/plodova mora, od ostalih namirnica spominju se još samo kruh i voće (po jednom, općenito i bez specificiranja vrste).

¹² Kao što je u tekstu navedeno, u opisu dalmatinske kuhinje korištene su riječi i rečenice popratnih tekstova osam analiziranih kuharica. Stoga pojedini atribut ili konstrukciju nismo navodili i pripisivali pojedinom autoru/autorici, nego smo od svakoga kompilirali riječi ili dijelove teksta koje smo izdvojili kao važne za ovaj dio analize sadržaja.

¹³ U Dalmaciji se održala navika kupovanja povrća na zelenim tržnicama. Stoga većina domaćica sezonsko povrće najradije kupuje u doba kada se pojavi na tržnici, iako se neke vrste, zamrznute i konzervirane, na tržištu mogu naći tijekom cijele godine. Isto tako, za one vrste povrća koje se svježje mogu kupiti izvan sezone vrijedi mišljenje da su “...iz uvoza ili staklenika” i sumnja se u njihovu svježinu i kvalitetu (Duvnjak 2007:265-272).

¹⁴ Od ostalih vrsta mesa karakterističnih za dalmatinsku kuhinju autori spominju bravetinu, govedinu, svinjetinu i perad.

Za razliku od neravnoteže koja postoji među dalmatinskim namirnicama (gdje dominira meso nad ribom/plodovima mora) kod dalmatinskih jela podjednako se spominju ona kojima je temeljni sastojak meso i ona koja sadrže ribu/plodove mora (po deset puta). Najpopularnije mesno jelo je *pašticada* (autori je spominju četiri puta), a slijede *crni zec* i *arambašići* (oba se javljaju dva puta). Prema popratnim tekstovima kuharica, autohtona jela iz ove skupine su još pečena *tuka* (purica) i pečeno meso, koji se spominju jednom.¹⁵ Izvorna dalmatinska jela od riba/plodova mora su brudet od škarpine i crni rižot (koji se priprema od sipe), a oba se spominju dva puta. Unutar ove skupine ističu se i bakalar na bijelo, jegulja s *bižima* (graškom), riba s *gradela* (roštilja) i riba *lešo* (vidi Tablicu 6.). Manje učestalo javljaju se ostale vrste jela, među kojima treba izdvojiti tradicionalna dalmatinska variva *jotu* i *pašta-fažol*, koja se nalaze u gotovo svakoj analiziranoj kuharici. Osim variva kao vrlo važan sastojak prehrane u Dalmaciji spominju se mesne i riblje juhe.

Od začina je najvažnije maslinovo ulje, koje se javlja četiri puta. Što se tiče začinskoga bilja, “najpopularniji” su lovorov list (spominje se tri puta) te kadulja i ružmarin (po dva puta). Dakle, riječ je o samoniklom ili kultiviranom bilju koje uspijeva u Dalmaciji i lako je dostupno.¹⁶

Iako smo u prethodnome dijelu analize sadržaja izostavili recepte posvećene slatkim jelima, ovdje ćemo ih uzeti u obzir jer se ističu u popratnim tekstovima kuharica. Tipičnim dalmatinskim slasticama smatraju se *fritule* (javljaju se dva puta) te paprenjaci i *kroštule*, dok jedan od autora kao specifične za Dalmaciju spominje “jeftine slatkiše”.¹⁷

Što se tiče tehnika pripreme hrane, autori ne daju prednost niti jednoj i podjednako važnima smatraju kuhanje, pirjanje, pečenje i prženje. Kao tipičan način pripreme hrane izdvaja se jedino pečenje mesa ili ribe na *gradelama* (roštilju), janjetine na ražnju te jela pod *pekrom* (saćom).

Kvalitativnoj analizi sadržaja popratnih tekstova bio je cilj zaokružiti sliku o dalmatinskoj kuhinji, odnosno izdvojiti bitna obilježja koja je razlikuju od ostalih regionalnih kuhinja, pa i onih izvan hrvatskoga konteksta. Pomniji uvid u

¹⁵ *Crni zec* priprema se na lovački način, slično kao i ostale vrste divljači. *Arambašići* su tradicionalno narodno jelo dalmatinskog zaleđa (posebno grada Sinja i Cetinske krajine), vrlo su slični “klasičnoj” sarmi: sastoje se od miješanog sjeckanog mesa zavijenog u listove kiselog kupusa, a kuhaju se uz dodatak sušenog svinjskog mesa, domaćih kobasica, pancete i sl. te različitih začina. *Tuka* je dalmatinski naziv za puricu, a najčešće se priprema pečena za svečani božićni ručak.

¹⁶ Iako se najviše ističu domaći začini, u dalmatinskoj kuhinji veliku ulogu imaju brojni uvozni začini poput klinčića, muškarnog oraščića, cimeta, vanilije, korijandra i sl. Isto tako treba spomenuti još neke začine koji su neizostavni u ovoj kuhinji i koji se također spominju u kuharicama, a to su češnjak, bosiljak, timijan i anis.

¹⁷ Autor vjerojatno smatra kako se tradicionalni dalmatinski slatkiši pripremaju od pristupačnih temeljnih namirnica (brašno, jaja, šećer, bademi i sl.) bez puno kreme, čokolade, slatkog vrhnja i sličnih sastojaka. Jednostavnima se mogu smatrati dalmatinske *kroštule*, *fritule*, suhi kolačići i sl., ali taj epitet ne umanjuje njihovu kvalitetu, okus i često zahtjevnu pripremu.

cjelovite rezultate analize sadržaja pokazuje da se dalmatinskoj kuhinji ne može dati jednoznačna ocjena koja bi bila u skladu s proširenim mišljenjem da u njoj dominiraju lagana i jednostavna jela.

Naime, na temelju podataka iz kvantitativnog dijela analize sadržaja može se zaključiti kako postoji svojevrsna neravnoteža između koncepta lagana/jednostavna i koncepta teža/složena jela (s obzirom na izbor namirnica i način pripreme). Prvi koncept predstavljaju jela kao što su kuhano povrće, kuhana i pečena riba, juhe i lagana variva od povrća, mahunarki i žitarica. Drugi obuhvaća pirjano, pečeno i prženo meso, “jake” mesne juhe te krepka variva i jela od pirjanog povrća u koja se dodaju suho meso, kobasice, panceta, slanina i/ili svinjska mast. Ta se jela javljaju u većem broju (vidjeli smo koliko je, primjerice, prošireno meso kao temeljna namirnica), pa stoga možemo reći da – prema receptima iz kuharica – koncept teža/složena jela preteže nad konceptom lagana/jednostavna jela.

Tu ocjenu potvrđuju i rezultati kvalitativne analize, gdje smo promatrali vrste jela koje autori popratnih tekstova smatraju autohtonim dalmatinskim specijalitetima. I ovdje su brojnija jela tipična za drugi koncept (teža/složena jela), koja se u tekstovima spominju ukupno šesnaest puta (poput *pašticade*, *crnog zeca*, *jote*, *pašte* i *fažola*, *arambašića* i *sarme*), dok se jela tipična za prvi koncept (lagano/jednostavno) javljaju manje, odnosno deset puta (npr. brudet od škarpine, crni rižot, bakalar na bijelo, kuhana riba s krumpirom, riba na žaru i sl.).

Zaključak

Prema rezultatima analize sadržaja osam regionalnih kuharica mogli bismo zaključiti da dalmatinska kuhinja ima sljedeća obilježja:

- gotovo je u potpunosti orijentirana prema tradicionalnoj kuhinji, uz slabo izražen utjecaj modernoga pristupa (indikativno je da su moderni recepti, bliski međunarodnoj kuhinji, zabilježeni u publikacijama kojima su autori profesionalni kuhari, dok postmoderni pristup hrani i prehrani nije uopće prisutan u analiziranim kuharicama);¹⁸
- u njoj dominiraju mesna jela, a u nešto manjem broju su zastupljena jela od riba, plodova mora i povrća te juhe i tjestenine; osim zahtjevnih svećanih i blagdanskih jela, svakodnevni obroci pripremaju se jednostavno i relativno brzo;
- za pripremu glavnih jela najčešće se koristi meso, a za njim prema učestalosti slijede riba/plodovi mora, povrće, juhe i tjestenine;

¹⁸ Tu bi ocjenu, međutim, valjalo provjeriti dodatnim istraživanjem koje bi bilo usmjereno isključivo na promjene u dalmatinskoj kuhinji u dužem razdoblju.

- u pripremi glavnih namirnica primjenjuju se temeljne kulinarske tehnike, od kojih je najučestalije pirjanje, a slijede kuhanje i prženje;
- ostala su njezina obilježja relativna uravnoteženost težih i laganih jela, umjerenost, jasna odijeljenost među sezonskim jelima, uporaba svježih namirnica uzgojenih i pribavljenih u pripadajućem podneblju te autohtonog začinskog bilja;
- velika se pozornost pridaje izradi slatkih jela (koja su čest dio svakodnevnoga jelovnika, a neizostavna su u svečanim obiteljskim prigodama) te ona značajno određuju narav i posebnost dalmatinske u odnosu na druge hrvatske kuhinje, a mnoga su od njih postala “zaštitnim znakovima” prehrambene kulture istraživanog područja (npr. *fritule*, *kroštule*, *rafioli*, pojedine vrste torti...);
- kao glavno se obilježje dalmatinske kuhinje ističe jednostavnost u izboru namirnica, pripremi i strukturi obroka, a pored toga i sljedeći atributi: zdrava, lagana, umjerenost, ukusna, ekonomična i usklađena s godišnjim dobima;
- naglašava se (u popratnim tekstovima kuharica) svježina i kvaliteta lokalnih dalmatinskih namirnica: domaćega mesa, ribe i plodova mora te sezonskog povrća uzgojenog u klimatski idealnom podneblju;
- istaknuto mjesto u dalmatinskoj kuhinji pripada začinima, posebno mediteranskim, kao što su lovor, kadulja i ružmarin te se podrazumijeva upotreba maslinovog ulja kao obvezatnog dodatka ribi i (kuhanom) povrću;
- prema podacima iz kuharica omjer između “teških i manje zdravih” jela s jedne, te “laganih i zdravih” jela s druge strane (bliskih suvremenom shvaćaju mediteranske kuhinje), preteže u korist prvih;
- dalmatinska se kuhinja u analiziranim kuharicama opisuje kao jednostavna, zdrava, temeljena na svježim domaćim namirnicama i začinskom bilju te maslinovom ulju, dok su kao ostala važna obilježja istaknute česta uporaba svježeg povrća, mahunarki i žitarica te tehnike pripreme namirnica koje suvremeni nutricionizam smatra zdravima (npr. kuhanje i naglo pečenje s malo masnoće).¹⁹

¹⁹ Upravo takva gastronomska podloga idealna je za inovacije, eksperimente i igru koji bi doveli do fuzije tradicionalnih, modernih i posve novih i neuobičajenih elemenata, što su neke od značajki postmodernog pristupa hrani i prehrani. Uporaba povrća, mahunarki i žitarica inspirativni su za pripremu vegetarijanskih i makrobiotičkih jela i glavne su sastavnice postmoderne prehrane.

NAVEDENA LITERATURA

- Betizza, Enzo. 2004. *Egzil*. Split: Marjan tisak.
- Calussi, Gioia. 2000. *Kuharica dalmatinskih gospođa. Tradicionalne arome i ricete dalmatinske kuhinje*. Split: Viva Ludež.
- Čapo-Žmegač, Jasna et al. 1998. *Etnografija. Svagdan i blagdan hrvatskog puka*. Zagreb: Matica Hrvatska.
- Duvnjak, Neven. 2007. *Sociološki aspekti prehrane u urbanom kontekstu. Od predmoderne prema postmoderni (na primjeru empirijskog istraživanja iz 2005.)*. Doktorska disertacija na Sveučilištu u Zadru.
- Hrabra, Josip. 1999. *Moja dalmatinska kuharica*. Zadar: Forum.
- Ivanišević, Aldo. 1994. *Dalmatinska kuhinja*. Split: Mediterranea.
- Ivić Ante i Stjepan Dunatov. 2001. *Mirisi i okusi dalmatinske kuhinje*. Rijeka: Dušević & Kršovnik.
- Kovačić, Ivan 1996. *Smij i suze starega Splita*. Split: Vlastita naklada.
- Marjanović-Radica, Dika 1985. *Dalmatinska kuhinja*. Zagreb: Mladost.
- Mestdag, Inge 2003. "Introducing Italian Cuisine into Flemish Home-Meal Cooking in the Twentieth Century. An Analysis of the Flemish Cooking Bible *Ons kookboek* (1927 – 1999)". *Food & History* 1/1:156-177.
- Milas, Goran 2005. *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Mišetić, Anka. 2001. *Gradski rituali. Sociološki aspekti retradicionalizacije socijalnog života u hrvatskim gradovima nakon 1990*. Doktorska disertacija na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu.
- Prijatelj Pavičić, Ivana 2004. *Kuharica none Carmen. Stara prošlostoljetna splitsko-trogirska kuharica*. Zagreb: Profil international.
- Šimonović Bruno i Ivo Semenčić 2003. *Okusi dalmatinske kuhinje*. Rijeka: Extrade.
- Šimunković, Ljerka i Maja Kezić. 2004. *Glosar kuhinjske i kulinarske terminologije romanskog podrijetla u splitskome dijalektu*. Split: Dante Alighieri.
- Tivadar, Blanka. 2002. "Od goriva za telo do pripomočka za samouresničenje. Vzorci prehranjevanja v Sloveniji". *Družboslovne razprave* 13(39):151-178.
- Užović, Zdenko. 1995. *Dalmatinska kuhinja*. Pula: Petko.
- Vodanović Kukec, Vanja. 1997. *Iz pjata i žmula. Korijeni bračke kuhinje*. Zagreb: Golden marketing.
- Zglav-Martinac, Helga. 1997. *Tako su jeli naši stari*. Split: Muzej grada Splita.
- Weber, Robert Philip. 1990. *Basic Content Analysis*. Newbury Park: Sage.