

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Všední strava v hornických rodinách v 19. století

Číslo projektu	CZ.1.07/1.5.00/34.0950
Kódování materiálu	VY_32_INOVACE_dej2_uhl02
Označení materiálu	uhl02_jidla_vsed.pdf
Název školy	Gymnázium Kladno
Autor	PaedDr. Zuzana Vlčková
Anotace	Výukový materiál seznámí žáka se stravováním hornické rodiny na Kladensku v 19. století a umožní srovnání s dnešními stravovacími zvyklostmi.
Předmět	dějepis
Tematická oblast	Těžba uhlí na Kladensku
Téma	Všední strava hornické rodiny
Očekávané výstupy	Žák umí popsat stravovací zvyklosti v hornické rodině v 19. století ve všední dny a umí porovnat stravovací zvyklosti v tehdejší a dnešní době.
Klíčová slova	Horník, strava, všední den, mouka, brambory
Druh učebního materiálu	Dokument pro samostatnou práci žáků
Ročník	6 - 9
Cílová skupina	Nižší stupeň osmiletého gymnázia, druhý stupeň základní školy
Ověřeno	29. 05. 2014, O2
Pokud není uvedeno jinak, uvedený materiál je z vlastních zdrojů autora	
Literatura:	
[1] SKALNÍKOVÁ, Olga. <i>Kladensko: Život a kultura lidu v průmyslové oblasti</i> . Praha: ČSAV, 1959.	
[2] CHALOUPKA, Václav a Pavla ŽVACHTOVÁ. <i>Jak se vařilo na Kladensku aneb babiččina kuchařka</i> . Kladno: Sládečkovo vlastivědné muzeum, 2006.	



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

## INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

### Jídla všední v hornických rodinách na Kladensku

Jídlo v hornických a jiných dělnických (hutnických) rodinách na Kladensku bylo v 19. století obdobné.

Jídlo se obvykle připravovalo třikrát denně.

Lepší (tehdy to znamenalo především „omaštěnější“) jídlo dostávali výdělečně činní muži v rodině, což bylo celou rodinou považováno za samozřejmé.

Jídelního nádobí bylo málo, bylo většinou hliněné, veškeré jídlo se jedlo jednou lžící.

Z talíře jídal otec, děti jedly ze společné mísy.

Snídaně:

- žitná káva nebo z náhražky (pražený drcený kořen čekanky, nebo z obilek ječmene a žita, případně i ze semen žaludů a bukvic)
- později, v časech kdy bylo málo zrnkové kávy nebo se stala cenově nedostupnou, se stávaly tyto náhražky — nazývané **cikorka, obilka, žitovka, polní káva** či **melta** — náhradou kávy
- možná s trochou mléka (kupované nebo od vlastní kozy)
- suchý chléb nebo i brambory
- u lépe placených horníků byla káva s mlékem i cukrem

Oběd:

- polévka a další jídlo (nejčastěji z brambor)

Večeře:

- byla podobná obědu (většinou brambory, kousek chleba, polévka)

**Polévky** tehdy připravované na Kladensku (bez masa a uzeniny):

- **kmínová, bramborová, zeleninová** (zelenina se ukládala ve sklepích, pokud je hornické obydlí mělo), **zelná, hrachová, česnečka**
- „**skleněná**“ – do vody, ve které se vařily knedlíky, se přidal pro ochucení ocet a sůl, nalámal se do ní chleba nebo se přidaly rozmačkané brambory



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

## INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

- „**mléčná**“ (bílá, „přivařená“) – pro bohatší skupiny horníků - z brambor zavařených moukou a vajíčkem, zjemněná mlékem
- **z masa** (pouze v neděli) – s nudlemi nebo se zavářkou (nastrouhané nebo nasekané nudlové těsto)

### Hlavní jídla všedního dne:

- **bramborová - brambory vařené, osolené; brambory se zelím, chudá** bramborová kaše málo vylepšená mlékem; nastavovaná kaše – bramborová kaše doplněná krupkami; bramborové knedlíky s cibulkou; „chlupaté“ knedlíky vařené ze syrových brambor; šklubanky
- **moučná** – z bílé, černé i žitné mouky – knedlíky, placky, buchty, vdolky, karásky
- **omáčky** – rajská (kdo mohl rajčata pěstovat, nakládal je do octa), koprová, cibulová, okurková, houbová, křenová

Jen někteří horníci měli možnost chovat domácí zvířata (kozy, králíky, slepice, případně vepřička) a pěstovat některé plodiny na malém pozemku (brambory, zelí, zeleniny, bylinky). Ostatní musely veškeré suroviny pro přípravu jídel kupovat.

Jídlo se mastilo sádlem (tuk získaný škvařením částí vepřového dobytka) nebo lojem (tuk získaný většinou z hovězího dobytka škvařením). Tukem se velmi šetřilo.

Škvaření – tuhé části tuku se nakrájely na drobné kostičky a zahřívaly se na vysokou teplotu.

Máslo patřilo mezi suroviny používané jen velmi svátečně, protože většina hornických rodin nemohla chovat krávu.

V létě ženy a zejména děti sbíraly v lesích drobné plody (jahody, borůvky, maliny) a houby, takže všední jídelníček mohl být vylepšen – jednak byla ochucena moučná jídla (lívance, placky), a také bylo možné uvařit různá jídla z hub.

Chléb se v dělnických rodinách obvykle nepekl, ale kupoval se.

Horník si bral s sebou na šichtu kus suchého chleba a bandasku (válcová nádoba z plechu, hliníku nebo i oceli s poklopem a držákem) s nápojem, který byl náhražkou kávy.

Děti si do školy nosily obvykle jen malý kousek chleba, v létě a na podzim i ovoce.



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

## INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Z mouky ječné se pekly lívance (sypané skořicí nebo mazané povidly), buchty plněné ovocem.

Vařily se knedlíky – k omáčkám, nudle (sypané mákem nebo perníkem).

Typickým jídlem Kladenska se stala „uhlířina“, slané, původně jídlo z Příbramska, a „piskorky“ (sladké jídlo známé z Podbrdka).

### **Recept „uhlířina“**

Receptů na toto jídlo existuje spousta. Jsou „chudé“, „chudší“ a „vylepšené“.

Pro dnešní dobu by bylo možné rozdělit recepty na tento pokrm na variantu pro vegetariány (pro vegetariány je možné použít rostlinný olej) a ostatní strávníky.

Bylo by asi možné říci, že strava chudších vrstev v 19 století byla spíše vegetariánská, pomíneme-li maštění vepřovým sádlem nebo hovězím lojem.

#### **„Uhlířina- úplně chudá“**

Vezmeme zbytky uvařených brambor a kousky zbylých knedlíků a smícháme je.

#### **„Uhlířina – lepší“**

Uvaříme drobnější kousky oloupaných brambor, smícháme je se zbytky nakrájených knedlíků. Pokud máme, omastíme sádlem nebo lojem s usmaženou cibulkou.

#### **„Uhlířina – ještě lepší“**

Z polohrubé mouky a vody vypracujeme tužší těsto, které necháme cca hodinu odpočinout (nejlépe v lednici). Z těsta vytvoříme rukou drobné nočky a vaříme cca 20 minut v osolené vodě.

Uvaříme nakrájené oloupané brambory, přidáme uvařené nočky, dle možností omastíme sádlem, ve kterém jsme osmažili cibulku.

#### **„Uhlířina – masitá“**

Z polohrubé mouky a vody vypracujeme tužší těsto, které necháme odpočinout (nejlépe v lednici). Z těsta vytvoříme rukou drobné nočky a vaříme cca 20 minut v osolené vodě.

Uvaříme nakrájené oloupané brambory.

Usmažíme drobně nakrájenou slaninu a nasekanou cibulku, vmícháme nočky a uvařené brambory.



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

## INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

### Recept „piskorky“

Jsou to vdolky (dle jakéhokoliv receptu na vdolky), které se pekly na plotně na sucho (dnes je tento postup ve většině kuchyní poněkud obtížný). Jsou to vdolky pečené, nikoliv smažené ve vrstvě tuku, jak se spíše připravujeme dnes.

Po upečení se roztrhají a polijí horkým mlékem, posypou perníkem, skořicí, osladí povidly, případně pokropí máslem.

### Úkoly:

- 1) Srovnej stravovací zvyklosti své rodiny s rodinou horníka v druhé polovině 19. století.
- 2) Stravování chudších vrstev obyvatelstva bylo jednoduché. Je možné v něm najít i pozitivní prvky pro dnešní zdravou výživu? Uveď případně příklady.
- 3) Uměl/a bys uvařit jednoduché a velmi levné jídlo pro své spolužáky? Jaké by to bylo?
- 4) Uměl/a bys vyškvařit vepřové sádlo? Proč a jak bys to dělal/a? K čemu je možné použít škvarky?
- 5) Jakými způsoby mohli lidé v 19. století uchovávat případné přebytky svých pozemků a chovu svého dobytka?
- 6) Znáš způsoby, kterými je možné efektivně uchovávat živočišné a rostlinné suroviny v dnešní době?