

KATARZYNA KULIGOWSKA

Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu

e-mail: katarzyna.kuligowska@amu.edu.pl

<https://orcid.org/0000-0001-8443-4815>

NAZWY POTRAW WE FRAZEOLOGII POLSKIEJ

FOOD NAMES IN POLISH PHRASEOLOGICAL UNITS

ABSTRACT: The article is an attempt to present the linguistic and cultural image of old Polish cuisine and consumption practices contained in Polish phraseology. The analysis covers old and modern idioms and proverbs with names of dishes and food products as their components. On the basis of the research carried out, it is possible to outline a certain menu of the past generations of Poles and indicate the dishes that are favourite and most willingly eaten by them till now. From the analyzed lexical material, an image of a socially diverse diet, depending on the wealth of consumers, emerges. Regardless of social status, culinary proverbs encourage consumption minimalism, praise moderation and diligence. The balanced variant of the old Polish diet depicted in the phraseological units can be successfully considered by modern eaters as an ecological cuisine, which is very popular these days.

KEYWORDS: ethnolinguistics, food, rural community, linguistic worldview

Jak przekonuje przysłowie: *Spanie, picie i jedzenie daje trosk zapomnienie*¹, spożywanie pokarmów to nie tylko jedna z podstawowych funkcji życiowych człowieka, warunkująca jego przetrwanie. Odżywianie się, obok snu i odpoczynku, to także swego rodzaju przyjemność, sposób na poprawę nastroju, a także okazja

¹ Przytaczane w tekście jednostki frazeologiczne, o ile nie zaznaczono inaczej, pochodzą z *Nowej księgi przysłów i wyrażeń przysłowiowych polskich* pod red. Juliana Krzyżanowskiego.

do wzmocnienia więzi i doświadczania wspólnoty. Nie dziwi zatem fakt, że kuchnia jest niezwykle istotnym elementem kultury i tradycji każdego społeczeństwa. Wraz z rozwojem cywilizacyjnym człowiek udoskonalał sposoby zdobywania pożywienia oraz jego przyrządzania i z czasem spożywanie pokarmów przestało się ograniczać jedynie do zaspokajania jego egzystencjalnych potrzeb. Nastąpiły także zmiany, które doprowadziły do wytworzenia się grup społecznych, dla których konsumpcja stała się najważniejszym życiowym zajęciem i przyjemnością, oraz tych, które z konieczności ograniczały się do spożywania najprostszych produktów, nierzadko doświadczając także głodu. Wszystkie te procesy, tradycje, przyzwyczajenia kulinarne oraz różnice w zestawie przyjmowanych pokarmów znalazły swoje wyraźne odzwierciedlenie w jednostkach frazeologicznych, których analiza pozwala na rekonstrukcję fragmentu dawnej rzeczywistości i przywrócić się jej „od kuchni”.

Celem artykułu jest odtworzenie składników językowego obrazu świata dawnych praktyk kulinarnych i konsumpcyjnych. Do analizy wybrane zostały utrwalone połączenia wyrazowe zawierające w swoim składzie komponent będący nazwą żywności. Ramy artykułu nie pozwalają na szczegółowy opis językowo-kulturowego obrazu wszystkich potraw związanych z polską kuchnią, będzie to zatem przegląd jej najistotniejszych komponentów i próba zaprezentowania ich miejsca w przestrzeni kulturowo-lingwistycznej. Materiał badawczy liczy ponad 1350 frazeologizmów i przysłów z języka ogólnego (ponad 1500 użyć²), wyekscerpowanych przede wszystkim z *Księgi przysłów, przypowieści i wyrażeń przysłowiowych polskich* (Adalberg 1889–1894) oraz stworzonych w oparciu o nią trzech tomów *Nowej księgi przysłów i wyrażeń przysłowiowych polskich* (Krzyżanowski 1969–1972). Jako pomocnicze wykorzystane były także inne źródła słownikowe wskazane w bibliografii.

W badanych przysłowiaach występuje ok. 150 nazw potraw i produktów żywnościowych o mniejszym lub większym stopniu konkretyzacji, np. *zupa, ryba, mięso, barszcz, śledź, pieczeń*. Przy ekscerpacji pominięte zostały jednostki frazeologiczne z nazwami przypraw i dodatków, a także napojów, które zasługują na odrębne opracowanie. Komponentem o najwyższej frekwencji jest wyraz *chleb*, obecny w ponad 400 paremiach, tj. w ponad 27% analizowanego materiału. Pozostałe, dość często (60 do 30 jednostek) pojawiające się nazwy, to: *kasza, ryby* (ok. 60 jednostek), *mięso* (ok. 50 jednostek), *kapusta, jajko, groch, barszcz* (ok. 40 jednostek), *grzyby* (ok. 30 jednostek). Trochę rzadziej (ok. 20 jednostek) przywoływane są takie produkty, jak: *orzech, śledź, jabłko, kiełbasa*.

² Różnica między podaną liczbą jednostek frazeologicznych i użyć wynika z faktu, że niektóre jednostki zawierają po dwie lub trzy nazwy potraw lub produktów, np. *Chleb z serem zdrowemu lepszy, niż jarmuż choremu; Grzyby, ryby, wieprzowina – potrzebują szklanki (sporo) wina*.

Pieczywo

Przegląd nazw potraw obecnych we frazeologizmach i paremiach polskich należy z oczywistych względów rozpocząć od chleba, który jest podstawowym pokarmem człowieka, odkąd tylko ten nauczył się go wypiekać. Zagadnienie rangi tego produktu w żywieniu człowieka, jego symboliki i wielości znaczeń samego leksemu *chleb* wielokrotnie już było tematem monografii i artykułów naukowych. Wymienić należy książki: *Chleb w tradycji ludowej* (Kubiak 1981), *Chleb nasz powszedni: o pieczywie w obrzędach, magii, literackich obrazach i opiniach dietetyków* (Kowalski 2000), *Chleb w folklorze polskim – w poszukiwaniu znaczeń* (Wałęciuk-Dejnego 2010), a także artykuły: *Językowy obraz chleba w Biblii i przysłowiacz* (Długosz 2001), *O chlebie powszednim. Nazwy chleba i wyrobów piekarniczych w języku polskim i rosyjskim* (Ananiewa 2017), *O chlebie naszym powszednim – motyw chleba w kulturze i języku polskim* (Stypa 2018), *Chleb w życiu codziennym społeczności wiejskiej* (Gapiński 2018), *Chleb i sól w obrzędzie weselnym (na przykładzie południowego Podlasia)* (Maksymiuk-Pacek 2018). W niektórych opracowaniach językowo-kulturowy obraz chleba charakteryzowany jest w ramach szerszego opisu paremiologii polskiej, por m.in. *Językowy obraz świata w porównaniach zleksykalizowanych. Na materiale wybranych języków* (Wysoczański 2006), *Nie święci garnki lepią: obraz rzemiosła utrwalony w polskiej frazeologii* (Młynarczyk 2013), *O jedzeniu i pracy – na podstawie polskich przysłów* (Dźwigoł 2013), *Nie trwam o jedzę, kiedy dobrze siedzę. O jedzeniu i żarciu w paremiologii polskiej dawnej i współczesnej* (Skorupska-Raczyńska 2016), *Językowy obraz pożywienia ludności wiejskiej w sytuacjach niedostatku materialnego (na przykładzie wybranych frazemów)* (Młynarczyk 2016). W związku z zaprezentowaną obfitością opracowań dotyczących tego podstawowego pokarmu człowieka w niniejszym artykule zostaną przedstawione jedynie syntetyczne wnioski z przeprowadzonych badań frazeologizmów i przysłów polskich dotyczących chleba.

Chleb jest podstawą pożywienia człowieka, nie są go w stanie zastąpić żadne inne potrawy lub przedmioty zbytku: *Chleb się nie przeje; Kto ma chleb, ten ma wszystko; Bez chleba i zwierzyna nie smakuje; Bez chleba smutna biesiada*. Choć jest on w świadomości językowej pokarmem powszednim, niewyszukanym, stanowi jednocześnie synonim życia i pracy zarobkowej, np. *Chleb z wodą życie utwierdzają; Za chlebem ludzie idą* (Ad). Posiadanie chleba świadczy o dobrobycie i spokojnym życiu, por. *Chleb i woda ludzka wygoda; Kto ma panem, ten jest panem*, jednak mądrość ludowa przestrzega przed niekorzystnym wpływem dostatku na życiową postawę człowieka, objawiającym się w postaci zuchwałości i braku pokory, por. *Chleb ludzi bodzie; Nie trzeba chlebem gardzić* (Ad). Oczekowaną i pożądaną cechą człowieka jest hojność i miłosierdzie – chlebem należy dzielić się z innymi, którzy znajdują się w mniej uprzywilejowanej sytuacji: *Chcesz się dostać*

do nieba, nie żałuj biednym kęsa chleba (PP). Najczęściej jednak wymienianą cechą potrzebną człowiekowi w kontekście posiadania chleba jest pracowitość: *Kto na chleb pracuje, Boga chwali; Chleb pracą nabyty bywa smaczny i syty* (Ad), natomiast próżniactwo w świetle paremiologii zasługuje na potępienie i jest przyczyną nieszczęścia i niedostatku: *Kto nie pracuje na chleb, nie godzien, aby go jadł* (Ad); *Chleb płacze, gdy go darmo jedzą*. Analizując obraz chleba w polskiej paremiologii, nie sposób pominąć często się w niej pojawiającego zagadnienia szacunku dla chleba. Chleb jest bożym darem, który zapewnia człowiekowi byt, dlatego musi być traktowany z należnym szacunkiem i nabożnością. W przysłowiaach znajduje się szereg wskazówek dotyczących sposobu postępowania z tym pieczywem: *Nie rzucaj chleba, bo go sam nie będziesz miał* (Ad); *Kto chlebem gardzi, to nim Pan Bóg bardziej*. Chleb jest także rekwizytem (często w połączeniu z solą), za pomocą którego można udzielać błogosławieństwa oraz zjednywać sobie ludzi: *Chlebem i solą ludzie sobie ludzi niewolą; Kto na ciebie kamieniem, ty na niego chlebem* (PP). W części badanych wyrażen utrwalony został lęk człowieka przed sytuacją, w której nie brakuje chleba, ale utrudnione jest jego spożywanie. Ekspozowany jest w nich brak zębów symbolizujący podeszły wiek: *Co mi po chlebie, kiedy nie mam zębów w gębie* (PP). Większość z tych przysłów zawiera jednak pocieszenie wskazujące na większą trudność zdobycia chleba w porównaniu z jego konsumowaniem: *Łatwiej o zęby do chleba, niż o chleb do zębów* (Ad). Ta sama prawda dotyczy też braku noża, który nie jest dużym zmartwieniem w sytuacji, gdy chleba jest pod dostatkiem: *Kto ma chleb, znajdzie i nóż do niego*.

Oprócz chleba we frazeologii swoje miejsce znalazły takie gatunki pieczywa, jak kołacz, placki, bułki, obwarzanki, pierniki i pączki (łącznie ok. 80 powiedzeń). Najliczniej reprezentowane są kołacze, które kiedyś należały do wypieków luksusowych, stanowiły obrzędowe pieczywo weselne: *Bez kołaczy nie wesele*. Ich wyjątkowość i walory smakowe są w paremiach stawiane w opozycji do powszedniości i pospolitości chleba lub placków owsianych, por. *Dobry chleb, gdy kołacza nie masz; Kołacza pragnij, lecz chleba nie porzucaj; Dobry i owsiany placek, gdy nie ma kołacza*. Powszechnie znana jest przysłowiowa zależność posiadania tego wykwintnego rodzaju pieczywa od ciężkiej pracy: *Bez prace nie będą kołacze; Żeby mieć kołaczy, trzeba użyć pracy*, a jego wyjątkową wartość podkreślają powiedzenia typu: *Jak kołacz jest rzadko, to lepiej smakuje; Chowaj się na kołacz*. Leksem kołacz symbolizuje ponadto korzystne przedsięwzięcie, którego nie należy odkładać na później, w ironicznym stwierdzeniu *Rzuć kołacz za las, a powracając go znajdziesz*; może też wskazywać na mienie, dorobek życia, w zwrocie skierowanym do człowieka żyjącego z cudzego majątku: *Nie twojej macierzyzny kołacz*.

Wypiekiem przeznaczonym dla bogatszych warstw społeczeństwa oprócz kołacza był w przeszłości także piernik, początkowo zwany miodownikiem. Wyrobieniem ciasta piernikowego musiały zajmować się silne dziewczęta, bowiem

było ono bardzo twarde i gęste. Można je było przechowywać przez długi czas, a najważniejszym komponentem tego ciasta był zaczyn – „(...) tym lepszy, im więcej liczył lat. Był on rzeczą tak cenną, że stanowił część posagu panny młodej” (Szymanderska 2011, s. 17). Ta długa przydatność do spożycia odzwierciedlona została w ujemnie nacechowanym określeniu – *stary piernik* (SFraz). Leksem *piernik* pojawia się też w bardzo znanym zestawieniu z dość odległym znaczeniowo wyrazem *wiatrak*, opisującym brak związku między jakimiś sprawami: *Co ma piernik do wiatraka!* Ze względu na barwę ten luksusowy produkt piekarniczy jest też obiektem porównania z dobrze wypaloną cegłą: *cegła jak toruński piernik; czerwony jak toruński piernik*.

Wypiekanie placek jest określane jako zajęcie typowo kobiece, które jest przyczyną złego humoru przedstawicielki płci pięknej: *Nie leż babie w drogę, kiedy placki piecze: bo cię żgnie ożogiem, aż z ciebie pociecze* (Ad). W przysłowiach tej grupy w aspekcie aksjologicznym jako mniej wartościowe jawią się placki z owsa, choć w sytuacji głodu i te wypieki są cenione: *Jak się chce jeść, to i placek z owsa dobry* (Ad).

Obraz bułki w przysłowiach jest pozytywnie nacechowany. Ten rodzaj białego pieczywa jest smaczny i ceniony, co wyrażają powiedzenia akcentujące łaźliwość i przyjemność ich spożywania, por. *Dobre bułki z makiem, kto kupi, to zje ze smakiem; bułka z masłem* (SFraz), oraz duże zainteresowanie tym produktem, por. *coś sprzedaje się, idzie, rozchodzi się, poszło itp. jak świeże bułeczki* (WSF). Do niezaprzeczalnych walorów bułek należy także wynikająca z ich niewielkiego rozmiaru niska cena, por. *To jak bułka za grosz*, która jednak wciąż jest zbyt wygórowana w ocenie tych, którym brakuje chleba, por. *Droga bułka za grosz, kiedy chleba nie widzi*. Okrągły kształt tradycyjnych bułek eksponują powiedzenia *okrągły jak bułka* (SFraz); *okrągła buzia jak bułeczka*. Mniej typowym rodzajem bułek są podłużne kukielki, przedstawiane w przysłowiach jako wyrób smaczny i atrakcyjny, por. *Dobra kukielka z masłem; Tak dobra kukielka, jako i biały chleb* (K), poprzez który można wyrazić przyjazne, choć nie zawsze odważne nastawienie wobec drugiego człowieka, por. *Ja do niego z kukielkami, a on do mnie z kułakami*, lub dokonać korzystnej dla dwóch stron transakcji, por. *Wzajemna to kukielka, wzajemne usługi*.

Innym cenionym i lubianym rodzajem pieczywa były i są obwarzanki, por. *Obwarzanek, mój (nasz) kochanek*, czyli nieduże ciastka wypiekane po wstępnych podgotowywaniu. Zwykle kosztowały one niewiele i były niedużych rozmiarów, do czego nawiązuje charakteryzujące osobę otyłą powiedzenie *Zjesz za grosz obwarzanek, nim go wkoło obejdiesz*. Mimo niskiej ceny obwarzanków (porównywanej do niewysokiej ceny śledzi) mądrość ludowa zaleca umiar w ich spożywaniu, ponieważ wszelka rozrzutność może doprowadzić do ubóstwa: *Kto jada obwarzanki i śledzie, to fortunę przewiedzie*. Pierścieniowata

forma obwarzanka zobrazowana została w przysłowiu mówiącym o niespełnionej obietnicy: *Skończyła się obiecanka, będzie dziurka z obwarzanka* (Ad). Obwarzanek uznany został też za dobry i praktyczny prezent dla niezbyt dobrze znanej osoby, który nie zmarnuje się, nawet jeśli nie spodoba się obdarowanemu: *Kupować obcemu można tylko obwarzanek, bo gdy go nie przyjmie, to sam zjesz*.

Bardzo cenione do dziś wśród słodkich wypieków pączki są w polskiej frazeologii przedstawiane jako ciastka przyrządzane w głębokim tłuszczu na czas końca karnawału, por. *tlusty jak pączek w zapusty*. Jak pisał Jędrzej Kitowicz: „Staroświeckim pączkiem trafiwszy w oko, mógłby go być podsinić, dziś pączek jest tak pulchny, tak lekki, że ścisnąwszy go w rękę, znowu się rozciąga i pęcznieje jak gąbka” (Kitowicz 1955, s. 440). Puszystość i pulchność tej bardziej współczesnej wersji pączka utrwalone zostały w porównaniu: *wyglądać jak pączek w maśle* (WSF).

Pozostałe wyroby mączne

Do potraw uboższej ludności zaliczyć należy różne rodzaje pierogów i klusek. Pierogi były chętnie jadane, głównie przez chłopów, co obrazują paremie: *Kiedy pierogi, to i owszem; Chata bogata nie węglami, ale pierogami* (PP); *Kocha się, jak polak w obczyźnie, panek w pańszczyźnie, chłopek w pierogu, a rusin w barłogu* (pis. oryg.) (Ad). Uważano je za potrawę zdrową i pożywną, por. *Nie utuczysz go, choćbyś mu ruskie smażył pierogi*, która zaszkodzić może jedynie osobie w złym stanie zdrowia: *Choremu brzuchowi i pierogi zaszkodzą* (Ad). Są kojarzone z postacią karmiciela ubogich – św. Jacka Odrowąża, por. *Wygląda, jak św. Jacek z pierogami*, któremu w legendzie przypisywane jest autorstwo receptury na to danie. Czynność ponownego podgrzewania pierogów symbolizuje zemstę, por. *odpiec komu pierogi* (‘oddać wet za wet’).

Kluski w paremiach przedstawiane są jako proste, aczkolwiek pożywne danie, które, jak wszystko inne, smakuje dobrze, jeśli w domu panuje harmonia, por. *Przy zgodzie dobre i kluski na wodzie*. Przysłowia zachęcają do ich spożywania z dodatkiem masła, por. *Dobre kluski bez pietruszki, tylko masła włóż*. Kluski okraszone olejem są oceniane pejoratywnie, por. *Wielki mi rarytas – kluski z olejem*, zaś podawane razem z kapustą stanowią podstawowe chłopskie jadlo: *Chłop bez klusek, kapusty, miewa brzuch pusty* (Ad). Mądrość ludowa ponownie jednak przestrzega przed brakiem umiaru i łakomstwem: *Do klusków nie jedz chleba; Nie bierz dwóch klusków w gębę, bo się udawisz*. Podobnie jak przy okazji wielu innych pokarmów, tak i w przypadku klusek, w paremiologii podkreślana jest zdecydowanie większa wartość potrawy posiadanej niż smakołyków, które dopiero trzeba zdobyć: *Lepsze kluski na misie niż gołąb na dachu* (Ad). Wyrażenie

ciepłe kluski tworzy obraz powolnego i ślamazarnego człowieka w oparciu o podobieństwo do tych miękkich i podawanych na ciepło produktów, natomiast wizerunek osoby starającej się zdobyć czyjąś przychyłność zawarty jest w paremii *Wdzięczy się, jak kluska w misie*, nawiązującej do apetycznego widoku naczynia wypełnionego opisywanym daniem.

Kasze

Kolejną ważną grupą produktów obok pieczywa, pierogów i klusek w polskiej kuchni były kasze, które otrzymywano poprzez obtłukiwanie ziaren zbóż, głównie jęczmienia i prosa, w różnego rodzaju stępach (Lis, Lis 2009, s. 170). Spożywano je w postaci rozgotowanej, jako tzw. bryje, lub na sypko, niekiedy z omastą.

W zebranym materiale znajduje się ponad 70 paremii z komponentami *kasza*, *krupa/krupy* oraz *jagły*. Rzeczownik *kasza* w powiedzeniach występuje jako synonim codziennego pożywienia, zapłaty za pracę, szczególnie wśród uboższych warstw społeczeństwa, w tym chłopów i czeladzi dworskiej, por. *Kasza – matka nasza*; *Kasza – wysługa nasza*; *Kasza nasza, a pański barszcz*. Często oznacza proste, niewyszukane danie, którego przygotowanie nie wymaga dużych umiejętności kulinarnych, por. *Jak jest z czego, to i dureń kaszy nawarzy*; *Kaszka – fraszka*; *Nawet krup studzić nie umie* ('niedołęga'), i które z racji częstego pojawiania się na stole, jest bardzo spowszedniałe: *Kasza go w ząbki kole*.

Czynności związane z kaszą, począwszy od jej gotowania do dmuchania czy nawet plucia w nią, w zwrotach frazeologicznych obrazują niewłaściwe postępowanie w relacji z drugim człowiekiem, por. *nawarzyć (narobić) kaszy* ('narobić kłopotu') (SFraz); *dmuchać, pluć, komuś w kaszę* (WSF); *zjeść kogoś w kaszy* ('omamić, oszukać') (SFraz). Karmienie kaszą z kolei oznacza swatanie, por. *karmić kaszą młodych*; *Złej mu kaszy nawarzyła* ('złe go wyswatała') (Ad). Pozostałe paremie z wyrazami *kasza* i *krupy* zawierają wskazówki dotyczące przyrządzenia tego produktu oraz ostrzeżenia przed jego wysoką temperaturą po ugotowaniu, por. *Czekaj, aż kasza wre* (Ad); *Gorąca kasza w usta parzy*; *gorący, jak jagłana kasza*; *gorąca kasza* ('o porywczym człowieku'); *W pragnieniu woda, w żniwa pogoda, jedzenie w głodzie, przyjaciel w przygodzie, kasza osolona, i poczciwa żona rzeczy pożądana* (Ad); *Nie dosyć jest, chociaż kto w garnek krup nasypie, jeśli ich nie zamiesza, pewnie mu wykipie*. Jak podaje Młynarczyk, „hiperonimiczna nazwa *krupy* nie obejmowała kaszy z prosa nazywanej *jagłami* lub *kaszą jagłaną*” (Młynarczyk 2013, s. 56). Kasza jagłana była ceniona bardziej niż pozostałe odmiany, na co wskazuje przysłowie *Nie sięgaj przez krupy do jagieł*, będące przestrożą przed wywyższaniem się. Jagły stanowiły jedno z dań weselnych, czego świadectwem jest dawne zaproszenie na weselny obiad, wygłaszane

zwykle przez družbów ze strony pana młodego: *Proszę na te jagły, bo te jagły to się będą dobrze jadły*, choć przysłowia potwierdzają, że ten gatunek kaszy dość często gościł na chłopskim stole, por. *Jagły, chłopski zajac; Jagła jagłę goni; Jak jagły, tak jagły, aże się przejadły*.

Mięso i wędliny

Mięso przez wieki było produktem dostępnym tylko dla najbogatszych warstw społeczeństwa. Wśród najczęściej spożywanych rodzajów mięs wymieniana jest wołowina jako najzdrowsza i najbardziej pożywna. Oprócz niej na stołach dworskich gościła też cielęcina i baranina. Wieprzowina uznawana była za mięso posledniejszego gatunku, dlatego nie stanowiła ona pożywienia ludzi zamożnych. Wyrabiano z niej wędliny lub podawano ją na tzw. drugim stole, przy którym zasiadała służba. Ważne miejsce w kuchni dworskiej zajmowała też dziczyzna oraz drób dziki bądź hodowany (Molik 1999, s. 248–249, Kowecka 1984, s. 129–130). Ludność wiejska oraz miejska biedota jadała mięso sporadycznie, w czasie świąt i uroczystości rodzinnych, o czym pisze Gołębiowski: „rzadko kiedy i w uroczystych tylko zdarzeniach pokarmem chłopka mięso, wyjąwszy słoninę, która wielu potraw okraszą, i świninę, czasem sztukę drobiu; co tylko ma lepszego nie sie na sprzedaż, ażeby inne potrzeby naglące opędził” (Gołębiowski 1830, s. 32). W jadłospisie uboższych warstw społecznych pojawiały się ponadto tanie podroby zwierzęce, które spożywane były z kaszą, grochem, kapustą lub w zupie (Keckowa, Molenda 1978, s. 302).

Przysłowia nawiązujące do pokarmów mięsnych w zebranych materiale są reprezentowane przez około 240 jednostek. Poza leksemami o charakterze hiperonimów (*mięso, zwierzyzna, ptak*) występują w nich nazwy zwierząt hodowanych w celu uzyskania mięsa, np. *wół, baran, świnia, kura, gęś, indyk, kaczką*, oraz, choć w dużo mniejszej liczbie, nazwy dzikich ssaków i ptaków, np. *jeleń, sarna, zajac, bekas, bażant, kuropatwa, cietrzew, przepiórka* i in. Oprócz nich w analizowanych paremiach obecne są nazwy gotowych potraw mięsnych, np. *kotlety, pieczeń*, nazwy elementów tusz zwierzęcych, np. *kości, wątroba, słonina, schab*, a także nazwy wędlin, np. *kielbasa, szynka*.

W przysłowia z analizowanej grupy mowa jest m.in. o wyższości mięsa nad innymi rodzajami pożywienia, por. *Kaszka fraszka, jarzyna perzyna, chleb trawa, mięso potrawa; Kto mięso ma, o grzankę nie dba; Wolę zraz pieczeni spory niżeli kalafior*, a także o związanym z wysoką ceną przeznaczeniu potraw mięsnych tylko dla uprzywilejowanych grup społeczeństwa, por. *Nie każdy ma prosie na Wielkanoc; Im mięso, a nam polewka zostanie*. Ludność niezamożna musiała zadowalać się mniej wartościowymi produktami pochodzenia zwierzęcego:

Kto nie jadał mięsa, temu kości smaczne; Kapusta i flaki – dobry obiad taki. W paremiach zawarte zostały wskazówki na temat dodatków do mięsnych dań, z których najbardziej ceniony jest chleb: *Mięso najpiękniejsze bez chleba niesmaczne; Złe mięso bez chleba, dziewczka bez posagu; Cóż po ładnym mięsie, kiedy do mięsa nic nie ma* (Ad), rekomendacje dotyczące gatunków i jakości tego cenionego produktu, por. *Dobra sztuka mięsa, lepszy jeszcze mostek; Lepsza świnia główka, niż brzuch zajęczy; Na zakąskę pieczoną gąskę; Kto nie jadł czajczyny, ten nie jadł zwierzyny; Bez wołu nie będzie rosółu; Z tłustego mięsa tłusta polewka*, jak również zalecenia co do jego przechowywania i przyprawiania, por. *Kto do mięsa soli żałuje, temu się mięso zepsuje; Komu stanie na wieprz, temu stanie na pieprz.* W sposobie przyrządzania pieczonego mięsa mają swe źródło przysłowia mówiące o zbyt skromnym lub nadmiernym dbaniu o własne sprawy: *Kto pieczeń piecze, słuszna, aby jej skosztował; Cudzą pieczeń obraca, a o swojej nie myśli; Przy jednym ogniu dwie pieczenie upiec.* W omawianej grupie przysłów odnaleźć można ponadto pochwałę pracowitości, która w analizowanych paremiach kulinarnych pojawia się wielokrotnie: *Tym, co robią – mięso, co nie robią – gnaty; Nikomu w gębę ptak nie wleci* (Ad); *Łatwiej wołu zjeść, niż na cielę zarobić; Pieczone gołąbki nie przyjdą same do gąbki.* Krytyce poddawany jest brak równowagi między wykonaną pracą a ilością spożytego mięsa, por. *Zarobił ptaszka, zjadł wołu* (Ad); *Ptasznik wołu zje, a wróbla złapie* (Ad), oraz przedwczesne korzystanie z owoców niewykonanej jeszcze pracy, np. *Ptacy jeszcze w lesie, a on już rożenki struże; Nim zabijesz ptaszka, to zjesz całego wołaszka.* Odnotowano także porzekadła, które w oparciu o porównanie różnych zwierząt gospodarskich obrazują ludzką skłonność do postrzegania sytuacji życiowej innych ludzi jako lepszej i łatwiejszej, por. *Cudzy baran kruchy, a swój żylasty; Kura sąsiada jest zawsze tłustsza niżli własna gęś.* Inne jednostki frazeologiczne wskazują na większą wartość produktu już posiadanego od wartości pokarmu nawet bardziej wykwintnego, ale będącego cudzą własnością, trudno osiągalnego czy też pozostającego w sferze pragnień, por. *Lepsza własna gęś niż cudzy baran; Lepsza swoja kapusta niżeli cudza gęś tłusta; Lepsza kielbasa w rynce niż szynka u rzeźnika; Lepszy gołąb w ręku niż bażant na sęku; Wołę gęś na stole niż bażanta w polu.* Przysłowia dotyczące potraw mięsnych przestrzegają przed rozrzutnością, szczególnie w młodym wieku, która może doprowadzić do smutnej i ubogiej jesieni życia np. *Daj Boże za młodu jeść kości, aby na starość mięso* (Ad); *Kto za młodu mięso je, ten na starość kości gryzie* (Ad). Do tradycji jedzenia określonych rodzajów mięsa przy okazji świąt lub ważnych wydarzeń odnoszą się przysłowia: *Na zapusty będzie kurak tłusty; marcowe (wielkanocne) prosię; Wdzięczy się, jak prosię na Wielkanoc* (Bystroń 1933, s. 137); *Święto Marcina dużo gęsi zarzyna; Na świętego Marcina gęsi tuczone dobrze smakują, gdy upieczone* (Szymanderska 2011, s. 331); *Na świętego Marcina lepsza gęś niż zwierzyna* (Szymanderska 2011, s. 331); *Nierade kury na wesele, ale muszka.*

Bigos

W polskiej kuchni od dawien dawna przyrządzano „bigos z kapustą z różnego mięsiwa kawalcami, kiełbasą i słoniną, drobno pokrajanymi i z kapustą kwaśną pomieszanymi, i nazywano to bigosem hultajskim” (Kitowicz 1951, s. 433). W paremiologii występuje on jako potrawa wielokrotnie odgrzewana, która jest mieszaniną różnych resztek pokarmów i mało wartościowych składników: *Bigos ze starej miotły; Bigos to wczorajsza potrawa; Tylko odgrzewany bigos dobry (smaczny)* (Ad); *Ni to bigos, ni flaki*, a jego przyrządzanie kojarzone jest z robieniem zamieszania i wprowadzaniem chaosu, por. *bigosu narobić*.

Ryby

Niepoślednie miejsce w dawnej kuchni polskiej zajmowały ryby. Zapotrzebowanie na ten rodzaj pożywienia był związany z dużą liczbą dni postnych w ciągu roku. Ryby były spożywane świeże lub w postaci solonej, wędzonej oraz suszonej.

Hiperonim *ryby* wraz z gatunkowymi nazwami ryb, wśród których przeważa *śledź, szczupak, karp i stokfisz*, w badanym materiale występuje w ponad 110 przysłowiacz. Wyrażenia te zawierają przede wszystkim wskazówki dotyczące dodatków, z jakimi należy przyrządzać i podawać dania rybne: *Bez soli ryba, bez korzenia zwierzyna – nic nie jest; Kiedy ryba ma być dobra, powinna trzy razy pływać: w wodzie, w maśle i w winie; Ryba ma figurować w chrzanie, miodzie i szafranie; Ryba smaczna, kiedy pieprzna; Ryby orzechami, a mięso serem zajeść potrzeba; Po rybach – wina mach!*, a także uwagi odnośnie do najsmaczniejszych i najbardziej pożywnych części ryb, por. *Cała moc ryby w ogonie; U szczupaka ogon, a u karpia głowa najsmaczniejsza* (Ad). Odnotowane zostało również powiedzenie zawierające radę na temat wędzenia, por. *Gdy za dużo wędzisz rybę, to ją ususzysz* (PP), a także opisujące czynność nietypową w polskiej tradycji kulinarnej wyrażenie *Żywe ryby zjada*, oznaczające zmyślanie i mówienie nieprawdy. W świetle paremii potrawy z ryb są przedkładane nad grzyby i zupy, por. *Kiedy nie ma ryb, dobry i grzyb; Komu się ryby nie dostanie, ten na polewce przestanie; Na ryby wystarczyło, a na polewkę nie*, jednak są one mniej kaloryczne od mięsa i nie zastąpią sytego mięsnego dania, por. *Gdy rybno, to głodno; Najlepsza ryba: wół* (Ad), co więcej, mogą się dość szybko znudzić lub zepsuć, por. *Ryby, choć dobre bywają, w trzeci dzień się przejadają; Gość i ryba trzeciego dnia cuchnie*.

Śród konkretnych gatunków ryb ze względu na niewysoką cenę oraz dużą zawartość soli, która pozwalała na zaoszczędzenie tej cennej przyprawy, największą popularnością cieszyły się śledzie (Rutkowska-Płachcińska 1978, s. 255). Czynniki te zostały uwypuklone w przysłowiacz: *I na śledzia mu nie staje; Nawet*

na sól do śledzia nie zarobi; Potrzeba tego, jak śledziowi soli (Ad); śledzia solić ('robić coś na próżno'); słony jak śledź. W powiedzeniach z komponentem śledź eksponowana jest też cecha kształtu tych ryb, por. *cienki jak śledź; wychudzony, jak śledź wędzony* (Ad); *suchy jak śledź wędzony*, sposób ich oprawiania, por. *rozdrzeć jak śledzia*, pakowania, por. *jak śledzie w beczcze*, i wreszcie zwyczaj jedzenia ich w dużych ilościach w okresach postu, np.: *Komu post miły, niech gryzie śledzia, pan zje niedźwiedzia; panowanie śledzia i żurku* ('o okresie postu') (SFraz).

Oprócz śledzi jadano również stokfisz ('suszone dorsze') oraz ryby słodkowodne, w tym karpie, szczupaki, jesiotry, sumy, minogi, sandacze, okonie i łososie. Ryby te zwykle gotowano i podawano z sosami (Keckowa, Molenda 1978, s. 302). Co ciekawe, „umiejętność kucharska przyswoiła do ryb i bobry, robiąc z nich i na post kiełbaski, potrawki, *plusk* czyli ogon jego nadewszystko ceniąc” (Gołębiowski 1830, s. 40). Jak pisze Elżbieta Kowecka, chłopci jadali duże ilości piskorzy, które wyławiano ze stawów i mokradeł (Kowecka 1978, s. 350). Piskorz zyskał we frazeologii opinię pokarmu przeznaczonego dla uboższych warstw społeczeństwa, por. *Ubogiemu wszędy piskorz*, a także ryby charakteryzującej się niezwykłą ruchliwością, por. *Uwija się, jak piskorz w soli* (Ad); *wić się, wykręcać się, wywijać się jak piskorz* (WSF). Z kolei stokfisz to gatunek ryby, który w powiedzeniach jest uosobieniem głupoty, por. *głupi jak stokfisz* (Ad); *Nie stokfisz, nie okpisz* (Ad). Przywilejem zamożnej mniejszości społeczeństwa było spożywanie drogich i wykwintnych łososi, a także wyszukanych serdeli, por. *Kiedy masz łososia kupić, uważ pierwej, czy cię na śledzia stanie; Mniejsza o prosię, kiedy są łososie; Włoskie trele, francuskie fortele, niemieckie serdele kosztują wiele*.

Raki

Badacze zwracają uwagę na duże spożycie raków w XIX-wiecznej Polsce, które przygotowywano na różne sposoby. „Do przysmaków należało zwłaszcza aromatyczne «masło rakowe», czyli masło doprawione drobnutko utłuczonymi skorupkami ugotowanych raków, co dawało mu piękny czerwony kolor” (Kowecka 1984, s. 131).

Leksem *rak* w znaczeniu produktu spożywczego występuje w zaledwie kilkunastu przysłowiach, w których wyeksponowana jest m.in. barwa i sposób przyrządzania tego skorupiaka, por. *Raczek – dobry znaczek* ('rumieniec wstydu, skromności'); *Upiekł się jak rak; piec raki* ('zawstydzić się'); *Bieda, raku, woda wre!*, oraz niemożność nasycenia się daniem z niego przygotowanym, por. *Nie najadłeś się – masz jednego raka* (Ad); *Smaku jak w pieczonym raku; Niewart piezonego raka*. Jednocześnie raki stanowiły pożywienie wyszukane i elitarne, co obrazuje ironiczne powiedzenie *Jaki on szczodry: sam raki zjadł, a nam juskę oddał*. O owej

niespójności językowego obrazu raka w polskich przysłowiach pisze Maciej Rak, suponując, że jest ona konsekwencją nałożenia się dwóch wzorców kulturowych – ludowego i szlacheckiego: „dla chłopów raki były łatwo dostępnym źródłem pożywienia, ale przy tym dostarczającym mało mięsa i dlatego małowartościowym, z kolei dla szlachty raki przygotowane w wykwintny sposób uchodziły za rarytas” (Rak 2017, s. 164).

Warzywa

Warzywa, które wykorzystywano w polskiej kuchni, podawano niemal wyłącznie w postaci gotowanej. Wyjątek stanowiły rzodkiewki oraz ogórki używane do przygotowywania mizerii (Kowecka 1984, s. 131). Najczęściej spożywana była kapusta, która miała wiele walorów smakowych i zdrowotnych: „była ona oszczędna w użyciu, zachowywała w porównaniu z innymi zieleninami stosunkowo dużą masę po ugotowaniu, można ją było również przechowywać w formie kiszonki” (Rutkowska-Płachcińska 1978, s. 248–249).

Kapusta stanowiła podstawę wielu różnych kalorycznych potraw z kaszą, mięsem, grochem, słoniną i rybami. Warzywo to jest obecne w ponad 40 polskich przysłowiach. W części z nich jest ono ukazywane jako podstawa wiejskiej kuchni: *Gospodarz bez kapusty miewa brzuch pusty; Póki kapusta w kłodzie, bieda nie dobodzie; Dla panów dobre wino, prostakom kapusta*. W innych porzekadłach zachwalane są jego walory smakowe i kaloryczność: *Kwaszona kapusta sama idzie w usta; Kapusta to siła; Od kapusty brzuch tusty; Kapusta i flaki – dobry obiad taki*. Dania z kapusty są na tyle proste, że nie warto do nich stosować żadnych drogich i wyszukanych dodatków, por. *Szkoda balsamu na kapustę i drogiego olejku na buty* (Ad), ważne jest jedynie, by kapusta została odpowiednio okraszona: *Dobra i kapusta, aby tylko była tłusta; Kapusta kwaśna, ale niekraśna, trzeba by do niej wieprzowego sadła, toby się zjadła; Kapusty nigdy nie przekraszisz*. Co więcej, podobnie jak przygotowywany z niej bigos, smakuje lepiej, kiedy się ją kilkakrotnie odgrzewa, por. *Tylko odgrzewana kapusta dobra* (Ad). Być może to właśnie ta prostota dań z kapusty spowodowała, że jest ona przedstawiana jako uosobienie głupoty: *Głowa pusta jak kapusta* (Ad), a niektórzy uważają ją za potrawę zbyt mało wyszukaną: *Nie zna się już do kapusty*. O cechach fizycznych kapusty informują przysłowia: *Kapusty nie przesieka, baby nie przeszczeka* (Ad); *Ile liści na kapuście, tyle ludzi na odpuszcie* (Ad), natomiast jedno z powiedzeń nawet ją personifikuje: *I kapusta ma swe zdanie*.

Nie ma wątpliwości, że znacznie mniej niż kapusty spożywano rzepy, choć i ona znalazła swoje miejsce w paremiologii. Historyk jedzenia Jarosław Dumanowski uważa, że rzepa „funkcjonalnie była najbliższej roli odgrywanej obecnie

przez ziemniaki” (Dumanowski, Kasprzyk-Chevriaux 2018, s. 256). Inne źródła podają, że rzepę spożywano po ugotowaniu i duszeniu z solą i tłuszczem albo z mięsem, a także na sucho, pieczoną oraz wędzoną, przy czym wariant rzepy na sucho nie należał do ulubionych potraw w polskiej kuchni (Rutkowska-Płachcińska 1978, s. 249), por. *rad jak suchej rzepie* (Ad); *Sucha rzepa, karpiele, i to jeszcze w niedzielę; Będziesz i ty suchą rzepę gryzł*. Przysłowia eksponują łatwość gryzienia rzepy (*jak rzepę gryźć*) oraz jej ostry, nieco palący smak (*Po rzepce to się szepce*). Warzywo to zawiera wiele składników odżywczych, korzystnie wpływających na zdrowie i dobre samopoczucie, co ilustrują powiedzenia: *Kto się naje rzepy, to ma brzuch jak cepy; jędrny (zdrowy) jak rzepa* (SFraz); *chłop jak rzepa* (NW). W świadomości językowej Polaków najbardziej chyba utrwaliło się w powiedzeniu o nadmiernym indywidualizmie i braku wspólnoty w działaniu – *Każdy sobie rzepkę skrobie*. Leksem *rzepa* występuje również w funkcji eufemizmu w stwierdzeniu, że mało inteligentnemu człowiekowi nie należy powierzać zbyt złożonej rzeczy, bo może ją zepsuć: *Rzepę chłopu, nie zegarek* (Ad), co wskazuje na przypisanie omawianego warzywa do jadłospisu ludności wiejskiej.

Spośród warzyw strączkowych największą popularnością w dawnej polskiej kuchni cieszył się groch, którego i na wsi, i w mieście spożywano niemal tak dużo, jak zboża, w postaci gęstej zupy lub jako dodatek do potraw (Rutkowska-Płachcińska 1978, s. 248). Fakt ten znajduje potwierdzenie w powiedzeniu: *Kiedy jest tylko groch w chałupie i kapusta w kłodzie, to bieda nie dobodzie, boć kapusta to nasza gospodyni, a groch to gospodarz*. Groch przedstawiany jest w paremiach jako pokarm zdrowy i syty, w przeciwieństwie np. do ryżu, który był sprowadzany do Polski w niedużych ilościach i pojawiał się tylko w bogatych domach: *Grochowy rok – dobry rok* (Ad); *Kto je groch, żyje doch, a kto ryż, ten zdechnie dziś* (SFraz); *Jedz, chłopie, groch, bo dobry groch*. Groch jest tradycyjnie łączony z kapustą, obrazując w takim zestawieniu bałagan i chaos, por. *groch z kapustą*; *Kiedy w brzuchu pusto, w głowie groch z kapustą*, zachwalany jest także wariant grochu ze słoniną, por. *Groch bez szperki jak człowiek bez serca*; *Groch ze słoniną, rzepa z baraniną*. Cechy fizyczne grochu, takie jak kulisty kształt i twardość ziarenek, zostały zobrazowane w powiedzeniach: *groch o ścianę rzucać* (‘o działaniu nie przynoszącym rezultatu’) oraz *jak groch na bębnie* (‘o człowieku ruchliwym i niespokojnym’).

Zdecydowanie rzadziej niż groch na polskich stołach gościły soczewica i bób. Odnotowany został tylko jeden frazeologizm z wyrazem *soczewica*, eksponujący niedużą wartość potrawy z tego warzywa, por. *sprzedać (oddać) za łyżkę (miskę) soczewicy* (‘za nic’). W kilkunastu jednostkach frazeologicznych natomiast występuje wyraz *bób*. Jest w nich wyeksponowana m.in. przydatność tego warzywa w sytuacji, kiedy brakuje innych pokarmów, por. *Dobry bób, kiedy jest głód; kiedy nie ma głodu, to się nie chce bobu*. Nie należy ono jednak do najbardziej lubianych

pokarmów, na co wskazują wyrażenia *zadać bobu* (SFraz) ('dać się we znaki, dokuczyć'); *czarnego przyrzucić bobu* ('gotować zły los, niedolę'). W zestawieniu z innymi pokarmami bób także otrzymuje negatywną ocenę, por. *Jada bób, a udaje, że je migdały*. Jego ziarna są małe i grube, co prawdopodobnie stanowi bazę motywacyjną powiedzenia *chłop, jak z bobu gajdy* ('niezgrabnym mężczyźnie') (Prorok 2018, s. 231). Ta pospolita roślina strączkowa przywoływana jest też w powiedzeniu eksponującym czyjś brak wiedzy: *Zna się na tym, jak bób na kwaśnym mleku* (Ad). Inne jeszcze przysłowia pokazują, że bób nie należał do produktów deficytowych, zwykle było go pod dostatkiem: *Jest tego jak bobu* (Ad); *Dzieci jak bobu, a chleba ani krzynki* (Ad), a zjedzenie jego nadmiernej ilości może ograniczać możliwości intelektualne człowieka, por. *Prawi, jak objadysz się bobu* (Ad) ('mówi niedorzeczności, głupstwa').

Do warzyw powszechnie używanych w polskiej kuchni od bardzo dawna należą cebula i czosnek, które w pewnych jednostkach frazeologicznych występują razem, choć są sobie przeciwstawiane: *Ja o cebuli, ty o czosnku; Posłać go po cebulę, a on czosnku przyniesie* (Ad). Choć cebuli przypisywana jest cecha głupoty, por. *głupi jak cebula* (Ad), i przydawana jest jej niewielka wartość, por. *Niewarte jednej pieczonej cebuli*, to jednak jej brak w kuchni świadczy o ogromnej biedzie: *Ni cebulki, ni w co wkrajać*. Mądrość ludowa przypomina też o uciążliwym i dotkliwym wpływie krojonej cebuli na oczy krojącego: *z cebuli płakać* (Ad); *Oczy czerwone, jakby je cebulą ponacierał* (Ad). Okrągły kształt cebuli jest podstawą porównania *oczy jak cebule* (Ad), a jej warstwowa struktura stała się bazą dla określenia *ubierać się na cebulę, na cebulkę* (WSF).

Czosnek w przysłowiach jawi się przede wszystkim jako warzywo o silnym i trwałym zapachu, który długo utrzymuje się także w oddechu osoby je spożywającej, por. *Kto czosnku nie jada, z gęby mu nie cuchnie; Temu miłe piżmo, a temu czosnek*. W powiedzeniu *Czosnek głowę ma białą, a ogon zielony*, opisywane warzywo ze względu na barwy jego części jest motywacją paraleli ze starszym, posiwiłym, lecz pełnym młodzieńczej energii człowiekiem. Koncept negatywnie wpływającej na życie człowieka wielokrotnej zmiany miejsca zamieszkania lub profesji, został zobrazowany w przysłowiu: *Czosnek trzykroć przesadzony obraca się w truciznę*.

Wprowadzane do jadłospisu nowinki warzywne typu jarmuż, kapary, kalafior, włoszczyzna, nie były w Polsce dobrze przyjmowane, a często nawet stanowiły obiekt żartów i kpin (Keckowa, Molenda 1978, s. 305). Jak pisze Krystyna Bockenheimer, „kamień obrazu stanowiła sałata” (Bockenheimer 1998, s. 40), pogarda wobec której znalazła swoje miejsce w przysłowiach: *Dobra to dla Włocha żaba, a do niej sałata; Włoch się sałatą karmi, Polak po niej schudnie*.

W XIX wieku na stole polskim zaczęły upowszechniać się ziemniaki, które z czasem wypierały jadane wcześniej przez ludność wiejską rzodkiew i rzepę. Warzywa te w znaczący sposób wpłynęły na sposób odżywiania się Polaków, stały się

produktem konkurencyjnym w stosunku do kaszy, ale przede wszystkim stanowiły remedium na zagrożenie głodem (Brencz 2003, s. 137), mimo że „długo Polacy brzydzili się niemi, za szkodliwe je poczytywali zdrowiu, wmawiali to w popółstwo Xięża nawet” (Gołębiowski, s. 43–44). Ziemniaki zajęły obok kapusty miejsce w codziennym jadłospisie biedniejszych grup społeczeństwa, pozostałe jarzyny jedzono w znacznie mniejszych ilościach (Kowecka 1978, s. 343–344). Ziemniaki (kartofle) są w zebranych materiale leksykalnym oceniane pozytywnie, choć ze względu na ich późne pojawienie się w polskiej kuchni wyrażenia je opisujące stanowią skromną pod względem liczebności grupę.

Duży rozmiar niektórych bulw ziemniaczanych stał się podstawą motywacyjną porównania *nos jak kartofel* (SFraz), natomiast czynność niewyraźnego mówienia stereotypowo jest przyrównywana do mówienia z ustami pełnymi tego powszechnego w polskiej kuchni warzywa: *Mówi, jakby miał kartofle w gębie* (SFraz). Człowiekowi żarłocznemu przypisuje się zdolność zjedzenia niewiarygodnej ilości ziemniaków i barszczu w hiperbolicznym powiedzeniu: *Zjada żargon ziemniaków i sadzawkę barszczu*.

Owoce

Przysłowia potwierdzają, że na polskich stołach obecne były również owoce, które, jak opisują historycy, często pochodziły z przydomowych sadów, a w niektórych bogatych domach – również z przypałacowych oranżerii (Molik 1999, s. 254). Najczęściej przywoływane są owoce rodzime: jabłka, orzechy, śliwki i gruszki, w pojedynczych paremiach występują nazwy owoców egzotycznych, np. ananas, cytryna, figa lub kokos. Łącznie tworzą one grupę ponad 110 jednostek frazeologicznych.

Powiedzenia z komponentem *jabłko* eksponują kwaśny, a niekiedy i gorzki smak tego owocu: *amator kwaśnych jabłek* (Ad); *I kwaśne jabłko robak gryzie*; *Zbił go na kwaśne (gorzkie) jabłko* (Ad); *zjeść kwaśne jabłko*, oraz jego podatność na psucie się pod wpływem innych zepsutych owoców: *Jedno zgniłe jabłko wszystkie zarazi* (PP); *Położ zdrowe jabłko przy zgniłym, to wnet zgnije*. Czasem zepsucie nie jest widoczne na zewnątrz, można je stwierdzić dopiero po skosztowaniu: *Nie każde takie jabłko wewnątrz, jak zewnątrz*; *Trudno poznać jabłko, póki nie ukusisz*. Jabłka bywają zestawiane z gruszkami, jak w przysłowiu *Non omnibus omnia apta, nie wszystkim gruszki, drugim jabłka*, gdzie każde z owoców oznacza inny los, inną sytuację życiową, przy czym gruszki są w tej parze cenione wyżej. Te ostatnie pojawiają się także w parze z pietruszką w wyrażeniu eksponującym brak logiki: *ni z gruszki, ni z pietruszki*. Mądrość ludowa przestrzega przed ciężkostrawnością gruszek w powiedzeniu: *Od gruszek boli brzuszek*, oraz wskazuje

na odpowiedni czas na ich spożywanie: *Gdy osy obsiadą gruszkę, pewnie dojrzała już i słodka*. Przysłowia zawierają też uwagi obrazujące sposób zbierania gruszek, por. *Gdy nie padną trzęsione, nie trzeba rwać gruszek; uderzyć w wierzch gruszki* ('trafić w sedno'); *natrząć komu gruszek* ('wytargać za włosy'). Żal dotyczący gruszek o najlepszym smaku, które dostają się dzikim zwierzętom, wyrażony jest w powiedzeniu *Najsłodsze gruszki spadają same dla niedźwiedzi*. Powiedzenie *nie zasypiać gruszek w popiele* przestrzega przed konsekwencją przegapienia ważnego i decydującego momentu, przypominając o dawnym sposobie suszenia gruszek w trakcie przygotowań zapasów na zimę. Wpływ jakości produktu na smak przyrządzanej z niego potrawy eksponowany jest w powiedzeniu *Jaka gruszka, taka juszka*, mówiącym o podobieństwie charakterów między rodzicami i dziećmi.

Podstawą motywacyjną przysłów z komponentem *orzech* są jego charakterystyczne części – twarda łupina, którą trzeba rozbić, oraz cenne jądro: *Orzech ma twardą łupinę, a jądro smaczne; Kto chce orzech zjeść, niech zgryzie łupinę*, jeżeli zaś wewnątrz orzecha jest puste, to nie jest on nic wart: *Niewarte pustego orzecha; nie dać złego orzecha* ('nic nie dać'). Rozbijanie orzechów wiąże się z koniecznością użycia sporej siły, zatem wykonywanie tej czynności na czyjejs głowie nie jest przyjemne dla jej obiektu, por. *orzechy komuś na głowie łuskać* ('dokuczać komuś'). O sile potrzebnej do łuskania orzechów mówi także inne przysłowie, które zaleca jej używanie także w odniesieniu do innych przedmiotów, a nawet zrównywanych z nimi kobiet: *Orzech, stokfisz, niewiasta jednym kształtem żyją: nic dobrego nie czynią, kiedy ich nie biją*. Obłupywanie orzecha symbolizuje trudne zadanie, decydujący krok, por. *Przyszło na orzech* ('czas na rozstrzygnięcie czegoś'). Po jego rozbiciu łupina staje się bezwartościowym odpadkiem: *Dla nas orzechy, dla was będą łupiny; Nikt łuskin od orzechów nie chowa*, pozostaje smaczny środek, który trzeba pogryźć. Czynność gryzienia orzecha przedstawiana jest z jednej strony jako łatwa i szybka, por. *jak orzech zgryźć*, pod warunkiem, że człowiek posiada odpowiednie uzębienie, por. *Częstuje orzechami tego, co nie ma zębów; dać temu orzechy, kto ich gryźć nie może; Twardy orzech do zgryzienia*. Z drugiej strony obraz rozdrabniania orzechów w ustach przypomina zaciskanie zębów i zgrzytanie nimi w złości, co stało się podstawą wyrażenia *orzechy gryść* (pis. oryg.) (Ad) ('pałać nienawiścią, szykować zemstę'). Mądrość ludowa przestrzega ponadto, by nie wykonywać tej czynności w niewłaściwym towarzystwie: *Nie gryź z czartem orzechów* (Ad) ('nie igraj z ogniem').

Pierwsze śliwki robaczywki to jedno z najbardziej znanych przysłów, w których przywoływane są śliwki. Mówi ono o pierwszych nieudanych próbach, wskazując fakt, że w owocach tych niekiedy występują robaki. W paremiach jest też mowa o przeczyszczającym wpływie śliwek na układ pokarmowy człowieka, por. *U niego w głowie jak w brzuchu po śliwkach*, zaś podstawą motywacyjną wyrażenia *jak śliwkę połknąć* ('łatwo'), *nos jak śliwka* są ich cechy fizyczne – niewielki rozmiar niektórych odmian i kolor.

W dawnej Polsce do chętnie spożywanym owoców należały też jagody, które, jak zauważa Jan Stanisław Bystron, „spożywano w stanie surowym lub przerebionym; stanowiły one też jedną z danin dla dworu” (Bystron 1994, s. 469). Przysłowia podkreślają niewielki rozmiar tych owoców runa leśnego, który pozwala bez trudu je spożywać, np. *jak jagódkę połknąć*. Jednocześnie godna pochwały jest postawa człowieka, który nawet tak drobnym pokarmem jest gotów dzielić się z bliźnimi: *Za zgodą trzech się podzieli jedną jagodą* (Ad); *I jagodą by się z nim rozdzielił*. W paremiach z komponentem *jagoda* zawarte jest ponadto ostrzeżenie przed zepsuciem, które z łatwością przenosi się z jednego owocu na drugi, por. *Zgniła jagoda zdrową rozgnoi jagodę*, oraz wskazanie dotyczące zbierania jagód, por. *Niedojrzałej nie zrywaj jagody*. Jagody są cenne dla człowieka ze względu na swoje owoce, ich liście nie są do niczego potrzebne, co znajduje poświadczenie w wywodzącym się z epigramatu Jana z Wielomowic Gawińskiego powiedzeniu: *Zbywszy jagody nie wab mnie na liście*, w którym jagody symbolizują dziewczęcą cnotę (Krawiec-Złotkowska 2013, s. 345). Pozytywne wartościowanie tych darów natury jest podstawą kilku jednostek frazeologicznych podkreślających urodę, por. *piękny jak jagoda*; *rumiany jak jagoda*; *policzki, usta jak jagody* (WSF); *dziewczyna jak jagoda* (WSF).

Nabiał

Istotny element pożywienia w dawnej polskiej kuchni stanowił nabiał, głównie jajka i sery, które „jadano świeże jako twaróg, formowane w gomółki czy małdrzyki oraz obsuszane i wędzone” (Rutkowska-Płachcińska 1978, s. 249). Jajka występują w przysłowiach przede wszystkim w parze z kurą (*jajko mądrzejsze od kury*), jednak cenne są także jako produkt spożywczy, na który nie każdy może sobie pozwolić: *Jedno jaje we dwóch kraje, a czterech jedzą*; *Kiedy bal to bal, całe jajko w barszcz wal* (Ad); *Lepsze dziś jajko, niż jutro kokosz* (Ad); *Nie każdego stać na jajecznicę*; *Śmieje się, jak dziad do jaja* (Ad). Jajka mają mniejszą wartość w porównaniu do zwierzęcia, które je znosi: *Lepiej stracić jaje, niż kokosz*, lub innego zwierzęcia gospodarskiego, por. *Nie szkoda mozołu, stracić jaje, a zarobić wołu* (Ad), co stanowi życiową wskazówkę, by umieć czasem zrezygnować z jednej mniejszej rzeczy na rzecz innej, która przyniesie większą korzyść. Przysłowia podkreślają, że jajko musi być świeże: *Jedno stęchłe jajo psuje całą potrawę*; *Jaje dzisiejsze, chleb wczorajszy, cielę sześciedzielne, a wino łódzkie – najlepsze*, cenione są też jajka o innej barwie niż bura: *Gada na mnie, jak na bure jaje* (Ad). U podstaw kolejnych przysłów legły takie cechy fizyczne jajka, jak kształt, por. *Jajka na palcu nie położysz* (PP), krucha skorupka, por. *jak jaje stłuc* (‘bardzo łatwo’), *obchodzić się z czym jak z jajem*, oraz wyrazista barwa żółtka, wpływająca na wygląd przyrządzanych potraw: *żółty jak*

jajecznicą. W paremii *Nie stłukszy, nie dowiesz się, złe czy dobre jaje* podkreślona została konieczność rozbicia skorupki w celu sprawdzenia świeżości i przydatności jaja obrazująca trudności, które czasem trzeba pokonać, by dotrzeć do prawdy. Z kolei prośba o pomoc przy prostej czynności obierania jajka jest ironiczną charakterystyką człowieka bardzo leniwego: *Któż mi obłupi jajko?*

Paremie z leksemem *ser* zwracają uwagę, że jest on produktem pożywnym i zdrowym: *Kto ma ser z chlebem, głodem nie umrze; Żart żartem, a ser w torbie*, pod warunkiem, że spożywa się go o właściwej porze dnia: *Ser na rano złoto, na południe srebro, na wieczór ołów*. Inne przysłowia dotyczące sera mówią o konieczności jego leżakowania: *Tylko ser odkładany dobry*; o konieczności jego ochrony przed gryzoniami: *I ser, choć duży, przepadnie, gdy się szczur w niego zakradnie*, oraz polecają go jako nadzienie do pierogów: *Śpi jak ser w pierogu*.

Grzyby

Grzyby odgrywały ważną rolę w żywieniu ludności polskiej. Świadczy o tym duża liczba ich nazw w polszczyźnie: „syrojeszki, chrząszcze, czyli chrząstki, świśniarki, pieprzniki, gołąbki na Rusi zwane *hołubki*, gąski, jelonki, kutmanki, opieńki, zielonki, mleczaje, babki, pożarki, maśluki” (Gołębiowski 1830, s. 31–32). Jak podają autorzy opracowania *Kuchnia Słowian. O żywności, potrawach i nie tylko*, nasi przodkowie bardzo cenili ten dar natury w odróżnieniu od swych germańskich sąsiadów (Lis, Lis 2009, s. 63). Grzyby zajmują wyjątkowe miejsce pośród wszystkich produktów wykorzystywanych w polskiej kuchni: „w kulturze ludowej grzyby „zostały naznaczone piętnem niezwykłości jak dobra potajemnie wykradzione mieszkańcom tamtego świata”. Samo grzybobranie postrzegano jako wyprawę w nieznanne” (Hübner-Wojciechowska 1994, s. 145). Antropolog kultury Roch Sulima podkreśla, że poszukiwanie grzybów porównywane jest do błędzenia w zaświatach, do wędrówki po innym, nierzeczywistym świecie, a grzyby, które rosną nocą, pod nieobecność człowieka, są czymś ze sfery snu (Zawisza 2010). W kuchni polskiej grzyby najczęściej suszono w dużych ilościach, by później dodawać je do różnych potraw – zup, pierogów, kapusty, bigosu i innych. W XIX wieku zbierano około 30 gatunków grzybów, a w zamożnych domach pojawiały się także pieczarki (Kowecka 1984, s. 263).

W badanym materiale leksykalnym powiedzenia z grzybami w roli głównej stanowią nieliczną grupę (ok. 30 jednostek). Z jednej strony grzyby są uznawane za jeden z przejawów dostatniego wiejskiego życia, por. *Grzyby, ryby, mąka, ląka*, z drugiej strony uznaje się je za dobre pożywienie jedynie w sytuacji braku innych produktów, por. *Lepszy grzyb, jak nic* (Ad); *Kiedy nie ma ryb, dobry i grzyb*. Paremia *Grzyb, rydz – pańska potrawa* sugeruje, że ten konkretny gatunek grzybów

pojawiał się również na stołach bogatych domów, zatem jasne jest, że rydze były cenione bardziej niż pospolite bedłki³, które zostały utrwalone w powiedzeniu oznaczającym rzecz nieistotną, błahostkę: *To jest bedka* (pis. oryg.), i w przysłowiu, będącym ironicznym podziękowaniem dla skąpego gospodarza: *Dziękuję za bedłek, mam doma dość rydzów*. W świetle tak dobrej opinii o rydżach nieuzasadnioną zdaje się treść jednego z bardzo powszechnych polskich przysłów – *Lepszy rydz niż nic*, dlatego warto przytoczyć bardzo prawdopodobną tezę, że wspomniane powiedzenie nie dotyczy grzyba o nazwie *mleczaj rydz*, lecz rośliny zwanej *lnianką siewną* lub *lnicznikiem siewnym*, bardzo mało wymagającej, rosnącej na ubogich glebach, będącej właściwie chwastem upraw lnu, z której wyrabiano olej rydzowy, na przednówku często ratujący od głodu (zob. Köhler 2020, s. 122–125). W innych powiedzeniach rydze symbolizują zdrowie, por. *zdrów jak rydz* (Ad), służą jako obiekt porównania dla czerwonych obiektów, por. *czerwony jak rydz*, a wyprawa po te wysoko cenione i bardzo poszukiwane grzyby kojarzona jest z trudnościami, por. *Idzie jak po rydze* (‘powoli, niechętnie’).

Ludowa mądrość podkreśla, że przy zbieraniu grzybów niezwykle istotna jest wiedza na ich temat, por. *Trzeba znać rodzaj bedłek, kto chce grzyby zbierać*. Inna zawarta w przysłowiu sugestia nakazuje, by potrawy z grzybów (obok potraw z ryb i mięsa) były spożywane z dużą ilością wina: *Grzyby, ryby, wieprzowina – potrzebują szklanki (sporo) wina*.

Zupy

Wśród tradycyjnych zup o staropolskim rodowodzie wymienia się barszcz, krupnik, rosół, kapuśniak, żur, grochówkę, zupę szczawiową oraz chołodziec litewski (Gołębiowski 1830, s. 32–33). Zebrany materiał badawczy zawiera pojedyncze przysłowia z hiperonimami *zupa*, *polewka*, *juszka*, zawierające ogólne uwagi dotyczące tych dań: *Dużo polewki, a mało klusków*; *Wiele kucharzy – zła polewka* (Ad); *Bez garnka nie robi zupy kucharka* (Ad); *Z tłustego mięsa tłusta polewka*; *Kogo stać na juskę, tego stać i na pietruszkę*; *Nie stanie juszka za pietruszkę*. W licznych powiedzeniach wspominany jest rosół, żur i czernina. Rosół (wcześniej zwany ro[z]sołem) w dawnej kuchni był wywarem po długim gotowaniu suszonego mięsa, z którego trzeba było pozbyć się soli (Bockenheim 1998, s. 14). Mądrość ludowa głosi, że po jego spożyciu dobrze jest napić się wina: *Po rosole wino, jakby dukata z kieszeni wyjął doktorowi*. Jeśli jednak kogoś na rosół czy też mięso z niego nie stać, powinien zadowolić się tym co ma: *Lepsze swoje na smole, niżli*

³ *Bedłka* – grzyb z blaszkami na dolnej stronie kapelusza, występujący w licznych gatunkach od jadalnych do trujących (SJPD).

czyje w rosole. Tradycyjny żur w paremiologii jest przedstawiony jako niewyszukany posiłek dla prostych ludzi: *wychowany na żurze* ('nieokrzesany'); *Na żurek nie ma dziurek, a na ciastko to je gniazdko*. Zwyczaj odmowy po oświadczeniach w formie podania kawalerowi znanej z utworu Adama Mickiewicza czarnej polewki utrwalony został w powiedzeniu: *Dostał odprawę: czerninę na potrawę*.

Najwięcej przysłów z omawianej grupy związanych jest z barszczem. Warto zaznaczyć, że początkowo barszczem nazywano wywar z kiszzonej rośliny o takiej właśnie nazwie (barszcz zwyczajny – *Heracleum sphondylium*), dopiero później zaś barszcz zaczęto przyrządzać z botwiny i wreszcie z samych buraków (Gołębiowski 1830, s. 33; Dumanowski, Kasprzyk-Chevriaux 2018, s. 88–89). Barszcz gotowany był w dwóch odmianach – mięsnej oraz postnej z grzybami i uszkami. O postnym barszczu jako o rzadkiej i mało sycącej zupie mówią przysłowia: *Dwoje rzadkiego, a trzeci barszcz; Dwa grzyby w barszczu nieco za wiele*. Negatywna ocena takiego skromnego posiłku zawarta jest także w lekceważącym określeniu *barszczyk*, opisującym człowieka bez własnego zdania, oraz porównaniach wskazujących na niedużą wartość i mało atrakcyjny smak tej zupy: *tani jak barszcz; Jest jako barszcz, ani pomoże, ani zaszkodzi*. Zdecydowanie bardziej ceniony jest wariant gęstego barszczu z wieprzowiną, słoniną, kiełbasą lub kurą, a przede wszystkim barszczu gotowanego na wołowej kości szpikowej, czyli tzw. rurze: *Kiep barszcz bez rury; Przyda się, jak rura do barszczu* (Ad); *Gęsty barszcz czeladzi nie odstraszy*. Kiedy jest go odpowiednio duża ilość, głód nikomu nie grozi: *Gdzie jest barszcz, kapusta, tam chata nie pusta; Dobry barszczyk, ale mały garnczek*.

Zakończenie

Analiza ilościowa i jakościowa zebranego materiału paremicznego pozwala na sformułowanie szeregu ogólnych refleksji na temat polskiej kultury kulinarnej, jak i wniosków szczegółowych dotyczących poszczególnych nazw potraw. Badanie nieswobodnych połączeń wyrazowych zawierających nazwy pożywienia w ramach 12 większych grup pokazało, że jedną z istotnych cech polskiej kuchni do początków XX wieku była klasowość pożywienia. Sposób odżywiania się zamożnej części społeczeństwa i uboższych jego grup różnił się po pierwsze obecnością lub brakiem mięsa w codziennym jadłospisie, po drugie – ilością i częstotliwością spożywanych pokarmów. Dieta mniej zamożnych i ubogich klas była zdeterminowana faktem, że większość produktów spożywanych przez przedstawicieli niższych warstw społecznych była produkowana w obrębie danego gospodarstwa, a towary nadające się na sprzedaż nie były konsumowane. Było to zatem jedzenie raczej monotonne i niewyszukane, co jest wyraźnie eksponowane w wielu powiedzeniach.

W analizowanych przysłowiaach wielokrotnie pojawia się zachęta do minimalizmu konsumpcyjnego. Liczne paremie zawierają pochwałę umiarkowania, które jest cechą zasługującego na szacunek człowieka, a także jedną z cnót kardynalnych obok roztropności, sprawiedliwości i męstwa. Powszechnie znana rozrzutność zamożnej szlachty doprowadziła do bankructwa niejednego pana, dlatego też mądrość ludowa zaleca oszczędne życie, które zapewni spokój i dostatek na starość oraz dobrą przyszłość potomstwu.

Nieodłącznym elementem językowo-kulturowego obrazu potraw jest ścisły związek jedzenia z pracą. W paremiach tylko pracowity człowiek zasługuje na pożywienie, lenistwo jest oceniane jednoznacznie negatywnie. W kontekście tym pojawiają się gorzkie refleksje dotyczące przejawów niesprawiedliwości społecznej, polegającej na wykorzystywaniu ciężko pracujących ludzi przez tych, którzy pracy nigdy nie podejmują. Życie na cudzy rachunek w świetle przebadanych przysłów jest godne potępienia.

Analiza częstotliwości użycia określonych nazw pożywienia w zebranych jednostkach frazeologicznych pozwala na sporządzenie pewnego rodzaju jadłospisu przeszłych pokoleń oraz na wskazanie potraw jadanych najczęściej – czy to z zamiłowania czy to z konieczności w sytuacji braku innego pokarmu. Kwintesencją posiłku, synonimem życia i symbolem dobrobytu i dostatku jest chleb, o czym świadczy choćby liczba powiedzeń przywołujących ten powszedni pokarm (ponad 27% wszystkich badanych jednostek frazeologicznych). Do zestawu potraw preferowanych należą potrawy mięsne. Brak tego składnika pożywienia rekompensowany był przez produkty zbożowe i warzywa strączkowe, tj. kluski, kaszę, groch, kapustę. Potrawy z nich po dziś dzień często goszczą w polskich domach. Nowinki kulinarne przyjmowały się w polskiej tradycji żywieniowej bardzo powoli i z trudnościami.

Zróżnicowana społecznie dieta, którą pozwalają odtworzyć analizowane przysłowia, nie pozostawała bez istotnego wpływu na osoby ją stosujące. Pożywienie zamożnych warstw społeczeństwa obfitowało w potrawy tłuste i ciężkie, nadmiernie przyprawione, którym towarzyszyły duże ilości wina, co z pewnością było przyczyną wielu chorób. Ludzie najbiedniejsi jedli niewiele potraw bardzo mało urozmaiconych, a nieraz z pewnością doświadczali też głodu. Takie jedzenie musiało prowadzić do niedoborów witamin i innych niezbędnych składników odżywczych. „Stosunkowo najbardziej higieniczne pożywienie miały średnio zamożne grupy szlachty i mieszczaństwa. Nie nadużywały drogich i niezdrowych potraw, a jednocześnie nie głodowały i nie odżywiały się zbyt jednostronnie.” (Keckowa, Molenda 1978, s. 322). Produkty i półprodukty z własnych gospodarstw były naturalne, mało przetworzone, niedosładzane, miały wysoką wartość odżywczą itd. Ten zrównoważony wariant dawnej polskiej kuchni można współcześnie bez wątplenia nazwać kuchnią ekologiczną, czy też „biokuchnią”.

jak czyni to Zbigniew Przybylak, opisując tradycyjne potrawy Pomorza i Wielkopolski (Przybylak 2005, s. 245–246).

Bibliografia

- Adalberg, S. (1889–1894). *Księga przysłów, przypowieści i wyrażeń przysłowiowych polskich* [image/x.djvu]. Pozyskano z <https://www.wbc.poznan.pl/dlibra/publication/11603/edition/18873/content> [data dostępu 12.09.2020].
- Ananiewa, N. (2017). O chlebie powszednim. Nazwy chleba i wyrobów piekarniczych w języku polskim i rosyjskim, *Acta Universitatis Wratislaviensis. Slavica Wratislaviensis*, 165, 27–34. DOI: 10.19195/0137-1150.165.2
- Bockenheimer, K. (1998). *Przy polskim stole*. Wrocław: Wydawnictwo Dolnośląskie.
- Brencz, A. (2003). Chłopskie jadło. W: T. Stegner (red.), *W kuchni i za stołem. Dystanse i przenikanie kultur* (136–144). Gdańsk: Arche.
- Bystron, J.S. (1933). *Przysłowia polskie*. Kraków: Polska Akademia Umiejętności.
- Bystron, J.S. (1994). *Dzieje obyczajów w dawnej Polsce. Wiek XVI–XVIII*, t. 2. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Długosz, K. (2001). Językowy obraz chleba w Biblii i przysłowia, *Prace Filologiczne*, 46, 153–163.
- Dumanowski, J., Kasprzyk-Chevriaux, M. (2018). *Kapłony i szczeżuje. Opowieść o zapomnianej kuchni polskiej*. Wołowiec: Wydawnictwo Czarne.
- Dźwigoł, R. (2013). O jedzeniu i pracy – na podstawie polskich przysłów, *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia Linguistica*, VIII, 62–72.
- Gapiński, B. (2018). Chleb w życiu codziennym społeczności wiejskiej. W: J. Adamowski, M. Tymochowicz (red.), *Dziedzictwo kulinarne w kontekstach tradycyjnych i współczesnych* (159–168). Lublin: Muzeum Lubelskie.
- Gołębiowski, Ł. (1830). *Domy i dwory*. Pozyskano z <https://docer.pl/doc/x85c5c0> [data dostępu: 20.02.2021].
- Hącia, A. (red.). (2004). *Przysłowia polskie*. Warszawa: Świat Książki, 2004.
- Hübner-Wojciechowska, J. (1994). Symbolika i magia świątecznych potraw w Polsce. W: M. Łozińska (red.), *Wokół stołu i kuchni* (143–149). Warszawa: TENTEN Publishing House.
- Keckowa, A., Molenda, D. (1978). Wyżywienie. W: A. Keckowa, D. Molenda (red.), *W: Historia kultury materialnej Polski w zarysie. Tom III od XVI do połowy XVII wieku* (301–323). Wrocław: Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich, Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk.
- Kitowicz, J. (1951). *Opis obyczajów za panowania Augusta III*. Wrocław: Wydawnictwo Zakładu Narodowego im. Ossolińskich.
- Kłosińska, A., Sobol, E., Stankiewicz, A. (red.) (2005). *Wielki słownik frazeologiczny PWN z przysłowiami*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Köhler, P. (2020). Problem z rydzelem, *Alma Mater*, 218, 122–125.
- Kolberg, O. (1977). *Przysłowia*. Warszawa: Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza.
- Kowalski, P. (2000). *Chleb nasz powszedni: o pieczywie w obrzędach, magii, literackich obrazach i opiniach dietetyków*. Wrocław: Towarzystwo Przyjaciół Ossolineum.
- Kowecka, E. (1978). Pożywienie. W: E. Kowecka, M. Różycka-Glassowa (red.), *Historia kultury materialnej Polski w zarysie. Tom V od 1795 do 1870 roku* (343–385). Wrocław: Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich, Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk.
- Kowecka, E. (1984). *W salonie i w kuchni. Opowieść o kulturze materialnej pałaców i dworów polskich w XIX w.* Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Krawiec-Złotkowska, K. (2013). Floralium w Dworzankach Jana z Wielomowic Gawińskiego. W: A. Janicka, G. Kowalski, Ł. Zabiński (red.), *Prace dedykowane Profesor Świetłanie Musijenko* (329–348). Białystok: Książnica Podlaska im. Łukasza Górnickiego. Pozyskano z https://repozytorium.uwb.edu.pl/jspui/bitstream/11320/8436/1/K_Krawiec-Zlotkowska_Floralium_w_Dworzankach_Jana_z_Wielomowic_Gawinskiego.pdf [data dostępu: 25.03.2021].
- Krzyżanowski, J. (red.). (1969–1972). *Nowa księga przysłów i wyrażeń przysłowiowych polskich*, t. 1–3. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Kubiak, I., Kubiak, K. (1981). *Chleb w tradycji ludowej*. Warszawa: Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza.
- Lis, H., Lis, P. (2009). *Kuchnia Słowian. O żywności, potrawach i nie tylko...* Kraków: EGIS Sp. z o.o.
- Maksymiuk-Pacek, B. (2018). Chleb i sól w obrzędzie weselnym (na przykładzie południowego Podlasia). W: J. Adamowski, M. Tymochowicz (red.), *Dziedzictwo kulinarne w kontekstach tradycyjnych i współczesnych* (169–178). Lublin: Muzeum Lubelskie.
- Młynarczyk, E. (2013). *Nie święci garnki lepią: obraz rzemiosła utrwalony w polskiej frazeologii*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Młynarczyk, E. (2016). Językowy obraz pożywienia ludności wiejskiej w sytuacjach niedostatku materialnego (na przykładzie wybranych frazemów), W: M. Rak, K. Sikora (red.), *Słowiańska frazeologia gwarowa* (253–266). Kraków: Księgarnia Akademicka.
- Molik, W. (1999) *Życie codzienne ziemiaństwa w Wielkopolsce w XIX i na początku XX wieku. Kultura materialna*. Poznań: Wydawnictwo Poznańskie.
- Prorok, K. (2017). Małe, czarne, okrągłe, a każdego wyszczypie. O pieprzu i pieprzeniu w polszczyźnie ludowej i potocznej, *Etnolingwistyka*, 29, 61–84. DOI: 10.17951/et.2017.29.61
- Prorok, K. (2018). Dobry bób kiedy jest głód? Bób w polskiej tradycji ludowej – próba definicji kognitywnej. W: J. Żychlińska (red.), *Apetyt na jedzenie. Pokarm w społeczeństwie, kulturze, symbolice na przestrzeni dziejów* (208–216). Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Przybylak, Z. (2005). *Tradycyjna kuchnia pomorsko-wielkopolska czyli od poliwek i golców po okrasę i pierniki*. Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.

- Rak, M. (2017). Na bezrybiu i rak ryba. Językowo-kulturowy obraz raka w polszczyźnie, *Etnolingwistyka*, 29, 149–169. DOI: 10.17951/et.2017.29.149
- Rutkowska-Płachcińska, A. (1978). Pożywienie, napoje. W: A. Rutkowska-Płachcińska (red.), *Historia kultury materialnej Polski w zarysie. Tom II od XII do XV wieku* (247–279). Wrocław: Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich, Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk.
- Skorupka, S. (red.). (1993). *Słownik frazeologiczny języka polskiego*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Skorupska-Raczyńska, E. (2016). Nie trwam o jedzę, kiedy dobrze siedzę. O jedzeniu i żarciu w paremiologii polskiej dawnej i współczesnej. *Poznańskie Studia Polonistyczne. Seria Językoznawcza*, vol. 23 (43), nr 1, 95–115. DOI: 10.14746/pspsj.2016.23.1.7
- Stypa, H. (2018). O chlebie naszym powszednim – motyw chleba w kulturze i języku polskim. W: J. Żychlińska (red.), *Apetyt na jedzenie. Pokarm w społeczeństwie, kulturze, symbolice na przestrzeni dziejów* (208–216). Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Szymanderska, H. (2011). *Polskie tradycje świąteczne*, Warszawa: Świat Książki.
- Świrko, S. (1985). *Na wszystko jest przysłowie. Popularny wybór przysłów w układzie tematyczno-hasłowym*. Poznań: Wydawnictwo Poznańskie.
- Wałęciuk-Dejneka, B. (2010). *Chleb w folklorze polskim – w poszukiwaniu znaczeń*. Siedlce: Wydawnictwo Akademii Podlaskiej.
- Wysoczański, W. (2006). *Językowy obraz świata w porównaniach zleksykalizowanych. Na materiale wybranych języków*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Zawisza, A. (3.10.2010). Grzyb a sprawa polska, *Tygodnik Przegląd*, 39/2010. Pozyskano z <https://www.tygodnikprzeglad.pl/grzyb-sprawa-polska/> [data dostępu: 2.02.2021].

Wykaz skrótów

- Ad – A. Adalberg, *Księga przysłów, przypowieści i wyrażen przysłowiowych polskich*, Warszawa 1889–1894.
- WSF – *Wielki słownik frazeologiczny PWN z przysłowiami*, opr. A. Kłosińska, E. Sobol, A. Stankiewicz, Warszawa 2005.
- K – O. Kolberg, *Przysłowia*, Warszawa 1970.
- PP – *Przysłowia polskie*, wyb. A. Hącia, Warszawa 2004.
- NW – *Na wszystko jest przysłowie. Popularny wybór przysłów w układzie tematyczno-hasłowym*, wyb., opr. S. Świrko, Poznań 1985.

STRESZCZENIE

Artykuł jest próbą przedstawienia językowo-kulturowego obrazu dawnych polskich praktyk kulinarnych i konsumpcyjnych zawartego we frazeologii polskiej. Analizie poddane zostały przysłowia i związki frazeologiczne z dawnego i współczesnego języka polskiego mające w swym składzie nazwy potraw i produktów spożywczych. Na podstawie przeprowadzonego badania można sporządzić pewnego rodzaju jadłospis przeszłych pokoleń Polaków i wskazać potrawy ulubione i najczęściej przez nich spożywane. Z przeanalizowanego materiału leksykalnego wyłania się obraz diety bardzo zróżnicowanej społecznie, zależnej od zamożności konsumentów. Niezależnie od statusu społecznego paremie kulinarne zachęcają do minimalizmu konsumpcyjnego, zawierają pochwałę umiarkowania i pracowitości. Zobrazowany w nich zrównoważony wariant dawnej polskiej diety współczesny konsument może z powodzeniem uznać za cieszącą się obecnie dużą popularnością kuchnię ekologiczną.

SŁOWA KLUCZOWE: etnolingwistyka, przysłowia, jedzenie, kuchnia, językowy obraz świata

KATARZYNA KULIGOWSKA

Wydział Neofilologii

Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu

al. Niepodległości 4

61-874 Poznań