

OPEN VILLAGE ΑΝΟΙΧΤΟ ΧΩΡΙΟ

Για τη φύση και την πολιτιστική κληρονομιά

**Γύρω από ένα τραπέζι στις 4 εποχές του χρόνου
Ιστορίες γεύσης στον Άγ. Λαυρέντιο**

Ευθυμία Λεκίδου, Ευγενία Τσιρώνη



Κείμενα – έρευνα
Ευθυμία Λεκίδου, Ευγενία Τσιρώνη

Τις πληροφορίες έδωσαν:
Κατίνα Δεληγιάννη
Μαρίκα Τριανταφύλλου
Ευανθία Τσιρώνη
Ασημίνα Φραγκογιάννη
Κώστας Φραγκογιάννης

Φωτογραφίες
Σταύρος Μπαγτζίλογλου

Φωτογραφίες αρχείου
Γιάννη Αγαπητού
Κατίνας Τσιακατίρη

Ιδέα, Editing
Πάτρα Θεολογίδου

Το Ανοιχτό Χωριό γεννήθηκε επίσης γύρω από ένα τραπέζι! Χειμώνας 2016, βραδάκι, μια μικρή παρέα, γύρω από ένα τραπέζι, με κρασάκι και φαγάκια συζητά για το μέλλον του χωριού. Είμαστε στην καρδιά της οικονομικής κρίσης.

Από την αναζήτηση γεννιέται η δημιουργία του «Ανοιχτού Χωριού» με ζητούμενο να βάλει ένα μικρό λιθαράκι στην τοπική ανάπτυξη, προβάλλοντας, μέσα από τις δράσεις του, την υλική και άυλη πολιτιστική κληρονομιά και τους φυσικούς πόρους της περιοχής.

Εργαστήρια για όλες τις ηλικίες, επιστημονικές συναντήσεις, ξεναγήσεις σε δημόσια και ιδιωτικά κτίρια και στο δημόσιο χώρο, αναγνώριση βοτάνων, προβολές ταινιών, μαγειρέματα και πολλές ακόμα δράσεις, γύρω από θέματα που συνδέονται με την υγεία, την τοπική παράδοση, τη διατροφή, την προφορική ιστορία, την καταγραφή, προστασία και ανάδειξη της αρχιτεκτονικής κληρονομιάς περιλαμβάνονται στις εκδηλώσεις του.

Το 2017 ήταν η πρώτη χρονιά που πραγματοποιήθηκε το “Open Village / Ανοιχτό Χωριό, με πολλή δουλειά και ενθουσιασμό από κατοίκους του Αγ. Λαυρεντίου, μόνιμους και εποχικούς, φίλους και φορείς που αγκάλιασαν από την πρώτη στιγμή της δράσης του και εκλεκτούς προσκεκλημένους που πρόθυμα συμμετείχαν στις εκδηλώσεις του, ανεβάζοντας τον πήχη ψηλά.

Στο πλαίσιο αυτό, συζητήσα με την Ευθυμία Δεκίδου και την Ευγενία Τσιρώνη, φίλες, κάτοικοι του χωριού και κυρίως ενεργοί πολίτες, την προοπτική να αναλάβουν να καταγράψουν και να προβάλουν την καταγραφή της τοπικής παράδοσης στη διατροφή. Δέχθηκαν, δούλεψαν με ενθουσιασμό και παρουσίασαν τα αποτελέσματα της δουλειάς τους στις πρώτες εκδηλώσεις μας, το 2017.

Έξι χρόνια μετά, είμαστε στην ευχάριστη θέση να εκδώσουμε αυτό το έντυπο, που επιτρέπει την ευρύτερη διάχυση του υλικού αυτού.

Πάτρα Θεολογίδου

Σχεδιασμός, συντονισμός εκδηλώσεων «Ανοιχτού Χωριού»

Όταν ξεκινήσαμε να μιλάμε με την Ευγενία για το θέμα της γαστρονομίας στην περιοχή, είχαμε ένα κράτημα για το πώς θα μπορούσε όλο αυτό να ενσωματωθεί σε ένα περιβάλλον με αρχιτεκτονικές γραμμές.

Αλλά ξαφνικά συνειδητοποιήσαμε πως όλο το εγχείρημα γινόταν γύρω από ένα τραπέζι, τότε με καφέ και κουλουράκια, τότε με κρασάκι και μεζέ, αλλά σχεδόν πάντα γύρω από ένα τραπέζι, εκεί στην κουζίνα.

Μιλώντας θυμηθήκαμε τα παιδικά μας χρόνια, από διαφορετικές αφετηρίες η κάθε μία. Το διάβασμα στην κουζίνα ανάμεσα σε μυρωδιές φαγητού και πολλαπλασιασμούς, σε μυρωδιές από κουλουράκια και ψημένο ψωμί και γεωγραφία, σε αρώματα γλυκών και καμένης ζάχαρης και ορθογραφίας.

Θυμηθήκαμε τις γειτόνισσες που έρχονταν για καφεδάκι, και τους φίλους που κάθονταν τα βράδια για τσιπουράκι και κουβέντα.

Ακόμη το μπάνιο μας στη σκάφη κι αυτό στην κουζίνα, μιας και ήταν το πιο ζεστό δωμάτιο.

ΖΕΣΤΟ ΓΙΑΤΙ ΗΤΑΝ ΤΟ ΠΙΟ ΖΩΝΤΑΝΟ.

Έτσι κάπως θελήσαμε να συνθέσουμε σ' αυτήν την ενότητα της γαστρονομίας στο χωριό, σαν παρέα που ετοιμάζεται να πει το τσιπουράκι της με το μεζέ.

Οι αγαπημένες μας φίλες που ζουν στο χωριό μας εμπιστεύτηκαν για να ζωντανέψουμε τις στιγμές που ζήσαν, και που ζουν αλλά κι αυτές που μεταδίδουν σ' εμάς...

Ευθυμία Λεκίδου, Ευγενία Τσιρώνη

4 Γυναίκες για κάθε εποχή:

Άνοιξη - Πηνελόπη Κόττη
Καλοκαίρι - Κατερίνα Τσιρώνη
Φθινόπωρο - Ασπασία Σαράφη
Χειμώνας - Μαρίκα Τριανταφύλλη

ΑΝΟΙΞΗ

Η ομορφότερη απ' όλες.

Μετά από έναν συνήθως χιονισμένο και βαρύ χειμώνα, η Άνοιξη.

Υπήρχε ξεσήκωμα, φύτεωναν όλα τα βλαστάρια, ξεκινούσαν και μάζευαν τσιτσιράβλα (κορυφές από αγριοφυστικιές) για βραστή σαλάτα με φρέσκο σκορδάκι, ιδανικός μεζές για τσίπουρο, βέργια και σπαράγγια για βραστή σαλάτα. Επίσης, τις κορφές από τις φτέρες για βραστή σαλάτα ή τηγανητές με κουρκούτι και σκορδαλιά.

Μάζευαν πολλά χόρτα, ραδίκια, μοσχολάχανα, λιόκουρες, πρασουλίδες, καυκαλίθρες, μυρώνια που όλα μαζί τα έλεγαν λάχανα, και έφτιαχναν πίτες, έφτιαχναν με μπακαλιάρo παστό, με σουπιές, αλλά και με αυγά.

Ένα ιδιαίτερο φαγητό ήταν και τα λάχανα με τραγίο φρικασέ. Επίσης ψάρια με μάραθα και το έλεγαν ψαρόπιτα.

Την Καθαρά Δευτέρα, οι νοικοκυρές έπλεναν και καθάριζαν ολόκληρη την κουζίνα απ' άκρη σ' άκρη, καθάριζαν πλαστάρια, κουτάλια, πιρούνια, μέχρι και το καλάθι του ψωμιού, και αυτό ήταν η καθαριότητα για την απαρχή της νηστείας του Πάσχα.

Την Άνοιξη, ξεκινούσαν οι νοικοκυρές τα πρώτα φυτώρια για το καλοκαιρινό τους μπιστόνι.

Το κάθε σπίτι είχε τις δικές του κατοίκες και πρόβατα, από τα οποία μάζευαν το γάλα και έφτιαχναν το τυρί της χρονιάς (φέτα και γαλοτύρι).



ΠΑΣΧΑ

Μέσα στην Άνοιξη έπεφτε πάντα η νηστεία της Σαρακοστής του Πάσχα που ήταν η πιο αυστηρή. Δεν έτρωγαν καθόλου κρέας, ψάρι, τυρί, αυγά, παρά μόνο λαδερά, ψάρια (όποτε επιτρεπόταν), χταπόδι και σουπιές. Τα χταπόδια πολλές φορές ήταν αποξηραμένα και τα μούλιαζαν αποβραδīs, για να τα μαγειρέψουν την επομένη.

Τη Μεγάλη Εβδομάδα οι νοικοκυρές έφτιαχναν ένα ψωμί από ρεβίθια που λεγόταν φτασμίτ'κο και που έπαιρνε μέρες να γίνει έτοιμο για φάγωμα. Κοπάνιζαν τα ρεβίθια και τα έβαζαν σε χλιαρό νερό να μουλιάσουν. Αυτά έβγαζαν έναν αφρό με τον οποίο ανάπιαν το προζύμι με το αλεύρι. Έφτιαχναν απ' αυτό το ζυμάρι ψωμί, και κουλούρια με σταφίδες.

Το βράδυ της Ανάστασης, έτρωγαν σούπα από κεφαλάκι κατσικίσιο και μερίδες κρέατος με άνηθο. Επίσης έφτιαχναν με τα εντόσθια του μικρού ζώου και τα έντερα γαρδούμπες. Σε πολλές περιπτώσεις, συγγενικές οικογένειες έπαιρναν το κατσίκι και το μοίραζαν στα δύο για άμεση κατανάλωση λόγω έλλειψης ψυγείων.

Το κατεξοχήν γλυκό του Πάσχα ήταν ο μπακλαβάς, τον οποίο πήγαιναν στους νονούς των παιδιών, αλλά και για κέρασμα. Έφτιαχναν επίσης και κουλούρια με φρέσκο βούτυρο.

Ανήμερα του Πάσχα, έπηναν πάντα κατσικάκι ή αρνάκι, πάντα ντόπιο, και τη συκωταριά την έφτιαχναν γαρδούμπες.

Τη δεύτερη μέρα, συνήθως, τα βαφτιστήρια πήγαιναν στη νονά «πασχαλιά». Η «πασχαλιά» ήταν πάντα μια πιατέλα γεμάτη μεγάλα κομμάτια μπακλαβά (ο αριθμός έπρεπε πάντα να είναι μονός αριθμός), και ένα εντυπωσιακό καλάθι με κουλούρια και κόκκινα αυγά, δεμένο με κόκκινη κορδέλα. Η πιατέλα πάντα γύριζε πίσω από τους νονούς με σταφίδες και χρήματα.

Στα αρραβωνιασμένα ζευγάρια, ο γαμπρός είχε την υποχρέωση να στείλει στο σπίτι της νύφης ένα αρνάκι, ζωντανό ή σφαγμένο, στολισμένο με μια κόκκινη κορδέλα και μια μεγάλη λαμπάδα, σαν πεσκέσι για το Πάσχα.

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Και έρχεται το καλοκαίρι που οι γυναίκες κάνουνε μια μεγάλη προετοιμασία για τον χειμώνα. Έπρεπε να ετοιμάσουν όλα τα καλούδια για τον δύσκολο και βαρύ χειμώνα.

Έφτιαχναν πελτέ ντομάτας, σάλτσες, τουροί μελιτζάνας με σκόρδο, σέλινο και καρότο. Έφτιαχναν το Μπερεκέτι, κάτι που χάθηκε τελείως στις μέρες μας. Το έφτιαχναν παίρνοντας τα κορόμηλα, τα έβραζαν σε καζάνι με αλάτι μόλις κόχλαζαν, τα έβγαζαν και τα άπλωναν να αποξηραθούν. Αυτό ήταν πρώτης τάξεως παιδικό κολατσιό για το σχολείο μαζί με καρύδια και κάστανα.

Καθ' όλη τη διάρκεια του καλοκαιριού, έφτιαχναν γλυκά του κουταλιού και μαρμελάδες με ό,τι έδινε η εποχή. Ροδάκινα, βερνίκια, κεράσια, βύσσина, το κατεξοχήν γλυκό του καλοκαιριού το άσπρο κεράσι που και στις μέρες μας αποτελεί κορωνίδα. Με το βύσσινο έφτιαχναν και ένα λικέρ γνωστό ως Κέρασο.

Έφτιαχναν τραχανά και χυλοπίτες για το χειμώνα, τον τραχανά τον έφτιαχναν με γίδινο γάλα που μάζευαν και έβαζαν σ' ένα γυάλινο βάζο με χοντρό αλάτι, αυτό με τον καιρό γινόταν πηχτό σαν γιαούρτι, και μαζί με σιμιγδάλι ή σιτάρι [πλιγούρι] το ζύμωναν σε μεγάλα μπαλάκια. Τα μπαλάκια τα άπλωναν να τραβήξουν και στη συνέχεια τα πέρναγαν από ένα ειδικό κόσκινο με χοντρές τρύπες. Στη συνέχεια τον άπλωναν για να στεγνώσει, όλα τα παιδιά εκείνη τη μέρα ήταν σε επιφυλακή για μύγες και γάτες.

Τις χυλοπίτες τις έφτιαχναν κι αυτές με κατσικίσιο γάλα, αλεύρι και αλάτι, άνοιγαν τα φύλλα και τα άφηναν να στεγνώσουν λίγο, και μετά τα έκοβαν με το ψαλίδι, για να στεγνώσουν κι αυτές.

Όταν έφτιαχναν τους πελτέδες τοποθετούσαν τις λιωμένες ντομάτες σε μεγάλα ταψιά και έφτιαχναν με στάχτη γύρω από το ταψί κάτι σαν θήκη, έτσι ώστε όταν ψηνόταν στο φούρνο η ντομάτα να μην αλλάξει χρώμα και να παραμείνει κατακόκκινη.

Έφτιαχναν κοτσίδες τα κρεμμύδια και τα σκόρδα και τα κρέμαγαν στο κελάρι για να έχουν όλο το χειμώνα.

Μάζευαν τις κολοκύθες που τις έλεγαν «Καρκαμπάκια» μεγάλες πορτοκαλί και γλυκές, για να κάνουν πίτες το χειμώνα.

Η καλοκαιρινή διατροφή βασιζόταν στα λαχανικά που έδινε ο κήπος ή το μποστάνι.

Κάποιες μέρες της εβδομάδας έτρωγαν και ψάρια, δύο με τρεις φορές ερχόταν ο ψαράς και έφερνε καρλιώτικα ψάρια, από τη γειτονική λίμνη Κάρλα.

Δύο λαχαριστά και νόστιμα φρούτα του καλοκαιριού ήταν πρώτα τα κεράσια Βοδένων (Άριστη ποικιλία) και αργότερα στην καρδιά του καλοκαιριού, τα λεμονάτα ροδάκινα (Ποικιλία της περιοχής).

Τον Αύγουστο μάζευαν τις πρώτες ελιές που έπεφταν από τα δέντρα και που ήταν σχεδόν κουκούτσια. Από αυτές έβγαζαν το πρώτο λάδι, κάτι σαν πυρηνέλαιο. Ψιλόκοβαν μαϊντανό, άνηθο και σέλινο και τα αποξέraitαν, για να τα έχουν έτοιμα για το χειμώνα.

Μάζευαν από το βουνό ρίγανη και τσάι και τα αποξέraitαν για τις ανάγκες όλου του χρόνου.

Κάποιες φορές παρέες ανδρών έπαιρναν ένα κανάτι νερό και το γέμιζαν με διάφορα είδη κρέατος, τραγί, χοιρινό, αρνί, έβαζαν μπαχαρικά και λάδι και το έψηναν στους φούρνους του χωριού και το έτρωγαν στην πλατεία ρεφενέ, αυτό το φαγητό το έλεγαν «Κανάτι». Ήταν το φαγητό που σηματοδοτούσε μια γέννηση, μια γιορτή, ένα σημαντικό γεγονός που ήθελε κάποιος να γιορτάσει με την παρέα του.

Μες το καλοκαίρι, πολλές γυναίκες έφτιαχναν το λιβάνι της χρονιάς. Έβαζαν μαγιάτικα τριαντάφυλλα, τα πέταλα, δεντρολίβανο, θυμιάμα, μήλο (Μάνια ποικιλία τοπική) και όλα μαζί τα έκαναν πολτό. Τα ζύμωναν σε μπαλάκια και τα έβαζαν στον ήλιο να στεγνώσουν. Το χρησιμοποιούσαν σαν λιβάνι.

Επίσης μάζευαν βαλσαμόχορτο, τα άνθη του και σε καθαρό ελαιόλαδο το άφηναν όλο το καλοκαίρι να βγάλει τα έλαιά του, σε δροσερό μέρος, στη συνέχεια το αποστράγγιζαν και έπαιρναν το βαλσαμόλαδο, κατακόκκινο και διαυγές, το χρησιμοποιούσαν για εγκαύματα, για εντριβές για πόνους στις αρθρώσεις,



ΠΑΝΗΓΥΡΙ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΛΑΥΡΕΝΤΙΟΥ

Η γιορτή είναι στις 10 Μαΐου, αλλά το πανηγύρι γινόταν την πρώτη Κυριακή του Ιουνίου. Το πανηγύρι γινόταν στην πλατεία του χωριού με όργανα, με νταούλια και ζουρνάδες.

Προπολεμικά καθιστοί στα καφενεία με τσίπουρα και κρασιά ήταν μόνο οι άντρες, οι γυναίκες στέκονταν όρθιες γύρω τους ή από πίσω και έτρωγαν λουκούμια.

Μόνο με προτροπή του άντρα καθόταν μια γυναίκα δίπλα του.

Μεταπολεμικά άρχισαν και οι γυναίκες να συμμετέχουν στα γλέντια, όχι όρθιες πια αλλά μαζί με τους άντρες τους.

Τα καφενεία συνέχισαν να προσφέρουν ποτά και όσοι έρχονταν στο πανηγύρι έφερναν από το σπίτι τους πίτες, ψητό, κεφτέδες, και μ' αυτά γλεντούσαν.

Στο χωριό υπήρχαν συνήθως τρεις ορχήστρες στα πανηγύρια, μία έξω από το μπακάλικο του Κοκκίνου, μία έξω από το καφενείο του Τριανταφύλλη (σημερινό μαγαζί του ήρθαμε και δέσαμε), και μία έξω από το κεντρικό καφενείο του Φραγκογιάννη (σημερινό Τρίπορτο). Εννοείται χωρίς μικροφωνικές, τα δε καφενεία είχαν την υποχρέωση να ταΐζουν τις ορχήστρες. Στο πανηγύρι του Άι Λιά που ήταν τριήμερο, τα καφενεία είχαν την υποχρέωση εκτός του φαγητού και να κοιμίζουν τα μέλη της ορχήστρας.

ΔΕΚΑΠΕΝΤΑΥΓΟΥΣΤΟΣ

Ο Δεκαπενταύγουστος στον Άγιο Λαυρέντιο, εκτός από τη γιορτή της Παναγίας, είναι και η παραμονή του μεγάλου θρησκευτικού πανηγυριού του Αγίου Αποστόλου του Νέου.

Όλα σχεδόν τα σπίτια φιλοξενούσαν κόσμο που ερχόταν να προσκυνήσει τη Χάρη του. Την ημέρα της Παναγίας έφτιαχναν συνήθως Μπουμπάρη κοκκινιστό τραγίο με πατάτες, ή κοιλιές μεγάλου ζώου, κοκκινιστές στο φούρνο. Με το τελείωμα του πανηγυριού το χωριό ερχόταν πια πιο κοντά στο φθινόπωρο.

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

Η εποχή των αντρών.

Ξεκίναγε ο τρύγος. Το κάθε σπίτι έφτιαχνε το δικό του κρασί και τσίπουρο. Στη δεκαετία 50-60 σχεδόν όλα τα σπίτια είχαν το ένα μικρό αμπέλι ή την κρεβατιά τους.

Οι ποικιλίες που υπήρχαν στο χωριό ήταν Λημνιό, Ροδίτης, Πανουμιώτης, Τσαρπαλάδες, Συκιώτες, Αρετινά, Φράουλες και Αθανασαίικο. Οι μόνες που σώζονται από το '60 από τη μεγάλη φυλλοξέρα (ασθένεια των αμπελιών που τα καίει) είναι το Λημνιό και το Αθανασαίικο.

Στο χωριό υπήρχαν 20 καζάνια με άδεια για το βράσιμο των τσίπουρων. Οι άδειες για απόσταξη δίνονταν 2 φορές το χρόνο, το Γενάρη και τον Μάρτη.

Από τον μούστο εκτός του κρασιού και τσίπουρου, έφτιαχναν μουστοπίτες [μουσταλευριά] και ρετσέλι. Το ρετσέλι παρασκευαζόταν, βράζοντας το πετιμέζι με τα πρώτα φιρίκια - μηλαράκια και αχλαδάκια. Το πετιμέζι γινόταν από το βράσιμο του μούστου, γινόταν σε μεγάλες ποσότητες, για να καλύψουν την ανάγκη της ζάχαρης, αλλά και για τη χρήση σε γλυκά. Ένα ωραίο πετιμέζι γινόταν από φιρίκια και κόκκινα μήλα. Το πετιμέζι το χρησιμοποιούσαν επίσης για τις λαλαγκίτες, για το πρωινό στο κατσαμάκι [χυλός απο καλαμποκάλευρο, νερό και λαδάκι].

Επίσης το φθινόπωρο μάζευαν τα μήλα, όλες τις ποικιλίες, τα κάστανα, και έρχονταν οι μεσίτες και τα αγόραζαν. Κρατούσαν μήλα για όλο το χειμώνα, και κάστανα τα οποία θάβανε μέσα σε άμμο για να τα διατηρήσουν.

Τον Οκτώβρη μάζευαν τα κυδώνια με τα οποία έφτιαχναν παστοκύδωνο, τριφτό του κουταλιού, και πελτέ. Στις αρχές του φθινοπώρου μάζευαν τις πράσινες ντομάτες που δυσκολεύονταν να κοκκινίσουν και τις φύλαγαν μέσα σε άχυρα για να ωριμάσουν στη ζέστη του σιγά σιγά και να τις καταναλώσουν το χειμώνα.

Της Αγίας Αικατερίνης ξεκινούσε το επίσημο μάζεμα της ελιάς, το οποίο και διαρκούσε τρεις με τέσσερις μήνες. Κάθε μέρα τις ελιές που μάζευαν τις έφερναν στο σπίτι όπου γινόταν η διαλογή σε βρώσιμες και για πάτημα. Τις βρώσιμες τις έβαζαν μέσα σε Κάδες (βαρέλια τεραστίων διαστάσεων) που διέθεταν όλα τα σπίτια στο κατώι, τις

έφτιαχναν με γάρο ή πατσιαστές (μέσα σε τσουβάλια με χοντρό αλάτι και με βάρος από επάνω). Τις υπόλοιπες τις κρατούσαν σε τσουβάλια και τις πήγαιναν στο ελαιοτριβείο για παραγωγή λαδιού.

Όταν είχαν ανάγκη από χρήματα πουλούσαν ελιές, ερχόταν ο μεσίτης, έπαιρνε δείγματα και τα πήγαινε στον έμπορα για τιμή. Αυτό γινόταν σχεδόν με όλα τα προϊόντα που παράγονταν στον τόπο.

Όταν άρχιζαν να πέφτουν τα φύλλα της καστανιάς μάζευαν τα πιο καθαρά, τα ίσιωναν, τα έβαζαν ανά εικοσάδες, και τα έβαζαν κάτω από το στρώμα για να ξεραθούν. Όταν έψηναν τα ψωμιά έβαζαν από κάτω τα φύλλα της καστανιάς, και αυτά έδιναν πολλή νοστιμιά και ξεροψημένη κόρα στο ψωμί. Όλο σχεδόν το χωριό ζύμωνε και το έψηνε στο δικό του ξυλόφουρνο ή στους φούρνους του χωριού.

Επίσης διατηρημένο σε γάρο, τυρί κατσικίσιο και πρόβειο το έβαζαν σε βαρέλια με γάλα και έτσι γινόταν το βαρελίσιο τυρί, το οποίο άνοιγαν τα Χριστούγεννα.



ΧΕΙΜΩΝΑΣ

Και έρχεται ο χειμώνας, άλλοτε βαρύς και άλλοτε πιο ήπιος.

Οι πολλές για το μάζεμα της ελιάς γινόταν κατά την περίοδο του χειμώνα, μιας και η συγκομιδή τελείωνε το Φλεβάρη και πολλές φορές και μέσα στο Μάρτη, αν ο χειμώνας ήτανε βαρύς. Την περίοδο της συγκομιδής, ένα μέρος της ζωής της οικογένειας μεταφερόταν στα Λιόφυτα. Εκεί λοιπόν, η οικογένεια μαζί με τους εργάτες έμεναν από την αυγή μέχρι το σούρουπο. Έτρωγαν στο κτήμα και έτσι ανάλογα ήταν και τα γεύματά τους. Ένα από τα γεύματά τους ήταν φασόλες τσιγαριαστές, σαν φασολάδα, αλλά στεγνά με καυτερή πιπεριά.

Έφτιαχναν μπκαλιάρo παστό με λάχανα (διάφορα χόρτα), χόρτα με αυγά, και μπκαλιάρo τηγανητό. Τα μαγειρευτά φαγητά τα μετέφεραν με ένα σκεύος που το έλεγαν πνάκι, εμαγιέ ή αλουμίνιο με καπάκι σαν τάσα και το έπαιρναν μαζί τους. Συνήθως στις ελιές έτρωγαν όλη η οικογένεια κι ο παραγιός (μόνιμος εργάτης της οικογένειας), οι εργάτες ξεχωριστά. Ένα φαγητό που αγαπούσαν όταν μάζευαν ελιές ήταν να ψήνουν πράσα στα κάρβουνα με ελιές, λαδάκι και ξύδι, και όλα με ρέγκα.

Όπως προαναφέραμε, το κάθε σπίτι είχε δικά του ζώα, κατσίκες, πρόβατα, κότες για τις διατροφικές τους ανάγκες. Κάποιες φορές έσφαζαν την παλιά κατσίκα (10 ετών) και την έκοβαν με το τσεκούρι το κρέας σε μικρά κομμάτια για να γίνει κιμάς, στη συνέχεια προσέθεταν κρεμμύδι ψιλοκομμένο, ρίγανη, αλάτι και πιπέρι, λάδι και λίγο νερό, γινόταν μια ωραία μάζα, με την οποία γέμιζαν έντερα και έφτιαχναν λουκάνικα, τα λάδωναν από έξω και έβαζαν ρίγανη, και τα κρεμούσαν για να στεγνώσουν. Ό,τι έμενε από την κατσίκα μαγειρευόταν την επομένη.

Κάτι άλλο που πρέπει να αναφερθεί είναι ότι στα μνημόσυνα έφτιαχναν κόλλυβα, τα οποία ονόμαζαν Συλλεΐτουργα. Την προηγούμενη από το μνημόσυνο μοίραζαν τα κόλλυβα στα σπίτια σαν κάλεσμα. Το πρώτο πιάτο πήγαινε στον παπά, σαν κάλεσμα και σ' αυτόν. Τα Σάββατα της Σαρακοστής έφτιαχναν κόλλυβα που τα ονόμαζαν Σχτέλια.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Μετά από νηστεία σαράντα ημερών, ανήμερα των Χριστουγέννων, όταν γυρνούσαν από την εκκλησία το πρωί έτρωγαν την ντόπια κότα, γεμιστή με ψιλοκομμένο κατσικίσιο κιμά, βραστή με ρύζι και αυγολέμονο, χοιρινό ντόπιο, ψητό ή τηγανητό, τυρόπιτα και τυρί βαρελίσιο.

Τα γλυκά των Χριστουγέννων ήταν μελομακάρονα, ή αλλιώς Φοινίκια, και κουραμπιέδες.

Έφτιαχναν ακόμα νηστίσιμα γλυκά με καρύδια και κάστανα σε πολλές παραλλαγές. Τα ίδια έτρωγαν την Πρωτοχρονιά και τα Φώτα.



ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Όπως είπε και η Ευθυμία, όταν ξεκινήσαμε την έρευνα για τις διατροφικές συνήθειες στο χωριό τον περασμένο αιώνα, πολύ γρήγορα ξεπεράσαμε την αμηχανία μας για το πώς δένει η γαστρονομία με την αρχιτεκτονική.

Προσεγγίσαμε τις μεγαλύτερες γυναίκες από το περιβάλλον μας, οι οποίες θυμήθηκαν συνταγές μαγειρικής, τι έτρωγαν στις γιορτές και τι έπαιρναν για κολατσιό μαζί τους στο σχολείο. Οι συναντήσεις αυτές ήταν πολύ όμορφες, είχαν συγκίνηση, ζεστασιά, χαρά, έκπληξη αλλά και γνώση.

Έτσι μάθαμε και θυμηθήκαμε πολλά πράγματα, περάσαμε όμορφα, γελάσαμε, μαγειρέψαμε, και μέσα από αυτήν τη διαδικασία της έρευνας καταλάβαμε ότι αυτές οι πιο παλιές διατροφικές συνήθειες τις οποίες εμείς σήμερα βρίσκουμε ενδιαφέρουσες, υγιεινές και ίσως κάπως περίεργες, οι παλιότεροι άνθρωποι τις επινοούσαν από ανάγκη.

Τρέφονταν με ό,τι είχαν στον στάβλο τους και τον κήπο τους, ήξεραν να είναι αυτάρκεις.

Δεν πήγαιναν στο super market για ψώνια. Έστηναν φαγητό από το τίποτα. Η ανάγκη της επιβίωσης τους έκανε να αναπτύξουν καλλιέργειες, με ό,τι βοηθούσε ο τόπος και ο καιρός.

Για παράδειγμα, τα χόρτα με τα αυγά δεν τα έτρωγαν επειδή ήταν πολύ υγιεινά, αλλά επειδή ήταν κάτι που το έβρισκαν ανοίγοντας την πόρτα τους, και για να το πάμε παραπέρα τα σπίτια τους δε γίνονταν πέτρινα και με καστανίτικα ξύλα από αρχιτεκτονική άποψη αλλά επειδή αυτά τα υλικά είχαν.

Όλα αυτά για μας ήταν μια πολύ δημιουργική διαδικασία και θέλουμε να ευχαριστήσουμε την Μαρίκα, την Ασπασία, την Κατερίνα και την Πηνελόπη για την προθυμία τους να βοηθήσουν όταν τους το ζητήσαμε.

Επίσης ευχαριστούμε πολύ την Πάτρα που μας έδωσε την ευκαιρία να κάνουμε αυτό το ταξίδι.

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ



ΧΟΡΗΓΟΙ

PROJECT MANAGEMENT



ΔΑΛΚΑΦΟΥΚΗΟΙΚΟΣ
Παροχολογική Δομητή Ομάδα



ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

