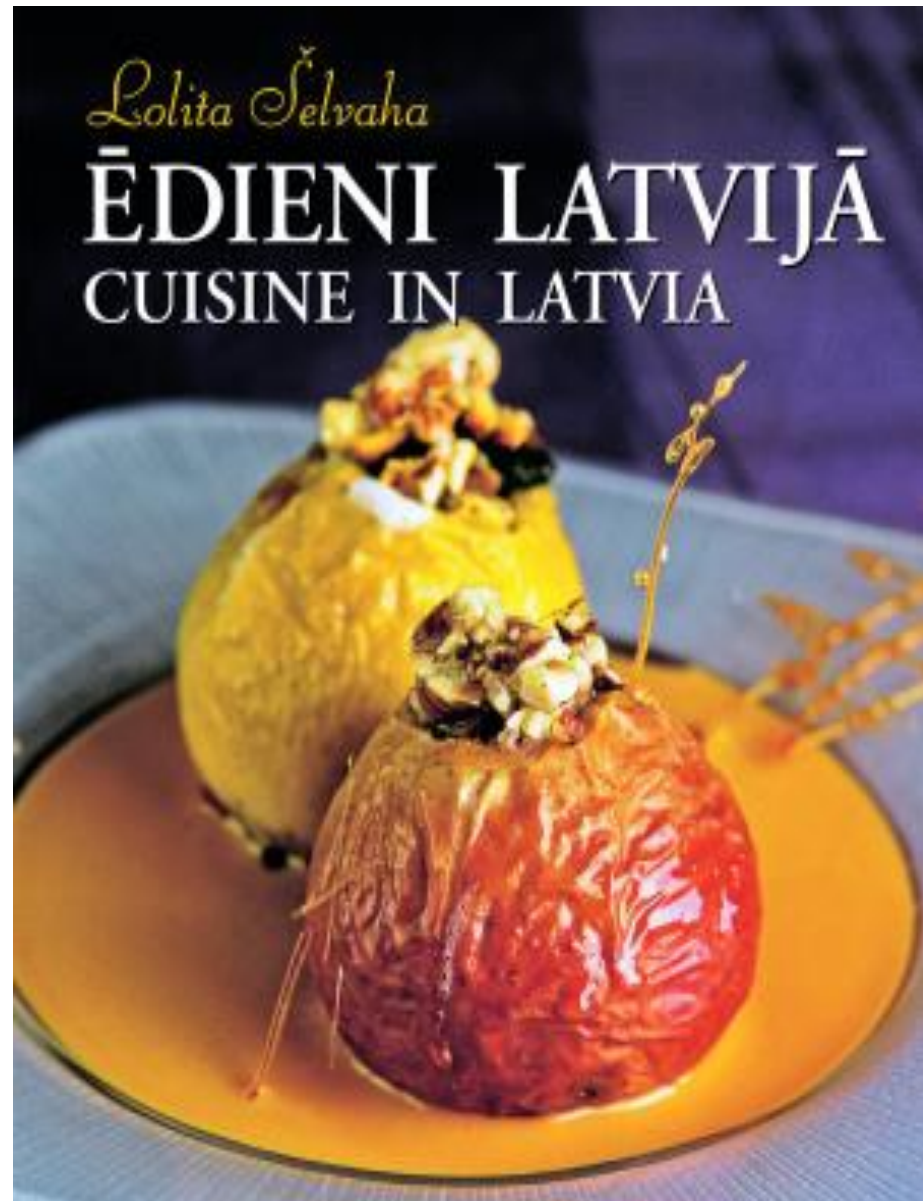


Ko tik latvietis ne-ēd

Lolita Šelvaha, LU

Tēmas izvēles pamatojums

- Esmu latviete. Manī rit mātes latgalties un tēva baltvācieša asinis.
- Esmu praktisks cilvēks, ticu tikai tam, ko varu sajukt: redzēt, dzirdēt, pasmaržot, pagaršot, aptaustīt ar rokām vai ēdot sajukt ar mutes dobumu.
- Kopš bērnības mani pavada dažu ēdienu smarža, garša un tekstūra. Pirmā un visnoturīgākā ir babas ceptā rudzu maize ar pašu kultu sviestu.
- Esmu uzturmācības pasniedzēja topošajiem dizaina un tehnoloģiju skolotājiem un vairāku recepšu grāmātu autore.



Tradicionālo produktu un ēdienu nosaukumu piemēri

Skābputra

Grūslis

Bukstiņš, pļepene...

Pledas

Sklandrausis

Zustrene

Agrosti, krizdoles, stiķenes...

Kuģelis

Asuškas



Ar ko mēs varam būt interesanti citiem?

- **Nopietnā daļa**

ES pārtikas kvalitātes shēmas un aizsargāto nosaukumu reģistri.

Reģistrēti vairāk kā 3200 produktu nosaukumi

- **Nenopietnā daļa**

“Latvietis. 100 nacionālās īpatnības”, 2018.

Sastādītājs, skaidrotājs un komentētājs Ilmārs Šlāpins

ES kvalitātes shēmas mērķis

Veicināt kvalitatīvu vietējo produktu ražošanu un palīdzēt ražotājiem sniegt plašākai sabiedrībai informāciju par produktu īpašo kvalitāti, kas saistīta ar ģeogrāfisko apgabalu vai tradicionālo izcelsmi (Dzerkale, 2022).

Ģeogrāfiskās izcelsmes produkts

1. Aizsargāts ģeogrāfiskās izcelsmes norādes (AGIN) produkts:

vienam no produkta gatavošanas posmiem ir jānotiek noteiktajā ģeogrāfiskajā apgabalā.

2. Aizsargāts cilmes vietas nosaukuma (ACVN) produkts:

visam procesam ir jānotiek vienā konkrētā apgabalā/reģionā.

3. Garantētas tradicionālās īpatnības (GTĪ):

aizsargāt kāda produkta tradicionālo ražošanu (Dzerkale, 2022)

Produkti, kuri ir ietverti shēmā ir aizsargāti pret nosaukuma ļaunprātīgu izmantošanu un atdarināšanu

7 unikāli Latvijas produkti

ES reģistros šobrīd ierakstīti septiņi unikāli Latvijas produkti:

- **Sklandrausis, salinātā rudzu rupjmaize un Jāņu siers** (Garantēto tradicionālo īpatnību reģistrā);
- **Latvijas lielle pelēkie zirņi** (Aizsargātas cilmes vietas nosaukumu reģistrā);
- **Carnikavas nēģi, Salacgrīvas nēģi, Rucavas baltais sviests** (Aizsargātas ģeogrāfiskās izcelsmes norāžu reģistrā).

Sklandrausis



Jāņu siers



Salinātā rupjmaize



Nēgi, Rucavas baltais sviests,
lielie pelēkie zirņi



Bukstiņš/pļepene...



Latvietis. 100 nacionālās īpatnības

32 no 100 nacionālajām iezīmēm ir saistītas ar pārtikas produktiem, ēdieniem, dzērieniem vai virtuves un uztura tēmām

Nolēmu izpētīt:

- Kuri pārtikas produkti, ēdieni un dzērieni ir minēti?
- Kādas pārtikas produktu grupas ir iekļautas?
- Kuri veselīgie un neieteicamie produkti ir izmantoti?

Pārtikas produkti un ēdieni

Pārtikas produkti: cukurs (2 reizes), piens (2 reizes), sviests (2 reizes), krējums, maize, dilles, zemenes, sēnes, kaņepes, pieclapu ceriņu zieds, kartupeļi, rutks, cāļi, kafijas, kefīrs, paniņas, kaza, olas, rapši, vēži.

Ēdieni: rasols, torte, konfekte, sieriņš šokolādes glazūrā

Dzērieni: tēja

Ēdiens vai dzēriens? skābputra

Produktu grupas

- **Graudaugi un to produkti:** maize
- **Dārzeņi, augļi un ogas:** kartupeļi, rutks, zemenes, rasols
- **Garšaugi:** dilles
- **Piens un piena produkti:** piens (2 reizes), sviests (2 reizes), kefīrs, krējums, paniņas, rasols
- **Olbaltumvielas:** cāļi, kaza, olas, vēži, rasols
- **Tauki:** rapši
- **Konditoreja un saldumi:** cukurs (2 reizes), konfekte, torte, sierīņš šokolādes glazūrā
- **Ūdens avots:** tēja, kafija
- **Kur likt:** sēnes, kaņepes, pieclapu ceriņu zieds, skābputra

Skābputra



Katrs zina, ka latviešu nacionālais ēdiens ir skābputra, lai arī neviens, to nav ēdis.

(Latvietis. 100 nacionālās īpatnības, 2018)

Izmantotās nacionālās īpatnības

1. Katrā latvieša ģimenē ir sava rasola recepte.
2. Īsts latvietis ar krējumu var apēst jebko.
3. Latvieša mīlākā maize ir rupja.
4. Vasara latvietim iestājas tad, kad jebkura garšviela tiek aizstāta ar dillēm.
5. Latvietim garšo zemenes ar cukuru un pienu.
6. Latvietis nevienam ārzemniekam nevar paskaidrot, kāpēc rudenī viņu pārņem nepārvarama vēlme paņemt rokā nazi un doties sēnēs.
7. Latvietis nekad nepaņems pēdējo tortes gabaliņu.

Izmantotās nacionālās īpatnības

8.Latvietis pat no kaņepēm uztaisa kaut kādu sviestu.

9.Katrs latvietis ceriņu ziedēšanas laikā ir apēdis pieclapu ceriņu ziedu.

10.Bērnībā katram latvietim ir tik netīras ausis, ka tajās var stādīt kartupeļus.

11.Tikai latviešiem ir tādas dienas, kad viss iet kā pa sviestu.

12.Latvietim jebkuru tējas veikalu var aizstāt pļava.

13.Latvietis ir vesels kā rutks.

14.Latvietis cāļus skaita rudenī.

15.Latvietim vienmēr ir tie paši vēži, tikai katrreiz citās kulītēs.

Izmantotās nacionālās īpatnības

16. Latvietis joprojām pie tējas liek trīs karotes cukura, jo Latvijā bija trīs cukurfabrikas.
17. Latvietis konfekti sauc par gotiņu, bet govi – par Gauju.
18. Latvieša mīļākais kārumš ir sierīnš šokolādes glazūrā.
19. Latvietis iet peldēties tikai tad, kad ūdens ir tik silts kā piens, bet pienu viņš tur ledusskapī.
19. Katrs latvietis kaut reizi mūžā savai rīta kafijai ir pielējis kefīru. Vai paniņas.
20. Latvietis vienmēr grib, lai vilks būtu paēdis, bet kaza dzīva.
21. Reizi gadā latvietis rūpīgi nokrāso olas, lai tūdaļ pat tās sasistu.
22. Latvietis apvainojas, ja viņu sūta bekot. Viņš grib iet bekot pats.
23. Katrs zina, ka latviešu nacionālais ēdiens ir skābputra, lai arī neviens, to nav ēdis.
24. Katrs latvietis kaut reizi ir nofotografējies rapšu laukā.

Nacionālās īpatnības, kuras daļēji saistītas ar virtuves tēmām

1. Latvieša mīlākais ēdiens ir otrs latvietis.
2. Latvietis vienmēr ir spiests piezerties, ja gadās uzvilkt kreklu otrādi.
3. Latvietim trauki plīst uz laimi, bet spoguļi – uz nelaimi.
4. Īsts latvietis nemirst, viņš noliek karoti.
5. Ja latvietim kaut kas negaršo, viņš to tik un tā ēd, tikai – ar gariem zobiem.
6. Latvietim viss ir šausmīgi skaisti un nežēlīgi garšīgi.
7. Īsts latvietis vienmēr ir sacepies. Par viskautko.

leguvumi

1. Padomāt ārpus rāmja ir ne tikai interesanti, bet arī jēgpilni.
2. Pārsteidza, cik nozīmīgi mums ir pārtikas produkti.
3. Grupējot produktus un ēdienus vissarežģītāk bija ar skābputru – tā satur gan piena produktu (rūgušpienu), gan graudaugu produktu miežu putraimus).
4. No neieteicamajiem produktiem un ēdieniem dominēja cukurs, no veselīgajiem piena produkti.
5. Ir jāturpina pētījums par skābputru, lai noskaidrotu vai tā ir ēdiens, dzēriens vai divi vienā?
6. Kā praktiķe apņemos pagatavot nēģus un Rucavas balto sviestu.
7. Jāturpina eksperimenti, gtavojot tradicionālos ēdienus ar produktiem, kuri audzēti ārpus Latvijas teritorijas, tas palīdz noteikt mūsu ēdienu patieso konsistenci.

Izmantotie avoti

- Dzerkale G. Latvijas produkti Eiropas Komisijas Aizsargāto produktu nosaukumu reģistrā. Zemkopības ministrija, 22.06.2022
- Eiropas aizsargātie – Latvijas īpašie produkti, 2021
http://www.sieraklubs.lv/AKTUALI/2021_buklets/Buklets_1_48_lpp_web.pdf?fbclid=IwAR2yI72I60DpOVSkTByH3tv0Ce8nYTYVxv3fQd4vIS5l4ultGpvIn6San5A
- Kursīte J. Virtuves vārdene. SIA “Rundas”, 2012
- Latvietis. 100 nacionālās īpatnības. Sastādījis, skaidrojis un komentējis Ilmārs Šlāpins. SIA “Satura darbnīca TAPT”, 2018
- Ministru kabineta 2020. gada 2. septembra noteikumi Nr. 556 "Lauksaimniecības un pārtikas produktu ģeogrāfiskās izcelsmes norāžu, cilmes vietas nosaukumu un garantētu tradicionālo īpatnību reģistrācijas, aizsardzības, uzraudzības un kontroles kārtība". Publicēts oficiālajā izdevumā "Latvijas Vēstnesis", 8.09.2020., Nr. 173
<https://www.vestnesis.lv/op/2020/173.12>
- Seši unikāli Latvijas produkti - ES Aizsargāto produktu nosaukumu reģistros. https://www.zm.gov.lv/lv/jaunums/sesi-unikali-latvijas-produkti-es-aizsargato-produktu-nosaukumu-registros?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F
- Šelvaha L. Ēdieni Latvijā. Cuisine in Latvia. Apgāds Zvaigzne ABC, 2010
- Šelvaha L. Tradicionālie latviešu ēdieni. No senatnes līdz mūsdienām. Apgāds Zvaigzne ABC, 20