

Ruokaperinteitä ja perinneruokia (kohderyhminä yläkoululaiset ja seniorit, lähi- tai etätoteutus)

Power Point -esitykseen on koottu lyhyesti tietoa siitä, mitä tarkoittaa ruokaperinne ja mitä ovat perinneruoat sekä miten niitä voisi tarkastella kestävän kehityksen kautta. Esitystä voi käyttää sellaisenaan työpajan/tunnin alussa keskustelunherättäjänä, tai muokata omiin tarpeisiin sopivaksi.

Tarkoituksena on, että **materiaalin lisäksi työpajassa voidaan hyödyntää kunkin museon omia kokoelmia, kokoelmaesineitä, arkistodokumentteja tai muistitietoa.** Hotelli- ja ravintolamuseon hankkeessa hyödynnettiin museon laajaa keittokirjakokoelmaa, joista oppilaat valmistivat kotitaloustunnilla perinneruokia pitoihin. Hankkeessa oli mukana koululaisten lisäksi ikäihmisiä, ja palautteiden perusteella juuri eri ikäisten kohtaaminen ja ajatusten ja kokemusten vaihtaminen oli työpajojen parasta antia.

Dia 1. Lapskoussia (raumalainen perinneruoka) tappaiskeittoa (teurastuksen aikaan tehty ruoka, jossa hyödynnettiin nopeammin pilaantuvat sisäelimet, jne.) pitsaa ja Härkistä (uusi ja tulevaisuuden perinneruoka?)

Perinneruoka voi laajasti tarkoittaa sitä mitä, milloin ja miten Suomessa on historiallisesti syöty. Perinneruokiin vaikuttavat maamme sijainti, suomalainen luonto, yhteiskunta ja historia. Perinneruoat muokkaavat identiteettiä ja kulttuuria ja toisaalta heijastavat sitä. Suomessa ja tietenkin myös muualla maailmassa luonto ja vuodenaajat ovat vaikuttaneet vahvasti siihen mitä on syöty ja juotu ja millaiseksi ruoka- ja juomakulttuuri on muodostunut.

Dia 2. Mitä on perinneruoka

- Sukupolvelta toiselle siirtynyt tieto ja taito liittyy jonkin ruokalajin raaka-aineisiin, valmistamiseen, tarjoiluun ja syömiseen. Tietotaitoa, joka muodostaa suomalaista kulttuuriperintöä.
- Aiemmin elämä oli paikallista, omaan kylään ja lähialueeseen keskittynyttä. Perinneruolla tarkoitetaan usein maakuntaruokia tai pitäjäruokia, jotka ovat tietyille alueelle ominaisia. Ei siis ole oikeastaan olemassa varsinaisesti Suomen perinneruokaa, vaan perinneruoat ovat alueellisia ja niihin on aina tullut vaikutteita muualta, lähinnä idästä Venäjältä ja lännestä Ruotsista.
 - Ne ovat myös sekoittuneet ja saaneet vaikutteita toisilta alueilta, esim. jokin sama ruoka tehdään eri tavoin eri puolella Suomea, esimerkiksi talkkuna, jossain käytetään ohraa, jossain ruista ja jossain kauraa.
 - Reseptit vaihtelevat maakunnittain, alueittain, kylittäin ja jopa perheittäin. ”Ei minun mummoni sitä noin tehnyt”.
- Pito- ja arkiruokia
 - Hienoston ruokia ryhdyttiin aluksi tarjoamaan talonpoikien juhlissa ja sunnuntaiaterioilla, ja 1900-luvulla monista hienommista ruuista tuli tavallista arkiruokaa. Säätyläisten ruokapöydistä joka kodin ruokalistalle ovat löytäneet tiensä esimerkiksi perunalaatikko, lihapullat, rosolli ja luumukiisseli
 - Perinneruoat liittyvät myös juhla- ja tapakulttuuriin. Tiettyihin vuotuisjuhliin liittyy tiettyjä ruokia, jotka ovat siirtyneet perinteenä sukupolvelta toiselle. Myös satokausiin liittyviä ruokia, esimerkiksi juuri tappaiskeitto, jota tehtiin syksyllä eli kekrin aikaan, kun oli teurastusaika.
- Yksinkertaisista aineksista ravitsevia aterioita, kaikki käytettiin hyödyksi.
 - Käytetty kekseliäisyyttä, sata tai kaksi sataa vuotta sitten saatavilla ollut raaka-ainevalikoima ei ollut kovin monipuolinen.
 - Tieto ja osaaminen on siirtynyt sukupolvelta toiselle, ruokaa opittiin valmistamaan katsomalla ja yhdessä tekemällä.
 - Koska mausteita ei juuri käytetty, perinneruoissa maistuu usein nimenomaan raaka-aine.

- Hävikkiä ei tunnettu, esim. eläimestä kaikki käytettiin hyödyksi, veri, sisäelimet ja suolet, eikä ruokaa ollut varaa heittää pois

Dia 3. Miten perinneruoat syntyvät ja muuntuvat?

Mitkä kaikki asiat vaikuttavat perinneruokien ja ruokaperinteiden syntymiseen ja muutoksiin?

- Luonnonantimet ja satokaudet
 - Suomessa pohjoinen sijainti määritellyt sen, mitä kasveja on ensin luonnosta saatu keräiltyä ja myöhemmin viljelty, ja mitkä kasvit ovat menestyneet täällä (ohra ja ruis).
 - Satokaudet vaikuttaneet esimerkiksi ruokajuhlien ruokiin, juhlaruoat on tehty niistä raaka-aineista mitä kulloinkin on ollut saatavilla (esimerkiksi jouluruoissa paljon juureksia koska ovat säilyneet jouluun asti kellareissa, tai lipeäkalaa, joka oli kuivattua kalaa).
 - Kevät köyhintä aikaa, kun kellareista alkoi ruoka loppua eikä uusi sato vielä kasvanut, siksi esim. pääsiäisenä tehtiin määmiä, siihen käytettiin ruisjauhoja ja maltaita, jotka säilyivät kevääseen.
- Maailmantalouden ja yhteiskunnan muutokset
 - Sodat: esim. nauriin pikkuhiljaa 1800-luvulla korvannut peruna tuli Suomeen alun perin saksalaisten peltiseppien mukana 1730-luvulla. Perunan käyttö kuitenkin yleistyi Suomessa vasta sen jälkeen, kun Pommerin sotaan vuosina 1757–1762 osallistuneet suomalaiset olivat tutustuneet siihen Saksassa. Perunaa vastustettiin aluksi kovasti ja oltiin epäluuloisia.
 - Muuttoliikkeet: Karjalan evakoiden mukana Suomeen levisi nykyään kaikille tutut karjalanpiirakka ja karjalanpaisti. Suomeen muista maista muuttaneet ovat tuoneet mukanaan omia ruokakulttuureitaan, joiden vaikutuksia näkyy myös perinneruoissa -> tuttuja ruokia tuunataan uusilla makumaailmoilla. Oman ruokakulttuurin merkitys maahanmuuttajille on suuri, sen avulla voidaan ylläpitää yhteyttä omaan juuriin ja omaan identiteettiin. Tutkimukset osoittavat, että mahdollisuus oman ruokakulttuurin ylläpitämiseen helpottaa kotoutumista, ja omien perinteiden ja makumuistojen ylläpitäminen voi helpottaa koti-ikävää.
 - *Miksi pitsan kuva? Onko pitsa mielestäsi suomalaista perinneruokaa? Pitsa vai pizza? ->* Pitsa oli mukana vuonna 2016 Suomen kansallisruoka -äänestyksessä, jonka voitti ruisleipä. Eräs perustelu oli: ”Pitsa on suomalainen arkiruoka. Olemme tehneet siitä omamme poistamalla nimestä hankalat z-kirjaimet ja lisäämällä taikinän päälle jauhelihaa, ananasta, aurajuustoa, kebabia ... Kotona emme syö pizzaa, syömme pitsaa – tai einessuosikki roiskeläppää. Mutta on pitsan kansallisruokalistalle päätymiseen toinenkin perustelu: ruokakulttuurin muutos. Suomalainen ruoka, kuten ruuat kaikkialla maailmassa, on muuttunut ja muovautunut eri kulttuurien vaikutuspiirissä ja matkailun tuliaisina. Monet perisuomalaisiksi koetut ruuat, kuten korvapuusti tai lihapullat, ovat peräisin naapurimaan keittiöstä.”
 - Ensimmäinen maininta einespitsasta löytyy Saarioiselta jo 1973, mutta 1981 tulivat ”roiskeläpät” kauppoihin, näistä voidaan pitää aika suomalaisena ilmiönä, sillä muualla pääasiassa pakastepitsoja, Suomessa mikropitsa.
 - Pitsan ja piirakkakulttuurin yhteys on tehnyt siitä ehkä meille helppoa omaksua -> pizza on alkuperältään köyhän kansan ruokaa, valmistusmenetelmä ja periaate sama kuin esim. karjalanpiirakassa: taikinapohjan päälle toisia ruoka-aineita, piirakat voineet olla myös suurempia ja pyöreitä.
 - matkailun lisääntyminen (vaikutteet muista ruokakulttuureista)
- Esikuvien vaikutus uusien raaka-aineiden ja ruokalajien yleistymiseen
 - Monet suomalaiset perinneruoat ovat siirtyneet kaikelle kansalle herrasväen pöydistä, joihin saapuivat usein Suomen ulkopuolelta ja sieltä sitten pikkuhiljaa muun väestön tietoisuuteen, samoin monet uudet raaka-aineet ja kasvit, joita kokeiltiin viljellä kartanoiden puutarhassa.

- Myös valistustyö, jota tehtiin 1800- ja 1900-luvuilla, eli kierrettiin maaseudulla neuvomassa uusien viljelykasvien kasvattamisessa ja käytössä.
- Nykyään esikuvia nähdään tyypillisesti mediassa ja sosiaalisessa mediassa, jonka kautta ruokauutuudet tulevat meille ja vaikuttavat myös ruokaperinteisiin, tuunataan vanhoja tuttuja ruokalajeja uusilla mausteilla tai tavoilla.
- Kotien ja keittiöiden varustelu (uunityypit idässä ja lännessä, yhteiskeittiöt työläiskortteleissa)
 - Kun puhutaan perinneruoasta ei voi olla mainitsematta Itä-Suomen ja Länsi-Suomen erilaisia uunityyppejä ja niiden vaikutusta etenkin leipään, mutta myös muuhun ruuanlaittoon. Idässä tuvassa oli leivinuuni, joka toimi lämmönlähteenä, ja jota lämmitettiin päivittäin. Siinä samalla sitten leivottiin leipää, kukkoja ja piirakoita, joten itään syntyi pehmeän leivän kulttuuri ja tehtiin myös paljon pataruokia, jotka hautuivat leivinuunissa. Lännessä puolestaan tuvassa oli avouuni tai takka, jossa tehtiin paljon keittoja ja leivonta tapahtui pari kertaa vuodessa erillisessä leivintuvassa. Leipä säilytettiin tuvan orsilla tai katonrajassa olevassa leipähäkissä ja se kuivui kovaksi reikäleiväksi. Teollistumisen myötä, kun työväkeä muutti paljon kaupunkeihin, syntyi tiivistä asutusta, jossa useat perheet jakoivat keittiön. Tai jos oli oma asunto, siinä saattoi olla vain kamiina, eli ruoanlaitto ei ollut kovin monipuolista, lähinnä puuroja, keittoja ja vellejä.
 - Nykyään keittiöt huippuvarusteltuja.

Dia 5. Ruokaperinteet ja kestävä kehitys

- Mitkä kestävä kehityksen teemat voivat liittyä ruokaperinteisiin, perinneruokaan ja omaan ruokakulttuuriin? Mitä tarkoittaa kestävä kehitys (ekologinen, kulttuurinen ja sosiaalinen kestävä kehitys)?
 - Esim. perinneruuissa näkyy satokausiajattelua, liha oli harvinaista herkkua, ruokahävikkiä ei tunnettu vaan kaikki käytettiin hyväksi (veri, sisäelimet, HUOM! KUVA pöydässä edessä kaurakiisseliä, riparollia, hapanlohkoa ja marjamämiä. Takimmaisena tappaiskeittoa ja juustomaitoa, tappaiskeiton sisälmykset erillisellä vadilla) -> ekologinen kestävä kehitys
 - Mitä voitaisiin ottaa opiksi, hyvät ideat ja vanhojen raaka-aineiden paluu, esim. härkäpapua, joka on vanha viljelyskasvi, on alettu jälleen kasvattaa ja jalostaa (Härkis)
 - Ruokaperinteet rakentavat juuria ja vahvistavat oman kulttuurin tuntemusta. Kun tuntee ja arvostaa omaa kulttuuria ja taustaansa, se johtaa helpommin myös muiden kulttuurien ymmärtämiseen ja hyväksymiseen. -> kulttuurinen kestävä kehitys

Dia 6. Tulevaisuuden perinneruoka? Pohdintatehtävä ja perinneruokamaistiaiset.

- Luetaan lehtijuttu ja katsotaan video, jossa Finnjável-ravintolan perustaja, kokki Henri Alén kertoo näkemyksiään perinneruokien muutoksista ja toisaalta pysyvyydestä ja niiden merkityksestä. Pohditaan miten perinneruoat muuttuvat seuraavan sadan vuoden aikana, vai muuttuvatko ne? Onko karjalanpiirakka edelleen suosittu perinneruoka tulevaisuudessa?
- Samalla kun keskustellaan, voidaan maistella vanhoja ja mahdollisia tulevaisuuden perinneruokia. Jokaisella oppilaalla lautasella pienet maistiaiset esim. karjalanpiirakkaa/perunapiirakkaa, ruisleipää, leipäjuustoa, roiskeläppäpitsaa, savumuikkua/järkisärkeä, Härkispullaa tms. valmiina kaupasta saatavaa, joka ei vaadi valmistusta.

Dia 7. Oma ruokamuisto

- Aluksi voidaan lukea Ruokakalevalasta pari erilaista ruokamuistoa. Pyydetään joko kirjoittamaan tai kertomaan jokin itselle tärkeä ruokaan liittyvä muisto. Tämä voi olla myös esi-tai jälkitechävä museovierailulle/tunnille.
- Miksi ruokamuistot ovat tärkeitä?

- Aisteilla ja muistoilla on fysiologinen yhteys aivoissa, ja siksi maku- ja hajumuistot ovat niin vahvoja ja tunteita herättäviä. Ne ovat jokaiselle henkilökohtaisia ja voivat kertoa jostain merkittävästä asiasta, tapahtumasta tai tunteesta. Samalla ne rakentavat suurempaa kuvaa ja kollektiivista eli meidän kaikkien yhteistä muistia, joka kertoo ajankuvaa kullekin ajalle tyyppillisistä tavoista ja yhteiskunnan muutoksista. Yksittäiset muistot rakentavat yhteisiä juuria, tarjoavat samaistumis- tai heijastuspintaa -> esim. kuulun tähän joukkoon tai tähän joukkoon en ainakaan halua kuulua.

Jos mahdollisuus useamman kerran projektiin, voidaan yhteistyössä kotitalousopetuksen kanssa suunnitella kahden tapaamiskerran projekti, jossa tutustutaan perinneruokiin ja ruokaperinteisiin teoriassa mutta myös itse tehden. Tässä mielellään mukana senioreita!

- 1. tapaaminen museolla (tai etänä verkossa), jossa keskustellaan em. asioista ja pohditaan, mikä on itselle tärkeä ruokaperinne (se voi olla vaikkapa perjantai pitsa perheen kanssa).
- 2. tapaaminen koululla, jossa pienryhmät valmistavat erilaisia perinneruokia ja pidetään pidot. Seniorit voisivat valmistaa omaa nuoruutensa perinneruokaa.