

**GÉRARD  
DEPARDIEU  
GURMANO KNYGA**



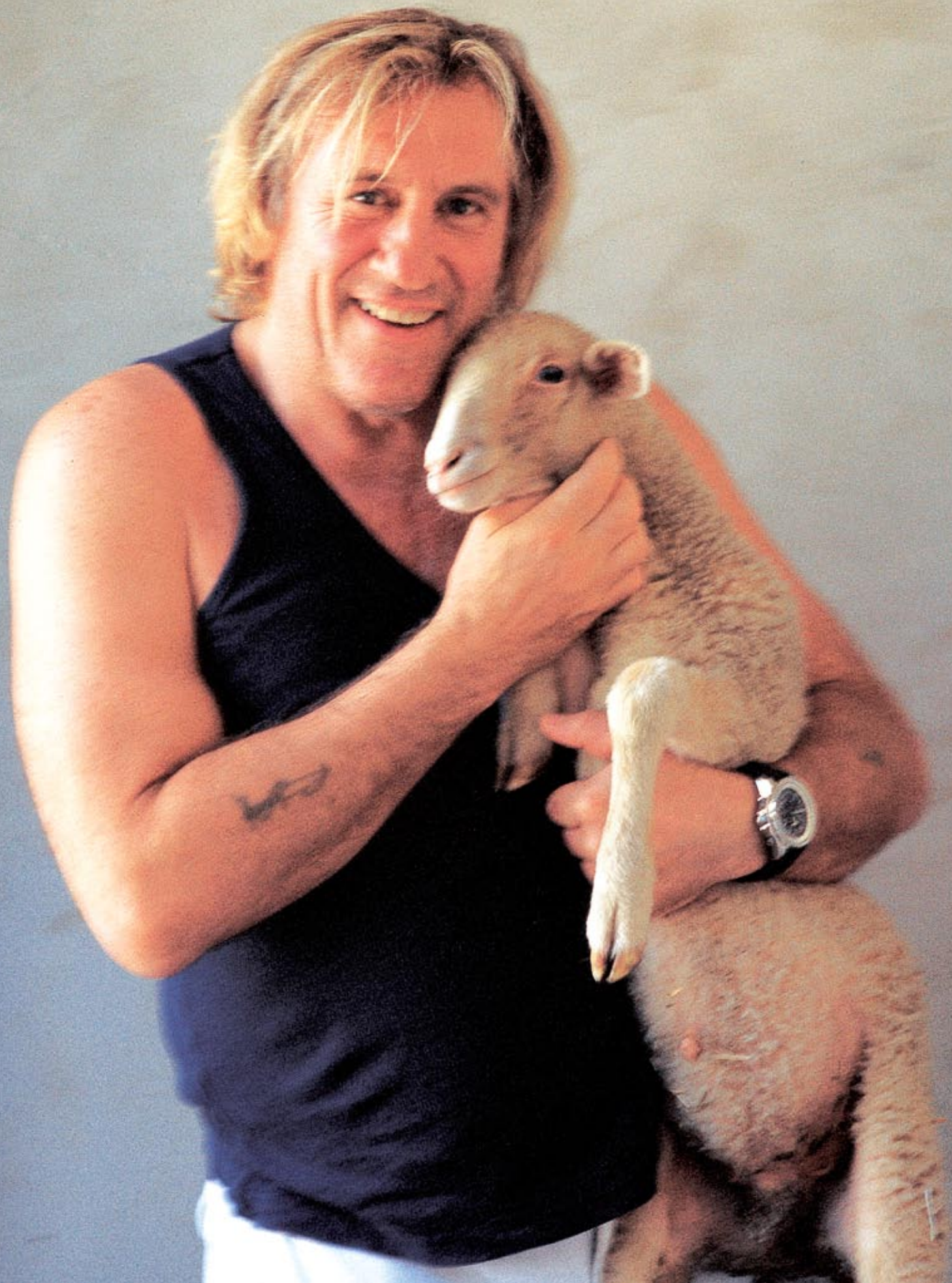


Nuotraukos – Nicolas Bruant / Tekstas – Karen Howes

# **GÉRARD DEPARDIEU** GURMANO KNYGA

Iš vokiečių kalbos vertė  
JŪRATĖ PAVLOVIČIENĖ

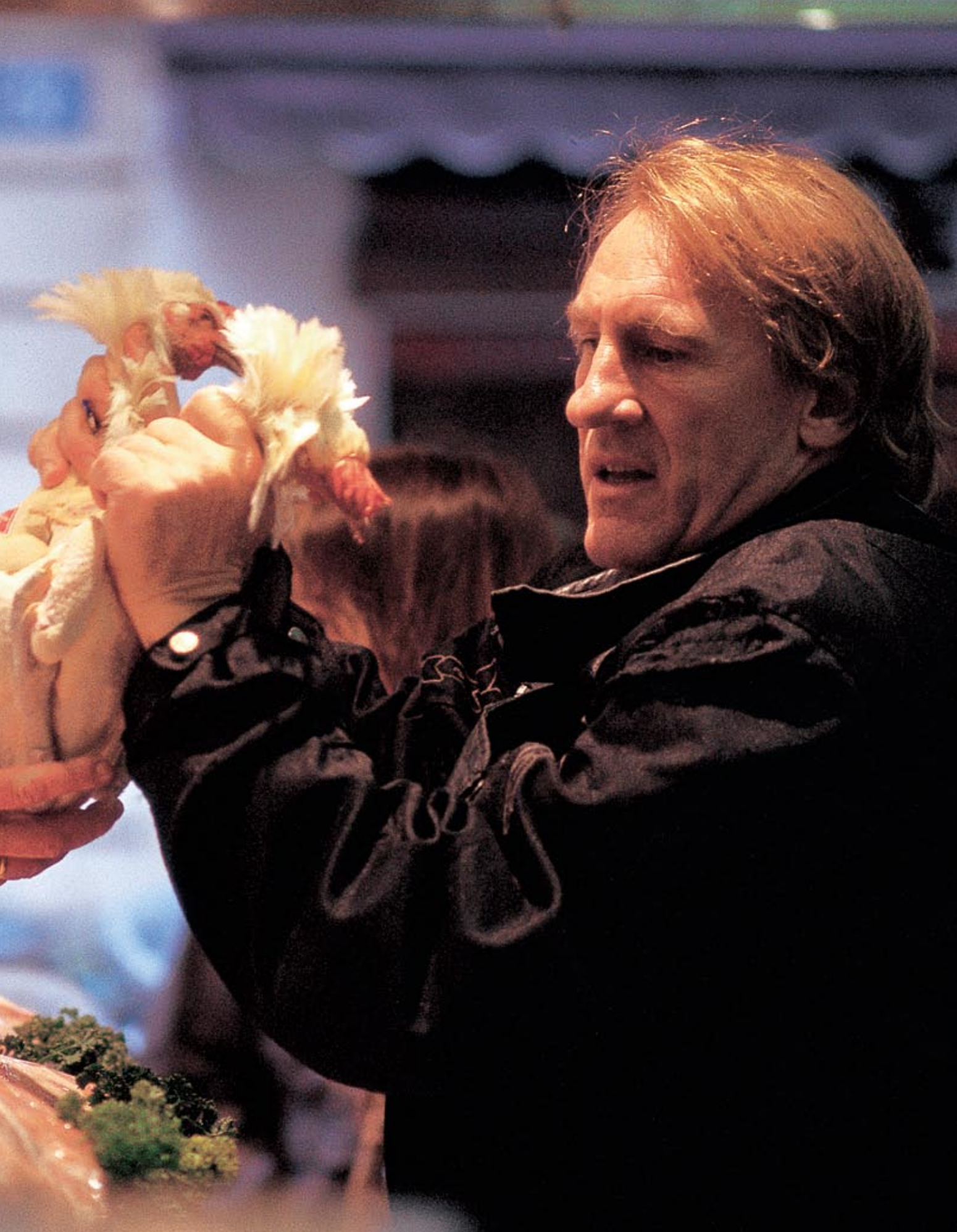




*Šeimyninis valgis, užtarnautas ir pateiktas tėvo, o paruoštas motinos, vis dar yra tas esminis saitas, kuris vaiko sąmonėje įspaudžia tėvų atvaizdus, be kurių individas neturi vidinės vienybės jausmo, o visuomenė nepajėgi sukurti civilizacijos. Todėl neverta žavėtis dažnai abejotinu ir permainingu mokslu. Svarbu neprarasti saitų su ilga ir garbinga amatininkų, sukūrusių mūsų sūrius, vynus ir delikatesus, praeitimi...*

**J. Trémolière** *Encyclopaedia Universalis* vol. 1





# Mano kulinarinė filosofija

Man nuo mažens didelę įtaką turėjo gamta. Mėgstu nuolat besikeičiantį jos grožį ir išraiškos formų įvairovę, kasdien kuriamus vis naujus spektaklius ir gebėjimą nuolat keistis. Gamta man visada teikė jėgų. Man ir šiandien tebėra gražu prisiminti, kaip vaikystėje per lietu basas ląksčiau po pažliugusį lauką, kaip pro tarpupirščius veržėsi juodas purvas, o nosį pasiekė kylantis rūgštokas žemės kvapas. Užsimerkęs galiu įsivaizduoti pačius įvairiausius kaimo kvapus: kiek kartoką laukinės mėtos kvapą, grybų aromata. Prisimenu, kaip kvėpia sausas, dulkėtas kukurūzų laukas, laukiantis derliaus nuėmimo.

## *Gyventi naudojantis visais pojūčiais*

Man malonu daiktus liesti plikomis rankomis. Mėgstu valgyti pirštais, nesinaudodamas nei peiliu, nei šakute. Tada stipriau jaučiu mėsos švelnumą ir daržovių trapumą. Liečiamų daiktų skonis, rodos, pasikeičia.

Man reikia laiko, kad galėčiau iki galo priimti ir suvokti aplinką ir mane supančius žmones. Mane žavi ne tik gražūs daiktai. Žaviuosi ir šiurkščiais bei grubiais objektais. Su vienodu malonumu galiu žiūrėti tiek į parduotuvės vitrinoje išdėliotą mėsą, tiek ir į gražios moters veidą.

Vis dėlto iš visų pojūčių man geriausiai išsivystė skonio pojūtis. Visiškai nesvarbu, ar ką ragauju pirmą kartą, ar valgio skonis man ge-

rai žinomas. Aš labai greitai įsimenu, kas man buvo skanu.

Be to, turiu labai aštrią klausą. Kiekvienas mūsų pojūtis sukuria vienartinį paveikslą – įsimena, kaip sušnara lapai, kai mažas žvėrelis šmurkšteli į savo olą, kaip caksi paukščio snapelis, kai jis, baksnodamas žemę, ieško sultingo slieko. Aš labai intensyviai suvokiu šiuos garsus.

Man patinka klausytis, kaip tyliai burbuliuoja ant mažos ugnies verdama sriuba, mėgstu išgirsti, kaip į krištolinę taurę teka vyno srovė. Bet labiausiai mėgstu tylos skambesį. Mėgstu klausytis savo tylėjimo, patinka, kai aplink mane tyli kiti žmonės, ieškantys tylos ir nusiramavimo.

## *Gamtos ciklas*

Žemė užaugina viską, ko mums reikia gyvybei palaikyti: javus, daržoves, vaisius, žolę gyvuliams. Laukiniai gyvūnai minta tuo, kas auga ant medžių ir krūmų. Visoms gyvoms būtybėms ir pačiai žemei reikia šviesos ir vandens – be jų jie negalėtų egzistuoti. Viskas tarpusavyje susiję. Kai kenčia žemė ir gamta, kenčia ir gyvūnai. Kai gyvūnai maitinasi nenatūraliu maistu, o žmonės valgo jų mėsą, įsisuka užburtas pragaro ratas, iš kurio labai sunku išsiveržti.

## *Virti aistringai*

Parašyti receptų knygą – tai rimtas iššūkis. Tai ne tik naujų receptų rinkinys. Noriu jums





papasakoti istorijas, slypinčias už čia užrašytų receptų. Žinoma, labai svarbu, kokius produktus naudosite vienam ar kitam patiekalui ruošti, tačiau ne menkesnę reikšmę turi ir žmonės, kurie augina mėšinius gyvulius, kepa duoną ar gamina sūrį, augina vaisius ar daro vyną. Jie didžiuojasi savo profesija, o man labai svarbu gerai pažinti žmones, kurie turi lemiamos įtakos maisto produktų kokybei.

Labai svarbus ir tas žmogus, kuris ruošia patiekalus – nesvarbu, ar jis tą daro namie, ar restorane. Maistas priklauso ir nuo jo dvasinės būsenos. Gera ar bloga virėjo nuotaika tikrai paveikia patiekalo skonį. Mes visi galime virti, tačiau kad patiekalas būtų skanus, reikia ne tik gerų produktų, bet ir aistros. Būtent aistrą turi jausti žmogus, kuris mėgsta gaminti valgių ir kuris naudoja daugybę šiais laikais nesunkiai gaunamų produktų.

Savo kulinarinėje knygoje noriu paaikškinti, kad mes esame ne tik atsakingi prieš gamtą, tačiau ir turime jausti pareigą išsaugoti savo protėvių tradicijas. Vietos papročiai egzistavo daugybę šimtmečių, tačiau per pastaruosius penkiasdešimt metų beveik nugrimzdo užmarštin. Pavyzdžiui, pamirštame produktų vertę, pamirštame valgyti draugijoje. Daugelis tokių tradicijų turėjo konkrečius tikslus, apie kuriuos mums vėl derėtų pamąstyti. Jei gu ateities kartoms neišsaugosime tradicinių žemdirbystės metodų, mūsų vaikai ir anūkai

vieną dieną nebežinos, kaip į lėkštes atkeliauja gabalas mėsos ar žuvies. Privalome džiaugtis įvairove, kurią mums pateikia gyvenimas, ir taip turtinti savo sielą. Tai viena pagrindinių mano knygos minčių.

### *Paprasta tradicinė virtuvė*

Man labiausiai patinka paprastai paruošiami valgiai. Stengiuosi iš visų produktų pagaminti tai, kas geriausia, todėl renkuosi tuos produktus, kurie yra švieži ir sveiki. Paruošti gerus pietus galima neišleidžiant daug pinigų. Man patinka paprasti patiekalai, kuriuos mėgsta visi ir kiekvienas gali pagaminti. Mėgstu, kai tradicijos persipina su šiuolaikiškumu, todėl mano mėgstamiausi valgiai yra *Coq au vin*, *Pot-au-feu*, veršienos frikasė, ravioliai arba mėsa, iškepta ant grotelių.

Virimas yra vienas didžiausių kūniškų malonumų – virdamas privalai uostyti, liesti, ragauti, matyti ir klausytis. Mes turime penkis jutimus. Tinkamai jais naudodamiesi gauname puikią progą pastebėti tai, kas paprasta, tai, kas teikia tikrojo gyvenimo džiaugsmo. Pavyzdžiui, patirti maisto gaminimo teikiamą džiaugsmą, pajusti meilę sau. Mes sužinome, kaip svarbu tokiomis retomis ir nuostabiomis akimirkomis pasidalyti su kitais.

Virimas man teikia tiek pat malonumo, kaip ir gero vyno taurė. Gavęs progą paruošti valgių savo šeimai, vaikams ar draugams, jaučiuosi

laimingiausias pasaulyje žmogus. Virimas stipriai susijęs su meile, o meilėje glūdi milžiniška jėga. Virti artimiems žmonėms – tai galimybė be žodžių išreikšti meilę ir draugiškumą. Dėl šios priežasties savo knygoje ne tik noriu papasakoti, ką verdu ir ką mėgstu valgyti, bet ir parodyti, kaip viskas susiję, kokia svarbi yra dvasinė būseną, geriausi produktai ir pagarba gamtai. Norėčiau tai perduoti ateities kartoms, ypač mūsų vaikams.

*Neturtingas, laisvas ir  
nejaučiantis pavydo*

Gimiau 1948 metais didelėje šeimoje. Gyvenome Šatoru – mažame miestelyje Berrio provincijoje centrinėje Prancūzijoje. Po Antrojo pasaulinio karo mūsų miestelis virto amerikiečių karine baze, tačiau vis tiek išliko nuobodžia, uždara vietoje, atkirta nuo viso likusio pasaulio.

Buvome neturtingi, tačiau niekada nejaučiau pavydo tiems, kurie turėjo daugiau už mane. Vis dėlto mačiau, kaip aplink mane esantys žmonės daro tai, ko aš negalėjau sau leisti, pavyzdžiui, valgo gerą maistą ar gyvena gražioje aplinkoje. Tebeprisimenu, kaip būdamas aštuonerių atsikėliau naktį ir slapta išsmukau iš namų – mane užvaldė troškimas keliauti. Mane pakerėdavo ryškios spalvos, besilinksminančių žmonių keliamas triukšmas, ledinukų ir glazūruotų obuolių kvapas. Prisimenu, kad

buvo nuostabiai graži naktis. Anuomet, kai buvau aštuonmetis berniukas, ji tikriausiai prižadino manyje fantazijos talentą. Nakties tyloje, drumsčiamoje vis tylančių garsų, stebėjau, kaip žmonės traukia namo. Turėjau galimybę akimirksnį žvilgtelėti į apšviestus jų kambarius ir įsivaizduoti, kaip jie ten gyvena.

Dėl nesusipratimo mokymąsi mokykloje teko nutraukti anksčiau nei pats norėjau. Mane apkaltino vagyste, kurios nepadariau. Būtent tada teko pirmą kartą išklausti griežtą paskaitą apie tai, kad gyvenimas duoda ne viską, ko užsimanai, ir jis ne visada būna visiems lygiai teisingas. Reikia imti tai, ką gauni, ir siekti geriausio. Laisvalaikiu valandų valandas praleisdavau lauke. Žvejojau, ėjau pasivaikščioti, mėgavausi grynu oru ir mokiausi mylėti gamtą ir pasaulį. Aš tai vadinau *le goût de la vie* – „gyvenimo skoniu“. Gyvenimo meilė – tai paprastumas, kuklumas ir lygiavertiškumas. Ji nepriklauso nuo turto ir nuosavybės. Priešingai – gyvenimo meilė – tai fantazija.

*Kaip iš mažai galima padaryti daug*

Anuomet mūsų namuose mėsos būdavo tik pirmąją mėnesio savaitę. Kai pasitaikydavo galimybė pas mėsaininką užsirašyti į eilę, gaudavome arklienos, nes ji buvo pigesnė. Vasarą kartais gaudavome *charcuterie* (kelių rūšių dešros rinkinį) – vieną mano mėgstamiausių patiekalų. Mano tėvas, kurį vadindavome *Dédé*,



dažnai darydavo troškinius, kadangi valgiai su daug padažo puikiai tikdavo su bulvėmis.

Kartais mano tėvui pasisekdavo ir koks nors medžiotojas jam padovanodavo kiškį. Paprastai valgydavome plaučius su padažu, keptas bulves arba bulvių košę ir, žinoma, duoną bei ryžius. Tėvas visada virdavo vienas, aš niekada jam nepadėdavau virtuvėje. Patiekalai būdavo kuklūs, tačiau jis juos paruošdavo su didžiule fantazija, o man niekas nepraslysdavo pro akis. Iki šiol mėsa man atrodo pasiturinčio gyvenimo simbolis.

Gaminant valgį fantazija buvo ne mažiau svarbi už produktus. Mes, kaip ir dauguma neturtingų žmonių, maitinomės ne itin įvairiu maistu. Be to, kasdieninius patiekalus pajvairindavome daržovėmis. Lione bulvės vadinamos „varguolių triufeliais“. Ten jos iki šiol laikomos svarbiausia daržove. Sunku net įsivaizduoti, kiek įvairiausių patiekalų, ypač sriubų, galima pagaminti iš bulvių ir svogūnų. Ir kaip vienas naujas ingredientas, pavyzdžiui, gūžinis kopūstas ar ropė, gali pakeisti patiekalo skonį.

Penktą valandą popiet tradiciškai valgydavome sriubą. Prie jos pasibaigus darbo diena susirinkdavo visa šeima. Didžiausia sriubos paslaptis yra tai, kad visi į ją dedami produktai turi būti švieži. Kitaip jie gali sugadinti skonį. Man visada patikdavo patiekalai, kurie lėtai verda valandų valandas. Jų aromatas būna stiprus, su niekuo nepalyginamas.

### *Tai, kas geriausia, auga už durų*

Nors viskas, ką valgėme namuose, buvo labai paprasta, tačiau visi produktai būdavo švieži, išauginti ten, kur augau ir aš. Karpiai ant mūsų stalo atkeliaudavo iš netoliese esančio tvenkinio, kiškiai – iš greta plytinčio lauko, daržovės – iš nedidelio sklypelio. Žemė, kurioje auginome svogūnus ir bulves, buvo tręšiama tik natūraliomis trąšomis – mėšlu. Ji nebuvo purškama chemikalais ar pesticidais, kurie šiais laikais gadina visų prekybos centruose parduodamų daržovių skonį. Pačių išaugintos daržovės buvo tiesiog nuostabios!

Vaikystėje man įskiepijo pagarbą maistui, kurį gaudavau, todėl iki šiol nepakenčiu švais-tymo ir visada stengiuosi neišmesti nieko, kas yra valgoma. Tai, kas lieka nuo vieno patiekalo, sunaudoju gamindamas kitą. Pavyzdžiui, *Pot-au-feu* likučius galima paversti maltos mėsos ir bulvių apkepu. Padažus galima sumaišyti arba pakeisti pridėjus naujų ingredientų.

Manau, kad visą gyvenimą domėjausi valgymo ir gėrimo kultūra. Vaikystėje aš tai tik įsivaizduodavau, kadangi neturėjau progų atrasti save, tačiau su amžiumi dariausi vis smalsesnis, kur bekeliaudavau su filmų kūrimo grupėmis, kaišiodavau galvą į restoranų virtuves. Prašydavau, kad vyriausi virėjai detalai papasakotų, kaip ruošiamas vienas ar kitas patiekalas. Liečiau, uosčiau ir ragavau naujus produktus. Turguose ragaudavau visko, ko dar nebūdavau

paragavęs, drauge su paprastais žmonėmis valgydavau kuklius jų krašto patiekalus. Grįžus į Paryžių mano galvoje knibždėte knibždėdavo įvairiausių idėjų ir receptų, kuriuos išmėgindavau gamindamas pietus savo draugams.

### *Geras vynas atkeliauja iš geros žemės*

Panašiai atradau ir savąją aistrą vyndarystei. Nuolat ragaudavau ir uždavinėdavau klausimus. Žinoma, labai didelės įtakos turėjo ir mano meilė kraštui. Pirmąjį vynuogyną, hektarą Burgundijoje, nusipirkau prieš tris dešimtis metų. Vėliau Anžu įsigijau *Château de Tigné* dvarą – 110 hektarų vynuogyną, duodantį neblogą derlių. Galų gale nusipirkau ir dar vieną dviejų hektarų ploto vynuogyną Anianoje, Langedoke, kad galėčiau daryti *vin de garage* – vyną, gaminamą pagal tradicinius metodus.

Nuo seno svajojau daryti vyną pagal senąsias technologijas. Man tai ypač svarbu šiais masinės gamybos laikais. Norint paruošti tradicinį vyną, reikia išmanyti apie *terroir* – dirvos savybes.

Vynų žinovas Jacquesas Puisais teigia, kad „kiekvienas vinas atspindi savo aplinką. Jis yra žemės ir oro produktas, kiekvieno jį maitinusio ir auginusio žmogaus kūdikis.“ Jeigu nebus gero dirvožemio, apie vyno kokybės pagerinimą nebus nė kalbos.

Geras vynas turi sielą. Ja mielai dalijusi su savo draugais, su kuriais kartu mėgaujusi

vynu. Vyną mėgstu ne dėl to, kad nuo jo apsvaigstama, o dėl to, kad jis yra skanus.

### *Gyvūnams reikia natūralios aplinkos*

Mane nuo seno domino žmonės, kurie dirbo su mėšai auginamais gyvuliais ir jais rūpinosi. Akivaizdu, kad mėsa to gyvūno, kuris laisvas ganėsi pievoje, savo kailiu juto lietu, orų permainas ir metų laikų pasikeitimą, yra kito kio skonio negu to gyvulio, kuris buvo laikomas masinės produkcijos sąlygomis. Dažniausiai mėsą perku iš ūkininkų, kurie didžiuojasi savo gyvuliais, kurie žino augintinių poreikius ir kurie rūpinasi jais iki pat gyvūnų gyvenimo pabaigos. Tik tokie ūkininkai tinkamai vertina savo darbą. Jie žino, ko reikia galvijams, avims, kiaulėms, ožkoms, žąsims ir antims, kad šie būtų patenkinti gyvenimu. Vištos turi laisvai vaikštinėti lauke ir lesioti sliokus. Šiems paukščiams reikia daugiau erdvės. Kiaulės yra smalsios. Jos voliojasi ant žemės, mėgsta pasilepinti purvo voniose. Karvės nuolat juda, laksto pirmyn atgal, todėl joms reikia sudaryti sąlygas laisvai išsidūkti. Atrodo, kad metų laikų kaita ir kintanti oro temperatūra galvijams nekenkia. Netgi priešingai – gyvūnai užsigrūdina, sustiprėja jų imuninė sistema. Veršeliai, neatskirti nuo motinų, auga be streso. Kiekvienas gyvūnas, augantis tokioje aplinkoje ir dar gaudantis tinkamą pašarą, yra patenkintas gyvenimu. Negali būti skani mėsa tų gyvūnų, kuriems

nenusišypso laimė augti natūraliose sąlygose, kurie keliauja per pusę Europos, kol gauna galą techniškai tobulose, tačiau negailestingose skerdyklose. Visų pirma nuo streso hormonų mėsa pasidaro kieta. Būtų geriausia visiškai nevalgyti tokio apgailėtino likimo gyvūnų mėsos. Jeigu trokštame kokybės, turime stengtis, kad gyvūnai augtų natūralioje aplinkoje.

#### *Kodėl kokybė tokia svarbi*

Septintajame ir aštuntajame dešimtmetyje suklestėjus prekybos centrams ir atsiradus milžiniškai paklausai, maisto produktus reikėjo gaminti vis didesniais kiekiais. Tokio kiekio maisto nebebuvo įmanoma užauginti tradiciniais metodais. Ūkininkus, dirbusius tradiciniais metodais, tokie rinkos pokyčiai nustūmė į patį dugną. Pasidarė nebeįmanoma įprastais

būdais pagaminti tiek produktų, kiek reikavo rinka.

Siekdami patenkinti vis didėjančią paklausą, gyvulių augintojai griebėsi sintetinių augimą skatinančių priemonių bei hormonų, kurių pridėdavo į galvijų pašarus. Didžioji dalis prekybos centruose parduodamos mėsos ir šiais laikais yra užauginta tokiais metodais. Be to, į lašišų pašarus žmonės pradėjo maišyti sintetinių dažančių medžiagų, nuo kurių žuvies minkštimas atrodo ryškesnis ir kelia apetitą. Naminius gyvūnus pradėjo šerti žuvų miltais, o tai visiškai prieštarauja gamtos taisyklėms. Taip mūsų vištos virto mėšėdžiais padarais, užaugančiais iki 1–1,5 kg. Tokio „viščiuko“ pakanka visai keturių asmenų šeimai. Tikra višta, pavyzdžiui, *poulet de Bresse*, šešiolika savaičių auginama ūkyje. Prekybos centruose parduo-



damos pusseptintos savaitės vištos. Natūraliai užaugintos vištos mėsa yra standesnė ir tamsesnė nei kombinuotais pašarais maitintos jos giminaitės, o skonis subtilus ir unikalus. Natūraliai užaugintas paukštis niekada nematė inkubatoriaus vidaus, be to, jis savo nuožiūra gali iš dirvos pasirinkti proteinų ir maisto medžiagų. Valgydami paukštį, kurį XIX a. „gastrosofas“ Jeanas Anthèlme’as Brillat-Savarinas pavadino „vištų karaliene ir karalių višta“, jaučiame tikrą malonumą. Brese populiariausia įdaryta višta, patiekama su tirštu kreminiu padažu.

*Puiku, jeigu žinome,  
iš kur atvežtas produktas*

Devintajame dešimtmetyje palengva pradėjo aiškėti, kad mūsų maisto produktų ko-

kybė pablogėjo taip smarkiai, kad net duona, kuri yra vienas iš svarbiausių mūsų vartojamų gaminių, „išpučiama“ emulgatoriais. Reaguodama į vis didėjančią maisto produktų paklausą, Prancūzijos valdžia įvedė *Appellation d’Origine Contrôlée* sistemą, žinomą kaip *AOC*. Ji kontroliuoja ne tik vyno kokybę, bet ir nustato jo kilmę. Kuo labiau rūpinamasi maisto produktų kokybe ir stengiamasi užtikrinti, kad parduotuves pasiektų nefalsifikuoti gaminiai, tuo daugiau dėmesio krepiame į savame regione augintus produktus, dėl kurių kilmės nekyla abejonių. Be to, Prancūzijoje yra *Labels rouge*. Geriausios kokybės ir labai gero skonio produktai žymimi raudona etikete. Taip pirmą kartą pavyko užtikrinti, kad tam tikri maisto produktai tikrai būtų gaminami taikant tradicinius metodus. Reikalavimus atitinkantys



mėsos ir pieno gaminiai, dešros, jūros gėrybės, vaisiai, daržovės, o pastaruoju metu ir kai kurių rūšių druska žymimi raudonomis etiketėmis. Vokietijos valdžia 2001 metų rudenį taip pat įvedė *Biosiegel* ženklą, kuriuo žymimi produktai, pagaminti laikantis Europos ekologinių produktų gamybos reikalavimų.

Devintojo dešimtmečio pabaigoje, kai Europos vartotojų sąmonėje ėmė formuotis ekologiško samprata, italų kulinarijos žurnalistas Carlo Petrini įsteigė susivienijimą, pavadinantį *Slow Food*. Jo pradėto judėjimo moto skambėjo taip: „valgykite mažiau, bet geresnį maistą.“ Jis gynė mūsų teisę pajusti gerą maisto skonį ir skatino vartotojus skirti daugiau dėmesio tradiciniams savo regione išaugintiems produktams. Be to, judėjimas siekė saugoti vietinius gamintojus ir subtilių jų gaminių skonį.

Yra milžiniškas skirtumas tarp alkio malšinimo ir mėgavimosi aromatingu valgiu, paruoštu iš šviežių produktų. O jeigu jis dar patiekamas su meile, valgymas gali tapti vienu didžiausių gyvenimo malonumų.

Būdamas aktoriumi, turėjau laimę aplankyti daugybę pasaulio šalių ir susipažinti su jų kultūra ir tradicijomis. Vykstant filmavimo darbams, po keletą savaičių gyvendavome toje pačioje vietoje, todėl turėjau puikių progų užmegzti kontaktus su vietos gyventojais ir susipažinti su visokiais vietinės kultūros savitumais.

### *Kiekvienas regionas turi savo patiekalus*

Prancūziškos virtuvės subtilybės atsiskleidžia keliaujant per šalį iš šiaurės į pietus ir iš rytų į vakarus. Kiekvienas regionas turi savo išskirtinių patiekalų ir produktų. Rytuose, Luaros pakrantėse, valgomi vaisiai, daržovės, šparagai ir grybai. Keliaujant per Šarantą į pietus galima rasti puikiausios kokybės sviesto, o vakaruose, Bretanėje, kur Atlanto vandenynu plūsta šilta Golfo srovė, gaudomi tunai, sardinės, ančiuviai, jūrų ešeriai ir moliuskai. Pastarieji pripažįstami geriausiais visoje Prancūzijoje. Druskinguose Gran Brijero pelkynuose vis dar tradiciniu būdu gaudomi unguriai, o tame pačiame regione auginamų veršelių mėsoje yra daug druskų, todėl patiekta su baltosiomis pupelėmis ir pomidorų padažu *à la bretonne* ji turi ypatingą skonį.

Vakaruose, Gaskonijoje, veisiamos kiaulės, kurias šeria kukurūzais ir vietos miškuose užaugusiomis gilėmis. Sūdytas Bajonės kumpis su raudonuoju vynu ir prieskoninėmis žolelėmis yra geriausias visoje šalyje.

Ieškodami esminių skirtumų tarp regionų pastebėsime, kad pasienyje, kur susilieja dviejų kraštų kultūros, virtuvė visada yra turtingesnė. Esminiai skirtumai tarp atskirų kraštų glūdi tradicijose, papročiuose, kalbose bei religijoje. Jie pirmiausiai atsispindi vietinių žmonių valgymo papročiuose. Kai vienos ar kitos kultūros atstovai renkasi maisto produktus, religija atlie-





ka labai svarbų vaidmenį. Vis dėlto esu visiškai įsitikinęs, kad kiekvienas religinis įsakymas ar draudimas turi rimtą praktinį pagrindą. Pavyzdžiui, musulmonams religija draudžia valgyti kiaulieną. Visiems žinoma, kad musulmonai gyvena karštuose kraštuose. Kiaulės sunkiai pakelia kaitrą, o karštoje aplinkoje kiauliena genda žymiai greičiau negu kitų gyvulių mėsa.

### *Žvilgsnis į svetimus puodus*

Prieš kelerius metus, filmuojant „Asteriksą ir Kleopatrą“, kelis mėnesius gyvenau Maroke, Varzazate. Musulmonų kultūra mane apžavėjo. Džiaugiuosi, kad turėjau progą susipažinti su daugybe valstiečių ir rankdarbių meistrų. Daug sužinojau apie vaikų auklėjimą, kasdienes ritualus, apie kultūrą ir gyvenimo būdą. Supratau, kaip jiems pavyksta išgyventi turint taip mažai vandens, pamačiau, kad jų svetin-gumo taisyklės reikalauja užsukus svečiui paaukoti paskutinius lašus ir paruošti arbatos.

Mano paties religiniai įsitikinimai tokie – stengiuosi tikėti Dievu ir gerbti gyvenimą bei viską, ką Dievas mums duoda. Manau, kad turėtume pamėginti gerbti visus mus supančius daiktus. Ne vien dėl religinių, bet ir dėl esteti-nių priežasčių turėtume mylėti viską, kas mūsų aplinkoje yra gražu. Akimirkomis, kai susilieju su gamta ir mane apgaubia tylą, apninka tokios gilos mintys, kad pasijuntu pasiekęs palaimos būseną.

Maroke teko matyti, kaip žmonės skerdzia ir mėsinėja gyvulius. Nors gyvūnų mirtis smur-tinė, tačiau įspūdinga. Apglėbus gyvulį ranka, jam staigiai perpjaunama gerklė. Nors jis nu-žudomas, tačiau prieš mirtį nepatiria streso. Kultūriniai skirtumai, kurie įtakoja gyvulių skerdimą metodus, turi tiesioginės įtakos mė-sos skoniui. Pavyzdžiui, ispano papjautos avies mėsos skonis skiriasi nuo italo ar marokiečio papjauto gyvulio mėsos skonio, nes kiekvieno-je kultūroje yra kitokios skerdimą tradicijos.

Kelionės yra geriausias tobulėjimo ir švie-timosi būdas. Prancūzija asocijuojasi su dide-liais mitybos skirtumais atskiruose regionuo-se, o italai gamina pačius geriausius ir pačius paprasčiausius patiekalus. Nesvarbu, į kokią užėigą užsuksite Italijoje, ten visada gausite kokybiško naminio maisto – pradėdant nuo duonos bei makaronų ir baigiant skaniais pa-dažais bei antraisiais patiekalais.

Kai Italijoje su Bertolučiu filmavome filmą „Dvidešimtas amžius“, susipažinau su italų vals-tiečių kultūra, labai panašia į manąją. Tai ne-turto kultūra, tačiau vis dėlto ji šiek tiek skyrėsi nuo tos, kurioje užaugau. Nepaisant neturto, žmonės maitinasi labai geru maistu. Kodėl taip yra? Tikriausiai dėl to, kad jie gerbia gyvenimą. Italų virtuvė turi fantastiškiausių alyvuogių alie-jų. Be to, tik toje šalyje yra ypatingai aromatingi žalieji pomidorai! Pagrindiniai italų virtuvės patiekalai – tai troškiniai, padažai ir valgiai, ku-

riuos reikia virti kelias valandas. Man labiausiai patinka šis virimo būdas. Labai mėgstu *Bollito misto* – virtos mėsos patiekalą, kilusį iš Bolonės. Italai jį patiekia su *mostarda* – saldžiu pikantišku džemu, kuriame yra vaisių gabalėlių, žievelių ir agurkų griežinėlių. Britai mėsą taip pat valgo su džemu. Tradicinį valgį – avies koją – jie valgo su mėtų padažu ir raudonųjų serbentų drebučiais, o šaltus kepsnius – su nepakartojamu kulinariiniu išradimu, vadinamu čatniu. Jį britai „atsivežė“ iš Ost Indijos (Indonezijos).

### *Valgymas – kaip nuotykis*

Kartais labai sunku priprasti prie kai kurių vietos kultūrinių tradicijų. Nors mano skrandis stiprus, o smalsumas didžiulis, būtent dėl to kartais tenka atsidurti ne pačiose maloniausiose situacijose. Pavyzdžiui, atsimenu kelionę į Mauritaniją, kur teko lankytis pas vieną kepėją. Jis buvo toks neturtingas, kad į duoną įmaišydavo smėlio. Nepaisant akivaizdaus skurdo, žmogus buvo labai svetingas. Norėdamas mane pasveikinti, jis patiekė porciją figų su apkartusiu sviestu. Kitą kartą man buvo patiekta *Polenta* su gabalu asilo mėsos. Iki tol net nežinojau, kad pasaulyje esama žmonių, kurie valgo asilieną!

Filmuojant kitą Bertolučio filmą gavau laisvą savaitgalį, todėl išsinuomojau kupranugarį ir su vedliu patraukiau į dykumą. Vedlys turėjo ožką, kurią naktį papjovėme. Ji buvo labai liesa,

tačiau su keliomis dykumoje rastomis augalų šakelėmis pagaminome puikiausią patiekalą.

### *Prancūzų virtuvės istorija*

Nors puikios virtuvės tradicijos Prancūzijoje egzistuoja nuo senų laikų, paprastų žmonių maistas pagerėjo tik po revoliucijos. Seniau valstiečiai maitinosi tik duona ir kukliu savo sklypuose užaugintu derliumi, o kilmingųjų dvaruose tuo tarpu buvo nedovanotinais švaistomos maisto atsargos. Stalai tiesiogine to žodžio prasme linko nuo valgių. Jie buvo milžiniškais kiekiais ruošiami kasdien, kartais net po penkiasdešimt skirtingų patiekalų iš karto. Karalius paragaudavo vos po vieną kitą kąsnelį, tačiau daugiau nevalgydavo. Svarbiausia buvo ne valgis, o išradingas jo apipavidalinimas ir papuošimas.

Rolando Joffe filme „Vatelis“ vaidinau žmogų, „atsakingą už princo burną“, ypač už tai, ką jis valgo. Filme turėjau tris dienas vaišinti šešis šimtus dvariškių, tūkstančius lydinčių asmenų ir tarnų. Kai tauta badauja ir geriausiu atveju maitinasi duona, ruošti nuostabius valgius žmonėms, kurie abejingi maistui, yra grynąs gryniasias nusikaltimas. Buvo galima numatyti, kad toks besaikis švaistymasis vieną dieną ištuštins aruodus ir pastūmės žmones į barikadas.

Revoliucija, padariusi galą senajam režimui, iš pagrindų pakeitė žmonių požiūrį į maisto



ruošimą. Vyriausieji virėjai, iki revoliucijos tarnavę tik daugiau ar mažiau kilmingų asmenų virtuvėse, pradėjo gaminti liaudžiai. Jie atidarė restoranus, išstūmusius užkeigą ir smukles – įstaigas, niekada neturėjusias ypatingos įtakos valgymo kultūrai.

*Paryžiaus vyriausieji virėjai  
tampa pavyzdžiu*

XIX a. pradžioje prancūzų virtuvėje įvyko dar vienas lemiamas perversmas. Dėl visuomenėje įsivyravusio stabilumo ir vis turtėjančio buržuazijos sluoksnio nuolat augo restoranų skaičius. Puikios kaimo užkeigą ir elegantiški Paryžiaus restoranai skatino klientus tobulinti skonį. Šį procesą skatino ir į sostą atėjęs Liudvikas XVIII – neginčijamai didžiausias gurmėnas iš visų Prancūzijos karalių.

Nuo to laiko visi prancūzai pradėjo imti pavyzdį iš Paryžiaus restoranų vyriausių virėjų. Dabar lemiamą vaidmenį atliko ne tik patiekalo išvaizda, bet ir skonis. Be to, pradėta vartoti visiškai naujus maisto produktus. Be kasdien valgomų bulvių, kurias išpopuliarino Napoleonas, žmonės pradėjo valgyti ir makaronus bei ryžius. Per žygį į Italiją prancūzų kareiviai sužinojo, kas yra *Maccheroni*. Dideli pokyčiai žemės ūkyje sąlygojo naujų daržovių rūšių – špinatų, salierų ir šparagų – atsiradimą virtuvėse. Be to, Paryžiuje pradėti auginti grybai.

Mėsa, iki tol buvusi retenybė, tapo prieinama platesniems sluoksniams. Iš pradžių buvo valgoma tik paukštiena. Tik pirmojoje XIX a. pusėje žmonės išmoko vertinti jautienos filė, išvirtą su grybais arba su svogūnų padažu. Paskui išpopuliarėjo veršiena, veršio inkstai, po to avienu ir galų gale – kiauliena. Laukinių gyvūnų mėsa, anksčiau tradiciškai ruošta tik kilmingiesiems, dabar atsirado ir buržuazijos atstovų valgiaraščiuose, ypač tų, kurie turėjo žemės arba miško. Taip ant stalo atkeliavo šerniena, kiškiena, kurapkų ir karvelių mėsa. Laukinių žvėrių šaudymą iki šiol reglamentuoja Medžioklės įstatymas, kuris buvo išleistas po revoliucijos. Medžiotojams buvo leidžiama valgyti pačių sugautus gyvūnus, tačiau draudžiama pardavinėti. Prekiauti žvėriena galėjo tik tam tikrus leidimus įsigijusios krautuvės. Mėsos niekas nebevalgė be garnyro. Daržoves, kurias anksčiau buvo įprasta patiekti atskirai, pradėta tiekti kartu su mėsa.

Pramonės revoliucija lėmė geresnių transporto priemonių atsiradimą, todėl atsirado galimybė gabenti ir jūrų gėrybes bei žuvis. Pradėjo tobulėti šaldymo technika. Sūris vis dar buvo laikomas vargšų maistu, kadangi vargingai gyvenantys žmonės neįpirkdavo cukraus ar desertų. Turtingieji sūrio nevalgė. Tokia situacija, kaip ir viskas, turėjo pasikeisti.

Kokia padėtis yra šiandien? Turime kalnus maisto, švaistome jį, o tuo tarpu vis dar tebė-



ra daugybė badaujančiųjų. Ir ne tik trečiojo pasaulio šalyse, o tiesiog už mūsų namų durų. XXI a. Prancūzijoje, kaip ir kitose Europos šalyse, daugybė žmonių gyvena žemiau skurdo ribos ir negali sau leisti gražiausių gyvenimo dalykų. Mūsų pasaulį darko ne tik neteisingas maisto paskirstymas, bet ir aplinkos užteršimas bei svarbiausių gyvenimo vertybių menkinimas. Su šia neteisybe reikia kovoti. Turime iš naujo mokytis vertinti maistą ir gerbti gamtą. Tada būtų mažiau švaistymosi ir mažiau badaujančių žmonių.

### *Svajonė pildosi*

Visada norėjau tapti mėsininku, tačiau tapau aktoriumi ir Paryžiaus centre atidariau savo restoraną *La Fontaine Gaillon*. Apie šį projektą galvojau beveik dvidešimt metų. Tada susipažinau su Laurentu Adiot, dirbusiu nuostabiame Paryžiaus žuvies patiekalų restorane *Marius et Janette*. Šis restoranas buvo vos už kelių žingsnių nuo mano biuro. Laurentas yra puikus vyriausiasis virėjas, be to, jis, kaip ir aš, yra aistringas maisto ir vyno gerbėjas. Pažadėjau jam, kad vieną dieną mudu dirbsime kartu. Tai buvo labai seniai. Vyriausiasis virėjas yra restorano siela, žmogus, kuriuo turi pasitikėti savininkas. *La Fontaine Gaillon* restorano virtuvė yra paprasta, bet kartu ir rafinuota – čia naudojami tik geriausi produktai. Tuo rūpinasi *Laurent*. Kartais aš pats einu į turgų arba atve-

žu mėsos iš pažįstamų ūkininkų. Tada *Laurent* tenka keisti valgiaraštį, tačiau būtent tai paįvairina jo darbą. Jam tenka gaminti patiekalus iš šviežių sezono produktų.

### *Valgykime tai, ką mums duoda sezonas*

Gamta mums duoda viską, ko reikia. Ji galinga, įvairi, viską lemianti, gera, švelni ir kartu pavojinga. Mes niekada nesugebėsime jos pažaboti, todėl turime išmokti su ja sutarti. Paklusti turi ne gamta, o mes.

Kai ką nors gaminame ketindami parduoti, pastebime, kad negalime pakeisti metų laikų tėkmės. Vis dėlto turėtume valgyti tai, ką siūlo kiekvienas sezonas. Vasaros pradžioje turime galimybę mėgautis saldžiomis braškėmis, o skrudintų kaštonų kvapas primena, kad į duris beldžiasi žiema. Aš mėgstu kiekvieno sezono vaisius ir uogas. Vasaros viduryje saulės atokaitoje sunokusios vyšnios skonio neįmanoma palyginti su vėsioje vietoje laikytų ir žiemos vidury parduodamų vyšnių skoniu.

Žinoma, labai sunku pakeisti visus įpročius, taip giliai įsiskverbusius į mūsų visuomenės kasdieninį gyvenimą. Nors pastaraisiais dešimtmečiais gyvenimo kokybė nuolat gerėjo, žmonėms vis labiau trūko laisvo laiko. Šiais laikais dauguma motinų dirba ir praktiškai neturi laiko rūpintis vaikais. Apsipirkti jos gali tik per pietų pertrauką, todėl skuba į artimiausią prekybos centrą. Nupirkti šaldytą pusgaminį yra

žymiai paprasčiau negu turguje ieškoti šviežių produktų.

Kad pradėtume gyventi kitaip, pirmiausia turime išjungti mikrobangų krosneles ir iš naujo atrasti patiekalus, kuriuos prieš daug metų gamino mūsų močiutės. Žinoma, nebūtina mėsos kepti ant medžio anglių ar rinktis tokį patiekalą, kuriam paruošti reikia penkių valandų. Vis dėlto būtų puiku prisiminti ir tokią virtuvę.

### *Ivairovė vietoje greito maisto*

Tiems, kurie ketina gaminti vaikams, tenka susidurti su nauja problema – vaikai nebe-nori valgyti iš naujo atrastų produktų, pavyzdžiui, natūralios vištienos ar žuvies. Jiems geriau patinka lazdelės ar kvadrato formos žuvų gabalėliai. Mūsų vaikus įtakoja visokiausios mados, tačiau negalime leisti, kad mažyliai aklai joms paklustų. Pavyzdžiui, mano dukterė Roksana dabar išgyvena mėsainių laikotarpį. Vis dėlto ji stengiasi rinktis kokybišką mėsą, o aš savo ruožtu suteikiu jai galimybę atrasti vis naujus patiekalus ir parodau tai, kas iš tikrųjų skanu.

Mūsų pareiga – lavinti savo vaikų skonį. Negalime leisti, kad jį veiktų tik pelningai dirbantys greito maisto restoranų tinklai. Turime stebėti, ką vaikas mėgsta, o kas jam neskanu. Tik tada galime lėtai, bet užtikrintai atpratinti nuo greito maisto, kuriame per daug angli-

vandenių ir riebalų – būtent dėl to šis maistas vaikams taip patinka. Niekada gyvenime nė vieno vaiko neverčiau valgyti to, kas jam neskanu. Vis dėlto jie užsikrečia suaugusiųjų entuziazmu ir užsimano paragauti ko nors naujo, pažinti naujus gamtos dovanojamus skonius ir aromatus.

Labai daug priklauso nuo auklėjimo ir nuo to, ką sužadinsime savo vaikų sąmonėje. Atsimenu, kaip kartą į svečius atvyko amerikiečių aktorė Jamie Lee Curtis su dukra. Sode augo vyšnia, o mažoji mergaitė net nežinojo, kad vyšnios auga ant medžių. Ji manė, kad jos užauga krepšeliuose.

Gamta mūsų jutimo organams suteikia daugybę progų patirti nuotyki. Mes tikrai ne-atradome ir neišmėginome visko. Jeigu norime išsaugoti įvairovę ir ateities kartoms įskiepyti suvokimą apie stebuklingą gamtos kūrinį, turime prižadinti visus penkis vaikų pojūčius: lytėjimą, skonį, uoslę, klausą ir regą. Jų reikia visose gyvenimo srityse, taip pat ir apsiperkant, gaminant valgį ir valgant. Mano pojūčiai buvo pažadinti vaikystėje. Nors buvome neturtingi, gavau vertingą dovaną – pajutau gamtą ir ji tapo mano dalimi.

*g. > y - tū -*



# UŽKANDŽIAI

*Užkandžiai (Entrées) yra lengvi ir pakankamai maistingi patiekalai, tad juos galima valgyti bet kuriuo metu, net ir pusryčiaujant. Savo namuose Anžu Château de Tigné dažnai ruošiū triušį drebučiuose ir ypač puoselėju šiltus prisiminimus apie tą, kurį mudu su brangiu bičiuliu aktoriumi, velioniu Jeanu Carmet, valgėme su skrudintos kaimiškos duonos riekelėmis, užsigerdami atšaldytu baltuoju vynu. Kokia nuostabi dienos pradžia!*



## Šviežio tuno karpachio su bazilikais

Ruošimo laikas – 30 min.

*4 porcijos*

**300 g labai šviežio raudono tuno,  
100 ml ypač tyro alyvuogių aliejaus,  
pagardinto bazilikais, žiupsnelio smulkios jūros druskos,  
½ žaliosios citrinos sulčių,  
šviežiai maltų juodųjų pipirų, 4 bazilikų lapelių,  
8 riekių kaimiškos duonos.**

Nulupkite tuną ir išimkite visus kaulus. Tada žuvį nusausinkite virtuviniu rankšluosčiu ir aštriu peiliu supjaustykite labai plonais griežinėliais. Dar geriau būtų pjaustyti elektrine pjaustykle. Kad būtų lengviau pjaustyti, žuvį 15–20 min. palaikykite šaldiklyje.

Kepinių teptuku keturias lėkštes ištepkite alyvuogių aliejumi, išdėliokite tuno griežinėlius. Apteptkite likusiu aliejumi, pabarstykite smulkia druska ir apšlakstykite keliais lašais žaliosios citrinos sulčių. Gausiai pabarstykite pipirais. Kiekvieną porciją papuoškite bazilikų lapeliu ir patiekite su skrudinta kaimiška duona.



## Skumbrės užkandėlė

Ruošimo laikas – 20 min. Gaminimo laikas – 20 min.  
Šaldymo laikas – 24 val. Ruošti dieną prieš vartojimą.

*4 porcijos*

**200 ml prieskonių nuoviro (žr. p. 42), 500 g šviežios skumbrės, 2 svogūnų, 3 česnako skiltelių, druskos ir šviežiai maltų juodųjų pipirų, 100 g šviežios kaimiškos grietinės, ½ ryšelio daržinių builių.**

Prieskonių nuovirą pakaitinkite dideliame prikaistuvyje ant mažos ugnies. Išvalykite skumbres, nupjaukite galvas ir uodegas. Penkioms minutėms panardinkite į sultinį, tada atsargiai ištraukite kiaurasamčiu ir palaikykite sietelyje, kol atvės. Nulupkite odą, išimkite kaulus, o minkštimą atidėkite į šalį.

Nulupkite ir smulkiai sukapokite svogūnus bei česnakus. Sudėkite į didelį prikaistuvį ir pakaitinkite ant labai mažos ugnies. Sudėkite

skumbrės minkštimą, pabarstykite druska bei pipirais ir gerai išmaišykite. Supilkite grietinę ir pavirkite ant mažos ugnies apie 5 min.

Išvirtą žuvį palaikykite, kad visai atvėstų, tada sutrinkite šakute. Smulkiai sukapokite daržinius builius (kelis lapelius palikite puošimui) ir įmaišykite į masę. Sudėkite į mažus indelius ir palaikykite šaldytuve 24 valandas. Puoškite likusiais daržinių builių lapeliais ir patiekite su skrudinta kaimiška duona.

## Švelni krabų užkandėlė

Ruošimo laikas – 2 val. Gaminimo laikas – apie 50 min.

4 porcijos

**Prieskonių nuovirui: 2 svogūnų, 2 morkų, nedidelio saliero koto, druskos ir šviežiai maltų juodųjų pipirų, prieskoninių žolelių (čiobrelių, laurų lapų, petražolių), 2 šaukštelių vyno acto, citrinų sulčių (nebūtinai), 4 šviežių krabų (geriau moteriškos lyties), 1 citrinos, supjaustytos į keturias dalis.**

**Aštriam padažui: 3 šaukštelių alyvuogių aliejaus, 1 šaukšteliu išlaikyto vyno acto, mažo gabalėlio šviežios imbiero šaknies.**

Prieskonių nuovirui skirtus svogūnus nuplupkite ir sukupokite. Nuskuskite morkas ir supjaustykite griežinėliais. Kartu su saliero kotu dėkite į didelį prikaistuvį, užpilkite vandeniu, kad apsemtų daržoves, įberkite druskos, įmeskite prieskoninių žolelių ir viską užvirkite. Pavirkite apie 20 min. ir palikite, kad pašustų. Tada sultinį nusunkite per sietelį ir supilkite atgal į prikaistuvį. Galite įpilti šiek tiek citrinų sulčių arba baltojo sauso krašto vyno (pavyzdžiui, *Muscader*).

Krabus dėkite į prikaistuvį su sultiniu ir virkite 20 min. Jeigu neturite pakankamai didelio prikaistuvio, naudokite du mažesnius.

Kai išvirs, nupilkite skystį, o krabus palikite atvėsti sietelyje. Kai atvės tiek, kad bus galima liesti rankomis, nutraukite kojas ir atidarykite

kiautus. Išimkite visą minkštimą, taip pat ir rusvą mėsą, esančią po galva. Kai iš kojų, kiautų ir net iš mažiausių plyšelių išimsite visą mėsą (procesas yra ilgas), iš žnyplių minkštimo, nesmulkindami gabalėlių, pašalinkite kremzles. Žnyplių minkštimą ir ištuštintus kiautus atidėkite į šalį. Likusią krabų mėsą sumeskite į didelį maišymo dubenį.

Aštriam padažui aliejų sumaišykite su actu, pagardinkite druska, pipirais bei nulupta ir tarvuota imbiero šaknimi. Padažą sumaišykite su krabų mėsa.

Į kiautus kimškite krabų mėsos masę, ant viršaus dėkite iš žnyplių išimtą minkštimą, papuoškite citrinos ketvirčiais ir laikykite šaldytuve.





**SUBTILI IR PAPRASTA  
PRANCŪZŲ VIRTUVĖ  
AISTRINGAM GURMANUI**



OBUOLYS

ISBN 978-609-403-088-8

[www.obuolys.lt](http://www.obuolys.lt)