

## Onze oude eetgewoonten

André Desmidt

### Geef ons heden ons dagelijks brood

Brood staat als basis van onze voeding en heeft een grote symbolische waarde. Zegt men immers niet van een succesvol iemand: zijn broodje is gebakken ?

Van iemand die instaat voor de inkomsten van het gezin zegt men: hij (of zij) is de kostwinner of de broodwinner. Van noodzakelijke dingen zegt men ook: het is broodnodig.

In ons taalgebruik zijn er heel wat spreekwoorden en gezegden die verwijzen naar het dagelijks brood.

- Wiens brood men eet diens woord men spreekt
- De ene zijn dood is de andere zijn brood
- Hij zit op water en brood
- Ze zitten in hun wittebroodsweken

Sinds de Middeleeuwen zijn er bij ons bakkers, hoewel nog veel gezinnen brood bakten in een eigen oven. Enkele jaren terug was het populair om deeg (diepvries) te kopen om thuis te bakken. Zowel de socialisten als de katholieken hadden een coöperatieve met bestelling van brood aan huis.

Vroeger kwam een bakkersgast aan de deur met het brood (net zoals de brouwer en de melkboer). Nu koopt men brood bij de bakker, in het grootwarenhuis of aan de automaat. En wie weet straks via internet???

Tot in het jaar 2004 werd de broodprijs (per kg) vastgesteld door het Ministerie van Economische Zaken. Het assortiment was toen beperkt: men had het over wit en bruin brood, groot of klein, gesneden of niet. Voor speciale gelegenheden was er ook krentenbrood of melkbrood of suikerbrood. En dan nog de pistolets en de boterkoeken of koffiekoeken. Sinds 2004 is de broodprijs vrij en het gewicht van een groot brood minder dan 1 kg. Het aanbod is aanzienlijk uitgebreid. Niet meer overzichtelijk...

Vroeger was het groot rond brood zeer populair. Moeder sneed er deskundig de sneetjes van maar niet alvorens er eerst met het grote broodmes een kruis op geslagen te hebben.

Als we even terug gaan in de tijd dan kostte een brood van 1 kg in 1960 amper 20 eurocent. In 1980 was dat al 87 eurocent en tien jaar later (1990) €1,23.

Van voedselverspilling was er vroeger ook geen sprake. De restjes van het brood werden bijgehouden om verwerkt te worden in broodpudding. Dat was een heerlijke lekkernij, vooral als de pudding niet te droog was en voorzien van rozijnen. Soms stopte men de brokjes oud brood in een zakje om de meeuwen te voederen (iets dat nu niet meer mag). In de winter was dat heerlijk op een verlaten strand.

Een volle maaltijd kon ook bestaan uit een portie verloren brood: oud brood gedrenkt in melk gemengd met eieren en suiker.

De (symbolische) waarde van het brood vindt men ook terug in de kerk. Denken we maar aan de parabel van de vijf broden en twee vissen en de hostie die na consecratie het lichaam van Christus wordt. En in een van de populairste gebeden Het Onze Vader bidt men: geef ons heden ons dagelijks brood.

In Oostende zong men na de overstroming in 1953: Geef ons heden ons dagelijks brood maar alstublieft geen watersnood...

Over de voedingswaarde is er ook geen discussie. En of het gezond is? Hangt af van welke voedingsdeskundige je aanspreekt. In België is in elk geval het zoutgehalte beperkt (maar iets hoger dan in Nederland) en ook de soorten zout zijn vastgelegd.

## Het ontbijt



Het ochtendeten is steeds belangrijk geweest en moeder de vrouw waakte dat man en kinderen voldoende tot zich namen, in functie van de te leveren prestaties gedurende de dag. Populair was spek met eieren. Ook zelfgemaakte confituur (gelei) was een veelgebruikt beleg. Soms volstonden een gekookt eitje of een gebakken ei (paardenoog).

Van muesli, cornflakes, yoghurt, noten e.d. was er toen geen sprake.

Soms werd er ook wel eens choco op de boterhammen gedaan of dopte men een speculooskoekje in de koffie om dan op de (al wat droge) boterham te leggen. Heerlijk en dat smaakte heel goed.

Voor de mannen die uit gingen werken werd de brooddoos klaargemaakt door de echtgenote en tussen de boterhammen een plakje kaas, wat hesp of charcuterie. Later ook een stuk fruit.

Soms kregen de kinderen ook eten mee naar school vooral in de periode dat ze eerst naar de ochtendmis moesten (nuchter) om daarna pas te ontbijten. Maar velen haalden de "toespijs" van tussen de boterhammen "stutjes" en gaven de boterhammen aan de vogeltjes of aan de beesten in de weide van Vyvey (op weg naar de frères).

### Drinken bij het eten

Wereldwijd het meest gedronken is koffie. Wij drinken het bij het ontbijt en avondmaal en ook tussendoor. Wanneer er iemand op bezoek komt dan wordt spontaan een koffie en een koekje aangeboden. Maar herinneren we ons nog het koffiegebruik ruim vijftig jaar terug ?



Toen kocht men koffiebonen in de winkel en die werden dan thuis handmatig gemalen in de koffiemolen.

Elk huisgezin had een koffiemolen en elke dag betekende verse koffie ook vers gemalen bonen.

De koffiemolen werd voorzien van wat bonen en dan tussen de benen geplaatst om goed te kunnen draaien en malen.

Elke huismoeder had haar eigen graad van fijnmalen. De grofheid van de gemalen boon bepaalde ook deels de smaak.

De gemalen koffie werd via het schuifje onderaan in de koffiezak gegoten. Meestal werd er een kleine hoeveelheid cichorei aan toegevoegd omwille van de smaak (cichorei was ook goedkoper ???).



De koffiekant werd op het vuur gezet (de kachel) met de gevulde koffiezak en die werd dan gevuld met kokend water. De koffie werd opgegoten. "Ik heb juist verse koffie opgezet"...

Na een paar keer opgieten en de koffie wat laten trekken kon de tas (het kopje) gevuld worden. Voor sommigen dan nog een suikertje en een "wolkje" melk

en de "koffieklets" kon beginnen. Koffiezetten was een ritueel. Nu gaat alles automatisch. Men koopt gemalen koffie en de koffiezetmachine doet de rest. Er zijn ook heel wat automatische toestellen op de markt: de koffiezetmachine, de Senseo, ...

De sterkte van de koffie werd bepaald door het aantal lepels koffie dat men in



de zak deed. Soms was het zeer sterke koffie. Straffe kaffie. Een uitdrukking die ook gebruikt wordt voor speciale verhalen die grenzen aan het ongelooflijke. Men zei ook: Je lepeltje kan er blijven in recht staan... 't Is lik terre.

Was de koffie aan de slappe kant dan sprak men van: flauwe tjuten, nunnenzeike, je kut er joen sukertje zien inliggen, je kut toe beneen kiekken.

In de visserij had men het niet zo voor alleen maar koffie. Die werd wat aangelengd en men sprak van een "poester".

En vroeger ging niets verloren. Het koffiegruis werd vaak gebruikt om te kuisen. Met strooide het op de vloer en het nam al het stof op. Ook in de scholen was dit gebruikelijk. En nog even een weetje: nu is koffiegruis goed om de slakken uit uw tuin te houden. Strooi het rond de vers geplante sla en de slakken geraken er niet bij.

Maar er werd niet de ganse dag koffie gedronken. Bij het middagmaal was er meestal tafelbier. We herinneren ons nog de fles Piedboeuf die op tafel stond en op een speciale manier geopend werd. Het was een zoete drank te vergelijken met bier zonder alcohol.

## Middagmaal

En via het bier komen we bij het middagmaal. 's Middags werd er warm gegeten. Een kom soep, een flink bord aardappelen met groenten en vlees of vis. De vis en groenten waren wat er voor dit ogenblik op de markt voorhanden was. Men noemt het nu seizoengroenten. In de zomer salade, wortelen, erwten, boontjes... en in de winter meer kool en spruiten.

De vis werd gebakken in het viskot (niet in de keuken in huis want dat rook teveel). Iedere huisvrouw had ook een speciale vispan.

Van de vis zegt men dat ze drie keer moet zwemmen: een eerste keer in de zee, een tweede keer in het smout in de pan en een derde keer in de van bier voorziene maag.

Willekeurig sommen we hier nog een aantal voor sommigen rare eetgewoontes op zoals

## Kazakken met haring

Een kazak is een aardappel in de pel, liefst jonge aardappelen. Hoe komt men eigenlijk aan het woord kazak? Dit betekent jas. Dus een aardappel met zijn jasje nog aan... Het woord kazak wordt ook nog in andere betekenissen gebruikt: een kazakkendraaier is iemand die van gedacht verandert, bijvoorbeeld iemand die uit eigen belang verandert van politieke partij. Hij of zij verandert dus van jas (symbool voor gedachtengoed)... De haring werd meestal gebakken maar soms ook gekookt of gestoomd. Was dit vroeger "werkmanskost" dan wordt dit nu in chique restaurants als délicateste opgediend.

## Kabeljauwkuit

De vissers brachten soms wel een grote kuit van een kabeljauw mee. Die werd dan gekookt en in schijfjes gesneden die men dan nog eens bakte. Sommigen

aten dat gewoon op en anderen deden daar wat bruine suiker op. In elk geval was dat echt lekker en voedzaam...



Stevige kost en goed voor de cholesterol en veel Omega 3. Maar daar werd vroeger geen aandacht aan besteed. Tegen de kinderen zei men: ge moet veel eten dat ge groot en sterk wordt.

Obesitas stond toen nog niet in het woordenboek. Dikke mensen dat waren er uit Amerika... Hier werd er nog hard gewerkt en had men geen tijd om dik te worden.

## Mosselen

Ook hier hebben we een evolutie van voeding voor het gewone volk naar een



dure maaltijd. Wat is er heerlijker dan mosselen “degusteren” met frietjes en mayonaise en wat sla. Had men vijftig jaar geleden moeten weten dat men ooit veel geld zou betalen voor een bord mosselen dan zou men je gek verklaard hebben. De mosselen werden getrokken op de

strandhoofden en de grootste mosselen kon men trekken aan de sluisen bij de vuile vaart (de stinker). Alleen oppassen voor de slijkmosselen !!!

Als alternatief voor de vis op vrijdag kwamen er wel eens mosselen op tafel. Dat was toen gewoontjes maar dank zij een goede bereiding toch lekker. Na de maaltijd moesten we dan een glas melk drinken tegen het mosselvuur want mosselen zijn eigenlijk de filters van de zee en bevatten heel wat toxische stoffen.

## Hutsepot

Hutsepot is eigenlijk samengesteld uit allerhande restjes van vlees en groenten. De bereidingswijze verschilt dan ook van streek tot streek. Het is een



allegaartje van winteroverschotten. We horen voor het eerst van hutsepot (komt van het frans hochepot) in de zestiende eeuw in Leiden (NL). We kunnen het een beetje vergelijken met de Noord-Afrikaanse stoofpotjes.

Bij ons bestaat hutsepot uit aardappelen, spruiten, ajuinen, groene en witte kool, rapen, wortelen en veel varkensvlees. Varkensoren en -poten en -staart, ribbetjes, spek, spearing. Van een varken wordt immers niets weggesmeten.

Het eten van hutsepot kan dus zeer tijdrovend zijn gelet op de "peuzelienge".

Het geheel wordt ook goed gekruid en velen gebruiken ook mostaard bij het eten. We noteren in feite twee bereidingswijzen: alles fijn gesneden of alles in grotere stukken (meer waterzooi).

Een stevige wintermaaltijd i

### Tref

Aardappelen – ajuin – spek – azijn en stukken varkensvlees. Wie veel vlees in zijn bord had was de geluksvogel. Hij had tref. Vandaar ook de naam.

### Kaantjes



Bij het slachten van een varken werd alles gebruikt. Het bloed werd opgevangen om bloedworst te maken. Het buikvet in de omgeving van de nieren werd verwarmd en men maakte enerzijds vloeibaar vet en als rest kaantjes of vetbolletjes.

Kaantjes werden vroeger gegeten op de boterham met wat bruine suiker.

Kaantjes worden ook gebruikt bij het maken van bloedworst. Bij het middagmaal at men soms kaantjes met aardappelen.