

Dominika Marzec

absolwentka Akademii Ignatianum w Krakowie

Powrót do tradycji? O kulturze kulinarnej z perspektywy Nowych Mediów

Return to tradition? Culinary culture from the perspective of New Media

ABSTRAKT

Ludzkość od początku swoich dziejów przyswajała zachowania związane z pozyskiwaniem i obróbką żywności. Wszelkie czynności podejmowane w obrębie jedzenia, dawały początek trwałym nawykom, przekształcającym się w obyczaje. W taki sposób ukształtowała się kultura kulinarna, obejmująca normy w zakresie pożywienia i picia. Obecnie balansujemy między zwyczajami naszych przodków, a trendami nawołującymi do żywieniowych innowacji. Dzisiejsze społeczeństwo poniekąd zrywa z dawnymi tradycjami kulinarnymi. Jednak zmieniające się warunki życia reaktywują chęć powrotu do tego, co pierwotne. Szczególną rolę w tym kierunku odgrywają Nowe Media, będące nośnikiem popularyzacji szeroko pojętych kulinariów. W związku z widocznym zainteresowaniem kuchnią tradycyjną, głównym celem artykułu było wyjaśnienie, do jakich norm żywieniowych prowadzą dzisiejsze trendy oraz podkreślenie związku pomiędzy jedzeniem a kulturą popularną. Do realizacji powyższych założeń posłużono się analizą i interpretacją literatury źródłowej, a także materiałów publikowanych w internecie. Zastosowane metody, pozwoliły wskazać kierunek współczesnych zwyczajów kulinarnych. Ponadto, uzasadniły znaczenie mediów w praktykowaniu dawnych tradycji żywieniowych.

SŁOWA KLUCZOWE:

żywność, kultura, media, obyczaje, nawyki, chleb

ABSTRACT

Since the beginning of its history, mankind has adopted behaviors related to obtaining and processing food. All actions taken within the scope of eating, gave rise to permanent habits, transforming into customs. This is how culinary culture was formed, encompassing food and drink norms. Today we are balancing between the customs of our ancestors and trends calling for nutritional innovation. In a way, today's society is breaking with old culinary traditions. However, changing living conditions reactivate the desire to return to what was original. A special role in this direction is played by the New Media, which are the carrier of popularization of widely understood culinary. In connection with the apparent interest in traditional cuisine, the main objective of this paper was to explain what kind of nutritional norms today's trends lead to, and to emphasize the relationship between food and popular culture. The analysis and interpretation of source literature, as well as materials published on the Internet, were used to achieve these goals. The methods used made it possible to point out the direction of contemporary culinary habits. Moreover, they justified the significance of the media in the practice of old food traditions.

KEYWORDS:

food, culture, media, customs, habits, bread

WPROWADZENIE

Angielski archeolog – Edward Burnett Tylor uznaje, że kultura to „...pojęcie obejmujące wiedzę, wierzenia, sztukę, moralność, prawo, obyczaje i inne zdolności i przyzwyczajenia, zdobyte przez człowieka jako członka społeczeństwa. (...) katalog wszystkich objawów życia publicznego danego narodu, przedstawia to, co nazywamy kulturą”¹. Bez wątplenia ma to swoje odzwierciedlenie w szeroko rozumianych kulinariach, obejmujących kwestie cywilizacyjne i obrzędowe. Kształtowana od pokoleń kultura żywienia, wyeksponowała szereg obyczajów, które stały się jej trwałym elementem. Wszelkie nawyki, związane z jedzeniem mogą przekazywać wiele informacji na temat społeczeństwa, jego priorytetów i najważniejszych wartości. Wypracowane niegdyś zwyczaje żywieniowe, dały początek naszym codziennym rytuałom. Ich pielęgnowanie może być wyrazem silnych emocji lub mentalnych przyzwyczajeń. Na podstawie kulinarnych praktyk możemy określić czy dana osoba jest tradycjonalistą, czy kieruje się trendami współczesności. Obecnie mierzymy się z różnymi nowościami skłaniającymi do refleksji nad tym, który sposób odżywiania jest tym właściwym.

Pochylając się nad tematem dzisiejszej kuchni, warto podkreślić znaczenie norm, czyli ustalonych zasad postępowania². Znormalizowane dawniej czynności znów budzą społeczną ciekawość, a to motywuje do przeanalizowania nawyków żywieniowych pod kątem bieżących trendów. „Istniejący w danym momencie kierunek rozwoju” to jedna z definicji trendu, którą można odnieść do większości dziedzin³. W świecie kulinariów zauważa się tendencję zmierzającą ku archaicznym praktykom i obyczajom. Wobec tego celem niniejszego artykułu jest wyjaśnienie, do jakich konkretnie standardów żywieniowych dążymy i jaka jest w tym rola tradycji.

W opracowaniu opisano pierwotne rytuały kulinarne w odniesieniu do teraźniejszych metod żywienia. W znacznej mierze skupiono się na procesie przemian kulinarnych, charakteryzując zwyczaje naszych przodków. W artykule wykorzystano zarówno źródła drukowane, jak i internetowe. Na omówienie obszaru

¹ *Kultura*, „Ozkultura.pl” z 04.11.2017 r., <http://ozkultura.pl/wpis/1384/6> (dostęp 16.02.2022 r).

² SJP, *Norma*, <https://sjp.pwn.pl/slowniki/norma.html> (dostęp 14.05.2022 r).

³ SJP, *Trend*, <https://sjp.pwn.pl/slowniki/trend.html> (dostęp 14.05.2022 r).

tradycji i kulinariów wpłynęły rozważania Barry'ego Popkina, który wyodrębnia poszczególne fazy transformacji żywieniowej, a także Michała Kuźmińskiego, nawiązującego do antropologii jedzenia. W celu omówienia społeczno- kulturowego kontekstu kulinariów posłużono się publikacjami Steffana Igora Ayory-Diaza oraz Lucjana Kocika. Kolejny etap oparto na Nowych Mediach i platformach, które promują gastronomiczną tematykę. Wśród nich wyróżniono blogi, wybrane na podstawie rankingów popularności, a także portale społecznościowe takie jak Instagram, YouTube, Facebook i TikTok. Selekcja zamieszczonych treści była warunkowana aktywną działalnością twórców, liczbą odbiorców oraz subskrypcji.

KULTURA KULINARNA I PROCES POWSTAWANIA NAWYKÓW ŻYWIENIOWYCH

Żywność, poza zaspokajaniem głównej potrzeby fizjologicznej, stanowi istotną część kultury. Spożywanie posiłków to nie tylko dostarczanie energii, ale również wyznaczanie rytmu dnia czy podtrzymywanie relacji społecznych. Jedzenie stało się elementem ważnych okoliczności i impulsem uruchamiającym szereg indywidualnych jak i zbiorowych skojarzeń. Dana potrawa, poza walorami smakowymi może wywoływać konkretne wspomnienia i mieć charakter sentymentalny. Na całokształt doznań wpływa również kolor składników oraz sposób ich podania. Jak czytamy w jednym z artykułów, poświęconym tematyce kultury kulinarnej: „w pożywieniu została zakodowana kulturowa pamięć ludzi, związana z mitologicznym i religijnym pojmowaniem świata, które nadało pewnym potrawom, jedzeniu i picciu znaczenie symboliczne, z niektórych zaś czyniąc tabu”⁴. Oznacza to, że posiłki, pojawiające się na naszych stołach często świadczą o statusie społecznym, jakiejś okoliczności lub obowiązujących normach.

Zestawiając ze sobą tematykę jedzenia i aksjologię, można zaobserwować wyraźną zależność. Spożywane jedzenie niejednokrotnie obrazuje priorytety i wartości jednostki. Jest to szczególnie zauważalne w przypadku osób rezygnujących z produktów odzwierzęcych. Konsumenci, określający się mianem wegetarian, wegan lub frutarian postępują według ściśle określonych zasad. Ich styl życia może być regulowany kwestiami etycznymi, religijnymi, ekonomicznymi

⁴ R. Stoličná, *Tworzenie się kultury kulinarnej Europejczyków*, „Etnologia na granicy. Studia Etnologiczne i Antropologiczne” nr 11 (2011), s. 210–215.

i ekologicznymi. Zwolennicy diety bezmięskiej ukazują tym samym wysoką świadomość w zakresie odżywiania. Ponadto, propagują wartości takie jak dobro czy sprawiedliwość. Z uwagi na fakt, że wybór jedzenia nie stanowi społecznego przymusu, a jest wyrazem wolnej woli mamy do czynienia z różnorodnymi sposobami żywienia. W związku z tym ludzkie priorytety mogą się różnić w zależności od tego, jakie składniki dominują w codziennych jadłospisach. Edukowanie społeczeństwa w zakresie żywności, to inicjatywa współczesnych czasów. Dominika Podkańska w artykule na temat ekologicznych zakupów ukazuje, dokąd zmiierzają kulinarne przyzwyczajenia⁵. Na przykładzie kooperatyw spożywczych, czyli grup nabywających produkty bezpośrednio od rolników, przedstawia obraz nowego konsumenta, który wspiera rynek lokalny⁶. Istotnym elementem takiego ruchu są interakcje międzyludzkie. Wzajemny kontakt służy rozpowszechnianiu ekologicznej idei i zacieśnianiu się więzi pomiędzy uczestnikami. Wspomniana koncepcja to jawny sprzeciw wobec komercjalizacji i nieustającego konsumpcjonizmu⁷.

Kuchnia i czynności kulinarne to integralna część wielu społeczeństw. Świadczy o tym nie tyle wspólnota stołu, co neutralność tematu. Dyskusje w obszarze jedzenia, rzadko kiedy prowadzą do sporów i nieporozumień stanowiąc przysłowiowy, bezpieczny grunt⁸. Pisząc o kulturze kulinarnej, warto odnieść się do receptur i przepisów przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Dawne praktyki gastronomiczne pokazują warunki życia ówczesnej społeczności i przenikają się ze współczesnymi sposobami gotowania. Dziedzictwo kulinarne to szereg umiejętności w zakresie dobierania jak i przetwarzania produktów spożywczych, a podtrzymywanie wypracowanych niegdyś smaków to ukłon w stronę przeszłości⁹. Przykładem tego są chociażby pierogi ruskie, przywodzące na myśl zarówno polskie, jak i ukraińskie zwyczaje. O swoistych cechach jedzenia można mówić w przypadku konkretnego regionu lub grupy osób. Mimo że praktyki kulinarne

⁵ D. Podkańska, *Zmierzch epoki tradycyjnego konsumenta, czyli jak wspólne zakupy ekologicznej żywności kształtują tożsamość społeczną młodych Polaków. Odradzający się ruch żywieniowy kooperatyw spożywczych w Polsce – przykład Warszawy*, w: A. Drzał-Sierocka (red.), *W garnku kultury. Rozważania nad jedzeniem w przestrzeni społeczno-kulturowej*, Gdańsk 2014, s. 47.

⁶ Tamże.

⁷ Tamże, s. 48–49.

⁸ H. Modławska, *Niematerialne Dziedzictwo Kulturowe – praktyki kulinarne*, Poznań 2018, s. 6.

⁹ Tamże.

definiuje się jako niematerialne dziedzictwo kulturowe, składniki zawarte w potrawach wyznaczają w tym udział jakiejś rzeczy. Poszczególne produkty składają się na tożsamość dań i stanowią pasmo wielu znaczeń. Dowodzi tego powszechnie znana tortilla, dla wielu będąca zwyczajnym, kukurydzianym plackiem. Jednak dla Meksykanów to przejaw historii i regionalnej tradycji¹⁰.

Koncentrując się na kulturowych konotacjach jedzenia, nie sposób pominąć dożynkowych obrzędów, praktykowanych m.in. przez Słowian w XII wieku. Święto plonów było dniem wdzięczności i życzeń o pomyślny urodzaj. Żywność odgrywała zatem bardzo istotną rolę i często stanowiła centrum całego wydarzenia. Zgromadzona wokół niej ludność prosiła o dobrobyt, dostatek i dobrą przyszłość. Symbolem takich próśb stał się kołacz, natomiast miód pitny stanowił formę podziękowania za zakończone żniwa. Obfitość pożywienia była wówczas utożsamiana z poczuciem spełnienia i osobistego szczęścia¹¹. O podobnych zwyczajach możemy mówić w nawiązaniu do istnienia Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej. Te nieco bardziej współczesne dożynki obchodzono poprzez składanie wieńców oraz darów z pól i ogrodów. Kluczowym elementem tego święta był chleb, symbolizujący równy podział dóbr pomiędzy członkami społeczeństwa¹². Pomimo PRL-owskiej walki z kościołem bochenek chleba nadal zachowywał swój sakralny charakter, co uskuteczniało ideę obchodu¹³.

Jedzenie, poza swoim powszednim zastosowaniem, może mieć nadzwyczajny wymiar, widoczny np. w trakcie uroczystości. Mowa tu o rodzinnych i zbiorowych ucztach, podczas których pokarm zasługuje na szczególną uwagę. W opracowaniu Jakuba Napoleona Gajdzińskiego czytamy, że żywność to sprawa zarówno ciała jak i ducha. Dowodem na to są rytuały, odtwarzane w momencie zaręczyn lub zaślubin. Jedne z najpopularniejszych zwyczajów to dzielenie się chlebem i serem oraz obsypywanie nowożeńców ziarnem, oznaczającym płodność¹⁴. Kolejna ceremonia skupiająca się na duchowym wymiarze jedzenia to Słowiańskie święta zaduszne. Ich istota polegała na ugoszczeniu i zadowoleniu dusz,

¹⁰ S.I. Ayora-Diaz, *Processed Modernity: Cooking Ingredients and the Materiality of Food*, „Studia Alimentaria” nr 1 (2022), s. 18.

¹¹ J. N. Gajdziński, *Smaki z Polski* (brak daty opub.), <https://www.smakizpolski.com.pl/slowianie-potravy-obrzedowe/> (dostęp 07.05.2022 r.).

¹² M. Milewska, *Ślepa kuchnia*, Warszawa 2021, s. 88.

¹³ Tamże, s. 79.

¹⁴ J. N. Gajdziński, *Smaki z Polski*, dz.cyt.

odwiedzających ziemię. Aby uszczęśliwić zmarłych przodków, wyprawiano przyjęcia bogate w mocne alkohole, pieczenie, owoce i kasze. Jak nakazywała tradycja Słowian, w czasie ceremonii należało rozrzucić trochę pokarmu, tak aby zmarli mogli skosztować przygotowanych dań. Dzięki temu, przodkowie mieli być przychylni dla gospodarzy i pozytywnie wpływać na urodzaj oraz pogodę¹⁵.

Wymienione wyżej przykłady niewątpliwie wskazują na kulturowy wymiar jedzenia. Nawiązanie do relacji, wartości, priorytetów i tradycji pozwala zrozumieć na jakie obszary wpływają kulinaria i wybory żywieniowe. Istotnym elementem kultury kulinarnej są również nasze nawyki, ukształtowane na przestrzeni lat i warunkowane wieloma czynnikami zewnętrznymi. O zwyczajach żywieniowych, kształtujących się od początków ludzkości wielokrotnie wspominał Barry Popkin. Amerykański badacz, nawiązując do zmian zachodzących w obszarze jedzenia, ukazał pojęcie transformacji żywieniowej. Termin ten odnosi się do przyzwyczajzeń kulinarnych, tworzących się pod wpływem warunków społeczno-gospodarczych i nie tylko. Pierwsze nawyki ludzkie, zostały nabyte w czasie wędrówek i zbieractwa. Ludzie żywili się bogatą roślinnością, a niekiedy mięsem zdobywanym dzięki myślistwu. Podstawą takiego stylu funkcjonowania było nie tylko duże skupienie, ale przede wszystkim współpraca. Człowiek, prowadząc koczowniczy tryb życia, zapewniał sobie podstawowe warunki, był dożywiony i cieszył się dobrym zdrowiem¹⁶.

Kolejny etap działań skoncentrowany wokół pożywienia miał miejsce 20 tysięcy lat temu, kiedy pojawiło się rolnictwo. Także w tym okresie wynaleziono naczynia z gliny, ułatwiające spożywanie posiłków. Ze względu na te innowacje, nieunikniona była zmiana wypracowanych dotąd nawyków. Porzucenie zbieractwa i myślistwa na rzecz upraw sprawiło, że prym wiodła dieta zbożowa. Głównymi składnikami codziennego jadłospisu były ryż, proso i jęczmień. Warto podkreślić, że to dzięki rolnictwu powstały największe cywilizacje, dające początek kolejnym przeobrażeniom¹⁷.

Mimo że zboża wniosły wiele korzyści do ludzkiego jadłospisu, były to czasy związane z głodem i częstym niedostatkiem. Jak wspomina B. Popkin, pozbycie

¹⁵ P. Kizewski, *Dziady – dawne zwyczaje, tradycje i obrzędy Słowian* (brak daty opub.), <https://www.naszszlaki.pl/archives/44589> (dostęp 08.05.2022 r.).

¹⁶ B. Wilson, *Tak dziś jemy. Biografia jedzenia*, Kraków 2020, s. 51.

¹⁷ Tamże, s. 52.

się tego problemu nastąpiło dopiero w tzw. fazie trzeciej. Stosowanie nawozów, doprowadziło do przełomu w dziedzinie rolnictwa, co wzbogaciło codzienną dietę o warzywa i białko. Co więcej, opracowano różnorodne metody kulinarne takie jak kiszenie czy suszenie, dzięki czemu wydobyto z potraw kolejne smaki i właściwości¹⁸.

B. Popkin dokładnie scharakteryzował poszczególne fazy transformacji żywieniowej, przypominając o pierwotnych praktykach kulinarnych. Jednak równie mocno skoncentrował się na terażniejszości, opisując czwarty etap diety. Współcześnie, mamy do czynienia z nową i zupełnie inną jakością kuchni. Dzisiejszy sposób odżywiania jest często zależny od mody i produkcji, a nie świadomości konsumentów. Standardowy konsument może wzbogacać swoje dania o różnorodne, egzotyczne smaki, niegdyś kompletnie niedostępne. Jednak wraz z pojawiającymi się możliwościami, upowszechniła się również wysoko przetworzona żywność. Ewolucja w zakresie żywności ujednoliciła naszą dietę i sprawiła, że zagraniczne produkty przestały kojarzyć się z konkretnym miejscem na świecie. Tym samym, większość oryginalnych składników zaczyna się postrzegać jako coś najbardziej typowego¹⁹.

Wyraźne piętno na dzisiejszych wyborach żywieniowych odcisnął skuteczny i trafny marketing. Przekonywanie konsumentów do dań typu instant, miało oszczędzić ich czas oraz podarować więcej wygody. W rzeczywistości, zabieg ten spopularyzował jedzenie w biegu i samotności. Taka technika marketingowa mocno wpłynęła na tradycję wspólnych posiłków i integralną część pożywienia. Społeczeństwo, korzystając z rynkowych wygód rezygnuje z celebracji posiłku, traktując jedzenie jak uciążliwy obowiązek²⁰. W tym kontekście warto cofnąć się do nieco bardziej zamierzchłych czasów, przywołując postać Homo erectusa, zwanego także pitekantropem. To gatunek człowieka, który pomimo wymagających warunków życia, potrafił znaleźć czas zarówno na przygotowywanie jedzenia, jak i zintensyfikowanie więzi społecznych. Co prawda trudno porównywać terażniejszość z czasami sprzed prawie 2 milionów lat²¹. Jest to jednak przykład,

¹⁸ Tamże, s. 53.

¹⁹ Tamże, s. 54–55.

²⁰ Tamże, s. 285.

²¹ M. Kuźmiński, *Nauka w kuchni. Przełomowe Historie Sztuki Kulinarnej*, Kraków 2019, s. 25.

który uzmysławia, że dynamizacja życia nie musi oznaczać rezygnacji z codziennych zwyczajów.

Przedstawione rozważania stanowią wprowadzenie do kolejnych wniosków, dotyczących kultury kulinarnej. Jak mogliśmy dotąd zauważyć jest ona rezultatem naszych nawyków, wypracowanych na przestrzeni wielu lat. Według Popkina kształt tej kultury nie kończy się na czwartej fazie żywności. Badacz zwraca uwagę na kolejne trendy kulinarne, będące początkiem piątej fazy. Obserwując obecne realia, oparte na dążeniach do idealnej diety, raczej trudno zakwestionować jego teorię.

Tematyka kulinarna wielokrotnie promowana przez książki, poradniki i programy telewizyjne nadal stanowi centrum zainteresowań społecznych. Jedzenie zaspokaja naszą podstawową potrzebę, jest elementem rozrywki i kojarzy się z przyjemnie spędzonym czasem.

WSPÓŁCZESNE KULINARIA W PRZESTRZENI NOWYCH MEDIÓW

Tematyka kulinarna wielokrotnie promowana przez książki, poradniki i programy telewizyjne, nadal stanowi centrum zainteresowań społecznych. Jedzenie zaspokaja naszą podstawową potrzebę, jest elementem rozrywki i kojarzy się z przyjemnie spędzonym czasem. Nic więc dziwnego, że żywność to wątek wielu rozmów i znaczna część wirtualnej rzeczywistości. W dzisiejszym ekspansywnym świecie jedzenie ma nas zadowalać nie tylko pod względem smakowym, ale również wizualnym i estetycznym. Minimalizując zamiłowanie do *fast foodów*, zaczynamy zwracać uwagę na sposób przygotowania i wygląd potrawy. Wracamy zatem do czasów, w których żywność i prezencja stołu musiały być szykowne, nawet w dni powszednie. Ogromne znaczenie kulinariów podkreśla fabuła „Pana Tadeusza”. Mieszkańcy Soplicowa traktowali posiłki jako codzienne rytuały.

Każdą z potraw podawano w uroczystym stylu, wykorzystując do tego malowane tace, imbryki i porcelanę²². Smakowanie tradycyjnych dań, na tle zdobionej zastawy było formą celebracji i wzmacniania tożsamości narodowej.

Atrakcyjny obraz jedzenia to coś, co łatwo wypromować i sprzedać, np. za pomocą zdjęć i patentów ułatwiających gotowanie. W przestrzeni internetowej, stale zauważa się strony lub indywidualne konta poświęcone kwestiom żywienia. Takie treści najczęściej koncentrują się na dokładnych recepturach oraz tworzeniu opowieści wokół jakiejś potrawy. W celu przybliżenia medialnego obrazu żywności, posłużymy się analizą kilku środków masowego przekazu, zaczynając od tradycyjnego bloga.

Podstawą tzw. blogosfery są wygenerowane strony internetowe, służące do realizowania określonej tematyki. Udostępniane treści mają najczęściej formę krótkich wpisów i są uzupełniane zdjęciem. Autorzy blogów traktują tę platformę jak miejsce osobistych refleksji i przemyśleń. Stąd też blogerzy mogą posiadać swoich fanów oraz przeciwników, w zależności od tego jakie idee głoszą²³. Jednym z najpopularniejszych tematów polskiej blogosfery są właśnie kulinaria. Publikowane materiały mają na celu inspirować i edukować potencjalnych odbiorców. Blog, to przestrzeń służąca rozpowszechnianiu kulinarnej wiedzy, dzieleniu się przepisami, a także tworzeniu nowoczesnych trendów. Prowadzenie bloga, to również szereg wykreowanych historii, które w połączeniu tworzą spójną całość. Przykładem takiej aktywności jest blog o nazwie „Jadłonomia”, założony przez Martę Dymek²⁴. Ta internetowa działalność zasługuje na szczególną uwagę, ponieważ spotyka się z dużym entuzjazmem odbiorców. W 2022 r. portal blogi-kulinarne.pl wyróżnił „Jadłonomię” na tle stu najlepszych blogów kulinarnych, przyznając jej osiemnaste miejsce²⁵. Rok wcześniej blog M. Dymek zajął trzecią pozycję w rankingu zorganizowanym przez „Miasto Kobiet”²⁶. Autorka wyraża swoją twórczość poprzez udostępnianie roślinnych przepisów,

²² A. Mickiewicz, *Pan Tadeusz*, oprac. D. Nosowska, Poznań 2013, s. 34–35.

²³ M. Bieńko, *Smakosz na diecie eliminacyjnej. Analiza Polskich blogów kulinarnych*, „Miscellanea Anthropologica et Sociologica” t. 19, nr 2 (2018), s. 69.

²⁴ M. Dymek, „Jadłonomia”, <https://www.jadlonomia.com/> (dostęp 03.02.2022 r.).

²⁵ *Najlepsze blogi kulinarne* (brak daty opub.), <https://blogi-kulinarne.pl/> (dostęp 09.05.2022 r.).

²⁶ *Miasto Kobiet* (brak daty opub.), <https://www.miastokobiet.pl/blogi-wegetarianskie/> (dostęp 09.05.2022 r.).

poradników i przewodników podróźniczych. Wegański blog obfituje w kolorowe zdjęcia i potrawy przyciągające wzrok. Naczelną misją autorki jest weganizacja, czyli inspirowanie społeczeństwa do redukcji mięsa, na rzecz warzyw i owoców. Popularność M. Dymek to także wynik Instagrama, na którym zgromadziła 380 tys. obserwujących. Na profilu „Jadłonomii” możemy zaobserwować czynny udział użytkowników, którzy chętnie reagują na udostępniane posty. Komentujący chwalą proponowane potrawy, wykazując tym samym wysoką świadomość na temat diety bezmięśnej²⁷.

Prowadzenie wegańskiego bloga doskonale wpisuje się w dzisiejsze trendy, skupione na ograniczaniu mięsa. Istnieją jednak strony wykraczające poza jednotematyczny sposób odżywiania. Potwierdzeniem kulinarnej różnorodności jest blog pt. „Kwestia smaku”, znajdujący się na pierwszym miejscu, w rankingu stu najlepszych blogów kulinarnych 2022²⁸. Podobnie jak „Jadłonomia” jest to przestrzeń barwnych fotografii, przedstawiających zbilansowane posiłki. Aczkolwiek „Kwestia Smaku” to strona poświęcona wszystkim rodzajom diety. Znajdziemy na niej przepisy wspomagające odchudzanie, wykluczające mięso czy bazujące wyłącznie na naturalnych składnikach. Ponadto blog oferuje wiele pomysłów na dania okazjonalne, pojawiające się na stołach np. w okresie świąt²⁹.

Kulinarne newsy są następną (poza przepisami) zakładką, absorbującą uwagę internautów. Nowości w zakresie kuchni cieszą się dużym uznaniem, zwłaszcza kiedy obejmują domowe przepisy i sezonowe produkty. „Beszamel.pl” to kolejny wiodący blog, wyróżniony we wspomnianym rankingu. Publikowane na nim treści są wyraźną zachętą do samodzielnego gotowania i korzystania z nieprzetworzonych produktów. „Beszamel.pl” jest wyrazem dużej kreatywności, przejawiającej się np. w quizach sprawdzających wiedzę kulinarną czytelników. Zawartość bloga opiera się także na szanowaniu jedzenia i racjonalizacji konsumpcji. Udzielanie porad na temat zakupów i przechowywania żywności to forma społecznego uświadczenia³⁰.

Blogi kulinarne stanowią wirtualną sieć inspiracji i wspólnego zaangażowania. Udostępnianie oryginalnych, często tajemniczych receptur, pokazuje, że

²⁷ *Jadłonomia*, <https://www.instagram.com/jadlonomia/> (dostęp 09.05.2022 r.).

²⁸ *Najlepsze blogi kulinarne*, dz. cyt.

²⁹ *Kwestia Smaku*, <https://www.kwestiasmaku.com/> (dostęp 04.02.2022 r.).

³⁰ *Beszamel*, <https://beszamel.se.pl/> (dostęp 09.05.2022 r.).

jedzenie przestało być wyłącznie osobistą sprawą. Twórcy internetowi działający na szeroką skalę odchodzą od przepisów spisanych w formie pamiętnika, czyniąc je czymś ogólnodostępnym. Pasja do gotowania połączona z marketingiem profesjonalizowała świat kulinariów, a prowadzenie bloga stało się biznesem³¹.

Platformą, której specyfika odpowiada kulinarnym treściom, jest również YouTube. Tworzenie materiałów w postaci krótkich filmów pozwala przedstawiać dany temat z wielu różnych perspektyw. Co więcej, w filmach dotyczących jedzenia bardzo dobrze sprawdza się wykorzystywanie dźwięku. Przygotowywanie potraw, opatrzone krojeniem chrupiących warzyw, skwierczeniem czy bulgotaniem, to kolejne (poza obrazem) wrażenia dla widza. W serwisie YouTube, podobnie jak na blogach znajdziemy wskazówki dotyczące gotowania. Jednak popularyzacja jedzenia, wypromowała wokół niego pewien powtarzający się trend. Mianowicie, coraz częściej pojawiają się filmy pt. *food vlog*. Czyli *Co jem w ciągu dnia*. Tego typu materiały przedstawiają codzienne zwyczaje związane ze spożywaniem posiłków. Autorzy filmów nagrywają się podczas gotowania, a następnie konsumowania. Stworzone dania, są zwykle dostosowane do specyfiki mediów społecznościowych. Mowa tu o odpowiednich kolorach, estetyce i ogólnym wyglądzie potrawy. Po wpisaniu w wyszukiwarce frazy *food vlog* pojawia się mnóstwo filmów z chwytliwymi tytułami i kolorowym jedzeniem, w różnorodnych kombinacjach³². *Vlogi* w takim stylu dość często przypadają do gustu celebrytom, co dodatkowo wpływa na ich popularność. Wyświetlenia kulinarnych treści w serwisie YouTube wahają się od kilku do kilkuset tysięcy wyświetleń. Film z jadłospisem znanej makijażystki „Red Lipstick Monster” został obejrzany blisko 208 tys. razy³³. Nagrywanie jedzenia „od kuchni”, to zaproszenie widza do swojej prywatnej przestrzeni i utożsamienie się z nim. Jest to urzeczywistnienie codziennych obowiązków i pokazanie ich pod kątem rozrywki oraz relaksu.

Realny i zarazem oryginalny sposób przygotowywania jedzenia, przedstawia kanał „Kənd Həyatı”, posiadający 3,6 mln. subskrybentów. Azerbejdżańska nazwa odnosi się do życia na wsi i kontaktu z naturą. Twórcy kanału pokazują aspekty

³¹ M. Sońta, *Blogowi profesjonaliści w kuchni, czyli o energii społecznej przełożonej na internetowe statystyki*, w: A. Drzał-Sierocka (red.), dz. cyt., s. 134.

³² *Food vlog*, https://www.youtube.com/results?search_query=food+vlog (dostęp 05.02.2022 r.).

³³ *Red Lipstick Monster, Co jem w ciągu dnia. Różnorodne i pyszne przepisy*, <https://www.youtube.com/watch?v=HGcRSKETY4k> (dostęp 11.05.2022 r.).

wiejskiej codzienności, akcentując jednocześnie jej piękno i prostotę. Przekazywanie unikatowych przepisów jest wzbogacone o odgłosy zwierząt i gotujących się potraw. Gotowanie na świeżym powietrzu, z motywem drewnianej chatki, polnych kwiatów i gęsi, to dość innowacyjna forma kulinarnego przekazu, zwłaszcza w Nowych Mediach. Niemniej jednak jest to podkreślenie przyrody, kojarzącej się z pozytywną energią, zdrowiem i ekologią. Towarzyszące temu spokój i równowaga mogą wywoływać przyjemne emocje i dawać poczucie bez troski³⁴.

Materiały na platformie YouTube przypominają swoim formatem pełnometrażowe filmy. Zupełnie inaczej jest w przypadku TikToka, czyli aplikacji, na której sukcesy odnoszą kilkuminutowe nagrania. Jak się okazuje, za pomocą krótkiego wideo można przekazać wartościowe i angażujące treści. Na TikToku widocznym powodzeniem cieszą się przepisy na proste, lecz niecodzienne dania. Większość promowanych potraw to tzw. *comfort food*, oznaczające posiłek na pocieszenie. Twórcy aplikacji dostrzegając jej kulinarny potencjał rozszerzyli swoją działalność o *TikTok Kitchen*³⁵. Nowo powstająca inicjatywa ma na celu wprowadzenie miejsc, serwujących najpopularniejsze potrawy TikToka. Wśród słynnych posiłków znajdują się „żeberka” z kukurydzy, domowy seitan czy makaron zapiekany z pomidorami i grecką fetą³⁶.

Wyrażanie swoich przeżyć i gustów kulinarnych może się odbywać na wiele sposobów, jednak w czasach mediów społecznościowych najczęściej służy do tego obraz. Platformą skoncentrowaną na wizualizacji przekazu jest Instagram. Nie bez powodu przywołano ten serwis w kontekście jedzenia. Instagram to miejsce, które wypromowało estetyczne posiłki i upowszechniło tzw. fotografię produktową. Termin odnosi się do marketingu i wszystkich rodzajów fotografii, przedstawiających produkty przeznaczone na sprzedaż³⁷. Taką formę promocji wykorzystują np. restauracje, zachęcając gości do wypróbowania konkretnych pozycji menu. Jedzenie jest coraz częściej traktowane jak element komunikacji marketingowej. Odpowiednie połączenie składników, kolorów i struktur może

³⁴ *Kənd Həyatı*, <https://www.youtube.com/watch?v=IFvhskOhZjw> (dostęp 09.05.2022 r.).

³⁵ A. Daniluk, *Najpopularniejsze przepisy kulinarne z TikToka*, z 05.01.2021 r., <https://stronakuchni.pl/najpopularniejsze-przepisy-kulinarne-z-tiktoka-2021-wkrotce-te-dania-bdzie-mozna-zamowic-do-domu-na-razie-w-usa/ar/c17-15979913> (dostęp 10.05.2022 r.).

³⁶ Tamże.

³⁷ *Fotografia produktowa*, „Formedia” (brak daty opub.), <https://www.formedia.com.pl/fotografia-produktowa/> (dostęp 06.02.2022 r.).

być wyrazem prawdziwego artyzmu. Instagram ukształtował modę na stylowe posiłki, promując zdjęcia estetycznych dań, gustownej zastawy i oryginalnych rekwizytów. „Instagramowe” potrawy wpływają w ten sposób na zmysły i fantazję odbiorców, stwarzając wyobrażenie o niebanalnym i wyjątkowym smaku. Jednak wyidealizowane dania wcale nie muszą zaspokajać naszego podniebienia. Powszechny trend oparty na ładnej zawartości talerza nie zawsze idzie w parze z walorami smakowymi. Internauci napędzający swój apetyt zdjęciami jedzenia, niekiedy zapominają o jego pierwotnych wartościach. Najważniejsze staje się to, aby lunch wpasował się swoją kolorystyką w medialny profil „fotografa”.

Internauci napędzający swój apetyt zdjęciami jedzenia, niekiedy zapominają o jego pierwotnych wartościach. Najważniejsze staje się to, aby lunch wpasował się swoją kolorystyką w medialny profil „fotografa”.

Internetowa popularyzacja żywności to duża zasługa obrazu, lecz poza nim szczególną rolę odgrywają tzw. hashtagi. Jak podaje portal brand2eat.pl, najpopularniejsze zwroty w kontekście jedzenia to #food, #instafood #artfood i #foodporn. Ponadto w formie hashtagu, można zapisać składniki danej potrawy lub miejsce, w którym zostało wykonane zdjęcie. Kluczowe słowa powiązane z obrazem uwydatniają jego treść oraz zwiększają zasięg danego postu³⁸. Zdaniem naukowców jedzenie w znacznym stopniu określa naszą tożsamość i świadczy o indywidualnych cechach konsumenta. W dzisiejszych, internetowych realiach zaistniała tendencja do bycia miłośnikiem dobrego smaku i znawcą wyszukanych składników. Członkowie medialnej społeczności bardzo często identyfikują się z pojęciem „koneser” lub „smakosz”. Zaczynają także traktować jedzenie jako coś intelektualnego, skłaniającego do refleksji. Takie podejście wyróżnia ich na tle osób, które realizują potrzebę głodu bez większych przemyśleń.

³⁸ A. Borysiak, *Instagram to nie tylko ładne zdjęcia* „Brand2eat” (brak daty opub.), <https://www.brand2eat.pl/marketing/instagram-to-nie-tylko-ladne-zdjecia/> (dostęp 08.02.2022 r.).

Artystyczne zdjęcia żywności zapoczątkowały rozważania dotyczące zjawiska *food pornu*. To sformułowanie, zapisane najczęściej w postaci hashtagu, ma w sobie wiele znaczeń i interpretacji. Składa się na nie symbolika, język i wszelkie kombinacje przekazywane za pośrednictwem zdjęcia. *Food porn* w znacznym stopniu podkreśla walory jedzenia, które najbardziej oddziałują na emocje odbiorców. Odpowiednie wyeksponowanie atutów potrawy, jej struktur, kształtów i smaków może wywoływać podobne uczucia, co sztuka³⁹. Bardzo często jest to wyraz żywnościowego kunsztu, którego źródła można upatrywać np. w obrazach Giuseppe Arcimbolda. Prace artysty (głównie portrety), to oryginalne połączenie elementów natury, w tym kwiatów, owoców i warzyw. Ich analiza jest prawdziwą przygodą, wzbudzającą w oglądających szereg głębokich doznań. Dzieła G. Arcimbolda są przejawem odwagi i awangardy, którą udaje się dostrzec także w fotografii kulinarnej⁴⁰. Fotografowanie potraw to próba uchwycenia idealnej i nienaruszonej kompozycji, przypominającej niekiedy martwą naturę.

Członkowie medialnej społeczności bardzo często identyfikują się z pojęciem „koneser” lub „smakosz”. Zaczynają także traktować jedzenie jako coś intelektualnego, skłaniającego do refleksji. Takie podejście wyróżnia ich na tle osób, które realizują potrzebę głodu bez większych przemyśleń.

Żywność sama w sobie to często wykorzystywany przez artystów motyw. Francisco de Zurbarana, w swoim dziele pt. „Martwa natura z cytrynami i pomarańczami” ukazał religijny wymiar jedzenia, zwracając szczególną uwagę na estetykę i delikatność malowanych obiektów. Obraz koncentruje się na minimalistycznych

³⁹ M. Synowiec-Piłat, M. Jędrzejek, A. Pałęga, *Magia food pornu. Próba rekonstrukcji etnologii zjawiska*, „Miscellanea Anthropologica et Sociologica” t. 19, nr 2 (2018), s. 92.

⁴⁰ M. Giedroń, *Arcimboldo. Mistrz dziwnych portretów* (brak daty opub.), <https://www.italianki.pl/2017/08/arcimboldo-mistrz-dziwnych-portretow-mg.html> (dostęp 08.05.2022 r.).

przedmiotach, które pomimo „ciężkiego” tła nadają mu lekki charakter⁴¹. Niezwykle dekoracyjna w swej formie martwa natura była nośnikiem istotnych znaczeń. Pochodząca z 1627 r. praca Pieter’a Claesza’a ukazuje przerwana ucztę, symbolizującą kruchość ludzkiego życia. Nadkrojone produkty przy pustym stole świadczą o niedokończonych czynnościach i skłaniają do refleksji nad losami człowieka⁴². Podobne estetycznie kadry z powodzeniem odnajdziemy w przestrzeni internetowej. Pokazywanie żywności w nienagannej i stałej konstrukcji nawiązuje w pewnym sensie do sztuk plastycznych. Poczynania współczesnych kuchmistrzów bez wątpienia można opisać hashtagem *#foodart*. Internetowa aktywność Wojciecha Modesta Amaro lub Przemysława Klimy jest potwierdzeniem tego, że zawartość talerza to wynik twórczości, którą można zinterpretować.

Food porn poza ładną ilustracją i twórczym przesłaniem odwołuje się również do aspektów społeczno-ekonomicznych. Konsumenci na podstawie wykwintnych dań w restauracyjnym wnętrzu lub stylowej kuchni mogą określać swój status społeczny. Wspomniane pojęcie dotyczy także uroczystych spotkań, w których główną rolę odgrywa jedzenie. Suto zastawione stoły i biesiadowanie, to kolejny powód do umieszczenia zdjęcia z omawianym hashtagem⁴³. Wspólne spożywanie posiłków łączy i solidaryzuje ze sobą daną społeczność. Jak podają badania przeprowadzone na Uniwersytecie Oksfordzkim ludzie, którzy ze sobą jedzą, są zwykle zadowoleni ze swojego życia⁴⁴. Nic więc dziwnego, że zbiorowa konsumpcja doczekała się własnego terminu *social eating*. Nurt ten jest formą popularyzowania jedzenia w towarzystwie jako czynnika podtrzymującego relacje i więzi. Zdaniem naukowców grupowe jedzenie pozytywnie wpływa na człowieka i poszerza jego sieć społeczną. *Social eating* to dynamiczne zjawisko, poddane wpływom technologicznym. Aktualizacja życia społecznego sprawiła, że nie musimy fizycznie przebywać wśród ludzi, aby z nimi jadać. Ponadto, przesyłane do sieci obrazy i ilustracje potraw minimalizują poczucie samotności, podczas jedzenia obiadu w pojedynkę.

⁴¹ A. Cirocka (brak daty opub.), <http://www.isztuka.edu.pl/i-sztuka/node/429> (dostęp 08.05.2022 r.).

⁴² A. Barczyk, *Cena non finita. Stoły, spiżarnie i wiktuały w siedemnastowiecznym malarstwie niderlandzkim – motywy i interpretacje*, „Kultura jedzenia, jedzenie w kulturze”, s. 62.

⁴³ Tamże, s. 93.

⁴⁴ *Jedzenie towarzyskie łączy społeczności* (brak daty opub.), <https://www.ox.ac.uk/news/2017-03-16-social-eating-connects-communities> (dostęp 08.05.2022 r.).

Internetowe trendy nie zawsze mają optymistyczny wydźwięk, istnieją bowiem takie, które kojarzą się negatywnie. *Clean eating* to powszechnie znany ruch, mający na celu rezygnację z produktów uznawanych za „nieczyste”. Najprościej rzecz ujmując jest on przestrożą przed najbardziej przetworzoną żywnością, zawierającą sztuczne składniki. Mimo to, zachęca także do wielu skrajnych czynności, np. wyzbycia się z diety zbóż, nabiału i cukrów. Tzw. czyste jedzenie, teoretycznie utożsamiane ze zdrowiem niesie ze sobą mnóstwo restrykcyjnych praktyk. *Clean eating* promuje się poprzez produkty takie jak płatki bez zbożowe czy przekąski, które nie tuczą. Najczęściej przyjmuje on moralizatorską formę, powodując tym samym obsesję na punkcie dietetycznego dobrostanu. W serwisie Instagram, pod nazwą wspomnianego ruchu odnajdziemy około 50 mln. hashtagów, uzupełnionych zdjęciami dietetycznych posiłków i niskokalorycznych deserów⁴⁵.

Wymienione powyżej przykłady udowadniają, że żywność to ważny element internetowej działalności. Pojawienie się nowych serwisów i aplikacji, to nie mała konkurencja dla zawodowych blogerów kulinarnych. Coraz więcej internautów decyduje się na publiczne gotowanie lub testowanie restauracyjnego menu⁴⁶. Amatorzy, podobnie jak profesjonaliści zyskują grono odbiorców i mają szansę zarabiać na swoim hobby. Posiłki, niegdyś spożywane w domowym zaciszu, dziś są wystawiane na publiczną ocenę. Świat kulinariów stał się zatem czynnikiem wpływającym na medialny wizerunek użytkowników. Jedzenie zaczęło odgrywać istotną rolę, ponieważ publikowanie go w mediach nadało niezwykle charakter prozaicznym czynnościom. Współczesne odżywianie pozostawia wiele do życzenia, warto jednak zaznaczyć, że Nowe Media zachęcają do codziennej aktywności kulinarnej. Być może jest to dobry krok w stronę celebrowania posiłków i rezygnacji z gotowych, spożywczych dań.

CHLEBOWA KULTURA, CZYLI POPULARYZACJA DAWNYCH OBYCZAJÓW

Chleb to podstawowy składnik naszej codzienności. Na myśl o tym wypieku przychodzi mnóstwo skojarzeń i smaków. Powstające od tysiący lat pieczywo doczekało się rozmaitych form, takich jak bułki, rogalce czy bagietki, ale również sentencji

⁴⁵ Czy „czyste jedzenie” jest dla Ciebie dobre? (brak daty opub.), <https://www.outsideonline.com/health/nutrition/is-clean-eating-good/> (dostęp 08.05.2022 r.).

⁴⁶ M. Sońta, *Blogowi profesjonaliści w kuchni*, dz. cyt., s. 138.

i znanych powiedzeń. Synonim chleba to nie tylko bochenek, ale również środki do życia, utrzymanie, praca i zarobek. Wypiek ten został utożsamiony z najwyższą wartością i produktem, który należy darzyć szczególnym szacunkiem. Świadczą o tym przysłowia takie jak: „chleb pracą nabyty, bywa smaczny i syty lub chleb płacze, gdy go darmo jedzą”⁴⁷. Interpretacja wspomnianych sformułowań odnosi się do pracowitych ludzi, których pieczywo nie straci na jakości, ponieważ jest zdobyte ciężkim wysiłkiem. Co więcej, pszenny placek nie jest przeznaczony dla osób leniwych. Występuje zatem jako nagroda dla gorliwych i niestrudzonych.

Wypiekanie ciasta, poddanego procesowi fermentacji to nie lada obyczaj. Umasowanie tego produktu uczyniło go fundamentem naszej diety. Jesteśmy przywiązani do chleba od pokoleń, traktując jego spożywanie jak rytuał. Mimo wielu rodzajów pieczywa, stanowi ono pewną jedność, uchodząc za konieczny i stały element pożywienia. Nawiązując do chlebowych gatunków, warto odnieść się do początków ich powstawania oraz pierwotnej wersji. Jak podają badania archeologiczne, pierwsze bochenki zawierały wiele zanieczyszczeń np. słomę czy całe ziarna. Zmieniło się to dopiero podczas skonstruowania specjalnych urządzeń, pozwalających mielić i oczyszczać ziarno⁴⁸. Chleb początkowo nie przypominał dzisiejszej postaci, miał formę cienkiego placka podobnego do współczesnej tortilli lub macy. Jego miękka i pulchna wersja pojawiła się około 6 tys. lat p.n.e., kiedy przypadkowo odkryto czym jest fermentacja. Niespodziewany fenomen nastąpił prawdopodobnie na skutek nieodmytego naczynia, w którym wyrabiano chlebowe ciasto. Jest to jedna z wielu teorii dotycząca piekarniczej rewolucji, niemniej jednak to Egipcjanie byli przodujący w przygotowywaniu puszystych wypieków. Znali bowiem proces spulchniania chleba, ze względu na produkcję piwa i konieczność używania drożdży⁴⁹.

Przygotowywanie pieczywa, wiązało się zwykle z posiadaniem pewnej wiedzy i dużym nakładem pracy. Tradycyjny bochenek musiał zawierać odpowiedni typ mąki, która powstawała z dobrej jakości ziarna. W czasach średniowiecza to Polska stanowiła potęgę w uprawie zbóż. Było ono na bardzo wysokim poziomie,

⁴⁷ *Chlebowe przysłowia* (brak daty opub.), <https://kuchnialidla.pl/chlebowe-przyslowia> (dostęp 09.09.2022 r.).

⁴⁸ M. Fabijańska, A. Fronczak, *Historia i tradycja wypieku chleba oraz jego miejsce w świecie*, „Zeszyty Naukowe. Turystyka i Rekreacja” nr 15 (2015), s. 94.

⁴⁹ Tamże, s. 94.

w związku z czym eksportowano je do wielu krajów Europy⁵⁰. Wszystkim znany chleb wypieka się na zakwasie lub drożdżach spożywczych. Pierwsza metoda (wykorzystywana głównie na wsi) jest starsza i o wiele bardziej pracochłonna. To właśnie zakwas odpowiada za charakterystyczny zapach i smak oraz dłuższe zachowanie świeżości⁵¹. Chleb to kluczowy składnik naszego menu, jednak poza zaspakajaniem głodu, wpływa również na potrzebę duchową. Świadczy o tym umiejscowienie go w rytuałach religijnych. Dla chrześcijan jest on ciałem Chrystusa, a także metaforyczną relacją z Bogiem⁵². Ponadto symbolizuje pokarm dla duszy i stanowi wyraz dziękczynienia⁵³.

W dzisiejszych czasach raczej próżno upatrywać tradycjonalistycznego podejścia do chleba. Zwłaszcza w dobie komercjalizacji wielu obszarów życia i popularyzacji konsumpcjonizmu. W jednym z artykułów socjologa Lucjana Kocika możemy przeczytać, że proces globalizacji umniejszył rolę chleba, co skutkuje widocznym marnotrawstwem żywności. Ponadto, zmieniły się także zasady wypiekania tego szlachetnego produktu. Współczesna produkcja nie opiera się już na kulturowych wzorach i mistycznym charakterze pieczywa⁵⁴. Długo dojrzewający zakwas, często zastępuje się gotowymi mieszankami, które mają imitować prawdziwy, chlebowy smak. Biorąc pod uwagę te informacje, można by rzec, że chleb na dobre utracił swoje emocjonalne znaczenie, jednak media internetowe wyraźnie podważają to założenie. W wielu serwisach społecznościowych zaistniał trend skoncentrowany na odwzorowaniu tradycyjnej wersji wypieku.

Platformą służącą do realizowania takich czynności jest głównie Instagram. Hashtag „chleb” zastosowano do tej pory przy około 257 tys. postach, prezentujących różnorodne formy bochenków⁵⁵. Angielski odpowiednik „bread” zawiera 18,3 mln. zdjęć, przedstawiających nie tylko chleb, ale także pączki, bułki, kanapki

⁵⁰ Tamże, s. 95.

⁵¹ Tamże, s. 98.

⁵² Polskie Radio, *Symbolika chleba i tradycje z nim związane* – ks. Jan Sochoń z 26.08.2008 r., <https://www.polskieradio.pl/37/228/Artykul/170571,Symbolioka-chleba-i-tradycje-z-nim-zwiazane-ks-Jan-Sochon> (dostęp 11.02.2022 r.).

⁵³ Tamże, s. 96.

⁵⁴ L. Kocik, *Mistyczne i społeczne wartości pracy przy tworzeniu chleba*, „Studia Socialia Cracovienisia” nr 1 (2013), s. 15–16.

⁵⁵ Instagram, *chleb*, <https://www.instagram.com/explore/tags/chleb/> (dostęp 14.02.2022 r.).

i pizzę⁵⁶. Wspomniane treści są formą promocji dla popularnych piekarni oraz domową aktywnością wielu użytkowników. W internecie pojawia się coraz więcej kursów i szkoleń, skłaniających do wyrobu domowego chleba. Zofia Zalewska działająca na Instagramie jako „Zalewianka”, to jedna z inicjatorek „chlebowych” warsztatów online. Za pośrednictwem platformy [chceszostac.pl](https://www.chceszostac.pl) skłania internautów do poszerzenia swojej wiedzy z zakresu tradycyjnego pieczywa. Wskazówki i porady Z. Zalewskiej są zwykle poparte zdjęciami, zamieszczanymi w serwisie Instagram. Twórczyni publikuje materiały związane z wegańską żywnością i produkcją własnych bochenków. Za pomocą krótkich relacji stara się przekazać jak najwięcej czynności „zza kulis”. Sama określa siebie jako „domową piekarkę”, akcentując tym samym współczesny kierunek kulinariów⁵⁷.

Piekarniczą tematykę znajdziemy także u Elizy Móralskiej-Kmita, założycielki bloga i profilu na Instagramie o nazwie „Whiteplatecom”. Blogerka i autorka pięciu książek kucharskich (w tym „Chleb i okruszki”) wielokrotnie podkreśla, że chleb to trwały element jej codzienności. W jednym z cykli wydarzeń pt. „Zdrowie płynące z tradycji” E. Móralska-Kmita podkreśla jak ważne jest historyczne znaczenie chleba⁵⁸. Odwołując się do czasów komunistycznych, utożsamia pieczywo z ciężką pracą i trudnym dostępem do podstawowych składników. Jak wspomina, późniejszy dobrobyt wpłynął negatywnie na ten rodzaj wypieku, przyczyniając się do jego marnotrawstwa. Mimo to, dziś wracamy do poszanowania chleba, chociażby ze względu na pandemiczne zagrożenie. „Whiteplatecom” to profil o charakterze edukacyjnym, stanowiący źródło niezbędnych informacji o chlebie na zakwasie i drożdżach. Obfituje w subtelne fotografie, które są formą uwagi dla tradycyjnych wypieków⁵⁹.

Wracając do tematu książek kulinarnych, warto podkreślić szczególną rolę Jeffreya Hamelmana. Jest on autorem publikacji, które w środowisku piekarniczym niewątpliwie zyskują miano bestsellerów. Książka pt. „Chleb” jest porównywana

⁵⁶ Instagram, *bread*, <https://www.instagram.com/explore/tags/bread/> (dostęp 14.02.2022 r.).

⁵⁷ Instagram, „Zalewianka” <https://www.instagram.com/zalewianka/> (dostęp 15.02.2022 r.).

⁵⁸ Muzeum Powstania Warszawskiego, *Chleb z mielonymi żółędziami – Eliza Móralska-Kmita & Basia Starecka*, <https://www.youtube.com/watch?v=VJ0XRctu-vM> (dostęp 10.05.2022 r.).

⁵⁹ Instagram, *Whiteplatecom*, <https://www.instagram.com/whiteplatecom/?hl=pl> (dostęp 15.02.2022 r.).

nawet do biblii i stanowi podstawę nauki o wypiekaniu pieczywa. Hamelman trafia do swoich czytelników, powierzając im cenne rady na idealne bochenki lub bułki. Autor przekazuje swoją wiedzę z myślą o małych piekarniach oraz domowych potrzebach. W swoich dziełach stosuje liczne tabelki i grafiki, które mają wprowadzać amatorów do profesji piekarnictwa. Niniejsza książka to bardzo konkretne wskazówki i emocjonalne przywiązanie do swojej pracy⁶⁰.

Powrót do tradycyjnych bochenków chleba nie wyklucza piekarniczych fantazji. Niegdyś przy wyrobie pieczywa stosowano zmielone żołądźcie, zastępujące brakującą mąkę. Dziś coraz częściej wykorzystuje się kolorowe barwniki spożywcze. Tworzenie wielobarwnych wypieków z motywem tęczy jest wynikiem stosunkowo młodego trendu, który zaistniał w trakcie ogólnoswiatowego *lockdownu*. *Cloudbread* lub „Chmurkowy chleb” to oryginalna nazwa nowo powstającej, internetowej tendencji⁶¹. Tęczowe wypieki z dodatkiem cukru przyciągają nie tylko wyglądem, ale też słodkim smakiem. W serwisie Instagram pod hasłem #rainbowbread kryje się ponad 11 tys. postów. Natomiast hashtag #cloudbread został użyty prawie 50 tys. razy⁶².

Wyraźne zaangażowanie w produkcję domowego chleba widać również w serwisie Facebook. Dowodem tego jest prywatna grupa, nosząca nazwę „Piekarnicza brać”. Ta internetowa przestrzeń zrzesza około 40 tys. użytkowników. Można tu mówić o pewnego rodzaju wspólnocie, posiadającej te same cele i zainteresowania. Miejsce to stanowi integrację osób, dla których wypiekanie chleba jest pasją, a także pracą. Członkowie grupy wstawiając zdjęcia własnych wypieków, dzielą się indywidualnymi doświadczeniami. Poza tym tworzą obszar dyskusji i wymiany zdań w zakresie pieczenia chleba. Taka aktywność to z jednej strony edukacyjne forum dla początkujących, a z drugiej chętnie się osobistymi poczynaniami. Być może piekarnicze skłonności to potwierdzenie wizji B. Popkina, który zakłada rezygnację z kulinarnego przesytu na rzecz tradycyjnych smaków.

⁶⁰ L. Chłodecka, *Chleb – Jeffrey Hamelman* z 03.12.2013 r. <https://www.cafebabilon.pl/2013/12/chleb-jeffrey-hamelman/> (15.02.2022 r.).

⁶¹ K. Raclawska, *Cloudbread to nowy trend, który podbija Instagram*, z 19.08.2020 r., <https://stylzycia.radiozet.pl/Kuchnia/Cloudbread-to-nowy-trend-na-Instagramie-Chmurkowy-chleb-to-hit-2020-26136> (dostęp 12.05.2022 r.).

⁶² *Cloudbread*, <https://www.instagram.com/explore/tags/cloudbread/> (dostęp 12.05.2022 r.).

ZAKOŃCZENIE

Zdefiniowanie kultury żywienia to nie lada wyzwanie, zwłaszcza w czasach globalizacji i ujednoczenia obszaru kulinariów. Współczesny konsument ma nieograniczony dostęp do dóbr, które kiedyś uchodziły za ekskluzywne i nieosiągalne. W praktyce oznacza to, że konkretne produkty przestały definiować dany region, a stały się ogólnodostępne i homogeniczne. Wraz z przepływem międzynarodowych wzorców nastąpił zanik znanych receptur, a gusta żywieniowe stały się zależne od napływających trendów. Potwierdzeniem tego założenia są restauracje McDonalds lub KFC, a także producenci nakłaniający społeczeństwo do korzystania z konkretnych diet. Istniejąca w świecie żywności moda, upowszechniła nowe przepisy, często wykluczające gluten, cukier lub węglowodany.

Wydawać by się mogło, że społeczeństwo rezygnuje z nawyków, zapoczątkowanych przez naszych przodków. Jednak dynamiczny rozwój Nowych Mediów uświadamia, że kultura kulinarna wraca do łask, a ich użytkownicy chcą pielęgnować dawne obyczaje. Analiza kanałów społecznościowych dowiodła, że internauci chętnie podejmują się tematu żywienia. Pomimo udogodnień, zniechęcających do samodzielnego gotowania, nadal dostrzegamy liczne blogi i profile, skoncentrowane na domowym jedzeniu. W tym kontekście możemy mówić o szczególnej roli chleba. Uniwersalny produkt spożywany każdego dnia, niesie ze sobą szereg znaczeń i wartości. Nie dziwi więc powszechne zamiłowanie do wypiekania tradycyjnych bochenków. W dzisiejszym skomercjalizowanym świecie chleb staje się symbolem tęsknoty za tym co prawdziwe i nieskażone. Właśnie ręcznie przygotowane pieczywo to wyraz aktywnej postawy wykluczającej próżność.

Biorąc pod uwagę dotychczasowe rozważania, można uznać, że pierwotne tradycje mają miejsce we współczesnej kulturze kulinarnej. Wiele nawyków zmieniło się bezpowrotnie na skutek obecnych realiów. Jednak medialna popularyzacja jedzenia stanowi impuls do odnowienia dawnych praktyk żywieniowych. Internetowa działalność w zakresie kulinariów powoduje wznawianie i reaktywację wielopokoleniowych doświadczeń. Łączenie tradycji z nowoczesnością powoduje, że przyjmujemy stare zwyczaje w nowej, ale wszystkim znanej formie.

BIBLIOGRAFIA

- Ayora-Diaz S.I., *Processed Modernity: Cooking Ingredients and the Materiality of Food*, „Studia Alimentaria” t.1 nr 1 (2022), s. 2–23.
- Barczyk A., *Cena non finita. Stoły, spiżarnie i wiktuały w siedemnastowiecznym malarstwie niderlandzkim – motywy i interpretacje*, „Kultura jedzenia, jedzenie w kulturze”, AT Wydawnictwo, Kraków 2014.
- Bezszamel, <https://bezszamel.se.pl/> (dostęp 09.05.2022 r.).
- Bieńko M., *Smakosz na diecie eliminacyjnej. Analiza Polskich blogów kulinarnych*, „Miscellanea Anthropologica et Sociologica” t. 19, nr 2 (2018), s. 64–82.
- Borysiak A., *Instagram to nie tylko ładne zdjęcia*, <https://www.brand2eat.pl/marketing/instagram-to-nie-tylko-ladne-zdjecia/> (dostęp 08.02.2022 r.).
- Brand2eat (brak daty opub.), <https://www.brand2eat.pl/marketing/instagram-to-nie-tylko-ladne-zdjecia/> (dostęp 08.02.2022 r.).
- Bread, <https://www.instagram.com/explore/tags/bread/> (dostęp 14.02.2022 r.).
- Cirocka A., (brak daty opub.), <http://www.isztuka.edu.pl/i-sztuka/node/429> (dostęp 08.05.2022 r.).
- Chleb, <https://www.instagram.com/explore/tags/chleb/> (dostęp 14.02.2022 r.).
- Chlebowe przysłowia, <https://kuchnialidla.pl/chlebowe-przyslowia> (dostęp 09.09.2022 r.).
- Cloudbread, <https://www.instagram.com/explore/tags/cloudbread/> (dostęp 12.05.2022 r.).
- Chłodecka L., *Chleb – Jeffrey Hamelman* z 03.12.2013 r., <https://www.cafebabilon.pl/2013/12/chleb-jeffrey-hamelman/> (15.02.2022 r.).
- Czy „czyste jedzenie” jest dla Ciebie dobre? (brak daty opub.), <https://www.outsideonline.com/health/nutrition/is-clean-eating-good/> (dostęp 08.05.2022 r.).
- Daniluk A., *Najpopularniejsze przepisy kulinarne z TikToka*, z 05.01.2021 r., <https://stornakuchni.pl/najpopularniejsze-przepisy-kulinarne-z-tiktoka-2021-wkrotce-te-dania-bedzie-mozna-zamowic-do-domu-na-razie-w-usa/ar/c17-15979913> (dostęp 10.05.2022 r.).
- Drzał-Sierocka A., *W garnku kultury. Rozważania nad jedzeniem w przestrzeni społeczno-kulturowej*, Wydawnictwo Naukowe Katedra, Gdańsk 2014.
- Dymek M., „Jadłonomia”, <https://www.jadlonomia.com/> (dostęp 03.02.2022 r.).
- Fabijańska M., Fronczak A., *Historia i tradycja wypieku chleba oraz jego miejsce w świecie*, „Zeszyty Naukowe. Turystyka i Rekreacja” nr 15 (2015), s. 93–104.
- Food vlog, https://www.youtube.com/results?search_query=food+vlog+ (dostęp 05.02.2022 r.).
- Fotografia produktowa, „Formedia” (brak daty opub.), <https://www.formedia.com.pl/fotografia-produktowa/> (dostęp 06.02.2022 r.).
- Gajdziński J.N., „Smaki z Polski” (brak daty opub.), <https://www.smakizpolski.com.pl/slowianie-potrawy-obrzedowe/> (dostęp 07.05.2022 r.).

- Giedroń M., *Arcimboldo. Mistrz dziwnych portretów* (brak daty opub.), <https://www.italianki.pl/2017/08/arcimboldo-mistrz-dziwnych-portretow-mg.html> (dostęp 08.05.2022 r.).
- Jedzenie towarzyskie łączy społeczności* (brak daty opub.), <https://www.ox.ac.uk/news/2017-03-16-social-eating-connects-communities> (dostęp 08.05.2022 r.).
- Kizewski P., *Dziady – dawne zwyczaje, tradycje i obrzędy Słowian* (brak daty opub.), <https://www.naszszlaki.pl/archives/44589> (dostęp 08.05.2022 r.).
- Kmita E., „Whiteplate.com” <https://whiteplate.com/2020/10/moja-nowa-ksiazka-chleb-i-okruszki/> (dostęp 15.02.2022 r.).
- Kocik L., *Mistyczne i społeczne wartości pracy przy tworzeniu chleba*, „Studia Socialia Cracoviensia” nr 1 (2013), s. 9–19.
- Kultura*, „Ozkultura.pl” z 04.11.2017 r., <http://ozkultura.pl/wpis/1384/6> (dostęp 16.02.2022 r.).
- Kuźmiński M., *Nauka w kuchni. Przełomowe Historie Sztuki Kulinarnej*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2019.
- Kwestia Smaku*, <https://www.kwestiasmaku.com/> (dostęp 04.02.2022 r.).
- Kænd Høyati, <https://www.youtube.com/watch?v=IFvhskOhZjw> (dostęp 09.05.2022 r.).
- Miasto Kobiet” (brak daty opub.), <https://www.miastokobiet.pl/blogi-wegetarianskie/> (dostęp 09.05.2022 r.).
- Mickiewicz A., *Pan Tadeusz*, oprac. D. Nosowska, Wydawnictwo IBIS, Poznań 2013.
- Milewska M., *Ślepa kuchnia*, PIW, Warszawa 2021.
- Modławska H., *Niematerialne Dziedzictwo Kulturowe – praktyki kulinarne*, Wydawnictwo WODR, Poznań 2018.
- Muzeum Powstania Warszawskiego, *Chleb z mielonymi żołądziami – Eliza Mórawska-Kmita & Basia Starecka*, <https://www.youtube.com/watch?v=VJ0XRctu-vM> (dostęp 10.05.2022 r.).
- Najlepsze blogi kulinarne* (brak daty opub.), <https://blogi-kulinarne.pl/> (dostęp 09.05.2022 r.).
- Norma, SJP, <https://sjp.pwn.pl/slowniki/norma.html> (dostęp 14.05.2022 r.).
- Polskie Radio, *Symbolika chleba i tradycje z nim związane* – ks. Jan Sochoń z 26.08.2008 r., <https://www.polskieradio.pl/37/228/Artykul/170571,Symbolika-chleba-i-tradycje-z-nim-zwiazane-ks-Jan-Sochon> (dostęp 11.02.2022 r.).
- Raśławska K., *Cloudbread to nowy trend, który podbija Instagram*, z 19.08.2020 r., <https://stylzycia.radiozet.pl/Kuchnia/Cloudbread-to-nowy-trend-na-Instagramie-Chmurkowy-chleb-to-hit-2020-26136> (dostęp 12.05.2022 r.).
- Red Lipstick Monster, *Co jem w ciągu dnia. Różnorodne i pyszne przepisy*, <https://www.youtube.com/watch?v=HGcRSKETY4k> (dostęp 11.05.2022 r.).
- Stoličná R., *Tworzenie się kultury kulinarnej Europejczyków*, „Studia Etnologiczne i Antropologiczne” nr 11 (2011), s. 209–219 s.
- Synowiec-Piłat M., Jędrzejek M., Pałęga A., *Magia food pornu. Próba rekonstrukcji etnologii zjawiska*, „Miscellanea Anthropologica et Sociologica” t. 19, nr 2 (2018), s. 84–101.
- Trend, SJP, <https://sjp.pwn.pl/slowniki/trend.html> (dostęp 14.05.2022 r.).

„Whiteplatecom” <https://www.instagram.com/whiteplatecom/?hl=pl> (dostęp 15.02.2022 r).

Wilson B., *Tak dziś jemy. Biografia jedzenia*, Wydawnictwo SQN, Kraków 2020.

„Zalewianka” <https://www.instagram.com/zalewianka/> (dostęp 15.02.2022 r.).

Biogram

Dominika Marzec – absolwentka Akademii Ignatianum w Krakowie, magister dziennikarstwa i komunikacji społecznej, ze specjalnością dziennikarstwo w mediach cyfrowych. Autorka przyjętych do druku publikacji, związanych z konsumpcjonizmem i trendami konsumenckimi. Uczestniczka konferencji pt. „Dekompozycje i rekompozycje kultury komunikowania” oraz autorka referatu pt. „Znaczenie influencer marketingu w kształtowaniu decyzji współczesnych konsumentów”. Autorka artykułów publicystycznych w serwisie www.kulturalnemedial.com. Praktykantka w Radiu Pryzmat i wydawczyni audycji pt. „Czas Biznesu”, obejmującej tematy związane z przedsiębiorczością i ekonomią. ORCID 0000-0003-3205-4858