

**UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FILOZOFICKÁ FAKULTA
KATEDRA MANAŽMENTU KULTÚRY A TURIZMU**

BAKALÁRSKA PRÁCA

2012

Daniela Baculáková

UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FILOZOFICKÁ FAKULTA

PROPAGÁCIA KYSÚC PROSTREDNÍCTVOM TRADIČNEJ
STRAVY

Bakalárska práca

Študijný program: kulturológia v špecializácii riadenie kultúry a turizmu

Školiace pracovisko: Katedra manažmentu kultúry a turizmu FF UKF v Nitre

Školiteľ: PhDr. Katarína Kompasová, PhD.

Nitra 2012

Daniela Baculáková

Čestné vyhlásenie

Čestne vyhlasujem, že bakalársku prácu som vypracovala samostatne s použitím literatúry, ktorú uvádzam v zozname Literatúra a pramene.

V Nitre dňa 15. 4. 2012

.....
Daniela Baculáková

Pod'akovanie

Ďakujem školiteľovi PhDr. Kataríne Kompasovej, PhD. za odbornú pomoc pri zostavovaní bakalárskej práce. Zároveň ďakujem kolektívu Kysuckej Knižnice v Čadci za poskytnutie cenných informácií k bakalárskej práci.

ABSTRAKT

BACULÁKOVÁ, Daniela. *Propagácia Kysúc prostredníctvom tradičnej stravy* : bakalárska práca. Nitra : UKF v Nitre, 2012. 63 s.

Bakalárska práca sa zaoberá propagáciou tradičnej stravy regiónu Kysuce. Cieľom je analyzovať tradičnú stravu Kysúc a zároveň aj faktory vplývajúce na jej charakter v závislosti od historického kontextu regiónu. Práca poukazuje na tradičnú kultúru, ktorej súčasťou je tradičná strava, ako na alternatívu využitia v cestovnom ruchu regiónu Kysuce. V súvislosti s propagáciou regiónu sa uvádzajú nové trendy v regionálnom marketingu. Práca sa zaoberá analýzou súčasného spôsobu stravovania. Cieľom analýzy je vytýčiť súvislosti s tradičnou stravou a na základe výsledkov poukázať na zachovanie prvkov tradičnej stravy v súčasných stravovacích návykoch obyvateľov regiónu Kysuce.

Kľúčové slová: tradičná kultúra, tradičná strava, propagácia, regionálny marketing, región Kysuce

ABSTRACT (v anglickom jazyku)

BACULÁKOVÁ, Daniela. *Promotion of Kysuce region based on the traditional cuisine : bachelor thesis.* Nitra : UKF v Nitre, 2012. 63 s.

Bachelor thesis deals with the promotion of traditional cuisine of Kysuce region. The aim is to analyze the traditional cuisine of Kysuce region along with the factors affecting its character depending on the historical context of the region. The thesis refers to traditional culture, which includes traditional cuisine, as the alternative use of tourism in the Kysuce region. New trends in regional marketing are presented in connection with the promotion of the region. The thesis deals with the analysis of current way of alimentation. The aim of the analysis is to set out the context of the traditional cuisine, and to highlight the preservation of traditional features related to contemporary eating habits of inhabitants of the Kysuce region according to the results.

Key words: traditional culture, traditional cuisine, promotion, regional marketing, region Kysuce

OBSAH

ÚVOD	9
1 CIELE PRÁCE	11
2 METODIKA PRÁCE A METÓDY SKÚMANIA	12
3 SÚČASNÝ STAV RIEŠENEJ PROBLEMATIKY DOMA A V ZAHRANIČÍ	14
3. 1 Vymedzenie tradičnej stravy v kontexte kultúry.....	14
3. 2 Tradičná kultúra v rámci cestovného ruchu.....	16
3. 3 Spôsoby propagácie regiónu.....	17
3. 4 Vymedzenie regiónu Kysuce.....	19
4 ANALÝZA TRADIČNEJ STRAVY KYSÚC A JEJ PROPAGÁCIA	21
4. 1 Formovanie tradičnej stravy regiónu Kysuce.....	21
4. 1. 1. Prírodné podmienky ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	21
4. 1. 2. Valašská kolonizácia ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	22
4. 1. 3 Historicko-spoločenský faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	23
4. 1. 4 Kresťanstvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	26
4. 1. 5 Zamestnanie ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	26
4. 1. 6 Vyst'ahovalectvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	27
4. 1. 7 Meštianstvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc.....	28
4. 2 Tradičná strava regiónu Kysuce	29
4. 2. 1 Obilniny a jedlá z obilnín.....	30
4. 2. 1. 1 Kaše.....	32
4. 2. 1. 2 Cestoviny.....	33
4. 2. 1. 3 Chlieb.....	34
4. 2. 1. 4 Pečivo a dezerty.....	35
4. 2. 2 Okopaniny.....	35
4. 2. 3 Strukoviny.....	36
4. 2. 4 Zelenina a ovocie.....	37
4. 2. 5 Mäso a produkty z mäsa.....	38
4. 2. 6 Mliečne výrobky.....	39
4. 2. 7 Doplnkové suroviny.....	39
4. 2. 8 Nápoje.....	40
4. 2. 9 Spôsob stravovania a stolovania počas dňa.....	41

4.3	Obradové kysucké jedlá.....	42
4.4	Analýza súčasnej stravy a komparácia s tradičnou stravou.....	43
4.5	Analýza propagácie tradičnej stravy Kysúc a regiónu Kysuce.....	46
	ZÁVER.....	48
	LITERATÚRA A PRAMENE.....	50
	PRÍLOHY.....	53
	ZOZNAM PRÍLOH.....	54

ÚVOD

Každý národ je charakterizovaný vlastnou kultúrou. Kultúra odlišuje národ od iných národov a zároveň plní funkciu spojovacieho článku, prostredníctvom ktorého dochádza k upevňovaniu spolupatričnosti a národnej identity. Na Slovensku sa vytvorili isté špecifiká v rámci kultúry, ktoré boli spôsobené rôznymi prírodnými podmienkami, blízkosťou hraníc a kontaktom s inými národmi, odlišným náboženským vplyvom, pôsobením historických udalostí a podobne. Tá časť kultúry, ktorá sa tradovala z generácie na generáciu a zároveň bola stále jedinečná a charakteristická pre dané spoločenstvo, sa nazýva tradičná kultúra. Je to zložka, ktorá komplexne charakterizovala spôsob života našich predkov. V rámci tradičnej kultúry možno vyčleniť tradičnú stravu.

Strava ako základná biologická potreba bola formovaná od najstarších čias spolu s človekom. Spočiatku sa zabezpečovala lovením zvery a zberom lesných plodín. Jedla sa surová, objavením ohňa si začal človek stravu pripravovať pečením. Evolučným vývojom človeka dochádzalo aj k vývoju stravy a stravovacích návykov. Pod pojmom tradičná strava možno komplexne chápať všetko, čo sa týka spôsobu stravovania. Zahrňuje spôsob získavania a uskladňovania surovín, kuchynský inventár, technológiu prípravy jedál, formu stolovania, spôsob konzumácie jednotlivých jedál, druhy pokrmov počas sviatočných dní i pri významných pracovných príležitostiach. Na základe skúmania tradičnej stravy môžeme pochopiť aspekty formujúce národ a národnú identitu a zároveň pochopiť myslenie a spôsob života našich predkov. Súčasný spôsob života sa vyformoval z minulého, každý človek by mal poznať a chápať svoju históriu. Z tohto dôvodu je dôležité skúmanie tradičnej stravy. V závislosti od charakteru podmienok, v ktorých sa tradičná strava formovala, možno považovať tradičnú stravu regiónov za jedinečnú, originálnu a formujúcu obyvateľov žijúcich na danom území.

Kysuce sú región hornatý, obklopený pohoriami. V závislosti od polohy v blízkosti hraníc s Českou republikou a Poľskom región nadobúda význam a dôležitosť z hľadiska dopravy, ale aj z hľadiska administratívneho a hospodárskeho. Výrazný je i prírodný aspekt regiónu, ktorý je charakteristický svojou jedinečnosťou, väčšina územia je začlenené do Chránenej krajinej oblasti Kysuce. Čo sa týka kultúrneho diania v regióne s ohľadom na tradičnú kultúru, dôležitú úlohu v rámci ochraňovania a zachovávanía kultúrneho dedičstva Kysúc nadobúda inštitúcia Kysucké múzeum v Čadci. Múzeum je prevádzkovateľom Múzea kysuckej dediny vo Vychylovke, v ktorom je možné spoznávať

tradičnú kultúru regiónu Kysuce. Je to jediný kultúrny subjekt na Kysuciach propagujúci aj tradičnú stravu daného regiónu v širšom okolí a nie len medzi obyvateľmi regiónu. Múzeum kysuckej dediny dokazuje, že tradičná strava má opodstatnenie a využitie v cestovnom ruchu. Je však potrebné vedieť správne tento fenomén v danom sektore využiť a venovať náležitú pozornosť analýze spôsobov propagácie.

Zmyslom práce je analýza tradičnej stravy regiónu Kysuce a zároveň analýza spôsobov propagácie, ktoré sú v súčasnej dobe využiteľné pre oslovenie širšej verejnosti. Propagácia tradičnej stravy regiónu má zabezpečiť uchovávanie tradičnej kultúry, budovanie vedomia o pôvode obyvateľov Kysúc a v súvislosti s cestovným ruchom má zabezpečiť celkový rozvoj regiónu prostredníctvom zvýšenia návštevnosti subjektov cestovného ruchu nachádzajúcich sa v regióne Kysuce.

1 CIELE PRÁCE

Hlavnými cieľmi bakalárskej práce sú detailná analýza tradičnej stravy regiónu Kysuce a navrhnutie spôsobov propagácie daného javu tradičnej kultúry v rámci cestovného ruchu.

Za čiastkový cieľ sa považuje vymedzenie tradičnej stravy regiónu v kontexte tradičnej kultúry štátu, aby bolo možné dôkladne pochopiť význam uchovávaní kultúrnych hodnôt. V nadväznosti na uvedený čiastkový cieľ sa formuje ďalší parciálny cieľ a to stanoviť postavenie tradičnej kultúry s ohľadom na využiteľnosť v cestovnom ruchu.

Na uskutočnenie detailnej analýzy tradičnej stravy regiónu Kysuce je potrebné zamerať sa na jednotlivé faktory vplyvu. Analýza jednotlivých javov je považovaná za ďalšie čiastkové ciele bakalárskej práce.

V rámci navrhnutia spôsobov propagácie tradičnej stravy za užitočné možno prijať i skutočnosti súvisiace so súčasným spôsobom stravovania obyvateľov Kysúc, preto je čiastkovým cieľom analýza súčasných stravovacích návykov prostredníctvom využitia dotazníka.

Aby boli zvolené vhodné návrhy propagácie, za parciálny cieľ sa stanovuje charakterizovanie trendov v regionálnom marketingu.

2 METODIKA PRÁCE A METÓDY SKÚMANIA

Za základné metódy skúmania použité v bakalárskej práci je možné určiť štúdium písomných dokumentov a komparáciu informácií, ktoré sa v daných dokumentoch nachádzajú. Uvedený spôsob skúmania je uplatnený v rámci prvej kapitoly bakalárskej práce zameranej na analýzu súčasného stavu riešenej problematiky doma a v zahraničí. Daná kapitola je rozčlenená na štyri podkapitoly. Prvá podkapitola obsahuje informácie o strave a chápaní stravovania v kontexte kultúry. Za nosné dielo danej podkapitoly je považovaná publikácia Jedlo ako kľúč ku kultúre od Rastislavy Stoličnej – Mikolajovej. Podstatné informácie druhej podkapitoly, zameranej na vyjadrenie paralely medzi tradičnou stravou a cestovným ruchom, boli čerpané z kapitoly Tradičná kultúra ako faktor regionálneho rozvoja publikovanej v diele Tradičná kultúra, turizmus a rozvoj regiónov. Užitočné údaje k tretej podkapitole sa nachádzajú v publikácii Marketing miest a obcí z roku 2010. V štvrtej podkapitole, zameranej na vymedzenie regiónu Kysuce, bol nosným dielom internetový portál www.kysuce.sk.

Druhá kapitola bakalárskej práce sa zaoberá celkovou analýzou tradičnej stravy regiónu Kysuce a návrhom spôsobov propagácie daného kultúrneho javu. V rámci uvedenej kapitoly bolo dôležité využívať komparáciu pri štúdiu rôznych knižných zdrojov, ktoré pozostávali prevažne z monografií jednotlivých obcí regiónu. Na základe údajov uvedených v jednotlivých publikáciách boli prostredníctvom indukcie a dedukcie stanovené závery o tradičnej strave Kysúc, ktoré boli aplikované v bakalárskej práci. Uvedenou metódou boli analyzované osobitné faktory vplyvu na tradičnú stravu charakterizované v prvej podkapitole, ale aj druhá a tretia podkapitola, ktoré sú zamerané na analýzu tradičnej stravy Kysúc a analýzu obradových kysuckých jedál.

Štvrtá a piata podkapitola druhej kapitoly bakalárskej práce boli stanové na základe výsledkov dotazníka a komparácie s informáciami uvedenými v predchádzajúcich podkapitolách bakalárskej práce. Dotazník celkovo obsahuje 22 otázok, z toho 4 sú otvorené, 7 polootvorených a 11 zatvorených otázok. Na dotazník správne odpovedalo celkovo 349 respondentov v zastúpení oboch pohlaví. Dotazník je rozčlenený na tri časti. Prvá časť monitoruje súčasný spôsob stravovania obyvateľov Kysúc a pozoruje vplyv tradičnej kultúry na stravu. Na danú časť odpovedali len obyvatelia regiónu Kysuce. Druhá časť bola určená pre respondentov, ktorí sú informovaní o základných údajoch regiónu Kysuce. Cieľom bolo stanoviť, akým spôsobom boli respondenti informovaní o regióne

alebo z akého dôvodu navštívili Kysuce. Posledná časť bola určená pre všetkých respondentov a cieľom bolo zhodnotiť atraktivnosť tradičnej stravy regiónu a zistiť vhodný spôsob propagácie danej kultúrnej hodnoty.

3 SÚČASNÝ STAV RIEŠENEJ PROBLEMATIKY DOMA A V ZAHRANIČÍ

3.1 Vymedzenie tradičnej stravy v kontexte kultúry

V závislosti od vedného odboru jestvuje veľké množstvo definícií kultúry. Je potrebné uviesť definíciu podľa Encyklopédie ľudovej kultúry Slovenska, v ktorej je kultúra definovaná ako „dynamický systém akumulovaného poznania, vzorov správania a materiálnych i nemateriálnych produktov ľudskej činnosti prenášaný z generácie na generáciu.“¹ Náležitý je aj pojem kultúra charakterizovaný E. B. Tylorom ako „komplexný celok, ktorý zahrňuje poznanie, vieru, umenie, právo, morálku, zvyky a všetky ostatné schopnosti a obyčaje, ktoré si človek osvojil ako člen spoločnosti.“² Z hľadiska komplexnosti chápania pojmu kultúra je nutné oboznámiť i s charakteristikou podľa W. K. H. Bodeho, ktorý kultúru považuje za „súbor špecificky organizovaných a kolektívom uplatňovaných vedomostí, symbolov, významov, socio-kultúrnych regulatívov, kultúrnych kódov a pravidiel, ktoré si človek osvojil ako člen určitej spoločnosti.“³

V procese kultúrneho vývoja sa vytvárali jedinečné kultúrne hodnoty, ktoré je potrebné zachovávať a chrániť. Deklarácia Národnej rady Slovenskej republiky o ochrane kultúrneho dedičstva ustanovuje, že „kultúrne dedičstvo je nenahraditeľným bohatstvom štátu a jeho občanov, je dokladom vývoja spoločnosti, filozofie, náboženstva, vedy, techniky, umenia, dokumentom vzdelanostnej a kultúrnej úrovne slovenského národa, iných národov, národnostných menšín, etnických skupín a jednotlivcov, ktorí žijú alebo v minulosti žili na území Slovenska. Kultúrnym dedičstvom sú hmotné a nehmotné hodnoty, hnutelné a nehmotné veci vrátane importovaných diel a myšlienok, ktoré našli na Slovensku miesto a uplatnenie.“⁴ Simplifikovanú definíciu možno nájsť v Encyklopédii ľudovej kultúry Slovenska, v ktorej je za kultúrne dedičstvo považovaný „súbor materiálnych, sociálnych a duchovných výsledkov tvorivej práce predchádzajúcich generácií, ktoré tvoria historické kontinuum a súčasť dnešnej kultúry.“⁵

Kultúrne hodnoty, ktoré sa tradovali z generácie na generáciu, sú považované za tradičnú kultúru. Možno afirmovať, že „tradičná kultúra ako súčasť kultúrneho dedičstva

¹ Encyklopédia ľudovej kultúry Slovenska 1, s. 289-290, heslo Kultúra.

² SOUKUP, V. Dějiny sociální a kulturní antropologie, s. 14.

³ STOLIČNÁ, R. Jedlo ako kľúč ku kultúre, s. 8.

⁴ Deklarácia Národnej rady Slovenskej republiky o ochrane kultúrneho dedičstva, <http://www.culture.gov.sk/kulturne-dedicstvo/ochrana-pamiatok/vsledky/deklaracia-o-ochrane-pamiatok>.

⁵ Encyklopédia ľudovej kultúry Slovenska 1, s. 290, heslo Kultúrne dedičstvo.

a kolektívna pamäť každého miesta a komunity (*genius loci*) je základom rozvoja a súčasťou moderného života a národného povedomia.“⁶ Tradičná kultúra je jedinečná a nezameniteľná, každý región Slovenska má svoje špecifické črty v danej oblasti. „Tradičné kultúrne statky sú tradičné remeslá a remeselné techniky, obyčaje, folklór a gastronómia v krajinnom prostredí človeka.“⁷ Z uvedeného vyplýva, že súčasťou tradičnej kultúry je i tradičná strava.

Strava je jednou zo základných biologických potrieb človeka. Rovnako ako iné činnosti človeka aj stravovacie návyky odjakživa podliehali kultúre. „Sú to normy a konvencie ľudských spoločností, ktoré rozhodujú o tom, čo možno za potraviny pokladať, čo a ako sa v určitej situácii konzumuje a čo je na konzumáciu zakázané. Strava patrí k najkonzervatívnejším zložkám kultúry, veľa napovedá o pôvode a vývoji konkrétnej spoločnosti, preto stravovacie návyky či modely správania pri jedení a pití patria k najvýraznejším identifikačným hodnotám ľudských spoločenstiev.“⁸

Oblasť tradičnej stravy Slovenska nebola vždy dostatočne monitorovaná. Počiatky skúmania danej oblasti sa nachádzajú v päťzväzkovej práci polyhistora Mateja Bela, *Notitia Hungariae novae historico-geographica*. V práci z 18. storočia možno nájsť informácie o kultúre a spôsobe života ľudu, pričom sa zmieňuje i o strave.⁹ V priebehu 19. storočia sa bádáním v oblasti stravovania venoval Ján Čaplovič. V roku 1975 bola vydaná publikácia *O Slovensku a Slovákoch*, ktorá obsahuje preklady prác Jána Čaploviča. V zmienenom diele sa nachádzajú informácie o strave a stravovacích návykoch nielen Slovákov, ale aj Rusínov, Sotákov, Židov i Cigánov.¹⁰

Tradičnej strave sa systematicky začal venovať až Michal Markuš v druhej polovici 20. storočia. Je autorom niekoľkých odborných článkov venovaných danej problematike a napísal i kapitolu o stravovaní v publikáciách *Slovensko – Ľud II.* a *Československá vlastivěda*. Detailné spracovanie slovenskej stravy nachádzame v *Etnografickom atlase Slovenska*. Skúmaných bolo 250 lokalít a výsledky z bádania sú zaznamenané prostredníctvom máp zachytávajújúcich rôzne informácie z oblasti stravovania.¹¹

V nasledujúcom období sa tradičnej strave Slovenska výrazne venovala Rastislava Stoličná. Z publikácií venovaných danej problematike je nevyhnutné uviesť *Jedlo ako kľúč ku kultúre, Chute a vône Slovenska, Kuchyňa našich predkov a Slovenský rok*. R. Stoličná

⁶ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I. Tradičná kultúra, turizmus a rozvoj regiónov, s. 12.

⁷ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I., ref. 6, s. 13-14.

⁸ STOLIČNÁ, R. Chute a vône Slovenska, s. 5.

⁹ STOLIČNÁ, R., ref. 3, s. 9.

¹⁰ ČAPLOVIČ, J. O Slovensku a Slovákoch, s. 86 a n.

¹¹ STOLIČNÁ, R., ref. 3, s. 10-11.

je aj autorkou kapitoly strava v Etnografickom atlase Slovenska a okrem iného spracovala i niekoľko hesiel súvisiacich s tradičným stravovaním v Encyklopédii ľudovej kultúry Slovenska 1,2.¹²

Slovensko možno všeobecne rozdeliť na dve základné oblasti, horskú a nížinnú. „V minulosti tvorili prevažnú časť stravy horských oblastí produkty rastlinného sveta a mliečne produkty. V nížinných oblastiach dopĺňala tieto dve kategórie jedál ešte o niečo širšia škála jedál mäsitých. Je samozrejmé, že v chudobnejších horských oblastiach s drsnejším podnebí (Kysuce, Orava, Horehronie) sa jednotlivé archaické prvky ľudovej kuchyne, napríklad jedlá, ohniská, riad, spôsoby stolovania a ostatné tradície súvisiace so stravou, zachovali oveľa lepšie než v južnejších, úrodnejších nížinných oblastiach (Žitný ostrov, Záhorie, dolné Považie, Nitra, južný Zemplín), ktoré boli prístupnejšie cudzím vplyvom. V týchto oblastiach je škála jedál i jednotlivých technologických postupov oveľa širšia, bohatšia, no stretávame sa tu s mnohými cudzími, až dodatočne zdomácnenými jedlami.“¹³

Okrem prírodných podmienok, ktoré ovplyvňovali charakter poľnohospodárstva, strava ľudu bola determinovaná i náboženskými predpismi a vývojom staviteľstva. „Od novoveku do obsahu stravy výrazne zasiahol aj rozvíjajúci sa obchod s potravinami, preto v rámci stravovania ľudí toho istého regiónu vznikli aj sociálne rozdiely. Územie Slovenska ležiace v centrálnej Európe bolo vždy priestorom, kde žila pestrá paleta rôznych etnických komunit. Ľudia prichádzali i odchádzali, aby postupne vytvorili multietnický a multikultúrny obraz Slovenska, v ktorom tradičná kulinárna kultúra mala neobyčajne pestrú, variabilnú potrebu.“¹⁴

3. 2 Tradičná kultúra v rámci cestovného ruchu

Cestovný ruch, rovnako ako aj kultúra, je predmetom skúmania rôznych vedných odborov, z čoho vyplýva i množstvo definícií tohto odvetvia. Podľa C. Kaspara „cestovný ruch je súhrn vzťahov a javov, ktoré vyplývajú z cestovania alebo pobytu osôb, pričom miesto pobytu nie je hlavným ani trvalým miestom bývania a zamestnania.“¹⁵ Obširnu charakteristiku podáva M. Gúčík, ktorý za cestovný ruch uvádza „súbor činností zameraných na uspokojenie potrieb súvisiacich s cestovaním a pobytom osôb mimo miesta

¹² STOLIČNÁ, R., ref. 3, s. 13.

¹³ FILOVÁ, B. a kol. Slovensko ĽUD II. časť, s. 845.

¹⁴ STOLIČNÁ, R., ref. 8, s. 5.

¹⁵ GÚČIK, M. Cestovný ruch pre hotelové a obchodné akadémie, s. 6.

trvalého bydliska a zvyčajne vo voľnom čase za účelom odpočinku, poznávania, zdravia, rozptýlenia a zábavy, kultúrneho a športového vyžitia, služobných ciest a získavania komplexného zážitku.¹⁶

V rámci cestovného ruchu sa vymedzuje kultúrny cestovný ruch. Práve „tradičná kultúra je významným zdrojom kultúrneho cestovného ruchu, ktorý predstavuje rozličné spôsoby uspokojovania duchovných potrieb ľudí (vzdelávanie, poznávanie, poučenie, zábava, rozptýlenie a pod.). V praxi má podobu návštev múzeí, galérií, kultúrnych pamätihodností, archeologických nálezísk, hudobných, divadelných, filmových, folklórnych festivalov, výstav, spoločenských a náboženských podujatí, vlastivednej turistiky a pod. Má výrazný poznávací aspekt. Jeho účastníci sa oboznamujú nielen s históriou, kultúrou, ale aj sociálnou a ekonomickou situáciou navštíveného územia. Kultúrny cestovný ruch kultivuje človeka, zvyšuje jeho spoločenskú, kultúrnu a odbornú úroveň.“¹⁷

Slovensko má výraznú konkurenčnú výhodu z hľadiska rôznorodosti ponuky kultúrneho dedičstva, preto sa považuje za vhodné využiť tradičnú kultúru v rámci cestovného ruchu. Dokonca „Charta Medzinárodnej rady pre pamiatky a sídla (ICOMOS) z roku 1999 odporúča využívanie kultúrneho dedičstva v cestovnom ruchu s cieľom spoznávať jeho hodnotu.“¹⁸ Pri prezentácii prvkov tradičnej kultúry treba dbať na zážitkovú funkciu, ktorá má byť aktívne odovzdávaná návštevníkovi, a to napríklad prostredníctvom vlastnoručnej výroby spomienkového predmetu.¹⁹ V konečnom dôsledku je možné stanoviť záver, že „cestovný ruch prispieva k zachovaniu kultúrneho dedičstva, zvýrazneniu hodnoty kultúrnych statkov, rastu poznania návštevníkov v cestovnom ruchu, rozvoju kultúrno-spoločenského života cieľového miesta (regiónu, obce) a pod.“²⁰

3.3 Spôsoby propagácie regiónu

Pojem marketing v najuniverzálnejšom chápaní možno definovať ako „integrovateľný komplex činností od uskutočnenia výskumu trhu, analýzy prostredia, prieskumu potrieb zákazníkov a štúdia nákupného rozhodovacieho procesu spotrebiteľov cez koncepčné činnosti, plánovanie, tvorbu produktu, voľbu distribučných ciest, cenovú politiku až

¹⁶ GÚČIK, M., ref. 15, s. 6.

¹⁷ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I., ref. 6, s. 12-13.

¹⁸ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I., ref. 6, s. 11-12.

¹⁹ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I., ref. 6, s. 17.

²⁰ ČUKAN, J.–GAŽIOVÁ, A.–ŠUSTEKOVÁ, I., ref. 6, s. 17.

k propagácii, marketingovému manažmentu a ďalším činnostiam. Cieľom marketingu je prostredníctvom zmeny uspokojiť potreby, prania a dopyt zákazníkov, vytvoriť pre zákazníkov hodnoty a týmto zabezpečiť splnenie stanovených cieľov firmy.²¹

V rámci propagácie regiónu je potrebné definovať regionálny marketing. „Viestová chápe regionálny marketing ako aplikáciu filozofickej koncepcie marketingu, realizovanú jeho nástrojmi v podmienkach regiónu. Cieľom regionálneho marketingu je poskytnúť čo najširší okruh služieb – primerane záujmu občanov a zákazníkov so zreteľom na verejné záujmy a aj v záujme zvyšovania individuálneho úžitku.“²²

Medzi dôležité nástroje komunikačného mixu slúžiaceho na propagáciu regiónu patria reklama a propagácia, vzťahy s verejnosťou (public relations) a event marketing. Správna reklama v marketingu vymedzeného územia musí zaujať potenciálneho návštevníka jedinečnosťou a atraktivnosťou regiónu. Čo sa týka propagačných materiálov, mali by byť dostupné v rôznych jazykoch a umiestnené v cestovných kanceláriách, turistických informačných centrách ale i v ubytovacích a stravovacích zariadeniach. Za hlavné propagačné materiály sa považujú letáky, plagáty, prospekty, knižné publikácie, kalendáre a podobne. „V súčasnosti sa na propagáciu čoraz viac využívajú nové informačno-komunikačné technológie, ako napríklad internet. Mestá a obce využívajú vlastné internetové stránky na svoju propagáciu, zviditeľnenie a predstavenie sa širokej verejnosti, ako aj na komunikáciu s vlastnými obyvateľmi. Podľa toho, kto je adresátom reklamy, treba orientovať aj reklamnú správu. Na potenciálnych turistov, návštevníkov alebo obyvateľov pôsobí predovšetkým historický, kultúrny, rekreačno-športový, oddychovo-relaxačný charakter regiónu, možnosti nákupov, zábavy, poznávania a pod.“²³

Hlavným cieľom vzťahov s verejnosťou je vytváranie a upevňovanie pozitívneho imidžu regiónu prostredníctvom neustálej komunikácie so všetkými cieľovými skupinami. Komunikácia s verejnosťou môže prebiehať prostredníctvom tlačových správ, slávností, koncertov, redakčných príspevkov do novin a časopisov regionálneho, krajského i národného rozmeru a podobne.²⁴

Podstatou event marketingu je organizovanie rôznych podujatí, aby sa návštevníci v danom regióne cítili čo najlepšie. Medzi typické podujatia patria športové aktivity,

²¹ JAKUBÍKOVÁ, D. Strategický marketing, s. 41.

²² HASPROVÁ, M. a kol. Marketing miest a obcí, s. 18.

²³ HASPROVÁ, M. a kol., ref. 22, s. 137.

²⁴ HASPROVÁ, M. a kol., ref. 22, s. 132-134.

súťaže, dni otvorených dverí, oslavy Medzinárodného dňa detí, silvestrovské oslavy, festivaly a jarmoky, ktorých sprievodným javom môžu byť ochutnávky tradičných jedál.²⁵

V rámci najnovších trendov dominuje marketing na sociálnych médiách, ktoré predstavujú „online médiá, kde je obsah vytváraný a zdieľaný užívateľmi. Na sociálnych médiách možno priamo zisťovať, čo zákazníci naozaj požadujú.“²⁶ „Sociálne médiá sa podľa marketingových kritérií delia na: sociálne siete (Facebook, MySpace, LinkedIn), blogy, videoblogy, mikroblogy (Twitter), diskusné fóra, Q&A portály (Yahoo! Answers), wikis (Wikipedia, Google Knol), sociálne záložkovacie systémy (Digg, Delicious, Jagg), zdieľané multimédiá (YouTube, Flickr) a na virtuálne svety (The Sims, Second Life).“²⁷ Prostredníctvom internetu možno merať a monitorovať viac dát, marketing na internete prebieha nepretržite. Daný typ marketingu predstavuje určitú komplexnosť, zákazníka možno osloviť naraz niekoľkými rôznymi spôsobmi. Internetový marketing je charakteristický aj dynamickým obsahom, ponuku možno neustále meniť. Z uvedeného vyplýva, že za najefektívnejší spôsob propagácie v súčasnosti možno jednoznačne zaradiť internetový marketing.²⁸

3. 4 Vymedzenie regiónu Kysuce

Región Kysuce sa rozprestiera na severozápade Slovenska pri hraniciach s Českou republikou a Poľskom. Územie pozostáva z okresov Čadca a Kysucké Nové Mesto. Okres Čadca je tvorený z 23 obcí,²⁹ pričom tri z nich sú mestá – Čadca, Krásno nad Kysucou, Turzovka. Okres Kysucké Nové Mesto³⁰ zahŕňa jedno mesto s rovnomerným názvom a ďalších 13 obcí.³¹ „Pod názvom Kysuce treba však rozumieť povodie rieky Kysuce v celom jej rozsahu od prameňa rieky Kysuce, ktorý leží pod Javorníkom (1017 m), až po jej vyústenie do rieky Váh. Názov Kysuce je zaužívaný v bežnej ľudovej reči a preniesol

²⁵ HASPROVÁ, M. a kol., ref. 22, s. 139.

²⁶ JANOUC, V. Internetový marketing, s. 210.

²⁷ JANOUC, V., ref. 26, s. 216.

²⁸ JANOUC, V., ref. 26, s. 19.

²⁹ Do okresu Čadca patria obce Čadca, Čierne, Dlhá nad Kysucou, Dunajov, Klokočov, Klubina, Korňa, Krásno nad Kysucou, Makov, Nová Bystrica, Oščadnica, Olešná, Podvysoká, Radôstka, Raková, Skalité, Stará Bystrica, Staškov, Svrčinovec, Turzovka, Vysoká nad Kysucou, Zákopčie, Zborov nad Bystricou.

³⁰ Do okresu Kysucké Nové Mesto patria obce Dolný Vadičov, Horný Vadičov, Kysucké Nové Mesto, Kysucký Lieskovec, Lodno, Lopušné Pažitie, Nesluša, Ochodnica, Povina, Radoľa, Rudina, Rudinka, Rudinská, Snežnica.

³¹ Stručná charakteristika regiónu Kysuce, <http://www.kysuce.sk/cl/419/strucna-charakteristika-regionu-kysuce.html>

sa nielen na oblasť Kysuckej vrchoviny, ale i na východnú časť Javorníkov a južné svahy západných Beskýd.³²

Na základe toku rieky Kysuce sa región vymedzuje na horné a dolné Kysuce. „Horné Kysuce tvorí horný tok povodia rieky Kysuce a čiastočne stredný tok až po Dunajovskú sútežku. K časti treba počítať i celú Bystrickú dolinu s povodím Bystrického potoka. Centrom oblasti je okresné mesto Čadca. Dolné Kysuce začínajú Dunajovskou sútežkou, asi 7 a pol kilometra severne od mesta Kysucké Nové Mesto. Zaberajú strednú a dolnú časť povodia rieky Kysuce (vrátane prítokov) až po Žilinskú kotlinu. Strediskom tejto časti je mesto Kysucké Nové Mesto.“³³

Atraktivnosť regiónu možno vidieť v prírodnom potenciáli. Značná časť územia je súčasťou Chránenej krajinej oblasti Kysuce. Okrem iných prírodných atraktivností sa tu nachádza i prírodná rezervácia Malý Polom a prírodné rezervácie Klokočovské skálie a Polková.³⁴

Kultúrny aspekt sa dá charakterizovať prostredníctvom podujatí, ktoré sa zameriavajú na rôznorodé cieľové skupiny. V regióne Kysuce sa organizuje Etnofilm Čadca, Beskydské folklórne slávnosti v Turzovke, Palárikova Raková alebo REM-ART Čadca. Tieto podujatia majú medzinárodný význam. Počas celého roka prebiehajú udalosti, ktoré môžu byť atraktívnym zážitkom pre návštevníkov nielen z okolia Kysúc.³⁵

Dokumentáciou spôsobu života kysuckého ľudu sa zaoberá Kysucké múzeum v Čadci, ktorého expozície sa nachádzajú okrem Čadce aj v kaštieli v Radoli a v Múzeu kysuckej dediny vo Vychylovke. V rozsiahlych expozíciách sú zdokumentované najmä oblasti ľudového odevu, zamestnania, ľudového úžitkového umenia, drotárstva, staviteľstva, ale i tradičnej stravy.³⁶

Z uvedených faktov vyplýva, že „z ekologického aj ekonomického hľadiska sú Kysuce perspektívnou oblasťou pre rozvoj cestovného ruchu.“³⁷

³² GALVÁNEK, V. a kol. Kysucké Nové Mesto kedysi a dnes, s. 7-8.

³³ GALVÁNEK, V. a kol., ref. 32, s. 8.

³⁴ ZIGMUND, J.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.) Klokočov, s. 188.

³⁵ GERÁT, R. Kysuce a Kysučania, III. zväzok – kultúra, s. 9 a n.

³⁶ BEŇUŠKOVÁ, Z. Tradičná kultúra regiónov Slovenska, s. 94.

³⁷ BEŇUŠKOVÁ, Z., ref. 36, s. 95.

4 ANALÝZA TRADIČNEJ STRAVY KYSÚC A JEJ PROPAGÁCIA

4.1 Formovanie tradičnej stravy regiónu Kysuce

„Základnou podmienkou existencie človeka je strava, ktorá zaujíma významné miesto v ľudovej kultúre. Je dôležitým ukazovateľom spôsobu života a je nevyhnutná pre život človeka.“³⁸ Stravovanie bolo ovplyvňované viacerými faktormi. Na kvalitu a pestrosť jedál priamo pôsobili klimatické podmienky a geografická poloha regiónu. Formovanie stravy záviselo aj od ekonomických a sociálnych faktorov. Dôležitú úlohu v spôsobe stravovania zohrávali aj rodinné tradície, vplyv ktorých súvisel s výberom surovín a technológiou prípravy jedál.³⁹

4.1.1. Prírodné podmienky ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

Človek bol už vo svojich existenčných počiatkoch spätý s prírodou. Obyvatelia Kysúc sa stáročia venovali agrárnemu spôsobu života, ktorý priamo závisel od prírodných a klimatických podmienok a s tým súvisiacou kvalitou pôdy.⁴⁰

Kvalita pôdy bola značne determinovaná skutočnosťou, že väčšina územia daného regiónu sa nachádza vo flyšovom geologickom pásme, ktoré je tvorené krehkými horninami, akými sú ílovce, pieskovce a zlepenec.⁴¹ Nízka bonita pôdy a drsné klimatické podmienky spôsobili, že obyvatelia Kysúc sa okrem poľnohospodárskych prác venovali aj chovu dobytku, aby si zabezpečili bohatšiu obživu.⁴²

Za nedostatok možno považovať i polohu oráčin v ťažko dostupných lokalitách a na strmých svahoch. Bolo takmer nemožné dostať do týchto miest koňa s pluhom. Obyvateľstvo žijúce vo vyššie položených oblastiach sa stravovalo jednoduchšie a chudobnejšie ako sedliaci žijúci v doline, kde bola pôda produktívnejšia v dôsledku blízkosti rieky Kysuce.⁴³

Klimatické podmienky na Kysuciach boli mimoriadne nepriaznivé. Priemerný úhrn zrážok sa pohyboval od 900 do 1200 mm za rok, priemerná ročná teplota bola 7 °C a bežne sa vyskytovali neskoré mrazy. Snehová pokrývka sa udržiavala približne 140 dní v roku

³⁸ Kysuce 1983 : 5, heslo Zo zabudnutých receptov.

³⁹ PRIEČKO, M. a kol. Nesluša 1367 – 2007, s. 171.

⁴⁰ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 171.

⁴¹ GAJDIČIAR, I. (zost.) Turzovka krížom – krážom, s. 101.

⁴² ĎURNÝ, J. (zost.) Svrčinovec, s. 20.

⁴³ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 101-102.

a dosahovala vyše jedného metra.⁴⁴ Poľné práce boli určované mrazmi, ktoré sa objavovali od začiatku októbra do polovice mája. Jarné práce mohli začať až koncom marca.⁴⁵

Na druhej strane, klimatické podmienky možno vnímať i pozitívne. Dostatok zrážok na území Kysúc dal možnosť rozšíreniu rôznych húb. Kysucký ľud si často spestroval stravu čerstvými alebo sušenými hubami. Zaznamenaný je výskyt najmä hríba smrekového, suchohríba, kozáka brezového i osikového a hríba horského.⁴⁶

Bohaté hydrologické zázemie Kysúc umožňovalo príležitostné konzumovanie rybieho mäsa. Kysučania jedávali pstruha obyčajného, čerebľu potočnú, hlaváča pásoplutvého a unikátnosťou v strave boli raky.⁴⁷

„Kysuce patrili koncom 19. a začiatkom 20. storočia k najzaostalejším a priemyselne najzanedbanejším oblastiam Slovenska s minimálnymi možnosťami mimo roľníckeho pracovného uplatnenia.“⁴⁸ Drsné prírodno – klimatické podmienky boli jedným z dôvodov, prečo nedochádzalo k intenzívnemu rozvoju poľnohospodárstva. Ďalšími dôvodmi boli veľká rozdrobenosť pôdy, prevaha motykového hospodárenia, slabá bonita pôdy, zlá dostupnosť k poliam a silný konzervativizmus miestneho roľníckeho obyvateľstva.⁴⁹

Vzťah kysuckého človeka k prírode začal postupne slabnúť od polovice 19. storočia v dôsledku rozvoja obchodu a priemyselnej výroby potravín.⁵⁰

4. 1. 2. Valašská kolonizácia ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

Začiatkom 16. storočia sa na území Kysúc začínajú objavovať prví valašskí pastieri s početnými stádami valašského dobytká. Na Kysuce sa valašskí kočovníci dostávali najmä cez Oravu a Liptov. Dané územie začali osídľovať hlavne preto, lebo na hospodársky nevyužívaných horských lúkach a pasienkoch nachádzali dostatok potravy pre svoj dobytok. Na kysucké podmienky boli uspôsobené špeciálne valašské ovce, tzv. valašky, ktoré dokázali spásať i tvrdšie trávy vysokohorských lúk.⁵¹

Valasi sa spočiatku venovali horskému pastierstvu, salašníckemu chovu dobytká a remeselnému spracovaniu produktov ich chovu. Z mlieka vyrábali bryndzu a syr, z ovčej

⁴⁴ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 101.

⁴⁵ GACÍK, M. (zost.) Ochodnica 1596 - 1996, s. 56.

⁴⁶ PAŠTRNÁK, L. a kol. Olešná 1619 - 2009, s. 37.

⁴⁷ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 10.

⁴⁸ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 111.

⁴⁹ ŽURNÝ, J.-PRIEČKO, M. Raková, monografia obce, s. 39.

⁵⁰ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 171

⁵¹ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.) Čadca, monografia mesta, s. 41.

vlny súkno. Salašníctvo bolo dovtedy neznámy spôsob chovu oviec.⁵² „Domáce obyvateľstvo od valachov prevzalo osobitnú karpatskú technológiu spracovania ovčieho a kozieho mlieka pomocou syridla získaného vylúhovaním žalúdka teľaťa.“⁵³

K trvalému usadzovaniu valaského obyvateľstva prispeli zemepáni, ktorí valachov považovali za zdroj príjmov.⁵⁴ „Trvalo usídlení valasi si začali pri svojich obydlíach klčovať krovinaté a lesné plochy, takto získanú novú poľnohospodársku pôdu využili na nové pastviny, ale tiež ako ornú pôdu na pestovanie obilia, zeleniny i krmovín. Táto novozískaná poľnohospodárska pôda sa začala nazývať kopanice, virobiská alebo klčoviská.“⁵⁵ „Prechod z pastierskeho spôsobu života na pastiersko-roľnícky viedol aj k zmene valašského osídlenia na kopaničiarske.“⁵⁶

4. 1. 3 Historicko-spoločenský faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

V priebehu 14. a 15. storočia dochádza k formovaniu obcí na území regiónu Kysuce. V tomto období sa zemepáni snažili nadobúdať majetky na dovtedy nie stálo osídlených oblastiach. Zamerali sa na kultivovanie pôdy prostredníctvom klčovania lesov. Významnú úlohu pri rozvoji danej oblasti zohrávali i týždenné trhy. Za hospodársky rast mesta bol zodpovedný dedičný richtár.⁵⁷

V priebehu 16. storočia sa zvýšili výdavky slúžiace na protitureckú obranu, bol nedostatok obilia a zároveň narastal počet obyvateľov. Nové zdroje príjmov sa začali nachádzať práve v horských a podhorských oblastiach, v ktorých sa začali zakladať pánske majere. Produktmi majerov boli mlieko, tvaroh a pivo. V závislosti od bonity pôdy a klimatických podmienok sa majerské hospodárenie zameriavalo aj na produkciu obilia alebo chov dobytky.⁵⁸ Sociálnu situáciu obyvateľstva zhoršovali štátne a stoličné dane, ktoré museli platiť, a navyše poddaní museli odvádzať i dávky zemepánovi. Ku každej poddanskej usadlosti patrila určitá výmera pôdy. Lesy a pasienky ostali v spoločnom užívaní, čo aspoň v malej miere zlepšovalo hospodársku situáciu obyvateľov.⁵⁹

Protiturecké a protihabsburské boje charakteristické pre 17. storočie zhoršovali situáciu kysuckého ľudu, ktorý musel zásobovať cisárske i povstalecké vojská.

⁵² GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 41.

⁵³ PRIŠEGEM, J. a kol. Korene Makova, s. 28.

⁵⁴ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 18.

⁵⁵ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 46.

⁵⁶ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 46.

⁵⁷ GALVÁNEK, V. a kol., ref. 32, s. 41.

⁵⁸ PRIŠEGEM, J. a kol., ref. 53, s. 30-31.

⁵⁹ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 58.

Dochádzalo obilie, obyvatelia popredávali dobytok a boli odkázaní na zemepánov. Situácia vyhrotila do vzniku zbojníctva, ktoré sa na Kysuciach vyskytovalo i v priebehu 18. storočia.⁶⁰

Pozitívny obrat pre poddaných nastáva v druhej polovici 18. storočia. „V roku 1767 sa začala v Habsburskej monarchii urbárska regulácia, t. j. zákonné úpravy ekonomických a mimoekonomických vzťahov medzi poddanými a zemepánmi. V Trenčianskej stolici, do ktorej patrili aj Kysuce, sa začala v r. 1770.“⁶¹ Prostredníctvom deviatich otázok sa zisťoval skutočný stav pomerov medzi zemepánom a poddanými. Zmyslom urbárskej regulácie bolo zatriediť obce do 4 akostných skupín a vymedzenie povinností poddaných voči zemepánovi na základe rozlohy a kvality pôdy, ktorú poddaný užíval.⁶² „Všeobecne záväznými ustanoveniami bol zákaz poľovať a loviť ryby, možnosť mletie obilia v ľubovoľnom mlyne (nielen panskom), slobodne obchodovať s tabakom, medom, voskom, maslom či ľanom, od Michala do Vianoc slobodne čapovať vlastné víno, v horách alebo lesoch slobodne zbierať suché drevo pre svoju potrebu.“⁶³

Dôležitým aktom 18. storočia bolo zrušenie nevoľníctva, ktoré nariadil Jozef II. v roku 1785. Poddaným bolo umožnené slobodne sa sťahovať, a tak viacerí Kysučania odchádzali za prácou na Moravu, do Čiech i do vzdialenejších krajín. V tomto období vznikajú nové zamestnania, medzi ktorými vynikajú najmä drotári a podomoví obchodníci.⁶⁴

Obdobie medzi rokmi 1847 – 1852 sa nazýva skapaté roky. Hladomor postihol celé územie Kysúc. Postupne ľudia upotrebovali všetok dobytok a minuli zásoby obilia. Ľud bol nútení konzumovať trávu, žihľavu, zemiakové hľuzy a miešali piliny s otrubami. Z tejto zmesi si piekli osúchy. V dôsledku nedostatočnej stravy ľudia začali umierať na hladovú horúčku a niekoľkokrát vypukla i cholera.⁶⁵

Zrušením poddanstva v roku 1848 upadli feudálne vzťahy a do popredia sa dostáva kapitalistická forma podnikania. Na Kysuciach však k úprave vzťahov došlo až v neskoršom období, pôda i naďalej zohrávala najvýznamnejšiu úlohu v spôsobe života kysuckého ľudu.⁶⁶

⁶⁰ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 59.

⁶¹ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 50.

⁶² GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 50-52.

⁶³ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 50-51.

⁶⁴ PRIŠEGEM, J. a kol., ref. 53, s. 66-67.

⁶⁵ MARKECH, P. (zost.) Zborník Kysuckého múzea v Čadci 13/2010, s. 123-124.

⁶⁶ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 66.

Začiatkom 70. rokov 19. storočia začala výstavba košicko – bohumínskej železnice. Vďaka rýchlejšej a lacnejšej doprave surovín, výrobkov i pracovných síl železnica priniesla hospodársky rozvoj celému regiónu.⁶⁷

Po vypuknutí 1. svetovej vojny odišlo mnoho kysuckých mužov na fronty a o hospodárstvo sa museli začať starať ženy. Na poliach nemal kto pracovať a postupne dochádza k zhoršeniu sociálnych pomerov. Všetkého začalo chýbať, nebol chlieb, masť ani zemiaky. V dôsledku nevhodného stravovania sa na území Kysúc vyskytovali rôzne črevné choroby a veľa ľudí na ne zomrelo.⁶⁸

Po vzniku Česko-slovenskej republiky sa hospodárska situácia ťažko regenerovala. Životná úroveň obyvateľstva pozitívne vzrastala medzi rokmi 1923 – 1929. Ľudia zmenili štýl obliekania a začala sa výstavba murovaných domov.⁶⁹ Zvrat nastáva v zime 1929. V dôsledku mrazov boli zničené ovocné stromy i zemiaky uskladnené v pivniciach. V nasledujúcich rokoch opäť začína hospodárska kríza a stúpa počet nezamestnaných obyvateľov.⁷⁰ Úrady sa snažia nachádzať východiska zo vzniknutej situácie prostredníctvom rôznych prídellových systémov. V roku 1935 sa uskutočnila tzv. mliečna akcia pre deti. Každé dieťa dostávalo denne pol litra mlieka. Nezamestnaným sa pridelovali zemiaky, cukor, krúpy, jačmenná káva i chlieb.⁷¹

Po víťazstve socialistických strán vo februári 1948 na Kysuciach začína dominovať priemysel. Začína výstavba bytových jednotiek, budujú sa školy, vodovod, kanalizácia, k železničnej doprave pribúda autobusová.⁷² Začali vzrastať nároky na vyššiu produktivitu hospodárskej práce. Výsledkom bolo budovanie Jednotných roľníckych družstiev vo viacerých obciach na Kysuciach.⁷³

„V priebehu 20. storočia sa však aj tie najkonzervatívnejšie lokálne stravovacie tradície a návyky miestnych obyvateľov časom prispôbili novým spoločensko-politickým situáciám v súvislosti so zmenami v charaktere hlavného zamestnania, v deľbe práce kysuckých rodín a zároveň v technologickej modernizácii jednotlivých obydľí (chladničky, mrazničky, elektrické rúry, šporáky a pod.).“⁷⁴

⁶⁷ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 27.

⁶⁸ ĎURNÝ, J. (zost.), ref. 42, s. 50.

⁶⁹ PODOLÁKOVÁ, Ľ. (zost.) Krásno nad Kysucou – Prechádzky storočiami, s. 54.

⁷⁰ ĎURNÝ, J. (zost.), ref. 42, s. 52.

⁷¹ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 125.

⁷² GALVÁNEK, V. a kol., ref. 32, s. 141.

⁷³ PODOLÁKOVÁ, Ľ. (zost.), ref. 69, s. 68.

⁷⁴ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 89-90.

4. 1. 4 Kresťanstvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

Vplyv kresťanstva na spôsob života i stravovanie ľudu je zjavný. Ovplyvňovaný bol predovšetkým charakter jedál, ktoré sa jedávali počas najväčších kresťanských sviatkov, Vianoc a Veľkej noci. Počas veľkonočných dní sa svätili jedlá v kostole ešte predtým, ako sa jedli. Tradičné pečenie veľkonočného baránka má súvis s kresťanskou symbolikou, baránok predstavuje nevinnú obeť Ježiša Krista. „Na štedrovečernú večeru sa pod vplyvom cirkvi presadila ryba, pretože bola považovaná za pôstne jedlo živočíšneho pôvodu. Cirkev rozšírila do skladby vianočnej večere i konzumáciu oblátky, ktorá formou i významom pripomína hostiu – telo Pána.“⁷⁵

Cirkev taktiež stanovila pôstne obdobia i pôstne dni. Medzi bežné pôstne dni patrí streda a piatok. Jedným z najdôležitejších pôstnych období je pôstny 30-dňový advent pred Vianocami, ktorý končí polnočnou omšou na Štedrý deň. Ďalším výrazným 40-dňovým pôstom je obdobie od Popolcovej stredy do Bielej soboty. Pred alebo po skončení dlhých pôstov sa konávali najbohatšie hostiny. Počas týchto slávností sa konzumovali rôzne druhy pečiva, praženičky, klobásky a podobne.⁷⁶

Cirkev vymedzila i charakter pôstnych jedál. Povolená bola strava rastlinného charakteru, zo živočíšnej stravy sa mohli konzumovať tzv. chladnokrvné živočíchy, za aké boli považované ryby a žaby. Nesmeli konzumovať mlieko ani mliečne výrobky. Počas pôstu sa jedlá mastili najmä rastlinnými olejmi.⁷⁷

„Všeobecne sa dá povedať, že kresťanstvo výrazne zasiahlo svojím učením aj do stravovania a zaviedlo do neho prvky, ktoré natoľko zdomácnili, že ich pokladáme za tradičnú vrstvu stravy.“⁷⁸

4. 1. 5 Zamestnanie ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

„Agrárne zamestnanie tvorilo podstatný základ živobytia mnohopočetných rodín, bolo významným zdrojom výrobných síl ešte v polovici 20. storočia, a to i napriek faktu, že pre intenzívnu poľnohospodársku produktivitu neboli v oblasti Kysúc adekvátne podmienky prírodno-klimatického, či socio-ekonomického charakteru.“⁷⁹

⁷⁵ STOLIČNÁ, R. Kuchyňa našich predkov, s. 134.

⁷⁶ STOLIČNÁ, R., ref. 3, s. 34-35.

⁷⁷ STOLIČNÁ, R., ref. 3, s. 34.

⁷⁸ STOLIČNÁ, R., ref. 75, s. 134.

⁷⁹ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 111.

Možno tvrdiť, že na Kysuciach sa vo všeobecnosti pestovali pšenica, jačmeň, ovos, raž, pohánka, kapusta, kvaka, hrach, fazuľa, cibuľa, cesnak, mrkva a ľan.⁸⁰ Od konca 18. storočia sa rozšírilo pestovanie zemiakov, ktoré sa stali základnou surovinou v strave kysuckého ľudu. Z ovocných stromov prevládali hrušky, slivky a jablká.⁸¹

Vplyvom valašskej kolonizácie bol rozšírený salašnícky chov oviec, ktorý „spočíval vo výpase zvierat počas vegetačného obdobia a spracovania mliečnej produkcie od oviec.“⁸² Koncom 19. storočia chov oviec nahradil chov hovädzieho dobytku. Kravy mali bohatšie využitie, chovali sa na mliečnu produkciu, menej na mäso a slúžili aj ako záprahové zvieratá. V nasledujúcich rokoch sa ujal chov svíň na mäso, chov kôz na mlieko, chov králikov na mlieko a kožky. Z hydiny sa preferovali sliepky ako producentky vajčiek a mäsa a husi, z ktorých sa využívalo mäso i perie do perín. V niektorých kysuckých obciach sa venovalo i chovu včiel na med.⁸³

Poľnohospodárstvo a chov dobytku nestačili na zabezpečenie obživy a preto sa Kysučania snažili nájsť východisko z nepriaznivej hospodársko-sociálnej situácie vo vedľajších príjmoch. Kysuckí poľnohospodári začali chodiť na sezónne práce do južných oblastí Slovenska ale aj do zahraničia. Do styku s inými a často vyspelejšími kultúrami sa dostávali aj drotári, furmani, šindliari, lesníci, pltníci a podomoví obchodníci. V zahraničí spoznávali iné technologické úpravy jedál a taktiež konzumovali iné suroviny. Za svoju prácu získavali mzdu alebo naturálie, a tak sa stávalo, že sezónni pracovníci nosievali na Kysuce nový sortiment surovín, ako napríklad marhule, broskyne, kávu a podobne.⁸⁴

4. 1. 6 Vyst'ahovalectvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

„Ťažké životne podmienky obyvateľov Kysúc a problémy so zabezpečením základných zdrojov obživy obyvateľstva zapríčinené viacerými faktormi (neúrodná pôda, nepriaznivé klimatické podmienky, extenzívny spôsob poľnohospodárskej výroby, narastajúca rozdrobenosť pôdy, obmedzenie salašnickeho chovu dobytku po zákaze pasenie v horách, obmedzovanie obchodu s drevom) viedli k hľadaniu východiska z tejto situácie. Už v priebehu 2. polovice 18. storočia. začali obyvatelia horných Kysúc

⁸⁰ MARKECH, P. (zost.), ref. 65, s. 114.

⁸¹ Kysuce 2008 : 26, heslo Chlieb náš každodenný.

⁸² GERÁT, R. Kysuce a Kysučania, IV. zväzok – národopis, s. 31.

⁸³ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 67 a n.

⁸⁴ GERÁT, R., ref. 82, s. 8.

odchádzať na sezónne poľnohospodárske práce na Dolnú zem, kde úroda dozrievala skôr.“⁸⁵

V dôsledku vyst'ahovalectva sa mení postavenie ženy v rodine. „Odchodom mužov v priebehu 19. storočia za prácou na ženu prechádza chod hospodárstva, vyrovnáva sa jej pozícia v rodine a získava právo sedieť s mužmi za stolom.“⁸⁶

Prvé desaťročie 20. storočia charakterizoval nedostatok pracovných príležitostí, zadlženosť obyvateľstva a s tým súvisiace masové vyst'ahovalectvo do zámoria. Kysučania sa v Amerike (Kanada, USA, Argentína) usadzovali v mestách alebo pôsobili ako nekvalifikovaní robotníci v baniach. Navrátilci z Ameriky prinášali rôzne inovácie do spôsobu života kysuckého ľudu. Zaviedli používanie agrokultúrnych techník, umelého hnojiva, zakladali družstvá. Mali dostatok finančných zdrojov, preto si mohli kupovať rôzne druhy potravín, čím dochádza k zmene v skladbe jedál. Ich vplyvom do vidieckeho prostredia prenikli prvky mestskej kultúry i myšlienky národnej emancipácie.⁸⁷

4. 1. 7 Meštianstvo ako faktor vplyvu na tradičnú stravu Kysúc

Nový životný štýl bol umožnený vďaka budovaniu železníc, rozhlasov a novín, prostredníctvom ktorých bolo človeku umožnené dostávať sa do kontaktu s cudzími elementmi. Obdobie od vzniku prvej Česko-slovenskej republiky v roku 1918 do komunistického prevratu v roku 1948 možno považovať za zlatý vek meštianstva na Kysuciach. Po rozpade Rakúsko – Uhorska a následnom vzniku Česko-slovenskej republiky prichádzajú na dané územie vzdelanci z Čiech a Moravy, ktorí pochádzali z mestského prostredia. Prichádzali s vlastnými stravovacími návykmi a s novou technológiou úpravy i skladovania jedál.⁸⁸ Vplyv z českej kuchyne možno výrazne pozorovať v požívaní tradičného českého alkoholického nápoja, piva. Udomácnilo sa i konzumovanie typickej českej knedle z múky ako prílohy k mäsitým jedlám. Obl'úbenou sa stala kombinácia bravčového mäsa s knedľou a dusenou kapustou. Čo sa týka prípravy jedál, vplyvom českej kuchyne sa ujalo pečenie mäsa vo vlastnej šťave a príprava hustejších omáčok, napríklad kôprovej, paradajkovej, uhorkovej a podobne.⁸⁹

⁸⁵ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 56.

⁸⁶ MARKECH, P. (zost.), ref. 65, s. 122.

⁸⁷ GERÁT, R., ref. 82, s. 7.

⁸⁸ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 163-164.

⁸⁹ STOLIČNÁ, R., ref. 75, s. 133.

Meštianska strava bola výrazne pestrejšia a zmiešanejšia ako pôvodná strava roľníkov. Okrem českých jedál sa na Kysuciach začali pripravovať i maďarské jedlá ako paprikáš alebo perkelt. Tradičné cestoviny a zemiaky v polievkach boli nahradené novým typom tenkých rezancov z rakúskej kuchyne. Novým trendom v strave bolo konzumovanie francúzskych palacínok. Rozšíril sa sortiment ovocia o marhule, citróny, pomaranče i banány, zo zeleniny sa ujali uhorky, kel, kaleráb, karfiol, špenát, paradajka a paprika. Čo sa týka korenín a dochucovacích ingrediencií, rozšírilo sa používanie škorice, klinčekov, vanilky, fenikla, muškátového orecha i anízu. Vplyvom meštianskej stravy k vianočným jedlám pribudlo konzumovanie kapra so zemiakovým šalátom⁹⁰

Informácie o novom spôsobe života a stravovania boli čerpané z viacerých zdrojov. Dôležitú úlohu zohrávali spoločenská komunikácia s rodinami prisťahovanými po roku 1918 a práca žien ako služobných v týchto rodinách. Ženy poznávali nové suroviny, pripravovali nové jedlá, učili sa ich servírovať i jesť. Ďalšími zdrojmi stravovacích návykov boli aj rôzne spoločenské spolky (Živena), ale vznikali aj tzv. dievčenské školy, v ktorých sa dievčatá učili variť a servírovať jedlá. V tomto období sa začínajú používať prvé kuchárske knihy, ktoré súviseli najmä s prípravou dezertov a koláčov.⁹¹

4.2 Tradičná strava regiónu Kysuce

„Ľudová strava bola jedným zo základných pilierov ľudovej duchovnej kultúry.“⁹² Kysučania jedávali len to, čo si vypestovali alebo odchovali. Od rána do večera pracovali na poliach, lúkach a lesoch. Pracovnému zhonu bola prispôbená i strava, ktorá sa vyznačovala jednoduchosťou skladby a rýchlosťou prípravy. Počas najnáročnejších prác, akými boli kosenie sena, žatva alebo vykopávanie zemiakov, boli konzumované výdatnejšie jedlá, ako napríklad praženica s cibuľou a upečenou slaninou.⁹³

Medzi základné suroviny v minulosti patrili obilniny (raž, jačmeň, ovos, pohanka, pšenica), strukoviny (hrach, fazuľa, bôb), mlieko a mliečne produkty, kapusta a od 18. storočia zemiaky. Za doplnkovú zložku potravy možno uviesť ovocie a lesné plody. Stravu si miestni obyvatelia príležitostne spestrili na čierne ulovenou srstnatou alebo pernatou zverou, prípadne využili vodné zdroje a ulovili si mrenu, šťuku, pstruha alebo iného vodného živočícha. Z uvedených surovín pripravovali kaše, polievky, cestoviny, koláče

⁹⁰ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 170 a n.

⁹¹ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 187.

⁹² PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 355.

⁹³ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 175.

a chlieb na viacero spôsobov. Rozšírený bol chov hospodárskych zvierat, ktoré sa využívali najmä na mliečnu produkciu. Mäso a mäsové výrobky sa jedávali len príležitostne, buď v nedeľu alebo počas sviatkov.⁹⁴

Vývoj slovenskej a zároveň i kysuckej kuchyne v priebehu 19. a 20. storočia ovplyvnili tri hlavné činitele. „Prvým, vznášajúcim zásadnú zmenu do ľudovej stravy (súčasne aj do slovenskej kuchyne), je rozšírenie a zdomácnenie novších poľnohospodárskych kultúrnych plodín v prvej polovici 19. storočia – zemiakov, kukurice, cukrovej repy (a tabaku). K ďalšej významnej zmene došlo v súvislosti so zdokonalením techniky mletia a so zlepšením dopravných pomerov. Konečne posledným činiteľom vplyvujúcim na premeny v ľudovej kuchyni a strave je víťazstvo socializmu v krajine. Vo všetkých troch prípadoch teda zmeny v ľudovej kuchyni a strave úzko súviseli s významnými zmenami vo výrobných a spoločenských pomeroch.“⁹⁵

4. 2. 1 Obilniny a jedlá z obilnín

Medzi najstaršie suroviny, ktoré sa spracovávali najmä varením a pečením, patrili obilniny. Na Kysuciach sa dopestovala pšenica, raž, pohanka i proso. Drsné klimatické podmienky priaznivo pôsobili na pestovanie jačmeňa a ovsu. Koncom 18. storočia sa na danom území začala pestovať ikrica, ktorá na Kysuce prenikla z Moravy. Obilnín sa urodilo toľko, aby užívali obyvateľstvo a zároveň slúžili ako zásoba na nasledujúceho siatia.⁹⁶

Obilie sa mlelo ručne v domácnostiach alebo v miestnom mlyne. „Medzi staré techniky drvenia a mletia obilia patrí používanie ručnej drevenej stúpy, ktorou sa obilie drvilo úderom – tĺklo sa.“⁹⁷ Táto technika bola výsadou žien. Od konca 19. storočia sa začali používať liatinové a mosadzné mažiare. Najčastejšie používanou technikou bolo rozomielanie v žarnove, ktorý pozostával z horného a dolného kameňa. Medzi kameňmi sa mlelo obilie podľa potreby na krúpy, krupicu alebo múku. „Jemnejšia múka sa pripravovala z raži. Krúpy sa robili z prosa a pohánky.“⁹⁸

Najváženejšou a najchutnejšou plodinou bola pšenica. Schopnosť dopestovania závisela od nadmorskej výšky, hranicu tvorilo 650 metrov nad morom. Múka zo pšenice

⁹⁴ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 57 a n.

⁹⁵ FILOVÁ, B. a kol., ref. 13, s. 845-846.

⁹⁶ Kysuce 2008 : 26, heslo Ako sa varilo a pieklo.

⁹⁷ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 172.

⁹⁸ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 172.

bola najvhodnejšia na pečenie chleba, ale keďže sa jej veľa neurodilo, kombinovala sa napríklad s ražnou múkou. Taktiež tradičná kysucká kaša, pučky, bola najchutnejšia zo pšenice. Múka sa využívala i na pečenie svadobných koláčov, kachličiek, ktoré boli plnené tvarom, lekvárom alebo dusenými hruškami, podľa ktorých sa koláče volali aj hruščoky. Možno tvrdiť, že „pšeničná múka bola základom prípravy sviatočného a slávnostného chleba, pečiva, kaší a cestovín.“⁹⁹

Raž, tak ako aj pšenica, je vhodným základom do chleba, pretože obsahuje dostatok lepku a tým dodáva chlebu dobrú pečivosť. Kombinácia ražnej a pšeničnej múky zaručovala trvanlivosť chleba, a tak niekde vydržal aj dva týždne. Ľudia, ktorí si mohli dovoliť cukor, vyrábali z raže alkoholické nápoje, víno alebo pálenku. Na Kysuciach sa pestovala špeciálna odroda raže, ikrica. Jedlá z nej boli sladšie a jemnejšie. Z ikrickej múky sa varili napríklad trhané halušky a polesniki.¹⁰⁰

Na Kysuciach sa dobre darilo i jačmeňu a to najmä pre jeho krátky vegetačný cyklus, ktorý trval dva mesiace. Napriek tomu, že jačmeň neobsahuje dostatok lepku, pridával sa do chlebového cesta. To spôsobovalo popraskanosť a mrvivosť chleba. Jačmeň zúžitkovávali najmä vo vysokohorských oblastiach, v ktorých sa nepestovala pšenica. Z jačmennej múky sa varili pučky a namiesto chlebov sa piekli veľké osuchy. Od klasických osuchov sa líšili tým, že sa do cesta pridávali kvasnice. Jačmenné krúpy mali svoje využitie počas zabíjačiek, vytvárala sa z nich kašovitá náplň do jaterníc.¹⁰¹

V časoch neúrody ľudia konzumovali na pestovanie nenáročný ovos, ktorý bol využívaný aj na kŕmenie ťažných zvierat alebo ako platidlo za služby furmanom. Pre ľud žijúci vo vysokohorských oblastiach bol ovos najdôležitejšou zložkou stravy, upotrebovali ho na pučky, osuchy alebo aj ako zápražku do omáčok. Táto plodina bola jedinou obilninou vhodnou na jedenie i v surovom stave a preto ho konzumovali pastieri na horských salašoch alebo šestonedieľky. Ovos stačilo zaliať vodou a bol pripravený na požívanie. V priebehu 20. storočia všestranná funkcia ovsa zaniká.¹⁰²

Predpokladá sa, že počas tureckých vojen sa na územie Kysúc dostal ďalší druh obilniny, pohánka. Teória vychádza z názvu samotnej obilniny, z ktorej sa varila pohanská kaša a tak ju ako prví údajne jedávali pohania, tureckí moslimovia. Kysucký ľud z pohánky varieval kaše vo vode i v mlieku a ako omastok používal maslo alebo

⁹⁹ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 358.

¹⁰⁰ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 117-118.

¹⁰¹ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 118.

¹⁰² GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 119.

rozškvarenú slaninu. „Väčšina pamätníkov potvrdzuje, že sa pohánka konzumovala ešte v 50. rokoch 20. storočia.“¹⁰³

Proso sa považuje za klasickú slovanskú plodinu, ktorá bola najvhodnejšia na prípravu kaše. Oblíbená bola zapekaná prosná kaša so slivkovým lekvárom alebo sušeným ovocím. Zavádzaním nového spôsobu stravovania v 2. polovici 20. storočia sa vytráca proso zo stravy kysuckého ľudu.¹⁰⁴

Spolu so zemiakmi sa na územie Kysúc dostáva kukurica, ktorá bol považovaná za chudobné jedlo pre chudobných ľudí. Kukurica sa na Kysuciach nepestovala, obyvatelia si ju museli kupovať. Varila sa z nej kaša kukuričanka, ktorá sa pripravovala na sladko s cukrom alebo na slano so slaninou.¹⁰⁵

„V priebehu 20. storočia sa do jedálneho lístka postupne dostávala ryža, kupovaná v obchodoch ako lacná surovina. Často nahrádzala staršie obilniny: proso, jačmenné a ovsené krúpy. Najobľúbenejšie jedlá z ryže boli sladké kaše varené v mlieku. Po 2. svetovej vojne sa ryža začala používať na výrobu plnky do jaterníc, tiež ako príloha k mäsitým jedlám.“¹⁰⁶

Jedlá z obilnín patria k najstarším a zahrňujú kašovité jedlá, jedlá z nekysnutého cesta pripravené pečením alebo varením a jedlá z kysnutého cesta, z ktorých sa na prvom mieste v kysuckej rodine nachádzal chlieb.¹⁰⁷

4. 2. 1. 1 Kaše

Kaše boli obľúbené práve pre ich rýchlu prípravu, sýtosť a jednoduchosť. Najznámejšou a dá sa povedať že i kultovou kysuckou kašou boli pučky.¹⁰⁸ Za kultovú sa označuje preto, lebo v niektorých oblastiach Kysúc pretrvávalo konzumovanie pučiek z jednej misy do 70. rokov 20. storočia. V závislosti od lokality a zásob obilia sa pučky pripravovali z ražnej, pšeničnej, ovsenej alebo jačmennej na hrubo namletej múky, ktorá sa nasucho pražila. Práve pražením sa táto kaša odlišuje od ostatných kaší. Keď začala múka červeniť, zaliala sa vodou, mliekom, alebo zmesou vody a mlieka. Následne sa miešala do zhustnutia. Pučky sa jedávali z jednej misy, v strede sa vytvorila jamka, do ktorej sa naliala

¹⁰³ MAREC, J. Ľudová strava na Horných Kysuciach, s. 77-78.

¹⁰⁴ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 359.

¹⁰⁵ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 119.

¹⁰⁶ Kysuce 2008, ref. 96.

¹⁰⁷ ĎURNÝ, J. (zost.), ref. 42, s. 28.

¹⁰⁸ V niektorých lokalitách sa púčkami nazývali cestoviny pripravené z cesta z múky a vajec. Jedávali sa poliate maslom a posypané makom.

rozškvarená slanina alebo maslo. Takto upravený pokrm sa volal pučky na studženu, čiže na studničku.¹⁰⁹ Istý fenomén v príprave tejto kultovej kaše badať v Korni, kde pučky varili na sladko, do rozškvareného masla pridávali med.¹¹⁰

Ďalšou obľúbenou kašou bola tzv. Ježiškova kaša, ktorá sa servírovala počas štedrej večere. Inou pre Kysuce taktiež typickou kašou bola pohánková kaša. Pohánka sa najskôr nechala napučať vo vode a potom sa 15 minút varila. Kaša sa podávala poliata sladkým mliekom alebo roztopeným maslom. Buď sa jedávala samotná alebo sa ku kaši pridali zemiaky, soľ, majorán, čierne korenie, cesnak a všetko sa niekoľko minút pieklo v pekáči.¹¹¹

„Kaše z ostatných obilnín sa varievali takmer uniformne. Viac, či menej nahrubo pomletá múka, alebo krupica, či krúpy (kupované) sa zavárali do vriacej vody, mlieka, alebo sa nasucho pražili a potom zalievali. Mastili sa rozlične. Maslom, rozškvarenou slaninou a oškvarkami, ba dokonca aj hovädzím lojom. Niekedy sa na kaše urobila zásmažka z omastku, cibule a trochy múky.¹¹²

4. 2. 1. 2 Cestoviny

Rozšíreným múčnym jedlom v tradičnej kysuckej strave boli i cestoviny. Najstaršia príprava cestovín spočívala vo formovaní cesta rukami a následného hádzania do vriacej vody. „Novším spôsobom je krájanie cesta do rôznych tvarov, pretláčanie cez otvory a plnenie cestovín.“¹¹³

Najtypickejšou kysuckou cestovinou boli halušky. V závislosti od lokality sa vyskytujú rôzne spôsoby prípravy i servírovania halušiek. Cesto bolo tvorené múkou, postrúhanými varenými alebo surovými zemiakmi a miestami i vajíčkom. Halušky sa jedávali s bryndzou, tvarohom, praženou kapustou alebo posypané opraženou slaninou.¹¹⁴ Využívali sa aj na zahustenie polievok. V Turzovke – Hlinenom badať zaujímavú modifikáciu v haluškovom ceste, do ktorého pridávali najemno postrúhané surové jablká.¹¹⁵

¹⁰⁹ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 361.

¹¹⁰ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 120.

¹¹¹ STOLIČNÁ, R., ref. 75, s. 166.

¹¹² GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 120-121.

¹¹³ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 172.

¹¹⁴ Kysuce 2008, .ref. 38.

¹¹⁵ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 121.

Z múky a vody sa vypracovalo cesto, ktoré sa po vyformovaní postupne trhalo do vriacej vody alebo mlieka. Takto uvarené cestoviny nazývané škubanky alebo trhance sa jedávali posypané syrom a omastené rozškvařenou údenou slaninou. Pridaním vajička do múky a vody vzniklo cesto, ktoré sa rukami drvilo do vriaceho mlieka. Pripravené cestoviny mali názov melence, drobance, švalčky, mrvenička. Buď sa omastili maslom a skonzumovali alebo sa použili na zahustenie polievky.¹¹⁶

V priebehu 20. storočia sa začínajú variť i rezance, ktoré sa jedávali ako samostatné jedlo premiešané makom, lekvárom, tvarohom i slaninkou, ale slúžili aj na zahusťovanie mäsových polievok. Z rezancového cesta sa robievali tašky, ktoré sa pripravovali na sladko plnené lekvárom alebo na slano plnené tvarom alebo mäsom. Tašky sa jedávali v nedeľu na obed. Sladkou novotinou 20. storočia boli i dnes známe buchty na pare plnené tvarohom alebo lekvárom. Vyskytovali sa i v nesladkej forme, v ktorej sa nazývali knedle, a slúžili ako príloha k mäsu.¹¹⁷

4. 2. 1. 3 Chlieb

Chlieb bol považovaný za boží dar, bol najuctievanejšou potravou. K príprave i konzumácii chleba sa viazalo veľa zvykov. Do polovice 20. storočia sa pekával doma, potom sa kupoval. Pečenie chleba bolo výsadou gazdinej, piekol sa väčšinou v sobotu a naraz sa pripravilo aj päť bochníkov.¹¹⁸

Cesto sa pripravovalo najčastejšie z jačmennej, pšeničnej alebo ražnej múky, prípadne ich kombináciou. Pridali rascu, soľ, kvások, uvarené postrúhané zemiaky a cesto nechali v drevenom koryte vykysnúť. Vykysnuté cesto sa vyformovalo do okrúhleho tvaru a naukladalo do slamienok. Gazdiná chlieb poumývala a dala piecť do vopred vykúrenej pece.¹¹⁹

V Turzovke – Hlinenom i v Korní možno pozorovať istý variant chleba, ktorý bol plnený hruškovou plnkou. Usušené poľné hrušky sa prevarili na hustú kašu a naukladali na vrch vykvaseného chleba. Kaša sa vnorila do cesta a takto inovovaný chlieb sa dal piecť.¹²⁰

¹¹⁶ ZIGMUND, J.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 34, s. 67.

¹¹⁷ Kysuce 2008 : 26, heslo Nielen chlebom živý je človek.

¹¹⁸ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 359-361.

¹¹⁹ Kysuce 2008, ref. 38.

¹²⁰ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 123.

Ženy začiatkom 40. rokov 20. storočia už neovládali pečenie domáceho chleba. „Do istej miery táto skutočnosť odrážala modernizačné trendy, kedy sa rozľahlé pece v kuchynských kútoch substituovali priemyselnými šporákmi so samostatnými rúrami.“¹²¹

4. 2. 1. 4 Pečivo a dezerty

Z vykysnutého, na tenko vyvaľkaného cesta sa pripravovalo obľúbené kysucké pečivo, kachličky. Boli to buchty plnené tvarohom alebo lekvárom. Niekedy sa plnili udusenou kapustou, vtedy sa nazývali kapušňoky, alebo aj rozvarenými hruškami, vtedy sa nazývali hruščoky. Kachličky sa piekli na rôzne slávnostne udalosti, najmä na svadby.¹²²

Obľúbeným múčnikom z jemnej múky bola tzv. baba, ktorá sa piekla z kysnutého cesta pozostávajúceho z mlieka, múky, cukru a vajca. V niektorých lokalitách babu potierali lekvárom alebo maslom. Podobným koláčom bol tzv. treľňok, ktorý sa pripravoval z hrubej múky. Na žiadnej svadbe nesmela chýbať kysucká vianočka nazývaná aj koloč. Cesto obsahovalo mlieko, kvások, vajce, cukor, bielu múku a občas boli pridávané aj sušené hrozienka. Výdobytkom 19. a najmä 20. storočia boli rôzne záviny a štrúdle plnené jablkami, makom, tvarom a príležitostne i kakaom. Fašiangovým fenoménom sú šišky plnené lekvárom a smažené v masle.¹²³

„V 20. storočí začali prenikať do ľudovej kuchyne aj jemnejšie druhy pečiva a koláčov pečené na tuku. Tradičné pečivo začali nahrádzať cukrárenské výrobky ako torty a zákusky a niektoré dedinské ženy ich preto začali piecť vo veľkom na svadby a iné životné udalosti v rodinách“¹²⁴

4. 2. 2 Okopaniny

Na Kysuciach sa pestovala odroda krmnej repy, kvaka, ktorá bola typická pre chudobnejšie vrstvy obyvateľstva. Pre svoju sladkastú chuť bola vhodnou ingredienciou na prípravu polievok a omáčok. Pomerne bežné bolo jedenie na kolieska nakrájanej kvaky, ktoré sa posolili a upiekli na horúcej platni.¹²⁵

¹²¹ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 92.

¹²² GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 124.

¹²³ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 123-124.

¹²⁴ Kysuce 2008, ref. 117.

¹²⁵ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 93.

Od konca 18. storočia sa do tradičnej kysuckej stravy začlenili zemiaky.¹²⁶ Skalnatá, na živiny chudobná kysucká pôda bola vhodná na pestovanie zemiakov vo veľkom. Pripravovali a konzumovali sa na rôzne spôsoby. Vo zvyku bolo prikusávať vcelku varené alebo pečené zemiaky ku kapustovým alebo mäsitým jedlám. Používali sa na prípravu polievok a z nastrúhaných varených alebo surových zemiakov sa pripravovali osobité jedlá. V obľube bolo zapíjať zemiaky kyslým alebo sladkým mliekom.¹²⁷

Najobľúbenejším jedlom boli zemiakové placky.¹²⁸ Cesto sa robievalo prevažne zo surových zemiakov, ale vyskytuje sa príprava i z uvarených zemiakov. K nastrúhaným zemiakom sa primiešala múka, soľ, cesnak, majoránka a ak bolo, tak i vajíčko. Zemiakové placky sa piekli na kapustnom liste, v peci po upečení chleba alebo na rozohriatej platni.¹²⁹

4. 2. 3 Strukoviny

Pokrmy zo strukovín tvorili dôležitú zložku stravy. V kombinácii s údeným mäsom a vajcom sa strukoviny považovali za výdatné jedlo, ktoré sa konzumovalo hlavne počas náročných pracovných úkonov. Tento typ stravy bol výrazne v obľube u drevorubačov, ktorí si jedlá zo strukovín brávali so sebou v čase, keď odchádzali za prácou.¹³⁰

Na Kysuciach sa zo strukovín pestovali najmä hrach, bôb a fazuľa. Hrach je najstaršou strukovinou vyskytujúcou sa na danom území. Konzumoval sa v stave mliečnej zrelosti, bol sladký a preto si ho obľúbili najmä deti. Príležitostne sa jedával varený a ochutený soľou a majoránkou. Na Štedrý deň sa varievala vilija alebo inak nazývaná aj bryja, bola to polievka z hrachu a sušeného ovocia, najmä z hrušiek a sliviek.¹³¹

Bôb sa pestoval veľmi zriedkavo a konzumoval sa v čase núdze. Nechával sa napučať vo vode, potom sa osolil, zasmažil masťou a múkou a zalial studenou vodou. Takto pripravená bôbová kaša nepatrila medzi obľúbené pokrmy.¹³²

Fazuľa sa jedávala vo forme kaše alebo hustej polievky. Varila sa, pokiaľ nezmäkla. Potom sa pridala soľ a zátrepka zo smotany a múky. K takto pripravenej polievke sa jedávali zemiaky, neskôr i fašírky z mäsa a žemlí. V zime sa varil iný variant polievky. Fazuľa „sa varila na kyslo, zasmažená s cibuľou, ale zároveň aj zatrepaná

¹²⁶ Zemiaky sa nazývali aj zemňoki, zemňočki, zemki.

¹²⁷ GACÍK, M. (zost.), ref. 45, s. 113.

¹²⁸ Uvádzajú sa aj ako podlistníky, podlesníky, haruľa, poľešniki, poľešňoki, osuški, pľacki a poľesníky.

¹²⁹ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 129-130.

¹³⁰ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 94.

¹³¹ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 131.

¹³² MAREC, J., ref. 103, s. 130.

smotanou. Pridávali sa údené rebrá, suché slivky, zemiaky, alebo všetko dokopy, alebo nič. Jedla sa s chlebom.¹³³

4. 2. 4 Zelenina a ovocie

V štruktúre tradičných jedál sa zelenina charakterizuje ako doplnková pochutina. Medzi pomerne bežne pestovanú zeleninu možno zaradiť kapustu, kvaku, cibuľu, cesnak, mrkvu, petržlen a hlávkový šalát. Vo všedné dni, v nedeľu i cez sviatočné dni sa varili zeleninové polievky a prívarky.¹³⁴

Kapusta a zemiaky boli najčastejšie používané suroviny do kysuckých jedál. Kapusta sa konzumovala varená, surová, dusená, kvasená i smažená. Najčastejšie bola využívaná kvasená kapusta. Pridávala sa k haluškám a do koláčov, varili sa z nej polievky aj prívarky.¹³⁵ Oblúbená bola polievka nazývaná kapustnica. Pripravovala sa zo šťavy z vykvasenej kapusty, varených zemiakov, suchých húb a v niektorých lokalitách ju zasmažili múkou a maslom. Podľa príležitosti sa varila s mäsom a klobásou.¹³⁶

V súvislosti s modernizáciou agrárnej výroby v druhej polovici 20. storočia sa začali pestovať ďalšie druhy zeleniny, ako napríklad špenát, tekvica, kaleráb, uhorky i rajčiaky¹³⁷

Na území Kysúc sa neurodilo veľa druhov ovocia. Spočiatku rástli slivky, hrušky, jablká a čerešne, koncom 19. storočia sa začalo dariť ríbezliam a egrešom. Slivky, hrušky a jablká sa spracovali na sušené ovocie alebo na lekvár. Sušené ovocie sa upotrebovalo do polievok (napríklad bryja), prívarkov alebo koláčov. Lekvár sa uskladňoval v hlinených nádobách, vychladnutý sa potrel vrstvou bravčovej masti, aby neplesnival. Využívaný bol ako plnka do koláčov alebo sa jedol pomiešaný s rezancami.¹³⁸

Ľudia si spetrovali stravu i lesnými plodmi. Zbierali sa čučoriedky, maliny, ostružiny, jahody, černice. Z černicového, jahodového, malinového i čučoriedkového listu sa varil čaj. Z ostružín v niektorých lokalitách vyrábali víno.¹³⁹

¹³³ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 131.

¹³⁴ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 173.

¹³⁵ ZIGMUND, J.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 34, s. 65-66.

¹³⁶ PAŠTRNÁK, L. a kol., ref. 46, s. 363.

¹³⁷ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 93.

¹³⁸ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 138.

¹³⁹ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 203.

4. 2. 5 Mäso a produkty z mäsa

V minulosti sa získavalo mäso z hospodárskych zvierat, ktoré si Kysučania sami chovali. V priebehu 19. storočia v niektorých lokalitách dominovala v strave baranina a jahňacina, avšak význam ovčieho mäsa zanikol pred 1. svetovou vojnou v dôsledku zániku rozsiahlejšieho chovu oviec. Vo všeobecnosti možno tvrdiť, že kysucký ľud uprednostňoval mäso z ošípaných a hovädzí dobytok bol využívaný na produkciu mlieka. Miestami sa vyskytuje konzum hydinového mäsa z kačíc, husí a zriedkavo i perličiek. Zaznamenaný je i výskyt zajačieho či králičieho mäsa a mäsa z holubov. Spestrením stravy bola i rybacina najmä zo pstruhovitých rýb.¹⁴⁰

Mäsové jedlá sa jedávali v nedeľu, v období sviatkov, ak sa na ne nevzťahovali pôstne zákazy, a v čase veľkých poľných prác, akými bola oračka, seno, žatva alebo mlatba. Tradičnými kuchárskymi postupmi pri príprave mäsových pokrmov boli varenie, pečenie, dusenie a od polovice 20. storočia i vyprážanie.¹⁴¹

Mäso a základné mäsové produkty vznikali počas zabíjačiek, ktoré sa uskutočňovali prevažne v zimnom období, pred Vianocami a počas fašiangových dní. Hlavnými zabíjačkovými výrobkami boli huspenina, tlačienka, klobásy a jelitá. Pravá kysucká huspenina sa pripravovala z bravčových koží a nožičiek, varila sa s korením a majoránom, pokiaľ nevznikla glejovitá polievka. Konzumovala sa stuhnutá s chlebom. Plnka do jelít pozostávala z ryže alebo jačmenných krúp, z mletého vareného mäsa, cesnaku, majoránky, čierneho i nového korenia a krvi pomiešanej so soľou. V niektorých domácnostiach do jelít nepridávali krv. Menej kvalitné mäso sa dalo spolu s kožkami variť, potom sa nakrájalo a premiešalo s novým a čiernym korením, cesnakom, majoránom a soľou. Zmes sa natlačila do žalúdka alebo močového mechúra, uvarila sa a vzniknutá tlačienka bola pripravená na požívanie. Klobásky pozostávali z nakrájaného mäsa a slaniny, sladkej červenej papriky, korenia, rasce, cesnaku a soli. Mäso, ktoré sa priamo nezužiteľovalo, sa solením a údením konzervovalo.¹⁴²

¹⁴⁰ ZIGMUND, J.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 34, s. 66.

¹⁴¹ ZIGMUND, J.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 34, s. 66.

¹⁴² GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 135-136.

4. 2. 6 Mliečne výrobky

„Mliečne jedlá často nahrádzali mäso a ich základ tvorilo mlieko – kravské, ovčie alebo kozie. Ich každodenný výskyt v strave súvisel s rozšíreným chovom dobytká.“¹⁴³

Maslo sa vyrábalo z kravského mlieka, ale v niektorých oblastiach je zaznamenané mútenie i kozieho mlieka. Mlieko sa nechalo na 2 dni odstať. Na povrchu sa vytvorila vrstva smotany, ktorá sa odobrala do maselnice. Zmútené maslo sa vybralo, poumývalo a vyformovalo väčšinou do okrúhlej alebo kvádrovej hrudky. V niektorých oblastiach sa maslo zdobilo rastlinnými alebo inými motívmi. V domácnosti sa používalo ako omastok. Druhotným produktom z mútenia masla bol cmar, ktorý sa používal na zapíjanie jedál, varenie mliečnych kyslých polievok alebo na mastenie kaší, zemiakov a chleba.¹⁴⁴

Tvaroh sa vyrábala z kysnutého mlieka, z ktorého už bola smotana odobratá. Mlieko sa ohrievalo na platni pokiaľ sa tvaroh neoddelil od srvátky. Pre úplné dokončenie výroby tvarohu bolo potrebné zabaliť ho do plachty a nechať odkvapkať srvátku. Z tvarohu sa pripravovali plnky a posýpky buchiet i koláčov. Zo srvátky vzniknutej v procese tvorby tvarohu sa vyrábali kyslé polievky, napríklad tzv. mľekova poľefka.¹⁴⁵

Z ovčieho mlieka sa vyrábala syr a bryndza, ktorá sa v kysuckej strave objavovala sporadicky. Syr sa vyrábala aj z kozieho i kravského mlieka. Výrobný proces syra pozostával z ohrievania čerstvého mlieka, do ktorého sa pridalo syridlo. Keď sa začali tvoriť hrudky, mlieko sa vylialo do plátenného vrečka a to sa zavesilo do komory. Novšími produktmi z mlieka boli oštiepky a korbáčiky.¹⁴⁶

4. 2. 7 Doplnkové suroviny

Prevažne v letnom období sa pred namáhavou prácou konzumovali výdatné jedlá z vajíčok. Boli jednou z ingrediencií pri príprave cestovín, pečiva a koláčov. Na Kysuciach sa z vajíčok pripravovala praženica s cibuľou, slaninou a rascou, ale používali sa i na zahusťovanie polievok. Chudobní ľudia využívali vajíčka ako trhový artikel.¹⁴⁷

Najdôležitejšou prísadou na dochucovanie jedál bola soľ. V časoch intenzívneho ovčiarstva sa jej najviac spotrebovalo pri výrobe bryndze a iných syrových výrobkov.

¹⁴³ Kysuce 2008 : 21, heslo Mäso vo sviatok, mlieko každý deň.

¹⁴⁴ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 108.

¹⁴⁵ Kysuce 2008, ref. 143.

¹⁴⁶ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 174.

¹⁴⁷ Kysuce 2008, ref. 143.

Dôležitú funkciu soľ plnila pri konzervovaní mäsa. Na lúkach voľne rástla rasca, ktorá bola po soli základným dochucovadlom. Zbierala sa koncom leta a po vysušení sa spotrebovávala. Kupovalo sa čierne a nové korenie, mletá červená paprika, škorica a klinčeky. Za koreniny sa považovali i cibuľa a cesnak. Najstarším sladidlom na svete je med. Cukor sa pridával do koláčov a používal sa na sladenie kávy aj čaju. Cukor bol potrebný i pri výrobe alkoholických nápojov.¹⁴⁸

V dôsledku dostatočných zrážok na celých Kysuciach rástli huby. Ľudia zbierali dubáky, suchohríby, rýdziky, kuriatka, plávky aj kozáky. „Huby sa sušili na peci a ukladali do zásoby. Surové sa opekali na platni, na ohni, z niektorých sa varila polievka. V čase núdze chodili miestni obyvatelia čerstvé huby a tiež niektoré druhy lesného ovocia predávať na trh do Žiliny.“¹⁴⁹

4. 2. 8 Nápoje

Tekutinou, ktorá najefektívnejšie uhasila smäd, bola voda. Často sa pili odvary z listov lesných plodín alebo z korenkov. Z ovocia kysuckí obyvatelia vyrábali mušty a rôzne sirupy. Na zasýtenie a zároveň i uhasenie smädu slúžilo sladké i kyslé mlieko. Dominovalo kravské mlieko, ale požívalo sa aj kozie a ovčie mlieko.¹⁵⁰

Od začiatku 20. storočia sa na Kysuciach rozšírilo pitie kávy a čaju. Čaj sa varil hlavne k poľným prácam. Počas jari a jesene, keď už vonku bývala zima, sa do čaju pridával rum, slivovica alebo víno. Z Korne je zaznamenané pitie čaju tak, že sa v ústach držala kocka cukru.¹⁵¹

Káva bola považovaná za nápoj šľachty a mešťanov. Chudobnejšie vrstvy obyvateľstva hľadali rôzne varianty prípravy kávy z dostupných surovín. Na trh sa dostala cigória z upraženého a pomletého koreňa čakanky obyčajnej. Niekedy sa pridávala upražená pomletá pšenica a sladidlo. MELTA bola ďalšou známou kávovinou. Pozostávala z upraženého sladového jačmeňa, cukrovej repy a koreňa čakanky. MELTA aj cigória sa varili vo vode alebo sa pridávali do prevareného mlieka. Pijavali sa ochutené cukrom.¹⁵²

Medzi tradičné kysucké nápoje sa radia i alkoholické nápoje. Na uhasenie smädu sa bežne konzumovalo pivo. Víno sa vozievalo z Dolniakov alebo sa produkovalo

¹⁴⁸ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 139-140,

¹⁴⁹ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 171.

¹⁵⁰ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 174-175.

¹⁵¹ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 140.

¹⁵² MAREC, J., ref. 103, s. 165-166.

z lesných a záhradných plodov. Zo zemiakov sa destilovaním vyrábala pálenka nazývaná kvit. Ryžovica sa páčila z raže a cukru, ktoré sa museli nechať skvasiť. Kysuce boli charakteristické produkciou ovocných domácich liehovín.¹⁵³

4. 2. 9 Spôsob stravovania a stolovania počas dňa

Na Kysuciach prevládalo konzumovanie stravy trikrát denne. Výnimkou boli obdobia namáhavejších prác, kedy sa okrem raňajok, obeda a večere jedávala desiata aj olovrant. Raňajky¹⁵⁴ boli podávané v skorej rannej hodine. Jedávala sa kapusta so zemiakmi, halušky alebo múčne jedlá, v bohatších rodinách chlieb s maslom. Na obed¹⁵⁵ sa preferovali polievky z fazule, hrachu alebo kyslej kapusty. Z múčnych jedál sa podávali halušky alebo pučky. Na večeru boli pripravované kaše, zemiakové placky, pečené alebo varené zemiaky zapíjané s mliekom.¹⁵⁶

Stolovanie zodpovedalo tradičnému modelu patriarchálnej rodiny. Vrch stola, považovaný za čestné miesto, prináležalo gazdovi. Po pravej ruke sedával najstarší syn, respektíve gazdov nástupca. Nasledovali ostatní synovia v závislosti od veku. Deti sedávali na klátkoch okolo stola, na lavici pri peci alebo na prahu a jedlo dostávali do malých misiek. Ženy sa stravovali postojacky alebo sedeli s deťmi na lavici pri peci. Typické bolo jedávanie z jednej misy. Tento spôsob stravovania sa uplatňoval do polovice 20. storočia. Z misy si členovia rodiny odoberali jedlo s vlastnou drevenou lyžicou. Gazdiná mala za úlohu usmerňovať priebeh jedenia, dbala na rovnomerné stravovanie všetkých členov a keď to bolo potrebné, dopĺňala misu. Niektoré jedlá sa konzumovali rukami, napríklad buchty a zemiaky. V prípade, že v dome žilo spolu viacero rodín, každá sa stravovala samostatne. „Výnimku tvorili významné sviatočné príležitosti tak výročného, ako aj rodinného charakteru, kedy sa dbalo na spoločné stravovanie ako výraz súdržnosti viacpočetnej rodiny.“¹⁵⁷

„Zmeny v tradícii stolovania súviseli so zmenami v postavení ženy v rodine, charaktere zamestnaní, ako aj pod vplyvom iných – mestských – kultúrnych vzorov, čo sa

¹⁵³ GAJDIČIAR, I. (zost.), ref. 41, s. 141.

¹⁵⁴ Raňajky sa nazývali ako frištuk, raňajki, snídaňi a varianty.

¹⁵⁵ Vyskytuje sa aj pomenovanie poledňe

¹⁵⁶ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 171.

¹⁵⁷ ĎURNÝ, J.-PRIEČKO, M., ref. 49, s. 90.

prejavovalo najmä od konca 19. storočia v lepšie situovaných rodinách (napr. železničiarov).¹⁵⁸

4.3 Obradové kysucké jedlá

Obradové jedlá sa pravidelne pripravovali pri významných udalostiach v živote človeka (narodenie dieťaťa, svadba, úmrtie a podobne) a počas výročných sviatkov. Organizovali sa slávnosti, ktorých význam sa umocňoval aj jedlom a pitím. Vyznačovali sa spoločným stravovaním mužov i žien pri jednom stole ale aj napríklad svätením jedál v kostole.¹⁵⁹

Počas svadby sa pripravovali obradové jedlá, ktoré mali novomanželom zabezpečiť prosperitu, šťastie a plodnosť. Po sobáši sa ponúkala kapustnica, baraní guláš alebo hovädzia polievka. V neskoršom období sa zaužívalo podávanie vareného hovädzieho a kuracieho mäsa. Koncom 70. rokov 20. storočia sa začalo pripravovať pečené mäso. Zo sladkých jedál boli podávané koláče z kysnutého cesta s tvarohovou, jablkovou, slivkovou a v bohatších rodinách i s makovou náplňou. Občas sa konzumovala aj krupicová kaša. Na svadbe sa jedávalo zo spoločných mís, ktoré sa posúvali po stole. Z nápojov sa najčastejšie podávala domáca pálenka alebo víno.¹⁶⁰

Krstiny boli dôležitou udalosťou v živote človeka. Kmotra chystala omastenú krupicovú alebo ryžovú kašu s oškvarkami, mäso, koláče, bochníky chleba a pálenku. Okrem týchto jedál sa na krstinách podávala aj kuracia polievka.¹⁶¹

Obdobie od Troch kráľov po Popolcovú stredu sa nazýva fašiangy. V minulosti to bolo obdobím osláv, svadiieb a zabíjačiek. Vo väčšom množstve sa konzumovali mäso a mäsové výrobky, najmä produkty zo zabíjačiek – jelitá, klobásy, huspenina, tlačienka. Do dnešných čias sa zachovalo smaženie šišiek, ktoré sa považujú za tradičné fašiangové jedlo.¹⁶²

Pre veľkonočné sviatky bolo typické konzumovanie jedál z vajícok, napríklad praženice. Po dlhom pôste sa mohli začať jesť mäso a mäsové výrobky, preferované boli bravčovina, baranina, šunka a slanina. Okrem rôznych sladkých koláčov a kaší sa

¹⁵⁸ GERÁT, R., ref. 82, s. 39.

¹⁵⁹ Encyklopédia ľudovej kultúry Slovenska 1, s. 421, heslo Obradové jedlo.

¹⁶⁰ Kysuce 2008 : 12, heslo Keď veselosť i zármutok za stolom sedeli.

¹⁶¹ Kysuce 2008, ref. 160.

¹⁶² PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 175-176.

v hlinenej forme pekával veľkonočný baránok. Baránok sa i v súčasnosti objavuje na veľkonočných stoloch.¹⁶³

Ku koncu roka sa slávil vianočné sviatky, ktorých dôležitosť sa zachováva i v súčasnosti. Prípravy na štedrovečernú večeru začínali skoro ráno, pred svitaním. Gazdiná zakvasila na chlieb a vianočné pečivo. Počas celého dňa sa dodržiaval prísny pôst. Odmenou bola večera zložená z niekoľkých chodov. Zvyčajne prvým chodom boli oblátky s medom, v niektorých rodinách ich mazali aj s cesnakom. Poradie ďalších chodov sa líšilo od dediny. Nasledovala sladká krupičná kaša so škoricom a maslom, Ježiškova kašička. Potom sa jedávala kapusta so zemiakmi a hrach pripravený na kašu alebo polievku. Inými variantmi bolo konzumovanie kapustnice alebo vilije, známej aj pod pomenovaním bryja. Zaznamenaná je i príprava vianočného zavináča so zemiakmi. V niektorých domácnostiach sa s obľubou jedávali pučky alebo opekance s makom. Pekávali sa koláče s tvarohovou, lekvárovou alebo makovou náplňou, v chudobnejších rodinách baba bez plnky, vianočka alebo štrúdl'a. Medzi poslednými sa jedávali sušené hrušky, slivky a čerstvé jablko. Na záver večere sa rozlúskli vlašské orechy. Počas večere požívali víno alebo pálené.¹⁶⁴ „Od polovice 20. storočia sa k rybe podáva zemiakový šalát. Pečené kysnuté koláče nahradili zákusky a k doma vypestovaným druhom ovocia pribudlo ovocie exotické.“¹⁶⁵

4.4 Analýza súčasnej stravy a porovnanie s tradičnou stravou

Na základe výsledkov dotazníka možno stanoviť niekoľko záverov týkajúcich sa súčasného spôsobu stravovania obyvateľov Kysúc a určiť porovnanie alebo vplyv tradičnej stravy na súčasné stravovanie. (príloha 1)

Celkový počet respondentov je 349, pričom na otázky týkajúce sa stravovania na Kysuciach odpovedalo 154 respondentov, čo predstavuje 44% zo sumárneho množstva odpovedajúcich. (príloha 3)

Čo sa týka zastúpenia obcí, z okresu Čadca pochádza 144 respondentov, to znamená 94% opýtaných pochádza z obcí Čadca, Čierne, Dunajov, Klubina, Krásno nad Kysucou, Makov, Olešná, Ošadnica, Podvysoká, Radôstka, Raková, Skalité, Stará Bystrica, Staškov, Svrčinovec, Turzovka, Vysoká nad Kysucou a Zborov nad Bystricou.

¹⁶³ Kysuce 2008, ref. 160.

¹⁶⁴ GERÁT, R.-ŠČURYOVÁ, M.-VELIČKA, J. (zost.), ref. 51, s. 214-215.

¹⁶⁵ PRIEČKO, M. a kol., ref. 39, s. 175.

Z ostatných obcí z daného okresu neboli zaznamenané odpovede. 60% respondentov z okresu Čadca pochádza priamo z mesta Čadca.

V rámci okresu Kysucké Nové Mesto nie je zaznamenaný výrazný počet respondentov, celkovo zastúpených je 6 obcí z daného okresu, ktorými sú Kysucké Nové Mesto, Kysucký Lieskovec, Ochodnica, Radoľa, Rudinka a Rudinská. Spolu predstavujú 6% respondentov z regiónu Kysuce.

Napriek určeniu presnej vekovej štruktúry z výsledkov dotazníka nevyplývajú žiadne odchýlky v spôsobe stravovania obyvateľov Kysúc s ohľadom na vek.

Z dotazníka možno určiť, že 37% respondentov sa stravuje trikrát denne. Treba však uviesť, že štyri jedlá denne konzumuje 34% ľudí. V porovnaní so stravovaním v minulosti je zaznamenaný nepatrný rozdiel, v minulosti dominovali 3 jedlá denne. Tak ako v súčasnosti aj v minulosti bol najvyšší dôraz kladený na stravovanie počas obeda. 60% respondentov pokladá za najdôležitejší obed, 31% raňajky a 8% večeru. Zvyšné percento preferuje desiaty.

Jednou zo základných plodín tradičnej stravy Kysúc boli zemiaky. Z analýzy súčasného stavu vyplýva, že až 60% ľudí najčastejšie konzumuje zemiaky ako prílohu k hlavnému jedlu. Druhým výrazným doplnkom je ryža, ktorú preferuje 26% respondentov. V menšom množstve sa jedávajú cestoviny a zelenina ako príloha, knedľa a lokše sa v odpovediach neuvádzajú.

V súčasnosti sa najviac konzumuje plodová zelenina (33%), koreňová zelenina (25%) a cibuľová zelenina (21%). V minulosti preferovaná kapusta patriaca do hlúbovej zeleniny sa v dnešnej dobe výrazne nekonzumuje.

Zastúpenie strukovín v porovnaní s minulosťou je takmer totožné, s výnimkou šošovice. V dnešnej dobe sú najpreferovanejšie fazuľa (34%), šošovica (31%) a hrach (29%). Zvyšné percentá zastupuje sója, cicer a bôb.

Z tradičných kysuckých obilnín je v súčasnosti najpoužívanejšia pšenica, ktorá predstavuje 21% z odpovedí kysuckých obyvateľov. V celkovom obilninovom stravovaní dominuje ryža, do odpovedí ju uviedlo 42% respondentov.

Až 71% respondentov prevažne konzumuje hydinové mäso, ktoré sa v minulosti jedávalo sporadicky. Bravčové mäso sa objavuje v 20% odpovedí, hovädzie a rybie v minimálnom množstve, baranina vôbec.

Čo sa týka miesta stravovania, 80% obyvateľov Kysúc uviedlo, že preferujú stravovanie doma. V školskej jedálni sa stravuje 13% obyvateľov a služby reštauračných

zariadení využíva 7% odpovedajúcich. Ani jeden respondent neuviedol za najčastejšie stravovanie stánky s rýchlym občerstvením.

Dotazník obsahoval dve otvorené otázky týkajúce sa stravovania počas Štedrého večera a veľkonočných sviatkov. Klasickými štedrovečernými jedlami dnešnej doby sú oblátky s medom, v niektorých domácnostiach doplnené o cesnak alebo orechy. Ako predjedlo sa uvádza aj chlieb so soľou. Z kaší sa vyskytuje najmä hrachová alebo krupičná osladená medom. Jedávajú sa rôznorodé polievky, prevažne kapustnica (respondent z Ochodnice uviedol variant kapustnice s vajcom), rybacia polievka, hríbová polievka, hrachová, šošovicová i slivková polievka, vyskytuje sa aj tradičná hrachová polievka so sušenými slivkami. Podľa respondentov z Kysuckého Nového Mesta sa v tejto oblasti jedáva i mliečna polievka s fazuľou. Hlavným jedlom je zemiakový šalát alebo zemiaky s kapustou a s kaprom, v odpovediach sú uvedené i iné druhy rýb, ako losos, pstruh a pangas. Potom sa jedáva sušené ovocie uvarené na kompót, zmieňované sú najmä slivky. V Oščadnici a Čadci je zaznamenané konzumovanie rezancov s makom, v Starej Bystrici jedávajú makové púčky. Na záver večere sa podávajú oriešky, ovocie a zákusky. Čo sa týka nápojov, v odpovediach výrazne prevláda červené a biele víno, ktoré niekde varia. Z uvedeného vyplýva, že sa zachováva tradičný charakter štedrovečerného jedla Kysuckého ľudu napriek istým novým modifikáciám.

Počas veľkonočných sviatkov dominujú jedlá z mäsa a vajec. Respondenti najčastejšie uvádzali hovädziu a slepačiu polievku. Čo sa týka ostatných pokrmov, jedávajú sa syrové a mäsové rolády, údeniny, šaláty, šunky, syry, čerstvá zelenina, pečené kurča, pečená krkovička, jahňacina, baranina, bravčové i kuracie mäso. Ako príloha sa jedáva zemiakový šalát alebo zemiaky. Respondent z Krásna nad Kysucou uviedol jedávanie kačky s červenou kapustou, knedľou a slaninou. Vajca sa jedávajú so špenátom, údeným mäsom alebo ako praženica. Niektorí respondenti z Čadce uviedli pečenie domáceho chleba a veľkonočného baránka. Počas Veľkej noci sa obľubuje pitie najmä rôznych druhov páleného, v niektorých domácnostiach sa pripravuje vaječný likér. Na základe odpovedí respondentov z Kysúc možno pozorovať zachovanie tradičného stravovania počas veľkonočných sviatkov, pretože tak ako v minulosti aj v súčasnosti sú hlavnými pokrmami jedlá z vajec a mäsa.

4.5 Analýza propagácie tradičnej stravy Kysúc a regiónu Kysuce

Niektoré otázky dotazníka sa venujú záujmu širšieho i užšieho okolia o región a tradičnú stravu regiónu Kysuce a stanoveniu vhodného spôsobu propagácie danej oblasti tradičnej kultúry. Na otázkach týkajúcich sa propagácie participovalo dokopy 349 respondentov, pričom 70% z nich sú ženského a 30% mužského pohlavia. Na základe výsledkov možno vyjadriť záver, že pohlavie neovplyvnilo záujem o tradičnú stravu a ani spôsob reklamy vnímaný respondentmi nezávisí od pohlavia.

Skutočnosť, že dotazník bol uskutočnený prostredníctvom internetu, sa odrazila vo vekovej štruktúre respondentov. Až 90% participantov je vo veku 19 – 30 rokov. Z tohto sa dá vydedukovať, akú cieľovú skupinu možno najlepšie osloviť prostredníctvom sociálnych médií.

Obsiahnuté sú všetky kraje Slovenska. Zastúpenie je i z Českej republiky z Moravskoslezského kraja, s počtom respondentov 3, a zastúpená je aj oblasť Vojvodiny zo Srbska s počtom respondentov 3. Tieto skutočnosti sa prejavili v spôsobe získavania informácií o regióne Kysuce. Respondenti z daných oblastí čerpajú informácie z knižných materiálov a z televízie i rádia. (príloha 2)

Otázky o regióne Kysuce boli určené pre respondentov, ktorí nežijú na danom území, ale majú určité znalosti o Kysuciach. Dokopy do tejto skupiny patrí 109 respondentov, čo predstavuje 31% z celkového množstva odpovedajúcich. (príloha 3) Z tejto skupiny participantov navštívilo región Kysuce 79 ľudí, to znamená 72%. Hlavnými dôvodmi na návštevu boli rodina alebo priatelia, turistika a kultúrne vyžitie

Najpreferovanejšími zdrojmi informácií sú internet (69% odpovedí), rodina, priatelia a známy (56% odpovedí) a televízia s rádiom (47% odpovedí). Na otázku bolo možné odpovedať viacerou možnosťami. (príloha 4)

Zo všetkých respondentov 81% vyjadrilo záujem o tradičnú stravu regiónu Kysuce a 82% označilo odpoveď áno alebo skôr áno na otázku, či by navštívili podujatie, na ktorom by mohli vyskúšať tradičnú stravu Kysúc. (príloha 5) Na základe percentuálneho navýšenia možno dedukovať záujem potenciálnych návštevníkov o zážitok.

Z dotazníka sa zistilo, že až 67% zo všetkých respondentov berie do úvahy odporúčania od priateľov a známych. Reklama v televízii je atraktívna pre 40% respondentov a takmer rovnako dôležitá je i reklama na sociálnych sieťach, ktorá zaujme 36% z odpovedajúcich. Za pútavé sú považované billboardy, letáky a brožúrky. V menšej

miere zaujme reklama v rádiu a e-mailová reklama. (príloha 6) Na základe zistených percentuálnych hodnôt možno vytýčiť spôsoby propagácie, ktoré budú najefektívnejšie z hľadiska oslovenia širšej skupiny ľudí.

ZÁVER

Tradičná strava ako jeden z činiteľov, prostredníctvom ktorého sa môže národ identifikovať v rámci vlastného spoločenstva ale aj v rámci iných spoločenstiev, by mal byť zachovávaný a chránený, pretože tradičná strava, okrem iného, naplňa funkciu pochopenia toho, čo prežívali naši predkovia. Zachovávaním daného kultúrneho fenoménu môžeme dôkladne chápať spôsob života našich predkov a prečo bol taký, aký bol, a tým si prehlbovať vedomie príslušnosti k danému národu alebo spoločenstvu. Z tohto dôvodu je možné vyjadriť všeobecne známy názor, že minulosť formuje prítomnosť, a preto by sme jej mali porozumieť.

V závislosti od podmienok, v ktorých boli regióny formované, sa vymedzili určité špecifiká pre každý z nich. Cieľom bakalárskej práce bolo analyzovať tradičnú stravu regiónu Kysuce. Uvedený cieľ bol naplnený. V rámci tohto cieľa boli stanovené čiastkové ciele, ktoré mali slúžiť na dosiahnutie uvedenej analýzy. Danie do súvislostí tradičnú stravu s tradičnou kultúrou bolo splnené. Aj analýza jednotlivých faktorov pôsobiacich na formovanie tradičnej stravy Kysúc bola uskutočnená. V bakalárskej práci sa poukázalo na všeobecné využitie tradičnej stravy v cestovnom ruchu, čím bol naplnený ďalší z cieľov.

Cestovný ruch je v dnešnej dobe vysoko žiadané odvetvie. Ľudia majú potrebu príležitostne meniť ich stereotypný spôsob života. Cestovný ruch predstavuje vhodný spôsob uspokojenia danej potreby. Kultúrny cestovný ruch bol vždy atraktívny pre masy ľudí, napriek tomu najnovšími trendmi sú wellness a kúpeľný cestovný ruch. Stanovením vhodnej ponuky v rámci kultúrneho cestovného ruchu sa môže navýšiť záujem aj na tento spôsob odpočinku. V súvislosti s navýšením atraktívnosti, jedným z riešení môže byť implementovanie tradičnej stravy do ponuky kultúrneho cestovného ruchu regiónu.

Z dotazníka vyplýva vysoký záujem o tradičnú stravu regiónu Kysuce. Záujem sa navýšil po otázke, či by sa respondenti zúčastnili podujatia, na ktorom by mohli vyskúšať tradičnú stravu Kysúc. Z tohto možno súdiť, že zážitková forma je žiadaná pre aktivity cestovného ruchu a treba brať tento fakt do úvahy pri tvorbe ponuky. V závislosti od odpovedí respondentov možno stanoviť, čo ovplyvňuje človeka pri rozhodovaní navštíviť nejakú destináciu. V prvom rade je to odporúčanie od rodiny, priateľov alebo známych. Je všeobecne známe, že zákazník povie o svojich pozitívnych pocitoch zo služby alebo produktu 4 až 5 známym. Avšak negatívne pocity povie 11 známym. Pokiaľ sa zameriame na propagáciu regiónu, treba klásť vysoký dôraz na budovanie imidžu. To by malo byť

úlohou oblasti súvisiacej so vzťahmi s verejnosťou. Tým sa zabezpečí celková atraktivnosť destinácie.

Čo sa týka návrhov propagácie tradičnej stravy, možno využiť ďalšie odpovede dotazníka. Za efektívne je zverejniť reklamu týkajúcu sa tradičnej stravy regiónu Kysuce na sociálnych sieťach alebo v televízii a tak by sa malo zabezpečiť oslovenie širšieho počtu ľudí. Do úvahy by sa mali vziať vhodne usporiadané billboardové reklamy alebo letáky. Využitelnosť brožúrok je taktiež zaznamenaná. Pri využití tohto spôsobu propagácie treba dbať o podanie informácií, ktoré sú relevantné k podstate samotnej brožúry a k cieľovej skupine ľudí. Pokiaľ je smerovaná aj na zahraničný trh, treba tejto skutočnosti adekvátne prispôsobiť i výber jazyka.

Pokiaľ sa bude diplomová práca zameriavať na propagáciu tradičnej stravy regiónu Kysuce, pričom dôraz bude kladený na samotnú propagáciu, vedia sa zvoliť vhodné postupy na základe výsledkov bakalárskej práce. Využitelné je stanovisko ohľadom dôležitosti imidžu destinácie, ktoré je nutné budovať napríklad účasťou na veľtrhoch alebo výstavách, prípadne organizovaním podujatí, ktoré by prispeli k celkovej atraktivnosti zvoleného územia. Pri každej verejnej aktivite regiónu by mali byť pripravené propagačné materiály, napríklad brožúry, letáky alebo plagáty zachytávajúce atraktivnosti daného regiónu. Na základe záverov bakalárskej práce by sa vedeli zvoliť vhodné a efektívne marketingové komunikačné cesty pri propagácii podujatia zameraného na tradičnú stravu regiónu Kysuce.

LITERATÚRA A PRAMENE

- BEŇUŠKOVÁ, Z. a kol. *Tradičná kultúra regiónov Slovenska*. Bratislava : Veda, 2005. 244 s. ISBN 80-224-0853-0.
- ČAPLOVIČ, J. *O Slovensku a Slovákoch*. Bratislava : TATRAN, 1975. 267 s.
Deklarácia Národnej rady Slovenskej republiky o ochrane kultúrneho dedičstva [online]. [cit. 2012-04-15]. Dostupné na internete: <<http://www.culture.gov.sk/kulturne-dedicstvo/ochrana-pamiatok/vsledky/deklaracia-o-ochrane-pamiatok>>.
- ĎURNÝ, J. (ed.) *Svrčinovec*. Svrčinovec : Obec Svrčinovec, 1998. 92 s. ISBN 80-967789-9-4.
- ĎURNÝ, J. – PRIEČKO, M. (ed.) *Raková, monografia obce*. Čadca : Štúdio D Čadca, 2009. 182 s. ISBN 978-80-967685-2-3.
- Encyklopédia ľudovej kultúry Slovenska 1*. Bratislava : Veda, 1995. 454 s. ISBN 80-224-0234-6.
- GACÍK, M. (ed.) *Ochodnica 1596 – 1996*. Ochodnica : Obec Ochodnica, 1996. 211 s. ISBN 8096756354.
- GAJDIČIAR, I. (ed.) *Turzovka krížom – krážom*. Turany : Grafické štúdio P+M, 2010. 504 s. ISBN 978-80-970359-9-0.
- GALVÁNEK, V. a kol. *Kysucké Nové Mesto kedysi a dnes*. Kysucké Nové Mesto : MsNV v Kysuckom Novom Meste, 1965. 152 s.
- GERÁT, R. (ed.) *Kysuce a Kysučania, III. zväzok : Kultúra*. Čadca : Kysucké múzeum v Čadci, 1997. 58 s. ISBN 80-967171-3-8.
- GERÁT, R. (ed.) *Kysuce a Kysučania, IV. zväzok : Národopis*. Čadca : Kysucké múzeum v Čadci, 1999. 58 s. ISBN 80-967171-4-6.
- GERÁT, R. - ŠČURYOVÁ, M. – VELIČKA, J. (ed.) *Čadca, monografia mesta*. Čadca : Mesto Čadca, 2005. 368 s. ISBN 80-89172-03-2.
- GÚČIK, M. *Cestovný ruch pre obchodné a hotelové akadémie*. Bratislava : Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 2001. 106 s. ISBN 80-08-03071-2.
- GÚČIK, M. Tradičná kultúra ako faktor regionálneho rozvoja. In. *Tradičná kultúra, turizmus a rozvoj regiónov*. Nitra : Univerzita Konštantína Filozofa, 2006. 382 s. ISBN 80-8050-992-1.
- HASPROVÁ, M. a kol. *Marketing miest a obcí*. Bratislava : EKONÓM, 2012. 139 s. ISBN 978-80-225-3038-5.

- JAKUBÍKOVÁ, D. *Strategický marketing*. Praha : Grada Publishing, a.s., 2008. 272 s. ISBN 978-80-247-2690-8.
- JANOUGH, V. *Internetový marketing*. Brno : Computer Press, a. s., 2010. 278 s. ISBN 978-80-251-2795-7.
- KOCOURKOVÁ, A. Zo zabudnutých receptov. In. *Kysuce*. (18.03.1983), roč. XXIV., č.1, s.5.
- KOTVASOVÁ, H. Ako sa varilo a pieklo. In. *Kysuce*. (02.07.2008), roč. XVIII., č.27, s.26.
- KOTVASOVÁ, H. Chlieb náš každodenný. In. *Kysuce*. (25.06.2008), roč. XVIII., č.26, s.26.
- KOTVASOVÁ, H. Keď veselosť i zármutok za stolom sedeli. In. *Kysuce*. (06.08.2008), roč. XVIII., č.32, s.12.
- KOTVASOVÁ, H. Mäso vo sviatok, mlieko každý deň. In. *Kysuce*. (23.07.2008), roč. XVIII., č.30, s.21.
- KOTVASOVÁ, H. Nielen chlebom živý je človek. In. *Kysuce*. (09.07.2008), roč. XVIII., č.28, s.26.
- MAREC, J. *Ludová strava na Horných Kysuciach*. Čadca : Kysucké múzeum v Čadci, Magma Čadca, 2009. 272 s. ISBN 978-80-969445-5-2.
- MARKECH, P. V tieni rakovských mohykánov. In. *Zborník Kysuckého múzea v Čadci 13/2010*. Čadca : Kysucké múzeum v Čadci, 2010. 519 s. ISBN 978-80-969445-8-3.
- MARKUŠ, M. Stravovanie. In. *Slovensko : Lud II*. Bratislava : Vydavateľstvo Obzor, n. p., 1975. 491 s.
- PAŠTRNÁK, L. a kol. *Olešná 1619 – 2009*. Olešná : Spolok priateľov Kysúc, n. o., Magma Čadca. 2009. 416 s. ISBN 978-80-970534-0-6.
- PODOLÁKOVÁ, Ľ. (ed.) *Krásno nad Kysucou : Prechádzky storočiami*. Čadca : Magma Čadca, 2006. 208 s. ISBN 80-89172-06-7.
- PRIEČKO, M. (ed.) *Nesluša 1367 – 2007*. Nesluša : Obec Nesluša. 2007. 310 s. ISBN 978-80-969739-9-6.
- PRIEŠEGEM, J. a kol. *Korene Makova*. Makov : Obec Makov, 2010. 168 s. ISBN 978-80-970429-5-0.
- SOUKUP, V. *Dějiny sociální a kulturní antropologie*. Praha : Univerzita Karlova, 1994. 226 s. ISBN 8070668822.
- STOLIČNÁ, R. *Chute a vône Slovenska*. Martin : Slovenské národné múzeum, 2007. 130 s. ISBN 978-80-8060-211-6.

STOLIČNÁ, R. *Jedlo ako kľúč ku kultúre*. Žilina : Matica slovenská, 2004. 167 s. ISBN 80-7090-756-7.

STOLIČNÁ, R. *Kuchyňa našich predkov*. Bratislava : Veda, 2001. 228 s. ISBN 80-224-0680-5.

Stručná charakteristika regiónu Kysuce [online]. 2008. [cit. 2012-04-15]. Dostupné na internete: < <http://www.kysuce.sk/cl/419/strucna-charakteristika-regionu-kysuce.html>>.

ZIGMUND, J. - ŠČURYOVÁ, M. – VELIČKA, J. (ed.) *Klokočov*. Čadca : Magma Čadca, 2004. 232 s. ISBN 80-89172-02-4.

PRÍLOHY

ZOZNAM PRÍLOH

Príloha 1: Dotazník k bakalárskej práci

Príloha 2: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 3 dotazníka

Príloha 3: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 4 dotazníka

Príloha 4: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 19 dotazníka

Príloha 5: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 20 dotazníka

Príloha 6: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 22 dotazníka

Príloha 1: Dotazník k bakalárskej práci

Dotazník k bakalárskej práci

Dotazník je anonymný, jeho výsledky budú výlučne použité v mojej bakalárskej práci s názvom Propagácia Kysúc prostredníctvom tradičnej stravy v rámci študijného odboru kulturológia v špecializácii riadenie kultúry a turizmu na Filozofickej fakulte Univerzity Konštantína Filozofa v Nitre. Ďakujem za spoluprácu.

Daniela Baculáková

* - otázky označené týmto symbolom sú povinné

1. Pohlavie: *

- a) muž
- b) žena

2. Vek: *

- a) do 18 rokov
- b) 19 – 30 rokov
- c) 31 – 50 rokov
- d) 51 a viac rokov

3. Kraj: *

- a) Banskobystrický
- b) Bratislavský
- c) Košický
- d) Nitriansky
- e) Prešovský
- f) Trenčiansky
- g) Trnavský
- h) Žilinský
- i) iné (uved'te):

4. Poznáte základné fakty o regióne Kysuce? (napr. poloha, prírodné a kultúrne pamiatky, podujatia a i.)

- a) áno, žijem v regióne Kysuce (pokračujte na otázku č. 5)
- b) áno, ale nežijem v regióne Kysuce (pokračujte na otázku č.17)
- c) nie (pokračujte na otázku č. 20)

5. Vek: *

6. Obec, v ktorej žijete: *

7. Z koľkých jedál sa skladá Váš denný stravovací režim?

- a) 1 jedlo
- b) 2 jedlá
- c) 3 jedlá
- d) 4 jedlá
- e) 5 jedál
- f) 6 a viac jedál

8. Ktorý chod je pre Vás najdôležitejší?

- a) raňajky
- b) desiata
- c) obed
- d) olovrant
- e) večera

9. Ktorú z uvedených príloh najčastejšie konzumujete k hlavnému jedlu?

- a) zemiaky
- b) cestoviny
- c) ryžu
- d) knedľu
- e) lokše
- f) zeleninu
- g) iné (uved'te):

10. Akú zeleninu prevažne konzumujete? (označiť môžete viac odpovedí, max. 3)

- a) koreňová zelenina (mrkva, petržlen, zeler, červená repa, reďkovka, chren...)
- b) listová zelenina (žihľava, kôpor, hlávkový šalát, čakanka, špenát,...)
- c) cibuľová zelenina (cibuľa, cesnak, pór, pažítka)
- d) plodová zelenina (paprika, rajčina, baklažán, tekvica, cuketa, uhorky,...)
- e) hlúbová zelenina (kapusta, kel, kaleráb, karfiol, brokolica)
- f) lahôdková zelenina (špargľa, rebarbora, fenikel, artičoky, avokádo)

11. Ktoré strukoviny najčastejšie konzumujete? (označiť môžete viac odpovedí, max. 3)

- a) šošovica
- b) fazuľa
- c) hrach

- d) bôb
- e) sója
- f) cícer

12. Aké obilniny prevažne konzumujete? (označiť môžete viac odpovedí, max. 3)

- a) pšenica
- b) raž
- c) jačmeň
- d) ovos
- e) ryža
- f) proso
- g) pohánka
- h) kukurica

13. Aké mäso konzumujete najčastejšie?

- a) hydinové
- b) bravčové
- c) hovädzie
- d) baranie
- e) rybie
- f) iné (uved'te):

14. Kde sa najčastejšie stravujete?

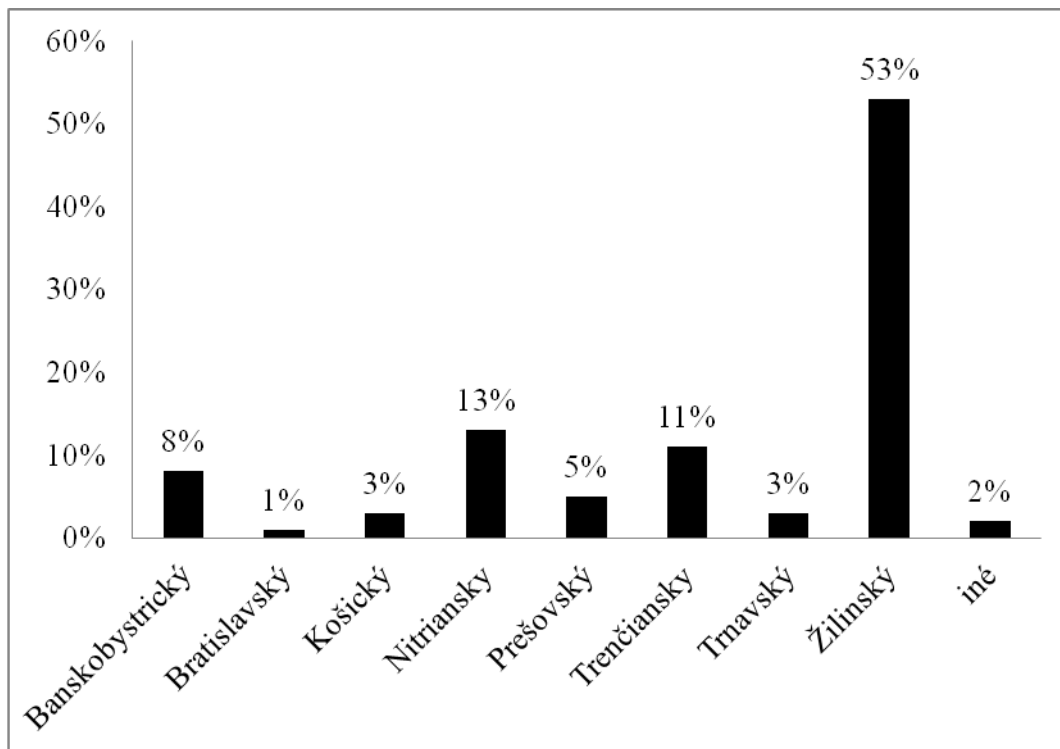
- a) doma
- b) v reštaurácii
- c) v školskej jedálni
- d) v stánkoch s rýchlym občerstvením
- e) iné (uved'te):

15. Vymenujte jedlá a nápoje, ktoré konzumujete počas večere na Štedrý deň.

16. Aké jedlá a nápoje konzumujete počas veľkonočných sviatkov? (pokračujte na otázku č. 20)

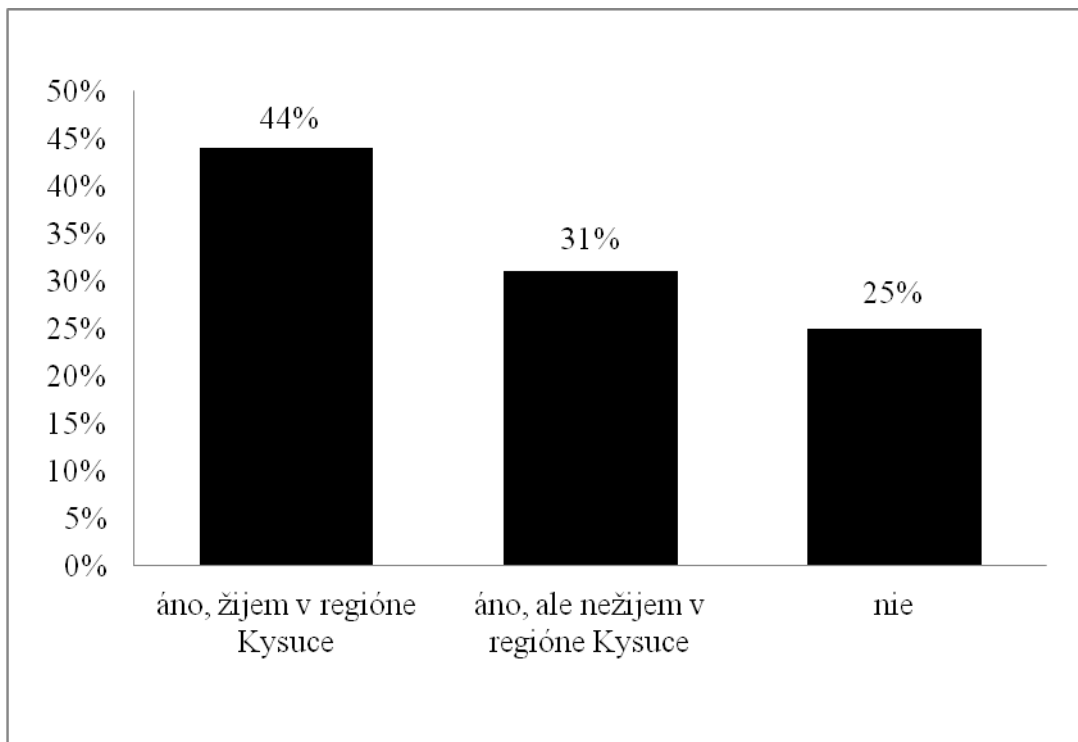
17. Navštívili ste niekedy región Kysuce?
- a) áno
 - b) nie
18. Z akého dôvodu ste navštívili región Kysuce? (môžete označiť viac odpovedí)
- a) rodina, priatelia
 - b) turistika
 - c) kultúrne vyžitie
 - d) športové vyžitie
 - e) pracovné alebo školské povinnosti
 - f) iné (uveďte): _____
19. Akým spôsobom získavate informácie o regióne Kysuce? (môžete označiť viac odpovedí)
- a) od rodiny, priateľov a známych
 - b) z dennej tlače
 - c) z televízie a rádia
 - d) z internetu
 - e) z plagátov
 - f) z knižných materiálov
 - g) iné (uveďte): _____
20. Mali by ste záujem dozvedieť sa o tradičnej strave regiónu Kysuce?
- a) áno
 - b) skôr áno
 - c) skôr nie
 - d) nie
21. Navštívili by ste kultúrne podujatie, na ktorom by ste mali možnosť vyskúšať tradičnú stravu regiónu Kysuce?
- a) áno
 - b) skôr áno
 - c) skôr nie
 - d) nie
22. Aká forma reklamy vás najviac zaujme? (označiť môžete viac odpovedí, max. 3)
- a) billboard
 - b) reklama v televízii
 - c) reklama v rádiu
 - d) reklama v tlači
 - e) internetová reklama (napr. bannery)
 - f) reklama na sociálnych sieťach
 - g) e-mailová reklama
 - h) letáky a brožúry
 - i) tzv. „ústna reklama“ – odporúčanie od priateľov a známych
 - j) iné (uveďte): _____

Príloha 2: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 3 dotazníka



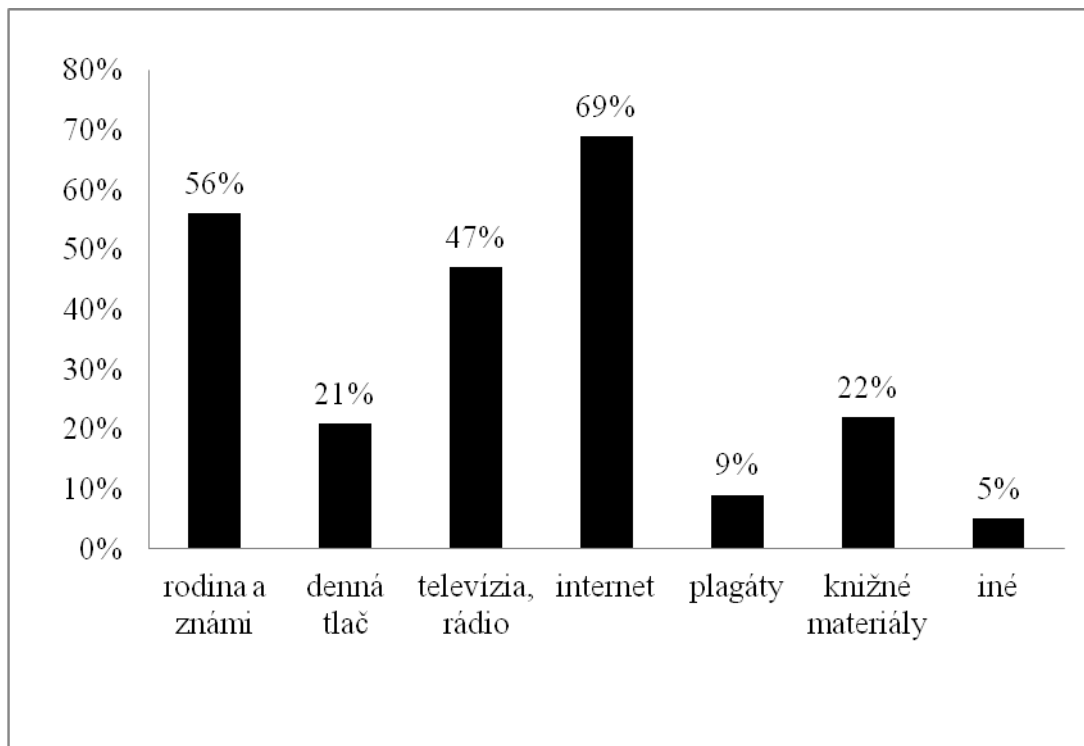
Zdroj: vlastné spracovanie (2012)

Príloha 3: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 4 dotazníka



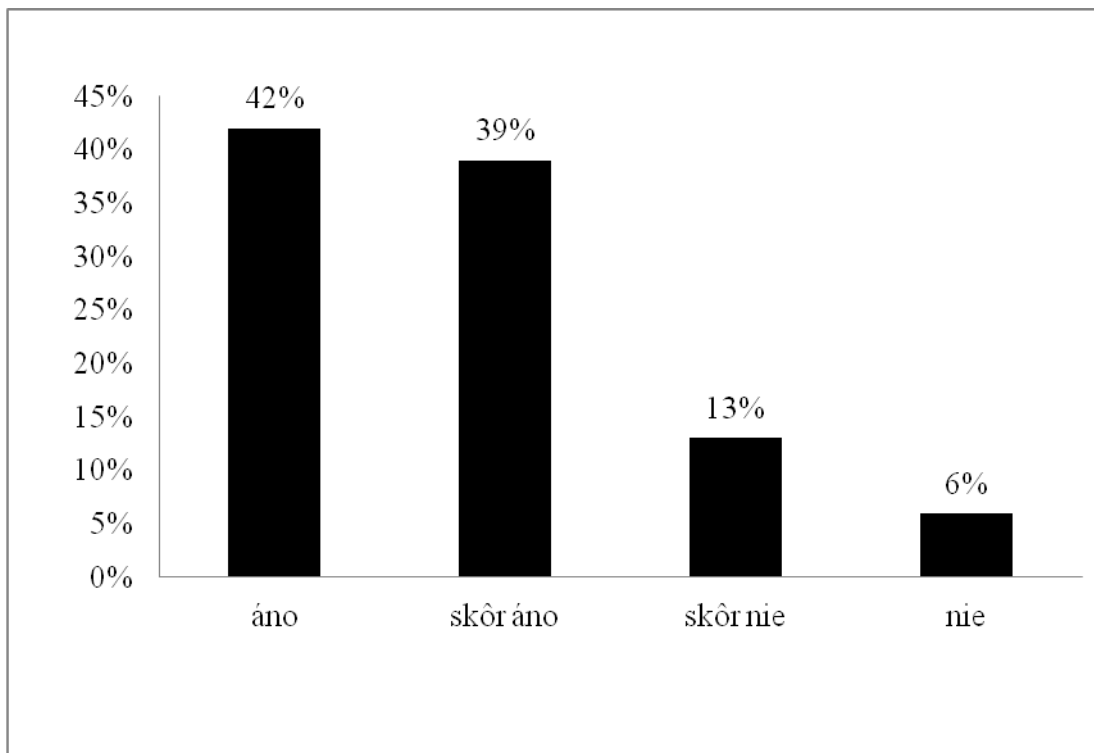
Zdroj: vlastné spracovanie (2012)

Príloha 4: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 19 dotazníka



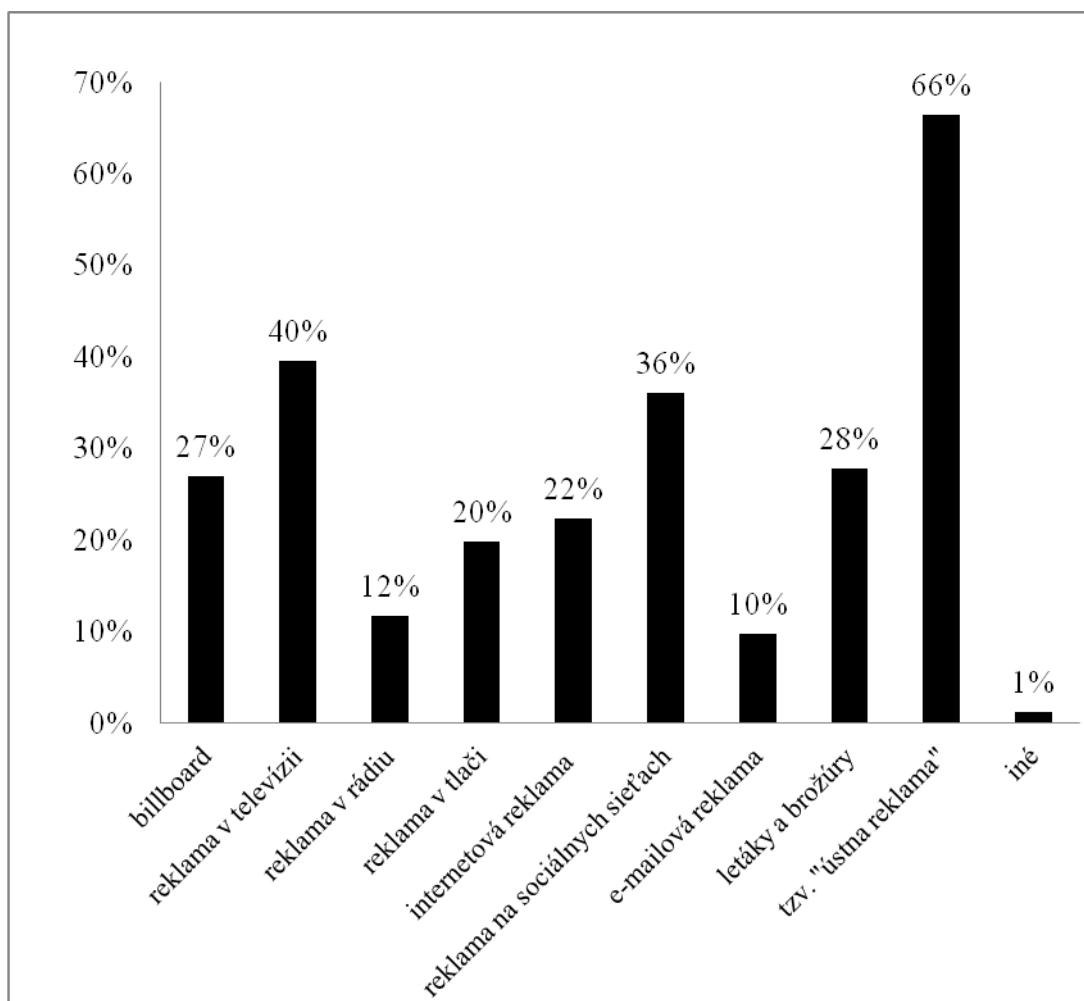
Zdroj: vlastné spracovanie (2012)

Príloha 5: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 20 dotazníka



Zdroj: vlastné spracovanie (2012)

Príloha 6: Grafické znázornenie odpovedí na otázku číslo 22 dotazníka



Zdroj: vlastné spracovanie (2012)