

**LEHEN HEZKUNTZAKO GRADUA**

**2017/2018 ikasturtea**

**Txapako labea**

**Sukaldaritza tradizionalaren balioak eskolara**

**Egilea: Aitziber Iza Totorika**

**Zuzendaria: Jon Kortazar Uriarte**

**Leioan, 2018ko maiatzaren 29an**

## Aurkibidea

Sarrera .....	3
1. Esparru teoriko eta kontzeptuala .....	6
1.1. Ikerkuntza etnografikoa .....	6
1.2. Euskal Herriko elikaduraren garapen historikoa .....	10
2. Metodologia .....	13
3. Lanaren garapena .....	16
3.1. Otorduak .....	16
3.2. Mahaiaren antolaketa eta tresneria .....	18
3.3. Ogia egiteko prozesua .....	18
3.4. Baraualdiak .....	20
3.5. Animalia jatorriko elikadura .....	21
3.6. Lanean aurkitutako hitz bereziak .....	21
4. Emaitzak eta ondorioak .....	23
5. Erreferentzia bibliografikoak .....	25
Eranskinak .....	26

## **TXAPAKO LABEA**

**Sukaldaritza tradizionalaren balioak eskolara**

**Aitziber Iza Totorika**

UPV/EHU

Gradu amaierako lan honek Euskal Herriko sukaldaritza tradizionala du ardatz. Helburua gure herriko sukaldaritza tradizionalaren balioak berreskuratzea da. Horretarako Jose Miguel Barandiaranek ezarritako ikerketa etnografikoaren metodologia erabili dugu, Bizkaiko Arratia haraneko hamaika amamari elkarrizketak egin dizkiot. Bildutako datuen azterketak argi uzten du aurreko belaunaldien ezagutzak ekarpen paregabea egin diezaiokeela eskolari. Ikas komunitatetik elikadura osasuntsua eta jasangarritasuna haurrekin lantzeko aukera ematen da lan honetan. Era berean, euskara (burruntzaliko-berbak berreskuratuta) eta zeharkako gaitasunak indartzeko xedea ere badu. Gure amamek isilean gordetako jakinduriak jendartea hobetzen lagunduko duela erakutsi nahi izan dugu.

*Sukaldaritza tradizionala, ikas komunitatea, hizkuntza, amama, eskola*

Este trabajo de fin de grado tiene como eje la cocina tradicional vasca. El objetivo consiste en recuperar los valores de la cocina tradicional de nuestro pueblo. Para ello hemos utilizado la metodología de la investigación etnográfica que estableció José Miguel Barandiaran, y entrevistado once personas mayores del valle de Arratia en Bizkaia. El estudio de los datos obtenidos deja claro la inigualable aportación que las generaciones anteriores pueden hacer a la escuela. En este trabajo se presenta una oportunidad para trabajar la alimentación saludable y la sostenibilidad desde las comunidades de aprendizaje. Nos hemos marcado un segundo objetivo: reforzar el euskera (recuperando palabras en desuso) y las competencias transversales. Hemos querido demostrar que la sabiduría guardada en silencio por nuestras abuelas ayudará a mejorar la sociedad.

*Cocina tradicional, comunidad de aprendizaje, lenguaje, abuela, escuela*

The core of this dissertation is the traditional Basque cuisine. The aim is to recover the values of our traditional cuisine. The methodology has been the ethnographic research established by Jose Miguel Barandiaran, interviewing eleven grandmothers from Arratia valley in Bizkaia. Upon examination of the obtained data, it comes clear the incomparable contribution older generations can provide to the school. This project gives the opportunity to work from the learning community on healthy diet and sustainability with children. The goal is also to strengthen Basque language (recovering forgotten words) as well as transversal competences. We want to prove that the wisdom silently kept by our grandmothers can improve society.

*Traditional cuisine, learning community, language, grandmother, school*

## Sarrera

Txapako labea. Haurtzaroko oroitzapenak. Labe hartatik jateko ezberdinak ateratzen ziren. Arraina, okela, gaztainak eta sagarrak... Baita beroa ere, goxotasuna, babesa. Gradu amaierako lanak nire bizipenekin lotura behar zuela argi neukan. Lehenengo asmoa 70. hamarkadan Artean martxan jarri zuten Arratiako ikastolari buruzko lana egitea izan zen, gordetzen diodan maitasunagatik. Trantsizio garaian sortutako eskola txikiak metodologia iraultzaileak erabili zituen, arau eta burokrazia gutxiago zegoen sasoiari. Bertan aritu ziren irakasleei nire miresmena eta eskerrik onena adierazi nahi nieke, izango dut abagunea. Lana bideratzeko eskatu nituen lehenengo gomendioek ordea, atzera barik aurrera begira jarri ninduten, bizipenak oinarri izanik, graduatu ondoren erabilgarria izan litekeen gai bat aukeratzea erabaki nuen. *Practicum II*-an Dimako eskolan nengoela, bertako amama batzuk taloak egiten etorri ziren, eskola horrek komunitatearekin daukan harremana sano garrantzitsua da eta halaxe piztu zitzaidan txinparta.

Gure izeko Juanita eta Mari, amarekin bizi ziren hiru ahizpa, lau sukaldari. Dorotea ama eta hiru alaba. Dorotea, emakume dotorea. Izeko Carmen baserrian bizi zen eta leku askotan egiten zuen lan, umeak hezi, zaintza lanak egin eta amama zaindu ez ezik, ortuan, ganadurekin eta sukaldean ere lan andana egiten zuen. Familiako emakume hauengandik jasotakoa da eskuko atzamarrak pertsonifikatzen dituen hurrengo kanta:

*Honek arrautza ekarri,  
honek zartaginean jarri,  
honek gatza eman,  
honek pixka bat jan,  
eta beste potolo honek  
dena-dena jan.*

*(Maria Angeles Totorikagandik jasoa*

)

Jatea ingurunearekin harremanetan egotea da. Mundua eta natura ulertzeko modu bat, sekulako plazer iturria. Aipatu beharrik ez da gurean mahaiak duen estimua. Zenbat afari egin izan ditugun mahaiaren bueltan, zenbat hitzarmen, apustu, ideia, amets jaurti izan diren mahaiaren inguruan. Txerri-boda, ezkontza, bertso afari, jan eta edanaren bueltan egin du dantzan gure kulturak. *"Biba Rioja, biba Nafarra, arkume onaren iztarra, hemen guztiok anaiak gara hustu dezagun pitxarra"*. Gradu amaierako lan honek sukaldaritza tradizionala dauka abiapuntutzat. Gure sustraiak ulertzeko, jan izan duguna ulertzea ezinbestekoa deritzot. Mendeetan zehar sasoian sasoiko produktuak ekoitzi eta kontsumitu izan ditugu eta horretan oinarritzen da naturarekin izan dugun harreman estua. Jan duguna gara, itsasoko arrantzaleen marmitakotik, amamaren txapa gaineko porrusaldara.

Gure etxean janak beti izan du garrantzia berezia, ama beti bazkari afariak prestatzen eta lapikoa beti ketan ketan, denok sukaldearen bueltan, denok lapikoaren sutik etorri gara garaiotara, su alde horretan elkartzen ginen eta mahaiaren itzalean ematen genituen orduak amaigabeak izan ziren. Mila oroitzapen, mila usain eta mila malko isuri genituen amaren amantal hartan, hori geneukan babesgune eta abaro. Presa eta abiadura akuilu dauzkagun garaiotan ondo legoke hausnartzea eta noizbehinka janari eder baten aitzakian denbora gelditzea.

Lan honetan nire ekarpena egin nahi dut eskolara. Alde batetik, elikadura osasuntsua lantzeko lagungarria izan daitekeelako sukaldaritza tradizionalaren inguruan aritzea. Horretarako Jose Miguel Barandiaranek egindako inkestak izan ditugu kontutan (*Guía para una encuesta etnográfica*). Lehengo errezetak berreskuratu eta eskolara ekarri, bide batez gure hizkuntzaren "**burruntzaliko-berbak**" berrerabiliz. Beste alde batetik, ikas-komunitatean daukadan konfiantza ardatz izanda, gure amamen jakinduriak zeharkako gaitasunak lantzen eta balioak sendotzen lagunduko digu.

Amak hezi gintuen nire neba eta ni. Horregatik da hain garrantzitsua haren figura guretzat. Janariari zor diogun begirunea transmititu digu amak, bertako produktuekin, irudimenaren

laguntzaz, mila jateko prestatzen zizkigun. Arratiako etxeetan, auzokoek eta baserria zutenen barazkiekin porrusalda itzelak egiten ziren. Sukaldeko ingurumarian ezagutu ditugu zaintza lanetan etengabe ziharduten gure ama-amamak. Jatordu ederrak ez ezik beste mila kontu gordetzen ditu sukaldeko laratzak, gaur egun ere altxor hori oparitu nahi nieke belaunaldi berriei.



1. Irudia. Txapea.

© Xabi Otero

*Ai gure amak amantal baten  
Gordeta ohi zeukan dena  
Sukalde hartan jarrita daukat  
Orain nire oroimena  
Txapa zaharrari gaur be dario  
Antzinako usaimena  
Haren berotik euskal herrian  
Gara, gaur egun garena*

Ibon Iza

## 1. Esparru teoriko eta kontzeptuala

Hezkuntza ikerkuntzan interes handia sorrarazi duen metodoa ziurrenik etnografia da – “*ethnos*” (tribua, herria) eta “*grapho*” (nik idazten dut) greziar hitzekin eratutakoa, hitzez hitz “herrien deskribapena” esan nahi duena– , interes teorikoa zein praktikoa sorrarazi baitu irakaskuntza jarduna aztertu, deskribatu (bertan parte hartzen duten pertsonen ikuspuntutik) eta ingurune sozio-kultural zehatz bat deskribatu eta interpretatzeko gakoak nabarmentzeko (Murillo, F. J. eta Martínez-Garrido, C. (2010). *Investigación etnográfica*. Madrid: UAM).

Etnografia ikerketa sozialaren metodo bat da (Hammersley eta Atkinson, 1994). Beste metodo batzuekin erkatuta ezaugarri bereizgarri hauek ditu: ezagutza kulturala erregistratzea ahalbidetzen du (Spradley, 1980), elkarrekintza sozialeko ereduak zehazten ditu (Gumperz, 1981), gizarteak modu holistikoa aztertzeko aukera ematen du (Lutz, 1981), deskribatzailea da (Walker, 1981) eta teoriak garatu eta egiaztatzeke aukera ematen du (Glaser eta Strauss, 1967).

Historian zehar etnografia neurri berean kritikatu zein goraiatu da. Batzuen ustez gizarte zientzietarako metodologia desagokoa da; izan ere, emaitzak ikertzailearen inpresio eta eraikuntza subjektiboen ondorio direla argudiatu izan da, eta horrek ez du balio edozein emaitza zientifiko fidagarri edo zorrotzi modu finkoan eusteko oinarri gisa. Beste batzuen aburuz, berriz, prozesu sozialei edukia eta forma ematen dien zentzua ulertzeko aukera ematen duen metodo bakarra etnografia da eta, horrenbestez, gizarte ikerkuntzarako metodo nagusi -eta zilegi bakarra- da (Hammersley eta Atkinson, 1994).

### 1.1. Ikerkuntza etnografikoa

Metodorik ohikoena da, esparru soziokultural zehatz baten gako deskribatzaileak eta interpretazio gakoak aztertzeko eta nabarmentzeko; antropologia sozialeko eta hezkuntzako azterlanetan nabarmen erabili izan da, ikerkuntza humanistiko-interpretatiboaren barruan ikerketa metodo garrantzitsuenetako bat bihurtu arte (Arnal, Del Rincón eta Latorre, 1992).

Kontzeptua definitzeko hiru definizio osagarri hartu behar dira kontuan. Alde batetik, gizarte unitate zehatz baten bizimodua ikasteko ikerketa metodo gisa defini daiteke, gizarte unitate bezala hartuta familia bat, gela bat, irakasleen klaustro bat zein ikastetxe bat (Rodríguez Gómez et al., 1996); beste alde batetik, bolada jakin batean pertsonak edo taldeak zuzenean aztertzeari ere erreferentzia egiten dio, behaketa parte hartzailea edo elkarrizketak erabiliz gizarte jokabidearen berri izateko (Giddens, 1994); azkenik, pertsona talde baten bizimoduaren deskribapen gisa ere defini daiteke (Woods, 1987).

Ikerkuntza etnografikoaren jatorria, ezaugarriak eta motak aztertzeari ekin aurretik metodologia honen bi termino definitzea garrantzitsua da, gai osoan zehar erabiliko baitira: etnografoa eta informatzaile giltzarria; biak ala biak ezinbesteko figurak dira ikerkuntza etnografikoan. Etnografoa etnografia egingo duen pertsona izango da, hau da, ikertzaile nagusia, elkarbizitzan parte hartu eta informazioa batuko duena. Etnografiaren ikerkuntzako tresna nagusizat hartzen da. Ez zaie horrela deitzen etnografoak batutako datuak aztertzen kolaboratzen duten ikertzaile guztiei, soilik azertu beharreko testuinguruan integratu eta bertan biziko direnei deitzen zaie horrela. Etnografoak bi bertute izan behar ditu:

Harridura: edozein behaketa (ezaguna zein ezezaguna) harridura sentsazioarekin hartzeko gaitasuna. Ikertzaileak bere etnozentrismoa zalantzan jarri behar du eta, horrenbestez, harritzeko gaitasuna izatea bizitza jarrera bihurtzen da.

Beste bat gehiago izatea: "Etnografoa ezezagunarekin ohitu behar da, eta ezagunarekin harritu" (Barrio Mestre, 1995, 164. or.).

Bestalde, ikertu nahi den testuinguruko pertsona guztiak informatzaile giltzarriak izango dira ikerkuntzarako informazio baliagarria ematen badute; izan ere, aurreko kasuan gertatzen den bezala, ikerketaren testuinguruko kide guztiak ez dira informatzaile giltzarri izango.

### ***1.1.1. Ikerkuntza etnografikoaren jatorria eta ezaugarri nagusiak***

Ikerkuntza etnografikoaren jatorria XIX. mende amaieran eta XX. mende hasieran kokatzen da, antropologiaren arloan. Harrezkero, bi tradiziori lotuta agertu izan da:



Antropologia kulturala, Ginea Berriko mendebaldeko natiboak aztertzean sortu zena, ikertzaileak bolada batez haiekin bizi ondoren, komunitateko kide gisa. Lan horrek lehenbiziko etnografia holistikoen oinarritzko prozesua ezarri zuen.

Chicagoko Soziologia Eskola; bertan pobrezia eta bazterketari buruzko zenbait azterlan abiarazi ziren, eta giza dimentsioari garrantzia handia eman zitzaion. Azterlan horietako datuak lortzeko esperientzia zuzenetatik abiatu behar da, testuinguru sozialaren argazki eta elkarrizketen bitartez.

Holistikoa eta naturalista da. Azterlan etnografiko batek aztertutako gizarte esparruaren ikuspegi globala jasotzen du, ikuspuntu desberdinetatik: barne ikuspuntua (taldeko kideena) eta kanpo ikuspegia (ikertzailearen beraren interpretazioa).

Izaera induktiboa dauka. Agertoki sozial batean lehen pertsonatik aztertu eta esperientzia du oinarri, parte hartzailearen behaketaren bitartez, informazioa lortzeko estrategia nagusi gisa. Hortik aurrera, kontzeptu kategoriak sortzen dira, eta behatutako fenomenoaren arteko erregulartasunak eta loturak deskubritzen dira; horri esker, aztertu beharreko errealitateari buruzko ereduak, hipotesiak eta balizko azalpen teoriak ezar daitezke.

Eredu ziklikoa jarraitzen du, prozedura etnografikoak aldi berean gertatu eta gainjarri egon ohi dira. Batutako informazioa eta sortzen diren teoriak informazio berria lortzea orientatzeko erabiltzen dira. Landa lana da metodologia etnografikoaren ezaugarri bereizgarria.

### **1.1.2. Etnografia motak**

Etnografoak ikertzen duen gizarte unitatearen arabera bost etnografia mota aipa ditzakegu (Boyle, 1994):

*Etnografia prozesalak.* Prozesuetako zenbait elementu deskribatzen dira; elementu horien analisia, batetik, funtzionala izan daiteke, gizarte sistemen edo kulturaren atal batzuk denbora jakin batean elkarrekintzan aritzen direla azalduz gero eta aurrekari historikoak

baztertzen badira. Bestetik, diakronikoa ere izan daiteke, gertaerak gertaera historikoen emaitza gisa azaldu nahi badira.

*Etnografia holistikoa edo klasikoa.* Talde zabaletan baliatzen da, eta emaitzak horren zabalak direnez, liburu itxuran jasotzen dira.

*Etnografia partikularista.* Metodologia holistikoa talde zehatzetan edo gizarte unitate batean aplikatzean datza.

*Zeharkako etnografia* Ikertutako taldeen une jakin bat aztertzen da.

*Etnografia etnohistorikoa.* Une honetako kultura errealitatearen balantzea, iraganeko gertaeren fruitu gisa.

Bost tipologiek bat egiten dute honetan: ikergai errealitatea interpretatu eta ulertzeko asmoarekin gerturatzea, testuinguru zabalagoarekin elkarrekintzan aritzen dena. Ezagutza eta planteamendu teorikoak ekoizteko helburua betetzea, arazo praktikoak konpontzea baino gehiago (azken hori ikerkuntza-ekintzak egin dezake, esaterako). Landa lan batetik iritsitako informazioa aztertzea eta interpretatzea.

Ingurune naturalean egindako behaketaren edo fenomenoaren protagonisten esperientzia testualetako datuak erabiltzea (ahozko informazioa eta ahozkoa ez den informazioa), eragileek egiten, esaten eta pentsatzen dutena ulertzeko, baita mundua eta bertan gertatzen dena interpretatzeko modua ulertzeko ere.

Horrez gain, egiten den etnografia edozein motatakoa izanda ere, etnografia egiteko zailtasun nagusiak hauek dira: batetik, datuak biltzeko denbora inbertsio garrantzitsua behar izatea; bestetik, etnografoa inguruan eta ikertzen ari diren pertsonekin parte hartu eta inplikatzaren arriskuak, horrela emaitzak manipulatzuz.

Nire ikerketa egiteko Jose Miguel Barandiaranen atlas etnografikoan oinarritu naiz. *La alimentación doméstica en Vasconia* liburua gauzatzeko erabili zituen galdetegietatik aukeratu ditut Arratiako hiru herritan elkarriketak egiteko behar nituenak. Asmoa ez da izan ikerketa etnografiko sakon bat egitea baina bai, modu xumean, ondo oinarritutako datu bilketa burutzea.

## 1.2. Euskal Herriko elikaduraren garapen historikoa

Herri baten nortasuna jateko ohituretan oinarritzen da neurri handi batean. Gure kasua ez da salbuespena. Euskal Herriko elikaduraren historia bere produkzioaren historia ere bada, mendeetan zehar lurrak eta itsasoak ematen zutenetik elikatu izan baikara. Horregatik, lehenik eta behin, geografiari zuzendu behar diogu begirada. Aniztasuna ikusiko dugu berehala eta bi isurialdeen arteko aldea, kantauriarra eta mediterranearra. Estrabonek gure aroaren hasieran adierazi zuen banaketa hau: *saltus vasconum* eta *ager vasconum*, tarteko zonaldea barne. Hala ere, nolabaiteko batasuna badago bertako biztanleen artean, J. Caro Barojak sarritan azpimarratu duenez, greko-latindarren idazkietan oinarrituta. Ezaugarri geografikoek, ezinbestez, elikadura ohitura eta errituak baldintzatu dituzte.

Erromatarrek heldu arte, mediterraneo isurialdeko herri guneak garia, mahatsondo eta olibondoetan oinarritutako nekazaritza garatu zuten. Aldiz, basoak nagusi ziren Kantauri aldeko biztanleek bilketan eta artzaintzan jardun zuten, oso oinarritzko nekazaritza lagun.

Erromanizazioko mendeetan *saltus*-eko baliagaiak, egurra eta mineralak batez ere, nabarmen ustiatu ziren, eta nekazaritza isurialde bietan. Arabako lautadan, Iruñerrian eta urak Ebro ibaira isurtzen dituzten ibaiertzetan, nekazaritza ekoizpenaren garapena bizkortu zuten teknologia eta antolaketa berriak ekarri zuten *fundus* ugari eraiki zituzten. *Saltus*-en, Erromako administrazioak ibarretan jarri zituen herriak; hemendik aurrera **harana** izango da garrantzitsua, lurraldearen antolaketari zentzu berria emango diona. Garai hauetan baziren ezberdintasunak elikaduran Euskal Herriko biztanleriaren artean, jarduera ekonomikoa edo klase sozialaren arabera.

Aipatutako elikaduraren diakronia utzi gabe, esan genezake, erromatarren garaian, hegoaldean, zerealen produkzioaren igoerak otordu erregularrak eta jan-edanen aberastea ekarri zuela. Alde ozeanikoan, Estrabonek dioenez, ezkur irina ohikoa zen eta txerrikiak jaten ziren. Txerri-gantza erabiltzen zuten, honen okela eta ahuntzarena ziren gehienetan jaten zirenak. J.M. Barandiaranen arabera, gatzatua historiaurretik jaten zen. Prestaketari dagokionez, Busca Isusik dioenez, jatekoen erretzeak (ogia, arrautzak, sagarrak eta txorizoa)

ohitura zaharren kutsua dauka. Basoko fruituen bilketak eta emakumeek landutako nekazaritza lagungarriak osatzen dute panorama. Razziak ere ohikoak ziren XI. mendera arte. Beraz, Erromatar Inperioaren gainbeheratik Erdi Arorarte ez du ematen aldaketa handirik egon zenik jateko ohituretan isurialde ozeanikoan.

Arabiar eta berbereen urteetako kokalekuak Ebroko erriberan, ortuen laborantza hedatu zuen. Honi erregadioaren erabilera sistematikoa gehitu zitzaion, zainzuria, porrua, alkatxofa, espinaka eta abar zabalduz. Gozogintza eta turroia ere islam-zibilizazioarekin izandako kontaktu luzean hedatu ziren.

Behe Erdi Aroan zehar, XV. mendera arte, lurrak artzaintzarako edo nekazaritzarako erabili nahi zituztenen arteko gatazka nagusitu zen. Artzainak baso eta larreen jabetza kolektiboaren aldekoak ziren bitartean, nekazariak zatiketa eta pribatizazioaren alde zeuden. *Soroak zor du larrea* esaera zaharrak, artzaintzaren aldeko joera erakusten du nekazaritzaren aurrean.

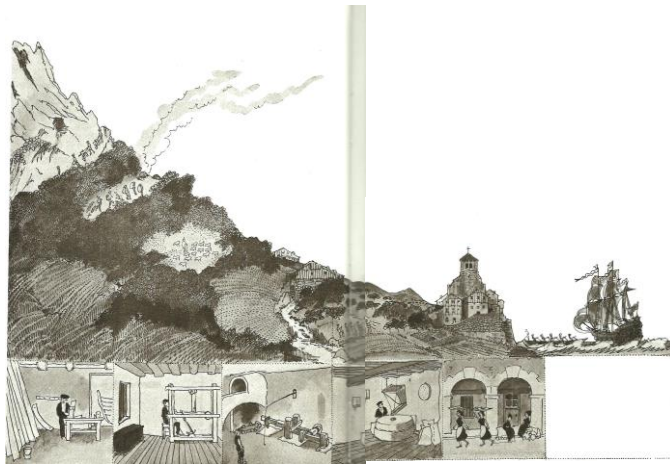
Beatriz Arizagan ikerketek Behe Erdi Aroko elikaduraren ikuspegi zabala ematen digute, hirietan zentratuta, erabili dituen dokumentazio iturri nagusiak hiribilduetako ordenantza eta udal-foruetatik datozelako. Biztanle kopuru esanguratsua biltzen zuten sortu berriko hirietan lanbide-eremua artisau eta merkataritza lanetan dibertsifikatu zen. Villatan etxe askotan ortua txikia zeukaten, autohornikuntzarako balio zuena (Arizaga, 1987).

Erdi Aroko elikaduraren oinarria zerealetan dago. Ogi ezberdinak egiten zituzten garauetatik, artatxikiarena, gari zuriarena, *cocho*-a eta marinelen ogia. Aleak *haundikien* errotetan ehotu eta gero, labeetan egosten ziren, aste osorako ogia edukitzeko. Gariaren urritasunak artatxiki eta zekale irina gehitzea derrigortzen zuen. Lekak eta fruta ezberdinak ere jaten ziren baina ez dakigu maiz bazen ala ez. Hala ere, badirudi dilistak eta baba-zabalak sarri jaten zituztela eta ortuetan porruak, tipulak, berakatzak, uhaza eta perrexila landatzen ziren. Frutetan sagarra zen ohikoena isurialde ozeanikoan. Ziortza-Bolibarren sagarrondoan landatzea eskatzen zitzaion bertara bizitzen joaten zirenei. Sagarrak sagardoa egiteko ere erabiltzen ziren, oso estimatua garaian. Edarrietan ardoa ere aipatu behar dugu, erdialde eta hegoaldean batez ere, baina baita kostaldetik hurbil zeuden haranetan.

Mendialdean okela gehiago zegoen zereala baino. Denetik jaten zuten: txerria, behia, txahala, ardia, ahuntza, ahatea eta oiloa. Ehizak ere bere garrantzia izan zuen haragia lortzeko orduan: basurdeak, orkatzak, ahuntzak, erbiak, koartzak, itsas hegaztiak, eperrak eta oilagorrak (Martinez de Isasi, 1972).

Bestalde, arraina asko jaten zen, klase eta mota guztietako arrainak. Errekatan arrankariak, barboak, aingirak eta izokinak hazten ziren; portura kolakak, lanproiak, mihi-arrainak, barbarinak, urre-buruak, lupiak, muxarrak, txitxarroak, korrokoiak, txokoak eta olagarroak sartzen ziren; (Martinez de Isasi, 1972). Kontutan hartu behar da, erlijioak urteko 150 egunetan okela jatearen debekua ezarrita zeukala garaian. Esandako guztiaz gain, arrautzak esnea eta esnekiak ere kontsumitzen ziren.

Amerikako aurkikuntzak Europako bizimodua aldatu egin zuen, metal preziatuak eta elikagai berriak ekarri zituztenean. Ortuarietan, artoa, patata, indaba, piperra, tomatea, kakaoa, anana, kalabaza, kakahuetea eta animalietan indioilarra. Indabak eta artoak euskal elikaduran itzelezko ekarpena izan zuten. Artoa eta patata, lehengotan abereei emateko erabili baziren ere, XVII. mendetik aurrera (artoa lehenengo eta mende bi berandugo patata) euskaldunen dieta eraldatu zuten. Aldaketa honek isurialde ozeanikoan izan zuen eragin handiagoa, zerealak hazteko zailtasunagatik. Euskaraz, artoari (zea mays) *arto-aundie* esan zitzaion, artatxikiarekin zuen antzagatik.



2. irudia. Los modos de vida tradicionales en Vasconia (J. Caro Baroja. Vasconiana, 1957)

## 2. Metodologia

Datu bilketa egiteko Jose Miguel Barandiaranen *Guía para una encuesta etnografica* erabili dut. Gida honetan 850 galdera daude, taldeetan bananduta. Erabili ditudan galderak “*grupo domestiko*” taldekoak dira, “*la alimentación*” atalekoak (37.etik 87.era). Galdera hauek eranskinetan agertzen dira.

Arratia aukeratu badut, etnografia bat egiteko, estrategia etnografiko bat egiterako orduan kontuan izan behar diren hiru puntuetako ezaugarri batzuk ditudala esan dezaket.

- 1- Herria ikertzeko bertakoa izan behar da
- 2- Herri horren bizitza ezagutu
- 3- Ikerlariak bertako hizkuntza eta bere hitz egiteko era ezagutu behar ditu.

Arratia haraneko herri ezberdinetako emakumeak aukeratu ditut, eskualdeko datu bilketa esanguratsua izateko. Ondoko herrietakoak dira elkarrizketatuak:

### Dima

Dima Arratia eskualdean kokatua dago eta 62.22 km<sup>2</sup> ditu. Arratia ibaiaren adarra den Indusi ibaiaren haranaren bi aldeetan hedatzen da. Mugakide ditu: iparraldean, Igorre, Lemoa eta Zornotza; hegoaldean Ubide eta Otxandio; ekialdean, Mañaria eta Abadiño; eta mendebaldean, Arantzazu, Artea eta Zeanuri. Diman gune bi bereizten dira: alde batetik Ugatza errearen bazterrak (bertan dago Ugarana herri-gunea) eta bere alboetan daude, baita ere, nekazaritzari lotutako lursail gehienak. Beste alde batetik, mendi-baso eta inguru malkartsuak udalerraren mugak inguratzen ditu: iparraldetik Aramotz-Durangaldeko kareharrizko mendi lerroa, Urkiola parke Naturalaren parte eta hegoaldetik Ilunbe-Urri-Altun mendilerroa. Gaur egun industria handirik ez dago herrian. Orain dela gutxi eraikitako Industrialdea dago Igorreko muga. Industrializazioak eragin gutxi izan du. Diman nekazaritzak eta basogintzak indarra izan du, nahiz eta bere ingurua malkartsua izan, lursailen kopuru txiki bat baino ez da izan lantzekoa.

### **Igorre**

Arratia ibaiaren ibarrean 17.52 km<sup>2</sup> azaleraz kokatzen da. Egungo biztanleria 4.240koa da. Arratia haraneko beheko aldean dago. Honako mugakide hauek ditu: iparraldean, Lemoa; hegoaldean, Arantzazu eta Zeberio; mendebaldean, Bedia; eta ekialdean, Dima. Ia malkartsua ez den gunea hartzen du.. Arratia ibaiak herria zeharkatzen du hegoaldetik iparralderantz eta, tokiko hainbat errekatoko (Igorrebaso eta Urkizu) urak ez ezik, Indusikoak ere jasotzen ditu. Gaur egun, gehiengo biztanleriak zerbitzu sektorean egiten du lan, beraz, nekazaritza tradizioa alde batera uzten joan da azken hamarkadatan.

### **Zeanuri**

Orozko, Areatza, Dima eta Ubidea udal barrutien artean dago. 68,98 km<sup>2</sup>-ko hedadura du, eta 1.290 biztanle ditu, gehienak herriaren iparraldean bizi direnak. Tradizio handiko herria da, mendiz inguratuta dago. Gorbeiaiko parke naturalak bere lur gehienak hartzen ditu, eta hori da bere erakargarritasun handienetariko bat. Landari oso lotuta dago, nekazaritzari, abeltzaintzari eta basoari lotuta. Populazio aktiboan industria garapenak gero eta garrantzi handiagoa hartzen du.

Elkarrizketatu ditudan emakume guztiak ezagutzen ditut. Ume nintzela ere ezagutzen nituen, batzuk lagunena amamak zirelako, beste batzuk lagunena ama, eta beste batzuk igandero ogia saltzen zutelako. Esan beharra dago, emakumeak aukeratu ditudala, edo aukera hau ezarri badut, gure etxean, eta beste batzuen etxeetan, haiek izan direlako baserriaren zutabe, oinarri, baserriko behar guztiak egin eta zaintza lanak egin eta sukaldea haiek gobernatzen zuten eta dute. Haiengana jo dudanean, ez dutela zer kontatu esan didate. Genero zapalkuntzaren laginak esanguratsuak dira, mendeetan zehar haien lanak ez du inongo errekonozimendurik izan eta sarritan itzaleko eta isileko lantzat hartua izan da. Hala ere, bideotan agertzen den bezala, badute zer kontatua, eta garena ulertzeko ezinbestekoa deritzot haien ahotsa entzutea.

**1- Simona Etxebarria Ortuondo.**

1927.urtean jaio zen. Hiru alaba eta seme bat dauzka. Igorren jaio eta Igorren bizi da.

**2- Maria Artabe Ibarrondo.**

1933.urtean jaio zen. 4 seme alaba dauzka. Makaztin jaio zen eta Munetxara joan zen bizitzen. Biak Dimako auzoak dira.

**3- Maria Angeles Bengoa Ansoleaga.**

1935. urtean jaio zen. Larrondo, Loiun jaio zen. Ezkondu eta Igorrera etorri zen.

**4- Maria Jesus Iruarrizaga Bustinza**

1939.urtean jaio zen. Igorren jaio eta Igorren bizi da.

**5- Irene Basterra Gogenola**

1943.urtean jaio zen Agustietako auzoan. (Diman) umeak txikiak direla Igorrera etorri zen.

**6- Maria Angeles Totorika Gondra**

1945. urtean jaio zen. Arantzazugoitiko auzoan. Arantzazun. Ezkondu zenean Igorrera etorri zen Seme alaba bi ditu.

**7- Maria Jesus Arbe Soloeta.**

1950. urtean Landatzin jaio zen eta bertan bizi da. Zeanuriko auzoa da. Ezkondu gabe dago. Ez dauka seme alabarik.

**8- Maria Teresa Bustinza Arriortua.** 1926. urtean jaio zen Artaunen (Dima) eta bertan bizi da.

**9- Gotzone Beobide Barrena.** 1948. urtean jaio zen Akaraten (Areatza) eta Igorrera ezkondu zen.

**10- Enkarna Sagarna Altuna.** 1950an jaio zen Artaunen baina gaur egun Igorren bizi da.

**11- Beatriz Arza Orbezua.** 1949. urtean Areatzan jaio zen baina gaur egun Igorren bizi da.



### 3. Lanaren garapena

I. eranskinean agertzen diren galderak izan dira ikerketa egiteko erabilitakoak (Barandiaran, *Guía para una encuesta etnográfica*). Hamaika emakumeen etxeetan jasotakoa, sei zatitan laburtu eta antolatu dut lan honetarako. Lehenengo zatian, gerraondoko otorduak noiz eta nolakoak ziren azaltzen da. Bigarreanean, mahaiaren antolaketa eta tresneria. Hirugarreanean, ogia egiteko prozesua deskribatzen da. Laugarreanean eta bosgarreanean, barauldiak eta animali jatorriko elikadura azaltzen dira, hurrenez hurren. Seigarreanean, azkenik, solasaldietan agertu ziren hitz ahaztuak bildu dira.

#### 3.1. Otorduak

Gosaria da goizean, ohetik jaikita, hartzen den janaria. *Armosue* esaten dute hemen. Batzuek esne zopak, morokila edo taloa gosaltzen zuten. Esnea etxekoa izaten zen. Behia txahala egiteko bazegoen, auzokoak ematen zieten esnea txahala jaio eta aste batzuk pasa arte. Esne zopak egiteko, ogia esnetan beratzen uzten zuten. Morokila arto irinarekin egindako jateko ore biguna da. Taloa, aldiz, arto irinarekin egindako ogi mehea. Hona hemen, morokila eta taloa aipatzen duten jasotako bertso eta koplak herrikoiak:

*gabon gabon gabon*

*bon bon bon*

*egin daigun guztiok*

*bon bon bon*

*gabonak pasa eta*

*zelai eder baten*

*hamalau neska mutil*

*morokila jaten*

(Karmeletan Angoitiak erakutsita)

*Maritxu petrolina*  
*Olabarrikoa*  
*katuek jan deutsela*  
*surteko taloa*

(Maria Angeles Totorika)

Hamarretakoa goiz erdian egiten den kopaua da. Gaur egun ere horrela ezagutzen dugu. Lan gogorra egiten zenean, bazkarira ondo heltzeko egiten zen jan txikitxo hau. Soloan lan egiten bazuten beti hartzen zuten kopautxoak.

Bazkaria zela jatordu nagusia adierazi zuten elkarrizketatuek. Garai haietan etxe askotan egunero baba lapikoa jaten zela esaten da. Beste etxe batzuetan barazkiak ere jaten zituztela komentatzen da. Baba lapikoari txorizoa eta urdaia botatzen zioten. Baserrietan bizi zirenak urtean behin txerria hiltzen zuten. Postrerako fruta jaten zuten, etxeko fruta. Sagarrak, menbriloa, okaranak... etxeko sasoiko fruta. Esnea soberan zegoenean gazta egiten zuten, behi esnearekin.

Igandetako bazkaria berezia zenez, ez zuten sukaldean bazkaltzen, egongelan baino, denak batera. Atsedenerako egunean garbantzuak, okela eta aza jaten zen. Aurretik entsalada ere jartzen zuten, ortuko barazkiekin. Postreak ere ezberdinak ziren jaiegunetan. Natilak, flanak, arroz-esneak eta pastelak egiten zituzten.

Meriendan ogiarekin txokolate zatitxo bat, txorizo zatitxo bat edo gazta jaten zuten. Eskolatik irteten zirenean merienda eskatzen zuten: *a-e-i-o-u merindea behar dogu* (Maria Angeles Totorikak esandakoa).

Afarian zartaginarekin egindakoak jaten zituzten. Kasu batzutan morokila ere afaltzen zuten. Arrautzak ere jaten ziren edo "gaztaina denboretan" gaztaina egosiak ere jaten zituzten.

### 3.2. Mahaiaren antolaketa eta tresneria

Mahaian jartzerakoan, emakumeak eta gizonak ez ziren jartzen era berean. Aita mahai buru jartzen zen. Bideoetan “aita mahai buru jartzen zen” agertzen da. Semerik bazegoen, aitaren alboan. Ama eta alabak lapikoa zegoen inguruan jartzen ziren.

*Konbidedu* hitza agertzen da, gure kultura tradizionalan arrunta izan da, familiarren artean gehien bat, konbitea egin, batzuk besteen etxera joateko, jaiegunetan normalean. Kasu honetan, “konbidedu” hau abadea balitz bera jarriko zen mahai buru, alboan aita eta semea. Jai handietan, umeak mahai txikitxo baten jartzen ziren eta lehenengo haiei ematen zitzaaien bazkaria .

Mahaian lagun bakoitzak bere janaria jateko erabiltzen duen zeramikazko ontzia platera da. Bakoitzak berea erabiltzen zuen. Hala ere, Maria Teresak, (Artaunen, Diman), auzoko batzuk denak plater batetik jaten zutela dio. Mariak, morokila *barreñuen* jaten zela komentatzen du. Denak, bertatik jaten zuten. Ontzi zabal bat da, plater haundi bat bezalakoa. “Tenedorak”, sardexkak dira. Orain daudenen antzekoak direla diote. Okela eta arraina jateko erabiltzen zuten. “Koilara”, platereko likidoak, zopea edo antzekoak, ahoratzeko erabiltzen den tresna. Honekin, “esne zopak,” berakatz zopa”, arroz esnea, natilak... jaten zituzten. Kutxiloa aiztoa da, punta zorrotz eta heltzeko parte egurrezkoa dena deitzen diote. Hau ez zuten asko erabiltzen. Okela horrekin txikitzen zuten, baina denek komentatzen dute, gero ez zutela eskuetan izaten . Fruta, intxaurrak, ogia, karakolak eskuekin jaten zituzten. Errezu moduan, *Pater Noster* (aita gurea) bat egiten zuten egurdietan eta gauetan errosario txikitxo bat amamarekin (Irene Basterrak komentatzen du).

### 3.3. Ogia egiteko prozesua

Astero egiten zuten ogia, baserri bakoitzak bere labea zuen. Ez zuten ogirik erosten. Ogi mota ezberdinak egosten zituzten:

- Ogi zuria. Gari irinarekin egindakoa.
- Tremesea, hau gure integrala izango litzateke.

- Mokotza edo morrokotea. Honek arrautza bat darama erdian. Aitabitxik, besoetakoari ematen zien.
- Pamitxea.
- Taloa.

Abarrak ekartzen zituzten basotik, abar meheak. Gero sua pizten zuten. Labea berotzen zenean, txingarrak kentzeko, "ipizkie" erabiltzen zuten. Ipizkia labea garbitzeko tresna zen. Ipizkiaren puntan, trapu edo "moltzoa" eta haren barruan "ideak" (iratzea) jartzen zituzten, uretan buztita, txingarrak kendu eta labea garbitzeko, labea-sua egin ostean eta ogiak sartu orduko erabiltzen zena. Haltza edo lizarrezko kirten luzea zuen. Ordurako, ogiaren masa prest zuten. Orea egiteko, irina jarri eta zulo txo bat egiten zioten, legamia jarri eta ura berotuta, baina irakin gabe nahasten hasten ziren. Gero masa hori *igurdi* egiten zuten. Irenek, *igurdi* hitza erabiltzen duenean, ogiari, bere gainean behin eta berriro, indarrez eta presioz eskuak pasatzea esan nahi du. Ore apurtxo bat hurrengo asterako uzten zela esaten du, hurrengo asteko ogia altxatzeko, ore ama deritzoguna.

Beste masa guztiei forma eman eta *azpiran* gordetzen zuten, ogia astintzeko (ordu bat). Gero mahai gainean manta jarri eta izara baten gainean beste ordu bat uzten zuten.

Lehenengo pamitxea sartzten zuten, txikiagoa eta estuagoa zelako, gero ogi lodiagoak egiten zituzten, hauek aste guttirako egiten baitzuten.

Taloa bi eratara egiten da. Lehenengoa txapa gainean edo "taloparearen" gainean. Mariak, esnearekin gosaltzen du, Irene Basterrak urdaia, txorizoa edo txintxortarekin. Bi eratara egiten zuten, gari irinarekin edo arto irinarekin.

Ogiaren inguruan, Gotzone Beobidek hau kontatzen digu: "*Gabonetan, jan aurretik, baserriko ogi biribilari ogi-kuskurra ebagi, errezau eta mantelpean sartzten zan; gero ha gorde eta hurrengo urtean bota eta barria gordeten zan. Aurreko urtekoa, urtegarrenean, bota edo txakurrari emoten jakon.*" Ogi hau ez zela urdintzen dio. Kontatzen digun gabon inguruko beste bitxikeria bat: "*eiten zan ardaia berotu. Bota eiteotsien azukerea ta gero ogie erretan zan, tostau eiten zan txingerretan edo, ze orduen ez zan egoten tostadoratik eta ezebez, ta*

*gero ardautzera ogie sartzean zaurien, ta gero ha ardaua eran eiten zan, ogie be jan eiten zan”.*

### **3.4. Baraualdiak**

Barau hitza, goizean ez jan ez edatearen ekintza da. Baraualdia galdetzen denean denak egiten zuten. Era bi agertzen dira. Lehenengoa hauts-egunean hasten zela komentatzen dute eta zazpi astetan egiten zuten baraualdia. Goizean ez zuten ezer jaten eta ostiraletan beraiek “bijilia” hitza erabiltzen dute. Bijilian ez zuten haragirik jaten. Mariak aldiz, jan gabe egoten zela komentatzen du, baina abade batek horrela ez egiteko azaldu zion. Azalpen horrekin beste era batera egiten zuten. Gutxiago jaten zuten eta ostiraletan ez zuten haragirik jaten. Maria Teresak, limosnatxoa ematen zuen, limosnatxo hori emanez, baraualdia ez egiteko “baimen txartela” lortzen zuten. *Buldea* deitzen zitzaion. Horrekin libre gelditzen ziren, ostegun santua eta ostiral santua kenduta.

### **3.5. Animalia jatorriko elikadura**

Txerria hiltzen zuten negura begira, San Martin eguna izaten zen egun egokia, azaroaren 11an. Beste batzuk Inmakuladako zubian ere hiltzen zuten, abenduaren 8an. Gabonetan okela izatea eta negu gorria hobeto igarotzea zen helburua. Txerria etxe guztietan hiltzen zuten. Txorizoa eta odolkiak egiten zituzten. Saiheskiari gatza eta piperra botatzen zioten, horrela hobeto mantentzeko. Txintxorta hitza ere agertzen da. Txerriaren koipea zartaginean urtu eta gero, han gelditzen ziren okela zati solidoak dira. Hau taloarekin ere jaten zuten. Txerriki jana oparitzen zen galdetzen dudanean, ezetza edo dudaz erantzuten dute.

Maria Teresa Dimakoak honela dio *“txarrie agarretan gizonak etortzen ziren, gero guk emakumeok odola batzen genuen, baina lanak hasi baino lehenago denok anis kopatxo bat edaten genuen”*. Odolkiak ere ezberdindu egiten ditu. Odolki handienari “buzkentza” deitzen dio. Txerria hil baino egun bat lehenago, *“Bezperan prestetan gindun arroza ta porrua”* esaten du. Goiza heltzerakoan, gizon batek gantxoa sartzen zion, besteek *“atzeko hankak”*

hartzen zituzten. Bitartean, andrak odola batzen zuten, irabiatuz. Gero, kuadrilan gibela jaten zuten. Hesteak, txerriarenak erabiltzen ziren, tamaina ezberdinekoak. Odoloste ezberdinak ateratzen ziren. Meheak odolosteak ziren, lodiak morzilak, eta handienari *lopeto* deitzen zitzaion.

Oiloak izaten zituztenez, arrautzarik ez zen falta etxeetan. Arrautza berriak etxera eramanez gero, zaharragoak beste ontzi baten uzten ziren. Arrautzekin tortilla eta postreak egiten ziren. Oiloa hiltzen zutenean, salda egiten zuten eta gero oiloa zatitu eta arrautzaztatu egiten zen. Untxia ere hil eta jan egiten zuten. Saltsan jartzen zuten baina ez zuten eguneroko janetan sartzen.

Mariskorik ez zuten ezagutzen. M<sup>a</sup> Angeles Totorikak ganbak San pedro egunean jaten zituen. Arraina errekaakoa jaten zuten gehien bat: arrankaria, aingira, kangrejoak.

Gazta, etxean egiten zuten. Legarra botatzen zioten. Gazta gogortzen zenean, ontzi batean uzten zuten. Ontzi horrek zuloxoak zituen eta ura bertatik iragazten zen. Ez zuten gatzaturik egiten. Ez dute gogoratzen.

Maria Teresa Artaunekoak, karakolik ez zutela jaten esaten du. Gaur egun baietz, baina lehenago karakolik ez zela jaten. Mariak ere ez zuen karakolik jaten. Irenek bai eta M<sup>a</sup> Angelesek ere bai. M<sup>a</sup> Angelesek nola batzen eta garbitzen zituzten azaltzen du: *“Lenengo batu amagaz, gero uretan itzi, barrero garbitu eta mokoa kendu arte hantxe izten ginduzen”*.

### 3.6. Lanean aurkitutako hitz bereziak

- **Ipizkie:** labea garbitzeko tresna, laba-sua egin ondoren eta ogiak sartu orduko erabiltzen zen.
- **Igurdi:** gauza bati, behin eta berriro presioa egin.
- **Azpirea:** ogia egiteko orduan irina eragiteko prestatuta dagoen egurrezko altzaria.
- **Astindu:** gauza bat eragin.
- **Ogia jegi:** ogiaren oreka legamiatua.
- **Mokotsa:** pazkoa egunean aitabitxik edo amabitxik besoetakoari egiten dioten oparia.

- **Esne Zopak:** esnetan berotutako ogia.
- **Morokila:** arto irinarekin egindako jateko ore biguna da.
- **Talopara:** taloak erretzeko tresnak.
- **Ogi erredondoa:** ogi borobila.
- **Buldea:** baraualdia ez gordetzeko ordaintzen zena.



3. irudia. Era tradizionalan egindako ogia (argazkia: Eukeni Arriortua).

#### 4. Emaitzak eta ondorioak

Sasoi bateko euskaldunen etxeetako sukaldeko sua, bazter batean egon beharrean, sukaldearen erdi erdian ei zegoen. Sua zen etxeko arima eta suaren inguruan elkartzen ziren etxeakoak. Bertan kontatzen ziren ipuinak eta bertan bota bertso eta koplak, laratzak belaunaldi desberdinen ekarpenak denak omen zituen gordeta.

“Txapako labea” lanak ekar ditzaken onurak ikaragarriak dira, hasteko gure kulturak sukaldearekin izan duen harreman estua kontuan izanda hitz asko berreskuratzea daukat xede, horretarako “burruntzaliaren berbak” proiektua abian jartzea proposatzen dut, hau da, sukaldearekin lotura daukaten berbak, asko gure ingurumarian desagertzen dauzkagunak, berreskuratzea izango dut helburu legez. *Sorkia, burruntzalia, iris-ontzia, katilua, titerea, laratza, ipizkie...* Guztiak ere suaren inguruko hitzak eta ahozko tradizioan sona handia izan dutenak, honekin batera esaera zaharrak ere ekartzeko asmoa dauka nire proiektuak. *Jan eta lo, potolo/ laratz beltzak berbaz baleki/ arrautzak hautsi gabe tortilla egin/ arrautza batez tortilla handia egin...*

Eskolako ortua ere sortzea daukat helburu eta sasoiaren sasoiko produktuak jatea izango litzateke helburua, gure ortutxoa atontzen eta gobernatzen emango genuke astean saioaren bat. Haurrek, era honetan ortuarekin eta gure produktuekin harreman zuzena izango lukete. Bertako ekoizleekin ere harremanak sendotzea gurako genuke, besteak beste, Arratian *Igitie* elkarteak daukagu, bertako ekoizle eta hornitzailez sostengatzen den elkarteak, haien lana bertatik bertara ere ezagutzeko ondo legoke, horrela naturarekin harremanean bizi den jendea ezagutzeko bideak erraztuko genituzke, ume askok eta askok produktuok supermerkatuan bakarrik ikusi dituztelako. Ikas komunitatea ez da modu isolatuan ikusi behar eta era honetan komunitatearekin harremanak sendotuko genituzke.

Jantokiari ere beste izaera bat eman nahi nioke, gaur eguneko jantokirik gehienak gatazka leku eta gune zaratsuek dira eta jantoki atseginak sortzea izugarria litzateke. Umeak janariarekin daukan harremana aldatu eta jatea plazer bidea dela adieraztea helburutzat daukat. Jantokia maitasunerako eta sozializatzeko gune gisa ulertzeko nahia uztartzea



gustatuko litzaidake, euskaldunok mendeetan zehar oinarri izan dugun jateko plazer hori zabaltzea oso polita litzatekeelako.

Azkenik, arlo etnografikotik azterketa egitea nahiko nuke, etnografia, grekotik (ethnos tribua, herria), etniaren azterketa deskriptiboa delako, izan garenetik, garenera eta izango garenera pausuak emateko ezinbestekoa deritzot. Jaten duguna gara eta era orekatu baten jatea ezinbestekoa deritzot. Hortik abiatzen da nire proposamen hau. Ginelako gara eta izango gara. Azken urteetan Euskal herria zeharo aldatu da. Jakin badakigu gure lurrek etengabe hainbat kultura pasatzen ikusi dituztela, hainbat kultura eta hainbat hizkuntza. Euskal Herria harremanetan eraiki den herrialdea izaki, beti iturri desberdinetatik edan duen gizartea izan da, baina mundu globalizatzaile honek dena berdintzeko daukan erratzak azkenaldian beste erantzun batzuk aurkitzera garamatza. Gure sukaldeak ere horren isla dira, erdigune izatetik azkartasunezko gune bilakatu dira. Sukaldeak familiaren topaleku eta elkartzeko ezinbesteko toki izatetik, pasoko espazio izatera pasatu dira, bigarren mailako leku. Etxeetan okupatzen duten lekua gero eta txikiagoa da, bai neurritz bai garrantziz, eta haren inguruan eraiki den kulturak indarra galtzen dirau. Gure herriak mendeak zeramatzan su inguru horretan hizkuntza eta kultura elikatzen, gaur egun *facebook*-en ikus dezakegu urliaren patata tortilla. Hitzak eta elikatzeko modu osasuntsuak baztertze joeran gabiltzan garaiotan inoiz baino garrantzitsuago deritzot sukaldeak, janaria eta hizkuntza erdigunera ekartzea. Egunero jaten dugun hori garelako, eta ez bakarrik sukaldean sabela era osasuntsuan betetzen dugulako, baita ere haren inguruan tradizioa eta mundu ikuskera baten haizeak dantzan dabilzalako.

Gure haurrak osasuntsu jatera bultzatu behar ditugu eta zeharka gure kulturaz busti, *Basque Culinary Center* handitik, gure ipizki txikira pasatzeko tenorea dela uste dut eta euskal sukaldaritzaz daukagun aurreiritzi asko iris-ontzitik pasatzea ondo legokeela ondorioztatu dezaket, hizkuntzen handitasun hegemonikoek, maiz hitz eta hizkuntza handietara garamatzate, eta bertan daukagun aberastasunaz ez gara jabetzen.

Gure hizkuntza eta kultura izango badira, txikitik handira salto ematea ezinbestekoa da, gure hizkuntzaren ezagutza haren kulturarik gabe nekez ulertuko baitugu. Plater handiak jateko gutxi dakarten garaiotan, agian plater txikiagotan jateko ugari eta desberdina eskaintzea hurrei ondo legoke. Aniztasuna abiapuntua izanda beste kulturen jateko ohiturak oso

kontuan izatea daukat xede, gurea eta besteena ere ezagutuko dugu, eta guretik haiena aberastu eta haienetik gurera.

Horretarako jarduera batzuk proposatzen ditut eranskinetan azalduta agertzen direnak.

## 5. Erreferentzia bibliografikoak

Barandiarán, J.M. eta Manterola, A. (1990) *La alimentación doméstica en Vasconia*. Bilbo: Etniker Euskalerra, Eusko Jaurlaritza.

Barandiarán, J.M. (1984). *Guía para una encuesta etnográfica*. *Hedatuz.euskomedia.org*.

Berreskuratua: 2017/11/02 <http://hedatuz.euskomedia.org/1454/1/03229280.pdf>

Del Valle, T. (1983). La mujer vasca a través del análisis del espacio utilización y significado.

Ingeba.org. Berreskuratua: 2018/04/14

<http://www.ingeba.org/lurralde/lurranet/lur06/06valle/06valle.htm>

Eusko Jaurlaritza, Hezkuntza Saila (Azken eguneratzea: 2016/10/18). *Heziberri 2020 Plana*.

*Euskadi.eus*. Berreskuratua: 2018/05/16 <http://www.euskadi.eus/h2020-plana-eae-curriculum-dekretua/web01-a2h2020/eus/>

Garrido,N.(2017). *El metodo de James Spradley en la investigación cualitativa*.

*Dialnet.unirioja.es*.

Berreskuratua:

2018/02/16

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulocodigo=6195700>

Gumperz, J. J. y Hymes, D. (1972). *Directions in Sociolinguistics: The Ethnography of Communication*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Hik Hasi (2015). Artikuak. *El Martinet eskola*. *Hikhasi.eus* Berreskuratua: 2018-05-13

<http://www.hikhasi.eus/Artikuak/20150201/el-martinet-eskola>.

Larrea, A. eta Rekalde, J. (2010) *Arratia inguruko hiztegia*. Bilbo: Ediciones Beta III Milenio SL.

Murillo, F. J. eta Martínez-Garrido, C. (2010). *Investigación etnográfica*. *Uam.es*

Berreskuratua: 2018/01/14

[https://www.uam.es/personal\\_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso\\_10/I\\_Etnografica\\_Trabajo.pdf](https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/I_Etnografica_Trabajo.pdf)

## ERANSKINAK

## I. ERANSKINA

## GALDETEGIA

37.- *¿Cuántas veces se come al día y qué nombre recibe cada una de estas comidas?*

Zenbat bider jaten zen eta jatorduen izenak?

38.- *¿Dónde se come y a qué horas del día?*

Non jaten zen? Eta zein ordutan?

39.- *¿Cuál es la comida principal? ¿Qué se come en cada una de las comidas?*

Zein zen jan nagusia? Zer jaten zen jatordu bakoitzean?

40.- *¿Cómo se preparan y con qué se condimentan las comidas ordinarias?*

Nola egiten zen jan hori? Zerekin jartzen zen?

41.- *¿Existe alguna diferencia en el número, hora y género de comidas, según sea la época, labor, día laborable o festivo?*

Janak aldatzen ziren urtaroaren arabera?

42.- *¿Cuál suele ser el orden de los platos?*

Zein zen lehenengo eta bigarren platerak?

43.- *¿Qué se bebe en cada clase de comida?*

Zer edaten zen jan bakoitzean?

44.- *¿Quiénes comen a la misma mesa, y en qué orden toman su lugar en ella?*

Nortzuk jaten zuten mahaian? Eta lekuak?

45.- *¿Comen todos de un plato común, o usa cada uno el suyo?*

Bakoitzak bere plateran jaten zenuten? Edo plater beretik jaten zenuten?

46.- *¿En qué comidas se usa la cuchara, y cómo es ésta? ¿De qué forma y material?.*

Koilara noiz erabiltzen zen?

47.- *¿Qué alimentos se sirven directamente con los dedos y cuáles se comen con tenedor o cuchillo?*

Zeinek jaten ziren hatzamarrekin? Eta sardeskarekin? Eta kutxiloarekin?

48.- *¿Cómo se preparan los huevos? ¿Se hace conserva de huevos?*

Arraultzak non jartzen zenituzten? Nola?

49.- *¿Se recita alguna plegaria antes o después de las comidas? ¿Cuál es?*

Errezatzen zenuten? Janan aurretik? Gero?

50.- *¿Cuáles son los días de ayuno y qué se come en ellos?*

Noiz egiten zen baraualdia? Eta zer jaten zen?

51.- *¿Hay días en que se toman manjares especiales? ¿Cuáles son?*

Noiz jaten zenuten jan bereziak? Noiz?

52.- *¿Se fabrica pan casero? ¿Con qué harina?*

Ogia egiten zenuten? Hirinarekin?

53.- *¿Con qué utensilios y combustible se trabaja en el horno casero?*

Labea zenuten? Ze tresna erabiltzen zenuten?

54.- *¿Qué levadura se emplea. para hacer que fermente la masa?*

Legamirik erabiltzen zenuten? Zelan egiten zen?

55.- *¿Qué procedimientos y utensilios se emplean para amasar?*

Nola egiten zenuten masa hori?

56.- *¿Qué forma y peso suele tener el pan ordinario?*

Ze forma zuen eguneroko ogiak?

57.- *¿Se agrega a la masa que se hace con harina alguna otra cosa como sal, patata, etc.?*

Erabiltzen zenuten beste produktu batzuk, gatza, patatea etb?

58.- *¿Se hace pan con harina de centeno?*

Beste hirinik erabiltzen zenuten? Orloa etb..

59.- *¿Se hace pan con harina de maíz? ¿Cómo se hace y se cuece este pan?*

Arto hirina erabiltzen zenuten? Nola egiten zenuten?

60.- *¿Se hacen talos con harina de maíz? ¿Se comen solos o acompañados de otro alimento?*

Talorik egiten zen Arto hirinarekin? Nola jaten zenuten?

61.- *¿Se matan cerdos, ovejas, gallinas, conejos u otros animales para consumo doméstico? ¿En qué ocasiones o épocas del año? Describanse las operaciones anejas a la matanza y los instrumentos y utensilios que se emplean.*

Txarria hiltzen zenuten? Oiloak, ardiak? Deskribatu apur bat

62.- *¿Qué clases de embutidos se hacen en casa? ¿Con qué material? ¿Qué envoltura se emplea? ¿Estómago, intestinos?*

Txorizoak eta egiten zenuten? Hesteak erabiltzen zenuten?

63.- ¿A quiénes se regalan las morcillas? ¿Qué otras cosas se regalan con motivo de la matanza de cerdo, de oveja, etc.?

Odolosteak edo mortzilek oparitzen ziren? Nori?

64.- ¿Dónde y cómo se conservan los embutidos?

Non gordetzen zenuten txorizoa keta?

65.- ¿Se fumigan los embutidos? ¿Qué otras cosas se fumigan? ¿Con qué y cómo?

Zerbait botatzen zenioten Txorizoei? Zer?

66.- ¿Qué especies de frutas se desecan? ¿Dónde? ¿Cómo?

Fruituak sikitzen zenuten?

67.- ¿Se comen setas? ¿Qué clases de setas?

Perretxikoak jaten ziren? Zeinek?

68.- ¿Se comen caracoles de tierra? ¿Cómo se preparan?

Lurreko karakolak jaten zenituzten?

69.- ¿Se comen mariscos? ¿Qué especies? ¿Cómo se recogen? ¿Con qué instrumento?

Mariskoa jaten zenuten? Zerekin?

70.- ¿Se comen peces de río? ¿Cuáles?

Erreka arrainik jaten zenuten? Zeintzuk?

71.- ¿Qué clases de quesos se fabrican en casa? ¿Con qué leche?

Gaztaia jaten zenuten? Ze esnekin egindakoak?

72.- ¿Con qué procedimiento se logra cuajar la leche?

Gatzatueri zer botatzen zenioten?

73.- ¿Qué operaciones comprende la fabricación del queso? ¿Qué vasijas y utensilios se emplean en ellas?

Gaztaia egiteko zer erabiltzen zenuten? Tresnak zeintzuk ziren?

74.- ¿Qué forma tienen los quesos? ¿Dónde se conservan? ¿Se queman o se fumigan?

Ze forma zuten gaztaiak? Non gordetzen ziren?

75.- ¿Qué se hace del suero? ¿Se hace requesón? ¿Cómo?

76.- ¿Se hace cuajada? ¿Cómo? ¿Se cuece para ello la leche con piedras candentes? ¿Qué clases de piedras y de qué forma y volumen?

Gatzatue egiten zenuten? Harriekin egiten zenuten? Zein harri?

77.- La leche y sus derivados, ¿se destinan a la venta? ¿Dónde son vendidos?

Esnea saltzen zenuten? Non?

78.- ¿Cómo se llama la leche agriada? ¿Qué se hace de la nata? ¿Se fabrica mantequilla?

Nata erabiltzen zenuten? Esne ebagia zegoen? Mantekilarik egiten zenuten?

79.- ¿En qué se utiliza la leche de burra?

Asto esnerik erabiltzen zenuten?

80.- ¿Qué plantas se usan como legumbre y como condimento?

Lentejak, eta garbantzuak egoten ziren? Zerekin jaten zenuten?

## II. ERANSKINA

### SUKALDARITZA ESKOLARA GERTURATZEN

#### Elikagai ekologikoak

Elikagai ekologikoak hobeak dira? Gure amamek sasoikoa eta bertakoa jaten zuten: egia al da? Umeen ikuspegitik, elikagai ekologikoen ekoizpena konbentzionalarekin konparatuta oso desberdina da gauza askotan. Mugimendu ekologikoaren helburua jasangarritasuna da. Eskolan dieta jasagarria bultzatuz, hala nola, sasoiko eta bertako elikagaiak erabilia, gure ongi izatea lortuko genuke.

Bertan, ENEEK eta CPAEN-NNPEK, Euskadiko eta Nafarroako nekazaritza eta elikadura ekologikoen argazkiak jarriko ditugu (ENEK eta CPAEN-NNPEK), umeek etiketak ezagutu ditzaten.

[www.eneek.eus](http://www.eneek.eus)

[www.cpaen.org](http://www.cpaen.org)



#### Umeak ikertzaile

Ikerketa etnografikoa zer den azaldu eta gero, eskolan, Barandiaran nor den landuko genuke. Etnografia lantzeko galderen proposamenak aukeratu eta etxerako bidaliko genizkieke, ume bakoitzak bere galderen erantzunak ekarriko lituzke.

Gaur egun eskolan kultura ezberdineko ikasleak ditugu. Umeei miresmen puntu bat sortu araziko diegu, etnografo bihurtu. Gero gelan galderen erantzunak landuko genituzke, horrela komunikazio gaitasuna ere landuko dute. Zeharkako gaitasunak ere landuko lituzkete, **egiten ikasi eta izaten ikasi.**

Umeak zientzialari eta ikertzaile izango dira, hots, ikerketa bat egin beharko dute. Bertan, elikagai ekologiko eta konbentzionalen arteko konparaketa egin beharko dute.



Irakasleek umeak bideratuko dituzte, ikerlari senti daitezen.

Baliabideak:

Internet. Galdera batzuk gelan landu eta *Igiti* taldekoei eginda.

Amamen bideoak ikusita, haiek bere sasoian jaten zutena eta guk zer jaten dugun konparatu.

Gelan ondorioak aterako genituzke.

### **Elikagaiak eta eskolako baratza**

Eskolan ortu bat jarriko genuke. Horretarako ikasleek galdera batzuk egin beharko dituzte.

Zein hiletan gaude? Zer landa dezakegu?

Etxera galdera horiek eramango dituzte. Gurasoei, senideei edo internet erabilia, zer landa dezakegun bilatuko lukete. Beste kulturetako umeek zer landatzen duten ere gelara ekartzea interesgarria litzateke oso; horrela, beste jaki batzuk aztertzeke aukera izango genuke.

Baratzeko egutegia lan dezakegu:

#### **URTARRILA:** *urtarrilaren hotza ikazkinaren poza*

Erein: Baba handia, baba beltza, baratxuria, azenarioa, eskarola, tomatea, tipula.

Landatu:

Tipulina, uraza.

#### **FRUITU BARATZEA:**

Hostoak galtzen dituztenak landatu.

#### **OTSAILA (OTSAILEKO EGUZKIA BAINO TXOROAGO)**

Erein: Goizeko patata, erremolatxa, udako brokolia.

Landatu: Marrubia, tipula zuria eta gorria

#### **MARTXOA:** *martxoan haize, sagardian lore*

Erein: Porrúa, orain ereingo da hazia. Hazitegian hasiko da landare txikia, udaberri hasieran landatzeko

Berotegian landa genezakeena: piper berdea, gorria eta tomatea.

**APIRILA:** *Apirilean zenbat izotz, maiatzean hainbeste elur.*

Erein: Baba beltz txikia, aza, jendea, porrua.

Garaiko fruta: zitrikoak, mizpira japoniarra.

**MAIATZA:** *Maiatz lore, lore eta lore.*

Erein: Maiatzean ereiten dira udazkenean bildu eta negua igarotzen lagunduko digutenak.

Adibidez, Ameriketatik ekarritakoak: ARTOA, BABAURRUNA ETA KALABAZA.

Horiek elkarlanean, naturarekin bat egiten dute.

**EKAINA:** *Ekaina lur busti gure ama negarti.*

Erein: Uraza, Uraza gorria, erromaneskua, brokolia,

Landatu: Uraza, azagorria, azalorea, erromaneskua.

**IRAILA:** *Buruila udaren buztana eta neguaren hastapena.*

Erein: Baba, eskarola.

Ongarri berdea egin: Belar finak eta usaindunak zatitu (porru, tipula, oreganoa, erromeroa), nahastu eta bota.

Landatu: Porrua, uraza, azaloreak.

**URRIA:** Batean denbora ederra, bestean euria denean.

Hemen ikasleak azoka batera eramatea izango litzateke ideia. Urte guztian baditugu ere, azoka bereziak udazkenean izaten dira. Irteera horretan, genero ikuspegia lan dezakegu. Askotan emakumeak izaten baitira saltzen dabiltzanak. Nortzuk dira saltzaileak? Zenbat emakume eta zenbat gizon daude saltzen?

Urriaren 15a Landa inguruneke emakumearen nazioarteko eguna da (aztertu).

**AZAROA:** Zemendia hamaika gariak ereiten

Azaroa haziaren aroa, eta lurra lantzeko sasoi da.

Erein: Baba handia, baratxuria

Landatu: marrubia, eta porrua.

**ABENDUA:** *Abenduko eguna argitu orduko iluna.*

Azaroan egin ez baduzu, erein ditzakegu oraindik: baba handia, baba beltza udaberriko porrua.

### III. ERANSKINA

#### ERREZETEN BILDUMA

#### **GATZATUA**

Osagaiak:

-6 pote betetzeko

-1l ardi esne

-Gatzegi likidoa edo legamia.

#### **Nola Prestatu:**

Esnea irakin egingo dugu. Irakin bezain laster atera egingo dugu sutatik. Termometroarekin neurtuko dugu esnearen temperatura.

37ºan dagoenean, atzamarra ere sar dezakegu, beroa beste era batera neurtzeko.

Esnea epel dagoenean, katiluak esnearekin beteko ditugu. Katilu bakoitzean lau-bost tanta botako ditugu, eta koilara txikitxo batekin nahastu.

Gero geldian utziko dugu.

#### **MOROKILA**

Osagaiak:

-Irina

-ura

-Gatza

Morokila artoaren irinarekin egindako ore biguna da. Arto irin egosiarekin eta urarekin egiten da. Jaterako orduan, esnea edo ura botatzen zaio.

#### **Nola prestatu:**

Ontzi batera ura botako dugu eta gatz pixka bat.

Pixkanaka-pixkanaka irina esku batekin erantsiko dugu. Beste eskuarekin irabiatu bitartean.

Loditzen denean, sutatik kendu. Katilura bota, ura edo esne beroa bota.

## **TALOA**

Osagaiak:

- Arto irina.
- Ur beroa bota pixkanaka.
- Apurka-apurka.

### **Nola prestatu:**

Masa egiten denean, masa hori landu egin behar da, irina erantsiz. Gero bolatxoak egin eta landu. Bolatxo hori zabaldu, eta eskuekin zapaldu.

Guk eskolako jantokian, plantxaren gainean egingo dugu.

## **MOKOTZA EDO MORROKOTEA**

Osagaiak:

- Irina,
- ura,
- gatza,
- legamia
- arrautzak.

### **Nola prestatu:**

Masa zenbat eta gehiago landu, gozoagoa izango da.

Masa hori lotan jarri behar dugu, leku epel batean. (Momentu honetan, irakasleak anekdota lez, Artauneko Maria Teresak kontatu ziguna konta dezakegu gelan).

Leku epel hori, Diman umeak lo daudela haien hanken ondoan jartzen zen.

Masa egin eta gero, triangelu forma emango diogu. Erdian arrautzak jarri eta labara sartuko dugu.

Arratian, garizuma garaian aitabitxik eta amabitxik besoetakoari oparitzen zioten.

Mokotzari etiketa edo paper polit bat egin diezaiokegu, bakoitzak bere etxera eraman dezan.

Errezeta hauek gelan egiteko, kontutan izan behar dugu, gaur egungo alergia arazoak.  
(Glutena, esnea....)

#### IV. ERANSKINA

##### ERREFRAUEN BILDUMA ETA KANTEN BILDUMA

- Abadearen lapikoa, txikia baina gozoa.
- Aho zabal, logale edo gose
- Alferrentzat jana, eta langileentzat ez inoiz faltako.
- Aseak gosea ezin ikus.
- Balizko esnearekin ezin gosaldtu.
- Baratxuria, zazpi gaitzen kontrako janaria.
- Beti jan, eta beti behe!
- Bostak eta iluna, txerria hiltzeko eguna.
- Dagoenean bon bon, ez dagoenean egon.
- Egia egi, ogia ogi, arda arda, bi eta bi lau.
- Eguneroko izerdia, egunerako ogia.
- Eskerrik asko, Mari Belasko! Okela gutxi eta salda asko.
- Etxeko sua etxeko hautsez estali behar da.
- Goizean porrusalda eta eguerdian azak, aise kabituko zaizkit ipurdian galtzak.
- Jan da lo, potolo.
- Ogi gogorrari hagin zorrotza.
- Ogitik datorkigu egia, egiatik datorkigu ogia.

##### KANTUEN BILDUMA:

Maritxu petrolina

Olabarrikoa

Katuek jan deutsela

Surteko taloa.

Gabon gabon gabon

Bon bon bon

Egin daigun guztiok

Bon bon bon

Gabonak pasa eta

Zelai eder baten

Hamalau neska mutil morokila jaten.

Bela bela jaune

Aite non da jaune?

Aite soloetan

Soloetan ze(r) e(g)iten?

Artoak ereiten

Artoa ze(r)tako?

Oiloentzako

Oiloa ze(r) e(g)iteko?

Arrautzea e(g)iteko

Arrautzea ze(r)tako?

Abadearentzako

Abadea ze(r)tako?

Aingerutxu biren artean

Zerura joateko.



## V. ERANSKINA

### SUKALDARITZA IKAS KOMUNITATEA

Sukaldaritza bidelagun izanda eta oinarri edukita, hezkuntzan ikas komunitateak dituen onurak eskolara ekartzea sano ona izango litzateke. Gure amama aitita, jubilatua, ikasleak edo boluntarioak eskolara ekarriko genituzke. Jarduerak irakasleok eta boluntarioak adostuko genituzke.

Sukaldaritzako ekarpen guztiak baliagarriak izango dira, sukaldaritzan konpetentzia guztiak erlazionatzen dira eta ez zaio batari besteari baino garrantzi handiagoa ematen. Gaitasun orokorrak ere lantzen ditugu. Heziberri proiektuarekin bat datozenak.

Erosketak merkatuan edo herriko dendetan egingo genituzke.

Hizkuntza, elkarrizketa eta galderak gure gurasoei, boluntarioei, sukaldariei edo amama aititari. (Ikasleak grabatu ere egin daitezke).

Marrazkiak egin ditzakegu gelan, janari ezberdinak jarriz.

Sukaldatzen hasten direnean taldean lan egiten ikasiko dute. Elkarlana sustatzea garrantzitsua da. Gure ingurukoekin, asko ikas dezakegulako. Ikuspuntu ezberdinak, estrategia ezberdinak ikustea eta ikastea, pertsona legez entzuteak aberasten gaitu eta.

Beste puntu garrantzitsu bat lan dezakegu, gure inguruan zer daukagun, eta munduko umeei zer duten. Solidaritatea ere lantzea ondo legoke, hau da, daukanak ez daukanari eman.

Eskola, familia eta herria bat egitea izango da gure helburu nagusia, herri hezitzailea.

Zer landuko dugu? Heziberri 2020 kurrikulunarekin bat datorrena, *Txapako labearen* proposamenekin.

OINARRIZKO ZEHAR-KONPETENTZIAK:

Komunikatzen ikasi

Norbera izaten ikasi

Pentsatzen eta ikasten ikasi

Elkarrekin bizitzen ikasi

Egiten eta ekiten ikasi

