

თქვენი

უანი იანი

მადრდანება



Moder Georgien  
Kartlis Deda



Kung Tamara



Medea



საქართველოში

## VÄLKOMMEN TILL GEORGIEN!

**D**en som en gång har satt sin fot i Georgien glömmet det inte. Det lilla landet som till ytan är dubbelt så stort som Jämtland och med runt fyra miljoner invånare, och som sträcker sig från Svarta havets östra kust bort emot Kaspiska havet. Landet avgränsas i norr och söder av bergskedjorna Stora Kaukasus respektive Lilla Kaukasus, med högsta toppen på drygt 5000 meter ö.h. Slättlandet mellan bergskedjorna korsas av Lichis bergsrygg, som delar landet i en västlig och en östlig del.

Den storslagna naturen erbjuder allt från Europas högst belägna bosättning 2200 meter upp i de högresta Svaneti-bergen, till subtropiska badorter där minnena från busslaster med sovjetiska turister på den tiden landet ingick i Sovjetunionen fortfarande är levande. Naturliga källor, böljande vinodlingar, fält som lyser knallgula av solrosblommor i den skarpa majsolen. Allt detta stannar kvar i minnet, men framförallt minns man matglädjen.

När du kommer till Georgien är vårt första tips att besöka en matmarknad! Du kan ta vilken som, de är alla fullkomligt ljuvliga. Där och då kommer du förstå att storheten i georgisk mat inte ligger enbart i recepten och kokkonsten, utan också i den bördiga rika jorden, det omväxlande klimatet, de kyliga nätterna och de många soltimmarna. Djupt röda tomater

som har fått mogna ifred på sin gren, gröna små vildplommon, glänsande svartlila auberginer, avlånga hasselnötter, högar med valnötter och berg av färska örter. Vem blir inte hänförd?

Varje gång vi kommer till den centrala matmarknaden i Tbilisi, *Dezertirebis bazari* (desertörsmarknaden), så är människorna bakom stånden minst lika viktiga för oss som varorna de säljer - vi vill lära oss allt om den egna gårdens grönsaker, ostar, örter och inläggningar. Vi finner vänner och vid varje återkomst får vi ett glatt leende och en kram. En av kvinnorna som varje dag säljer sina fantastiska produkter är Nina Kokilashvili. Av henne köper vi *churchkhllas*, stråna med valnötter som doppas i druvjuice för att sedan stelna på sitt snöre, ungefär som vi stöper ljus (se mer sid 262).



### Maten är en fest

Maten och vinet är Georgiens stolthet och *supra* – festbordet – är knutpunkten och det sammanhållande kittet i nationen som under långa perioder ockuperats av främmande makter.

Det finns så oändligt många sätt att beskriva det georgiska köket, men inget som riktigt gör det rättvisa. Georgisk mat har tusenåriga anor men känns modern, basen är vegetarisk, ofta till och med vegansk. Köttet är mer av ett tillbehör, även om det är svårt att motstå den dragandofotande lammgrytan *chakapuli*. Maten är rustik men välbalanserad – långt ifrån *fine dining* och tjusiga uppläggningar. *Farm-to-table*-kulturen är matfilosofi; här köps inte gärna färdigförpackade kryddor, grönsaker eller kött utan allt ska vara så färskt så möjligt, helst direkt från odlaren, slaktaren eller kryddhandlaren. Det är svårt att tänka sig något annat land som använder färska kryddor i sådant överflöd som Georgien. Mängder av örter får koka i timmar till fond, eller hackas i mot slutet. Eller så serveras de i buntar som ställs fram på bordet och äts som de är.

Dessutom hyser Georgien, till skillnad från exempelvis medelhavsköket som också gillar färska örter, en stor kärlek till torkade malda kryddor, på samma sätt som i Indien. *Khmeli suneli* är Georgiens egen curryblandning. Den kan variera från kock till kock men innehåller alltid korianderfrön, torkade blomblad från tagetes (kallad imeretisaffran), blåväppling och sommarkyndel.

Kungen av ingredienser är valnötter, som finns i allt från förrätter via soppor och grytor, till efterrätter och sötsaker. Valnötter tillsammans med aubergine och granatäppeln finns med på ett hörn i varje georgisk måltid. *Puri*, avlånga surdegsbröd bakade i tandoori-liknande ugnar (*tone*), likaså. Mjölksyrade grönsaker med den karaktäristiska kallpressade oljan gjord på rostade solrosfrön

ringlad över. Ostar i alla dess former, i långa trådar, flätade, rökta, smälta, droppformade, gjorda på ko-, buffel- eller färmjolk.

På sidan 161 får du träffa Ana Mikadze-Chikvaidze, som har gjort det till sin livsuppgift att återskapa så många som möjligt av de hundratal ostar som fanns innan Georgien blev en del av det sovjetiska riket, där enbart fyra olika sorters ostar tilläts. Ana reser runt i otillgängliga byar och återupptäcker ostar som är så lokala att ingen ens brytt sig om att ge dem ett namn – ”stinkande osten” fick duga.

Vi får inte heller glömma vinet. Georgien kallas ”vinets vagg” och det finns arkeologiska fynd som visar på oavbruten vintillverkning så långt som 8000 år tillbaka i tiden. Idag är Georgien känt bland naturvinskännare för att de fortsätter tillverka sina viner utan tillsatser nergrävda i rejäla lerkrus (*kveveri*). Den hantverksmässiga produktionen av vin har blivit uppmärksammas och omskriven på senare år, och många av de trendigaste barerna från San Francisco till Tokyo importerar småskaligt tillverkade orangea viner. Och flera av de mest kreativa och spännande kvevrivinnmakarna är unga kvinnor. Du kommer möta två av dem i den här boken, Baia Abuladze och Keto Ninidze (sid 288).

### Guds bakgård och Medeas trädgård

Hemligheten bakom den georgiska maten är kärleken och råvaran. Från grannlandet Armenien kommer talesättet att ”om du planterar en penna i georgisk jord, så kommer det växa upp ett träd”. Myten om hur Georgien blev till säger egentligen allt: Georgierna satt tillsammans vid ett *supra*-bord under en vacker pergola och åt och drack och hade trevligt. Så trevligt hade de att de helt glömde bort att just idag skulle varje folkslag komma och hämta ut sin bit land. Så



Gud delade ut alla landområden och när han var klar och skulle gå hem till sig, råkade han snubbla över georgierna vid sitt *supra*-bord. Tämmligen irriterad skällde Gud på dem för att de missat möjligheten att få ett eget land, men georgierna berättade hur trevligt de hade haft det och hur många skålar till Guds ära de hade druckit. Gud blev stolt över att ha blivit ihågkommen, så han gav Georgien den sista lilla jordbiten som han hade sparat till sig själv – ett litet paradiset på jorden.

Den amerikanska kokboks författaren Darra Goldstein publicerade 1993 den första georgiska kokboken för en västerländsk publik, en kokbok som är fylld av personliga berättelser och mat-historia. Boken har tryckts om flera gånger och är fortfarande fantastisk läsning för den intresserade. Hennes sammanfattning av vad det var som fångade hennes hjärta är väl värd att citera: "I detta ligger georgiernas styrka, något vi alla kan lära oss ifrån: Livet är kort, fira!" (Läs mer i en intervju med Darra på sid 44.)

### Öst och väst, syd och nord

Geografiskt står Georgien med en fot i Europa och en i Asien, i själva skärningspunkten mellan öst och väst, mellan kristendom och islam. Georgierna kallar sig själva för *kartveli* och sitt land för *Sakartvelo*. Landet har en spännande och urgammal historia. Redan i de gamla grekiska myterna beskrivs den antika georgiska staden Kolchis, dit Jason och argonauterna färdades för att söka efter det gyllene skinnnet. Det nuvarande Georgien var under antiken känt som kungariket Iberien. Det finns olika teorier om hur detta eventuellt hänger samman med Iberiska halvön, och vilka släktband som kan tänkas finnas dem emellan, men ingen teori har kunnat bekräftas.

År 337 blev Georgien kristet, och något århundrade därefter utvecklades det georgiska språket

med ett säreget skriftspråk, ett av de äldsta nu levande, med vackert snirkliga bokstäver och omöjligt att förstå även för kringliggande länder.

Landet har invaderats och erövrats av många riken: det romerska, det mongoliska, persiska, osmanska och förstås det sovjetiska. En gyllene era i Georgiens historia inträffade under den mytomspunna kung (hennes titel var kung, inte drottning) Tamara i slutet av 1100-talet då landet hade hela fem miljoner invånare, mer än dagens Georgien. Storhetstiden var kort men betydelsefull för georgisk kultur, handel, vetenskap och arkitektur.



Kung Tamara regerade över Georgien under slutet av 1100-talet och början av 1200-talet, en period känd som Georgiens storhetstid.

### Sidenvägen influerar

Att huvudstaden Tbilisi blev ett uppskattat resestopp längs med Sidenvägen, där handelsmännen kunde bada sina trötta fötter i det svavelosande kurvattnet, har satt sin prägel på maten och kryddningen. Den georgiska matens dofter och smaker bär spår från Indien, Marocko, Grekland och Persien. I sydöstra Georgien finns pilaff och köttgrytor med frukt som tydligt blinkar mot Iran. *Tolmarna*, som äts mycket utmed Svarta havs-kusten, påminner om angränsande Turkiets dolmar. Och Georgiens egen variant av dumplings, khinkali, kom österifrån. Liksom i Indien kallar georgierna bröd för *puri*, och den tillagas i tandoori-liknande ugnar över öppen eld, kallad *tone*.

Men trots influenserna är det mesta i det georgiska köket helt unikt och väl värt att stifta bekantskap med. Den framgångsrike danske kocken René Redzepi har kallat georgisk mat för "en av de sista stora oupptäckta matkulturerna i Europa".

### Supra

Det är svårt att tänka sig något mer georgiskt än festmåltiden *supra* (სუპრა). *Supra* handlar inte bara om mat – huvudpoängen är snarare att bringa människor samman. *Suprabordet* är sinnebilden för meningen med livet – att njuta.

Ordet *supra* kommer ursprungligen från det latinska ordet "ovanför", samma ord som romarna använde för bordsduk. *Supra* ska helst äga rum framåt källan och gärna under bar himmel. Bord är mindre viktigt, en duk kan helt enkelt bredas ut på ången om vädret tillåter. Maten står förstas i centrum, men den som tror att en *supra* är en måltid vilken som, tror fel. Minst tio rätter ska ingå, oftast betydligt fler – som den smakrika böngrytan *lobio*, grönsaksröror med valnötter (*pkhali*) och förstas allas

favorit, urmoderspizzan *khachapuri*. Rätterna bärs fram i en strid ström och just när du tror att detta måste vara den sista, då kommer det ofelbart grillade lammspett och *khinkali* (dumplings). Det sägs att en *supra* inte är slut förrän varenda tum av bordet är täckt med ett fat, gärna lager på lager, av fat och skålar. Vissa guideböcker ägnar spaltmetrar åt "hur man överlever *supra*" och nyckelorden är ta det lugnt, prova och ät lite av varje. Det kräver viss övning i självdisciplin att hålla sig borta från den tredje biten av den gudomliga *khachapurin* med smält ost och smör.

Maten är bara en del av glädjen runt bordet. Alla *supra* har en egen *tamada*, en toastmaster, som ser till att hålla på traditionerna – vem det ska skålas för (första skålen går till Georgien, vänskapen och freden), när det ska ske, vilka sånger som ska sjungas och vem som står näst i tur att få tala. Det kan ta en hel uppväxt att lära sig att bli en god *tamada*. En *tamada* måste se alla runt bordet, fördela vinet och talen jämt och dessutom vara en skicklig underhållare. "Skratt och humor är för matbordet vad sol är för mörker", som matforskaren Solomon Tezelishvili har uttryckt det. I äldre tider var *supran* för män, medan kvinnorna stod för arbetet i köket. Även *tamadan* var man. Georgien har dock förändrats och kvinnorna tar plats – i köket och runt bordet och som *tamada*.

*Supran* tar oftast många timmar i anspråk och det måste bjudas ett gott vin till. Inga glas får förbli tomma, liksom ingen gäst någonsin skulle ta en sipp vin utan att *tamadan* har höjt till en skål. Måltiden avslutas gärna med ett glas *chacha*, vindruvsbrännvinet, för matsmältningens skull.

För oss är *supra* mat och vin i överflöd – men framförallt glädje, skratt och gemenskap.



## Medea och läkekonsten

Myten om Medea är välkänd tack vare den grekiske dramatikern Euripides. Men få vet att Medea var georgiska, närmare bestämt en georgisk prinsessa med en örtagård av läkande örter. Jason kom via Svarta havet och fick hjälp av Medeas magiska örter att lägga beslag på det gyllene skinnet. I utbyte begärde Medea att Jason gifte sig med henne och tog henne med sig tillbaka till Grekland. Så skedde. Men när Jason efter några år lämnade Medea för en annan kvinna var Medeas vrede fasansfull. Enligt Euripides skickade hon den nya bruden en förgiftad brudräckt och mördade två av sina barn. Sedan försvann hon i farfar solguden Helios vagn till Athen och gifte om sig. Jason, som nu inte längre var beskyddad av Medeas trollkonster, la sig förtvivlad att sova på ett skepp och dödades av en nedfallande träbit.

I Georgien är det Medea som botaniker och läkekunnig (ordet medicin sägs stamma från hennes namn) som är i fokus, inte hennes relation till Jason. Medea är fortfarande ett vanligt flicknamn i Georgien. Kolchis, som Medea kom ifrån, var hem för det första medicinska kunskapscentret och Medea själv lär ha haft 58 olika medicinalväxter i sin trädgård. Många känner vi igen, som lagerblad, järnört, körsbärskornell, besksöta, bönor, saffran, kardemumma, valeriana och kamomill.

Den grekiska författaren och historikern Xenophon (400-talet f.Kr.) beskrev livet och maten i det dåvarande Georgien. Han såg hur människor förvarade fett från delfiner i speciella tunnor, dåtidens fiskolja. Kolchis ska ha varit först med att använda fiskolja som läkemedel. Samtida med Xenophon levde Hippokrates, läkekonstens fader, och mycket tyder på att han besökte Kolchis för att studera läkemedel. Han beskrev landet som mycket rikt på både flora och fauna.

## En not om stavning

Det är inte helt enkelt att överföra det georgiska språket till latinska bokstäver, och ofta kommer stavningen via andra språk, som ryska eller engelska. Vi har valt att stava geografiska platser enligt den svenska stavningen, men när det gäller maträtter och drycker finns ofta ingen svensk stavning så då har vi genomgående valt den engelska stavningen. Vi kallar vindruvspriten för *chacha* istället för *tjatja*, och vi skriver *khachapuri* istället för *chatjapuri* när vi berättar om det georgiska ostbrödet.

## En not om mängd och mått

Georgier äter inte mat som vi svenskar gör, där vi räknar portioner med en bit protein, en bit kolhydrater och lite grönsaker. Deras upplägg är mer tapas-liknande, där många rätter ställs fram på bordet och man plockar lite av varje. Vi har försökt ha i åtanke att recepten ska mätta fyra personer men tycker du det verkar snålt eller överdådigt, så anpassa gärna. Det mesta går också fint att äta som rester dagen efter.

## Bokens namn

*Blå berg* [tsisperi mtebi] ცისფერი მთები Bergen sätter sin prägel på Georgien, var du än befinner dig. Från vågiga gröna kullar till höga berg med snövita toppar vid den nordliga gränsen. Dessa toppar, högre än Alpernas, har alltid varit en symbol för Georgien i poesi och kultur. Under Sovjettiden spelade de georgiska filmskaparna och deras kreativitet och yrkesskicklighet en viktig roll i unionens goda renommé som filmland. *Filmen Blå berg, eller den otroliga historien* från 1983 av Eldar Shengelaia berättar om en författare som brottas med omöjlig sovjetisk byråkrati för att publicera sin bok om blå berg. För oss är de blå bergen en symbol för det drömskt mytiska landet och dess mångfaceterade matkultur.

*Grön mat* [mtsvane samzaruelo]

მწვანე სამზარეულო

Under våra resor beställer vi ofta många rätter för att dela, det bästa sättet att avnjuta georgisk mat. När vi har ätit oss mätta och nöjda kan vi ibland förundras över att vi inte alls har saknat köttet. Georgisk mat är grön; landet som alltsedan 400-talet har ägnat över hälften av årets dagar åt att fasta, har utvecklat en rikedom av goda vegetariska rätter. Fastan innebär inte ett strikt ät-förbud - men maten ska helst vara vegansk och absolut inget kött eller fisk. Georgierna avstod inte heller från fester (*supra*) under fastedagarna och maten var varierad och näringsrik. Om en spontan gäst kommer finns alltid ost, bröd, örter och vin att ställa på bordet.

Vår bok favoriserar vegetariska rätter, men även klassiska kött- och fågelrätter får plats i den. Du kan om du vill ersätta proteinet med svamp, aubergine, blomkål eller tofu. Mjölksyrade grönsaker har fått ett eget kapitel där vi

utforskar såväl gamla som moderna fermenteringsmetoder.

*Orange vin* [kvevis ghvino] ქვევრის ღვინო  
Georgiens kvevrviner kallas ofta amber (barnstensfärgade) eller orangea. Kvevrimetoden är världens äldsta sätt att tillverka vin på, där hela vindruvsklasar läggs i, med stjälkarna och allt, för fermentering. De orangea vinerna med tydliga tanniner och utpräglad doft gör just nu ett segertåg bland naturvinsälskare.

I världen finns ungefär 2000 olika vindruvsorter och 525 av dem finns i Georgien. Idag används bara knappt trettio av dessa för vintillverkning men alltfler vinmakare och entusiaster letar efter gamla, snudd på utdöda arter, att göra unikt vin av. Det statliga vindruvsbiblioteket Saguramo utanför Tbilisi har lyckats samla in runt 500 sorters druvor.

