

LU Latvijas vēstures institūts

# Latviešu tautas ĒDIENI

Latvijas vēstures institūta  
etnogrāfisko ekspedīciju  
materiāli

sastādītāja  
**Linda Dumpe**



 ZINĀTNE

---

## Saturs

Ievads. LATVIEŠU TAUTAS ĒDIENI CAURI GADSIMTIEM .....	7
Senais ēdiens .....	7
Latviešu ēdieni laikmetu un kultūru krustcelēs .....	10
GRAUDAUGU ĒDIENI .....	20
Graudu, grūbu, putrainu ēdieni .....	23
Miltu ēdieni .....	36
Rudzu, miežu, kviešu maize un cepumi .....	50
DĀRŽEŅU, SAVVAĻAS AUGU ĒDIENI, GARŠAUGI .....	75
Zirņi un pupas .....	77
Kaņepes, eļļa .....	83
Kāposti .....	89
Kartupeļi .....	96
Dažādi dārzeņi .....	109
Savvaļas augi .....	117
Garšaugi .....	126
PIENA ĒDIENI .....	129
Piens .....	132
Jaunpiens .....	135
Rūgušpiens .....	137
Sviests .....	140
Paniņas .....	144
Biezpiens .....	145
Siers .....	148

GAĻAS ĒDIENI, OLAS .....	156
Svaiga gaļa .....	158
Sālīta un žāvēta gaļa .....	163
Tauki .....	166
Aknas, nieres u.c. ....	168
Desas .....	171
Asinis .....	174
Mājputni .....	179
Olas .....	180
ZIVJU ĒDIENI .....	183
Zupa .....	185
Sutinātas un ceptas zivis .....	187
Maltas un recinātas zivis .....	190
Laši, zuši, nēģi .....	193
Sālītas zivis .....	196
Kaltētas un žāvētas zivis .....	199
Siļķes .....	204
DZĒRIENI .....	205
Ikdienā .....	207
Svētku reizēs .....	217
SVĒTKU ĒDIENI .....	224
Galda klāšana svētkos .....	226
Mūža godi .....	230
Gadskārtu svētki .....	238
Darbus iesākot, pabeidzot un talkas .....	251
Gavēnis .....	256
ĒDIENU IZVĒLE, GATAVOŠANA UN MALTĪTES IETURĒŠANA .....	258
Skaidrojošā vārdnīca .....	278
LATVIAN NATIONAL CUISINE. Materials of Ethnographic Expeditions of the Institute of History of Latvia. <i>Summary</i> .....	283