

Æggets og omelettens kultur og historie

Af Liselotte Hedegaard

Æg har været spist gennem århundreder i kulturer over hele verden. Her dykker vi ned i nogle eksempler.

I Europa har æg været beskrevet som fødevarer tilbage til antikken. Og der findes skrifter, som indikerer, at ægget har været en kendt og almindeligt anvendt fødevarer flere tusind år tilbage i områder, der svarer til Ægypten, Indien og Kina.

Det er imidlertid ikke den samme type æg, som har været anvendt i forskellige kulturer. Heller ikke placeringen i døgnets måltider har været ens – hverken historisk eller geografisk. I Europa, fx, indskrænkes antallet af æggeretter i kogebøger op igennem det 20. århundrede, hvor æg går fra at optræde i forskellige former som separat ret i kogekunsten til i højere grad at blive til et morgenmadsprodukt.

Her præsenterer vi nedslag i æggets anvendelse og de symbolske betydninger, der er tillagt ægget. Det er ikke en fyldestgørende tekst, men nogle eksempler.

Historie og kultur

Som med blik på historie- og kulturstudier generelt gælder det også for madhistorien/madkulturen, at tendensen til at beskrive kultur som nationalt fænomen skal omgås med forsigtighed. Kulturer er langt ældre end nationalstaterne, og konstruktionen af grænser mellem nationer/regioner har ikke været konstant gennem historien. Dertil kommer, at

mennesker altid har flyttet sig geografisk, og dermed har maden det også. Alligevel kan generelle træk identificeres – på baggrund af produktion af fødevarer, som har fundet sted over tid pga. fx klimatiske forhold, på baggrund af religiøse restriktioner etc.

I kogekunsten og i madhistorien har den nationale vinkel imidlertid en fremtrædende position. Så selvom det kan være problematisk, så følges denne inddeling i store træk i nedenstående

Europa

De første kendte opskrifter med æg i Europa findes i *'De re coquinaria'*, en romersk opskriftsbog fra første århundrede. Her findes opskrifter på 'patina', hvis eneste fællesnævner er æg. Men æg anvendes på talrige måder: fra frittata-lignende omeletter med sammenpiskede æg stegt sammen med variationer af grøntsager og/eller kød til soufflé-lignende kreationer. Herfra er det først i den sene middelalder, at æg genfindes i kogebøger, fx som en quiche-lignende 'arboulastre' i *'Le ménagier de Paris'* fra 1393.

I det 16. århundrede sker der en signifikant forandring, hvor æg igen får en betydelig plads i den europæiske gastronomi. Dette kan være sammenfaldende med befolkningstilvækst (med øget pres på fødevarerressourcer), ophævelse af religiøst betingede restriktioner (ændringer i regler for den katolske kirkes fastedage) og kulinarisk interesse (æg som smagsforstærker og tykningsmiddel, samt nye tilberedningsformer). Fx i den klassiske franske gastronomi vier Escoffier et helt kapitel i sin *'Le guide culinaire'* til æggeretter.

Men også i andre områder af Europa får æg en mere fremtrædende rolle i gastronomien. I Martino af Comos *'Libro arte de coquinaria'* er der et kapitel med

opskrifter baseret på æg, fra klassisk frittata til kreationer af fyldte æg med aromatiske urter og falske æg, som kan spises under fasten.

I Danmark kan hønsehold spores tilbage til jernalderen, og æg har formentlig været en del af kosten i sommermånederne. Som selvstændig ret i et mere elaboreret køkken optræder omelet først i Marcus Lofts *'Den kongelige og i Henseende til alle Slags Maader fuldstændige Koge- Bage- og Syltebog'* fra 1766. I løbet af 1800-tallet bliver hønsehold mere udbredt, og æg træder mere bredt ind i det dagligdags køkken.

Mellemøsten/Persien

Retter baseret på æg er almindelige i det mellemøstlige køkken. Forskellige varianter af æggeretter er beskrevet tilbage til middelalderen. Én type er tilbagevendende, og det er 'eggah', en slags omelet, som er karakteriseret ved at være fast hele vejen igennem. 'Eggah' kendes som 'kuku' i det persiske køkken og som 'ajja' i dele af den arabiske verden. I alle områder serveres den såvel varm som kold, og den kan være både hovedret og tilbehør.

Der er talrige andre opskrifter, som baseres på æg. Fx 'shakshouka', som består af pocherede æg i en sovs af tomater, chili og hvidløg.

Æg er også en basisingrediens i det persiske køkken. Det anvendes til forskellige former for omelet, ofte med spinat, kaldet 'nargesi',



Shakshouka. Foto Pixabay

eller hvidløg, kaldet 'sirabij'. Den mest kendte ret baseret på æg i det persiske køkken er 'kuku'/'kookoo', som er en slags frittata. Den findes i talrige variationer, stort set alle vegetariske, og kan serveres både som tilbehør og som hovedret. En speciel type, 'Kuku sabzi', serveres ofte til nytår. Denne type 'kuku' er fyldt med urter og valnødder.

Asien

Æg er historisk set en kendt fødevarer i Asien. Ikke alene fugleæg, men også æg fra fisk, skildpadder og insekter.

I Japan har der været religiøse forbud mod at spise hønseæg, men fra 1600-tallet optræder æg i japanske kogebøger. Frem til etableringen af den moderne japanske nation er æg primært spist kogte eller rå. Med Meiji-periodens opbygning af et industri- og militært samfund får æg, sammen med kød, en mere central plads i dagligdags mad.

Den mest almindelige brug af æg i det dagligdags køkken har været som rå eller kogte. Rå æg anvendes stadig, fx i den morgenmad, som mange japanere stadig spiser: kogt ris toppet med rå æg, samt i middagsretter såsom 'sukiyaki' og forskellige typer af 'don', hvor rå æg slås ud på toppen.

Som tilberedte æg, udover kogte, har 'okonomiyaki' en betydelig plads som middagsret. Faktisk er der restauranter i Japan, som udelukkende serverer 'okonomiyaki', ofte ved borde med indlagte keramiske plader, så gæsten selv tilbereder retten. Den findes i talrige former, hvor æg har en mere fremtrædende rolle i Hiroshima-udgaverne.

En speciel form for æg, som er hjemmehørende i Japan er 'onsen tamago', dvs. æg som er kogt med skal i varme mineralske bade. Disse æg har blød

æggehvide og cremet, men fast æggeblomme.

Også i det mere elaborerede køkken har æg en plads. Ikke mindst som 'tamagoyaki', der er en slags sød omelet, som er rullet i meget tynde lag. Også en form for æggestand, kaldet 'chawanmushi', fås på basis af høns- eller vagtelæg tilsat rejer, svampe eller kyllingestykker.

Amerika

Trods forholdsvis begrænset viden om Nordamerikas oprindelige indbyggers mad, så er det beskrevet, at æggene fra vilde kalkuner var eftertragtede. Denne smag blev optaget af europæiske indvandrere.

I dag opfattes æg oftest som et morgenmadsprodukt. Dog med en undtagelse: 'deviled eggs', som spises ved uformelle picnics og som hors d'oeuvre i restauranter. Retten menes at stamme fra sydeuropæiske køkkener og optræder i kogebøger fra midten af 1800tallet i talrige udgaver. De har endda deres egen 'National Deviled Eggs Day' d. 2. november hvert år. Der findes andre æggeretter i restaurationskøkkenet, blandt andet er der i Charles Ranhofer's *'The Epicurean'* henved 100 æggeretter.



Deviled Eggs. Foto Pixabay

Æggets symbolik

Æg har også stærk symbolsk betydning i mange kulturer. Ofte forbundet med liv, jf det latinske ordsprog 'omne vivum ex ovo' (alt liv kommer fra æg), men også som billede på kosmos

I Europæisk historie findes ægget i græsk mytologi. Afrodite fødes fra et æg på bredden af Eufrat. Zeus forvandler Leda til en svane, som lægger to dobbeltblommede æg, hvorfra blandt andet Castor og Pollux fødes. Og Dionysos bragte æg til mennesker for at meddele deres forestående død. I europæisk middelalder findes fremstillinger af universet med form som et æg, og i renæssancen findes æg i malerkunsten med betydninger rækkende fra forglemmelse og grådighed til et middel mod ondskab og uheld. En tradition, som dækker store dele af de kristne samfund, er påskeægget. Der findes fortolkninger af ægget som repræsentant for treenigheden (skal som faderen, blommen som sønnen, hviden som Helligånden), men det er æggets repræsentation af forårets komme, som forener hedensk skik og kristen påsketradition. Hertil kommer, at der tidligere var store mængder æg ved påsketid, da det var forbudt at spise æg på fastedage. Traditionen med at male æg og give dem som gave til påske kendes siden middelalderen i Europa. Men andre kulturer har malet æg og brugt dem som gaver endnu tidligere, fx i det antikke Ægypten og Rom, samt i Kina.

Som i mange andre regioner af verden symboliserer æg nyt liv i og omkring Iran. Dette er specielt tydeligt omkring det persiske nytår, nou rouz, hvor æg indgår i nytårsdekorationer for at byde det nye år velkommen, samt indgår i et traditionelt nytårsmåltid, som en form for omelet med krydderurter. I det nordlige Iran findes en

tradition med at slå et æg ud på panden af en tyr som symbol på at kunne tage de rigtige dispositioner for at få en god høst, men også mod modgang i livet

I en japansk bog fra det ottende århundrede refereres til universets form som et æg. Æg har en plads i shinto-religionen, hvor der har været forbud mod

at spise æg fra høns, fordi høns betragtes som guddommelige budbringere. I japansk buddhisme optræder tabu mod at spise æg i fortællinger, som beskriver et helvede med brændende aske, hvortil de personer kommer, som spiser æg.

Læs mere:

Ken Albala. *Ovophilia in Renaissance Cuisine*. Proceedings of Oxford Symposium on Food and Cookery, 2006

Joan Alcock. *The Egg: its Symbolism and Mythology*. Proceedings of Oxford Symposium on Food and Cookery, 2006

Najmieh Batmanglij. *Cooking in Iran: Regional recipes and kitchen secrets*. Mage Publishers. 2018

Elsemarie Boyhus m.fl. *Madhistorie i Danmark*. <http://madhistorie.dk/index.html>

Harumi Kurihara. *Harumi's Japanese cooking*. Conran Octopus. 2004