

Maciej Kokoszko, Łukasz Erlich  
(Instytut Historii UŁ, Łódź)

ROLA MIĘSA W DIECIE PÓŹNEGO ANTYKU I WCZESNEGO BIZANCJUM  
NA PODSTAWIE WYBRANYCH ŹRÓDEŁ LITERACKICH.  
CZEŚĆ I. ZWIERZĘTA HODOWLANE W SZTUCE KULINARNEJ ORAZ TEORII  
DIETETYCZNEJ<sup>1</sup>

Na dzisiejszych stołach mięso stało się nieodzownym składnikiem smacznego posiłku, bez którego wielu Polaków, ale i przedstawiciele innych nacji, nie wyobraża sobie wykwintnego dania<sup>2</sup>. Towarzyszy nam ono (może poza wegetarianami), w różnej formie niemal każdego dnia i dla większości jest składnikiem codziennej diety. Nasz zmysł smaku zapoznaje się z nim już od najwcześniejszych lat dzieciennych, kiedy jest nam ono podawane zgodnie z zaleceniami lekarskimi w postaci gotowanej papki, mięsa mielonego, siekanego, drobno krojonego lub rozdrobnionego (w celu ułatwienia przeżuwania). Jak wiemy mięso stanowi doskonale źródło białka, a także innych składników pokarmowych takich jak tłuszcze i witaminy. W dzisiejszej dietetyce zakłada się, że w okresie dziecięcym i przedszkolnym w diecie dziecka powinno przeważać mięso cielece i wołowe (zmielone lub rozdrobnione). Także w tym okresie jak i później mięso dostarcza nam ok. 20 % pełnowartościowego białka oraz witamin z grupy B. Natomiast nie zawiera witamin C, A i D. Wyjątkiem od reguły jest wątroba, którą to można spożywać na wiele sposobów. Zawiera ona ważne witaminy A i D oraz znaczne ilości żelaza. Nadmienić trzeba, że generalnie mięso nie zawiera dużych ilości wapnia koniecznych dla prawidłowego funkcjonowania między innymi układu kostnego człowieka. Jednak wspomniane zalety sprawiają, że mięso było – i jest ciągle – popularne na naszych stołach. Jego walory odżywcze oraz terapeutyczne (gdy przyjmiemy, że dieta jest sposobem leczenia i utrzymania dobrego stanu zdrowia) dostrzeżono już w starożytności, a doceniono je również i w Bizancjum, z którego doświadczeń kulinarnych możemy czerpać również w dzisiejszych czasach. Głównym jednak celem artykułu jest przedstawienie wykorzystania mięsa i jego przetworów w okresie od IV do VII wieku ze szczególnym uwzględnieniem naturalnych analogii istniejących w znanej nam kuchni bizantyńskiej w stosunku do kuchni konstantynopolitańskiej, która to w generalnych ramach nie odbiegała od zwyczajów żywieniowych innych prowincji cesarstwa.

W okresie antyku, a potem także i w czasach Bizancjum, mięso było produktem cennym, ale dość rzadkim i dlatego drogim<sup>3</sup>. Powodów tego zjawiska było wiele. Po pierwsze, zwierzęta były zwykle hodowane nie dla niego samego, ale z powodu takich korzyści jak jajka (gdy chodzi o drób) oraz mleko, wełna, siła pociągowa, którą posługiwano się przy pracach gospodarskich, a w końcu jako środek transportu (w przypadku zwierząt czworonożnych). Dlatego omawiany pokarm był niejako produktem ubocznym, który uzyskiwano wtedy, gdy albo choroba zwierzęcia, albo jego podeszły wiek czyniły je niezdatnym do przyno-

---

<sup>1</sup> Artykuł opracowany w związku z grantem NN 108 269 333.

<sup>2</sup> Niniejszy artykuł powstał na bazie materiałów zwianych z projektem badawczym podjętym przez Katedrę Historii Bizancjum Uniwersytetu Łódzkiego, a dotyczącym życia Konstantynopolitańczyków pomiędzy IV a VII w. Jest no jednocześnie pierwszą częścią *sui generis* monografii poświęconej roli mięsa w diecie mieszkańców Bizancjum w podanym okresie.

<sup>3</sup>A. Stone, *Eustathios and the wedding banquet for Alexios Porphyrogenetos*, [w:] *Feast, fast or famine. Food and drink in Byzantium*, ed. W. Mayer, S. Trzcionka, Brisbane 2005 (dalej: *Feast, fast*), s. 35.

szenia owych bardziej znaczących korzyści<sup>4</sup>. Oczywiście były wyjątki od tej reguły, a stanowiły go świnie oraz zwierzyzna łowna, o których mowa jest poniżej w niniejszym tekście.

Po drugie, mięso bardzo dobrej jakości musiało być rzadkością. Z tego, co powiedzieliśmy powyżej, wynika bowiem, że normą był produkt nie pierwszej jakości, a odbiciem tego zjawiska są uwagi dietetyczne zamieszczone w niniejszym tekście na temat jego twardości, łykowatości, braku soczystości i trudności w przyswojeniu. Tylko bogatych stać było na pokarm, który uzyskiwano ze zwierząt młodych albo w pełni dojrzałych, ale jeszcze niestarych. Uprzysiężenie go nabywcom oznaczało bowiem zabicie zwierzęcia, które w dalszym ciągu przynosić mogło konkretne korzyści w gospodarstwie<sup>5</sup>.

Po trzecie, mięso było trudne w przechowywaniu, co oznacza, że świeże musiało zawsze być delikatesem<sup>6</sup>. Skutkiem tej prawidłowości są także zamieszczone poniżej uwagi na temat uzdatniania produktu, który przestał już zachęcać do spożycia swoim wyglądem i zapachem. Mrożenie tego pokarmu było niemożliwe ze względu na brak odpowiedniej technologii, a jego solenie, które, jak wynika z uwag choćby *Geoponika*<sup>7</sup>, było stosunkowo powszechne, zmieniało jednak jego smak i wygląd<sup>8</sup>. I ono zatem zwykle wymagało odpowiednich zabiegów przed wykorzystaniem go w praktyce kulinarnej.

Po czwarte, zwierzęta były zazwyczaj mniejsze niż obecnie żyjące odmiany, a zatem otrzymywano z nich znacznie mniej tego tak pożądanego produktu<sup>9</sup>. Po piąte, ograniczenia na spożycie mięsa nakładał Kościół, wprowadzając długie okresy postów, które powodowały konieczność powstrzymywania się od tego pokarmu<sup>10</sup>. Miały one swe podłoże filozoficzne (a doktryny te zresztą nie były lansowane jedynie przez chrześcijan, ale miały znacznie dłuższą tradycję<sup>11</sup>). Pamiętać trzeba, że restrykcje te były szczególnie ostre w stosunku do tych, którzy swoje życie poświęcili Bogu. Stąd w typikonach klasztornych nie brak dodatkowych, często szczegółowych obostrzeń, które miały swe zastosowanie do poszczególnych mnisich społeczności<sup>12</sup>. Oczywiście osobnym problemem jest kwestia, do jakiego stopnia były one przestrzegane. W każdym razie ich istnienie jest faktem niekwestionowanym, a wpływ na zwiększenie spożycia produktów zastępczych (zwłaszcza ryb i darów morza) jest tezą przyjętą przez naukę nowożytną<sup>13</sup>.

Biorąc pod uwagę wszystkie te wypunktowane czynniki, należy konkludować, że dla przeciętnie zamożnego mieszkańca miasta Konstantynopola mięso nie było produktem łatwo

---

<sup>4</sup> F. Frost, *Sausage and meat preservation in antiquity*, „Greek, Roman and Byzantine Studies” 40, 1999, s. 241-252, zwł. s. 242.

<sup>5</sup> Por. szczególnie uwagi na temat mięsa wołowego.

<sup>6</sup> Pisz o tym Anthoullis A. Demosthenous (*The scholar and the partridge: attitudes relating to nutritional goods in the twelfth century from the letters of the scholar John Tzetzes*, [w:] *Feast, fast*, s. 25).

<sup>7</sup> *Geoponica sive Cassiani Bassi Scholastici de re rustica eclogue* XIX, 9, ed. H. Beckh, Lipsiae 1895 (dalej: *Geoponica*). Uwagi na temat tej technologii zostały omówione w tej partii mojego tekstu, które dotyczą ryb. Por. też M. Kokoszko, *Kuchnia i dietetyka późnego antyku oraz Bizancjum. Kilka uwag na temat spożycia, sporządzania, przyrządzania, wartości dietetycznych i zastosowań medycznych konserw rybnych w antycznej i bizantyńskiej literaturze greckiej*, „Acta Universitatis Lodziensis, Folia Historica” 80, 2005, s. 7-25.

<sup>8</sup> M. Grünbart, *Store in a cool and dry place: perishable goods and their preservation in Byzantium*, [w:] *Eat, drink and be merry (Luke 12:19). Food and wine in Byzantium. In honour of Professor A. A. M. Bryer*, ed. L. Brubaker, K. Linardou, Aldershot, Hampshire 2007 (dalej: *Eat, drink*), s. 46-47.

<sup>9</sup> L. Bodson, *Redécouvrir les animaux antiques*, „Antiquite classique” 48, 1979, s. 146-153.

<sup>10</sup> A. N. J., Louvaris, *Fast and abstinence in Byzantium*, [w:] *Feast, fast*, s. 189-198.

<sup>11</sup> K. Parry, *Vegetarianism in Late Antiquity and Byzantium: The transmission of a regimen*, [w:] *Feast, fast*, s. 171-187.

<sup>12</sup> J. Thomas, *The regulation of diet in the Byzantine monastic foundation documents*, [w:] *Byzantine monastic foundation documents. A complete translation of the surviving founder's typika and testaments*, ed. J. Thomas, A. Constantinides Hero, G. Constable, vol. V, Washington 2000, s. 1696-1716.

<sup>13</sup> Por. Np.: M. Chroné-Vakalopoulos, A. Vakalopoulos, *Fishes and other aquatic species in Byzantine literature classification, terminology and scientific names*, „Byzantina Symmeikta” 18, 2008, s. 123-124.

dostępnym, a zatem znajdującym się w jego codziennej diecie<sup>14</sup>. Raczej kojarzono je z dniem świątecznym i ucztą<sup>15</sup>, a jedzenie go w nadmiarze potępiane było przez bizantyńskich moralistów<sup>16</sup>. Nie zmniejszyło to jednak u starożytnych i Bizantyńczyków apetytu na ten produkt, którego konsumpcja była *sui generis* symbolem statusu<sup>17</sup>. Dowodów na to zjawisko jest wiele, ale jednym z nich jest choćby układ informacji, to jest uwypuklenie danych na temat mięsa na samym początku *De observatione ciborum* Antimusa, którego dziełko skierowane zostało do arystokratycznych przywódców plemienia Franków. W rzeczywistości jedzono go jedynie niewiele i jako takie stanowiło ono raczej dodatek, *opson*, niż podstawę codziennej diety.

Wybór mięs był jednak stosunkowo duży, co zaświadcza *De re coquinaria*. Wypada dodać, że omawiany pokarm cieszył się także zainteresowaniem dietetyków greckich, czego dowody posiadamy od czasów powstawania korpusu hipokratycznego<sup>18</sup>. W kwestii tej, na przykład, szczególnie zasobny w informacje jest traktat Antimusa. On też będzie odgrywał w niniejszym rozdziale rolę przewodnika dietetyczno-kulinarnego, którego informacje konfrontowane będą z obowiązującymi wówczas teoriami. Szczegółowość dostępnych danych jest wystarczająca, aby zrekonstruować podstawowych zasób doktryn z okresu pomiędzy IV a VII w. Wypada dodać, że owe źródła zostały także, choć mniej dogłębnie, przeanalizowane przez Phedona Koukoulesa, którego praca pozostaje jak dotąd najbardziej szczegółową monografią kwestii omawianej w niniejszym artykule<sup>19</sup>.

Rozpoczynając omawianie rodzajów mięs jako takich, należy wspomnieć o roli zwierząt gospodarskich – hodowlanych, które chowane w odpowiednich warunkach, służą do dzisiaj jako źródło mięsa, mleka lub tłuszczu. Wykorzystywano je dawniej, jak już wspomniano, także jako siłę pociągową: do jazdy wierzchem lub jako zwierzęta juczne. Osobniki o szczególnych walorach użytkowych i hodowlanych hoduje się jako materiał reprodukcyjny, tj. zwierzęta zarodowe i nie uległo to zmianie od omawianego okresu do chwili obecnej.

Gdy chodzi o popularność i powszechność poszczególnych gatunków omawianego produktu, z danych wynika, że jedzono szczególnie wiele wieprzowiny. Potwierdzają to rezultaty badań Franka Frosta publikowane jeszcze w ubiegłym wieku<sup>20</sup>. Przypuszczałbym, że rywalizowała ona z drobiem, z którego bezsprzecznie najwięcej jadano kur, potem gęsi, gołębi, bażantów, a w końcu kaczek, które zarówno zaliczano do ptactwa domowego jak i łownego. Pawie, piękne, smaczne lecz drogie, nie mogły być powszechnie spożywane i podawane były jedynie smakoszom. Drugie miejsce na tej liście zajmowała zapewne baranina, czego odzwierciedleniem jest jej dzisiejsza popularność w kuchni śródziemnomorskiej. Być może podobne miejsce co ta ostatnia miało mięso kozie. Wołowina była ceniona, ale raczej rzadka na stołach. Zwierzyna łowna uzupełniała menu i to raczej ludzi zamożnych niż tak zwanego przeciętnego człowieka. Warto w końcu pamiętać, że niepoślednią rolę w diecie odgrywały

<sup>14</sup> Johannes Koder (*Stew and salted meat – opulent normality in the diet of every day?*, [w:] *Eat, drink*, s. 59-72 [dalej: *Stew and salted*]) sugeruje, że mięso było powszechniejsze niż się ogólnie sądzi. Brak jednak tzw. twardej (statystycznych) dowodów popierających ten pogląd.

<sup>15</sup> A. Stone, *op.cit.*, s. 37

<sup>16</sup> L. Garland, *The rhetoric of gluttony and hunger in twelfth-century Byzantium*, [w:] *Feast, fast*, s. 46; P. Tuffin, M. Mc Evoy, *Steak à la Hun: Food, drink, and dietary habits in Ammianus Marcellinus*, [w:] *Feast, fast*, s. 76-78.

<sup>17</sup> A. A. Demosthenous, *op.cit.*, s. 30; M. L. Rautman, *Daily life in Byzantine Empire*, Westport, Connecticut 2006, s. 95.

<sup>18</sup> J. Bertier, *Les animaux dans la diététique hippocratique*, [w:] *L'animal dans l'alimentation humaine: les critères de choix. Actes du colloque international de Liège 26-29 novembre 1986*, ed. L. Bodson, Liège 1988, s. 83-90.

<sup>19</sup> Ph. Koukoules, *Byzantinon trophai kai pota*, „Eperitis tes Hetaireias Byzantinon Spoudon” 17, 1941, s. 22-40 (dalej: *Trophai kai pota*); idem, *Byzantinon bios kai politismos*, vol. V, *Hai trophai kai ta pota...*, Athènes 1952 (dalej: *Byzantinon*), s. 47-66.

<sup>20</sup> F. Frost, *op. cit.*, *passim*.

mniej prestiżowe produkty zwierzęce, jak podroby, o których wartościach rozpisują się traktaty medyczne. Jednym słowem nie marnowano ani kawałka tego cennego pokarmu.

Gdy chodzi o schemat informacji w zaprezentowanym poniżej fragmencie, produkty zostały w nim pogrupowane wedle ich znaczenia w diecie. Taki bowiem schemat, wedle mojego najgłębszego przekonania, najlepiej sprzyja odnalezieniu pożądanej informacji.

Wieprzowina zajmuje w rozważaniach Antimusa i innych znawców zagadnień diety szczególnie poczesne miejsce. Sam autor *De observatione ciborum*, na przykład, rozprawia o niej, pisząc o szynce, bekonie i w osobnym fragmencie poświęconym małym prosiakom<sup>21</sup>.

W czasie, gdy Orybazjusz, Antimus i Aecjusz z Amidy pisali swe rozważania, świnie były udomowione od około 7500 lat i odgrywały rolę głównego źródła białka zwierzęcego od czasów niepamiętnych. Spotykamy je zatem jako ważne pożywienia na Krecie w okresie minojskim<sup>22</sup>, jak i w Grecji kontynentalnej w epoce brązu<sup>23</sup>. Ich poczesne miejsce w diecie dowiedzione jest także dla całej starożytności aż do czasów, które są przedmiotem naszego zainteresowania<sup>24</sup>.

Świnie, biegając swobodnie po obejściu lub w pobliżu niego, jadły resztki z gospodarstwa<sup>25</sup> lub, chodząc po lesie, poszukiwały żołądki i innego zdatnego dla nich pożywienia<sup>26</sup>, w praktyce nie przynosząc żadnych innych pożytków prócz mięsa. Mogły być zatem zabijane w okresie życia, gdy były szczególnie wartościowe, to znaczy, gdy ich mięso nie stało się na tyle twarde i włókniste, że wymagało dodatkowych metod uzdatniających je do spożycia (na przykład, kruszenia lub obróbki termicznej przez długi czas). Co istotne, były też pozbawione charakterystycznego i nieprzyjemnego zapachu, który stanowił właściwość baraniny i mięsa kozłów. Pamiętać trzeba nadto, że rozmnażały się stosunkowo szybko. Maciora może urodzić dwa razy w roku po przeciętnie 12 prosiąt, a każdy młody, dobrze wyrosnięty prosiak ma więcej mięsa niż młode jakichkolwiek innych zwierząt hodowanych w obszarze Śródziemnomorskim<sup>27</sup>. Proces tuczenia nie był także długi. Arystoteles określił go na 60 dni<sup>28</sup>. Istotne jest także, że nie tylko mięso tych zwierząt było wykorzystywane. W gastronomii używano więc ich uszy, ryje, płuca, wątroby, jelita, żołądki, etc. Mowa o tym będzie poniżej. Nic dziwnego, że tradycja hodowli świń jest dobrze zaświadczona także na obszarze, którym interesujemy się szczególnie w niniejszej pracy. Już przywołany powyżej Stagiryta pisał o hodowli, a dokładniej o metodach tuczenia świń na obszarach Tracji, bliskiej przecież Byzantionowi, czyli późniejszemu Konstantynopolowi<sup>29</sup>.

Znaczenie tego produktu nie spadło w okresie, o którym mówimy. Świadczy o tym dobitnie nie tylko dziełko Antimusa, ale także traktaty medyczne cytowane poniżej. Także później

---

<sup>21</sup> Anthimus, *On the observance of foods. De observatione ciborum* 9-10, 14, ed. and transl. M. Grant, Totnes, Blackawton, Devon 2007 (dalej: *De observatione ciborum*).

<sup>22</sup> V. Isaakidou, *Cooking in the Labyrinth: Exploring "cuisine" at Bronze age Knossos*, [w:] *Cooking up the past. food and culinary practices in the Neolithic and Bronze age Aegean*, ed. C. Mee, J. Renard, Oxford 2007 (dalej: *Cooking*), s. 5-24, zwł. 14-20.

<sup>23</sup> A. Gardesein, *Economie vivrière et alimentation carnée en Grèce méridionale du Néolithique moyen à la fin de l'âge du Bronze*, [w:] *Cooking*, s. 49-70, zwł. s. 57, 59-61.

<sup>24</sup> M. Corbier, *La fève et la murène: hiérarchies sociaux des nourritures à Rome*, [w:] *Histoire de l'alimentation*, ed. J.-L. Flandrin, M. Montanari, Paris 1996 (dalej: *Histoire*), s. 215-236, zwł. s. 217-220; F. Dupont, *Grammaire de l'alimentation et des repas romains*, [w:] *Histoire*, s. 197-214, zwł. s. 206-211; M. Montanari, *Structures de production et systèmes alimentaires*, [w:] *Histoire*, s. 283-293, zwł. s. 285.

<sup>25</sup> F. Frost, *op. cit.*, s. 243-244; jego poglądy podtrzymywane są przez A. Dalby, *Food in the ancient world from A to Z*, London – New York 2003, s. 268-269 (dalej: *Food*).

<sup>26</sup> M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184-185.

<sup>27</sup> F. Frost, *op. cit.*, s. 243; M. Grünbart, *op. cit.*, s. 47.

<sup>28</sup> Aristotle, *Histoire des animaux* 595 a, 20-21, ed. P. Louis, vol. I-III, Paris [Les Belles Lettres] 1964-1969 (dalej: Arystoteles, *Historia animalium*).

<sup>29</sup> Arystoteles, *Historia animalium* 595 a, s. 25-29.

popularność wieprzowiny nie zmniejszyła się. Wprost przeciwnie, obok drobiu i baraniny, pozostała ona najczęściej spożywanym mięsem tak w stolicy Bizancjum jak i na prowincji<sup>30</sup>. Świadczą o tym nie tylko rady zawarte w *Geoponika*<sup>31</sup>, ale i bogata tradycja literacka okresu Bizancjum<sup>32</sup>.

Antimus rekomendował jak najświeższe mięso wieprzowe. Wtedy bowiem było lżejsze i łatwiejsze do strawienia. Rada ta nie odbiegała od doktryn obecnych w dorobku Orybazjusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginy, a ci ostatni mieli na temat wieprzowiny szczególnie wiele do powiedzenia. Przede wszystkim wypada stwierdzić, że pokarm ten był wedle ich mniemania najbardziej pożywnym z mięs<sup>33</sup>. Panowała także opinia, że jest ono bardzo szybko trawione w przewodzie pokarmowym<sup>34</sup>. Ewaluowano je nadto jako najsmaczniejsze, gdyż nie tylko samo zawiera w sobie równowagę soków, ale i przyczynia się do powstania takiej w organizmie, w tym także jest przerabiane na krew o odpowiedniej gęstości. Twierdzono, że najlepsze są świnie dojrzałe. Nie są dobre jako pokarm, bowiem ani zbyt stare, ani też te, które dopiero co się urodziły. O starych mowa była powyżej, gdy młode uważano za zbyt wodniste i powodujące powstanie w organizmie flegmy<sup>35</sup>. W końcu wysoka opinia o tym produkcie wyraziła się w ocenia mówiącej, że jego cechy są najbliższe charakterystyce ciała ludzkiego<sup>36</sup>.

Jakby doceniając wartość produktu, Antimus podał wiele jak na medyka szczegółów na temat przygotowania świeżego mięsa wieprzowego. Podkreślał on zwłaszcza wartość małych prosiąt, jeszcze ssących matkę. Nadawały się one zarówno do gotowania jak i duszenia w sosie. Mogły być także pieczone w piekarniku, z tym że, jak dodawał autor, winny być one poddawane temu procesowi w stosunkowo niskiej temperaturze, tak by się nie przypaliły. Przyrządzone wedle tej receptury można było po prostu maczać w *oksymelu* (*in oximelle*). Taki właśnie sos powinien być przygotowany z dwu części miodu oraz jednej octu winnego<sup>37</sup>. Mając na uwadze znaczenie i ewaluację omawianego produktu nie dziwi fakt, że wiele informacji o serwowaniu wieprzowiny odnajdujemy w *De re coquinaria*<sup>38</sup>. Jako przykład posłużyć może receptura na prosię à la Witeliusz. Sprawione zwierzę posypywano solą i pieczono w piekarniku, a do prosięcia przyrządzano sos składający się z pieprzu, lubczyku, *garum*, wina z rodzynek, a zatem *passum*, wina i oliwy. Sos zagotowywano, a gdy mięso było już goto-

<sup>30</sup> E. Kislinger, *Les chrétiens d'Orient: règles et réalités alimentaires dans le monde byzantin*, [w:] *Histoire*, s. 325-344, zwł. s. 330.

<sup>31</sup> *Geoponica* XVI, 22, 4; XVII, 13, 1; XIX, 6, 7; XIX, 7, 2-8.

<sup>32</sup> J.-Cl. Cheynet, *La valeur marchande des produits alimentaires dans l'Empire byzantin*, [w:] *Byzantinon diatrophoi kai mageireiai. Praktika imeridas "Peri tis diatrophis sto Byzantio. Food and cooking in Byzantium. Proceedings of the symposium "On food in Byzantium". Thessaloniki Museum of Byzantine Culture 4 November 2001*, ed. D. Papanikola-Bakritzi, Athens 2005 (dalej: *Byzantinon diatrophoi...*), s. 35-36; J. Koder, *I kathemerini diatrophoi sto Byzantio me basi tis piges*, [w:] *Byzantinon diatrophoi*, s. 22 (dalej: *Kathemerini diatrophoi*); J. Koder, *Stew and salted meat – opulent normality in the diet of every day?*, [w:] *Eat, drink*, s. 59-72, zwł. 59-60, 72 (dalej: *Stew and salted*); Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 27-29; idem, *Byzantinon*, s. 53-62, zwł. s. 53-54.

<sup>33</sup> *Oribasii collectionum medicarum reliquia* II, 28, 2, 1-3, 1, ed. I. Raeder, vol. I-IV, Lipsiae-Berolini 1928-1933 (dalej: Orybazjusz, *Collectiones medicae*); *Aetii Amideni libri medicinales* I-VIII, II, 121, 4-5, ed. A. Olivieri, Lipsiae-Berolini 1935-1950 (dalej: Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*).

<sup>34</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, III, 17, 5; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 5.

<sup>35</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, III, 15, 9, 1-6.

<sup>36</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 6.

<sup>37</sup> *De observatione ciborum* 10. O oksymeli – Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 27.

<sup>38</sup> Cała sekcja książki VIII poświęcona jest przyrządzaniu prosiąt – *Apicius. A critical edition with an introduction and an English translation of the Latin recipe text Apicius VIII*, 7, 1-17, ed. Ch. Grocock, S. Grainger, Blackawton, Totnes, Devon 2006 (dalej: *De re coquinaria*).

we, oblewano je płynem tak obficie, aby sos przedostał się do mięsa przez (zapewne pięknie zrumienioną) skórkę<sup>39</sup>.

Ptactwo i to zarówno udomowione jak i dzikie, były ważnym źródłem pożywienia zarówno w okresie starożytności, jak i Bizancjum<sup>40</sup>. Grupę pierwszą tworzyły ptaki dobrze znane i dzisiaj. Były to więc przede wszystkim kury, gęsi i gołębie. Kaczki, które obecnie są hodowane w niewoli, należały raczej do ptactwa dzikiego<sup>41</sup>. W porównaniu ze współcześnie obowiązującymi schematami hodowli zadziwia fakt, że znacznie częściej niż dzisiaj trzymano wiele udomowionych pawi i bażantów. Te ostatnie jednak były ptactwem luksusowym, gdy natomiast hodowla innych była bardziej popularna.

Granica jednak między ptactwem dzikim i hodowanym niekiedy jest trudna do zarysowania. Często bowiem łapano te żyjące na wolności i tuczono potem w zamknięciu<sup>42</sup>. Wiemy, że wiele gatunków było chwytaných i trzymany w awiariach, by potem w odpowiednim czasie służyć jako danie, zwykle na wykwinną ucztę<sup>43</sup>. Stanowiły więc raczej uzupełnienie niż podstawę diety<sup>44</sup>.

Źródła informują, że drób był chętnie widziany na stole przez biesiadników. Antimus i pozostali dietetycy byli przychylni ptactwu jako pokarmowi. Zwłaszcza doceniano jego lekkostrawność. Z drugiej jednak strony uważano je za mniej pożywne od mięsa czworonogów<sup>45</sup>. Do drobiu stosowały się wszystkie ogólne ustalenia dietetyki antycznej i wczesnobiżantyńskiej. Zwierzęta hodowlane z reguły cieszyły się gorszą opinią niż dziko żyjące. Widoczne jest to zwłaszcza w rozważaniach autora *De observatione ciborum*, które przytoczone są poniżej. Antimus utrzymywał nadto, że tak jak w przypadku zwierząt czworonożnych, najlepiej jeść zwierzęta jeszcze rosące. Stare były twarde, łykowate i dlatego nie dostarczały organizmowi wiele dobrego pożywienia. Zbyt młode z kolei były uważane za śluzowate, nadzbyt wodniste, a nadto pozostawiające w organizmie wiele produktów trawienia, gdy przez niego przechodzą<sup>46</sup>. Istniały jednak wyjątki od tej reguły, a niektóre z nich będą także dyskutowane w niniejszych rozważaniach. Dla wszystkich dietetyków oczywiste było także, że smak i wartość drobiu zależy od miejsca skąd ono pochodzi. Mięso tych, które mieszkają w górach jest bardziej suche, nie pozostawia dużo produktów przemiany materii i jest szybciej trawione. Te, które żyją blisko zatok lub jezior, mają tkanki bardziej wodniste, są trudniejsze do strawienia, a zjedzone pozostawiają w organizmie więcej niestrawionych resztek<sup>47</sup>.

Kury przybyły do świata egejskiego z Indii za pośrednictwem Persów około przełomu VII i VI w. p.n.e. Grecy nazywali je po prostu *ornis*, to znaczy ptak. Nomenklatura ta odzwierciedla ich rozprzestrzenienie w tym samym środowisku, w którym żył człowiek. Koguty określano jako *alektryon*, kury *alektoris*, gdy w stosunku do kurczaków używano terminu *neossos*. Szybko zastąpiły one gęsi jako najczęściej hodowane ptactwo domowe. O ich popularności w hodowli zdecydował zapewne fakt, że znosiły znacznie więcej jaj niż te poprzednie. Na całym obszarze Śródziemnomorskim występowało ich wiele odmian<sup>48</sup>, a w okresie,

---

<sup>39</sup> *De re coquinaria* VIII, 7, 7.

<sup>40</sup> Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 42-49; M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184, 186.

<sup>41</sup> Por. poniżej.

<sup>42</sup> Por. informacje o turkawkach i żurawiach zamieszczonej poniżej.

<sup>43</sup> A. Dalby, *Food*, s. 51-52.

<sup>44</sup> *Ibidem*, s. 213.

<sup>45</sup> Orybajusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 1, 1-2, 1; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 130, 1-5.

<sup>46</sup> Orybajusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 5, 2-8; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 130, 10-16.

<sup>47</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 130, 1-21.

<sup>48</sup> A. Dalby, *Food*, s. 83-85; D. Brewer, D. B. Redford, S. Redford, *Domestic plants and animals. The Egyptians origins*, Warminster 1995, s. 124; D'A. Thompson, *A glossary of Greek birds*, London 1936, s. 33-44, zwł. s. 39-40.

o którym mówimy były częścią codzienności, tak zresztą jak i donośne pianie koguta budzące mieszkańców Konstantynopola ze snu<sup>49</sup>.

Antimus polecał kury i kurczaki, ale odradzał jedzenie tych, które są specjalnie tuczone<sup>50</sup>. Według niego, drób ten do celów spożywczych powinien być zabity na dwa dni przed przygotowaniem, zaś latem, w wieczór poprzedzający czas przyrządzenia. W każdym razie drób musiał być świeży i przygotowany, póki jeszcze jego zapach nie zdradzał rozkładu mięsa. Jeść winno się szczególnie kurze piersi i skrzydełka. One też są, jak utrzymywał autor, szczególnie polecane przez lekarzy. Przyczyniają się bowiem do produkcji dobrych humorów i odpowiedniej krwi. Tylne części omawianych ptaków nie były natomiast przez niego rekomendowane, gdyż charakteryzowały się nadmiernym otłuszczeniem. Dlatego tylko ci, którzy byli całkowicie zdrowi mogli je jeść, lecz w umiarkowanych ilościach.

Informacje Antimusa potwierdzają się w pozostałej literaturze medycznej. Kurczaki są w niej regularnie rekomendowane jako pożądany pokarm. Ich mięso bowiem nie powoduje powstania w organizmie ani soków zbyt gęstych, ani też nazbyt rzadkich<sup>51</sup>, a skrzydełka są zaś oceniane jako lekkostrawne<sup>52</sup> i pożywne<sup>53</sup>.

Gdy chodzi o szczegóły z dziedziny *ars coquinaria*, to dowiadujemy się, iż drób często gotowano. Znano zatem wywar drobiowy, czyli rosół<sup>54</sup>. Brak szczegółów co do jego składu. Analogię może stanowić tzw. biały wywar, *leukos dzomos*, którego receptura jest dobrze znana. Do garnka wlewano dobrą wodę pitną<sup>55</sup>. Dodawano nieco najlepszej oliwy i dokładano kopru ogrodowego oraz trochę pora. Umyte mięso wkładano do wody i gotowano. Gdy było na wpół miękkie, dosypywano soli. Warto tu dodać, że dane, których dostarczył nam Paweł z Eginy, sugerują, iż sól można było dosypać także na samym początku gotowania. Przepis na biały rosół jest obecny w wielu dziełach medycznych. Znają go Dioskurides<sup>56</sup>, Galen<sup>57</sup>, Orybazjusz<sup>58</sup>, Aecjusz z Amidy i oczywiście Paweł z Eginy, a receptury w zasadzie nie różnią się między sobą.

Antimus poleca także duszenie kur w sosie oraz pieczenie, ale jak zwykle, zwracał on uwagę na to, by poddawanie mięsa obróbce termicznej było powolne. Jest on także zwolennikiem przygotowywania z nich pasztecików czy też klopsików (*isicia*)<sup>59</sup>. Przyrządzano je z siekanego mięsa, do którego, jak stwierdza dalej autor, dodawano jajka<sup>60</sup>. Antimus pisze, że winny być one niezbyt twarde, dlatego też należało do nich dołożyć wiele (nie mówi jednak ile) jajek. Dodatkowe informacje na ten temat *isicia* przynosi *De re coquinaria*<sup>61</sup>. Dziełko to

<sup>49</sup> *Hesychii Alexandrini lexicon, ἀλεκτρούνας, α*, 2859, 1-2, ed. M. Schmidt, vol. I-V, Ienae 1859-1868 (dalej: Hesychios, *Lexicon*).

<sup>50</sup> *De observatione ciborum* 23.

<sup>51</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 242, 1-4.

<sup>52</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 254, 5-6.

<sup>53</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 250, 1-4.

<sup>54</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 265, 8-9.

<sup>55</sup> Dostęp do zdrowej wody był w starożytności istotnym problemem. Por. A. Dalby, *Food*, s. 346-347; G. Clark, *Water in Antiquity*, „Antiquity” 18, 1944, s. 1-15; J. A. López Férez, *Aspectos teóricos, empíricos y léxicos del agua en Galenom* [w:] *Galen und das hellenistische Erbe. Verhandlungen des IV. Internationalen Galen-Symposiums veranstaltet vom Institut für Geschichte der Medizin am Bereich Medizin (Charité) der Humboldt-Universität zu Berlin 18.-20. September 1989*, Stuttgart 1993, s. 171-193.

<sup>56</sup> *Pedanii Dioscuridis Anazarbei de materia medica libri quinque*, II, 33, 1, 1-5, ed. M. Wellmann, vol. I-III, Berolini 1906-1914 (Dioskurides, *De materia medica*).

<sup>57</sup> *Galenii de alimentorum facultatibus libri 725, 6-13*, [w:] *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D. C. G. Kühn, t. VI, Lipsiae 1823 (Galen, *De alimentorum facultatibus*).

<sup>58</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 51, 6, 1-7, 3.

<sup>59</sup> *De observatione ciborum* 33.

<sup>60</sup> Te występują w przepisie na pulpety wieprzowe. Por. *De re coquinaria* II, 1, 5.

<sup>61</sup> *De re coquinaria*, II, 1, 1-7.

podpowiada nam, że siekane mięso rozdrabniano w moździerz z rozdrobnionym białym chlebem namoczonym w winie, pieprzem, *garum*, a jeżeli ktoś lubił również i ten dodatek, z jagodami mirtu. Formowano z nich pulpeciki, w środek wkładano orzeszki piniowe i pieprz, a następnie owijano w błonę i duszono w odgotowanym moszczu winnym, *caroenum*<sup>62</sup>. Wracając jednak do dzieła Antimusa, należy podkreślić, że omawiając *isicia*, jak zwykle zresztą, autor *De observatione ciborum* zwracał uwagę na konsekwencję dobrego lub niewłaściwego przygotowania posiłków. Zbyt twarde pulpeciki tego typu wywoływały, wedle Antimusa, biegunkę. Dobrze przyrządzone z kolei i miękkie, mogły być strawione oraz przyczyniały się do produkcji dobrych soków w organizmie jedzącego. Delikatesy te podawano często z sosami. Przepisy na takie dodatki do *isicia* są liczne w *De re coquinaria*<sup>63</sup>. Jeden z nich jest niezwykle prosty (bo trzyskładnikowy), a przyrządzany był z oliwy, *garum* oraz pieprzu<sup>64</sup>.

W końcu trzeba stwierdzić, że *De re coquinaria* obfituje w przepisy na różnorodne dania z kurczaków<sup>65</sup>. Są tam zatem receptury na kury gotowane, pieczone i nadziewane. Jeden z nich obrazuje prostą technikę, dzięki której przyrządzano smacznego, pieczonego kurczaka<sup>66</sup>. Sprawionego ptaka układano w naczyniu do pieczenia. Przyprawiano asafetydą (*laser* czyli *silphion*), pieprzem, oliwą, *liquamen* (według greckiej nomenklatury *garum*) i pietruszką, a następnie zapewne wkładano do piekarnika albo stawiano na ruszcie.

Gęsi bezsprzecznie również należały do ptactwa domowego. Grecy nazywali tego ptaka *chen*. Udomowiono go na Bliskim Wschodzie i południowej Europie jeszcze w głębokiej starożytności. Już najwcześniejsze greckie źródła pisane wskazują, że należał on do drobiu trzymanego w gospodarstwach domowych. Jak już zostało wspomniane, były najczęściej trzymanym ptactwem do okresu rozprzestrzenienia się kur, co nastąpiło na przełomie VII i VI w. p.n.e. Hodowano gęsi dla ich jaj i tuczono z powodu smacznego mięsa<sup>67</sup>. Specjalnie karmiono je serwatką<sup>68</sup>, by uzyskać odpowiedni smak mięsa, który tak bardzo odpowiadał Antimusowi<sup>69</sup>, a ich przerośnięte wątroby były odpowiednikiem dzisiejszego foie gras<sup>70</sup>.

Gęsie mięso i wątróbki były tematem rozważań dietetyków interesującej nas epoki. Paweł z Eginny oceniał gęsinę jako mięso pozostawiające w organizmie stosunkowo dużo elementów niestrawionych, i w ogóle trudne do przyswojenia. Tylko ich skrzydełka miały lepszą charakterystykę dietetyczną<sup>71</sup>. Ta opinia pozostaje w ścisłym związku z ocenami utrwalonymi wcześniej przez Orybazjusza<sup>72</sup> i Aecjusza z Amidy<sup>73</sup>. Natomiast Hesychios przynosi pewną ciekawą uwagę, mianowicie, że ptaki te były konserwowane, to znaczy solone. Tak przynajmniej interpretuje te informacje Phedon Koukoules<sup>74</sup>.

<sup>62</sup> *De re coquinaria*, II, 1, 7.

<sup>63</sup> *De re coquinaria*, II, 2, 1-9.

<sup>64</sup> *De re coquinaria*, II, 2, 3.

<sup>65</sup> *De re coquinaria*, VI, 8, 1-15.

<sup>66</sup> *De re coquinaria*, VI, 8, 7.

<sup>67</sup> D. Brewer, D. B. Redford, S. Redford, *op. cit.*, s. 121-123; A. Dalby, *Food*, s. 161-162; K. C. MacDolan, R. Blench, *Geese*, [w:] *The Cambridge world history of food*, ed. K. F. Kiple, K. C. Ornelas, vol. I, Cambridge 2000, s. 529-531; D'A. Thompson, *op. cit.*, s. 325.

<sup>68</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 44, 2, 2-3.

<sup>69</sup> *De observatione ciborum* 22.

<sup>70</sup> A. Dalby, *Food*, s. 162.

<sup>71</sup> *Paulus Aegineta* I, 82, 7-9, ed. I. L. Heiberg, vol. I-II, Lipsiae-Berolini 1921-1924 (dalej: Paweł z Eginny, *Epitome*).

<sup>72</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 43, 1, 1-2, 2.

<sup>73</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 131, 1-3.

<sup>74</sup> Hesychios, *Lexicon*, χεννίον, χ, 348, 1; Ph. Koukoules, *Byzantinon*, s. 74.



*De re coquinaria* ma przepis na gęś w zimnym sosie<sup>75</sup>. Ptaka gotowano, a następnie osuszano ręcznikiem z nadmiaru soków. Gęś serwowano z sosem zrobionym z pieprzu, lubczyku, nasion kolendry, mięty, ruty, *garum* i oliwy.

Czytając *De observatione ciborum*, możemy dojść do wniosku, że Antimus poświęcił stosunkowo dużo miejsca turkawkom<sup>76</sup> i innym gołębiom<sup>77</sup>. Generalnym terminem określającym te ptaki w języku greckim była wyraz *peleia*, gdy natomiast udomowione gołębie nazywano zwykle *peristera*. Szczegółowe terminy odnoszące się do dzikich ptaków to także *oinas*, *phassa* oraz *trygon*. Antimus informuje nas, że chwymano dzikie ptaki i tuczono je potem w zamknięciu. Czyniono tak przez całą starożytność, a świadectwa pism medycznych wskazują, że tak samo postępowano w okresie, na którym koncentruję moje zainteresowanie<sup>78</sup>. Takie trzymane w niewoli ptaki miały jednak mięso, które powodowało produkcję czarnej żółci, a zatem zastrzało wszystkie dolegliwości, które związane są z predyspozycją melancholiczną. Oczywiście jest zatem, że rekomendowano je jedynie do okazjonalnego spożycia, z zastrzeżeniem, że najlepiej by jedzone były tylko przez osoby nie przejawiające tendencji do gromadzenia w sobie czarnej żółci.

Antimus wspomina o pewnym ciekawym przesądzie związanym z dzikimi gołębiami, które my nazywamy turkawkami (po grecku *trygones*). Uważano mianowicie, że zjadają one często roślinę zwaną ciemierzycą<sup>79</sup>. Była to jedna z silniejszych trucizn (w małych dawkach lekarstw) znanych antykowi i Bizancjum, a wykorzystywano ją w szeregu kuracji, na przykład w leczeniu problemów psychicznych<sup>80</sup>. Antimus twierdził, że jeżeli turkawka pożywi się wzmiankowanym zieleń, to jej mięso stanie się trucizną, która zagrozić może nawet życiu konsumenta. Zatrucie takie objawia się wymiotami, krwotokami wewnętrznymi oraz biegunką. Twierdzi nadto, że sam w swej praktyce zetknął się z przypadkiem ostatecznego zagrożenia dla zdrowia spowodowanego zjedzeniem mięsa turkawki przez dwóch wieśniaków. Antidotum w rzeczonem zatruciu stanowiła procedura powolnego pojenia cierpiących starym winem oraz ciepłą oliwą, które łagodziły działanie trucizny. Cała ta opowieść dodatkowo wskazuje na stosunkowo rozpowszechnione spożycie tych ptaków nawet wśród klas niższych, które uzupełniały swoją dietę mięsem upolowanego ptactwa. Wypada też dodać, że Antimus przytacza analogiczną opowieść o niebezpieczeństwach wynikających z jedzenia szpaków, które jeść miały cykutę<sup>81</sup> i powodowały zatrucia osób, które je spożyły<sup>82</sup>.

Antimus powrócił do roli gołębi w diecie raz jeszcze w rozdziale XXIX swego dzieła. Utrzymywał on, że dzikie nie są nazbyt zdrowe. Poleca jednak pisklęta gołębi domowych. Te ostatnie były szczególnie przydatne zarówno w diecie osób zdrowych jak i chorych.

Trzeba stwierdzić, że Antimus nie jest odosobniony w swym zainteresowaniu gołębiami, gdyż rozważania na ich temat obecne są we wszystkich poradach dietetycznych epoki, o której mówimy. Ewaluowano je generalnie jako mniej pożywne niż mięso zwierząt cztero-

---

<sup>75</sup> *De re coquinaria* VI, 7.

<sup>76</sup> *De observatione ciborum* 25.

<sup>77</sup> *De observatione ciborum*, 29.

<sup>78</sup> Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 44.

<sup>79</sup> *Helleborus cyclophyllus* lub *Helleborus niger*.

<sup>80</sup> Diskurides, *De materia medica* IV, 148, 162. Por.: A. Dalby, *Food*, s. 174-175; M. Kokoszko, *Medycyna bizantyńska na temat aióra (αἰόρα)*, czyli kilka słów o jednej z procedur terapeutycznych zastosowanych w kuracji cesarza Aleksego I Komnena (na podstawie pism medycznych Galena, Orybazjusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginy), [w:] *Cesarstwo bizantyńskie. Dzieje, religia, kultura. Studia ofiarowane Profesorowi Waldemarowi Ceranowi przez uczniów na 70-lecie Jego urodzin*, ed. P. Krupczyński, M. J. Leszka, Łask-Łódź 2006, s. 96.

<sup>81</sup> *Conium maculatum*.

<sup>82</sup> *De observatione ciborum* 26.

nożnych. Były raczej lekkostrawne<sup>83</sup>. Powodowały nadto powstanie w organizmie konsumenta soków, które nie były ani nazbyt gęste, ani też rzadkie<sup>84</sup>.

Pozostało nam też przynajmniej kilka wskazówek na temat ich przyrządzenia. Antimus sugerował, że jako surowiec dla kuchni były raczej uniwersalne. Gotowano je więc albo pieczono. Gdy poddawano je tej ostatniej procedurze (uwaga ta w rozważaniach Antimusa dotyczy piskląt), należało nieustannie smarować je roztworem soli<sup>85</sup>, zapewne by nadmiernie nie wyschły. Podawano też do nich sosy, których receptury przetrwały *De re coquinaria*<sup>86</sup>. Pierwszy spośród z nich składa się z pieprzu, lubczyku, nasion selera, mięty, jagód mirtu lub rodzynek, miodu, wina, octu, *garum* i oliwy. Sos ten podawano na zimno<sup>87</sup>.

Kaczka, w języku Hellenów *nessa* lub *netta*, jest wymieniona przez Antimusa tylko na liście dzikiego ptactwa. Takie same sugestie wynikają zresztą z pozostałych pism medycznych cytowanych w niniejszej pracy. Zapewne także hodowano te ptaki, ale było to na znacznie mniejszą skalę niż w przypadku kur. Ich częściowe udomowienie było stosunkowo późne, bo przypadło na czasy późnej republiki (I w. p.n.e.) i było zapewne ograniczone terytorialnie<sup>88</sup>. Mięso ich ocenione zostało przez Antimusa jako stosunkowo miękkie i jak zwykle, znawca ten sugeruje jedzenie zwłaszcza ich piersi<sup>89</sup>. Wypada dodać, że nie odbiega to od dzisiejszych preferencji kulinarnych kuchni europejskich. Ewaluacja Antimusa zgadza się nadto z generalnie pozytywną opinią na temat kaczego mięsa obecną w pracach innych medyków<sup>90</sup>. Ptaki te bowiem wymieniane są zawsze w dziełach Orybazjusza, Aecjusza z Amidy oraz Pawła z Eginy<sup>91</sup>, co pozwala dojść do wniosku, że stanowiły poważny procent zarówno ptactwa domowego jak i dzikiego, obecnego na stołach. Wrażenie to wzmocnione jest poprzez fakt, że wzmiankowane są one także i po VII w. jako drób polecany do hodowli<sup>92</sup>.

*De re coquinaria* zachowuje kilka przepisów na ten rodzaj drobiu<sup>93</sup>. Pierwszy spośród nich mówi, co następuje. Należało umyć sprawionego ptaka i włożyć do dużego naczynia do gotowania. Wlewano do niego też wody, wsypywano soli i dokładano kopru ogrodowego. W wywarze tym gotowano, dopóki mięso było prawie miękkie, ale jeszcze jędrne. Następnie wyjmowano kaczkę i przekładano do innego naczynia, gdzie duszono ją w *garum* z dodatkiem pęczka oregano i kolendry. Gdy było już prawie gotowe, dodawano niewielką ilość zredukowanego moszczu winnego, czyli *defrutum*. W tym samym czasie, ale w innym naczyniu przygotowywano do kaczki sos z pieprzu, lubczyku, kminku, kolendry, korzenia asafetydy (*laser* czyli *silphion*), ruty, odgotowanego moszczu winnego (*caroenum*), miodu, płynu w którym dusiła się kaczka oraz octu. Gorący sos zagęszczano skrobią i polewano nim gotową kaczkę<sup>94</sup>.

Bażant, czyli *phasianos*, opisywany jest na początku fragmentów *De observatione ciborum* poświęconych drobiowi<sup>95</sup>. Sugeruje to prominentną jego rolę w diecie, ale przede wszystkim w menu klas panujących. Klemens z Aleksandrii pisał nawet, że bażanty zawsze

<sup>83</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae.*, II, 42, 1, 3-2, 1; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 254, 4; Paweł z Eginy, *Epitome*, I, 82, 1-4.

<sup>84</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae.*, III, 4, 1, 3; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 242, 3.

<sup>85</sup> Brak szczegółów na temat jego składu.

<sup>86</sup> *De re coquinaria* VI, 2, 7, VI, 2, 9.

<sup>87</sup> *De re coquinaria*, VI, 2, 7.

<sup>88</sup> A. Dalby, *Food*, s. 124; D'A. Thompson, *op. cit.*, s. 205.

<sup>89</sup> *De observatione ciborum* 32.

<sup>90</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 2, 1-4, 1; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 130, 5-9.

<sup>91</sup> Paweł z Eginy, *Epitome*, I, 82, 1-14.

<sup>92</sup> *Geoponica* XIV, 23; A. Dalby, *Food*, s. 124.

<sup>93</sup> *De re coquinaria* VI, 2, 1-6.

<sup>94</sup> *De re coquinaria*, VI, 2, 1.

<sup>95</sup> *De observatione ciborum* 22.

były obiektem zainteresowania bogatych smakoszy<sup>96</sup>. Trzeba notabene pamiętać, że do takiego właśnie odbiorcy skierowane było dziełko Antimusa<sup>97</sup>. Sam autor *De observatione ciborum* polecał sztuki hodowane, a dokładniej tuczone. Sugerował jedzenie ich piersi, jak zwykle przestrzegał przed spożywaniem ich tylnych części<sup>98</sup> i w ogóle rekomendował jedynie ich białe mięso<sup>99</sup>. Ptaki te oceniane były także pozytywnie przez Orybazjusza<sup>100</sup>, Aecjusza z Amidy<sup>101</sup> i Pawła z Eginu<sup>102</sup>. Były smaczne, a swą charakterystyką dietetyczną podobne były do kurcząt<sup>103</sup>, choć jednocześnie nieco trudniejsze do strawienia i mniej pożywne niż wieprzowina.

*De re coquinaria* niewiele pisze o wykorzystaniu ich mięs jako podstawy dań. Wspomina jednak o przyrządzaniu z ich mięsa klopsików (*esicia*), czy też może pasztecików, analogicznych do tych, które robiono z pawi<sup>104</sup>. Pieczono je lub też smażyło tak długo, aż skórka ich pękła. Podawano je z sosami, których pełna jest księga VI tego traktatu.

Paw zajmuje czwarte miejsce na liście drobiu rekomendowanego przez Antimusa<sup>105</sup>. Grecy nazywali tego ptaka *taos*, a w VI w. zwierzęta te znane były w basenie Morza Śródziemnego już od prawie tysiąca lat. Udomowione w Indiach przywędrowały do obszaru egejskiego w związku z kontaktami między Persami a Grekami. Za życia Arystofanesa (V w. p.n.e.) były one jeszcze ciągle ptactwem egzotycznym<sup>106</sup>, natomiast w Rzymie po raz pierwszy podano je na stoły słynnego mówcy Hortensjusza (I w. p.n.e.)<sup>107</sup>. Od tego czasu spożycie ich z pewnością wzrosło, choć trudno stwierdzić, że były jednym z powszechnie jedzonych dań serwowanym na stoły zwykłych ludzi<sup>108</sup>. To moje przekonanie opiera się, na przykład, na opinii Klemensa z Aleksandrii, który pawie nazywał pokarmem smakoszy<sup>109</sup>. Tak zapewne też było w Konstantynopolu w czasach wczesnego Bizancjum<sup>110</sup>.

W sferze kulinarnej należało z nimi postępować jak z dzikim ptactwem, a więc zabijano je na pięć, sześć dni przed ich przyrządzeniem, a następnie wieszano do skruszenia. Dietetyka oceniał je jako bardzo twarde i włókniste, z tego też powodu trudne do strawienia<sup>111</sup>. Tylko mniejsze lub młodsze sztuki zabijane były jeden lub dwa dni przed podaniem. Antimus rekomendował przyrządzanie ich w sosie własnym, podprawionym jedynie odrobiną miodu i pieprzu. *De re coquinaria* zachowuje informacje na temat przyrządzania pasztecików czy też klopsików (*esicia*), z mięsem pawi. Powinny być one smażyone do momentu, gdy ich skórka pęknie<sup>112</sup>.

<sup>96</sup> Clement d'Alexandrie, *Le pedagogue* II, 1, 3, 2, 1-5, ed. H. I. Marrou, M. Harl, C. Mondesert, M. Matray, vol. I-III, Paris 1960-1970.

<sup>97</sup> Por. A. Dalby, *Food*, s. 253; J. M. C. Toynbee, *Animals in Roman life and art*, Baltimore 1996, s. 254-255; J. Witteveen, *Peacocks in history*, „Petits Propos Culinaires” 36, 1990, s.10-20.

<sup>98</sup> *De observatione ciborum* 22.

<sup>99</sup> Uwaga ta odnosi się do wszelkiego rodzaju drobiu.

<sup>100</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 2, 4-4, 1.

<sup>101</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 130, 8-9.

<sup>102</sup> Paweł z Eginu, *Epitome*, I, 82, 1-3.

<sup>103</sup> Niektórzy uważali je nawet za smaczniejsze od kurcząt – Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 4, 1.

<sup>104</sup> *De re coquinaria* II, 2, 6.

<sup>105</sup> *De observatione ciborum* 24.

<sup>106</sup> Aristophane, *Aves* 102, [w:] *Aristophane*, ed. V. Coulon, M. van Daele, vol. III, Paris [Les Belles Lettres] 1967.

<sup>107</sup> Cicero, *Epistulae ad familiares* IX, 18; IX, 20, ed. D. R. Shackleton Bailey, Cambridge-New York 1977.

<sup>108</sup> Por. Dalby A., *Siren feasts. A history of food and gastronomy in Greece*, London 1996, s. 146-147; idem, *Food*, s. 253; D'A. Thompson, *op. cit.*, s. 277.

<sup>109</sup> Por. fragment cytowany wyżej.

<sup>110</sup> Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 44.

<sup>111</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 42, 4, 1-5, 1; Aecjusz z Amidy, *iatyrocorum libri*, II, 130, 9-10.

<sup>112</sup> *De re coquinaria* II, 2, 6.

Drugie miejsce na liście mięs pozostawionej przez Antimusa zajmuje baranina. Umieściliśmy ją także na tej samej pozycji w moim wykazie najczęściej spożywanych zwierząt cztero- nożnych w okresie pomiędzy IV a VII w. Grecy nazywali owcę *probaton*. W VI w. n.e. była ona zwierzęciem udomowionym przez człowieka już od blisko 10 000 lat. Do Europy przybyła z zachodniego Iranu przez Mezopotamię<sup>113</sup>, by z czasem stać się nieomal wszechobecna w basenie Morza Śródziemnego<sup>114</sup>. Na terenach greckich owce były trzymane w niewoli od neolitu<sup>115</sup> i doceniane z powodu rozlicznych pożytków, które przynosiły. Nic dziwnego zatem, że zaświadczona jest znaczna popularność baraniny jako pokarmu na przestrzeni całego okresu bizantyńskiego<sup>116</sup>. Prawie każda rodzina mieszkająca na wsi miała więc przynajmniej kilka sztuk owiec<sup>117</sup>. Hodowane były nie tylko dla ich mięsa; przede wszystkim trzymano je z powodu wełny oraz pożywnego mleka, które dawały<sup>118</sup>.

Porównanie danych zawartych w źródłach z interesującej nas epoki wskazuje, że, choć baranina zawsze cieszyła się pozytywną oceną dietetyczną, była niżej klasyfikowana nie tylko od wołowiny i wieprzowiny, ale także od mięsa kóz<sup>119</sup>. Autorzy zwracają ponadto uwagę, że omawiane zwierzęta mają często silny, odczuwany jako nieprzyjemny zapach<sup>120</sup>, a intensywność tego aromatu zależna była od pory roku. Najsmaczniejsze, według Antimusa, mięso dawały owce wiosną.

Dietetyka grecka miała wiele do powiedzenia na temat tego produktu w kuchni. Wedle rad samego autora *De observatione ciborum*, baranina nadaje się do jedzenia właściwie w każdej formie, czy duszona w sosie własnym, czy też pieczona. Nie powinno się jej jednak poddawać temu ostatniemu procesowi na silnym ogniu. Nazbyt wysoka temperatura bowiem spala ją z zewnątrz, pozostawiając ciągle surową wewnątrz. W ten sposób staje się ona szkodliwa dla zdrowia. Nadto Antimus radził, by baranina podczas pieczenia była co pewien czas zwilżana solą rozpuszczoną w winie<sup>121</sup>, co zapewne nie tylko dodawało jej smaku, ale także zabezpieczało przed wysychaniem.

Kilka interesujących informacji na temat zasad rządzących wykorzystaniem tego produktu przekazali także Orybazjusz, Aecjusz z Amidy i Paweł z Eginy. Ten pierwszy, który zachował w swym dziele fragmenty dorobku Rufusa z Efezu, radził, by mięso baranie spożywać dopiero po przesileniu letnim. Wtedy ma ono najmniej nieprzyjemny zapach. Nadto lepiej jest je piec niż gotować<sup>122</sup>. Aecjusz z Amidy, idąc za doktrynami Galena, oceniał baraninę jako *perittomatikos*, to znaczy trawioną jedynie częściowo w przewodzie pokarmowym, a zatem pozostawiająca w organizmie wiele niestrawionych resztek. Nadto zwracał on uwagę na fakt, że zapach mógł zdradzać obecność niebezpiecznych soków w niej zawartych<sup>123</sup>.

<sup>113</sup> F. Joannès, *La fonction sociale du banquet des premières civilisations*, [w:] *Histoire*, s. 47-59, zwł. s. 55-57.

<sup>114</sup> L. Bodson, *Le mouton dans l'antiquité Greco-romaine*, „Ethnozootechnie” 21, 1977, s. 107-121; M-C. Amouretti, *Villes et campagnes grecques*, [w:] *Histoire*, s. 133-149, zwł. s. 139.

<sup>115</sup> P. Halstead, *Counting sheep in Neolithic and Bronze Age Greece*, [w:] *Patterns of the past: studies in honour of David Clarke*, ed. I. Hodder, G. L. Isaac, N. Hammond, Cambridge 1981, s. 307-339.

<sup>116</sup> A. Dalby, *Flavours of Byzantium*, Blackawton, Totnes, Devon 2003, s. 70, 142, 154, 225 (dalej: *Flavours*); E. Kislinger, *op. cit.*, s. 325-344, zwł. s. 326, 330, 338, 341-342; M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 95, 184; Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 23; tenże, *Byzantinon*, s. 48-51.

<sup>117</sup> M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184-185.

<sup>118</sup> A. Dalby, *Food*, s. 300.

<sup>119</sup> Por. Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 1, 1-16, 9; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 1-45; Paweł z Eginy, *Epitome*, I, 84, 1, 1-11.

<sup>120</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 2, 5, 1-6, 1.

<sup>121</sup> *De observatione ciborum* 4.

<sup>122</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 2, 5, 1-6, 1.

<sup>123</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 18-20.

Przed Aecjuszem analogiczne informacje włączył do swoich rozważań Orybazjusz<sup>124</sup>, a po nim Paweł z Egiны<sup>125</sup>.

W końcu warto pamiętać, że *De re coquinaria* zawiera prosty przepis na pieczoną baranię lub jagnięcinę, który pozwoli uzupełnić dane Antimusa i pozostałych lekarzy. Sprawione mięso nacierano oliwą i pieprzem, posypywano solą i kolendrą, a potem wstawiano do piekarnika<sup>126</sup>. Tak przyrządzoną podawano z aromatycznymi sosami<sup>127</sup>.

Dla uzupełniania powyżej podanych informacji trzeba dodać, że jagnięcina była wyżej ceniona od baraniny. Antimus pisał, że jest uniwersalna – nadaje się bowiem do gotowania, duszenia w sosie lub pieczenia<sup>128</sup>. Orybazjusz utrzymywał, że mięso jagnięce jest stosunkowo soczyste, ale jednocześnie przyczynia się do produkcji w organizmie flegmy<sup>129</sup>. Takie samo stwierdzenie zostało nieco później włączone do rozważań Aecjusza z Amidy<sup>130</sup>. Paweł z Egiны podpowiada, że mięso jagnięce cieszy się lepszymi wartościami dietetycznymi niż baranina<sup>131</sup>.

Szczegóły dotyczące przygotowania mięsa jagnięcego pozostały w *De re coquinaria*<sup>132</sup>. Dla przykładu warto się zainteresować recepturą na pieczonego koziołka lub na pieczone jagnię<sup>133</sup>. Sprawione mięso przyrządzano z dodatkiem oliwy i *garum*. Skórę pieczonego zwierzęcia nacinano i w otwory wlewano mieszaninę rzeczzonego *garum*, oliwy, pieprzu i asafetydy (*silphion* tu nazywanego *laser*). Proces pieczenia odbywał się albo w piekarniku albo też potrawę (w odpowiednim naczyniu) stawiana była na ruszcie. Przed podaniem należało mięso polać sosem powstałym w czasie pieczenia oraz posypać świeżo utartym pieprzem.

Antimus nie wymienia w swoim dziełku mięsa kóz, czyli po grecku *kreas aigeion*. Wynikało to zapewne ze specyfiki jego listu – jako skierowanego do władcy jednego z barbarzyńskich państw zachodu, nie wymieniało ono produktu, który z rzadka jedynie obecny był w jego diecie. Wypada się domyślać, że ta nieobecność jest świadectwem idiosynkratycznego gustu Teodoryka lub Franków w ogóle, ponieważ kozy były hodowane i jądane w całym *Imperium Romanum*<sup>134</sup>.

Na obszarze egejskim, kozy (po grecku *aiks*), udomowione już we wczesnym neolicie były bardzo ważnym zwierzęciem hodowlanym<sup>135</sup>. Jeszcze przed 3000 roku p.n.e. mleko kozie przetwarzane było na ser. Zarówno to ostatnie jak i sery z niego wytwarzane były najczęściej spożywanymi produktami mleczarskimi starożytności greckiej i rzymskiej. Nic nie wskazuje, aby te tendencje zmieniły się przez cały okres trwania Bizancjum<sup>136</sup>. Raczej, podobnie jak i owce były trzymane przez większość rodzin zamieszkałych na wsi. Ich utrzymanie ułatwiał fakt, iż są one mało wymagające pod względem diety. W warunkach greckich nie wymagały

<sup>124</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 7, 1-8, 1.

<sup>125</sup> Paweł z Egiны, *Epitome*, I, 84, 1, 1-11.

<sup>126</sup> *De re coquinaria* VIII, 6, 8.

<sup>127</sup> *De re coquinaria*, 6, 1-5.

<sup>128</sup> *De observatione ciborum* 5.

<sup>129</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 7, 1.

<sup>130</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 17-18.

<sup>131</sup> Paweł z Egiны, *Epitome*, I, 84, 1, 10-11.

<sup>132</sup> *De observatione ciborum*, VIII, 8, 6, 1-11.

<sup>133</sup> *De observatione ciborum*, VIII, 8, 6, 4.

<sup>134</sup> A. Dalby, *Food*, s. 160; G. Sassateli, *L'alimentation des Étrusques*, [w:] *Histoire*, s. 183-195, zwł. s. 188-191; M. Montanari, *Structures de production et systèmes alimentaires*, [w:] *Histoire*, s. 285. *De re coquinaria* zawiera także kilka interesujących przepisów w księdze VIII. Por. poniżej.

<sup>135</sup> A. Gardesein, *op. cit.*, s. 49-70, zwł. s. 57.

<sup>136</sup> J.-C. Cheynet, *op. cit.*, s. 14; J. Koder, *Kathemerini diatrophii*, s. 22; Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 23-24; idem, *Byzantinon*, s. 50;

także zapewnienia im specjalnych schronień<sup>137</sup>. Mamy też zupełną pewność, że mięso kozie było jadane w Konstantynopolu pomiędzy IV a VII w., jak i jest spożywane do dzisiaj<sup>138</sup>.

Smakosze cenili szczególnie mięso pochodzące z młodych sztuk, czyli ze zwierząt jeszcze karmionych mlekiem matki<sup>139</sup>. Starsze sprawiały kłopot kucharzom z powodu ich silnego zapachu. Dlatego też zamożni jadali tylko te, które nie tylko były małe, ale nadto zostały zabite po przesileniu letnim<sup>140</sup>, gdy charakterystyczny odór był stosunkowo słaby. Mięso oceniane było jako suche, choć bardziej soczyste od wołowiny<sup>141</sup>. Uważano też, że jest ostre w smaku, zawiera niepożądane soki i pozostawia w organizmie jedzącego wiele produktów przemiany materii<sup>142</sup>.

Atenajos z Naukratis wskazuje, że pokarm ten doceniano stosunkowo powszechnie nawet w kręgach ludzi zamożnych, a nadto podawano je przyrządzone z dodatkiem drogich przypraw. W czasie uczty przez niego opisywanej wniesiono bowiem koźleta zaserwowane w sosie z dodatkiem asafetydy, czyli kosztownego *silphion*. Na dodatek Atenajos pozwolił sobie na uwagę, że mięso kozie jest bardzo pożywne<sup>143</sup>. Równie aromatyczne jak Atenajosowy były sosy, których receptury zawiera *De re coquinaria*<sup>144</sup>. Traktat ten przechował nadto przepis na pieczonego koziółka, który jest łatwy do zastosowania także i we współczesnej kuchni. Mięso nacierano oliwą i pieprzem, posypywano solą, nasionami kolendry i wstawiano do piekarnika, gdzie pieczono do miękkości<sup>145</sup>. Do tak przygotowanego koziółka podać można było sos własny w czasie obróbki termicznej lub inny, oddzielnie zrobiony.

Antimus zaczął swój katalog mięs od wołowiny<sup>146</sup>, którą Grecy określali jako *kreas boeion*. Mark Grant, komentator *De observatione ciborum* uważa, że stało się tak w wyniku wysokich not dla tego mięsa jako produktu żywnościowego, a przede wszystkim dla jego pożywności<sup>147</sup>. Jest w tym wiele prawdy, gdyż mięso wołowe było zawsze doceniane jako surowiec dla gastronomii. Z drugiej strony pamiętać jednak także trzeba, iż jadane było ono rzadziej niż na przykład wieprzowina z racji na istotne korzyści płynące z wykorzystania żywych krów<sup>148</sup>. Dlatego umiejscowiliśmy ten pokarm jako mniej powszechny nawet od mięsa koziego.

Udomowione około 7000 roku p.n.e. bydło trzymano bowiem przede wszystkim jako siłę roboczą, a następnie zaś dla mleka, które dawały. Mięso zatem było niejako produktem dodatkowym ich hodowli. Notabene, jego koszt podwyższał fakt, że bydło miało znacznie większe wymagania bytowe (schronienie w deszczowej części roku) i żywieniowe (konsumowało stosunkowo dużo trawy i ziarna)<sup>149</sup>. Ubojowi poddawano zatem zwykle sztuki starsze, chore

<sup>137</sup> M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184-185.

<sup>138</sup> A. Dalby, *Flavours*, s. 197.

<sup>139</sup> *Athenaei Naucraticae dipnosophistarum libri XV*, IX 402 c (66, 1-3, Kaibel), ed. G. Kaibel, vol. I-III, Lipsiae-Berolini 1887-1890 (dalej: Atenajos z Naukratis, *Deipnosofisci*); Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 68, 3, 1-4, 1.

<sup>140</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 2, 5, 1-6, 1.

<sup>141</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 5, 2-6, 2; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 16-17.

<sup>142</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 7, 1-8, 1.

<sup>143</sup> Atenajos z Naukratis, *Deipnosofisci* IX, 402 c (66, 4, Kaibel).

<sup>144</sup> *De re coquinaria* VIII, 6, 1-11.

<sup>145</sup> *De re coquinaria*, VIII, 6, 8.

<sup>146</sup> *De observatione ciborum* 3.

<sup>147</sup> M. Grant, *Commentary on the text*, [w:] Anthimus, *On the observance of foods. De observatione ciborum*, ed. and transl. M. Grant, Totnes, Blackawton, Devon, 2007, 3, s. 51.

<sup>148</sup> Chodzi zwłaszcza o mleko.

<sup>149</sup> M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184-186.

lub trudne do utrzymania w gospodarstwie<sup>150</sup> (na przykład, z powodu braku paszy na przednówku). Stąd też w pismach medycznych, nawet jeżeli wołowina otwiera stosowne paragrafy analizujące zalety i wady spożywanego mięsa, zwykle rozważania autorów zawierają uwagi wskazujące, że pod względem swego rozpowszechnienia w diecie i wartości odżywczych ustępuje ona miejsca wieprzowinie<sup>151</sup>. Ta prawidłowość widoczna jest także w tych miejscach traktatów medycznych, w których autorzy wprowadzają uwagi na temat odmiennych walorów starych i młodych zwierząt. Powyższe stwierdzenia mają swoje zastosowanie dla całej starożytności i wypada stwierdzić, że schemat ten nie zmienił się w czasach, o których mówimy<sup>152</sup>.

Antimus zalecał dbanie o to, by do spożycia wykorzystywać mięso świeże. Produkt ten bowiem nie powinien być poddawany procesowi kruszenia. Orybazjusz, za Rufusem z Efezu, widział taką potrzebę tylko w stosunku do mięsa zwierząt dziko żyjących<sup>153</sup>. Uwaga ta wynika z faktu, że nie było możliwości utrzymania tego pokarmu w stanie zdatnym do spożycia przez dłuższy czas, co powodowało wiele trudności. Ponieważ zatem w praktyce kulinarnej mięso często musiało być nie pierwszej świeżości, wypracowano liczne sposoby pozbycia się nieprzyjemnego zapachu, które zostały zanotowane w literaturze epoki. Na przykład, można było produkt ten po prostu wypłukać kilka razy w wodzie pitnej lub w wodzie z octem, albo w wodzie z octem i tymiankiem<sup>154</sup>. Procedura ta przynajmniej usuwała nieprzyjemny zapach.

Napisaliśmy już powyżej, że ocena mięsa wołowego była zasadniczo pozytywna. Orybazjusz utrzymywał, że jest ono pożywne, ale nie charakteryzuje się lekkostrawnością. Przyczynia się do produkcji przez organizm gęstej krwi, dlatego nie jest polecane dla osób o naturze melancholicznej i w ogóle, jak twierdził, ustępuje wieprzowinie<sup>155</sup>. Aecjusz z Amidy podał analogiczną ewaluację, ale jego analiza jest bardziej szczegółowa. Dodaje bowiem, że mięso wołowe jest bardziej suche od wieprzowego oraz przyczynia się do podniesienia temperatury organizmu spożywającego. Nadto lekarz ten prezentuje listę chorób, którym sprzyja nadmierne spożycie tego pokarmu<sup>156</sup>. Podobne informacje zawarte w dziele Pawła z Eginny, udowadniają, że doktryny te były uznawane przez dietetykę bizantyjską jeszcze w VII w.<sup>157</sup>.

Antimus polecał delikatne mięso wołowe, a więc to, które pochodziło z młodszych sztuk. Powinno się je piec, ale na stosunkowo małym ogniu. Nawet i takie jednak było trudne do strawienia<sup>158</sup>. *De observatione ciborum* zachowało przepis na wołowinę w sosie słodko-kwaśnym, który może być uznany za reprezentatywny dla raczej dostatniej kuchni VI w. Autor polecał w nim gotowanie mięsa do momentu, gdy będzie już prawie miękkie, a potem dodatkowe jego duszenie w sosie, którego recepturę wspomniany lekarz także podaje. Do naczynia wykonanego z gliny<sup>159</sup> wlewano pół kubka ostrego octu winnego, wkładano nieco porów, mięty polej, selera oraz kopru włoskiego (fenkułu), a dla dodania potrawie słodczy jedną

<sup>150</sup> Stąd obecność na rynku cielęciny i młodej wołowiny, której spożycie zaświadcza Orybazjusz (Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 5, 1-2) i Aecjusz z Amidy (Aecjusz z Amidy, *dz. cyt.*, II, 121, 14-15). Por. A. Dalby, *Food*, s. 244.

<sup>151</sup> Por. Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 1, 1-16, 9; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 1-45; Paweł z Eginny, *Epitome*, I, 84, 1, 1-11.

<sup>152</sup> Ph. Koukoules, *Trophai kai pota*, s. 29; idem, *Byzantinon*, s. 55; M. L. Rautman, *op. cit.*, s. 184.

<sup>153</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 2, 7, 1-6.

<sup>154</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 2, 15, 1-16, 1.

<sup>155</sup> Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 3, 1-5.

<sup>156</sup> Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 6-14.

<sup>157</sup> Paweł z Eginny, *Epitome*, I, 84, 1, 7.

<sup>158</sup> *De observatione ciborum*. 11.

<sup>159</sup> Ten sam Antimus nie zaleca używania naczyń z brązu, gdyż zmieniały one smak potrawy.

czwartą kubka miodu<sup>160</sup>. Mięso winno być dokładnie pokryte sosem, a garnek, by potrawa się nie przypaliła, trzeba było często wstrząsać w czasie gotowania dania na małym ogniu. Na koniec smakołyk doprawiano, ucierając ziarna pieprzu, nieco wrotyczu, nardu oraz goździków z odrobiną wina, a następnie przekładając tę masę do naczynia z uduszonym już mięsem.

Wypada też dodać, że Antimus zna solone mięso wołowe. Rzeczona praktyka konserwowania mięsa miała w VI w. już długą historię i była rozprzestrzeniona w Grecji od neolitu<sup>161</sup>. Sam Antimus nie poleca jednak tak przetworzonego jako zdrowego pożywienia, gdyż proces konserwowania powodował jego wysychanie (w procesie solenia traciło ono tłuszcz), a zatem stawało się ono trudne do strawienia<sup>162</sup>.

Trzeba dodać, że choć Antimus nie wymienia cielęciny jako osobnego rodzaju produktu żywnościowego, cytowane powyżej źródła greckie wskazują, iż jadano także mięso młodych krów. Uznawano je za łatwiejsze do strawienia i bardziej soczyste od wołowego<sup>163</sup>. *De re coquinaria* doradza, by cielęcinę gotować, a następnie podać z sosem, na przykład, składającym się z tartego pieprzu, lubczyk, nasion kopru włoskiego, oregano, orzeszków piniowych, daktyli, miodu, octu winnego, *liquamen*, gorczycy i oliwy<sup>164</sup>.

Podsumowując nasze rozważania, wypada stwierdzić, że dzięki informacjom antycznym i bizantyńskim nie tylko niezbiecie można udowodnić bogactwo kuchni greckiej, ale i ukazać różnorodność terminologii przez nią używanej. Jednocześnie dzięki przedstawionym materiałom udało się wykazać, jak bogatą teorię na jego temat stworzyli znawcy terapii okresu post-antycznego. Ukazano zatem wzajemny związek między sztuką kulinarną i medycyną w przyjętych ramach tematycznych i chronologicznych.

---

<sup>160</sup> Miód mógł zostać zastąpiony zredukowanym moszczem winnym, na przykład *caroenum*.

<sup>161</sup> W. Cavanagh, *Food preservation in Greece during late and final Neolithic periods*, [w:] *Cooking*, s. 111-115.

<sup>162</sup> *De observatione ciborum* 11.

<sup>163</sup> Orybajusz, *Collectiones medicae*, II, 28, 5, 1-2; Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 121, 14-15.

<sup>164</sup> *De re coquinaria* VIII, 5, 4. Por. też poprzedzające receptury: *De re coquinaria* VIII, 5, 1-3.