

Zofia Rzeźnicka, Maciej Kokoszko, *Dietetyka i sztuka kulinarna antyku i wczesnego Bizancjum (II-VII w.)*. Część III: *Ab ovo ad γάλα. Jajka, mleko i produkty mleczne w medycynie i w sztuce kulinarnej (I-VII w.)*, (*Byzantina Lodziensia XXVIII*), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016, ss. 278¹

Trzecia część monografii *Dietetyka i sztuka kulinarna antyku i wczesnego Bizancjum (II – VII w.)* została przygotowana przez Zofię Rzeźnicką oraz Macieja Kokoszko². Nosi ona tytuł *Jajka, mleko i produkty mleczne w medycynie i w sztuce kulinarnej (I – VII w.)*. Pozycję wydano w 2016 r. w Łodzi, w ramach *Byzantina Lodziensia* – serii wydawniczej Katedry Historii Bizancjum Uniwersytetu Łódzkiego. Na 196 stronach tekstu Autorzy przedstawili szczególną rolę, jaką odgrywał nabiał w czasach późnego antyku oraz wczesnego Bizancjum. Nie licząc krótkiego wstępu, tekst dzieli się na dwa obszerne rozdziały, w których wyszczególniono kilka mniejszych – ukierunkowanych na dane zagadnienie – podrozdziałów. Pierwsza część szeroko omawia rolę jaj, traktuje o dietetyce, farmakologii, procedurach terapeutycznych, aż wreszcie o sztuce kulinarnej. Rozważania dzielą się na pięć podrozdziałów, dotyczą one kolejno: ogólnych wiadomości na temat jaj, charakterystyki dietetycznej produktu, farmakologicznej, zastosowania ich w różnych terapiach oraz wykorzystania podczas przygotowania posiłków – czy w ogóle spożywano je jako osobne danie. Drugi rozdział porusza zagadnienia dotyczące mleka i produktów mlecznych. Jest to część o wiele rozleglejsza niż pierwsza, gdyż

¹ Praca powstała w ramach Asystencji Naukowej na Wydziale Filologiczno-Historycznym.

² Dwie poprzednie to: M. Kokoszko, K. Jagusiak, Z. Rzeźnicka, *Dietetyka i sztuka kulinarna antyku i wczesnego Bizancjum (II-VII w.)*. Część I: *Zboża i produkty zbożowe w źródłach medycznych antyku i wczesnego Bizancjum (II-VII w.)*, (*Byzantina Lodziensia XVI*), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016; *Dietetyka i sztuka kulinarna antyku i wczesnego Bizancjum (II-VII w.)*, część II, *Pokarm dla ciała i ducha*, red. M. Kokoszko, (*Byzantina Lodziensia XIX*), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016.

omówione zostało nie tylko działanie samego mleka, ale także zsiadłego produktu, serów oraz masła. Stąd też, całość podzielono na sześć podrozdziałów mówiących o: mleku i jego przetworach, nauce o mleku i jego pochodnych przed Galenem – Celsus i Dioskurydes – drugi podrozdział zawiera jeszcze cztery mniejsze fragmenty: wstęp do galaktologii, mleko i przetwory w medycynie Celsusa, nauka o mleku w traktacie *O sztuce medycznej* Dioskurydesa oraz konkluzje na temat galaktologii Celsusa i Dioskurydesa. Pozostałe cztery podrozdziały dotyczą: mleka w dietetyce, w farmakologii, w procedurach terapeutycznych i sztuce kulinarnej, następnie tak samo zostają opisane, *Oksygala* (zsiadłe mleko), ser oraz masło. Rozważania kończą kilkunastostronicowe wnioski Zofii Rzeźnickiej, służące za podsumowanie zawartych w tekście wiadomości. Dalej został umieszczony, niezwykle przydatny w trakcie lektury słowniczek podstawowych terminów greckich, następnie wykaz skrótów, bibliografia, abstrakt oraz indeks osób, a także indeks nazw geograficznych i etnicznych.

Już we wstępie Autorzy odsyłają czytelników do skorzystania z drugiej części ich monografii, która dotyczy roli mięsa. Nie jest to przypadkowe działanie, gdyż to właśnie tam zebrano kluczowe źródła dotyczące roli pokarmów w czasach antyku. Poza tym, jak wspomniano, baza źródłowa tekstu jest taka sama, jak w poprzednich częściach. Dlatego też nie zostały one w całości przedstawione na pierwszych stronach pracy. Wskazano natomiast, że w dużej mierze skupiano się na opracowywaniu traktów medycznych między innymi, Galena, Dioskurydesa, Orybazjusza, Aecjusza, Antyma czy Pawła z Eginu. Po krótkiej charakterystyce zebranych materiałów, które nie tylko pochodziły od ówczesnych medyków, zaprezentowano kluczowe zagadnienia, które zostaną omówione. Wykazano, że w czasach dojrzałego antyku wpływy greckie bardzo silnie przenikały do medycyny rzymskiej. Jest to jak najbardziej widoczne w obu rozdziałach. Pierwszy miał przybliżyć czytelnikom informacji na temat wspomagania nośności kur i sposobu, w jaki magazynowano jaja, a także ich zastosowania na wielu płaszczyznach. Podobnie wprowadzono narrację w drugiej części – opisano znaczenie mleka: od jakich zwierząt je pozyskiwano, które było najbardziej wartościowe, a także szerokie wykorzystanie omawianego produktu. Poza tym zestawiono dorobek rzymskich lekarzy z bizantyńskimi, oczywiście w omawianej materii. W dalszej części, w identyczny sposób, omówiono rolę zsiadłego mleka, serów oraz masła.

Druga część wstępu nosi tytuł *Apendyks humoralny* – jest to elementarna wiedza z zakresu teorii humoralnej, która stanowi podstawę do zrozumienia mentalności oraz działań ówczesnych medyków. Przybliżona została postać Hipokratesa z Kos – autora wykładni. Uważa on, że w ciele człowieka znajdują się cztery soki, o których wewnętrzną równowagę należy dbać poprzez przestrzeganie właściwej diety oraz poprzez prowadzenie aktywnego, a także higienicznego trybu życia. Są to kolejno: krew, żółć, czarna żółć oraz flegma. Każdej z nich przypisał też odpowiednie właściwości – pierwsza jest gorąca i wilgotna, druga sucha i gorąca, trzecia zimna oraz sucha, a czwarta zimna i wilgotna. Aby zachowywać równowagę humorów należało przestrzegać wielu zaleceń lekarzy, a przede wszystkim spożywać produkty, które nie kolidowały z posiadanytem temperamen-tem.

Pierwszy rozdział dotyczący jajek od razu rozpoczyna się od prezentacji ogólnych wiadomości na temat tego produktu. Autorka zaznacza, że mieszkańcy Imperium najczęściej wykorzystywali oraz spożywali jaja kurze. Wynikało to oczywiście z ich dostępności oraz łatwości w hodowaniu. Istotą otrzymania produktu dobrej jakości było odpowiednie wysiadywanie oraz wylęg, a także stosowane pełnowartościowe pasze. Już wówczas lekarze zwracali uwagę na to, aby jeść jak najświeższe jaja. Drugi podrozdział traktuje o właściwościach dietetycznych. Punktem wyjścia był traktat Galena *O właściwościach pokarmów*, gdzie medyk wskazywał na konieczność wykorzystywania i spożywania jajek. Wyszczególnił, które z nich są najlepsze i najzdrowsze, za takie uznał kurze oraz bażancie, natomiast gorszej jakości były gęsie oraz strusie. Następnie skupiono się na przedstawieniu kilku rodzajów obróbki termicznej, było to więc: gotowanie w kąpieli wodnej, na miękko, na twardo, smażenie oraz pieczenie. Za najkorzystniejsze dla zdrowia uznano wówczas pierwsze warianty, natomiast te ostatnie opisywano jako szkodliwe. Co ciekawe założenia te pojawiają się także w traktatach wielu innych, cytowanych w pracy lekarzy, którzy swoją praktykę odbywali już po śmierci Galena. W dalszej części rozważań wykorzystane jest także *O zachowaniu zdrowia* Galena oraz *Zbiory lekarskie* Orybazjusza, który naśladował wiele technik powyższego medyka. Drugie z wymienionych dzieł wskazuje na to, że ówcześni lekarze niezwykle cenili właściwości jajek, gdyż zostały one umieszczone na liście wartościowego pożywienia aż na drugim miejscu, tuż za mlekiem. Oryba-

zjusz w owych czasach dokonał jeszcze czegoś niezwykle istotnego, szczególnie dla medyków – przygotował schemat podziału pożywienia według właściwości dietetycznych. Kontynuował to Aecjusz z Amidy w drugiej części *Ksiąg medycznych* oraz Paweł z Eginy w *Skrócie wiedzy lekarskiej*. Na wszystkie powyższe prawidłowości zwróciła uwagę Autorka. Wniosek dotyczący nie tylko przenikania, ale również powielania dorobku antycznych lekarzy, zamyka drugi podrozdział.

Trzeci fragment dotyczy charakterystyki farmakologicznej jajek. Aby je przybliżyć, wykorzystano kolejną pracę Galena *O właściwościach medykamentów niezłożonych*, w której pojawiła się szczegółowa charakterystyka zdrowotnych właściwości interesującego produktu. Rozważania rozpoczęto od roli białka, które, jak wskazywały pisma lekarza – opracowane przez Autorkę – miało właściwości oziębiające oraz łagodzące. Wyszczególniono także dolegliwości, w kuracji których go używano. Następnie opisano żółtko, które posiadało analogiczne zastosowanie. Służyło ono ponadto do wysuszania ran oraz było składnikiem środków mających działanie przeciwzapalne. Dalej przytoczono kuracje, w których wykorzystywano całe jajka, były to: zapalenia, uszkodzenia mechaniczne, oparzenia, podrażnienia jamy brzusznej, żołądka, wnętrzości i pęcherza, dyzenteria czy nieżyt przewodu pokarmowego. Z kolejnych partii tekstu wynika, że produkt ten miał szerokie zastosowanie podczas niemal każdego schorzenia danej części ciała bądź też narządu. Wynikało to z tego, że bardzo często był to składnik danej receptury czy też środek, który służył do rozrabiania medykamentu. W czwartym podrozdziale zaprezentowano zastosowanie jajek w procedurach terapeutycznych. Po raz kolejny posiłkowano się dorobkiem Galena, gdzie wskazano, że jaja zalecano wówczas nawet osobom chorym na bulimię. W powyższej części wykorzystano także *O składzie medykamentów dla różnych części ciała*, również autorstwa Galena. Na podstawie tego dzieła stwierdzono, że jajka znalazły wówczas zastosowanie także w leczeniu narządu wzroku. Najczęściej były one składnikami maści, którą nakładano na przykład na zasinienia pod oczami. Produkt ten wykorzystano także w kuracjach bardziej złożonych dolegliwości, jak chociażby nagromadzenie szkodliwych soków, które mogły pogarszać wzrok. Podane zostały trzy receptury, wedle których należało przygotować specjalne, lecznicze plastry. Potwierdza to jeszcze kolejny traktat Galena *O metodzie leczenia*, gdzie podkreślono, że ze względu

na lepkość i delikatność białka znalazło ono szerokie zastosowanie w okulistyce. Natomiast następne wykorzystane dzieło tego samego autora, *O składzie lekarstw*, wskazuje na użycie plastrów na bazie jaj, w celu opatrywania zranień, a nawet leczenia łupieżu. Autorka w poszczególnych akapitach skupia się na roli produktu w leczeniu konkretnych schorzeń, niemal wszystkie są opatrzone fragmentami receptur z antycznych traktatów. Bardzo płynnie przechodzi do wykorzystania skorupki jako elementu wykorzystywanego przy inhalacjach – używano do tego wydmuszek. Następnie bazując na zgromadzonych źródłach, zostaje przedstawiony wniosek, że niemal identyczne treści w swoich traktatach zawarli, Aecjusz z Amidy, Orybazjusz, czy Paweł z Eginny, którzy po prostu powtórzyli to, co zgromadził i opracował Galen. Wszyscy ci uczeni wskazywali na dużą rolę jajek, jako środka dermatologicznego o działaniu pielęgnującym. Ósma część *Ksiąg medycznych* Aecjusza, którą również wykorzystano, zawierała przepis na specjalną maść chroniącą przed promieniami słonecznymi. Receptura ta również znajdowała się w pismach jego poprzedników. Stąd też można śmiało stwierdzić, że poza badaniem roli konkretnego produktu spożywczego, Autorka skupiła się także na przenikaniu prądów medycznych oraz kształtowaniu pewnych stałych stwierdzeń, a także autorytetów w omawianej dziedzinie. Na kolejnych stronach czwartego podrozdziału znalazły się receptury na maści, które sporządził Orybazjusz, a także trzy przepisy na medykamenty z użyciem jaj autorstwa Antyllosa.

Zofia Rzeźnicka niezwykle dokładnie i rzetelnie przedstawiła zrekonstruowany opis przygotowania lekarstw, zwracając szczególną uwagę na składniki, ale także na warunki oraz materiały, które dodatkowo należało uwzględnić. Zawarty został także opis jadłospisów skierowanych do odbiorców konkretnych kuracji. Na podstawie siódmej księgi Aecjusza z Amidy zamieszczono bardzo ciekawą wzmiankę dotyczącą użycia białka, które jakoby stosowano podczas zabiegów chirurgicznych, kiedy wkrapiano je do oczu. Kolejne dolegliwości, na jakich się skupiono, dotyczyły chorób odbytu. Oparto się tym razem na Orybazjuszu, który przytaczał fragmenty tekstów Rufusa z Efezu. Z tekstu wynika, że jaja wykorzystywano właśnie jako składnik lewatyw, płukanek oraz przy kuracji łagodzącej podrażnienia. Dalej wzmiankowany jest Paweł z Eginny, który podał kilka istotnych informacji dotyczących powyższego zabiegu oczyszczania. Stosowano go podczas problemów jelitowych oraz biegunek. Po-

wszechne zastosowanie miały także okłady. Wracając do Orybazjusza, Autorka przeszła do wszelkiego rodzaju zapaleń, podczas których stosowano specjalne maści, również na bazie interesującego produktu. Między innymi były to różne choroby kobiece, jak chociażby zapalenie pochwy. Radzono sobie z nimi poprzez kuracje specjalnymi czopkami, które umieszczano wewnątrz dróg rodnych. Podobne zastosowanie znalazły jaja w leczeniu dolegliwości układu moczowego, gdzie były składnikiem specjalnych leków przyjmowanych doustnie oraz okładów. Każdorazowo został opisany skład medykamentów oraz sposób ich przygotowania. Dalej na podstawie Orybazjusza przedstawiono środki używane podczas kuracji zmian w jamie ustnej. Lekarze bizantyńscy byli świadomi przeciwwzapalnych właściwości jaj, dlatego też tak chętnie z nich korzystali. Co więcej, używano nawet skorupki, rekomendowano je, oczywiście rozdrobnione, do czyszczenia zębów. Kończąc rozważania czwartego podrozdziału, przedstawiono jeszcze kilka innych dolegliwości, w których leczeniu pomoce okazały się jajka. Wskazano dzieło Pawła z Eginny, w którym sugerował on podawanie chorym jajka gotowane w occie. Dla osób skarżących się na bóle głowy przygotowywano ledwo ugotowany produkt, natomiast surowy powinny spożywać kobiety, które przechodziły głodówkę oraz cierpiący na wrzody. W ogóle zalecano je wszystkim rekonwalescentom, ponieważ – jak twierdzono – pomagały w zachowaniu równowagi humoralnej, a także łagodziły podrażnienia i regulowały pracę układu trawiennego. Polecano je także osobom zdrowym, ze względu na swoje dobroczynne właściwości, szczególnie wspomagające trawienie pokarmów. Oczywiście jedyną formą, pod którą jajka miały takie zastosowanie, była płynna, najlepiej gotowana.

Piąty i zarazem ostatni podrozdział traktujący o jajkach, dotyczy już ich wykorzystania w ówczesnej sztuce kulinarnej. Podobnie jak w traktatach medycznych, założono, że jedynie jaja kurze i bażancie są wartościowe. Potwierdzały to wzmiankowane w tekście pisma Antyma. Natomiast w kwestii samej obróbki termicznej posiłkowano się dorobkiem Orybazjusza. Opisywano dokładnie, w jaki sposób przygotować jajko na miękko oraz jak zagwarantować jego właściwe usmażenie. W tym przypadku było to częste obracanie. Tak jak w poprzednich częściach, podano przepisy oraz receptury, z których korzystano. Opisano przygotowanie specjalnych zapiekanek czy jaj w kąpieli wodnej. Co istotne, Autorka nie cytuje wyłącznie traktatów

medycznych, wykorzystane zostały bowiem również dzieła dotyczące sztuki kulinarnej, agronomii, z kanonu literatury pięknej oraz życia codziennego. Zofia Rzeźnicka bardzo celnie zauważyła, że poznanie tajników antycznej kuchni nie jest możliwe bez odwołania się do szeregu zupełnie innych niż medyczne źródeł. Były to między innymi: Apicjusz *O sztuce kulinarnej*, Pliniusz *Historia naturalna*, *Uczta mędrców*, *Satyry* Horacego, dzieła Marcjalisa czy też Petroniusza. Najwięcej szczegółów Autorka doszukuje się u Apicjusza, gdzie wskazała przepisy na serowe placki, omlety, zapiekanki warzywne i mięsne oraz marynaty. Ponadto starożytni używali białka do zmiany barwy wina z czerwonej na białą. Na to również podany został przepis.

Drugi rozdział monografii dotyczy mleka i jego przetworów. Początkowe rozważania koncentrują się na wprowadzeniu do historii produktu oraz jego pozyskiwania. Wskazano, że mleko stanowiło fundament diety ludności mieszkającej na wsiach. Autorka bardzo słusznie zauważa wielką popularność oliwy oraz wina, które nie wyparły jednak całkowicie nabiału. Co więcej, na następnych stronach udowodnione zostanie, że te produkty ze sobą współwystępowały. Spożywanie pokarmów mlecznych było z całą pewnością czymś egzotycznym, tak samo jak dla ludności zamieszkującej wschodnią Europę egzotyczna była właśnie oliwa z oliwek. W owych czasach jedzenie nabiału pod każdą postacią było typowe dla ludności wiejskiej, szczególnie wśród zamieszkujących chłodniejsze tereny, gdzie gaje oliwne nie występowały tak powszechnie. W pracy cytowane są także dzieła agronomów, którzy poprawnie rozróżniali cechy danych przetworów. Między innymi posiłkowano się dorobkiem Warrona, który mleko uznał za najpożywniejszy produkt ze wszystkich dostępnych. Również i w tej kwestii opisano warunki, które determinowały jakość mleka: spożywana przez zwierzę pasza, jego wiek oraz warunki, w których było hodowane. Za najlepsze uznano mleko świeże, od młodych krów wydojonych w okresie letnim. Wtedy, jak podaje Autorka, było ono pełne wszystkich wartościowych składników. Dodatkowo, na co też zwrócono uwagę, nie było ono szeroko dostępne w miastach oraz było bardzo drogie ze względu na trudności, jakie towarzyszyły przewozowi produktu. Cytowany Warron opisywał też sery, dzieląc je na ciężko i lekkostrawne. Również w tej materii zwracał uwagę na ich świeżość, która miała wpłynąć na łatwość ich trawienia. Zaznaczono także, że w owych czasach ustalenia agronomów i dietetyków przenikały się.

Drugi podrozdział autorstwa Macieja Kokoszko dotyczył nauki o mleku i jego pochodnych przed Galenem. Autor opisał dorobek Celsusa oraz Dioskurydesa. Rozważania rozpoczął od przybliżenia czytelnikowi zagadnienia, jakim jest galaktologia. Uczony wskazuje, że antyczni i bizantyńscy lekarze pochylali się także nad właściwościami mleka. Mimo że, jak zauważył, mleko pojawiała się na stołach stosunkowo rzadko, to znalazło ono szerokie zastosowanie. Następnie odwoływał się do dzieła *O medycynie* Aulusa Korneliusza Celsusa, które jest uznawane za pierwsze, całościowe ujęcie wiedzy medycznej dotyczącej nabiału. Tam opisano poszczególne funkcje, jakie spełniają powyższe produkty oraz to, jak je skutecznie wykorzystywać w medycynie i dietetyce. Podstawowym, z przytoczonych przez Autora zadań mleka, było oczywiście przeczyszczanie. Oczyszczano nim także ciało, najczęściej przy użyciu serwatki, którą skutecznie oddzielano. Następnie Maciej Kokoszko wymienia innych uczonych, którzy w swoich rozważaniach wspominali o nabiale. Byli to między innymi Orybazjusz i Aecjusz z Amidy. Wspominany wyżej Celsus wskazuje na duże właściwości mleka pod względem pożywności. Autor przytacza także jego wnioski dotyczące dobrych soków, jakie wywarzał nabiał, jakkolwiek Celsus twierdził również, że stary ser – dojrzały o mocnym aromacie – wytwarza te zle. Co warto podkreślić, w omawianej książce wskazano, że w starożytności bardzo rzadko traktowano produkty mleczne jako stałe pożywienie, częściej już pojawiały się w roli medykamentów. W dalszej części przedstawiono kolejne właściwości mleka, jak chociażby jego łagodzące działanie, a także uczonych, którzy zajmowali się tym zagadnieniem: Dioskurydes, Rufus z Efezu, Galen, Orybazjusz, Aecjusz z Amidy i Paweł z Eginny oraz Pliniusz w *Historii naturalnej*. Posiłkowano się również traktatem Celsusa *O medycynie*, gdzie wskazywał on na konieczność picia omawianego produktu chorym, którzy szybko tracą wagę bądź chorują na suchoty. Zgromadzona liczba źródeł nie tylko z zakresu historii medycyny, świadczy o bardzo rzetelnym podejściu Autorów do omawianego zagadnienia. Dzięki temu mogli weryfikować prawdziwość przekazu antycznych, a także badać życie codzienne ówczesnych ludzi. W dalszej części rozprawy podane zostały dolegliwości, które łagodziło lub też leczyło mleko. Były to m.in. trudności w oddychaniu, owrzodzenie gardła oraz kolki. Mlekiem odtruwano organizm po spożyciu trucizny, wykorzystując go w lewatywach, płukano nim też jamę ustną. Produkt ten wykorzystywano również w gine-

kologii, przy leczeniu hysterii, w chorobach nerek oraz kiedy pacjent miał problemy ze stawami. Omawiając kwestie ginekologiczne, Autor podał jako ciekawostkę, że stosowano wówczas w kuracjach także mleko kobiece, które było składnikiem specjalnego czopka, aplikowanego podczas schorzeń macicy. W cytowanym wielokrotnie traktacie *O medycynie* znalazła się również wzmianka, która klasyfikowała mleko zarówno jako substancję złożoną, jak i prostą. Wskazywało to na szerokie możliwości wykorzystania produktu podczas leczenia. Poza tym wykorzystywano je do produkcji specjalnej maści, którą smarowano oczy. Powszechnie używano mleka także przy wspomaganiu gojenia ran.

Trzecia część rozważań Macieja Kokoszko dotyczyła nauki o mleku i jego pochodnych, zawartej w traktacie *O sztuce medycznej* Dioskurydesa. Autor zauważył, że tytułowe dzieło dużo obszerniej opisuje interesujący produkt, niż to stworzone przez Celsusa. Mleko uznano za odżywcze, wspomagające wytwarzanie dobrych soków, ale też, na co wcześniej nie zwrócono uwagi, powodujące wzdęcia i problemy trawienne. Wskazano, że wynikało to prawdopodobnie z tego, iż większość społeczeństwa mogła nie trawić laktozy. Było to tym bardziej możliwe ze względu na surowce, które były popularne, dostępne i występujące w naturze. Dioskurydes opisał kolejne zdrowotne właściwości mleka. Miało ono pomagać m.in. przy wewnętrznych owrzodzeniach, uszkodzeniach tkanek, nerek czy pęcherza. Używano go także przy leczeniu zakłócenia równowagi humoralnej, swędzeniach, wspomaganiu słabych zębów. Za najśłodsze i najbardziej pożywne uznano mleko ludzkie, które według uczonego miało właściwości neutralizowania wpływu różnych trucizn. Jednak, jak podaje Autor, nie mogły być one zbyt silne. Uczony skupił się także na właściwościach pozostałych produktów – serwatki oraz sera. Ta pierwsza działała przeczyszczająco, natomiast drugi był bardzo pożywny i korzystnie wpływał na kondycję i funkcjonowanie żołądka. Jedynym warunkiem, który nie raz został wspomniany, było spożywanie wyłącznie świeżego i miękkiego sera. Powtarza się to także podczas dalszej analizy kolejnych autorów antycznych. Ostatnim zagadnieniem, które poruszono podczas rozważań na temat traktatu Dioskurydesa, była produkcja oraz właściwości masła. Sam proces wytwarzania został przytoczony w omawianym fragmencie, do tego dołączono analogiczny opis dotyczący sera. Jeśli mowa o maśle, wskazano na jego przeczyszczające działanie pod warunkiem, że spo-

zyto bardzo duże ilości produktu. Wspomagało ono także proces gojenia ran, leczyło afty, chroniło przed trądzikiem i podobnymi zmianami skórными, a także pomagało leczyć dyzenterię i owrzodzenia w jelicie grubym. W omawianej pracy wskazano na szereg możliwości, podczas których można było używać tego tłuszczu. W ostatniej części podrozdziału autorstwa Macieja Kokoszko przedstawił on konkluzje na temat galaktologii autorstwa omawianych wyżej Celsusa i Dioskurydesa. Uznał, że musieli oni posiadać taką samą tradycję medyczną, a także korzystać z rozległego dorobku swoich poprzedników.

Trzeci podrozdział rozprawy został napisany przez obu Autorów. Dotyczy on mleka w dietetyce, farmakologii, procedurach terapeutycznych i w sztuce kulinarnej. W omawianym fragmencie korzystano w dużej mierze z traktatu *O właściwościach pokarmów* Galena. Tam właśnie wyliczono właściwości mleka, z czego się składa oraz co warunkuje jego jakość. Uznano, że jeśli jest wystarczająco świeże, stanowi jeden z najpożywniejszych pokarmów. Jednak, jak wspomniano wyżej, nie było to wcale proste. Dalej wskazano, na jakie narządy wpływa pozytywnie spożycie mleka, a na jakie negatywnie. Poza Galenem wykorzystano w omawianym podrozdziale także dorobek Rufusa z Efezu oraz Orybazjusza, którzy również zawierali w swoich pismach szereg informacji na temat właściwości mleka. Ten pierwszy opisał dokładnie, w jaki sposób podgrzewać mleko (metoda została przytoczona w tekście). Poza tym, podobnie jak poprzednicy, pisali o tym, że interesujący produkt pomaga w leczeniu kaszlu, zmniejszaniu ilości czarnej żółci czy w przypadku problemów z jelitami. Niemal identyczne wnioski, na co wskazywali Autorzy, zawarł w swoich traktatach Aecjusz z Amidy. Dokonał jednak czegoś bardzo istotnego dla ówczesnej dietetyki oraz medyków, mianowicie uszeregował dane na temat wpływu mleka na organizm. Wszystko to zostało sporządzone w formie katalogów. W dalszej części uznano, że również Antym oraz Paweł z Eginu powielali wcześniejsze wnioski. Zofia Rzeźnicka oraz Maciej Kokoszko uznali, że najpełniejszy opis właściwości mleka znalazł się w dziele *O właściwościach medykamentów niezłożonych* autorstwa Galena. Produkt ten uznano za lek i pokarm jednocześnie. Podobnie jak Celsus i Dioskurydes, uczony zauważał szereg właściwości mleka, które wykorzystywał w leczeniu oczu, ran, przeczyszczenia i wielu innych. Podane zostały także przepisy na różne maści oraz płukanki, między innymi wspomagają-

ce leczenie migdałków. Największe znaczenie miało dla Galena łagodzące działanie mleka.

Opisano także dokładny sposób pozyskiwania i przygotowania mleka oraz łączenia go z produktami. Powołując się na antyczne traktaty, wspomniano, że należało nabywać mleko u rolników, a nie handlarzy. Wtedy też otrzymywano produkt najświeższy. Często łączono je z produktami spożywczymi – szczególnie na wsiach. Powstawał w ten sposób bardzo pożywny posiłek, który miał generować gęste soki. Podano także dokładny przepis, w jaki sposób łączyć opisywany produkt z innymi. Skorzystano także z dzieła *O przestrzeganiu zdrowej diety* Antyma, z którego przytoczono przepis na przygotowanie zupy mlecznej na ryżu. Oczywiście tym rarytasem nie każdy mógł się posilać, gdyż w owych czasach ryż był dosyć drogi. Kończąc trzeci podrozdział, Autorzy omawianej publikacji wspomnieli jeszcze o traktacie *O sztuce kulinarnej*. Zawarto tam wzmianki o wykorzystywaniu mleka przy przygotowywaniu potraw z podrobów i mięsa, zapiekanek, sosów, marynat, różnych nadzień oraz deserów. W tym fragmencie także pojawiły się szczegółowe receptury.

W czwartym podrozdziale, przygotowanym przez Zofię Rzeźnicką, poruszono temat *Oksygali*, czyli zsiadłego mleka. Opisano je w identyczny sposób jak mleko. Rozprawę rozpoczęto od przytoczenia traktatu *O właściwościach pokarmów* Galena, który posłużył do sporządzenia dietetycznej charakterystyki interesującego produktu. Podobnie jak w przypadku mleka, tak i tutaj zwracano uwagę na świeżość. Wskazywano, że ma ono właściwości ochładzające, stąd też nie nadaje się do spożywania przez wszystkich (np. szkodzi osobom o chłodnym temperamencie). Poza tym negatywnie oddziaływało na uzębienie, a także zaburzało równowagę humoralną. Jak zauważyła Autorka, wnioski te powtarzał Orybazjusz oraz kolejni lekarze. Starożytni oraz bizantyńscy medycy zgodnie stwierdzali, że jest ono ciężkostrawne. Antym natomiast, w świetle przytoczonych wniosków, uznał, że zsiadłe mleko nie szkodzi osobom chwalącym się dobrym zdrowiem. Tak jak w poprzednich częściach powoływano się na oryginalne przepisy i receptury. Przytoczono więc metodę przygotowania zsiadłego mleka Pliniusza oraz Kolumelli.

Piąta część rozprawy o nabiale, dotyczy roli sera w dietetyce, farmakologii, procedurach terapeutycznych oraz sztuce kulinarnej. Produkt ten opisano więc dokładnie w ten sam sposób, jak poprzednie. Dzięki uporządkowaniu treści czytelnik bardzo szybko zauważy

zależności pomiędzy nimi. Pierwsze wnioski rozpoczęto od przytoczenia rozprawy Galena *O właściwościach pokarmów*. Posiłkując się nią, Autorka wskazała, że w owych czasach ser nie cieszył się wśród medyków dużą popularnością. Wpływało na to kilka kwestii: był ciężkostrawny, wzmacniał pragnienie oraz stymulował produkcję gęstych soków. Nie zalecano jednak zaprzestania spożywania produktu, gdyż miękkie i świeże sery korzystnie oddziaływały na trawienie. Zofia Rzeźnicka zwraca uwagę czytelnika na fakt, że antyczni medycy doskonale znali tajniki produkcji omawianego pożywienia, a także różne rodzaje mleka wykorzystywane podczas jego wytwarzania. Byli też świadomi, że to właśnie mleko warunkowało smak sera oraz jego ewentualne właściwości. Dzieleno je na dwie kategorie, które wskazywały na ich zastosowanie podczas leczenia. Produkty miękkie, świeże, luźne oraz o delikatnym zapachu mogły zostać użyte w kuracjach, a także codziennej diecie. Natomiast te twarde, dojrzałe, zbite oraz o mocnym aromacie uznano za szkodliwe dla zdrowia. Mimo że nie były one zbyt często wykorzystywane w medycynie, antyczni lekarze mocno się nimi interesowali. Dalej Autorka wskazuje na Orybazjusza i jego *Zbiory lekarskie*, w których powtórzył myśli Galena. Podobne wnioski wyciągnięto w przypadku pism Aecjusza z Amidy, Antyma oraz Pawła z Eginy. Stąd też, na kolejnych stronach posiłkowano się głównie *O właściwościach medykamentów niezłożonych* Galena. Rozważania dotyczyły dobroczynnego działania świeżych serów, które miały powstrzymać napływ złych soków, pomagać w regeneracji tkanek, ściagać i zabiżniać rany, a nawet usuwać dolegliwości związane z artretyzmem. Podano także, korzystając z traktatów Pawła z Eginy oraz Orybazjusza, że sery mogły wpływać korzystnie na stan zdrowia, pod warunkiem że przypisano je do właściwego temperamentu i odpowiednio rozpisano dietę.

Kolejne wątki poświęcono analizie popularności i cen poszczególnych gatunków sera, a także metod i skali produkcji oraz roli, jaką odgrywały w handlu i gastronomii. Odwołano się do tekstów wykraczających poza wskazane w tytule ramy czasowe. Między innymi wykorzystano pisma Arystotelesa, w których zawarł opis wytwarzania produktu. Dzięki temu czytelnik otrzymał bardzo szeroki obraz ówczesnego serowarstwa. Autorka wskazała także, że omawiane pożywienie produkowano często dla własnych potrzeb, ale nie tylko – również nim handlowano. Informacje na temat eksportu pozyskano z traktatów agronomicznych *O rolnictwie*, medycznych Celsusa oraz

Historii naturalnej Pliniusza. Na ich podstawie stwierdzono, że bardzo często transportowano towar na statkach – szczególnie twarde sery, które znajdowały swoich amatorów w wielu, odległych zakątkach. Z zaprezentowanych wniosków wynika, że handel serem był bardzo rozwinięty i dochodowy. Zofia Rzeźnicka wskazała, że najwięcej danych dotyczących omawianego produktu przekazał Pliniusz. Zawarł on nawet szczegółowy podział na rejony i miasta, które specjalizowały się w produkcji lokalnych serów. Podano również, że bizantyńscy autorzy, jak np. Ptochoprodromos, który w XII w. zajmował się poezją, także wspominali o tym pożywieniu. Podobnie Michał Psellos zajął się powyższym wątkiem. Odwoływanie się do poezji oraz traktatów, które znacznie wykraczały poza badane ramy czasowe, świadczy nie tylko o wyczerpaniu tematu, ale także o jego wzbogacaniu. Doskonale obrazuje to kilka bardzo dokładnych opisów poszczególnych gatunków sera – ich właściwości, smaku oraz wyglądu. Wskazano także, na determinant, który warunkował walory smakowe produktu – region, w którym był produkowany. Wykorzystano jeszcze pisma Symeona Seta, w których określono właściwości dietetyczne sera. Autorka, zestawiając traktaty medyczne z różnych lat, stwierdziła, że w czasach Bizancjum oraz wczesnego średniowiecza ograniczano się jedynie do cytowania i powielania założeń antycznych lekarzy.

W dalszej części rozprawy podano jeszcze kilku autorów traktatów, którzy opisywali produkcję sera oraz podawali odpowiednie przepisy – również je przytoczono. Były to między innymi prace *O rolnictwie* oraz *Leksykon* Hezychiusza z Aleksandrii. Obie pozycje wskazywały, jak zresztą założyła Autorka, na doskonale opanowanie metod produkcji omawianego pożywienia, a także na jego różnorodność. Poruszono także kwestie podawania oraz wykorzystania produktu. Tym samym bardzo płynnie rozpoczęto opis zastosowania serów w sztuce kulinarnej. Ze względu na zróżnicowanie smaków, struktur oraz wyglądu, można było go używać na wiele sposobów. Stąd też często służył jako prosty dodatek do chleba, dodawany do przekąsek – na co dowód odnaleziono w poemacie *Moretum*. Był też częstym dodatkiem do sałatek oraz głównych dań. Podawano go w różnych formach – na ciepło, smażony, gotowany, pieczony oraz jako fondue. Odwołano się też do pism Katona, gdzie zawarto przepis na sernik oraz na inne desery. Autorka cytuje jeszcze Dioklesa, Plutarcha oraz Apicjusza. Pojawiły się tam kolejne receptury – wskaza-

nia jak przyrządzić rybę z serem, kiedy posypywać nim danie, a także opis przygotowania zapiekanki. Doszukano się także w bizantyńskich wzmiankach Ptochoprodromosa podobnego połączenia ryby i omawianego produktu. Musiało być one niezwykle popularne. Kolejne wykorzystane źródła pochodzące z terenów wschodniego cesarstwa to: *Kletorologion* Filoteusza oraz *O ceremoniach* Konstantyna VII Porfirogenety. Na ich podstawie zamieszczono informację dotyczącą podawania w okresie Wielkiego Postu specjalnej zupy serowej.

Ostatni, szósty podrozdział monografii traktował o roli i zastosowaniach masła. Po raz kolejny badania rozpoczęto od traktatu *O właściwościach pokarmów* Galena. Doszukano się tam podobieństw między omawianym produktem, a oliwą z oliwek. Nie było ono popularne właśnie ze względu na prymat tego drugiego tłuszczu. Jednak i tak antyczni medycy ujęli je w swoich rozważaniach. Sklasyfikowano je jako wspomagające trawienie szkodliwych soków, pomocne w kuracjach miękkich narośli, czy podrażnień dziąseł. Produkt ten traktowano bardziej jako medykament niż pożywienie, dlatego też w ostatniej części brakuje charakterystyki dietetycznej oraz zastosowania w gastronomii. Podobnie jak w przypadku wyżej opisanej żywności, tak i w tym wypadku następcy Galena powielali jego wnioski. Zofia Rzeźnicka wskazała jeszcze na istotną kwestię, która pojawiła się w pismach Orybazjusza – zawarł w nich opis produkcji masła. Na kolejnych stronach skupiono się już jedynie na dolegliwościach, podczas których omawiany produkt był pomocny. Wśród nich znalazły się między innymi, choroby górnych dróg oddechowych, narządów płciowych, układu pokarmowego, a nawet pęcherza. Jego uznanie w świecie medycznych było spowodowane łagodzącymi oraz zmiękczającymi właściwościami. Było przede wszystkim bardzo delikatne, dlatego zalecano je nawet przy kuracjach bardzo wrażliwych części ciała i narządów. Wykorzystywano je w lewatywach, nasączało nimi specjalne czopki domaciczne, produkowano maści, okłady, plastry. Rozprawę zakończono – ze względu na brak danych dotyczących dietetyki oraz gastronomii – wzmiankami dotyczącymi metod produkcji. Wykorzystano *Historię naturalną* Pliniusza oraz pisma Dioskurydesa.

Prowadzone badania na temat roli jaj i przetworów mlecznych podsumowano we wnioskach. Autorka wskazała, pod kątem jakich nauk analizowała źródła – były to: dietetyka, medycyna oraz gastronomia. Następnie na kilkunastu stronach przedstawiła najważniej-

sze dokonania starożytnych z zakresu trzech powyższych dziedzin. Odwoływała się zarówno do czasów antycznych, jak i wczesnego Bizancjum. Uznała mleko i jaja za niezwykle istotne produkty ówczesnego świata, a ser za najbardziej popularny. Jeszcze raz wskazała czytelnikowi ich bardzo szerokie zastosowanie, a także ponownie opisała metody produkcji oraz dostępność produktów. Wnioski podsumowano stwierdzeniem, że mimo iż nie było to pożywnie najpopularniejsze, znalazło zastosowanie zarówno w kuchni jak i medycynie. Dowodziło to przede wszystkim wszechstronności ówczesnych lekarzy.

Omawiana monografia Zofii Rzeźnickiej i Macieja Kokoszko jest pracą niezwykle rzetelną, wyczerpującą temat oraz w sposób wieloaspektowy przedstawiającą ówczesne społeczeństwo. Wpływ ma na to liczba wykorzystanych źródeł, które dotyczyły szeregu dziedzin. Wśród nich znalazły się nie tylko traktaty ówczesnych lekarzy, ale także pisma agronomów, książki kucharskie, a nawet literatura piękna omawianych lat. Treść została wzbogacana przez przytoczenie oryginalnych przepisów oraz receptur na różne medykamenty oraz potrawy. Rozprawa znajduje zastosowanie zarówno w pracach badawczych dotyczących medycyny, gastronomii, a także dietetyki oraz życia codziennego. Ze względu na bardzo przejrzystą formę, klarowność opisu oraz odpowiedni podział treści, praca jest prosta w odbiorze przez czytelników, którzy zawodowo związali się z nauką, jak i przez tych, którzy sięgają do niej ze względu na prywatne zainteresowania. Monografia ta jest z pewnością niezwykle istotna dla wszystkich badaczy epoki starożytnej oraz lat wczesnego Bizancjum.

Dominika Juszcak
(Piotrków Trybunalski)