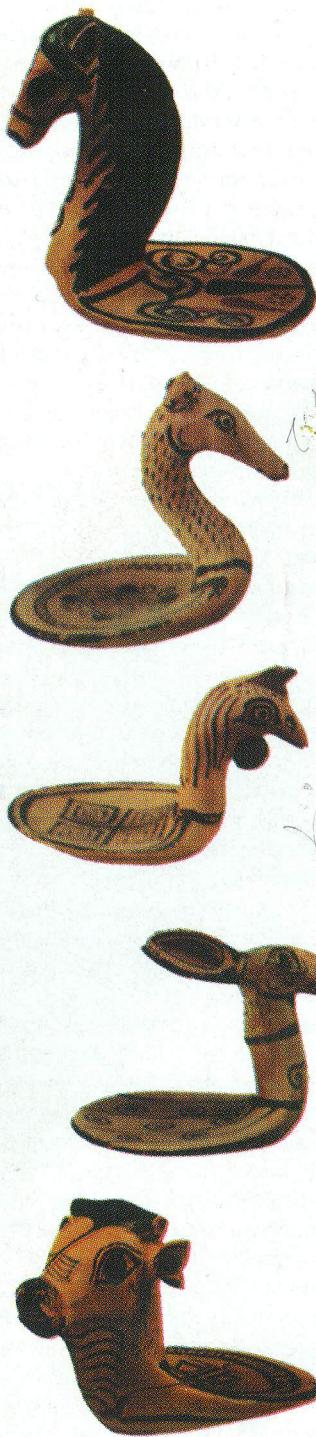


ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

της Ειρήνης Καμπερίδου

Η μαγειρική τέχνη στην αρχαία Ελλάδα



Ο Πολιτισμός του Φαγητού

Αν πας στη Αήγανο και σου προσφέρουν το ωραίο τους τυρί και τους ρωτήσεις πώς το λένε, θα σου πούν, «καλαθάκι». Αυτή η λέξη έχει μια πανάρχαια ιστορία και παράδοση. Προσέρχεται από την λέξη «φρούμιός» που ήταν το μικρό ψάθινο καλαθάκι όπου τοποθετούσαν το πιργιμένο γάλα για να στεγνώσει. Η πανάρχαια αυτή ελληνική λέξη έγινε στη γαλλική γλώσσα «φρουμάζ» που σημαίνει τυρί και στην ιταλική «φρούματζιο».

Η ιστορία της μαγειρικής τέχνης είναι τόσο παλιά, όσο και η ιστορία του ανθρώπου. Στην εξέλιξη της τέχνης αυτής έπαιξαν σημαντικό ρόλο η εξημέρωση των ζώων και η κτηνοτροφία. Ήδη στην νεολιθική περίοδο ανακαλύπτει ο άνθρωπος πλούσιες σε λευκάματα θαλλασινές τροφές. Αργότερα στη Σαντορίνη ανακαλύπτουμε τουχογραφίες της Μινωϊκής Κρήτης του 1500 π.Χ. όπως τον νεαρό φαρά!

Στους ομηρικούς χρόνους, οι ίδιοι οι βασιλιάδες ασχολούνταν με τη παρασκευή των γευμάτων. Ο Αχιλλέας γνώριζε να χειρίζεται τον οβελό εξ' ίσου καλά όσο και το

ξίφος. Στην Ομηρική Εποχή η παρασκευή των κρεάτων, των ψητών κυρώς, είναι ανδρική δουλειά και οι άνθρωποι της ανώτερης τάξης, συμμετέχουν σ' αυτή.

Οι πρώτοι επαγγελματίες μάγειρες

Συγκλονιστικό είναι το γεγονός ότι από το 140 αιώνα π.Χ. στην Μινωϊκή Κρήτη βλέπουμε να κάνουν την εμφάνισή τους επαγγελματίες μάγειρες. Η τέχνη αυτή αναπτύχθηκε στον ελληνικό χώρο και επεκτάθηκε σε ολόκληρο τον κόσμο.

Αξιοσημείωτο είναι ότι πολλοί από τους επαγγελματίες μάγειρες της αρχαίας εποχής έγραφαν και «συνταγές». Έχουμε δηλαδή τους πρώτους τσελεμεντέδες στην ιστορία του κόσμου.

Εδώ πρέπει να πούμε ότι πριν από 5000 χρόνια λειτούργησαν οι πρώτες σχολές μαγειρικής στην ιστορία του κόσμου, ενώ σήμερα διδασκόμαστε αυτήν την τέχνη από τους Γάλλους που άρχισαν να την αναπτύσσουν τον 17ο αιώνα.

Στην Αθήνα για παράδειγμα, για να αναγνωρισθεί κανείς σαν μάγειρας έπρεπε να μαθητεύσει δύο χρόνια και να υποβληθεί με επιτυχία σε διάφορες εξετάσεις. Τότε



Η Ειρήνη Καμπερίδου σπούδασε στη Βοστώνη λογία και οικονομικές επιστήμες. Διδάσκει στο Πανεπιστήμιο Αθηνών, είναι μέλος του Δ.Σ. του Κέντρου Ερευνών για τις Γυναίκες της Μεσογείου (Κ.Ε.Γ.ΜΕ), αρχισυντάκτης του «Greek Economy» και έχει εργαστεί σαν δημοσιογράφος στο ΑΠΕ (Αθηναϊκό Πρακτορείο Ειδήσεων) και στην ΕΤ-1.

Μικρά πήλινα κουτάλια, Εθνικό μουσείο.

και μόνο τότε κρινόταν άξιος της θέσης του.

Ο Αθήναιος μας πληροφορεί οτι υπήρχαν επτά διάσημοι Έλληνες μάγειρες, όπως επτά ήταν και οι μεγάλοι σοφοί της Ελλάδας.

Η τέχνη του μάγειρα προστατευόταν από τους Θεούς. Δεν είναι καθόλου τυχαίο οτι σε πολλές έλληνικές πόλεις είχαν στηθεί ανδριάντες προς τιμή πολλών μαγείρων. Το επάγγελμά τους θεωρείτο δημόσιο λειτουργημα και το έργο τους τέχνη.

Οι πρώτοι διαιτολόγοι

Με την γένεση του αθλητισμού στην Ελλάδα, με τους Ολυμπιακούς Αγώνες, αναπτύχθηκε η Διαιτική και ετοιμάστηκε ειδικό διαιτολόγιο για τους αθλητές. Σε κάθε γυμναστήριο της Ελλάδας υπήρχε και ένας διαιτολόγος.

Άφθονες είναι οι συνταγές των μαγείρων ακόμα και για τις τροφές που θεωρούσαν οτι είχαν διεγερτικές ή αφροδισιακές ικανότητες, όπως οι βολβοί: «Τρώγε όσους μπορείς βολβούς ψημένους στη στάχτη και με σάλτσα ποτισμένους. Γιατί αυτό το φαγητό έχει την ιδιότητα να σηκώνει του άνδρα τη δύναμη» (Αθήναιος).

Για τους Έλληνες ήταν αδιανόητο να φάνε μόνον. Ο Πλούταρχος λέει οτι το να φάει κανείς μόνος του «δεν σημαίνει να γεννατίσει, αλλά να γεμίσει το στομάχι του σαν τα ζώα». Γι' αυτό, εκτός από τις προσκλήσεις καλεσμένων, υπήρχαν διάφοροι τρόποι να φάει κανείς με συντροφιά. Οργάνωναν συμπόσια ακόμα και με ρεφενέ, δηλαδή συμμετείχαν όλοι στα έξοδα των συμποσίων. Έδιναν δε μεγάλη σημασία στους καλούς τρόπους.

Μενού: μια ελληνική εφεύρεση

Στα συμπόσια ανακαλύπτουμε και μια αρχαία ελληνική εφεύρεση, το «Γραμματείδιο», όπως ονομαζόταν τότε το σημερινό «μενού». Το «Γραμματείδιο» το έδινε στους προσκεκλημένους ο μάγειρας των συμποσίων.

«Αντί να εορτασθεί η 444η επέτειος της ανακάλυψεως του μενού, πρέπει οι Έλληνες να πανηγυρίσουν την 2500η επέτειο της προέλευσης του μενού», έγραφε ο Γερμανός κ. Πώπτ το 1951, για να υποστηρίξει την άποψη του μεγάλου Έλληνα μάγειρα που ονομαζόταν Τσελεμεντές. Αυτό έγινε στην συνάντηση Γερμανών και Γάλλων γαστρονόμων για να γιορτάσουν την 444η επέτειο της ανακάλυψης του μενού. Μέχρι τότε, πίστευαν οτι εφευρέθηκε το 1489 από τους Γερμανούς.

Κατά τον Αθήναιο, το «μενού» υπήρχε το 400 π.Χ. και ονομαζόταν «Δειπνολόγιο».

Το μεγάλο έργο του Αθήναιου, η «Δειπνοσοφιστά», μεταφράστηκε στα Γερμανικά και στα Λατινικά και αποτέλεσε το

Τουχογραφία από τη Θήρα. Εικονίζει έναν ψαφά, γυμνό, που χρατάει με τα δύο του χέρια από μια αρμαθιά ψάρια (Μινωϊκή Κρήτη, 1500 π.Χ.).



πολυτιμότερο βοήθημα στους Ευρωπαίους γαστρολόγους για να φτιάξουν τις δικές τους κουζίνες.

Πολλοί μελετητές του ελληνικού πολιτισμού παρατηρούν ότι η ελληνική κουζίνα ήταν η βάση πάνω στην οποία στηρίχθηκαν οι κουζίνες των άλλων ευρωπαϊκών χωρών.

Ο πολιτισμός του φαγητού, το γλέντι, το φαγοπότι και η καλοπέδαση ήταν χαρακτηριστικά των Ελλήνων. Οι Έλληνες δεν μπορούσαν να ακούν θλιβερές συζητήσεις στο τραπέζι. Ο γερο-Ανακρέοντας λέει: «Μου είναι αγαπητός όχι αυτός που τρώγοντας... για το θλιβερό τον πόλεμο μιλάει πάντα. Εγώ αγαπώ αυτόν που, συνταριάζοντας τα δώρα Μουσών και της Πανώρων Κύπρης, έχει συνήθεια στα συμπόσια εύθυμος πάντα νάναι».

— Αλλά ας γυρίσουμε στον Αθήναιο. Ο Αθήναιος που έζησε το 100-200 μ.Χ., ήταν σοφιστής, φιλόσοφος και ρήτορας. Στο έργο του «οι Δειπνοοφισταί» έδωσε πολύτιμες γνώσεις και πληροφορίες για το βίο των αρχαίων Ελλήνων και τον τρόπο διατροφής τους. Η μαγειρική φιλοσοφία των αρχαίων περιγράφεται στο βιβλίο του με συναρπαστικό τρόπο.

Ο Αθήναιος λοιπόν, μας πληροφορεί ότι, όπως επτά ήταν οι σοφοί της αρχαίας Ελλάδας, έτσι υπήρξαν και 7 διάσημοι Έλληνες μάγειρες:

- ο Άγιος ο Ρόδιος,
- ο Νηρεύς ο Χίος,
- ο Χαριάδης ο Αθηναίος,
- ο Λαμπτρίας,
- ο Αφθονίτης,
- ο Εύθυμος και
- ο Αριστίων.

Όλοι αυτοί ήταν μεγάλοι τεχνίτες της κουζίνας. Ήταν δε ικανοί να δώσουν στα τρόφιμα τη γεύση που ήθελαν.

Φιλόσοφοι και μάγοι της κουζίνας

1. Ο Αρχέστρος ήθελε οι μάγειρες του να γνωρίζουν ολόκληρη την φιλοσοφία του Δημόκριτου. Γνώσεις στους νόμους της Φυσικής θα τους καθιστούσαν ικανούς να μαγειρεύουν σωστά και να δίνουν ικανοποιητική τροφή σε ολόκληρο το ανθρώπινο σώμα, που να είναι χωνευτική και να μην προκαλεί εντερικούς παροξυσμούς.

Αναφέρεται, για παράδειγμα, ότι ένας μάγειρας ετοίμασε ολόκληρο δείπνο αποτελούμενο αποκλειστικά από κολοκύθια. Το φαγητό όμως είχε τέτοια ποικιλία γεύσεων που οι καλεσμένοι πίστευαν ότι έτρωγαν άλλοτε μπαρμπούνι, άλλοτε λουκάνικα, άλλοτε κρέας και άλλωτε λαχανικά.

Είναι χαρακτηριστικό το περιστατικό που αναφέρει ο Αθήναιος:

Ο Νικομήδης, βασιλιάς των Βιθυνών, επεθύμησε σαρδέλλες αλλά ήταν πολύ μακριά από τη θάλασσα. Ο μάγειρας, για να τον ικανοποιήσει, του πρόσφερε κάτι που ετοίμασε, που έμοιαζε και είχε την ίδια γεύση με τη σαρδέλλα. Έτσι λοιπόν στην κωμῳδία του Εύφρονος, ο μάγειρας λέει:

A: Εγώ μαθήτεψα κοντά στο Σωτηρίδη, που σαν τον ζήτησε ο Νικομήδης μέσα στο μεσοχείμαντο σαρδέλλες, από τη θάλασσα που ήταν μακριά δώδεκα μέρες δρόμο, πρώτος, μα το θεό, τις έφερε και όλοι ξαφνίστηκαν.

B: Πώς τούτο είναι τάχα μπορετό;

A: Γογγίλι πήρε και τούτο το έροψε μακρόστενα κομμάτια να μοιάζουν φιλέτο από σαρδέλλα, έπειτα τα ξεμάτισε, τους έριξε και λάδι, τ' αλάτισε όσο έπρεπε και με σαράντα τα πασπάλισε κουκιά της μαύρης παπαρούνας.

Και στη Σκυθία κόρεσε την όρεξη.

Κι ο Νικομήδης τρώγοντας γογγίλια στους φίλους του εγκώμιο έπλεκε της σαρδέλλας.

Ο μάγειρος κι ο ποιητής διαφορά δεν έχουν.

Ο νους την τέχνη και των δυό την κυβερνάει.

και η συχνότητα στην εμφάνιση ορισμένων ειδών μανιταριών, είχε σχέση με τον αριθμό και την δύναμη των κεραυνών.

...και η Αγορανομία

Στην αγορά κυκλοφορούσαν και οι «επόπτες», δηλαδή η σύγχρονη Αγορανομία. Στον Αθηναίο δεν άρεσε η τεμπελιά. Σηκωνόταν πολύ πρώι. Πριν ξεκινήσει για την Αγορά, έπερνε ένα ελαφρύ πρόγευμα. Συνήθως ψωμί σταρόνιο ή κριθαρένιο, βουτηγμένο σε ανέδωτο κρασί, ελιές, που ήταν άφθονες στην Αττική, και σύκα, που ήταν το πιο αγαπημένο φρούτο των αρχαίων.

Να πώς ο Όμηρος περιγράφει ένα πρόγευμα στην Ιλιάδα.

«...άπλωσε πρώτα μπροστά τους τραπέζι όμορφο, με μαύρα πόδια καλοδονλεμένο, κι επάνω έβαλε πανέρι κάλκινο και κρεμύδι προσφάγι για το ποτό και μέλι φρέσκο και μαζί του άγιου κριθαριού τον καρπό.

Έβαλε κι ένα όμορφο ποτήρι, που ο γέροντας το είχε φέρει απ' το σπίτι του.

Μέσα σ' αυτό τους ανακάτωσε η γυναίκα, η όμοια με Θέες,

νερό με κρασί πράμενο, έξυσε με χάλκινη ξύστρα τυρί κατσικίσιο και πασπάλισε άσπρο κριθαρένιο αλεύρι.

Τοπερα, αφού ετοίμασε τον κυκεώνα, τους είπαν να πιουν.

Ο πολιτισμός του φαγητού και της κουζίνας δεν σταμάτησε με την αρχαιότητα, συνεχίστηκε και στο Βιζαντιό.

Οι Βιζαντινοί, όπως και οι αρχαίοι πρόγονοί τους, φρόντιζαν ιδιαίτερα την καθαριότητα, ώστε το σερβίρισμα και το γεύμα να είναι απόλαυση και ψυχαγωγία.

Οργάνωναν συμπόσια σύμφωνα με την αρχαία ελληνική παράδοση, όπου οι μάγειρες προσπαθούσαν να εφεύρουν διάφορους αισυνήθιστους τρόπους μαγειρικής χρησιμοποιώντας την φαντασία τους. Συμπερασματικά πρόπει να πούμε: η βιζαντινή κουζίνα καθώς και η νεοελληνική προερχονται κατ' ευθείαν από την αρχαία ελληνική, που επηρέασε όλες τις κουζίνες και κυρίως των λαών της ανατολικής Μεσογείου, των Βαλκανίων και της δυτικής Ευρώπης.

Το δεύτερο και τελευταίο μέρος του άρθρου της Ειρηνής Καμπερίδην «η μαγειρική τέχνη στην αρχαία Ελλάδα» θα δημοσιευτεί στο επόμενο τεύχος.

Ο απαραίτητος συνδικαλισμός...

Οι ζαχαροπλάστες, οι αρτοποιοί, οι κελλάρισες, οι δοκιμαστές, οι μοιραστές, οι ψωνιστές, οι δειπνοκλητήρες και οι γευστολόγοι που εκτελούσαν και χρέη επόπτου στα συμπόσια, είχαν και Σωματείο. Ήταν δε όλοι ελεύθεροι πολίτες, ελεύθεροι επαγγελματίες, όπως οι καλλιτέχνες και οι γλύπτες της εποχής.

Τα μανιτάρια αναγνωρίστηκαν σαν υγιεινή τροφή στα τελευταία χρόνια της αρχαιότητας. Ο Όμηρος θεωρούσε ότι τα μανιτάρια ήταν μια ένωση Ουρανού και Γης. Ο Αθήναιος ήταν σίγουρος πως το μέγεθος