

Η μαγειρική τέχνη στην αρχαία Ελλάδα

Ο πολιτισμός του φαγητού

Ιν πας στη Λήμνο και σου προσφέρουν το ωραίο τους τυρί και τους ψωτήσεις πώς το λένε, θα σου πουν, «καλαθάκι». Αυτή η λέξη έχει μια τανάρχαια ιστορία και παράδοση. Ιστορεύεται από την λέξη «φορμός» του ήταν το μικρό ψάθινο καλαθάκι που τοποθετούσαν το πηγμένο γάλα για να στεγνώσει. Η πανάρχαια αυτή ελληνική λέξη έγινε στη γαλλική γλώσσα «φορμάζ» που σημαίνει τυρί και στην ιταλική «φορμάτζιο».

Η ιστορία της μαγειρικής τέχνης είναι τόσο παλιά, όσο και η ιστορία του ινθρώπου. Στην εξέλιξη της τέχνης υπήρχαν σημαντικό ρόλο η ξενιμέρωση των ζώων και η κτηνοτροφία. Ήδη στη νεολιθική περίοδο ανα-

Της Ειρήνης Καμπερίδου



καλύπτει ο άνθρωπος πλούσιες σε λευκάματα θαλάσσινες τροφές. Αργότερα στη Σαντορίνη ανακαλύπτουμε τοιχογραφίες της Μινωϊκής Κρήτης του 1500 π.Χ. όπως το νεαρό ψαρά! Στους ομηρικούς χρόνους, οι ίδιοι οι ζασιλιάδες ασχολούνταν με την παρασκευή των γευμάτων. Ο Αχιλλέας γνώριζε να χειρίζεται τον οβελό εξίσου καλά όσο και το ξίφος. Στην Χιμική Εποχή η παρασκευή των ερεάτων, των ψητών κυρίως, είναι ινδρική δουλειά και οι άνθρωποι της ζωντερης τάξης, συμμετέχουν σ' αυτή.

Οι πρώτοι επαγγελματίες μάγειρες

Συγκλονιστικό είναι το γεγονός ότι από τον 140 αιώνα π.Χ. στη Μινωϊκή Κρήτη βλέπουμε να κάνουν την εμφάνιση 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 πουμε ότι πριν από 5000 χρόνια λειτούργησαν οι πρώτες σχολές μαγειρικής στην ιστορία του κόσμου, ενώ σήμερα διδασκόμαστε αυτή την τέχνη από Γάλλους που άρχισαν να την αναπτύσσουν τον 170 αιώνα. Στην Αθήνα για παραδείγμα, για να αναγνωρισθεί κανεὶς σαν μάγειρας έπρεπε να μαθητεύσει δύο χρόνια και να υποβληθεί με επιτυχία σε διάφορες εξετάσεις. Τότε και μόνο τότε κρίνονταν άξιος της θέσης του.

Ο Αθηναίος μας πληροφορεί ότι υπήρχαν επιτά δάστηματα Ελλήνες μάγειρες, όπως επτά ήταν και οι μεγάλοι σοφοί της Ελλάδος. Η τέχνη του μάγειρα προστατεύεται από τους θεούς. Δεν είναι καθόλου τυχαίο ότι σε πολλές ελληνικές πόλεις είχαν στηθεί ανδριάντες προς τιμή πολλών μαγειρών. Το επάγγελμά τους θεωρείτο δημόσιο λειτουργήμα και το έργο τους τέχνη.

Οι πρώτοι διαιτολόγοι

Με την γένεση του αθλητισμού στην Ελλάδα, με τους Ολυμπιακούς Αγώ-

νες, αναπτύχθηκε η Διαιτική και ετοιμάστηκε ειδικό διαιτολόγιο για τους αθλητές. Σε κάθε γυμναστρίου της Ελλάδας υπήρχε και ένας διαιτολόγιος. Αφθονες είναι οι συνταγές των μαγειρών ακόμα και για τις τροφές που θεωρούσαν ότι είχαν διεγερτικές ή αφροδισιακές ικανότητες, όπως οι βούλοι: «Τρώγε όσους μπορείς βολβούς ψημένους στη σάχτη και με σάλτσα ποτισμένους. Γιατί αυτό το φαγητό έχει την ιδιότητα να σηκώνει τους ανδρας τη δύναμη! (Αθήναιος). Για τους Έλληνες ήταν αδιανότητο να φάνε μόνον. Ο Πλούταρχος λέει ότι το να φάει κανείς μόνος του «δεν οπιζεί να γευμάτισει, 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 στο έξοδα του συμποσίου. Εδίναν 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 ανακαλύψεως του μενού, πρέπει οι Έλληνες να πανηγυρίσουν την 2500η επέτειο της προέλευσης του μενού, έγραφε ο Γερμανός Κ. Πωτ., το 1951, για να υποστηρίξει την άποψη του μεγάλου Ελλήνη μάγειρα που ονομάζοταν Τσελεμεντές. Αυτό έγινε στη συνάντηση Γερμανών και Γάλλων γαστρονόμων για να γιορτάσουν την 444η επέτειο της ανακαλύψης του μενού. Μέχρι τότε, πάστευαν ότι εφευρέθηκε το 1489 από τους Γερμανούς. Κατά τον Αθήναιο, το «μενού» υπήρχε το 400 π.Χ. και ονομάζοταν «Δειπνολόγιο».

Το μεγάλο έργο του Αθήναιου, η «Δειπνοσοφισταί», μεταφράστηκε στα γερμανικά και στα λατινικά και αποτέλεσε το πολυτιμότερο βοήθημα στους

Αγαφέρεται, για παράδειγμα, ότι μάγειρας ετοιμασε σολόκληρο διποτελούμενο αποκλειστικά απιλοκύθια. Το φαγητό όμως είχε τη ποικιλία γευσεών που οι καλεστίστευαν ότι έτρωγαν άλλοτε μπούνι, άλλοτε λουκάνικα, άλλα κρέας και άλλοτε λαχανικά.

Είναι χαρακτηριστικό το περιστούνανον αναφέρει ο Αθήναιος:

Ο Νικομήδης, βασιλιάς των Βιθυνίων που ήταν μακριά από τη θάλασσα. Ο μάγειρας για να τον ικανοποιήσει, του πρέπει κάτι που ετοιμασε, που έμοιαζε την ίδια γεύση με τη σαράντα λοιπόν στην κωμωδία το φρονος, ο μάγειρας λεει:

Α: Εγώ μαθήτεψα κοντά στο Σαδή, που σαν του ζήτησε ο Νικοί μέσα στο μεσσοχειμώνο σαρδέλει τη θάλασσα που ήταν μακριά δύο μέρες δρόμο, πρώτος, μα το θέέφερε και οι ξαφνιάστηκαν.

Β: Πώς τούτο είναι τα χαρακτηριστικά σαρδέλα; Α: Γογγύλι πρέπει και τούτο το έμαρκόστενα κομμάτια να μοιάζει φιλέτο από σαρδέλα, έπειτα τα τισες, τους έριξε και λάδι, τ' αλλά όποιο επρόπτει και με σαράντα πλισσών κουκιά της μαύρης Παραρά. Και στη σκυθιά κόρεσε την όρεξη Κι ο Νικομήδης τρώγοντας γογγός φίλους του εγκώμιο επλειστάρει.

Ο μάγειρος κι ο ποιητής διαφορέουν.

Ο νους την τέχνη και των δυκιβερνάει.

Ο απαραίτητος συνδικαλισμός...

Οι ζαχαροπλάστες, οι αρτοποιοί κελάρισσες, οι δοκμαστές, οι βέστες, οι ψωνιστές, οι δευτονοκλή και οι γευστολόγοι που εκτελεύουν κρέμερες επόπτες στα συμπόσια, και σωματείο. Ήταν δε όλοι ελεύθεροι, ελεύθεροι επαγγελμάτες οι καλλιτέχνες και οι γληπτοί.

Τα μανιτάρια αναγνωρίστηκαν υγιεινή τροφή στα τελευταία χρόνια αρχαιότητας. Ο Όμηρος θεωρεί ότι τα μανιτάρια ήταν μια ουρανού και γης. Ο Αθήναιος σύγχρονος πώς το μέγεθος συγκότητα στην εμφάνιση οριζόταν μετάνια, είχε σχέση με τη δύναμη των κεραμιδών, είχε σχέση με τη δύναμη των κεραμιδών.

... και η Αγορανομία

Στην αγορά κυκλοφορούσαν «επόπτες», δηλαδή οι σύγχρονη ρανομάριες. Στον Αθηναίο δεν άρχισε ποτέ το μανιτάρια ήταν μια ουρανού και γης. Ο Αθήναιος σύγχρονος πώς το μέγεθος συγκότητα στην εμφάνιση οριζόταν μετάνια, είχε σχέση με τη δύναμη των κεραμιδών.

Να πώς ο Όμηρος περιγράφει τη γεύση στην Ιλιάδα. «... ἀπλῶσε πρώτα μπροστά τραπέζη, δηλαδή όμορφο, με μαύρα καλοδουλεύμαντα, κι επάνω εβαλέαφρυ πρόγευμα. Συνήθως σταρέντια η κριθαρένιο, βουτη σε ανέρωτο κρασί, ελιές, που άφθονες στην Αττική, και σύκα ήταν το πιο αγαπητόν φρούτον αρχαίων. Να πώς ο Όμηρος περιγράφει τη γεύση στην Ιλιάδα.

«... ἀπλῶσε πρώτα μπροστά τραπέζη, δηλαδή όμορφο, με μαύρα καλοδουλεύμαντα, κι επάνω εβαλέαφρυ πρόγευμα. Συνήθως σταρέντια η κριθαρένιο, βουτη σε ανέρωτο κρασί, ελιές, που άφθονες στην Αττική, και σύκα ήταν το πιο αγαπητόν φρούτον αρχαίων.

Να πώς ο Όμηρος περιγράφει τη γεύση στην Ιλιάδα.

Φιλόσοφοι και μάγοι της κουζίνας

- Ο Αρχέστρατος ήθελε ο μάγειρες του να γιωρίσουν ολόκληρη τη 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 παροξύσμους.