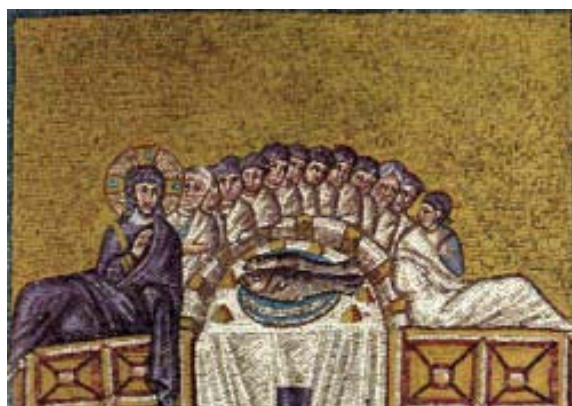


ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ, ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΑΣ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ, ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΙ
ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Της Ελευθερίας Σοφιάδου

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΚΕΙΜΕΝΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗ



ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ : **Μαρία Βασιλάκη**
Δημήτρης Κυρτάτας
Ιωάννης Βαραλής



I. A. K. A.
2013

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος.....	3
Εισαγωγή	4
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄	
Α 1. Τροφή και τρόπος παρασκευής της	6
Α 2. Τα γεύματα.....	38
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β΄	
Τα σκεύη μέσα από μαρτυρίες και αρχαιολογικά ευρήματα... ..	43
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄	
Η τέχνη και τα αρχαιολογικά ευρήματα ως πηγή για την τροφή των Βυζαντινών.....	47
Γ 1. Η τέχνη	47
Γ 2. Αρχαιολογικά ευρήματα	48
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ΄	
Συμπεράσματα	89
Βιβλιογραφία	109
Ιστοσελίδες	113
Κατάλογος εικόνων.....	114
Εικόνες.....	123



ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η μελέτη αυτή εκπονήθηκε ως διπλωματική εργασία στο πλαίσιο του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Διεπιστημονικές προσεγγίσεις στις ιστορικές, αρχαιολογικές και ανθρωπολογικές σπουδές» του τμήματος Ιστορίας, Αρχαιολογίας, Κοινωνικής Ανθρωπολογίας της Σχολής Ανθρωπιστικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Επιβλέποντες της διπλωματικής μου εργασίας ήταν η κυρία Μαρία Βασιλάκη, Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και πρόεδρος του Τμήματος Ιστορίας, Αρχαιολογίας και Κοινωνικής Ανθρωπολογίας, και ο κ. Δημήτρης Κυρτάτας, Καθηγητής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και Διευθυντής του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών.

Ξεκινώντας από τη θέση αυτή, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους όσους βοήθησαν για την πραγματοποίηση της διπλωματικής μου εργασίας. Ένα μεγάλο ευχαριστώ στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μου, κυρία Μαρία Βασιλάκη, η οποία, εκτός από την πολύτιμη βοήθειά της στη συγγραφή της παρούσας εργασίας, με καθοδήγησε, με τρόπο εξαιρετικό, για τον εντοπισμό των σχετικών με το θέμα μου πρωτογενών πηγών που όφειλα να εξετάσω. Την ευγνωμοσύνη μου θα ήθελα να εκφράσω και στον δεύτερο επιβλέποντα καθηγητή, κ. Δημήτρη Κυρτάτα, ο οποίος, με τα εύστοχα σχόλια και τις καίριες υποδείξεις του, συνέβαλε τα μέγιστα στην ολοκλήρωση της εργασίας μου. Θερμές ευχαριστίες οφείλω στον επίκουρο καθηγητή κ. Ιωάννη Βαραλή, για την άριστη συνεργασία μας και την πολύτιμη βοήθειά του.

Επίσης, οφείλω ένα μεγάλο ευχαριστώ στην οικογένειά μου, που είναι πάντα δίπλα μου και με στηρίζει στις ακαδημαϊκές μου προσπάθειες, και σε όλους όσους μου στάθηκαν με τον τρόπο τους και με βοήθησαν να ολοκληρώσω με επιτυχία τη διπλωματική εργασία μου.

Σας ευχαριστώ μέσα από την καρδιά μου όλους.



ΕΙΣΑΓΩΓΗ



Η εργασία μου έχει ως θέμα τη διατροφή στα χρόνια της Ύστερης Αρχαιότητας. Είναι μια πρώτη προσέγγιση ενός θέματος, όπως προκύπτει μέσα από τη μελέτη ιστορικών πηγών, κειμένων, εικαστικών παραστάσεων, σωζόμενων χρηστικών αντικειμένων και αρχαιολογικών ευρημάτων. Πρόθεσή μου είναι να εξετάσω: με ποιον τρόπο οι τροφές που μαρτυρούνται από τα γραπτά κείμενα επιβεβαιώνονται μέσα από αρχαιολογικά ευρήματα και εικονιστικές παραστάσεις. Οι εικαστικές μαρτυρίες, πέρα από τον συμβολισμό που, αναπόφευκτα, τις συνοδεύει, όταν συνδυάζονται με αρχαιολογικές μαρτυρίες θεωρώ ότι επιτρέπουν να αναπαραστήσουμε και να κατανοήσουμε σημαντικά δεδομένα του καθημερινού βίου ανθρώπων της ύστερης ρωμαϊκής εποχής.

Κάθε πολιτισμός χαρακτηρίζεται από διατροφικές συνήθειες και απαγορεύσεις από τις τελετουργίες, τις γιορτές και τα γεύματα, τόσο τα φτωχικά και λιτά όσο και τα πολυτελή. Οι πολιτισμικές αξίες της διατροφής βασίζονται, αρχικά, στην τροφή και τον τρόπο παρασκευής της, την οργάνωση του χώρου, την προετοιμασία και κατανάλωσή της, τα χρησιμοποιούμενα σκεύη και το τραπέζι όπου αυτή λαμβάνεται.

Τα ερωτήματα στα οποία καλείται να απαντήσει ο ερευνητής είναι πολλά: Πώς μπορεί μια παράσταση, σε συνδυασμό με τα γραπτά κείμενα και τα αρχαιολογικά ευρήματα, να εκμαιεύσει πληροφορίες σχετικές με τη διατροφή και τις συμβάσεις κοινωνικών εκδηλώσεων από ανθρώπους της εποχής που εξετάζουμε; Τί κρύβεται, κατ' επέκταση, πίσω από τις εικονιστικές παραστάσεις της τροφής και των γευμάτων, και τί μήνυμα εμπεριέχουν; Η τέχνη προσφέρει έναν συμβατικό τρόπο απεικόνισης της τροφής; Οι παραστάσεις αυτές μπορούν, επίσης, να μιλήσουν για την ιστορία των καλλιτεχνικών συμβάσεων, των θρησκευτικών πεποιθήσεων και των

συμβολισμών; Ποιά είναι η συμβολή του καλλιτέχνη σε μια τόσο πρόωμη εποχή; Μελετώντας τα σωζόμενα αντικείμενα που έχουν σχέση με τη διατροφή, είμαστε σε θέση να ανασυστήσουμε στοιχεία της καθημερινής ζωής, και σε ποιόν βαθμό; Ποιά βοήθεια προσφέρουν τα κείμενα και τα αρχαιολογικά ευρήματα για να κατανοήσουμε τις σχετικές με τη διατροφή και τις διατροφικές συνήθειες πληροφορίες, στην ύστερη ρωμαϊκή αυτοκρατορία;

Η μελέτη των διατροφικών συνηθειών, των υλικών, των σκευών αποθήκευσης, προετοιμασίας και σερβιρίσματος, των τροφών, των επαναλαμβανόμενων καθημερινών πράξεων στην κουζίνα, ιδιαίτερα μιας βυζαντινής οικίας, καθώς και συνταγών, συνιστά δρόμο σίγουρο για την εξερεύνηση των πτυχών της κοινωνικο-πολιτικο-οικονομικής ζωής ανθρώπων μιας μακρινής εποχής. Ανακαλύπτουμε ουσιαστικές πτυχές ενός πολιτισμού, μέσω υλικών και γεύσεων που φαίνονται οικείες και ταυτόχρονα ξενίζουν, αφού η βυζαντινή κουζίνα, αν και αποτελεί τη βάση για τη σύγχρονη ελληνική, διαφέρει τόσο πολύ από αυτή.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄

Α 1. ΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΗΣ



Η τροφή αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση για την επιβίωση και τη βιολογική ανάπτυξη του ανθρώπου. Όμως, εκτός από ανάγκη, είναι και απόλαυση. Το είδος της τροφής που ο άνθρωπος λαμβάνει, καθορίζεται από την οικονομική του κατάσταση και την κοινωνική του θέση. Παράλληλα, επηρεάζεται από τις θρησκευτικές του πεποιθήσεις οι οποίες επιβάλλουν περιορισμούς.

Οι πληροφορίες που αντλούμε για τη διατροφή στα χρόνια της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας προέρχονται από γραπτές πηγές, αρχαιολογικά ευρήματα, και παραστάσεις. Βασική πηγή για τις διατροφικές συνήθειες και τη σημασία τους αποτελούν τα γεωπονικά βιβλία, οι νομοθετικές διατάξεις, τα Πατερικά κείμενα και τα ονειροκριτικά βιβλία. Τα αποθηκευτικά, τα μαγειρικά και τα επιτραπέζια σκεύη που έχουν σωθεί βοηθούν στην κατανόηση του ρόλου τους για την αποθήκευση των τροφών και τον τρόπο παρασκευής των γευμάτων. Τι τροφές και ποτά καταλάωναν; Πώς γινόταν η παρασκευή των φαγητών, ποια σκεύη χρησιμοποιούνταν και με ποιον τρόπο επιτυγχανόταν η διατήρηση των τροφών;

Οι γραπτές πηγές παρέχουν μια σειρά από δεδομένα που επιτρέπουν την ανασύνθεση του βασικού διαιτολογίου. Ψωμί, λαχανικά και ψάρια, λάδι και κρασί, ήταν οι κυριότερες τροφές προς κατανάλωση. Αυτά όλα συνθέτουν τη διαχρονική δίαιτα μιας τυπικά αγροτικής, μεσογειακής κοινωνίας, που διαφοροποιείται στις καταναλωτικές συνήθειες, ανάλογα με την κοινωνική και οικονομική θέση των πληθυσμιακών της ομάδων.

Τα κείμενα και η τέχνη δηλαδή η λογοτεχνία και η εικονογραφία, μας επιτρέπουν στα πλαίσια της πολιτικής και ιδιωτικής ζωής να εντοπίσουμε τις κοινωνικές ανισότητες που εμφανίζονται μέσα από τη διατροφή, την προμήθεια των πρώτων υλών την επιλογή των γευμάτων και τον τρόπο παρασκευής των φαγητών, (λιτά και πλούσια φαγητά με νέες γεύσεις).¹

Στις παραστάσεις με γεύματα, διαπιστώνονται διαφοροποιήσεις ως προς τον τρόπο με τον οποίο απεικονίζονται αντικείμενα, όπως τα μαχαίρια, τα κουτάλια, τα τραπεζομάντηλα και τα χειρόμακτρα. Αυτά θα μπορούσε να θεωρηθεί ότι καθρέφτιζαν τις «νεωτερικές» συνήθειες της εποχής στην οποία χρονολογούνται οι συγκεκριμένες παραστάσεις.²

Το πρώτο βιβλίο Μαγειρικής αποδίδεται στον Marcus Gavius Apicius, σύγχρονο του αυτοκράτορα Τιβέριου, γύρω στο 35 μ.Χ. Ο τίτλος του είναι *De re coquinaria* και είναι από τα ελάχιστα σωζόμενα από την αρχαιότητα, αντίγραφο του 4^{ου} αιώνα. . Αν και το πρωτότυπο βιβλίο κυκλοφόρησε τον 1^ο αιώνα, αντιγραφείς φρόντισαν να το επανακυκλοφορήσουν μέχρι τον 4^ο αιώνα. Περιέχει μοναδικές συνταγές μαγειρικής, είναι γραμμένο σε ιδιαίτερη λατινική γλώσσα, την ομιλούμενη *vulgata*. Εκτός από τις πεντακόσιες περίπου συνταγές που περιγράφει, δίνει σημαντικές πληροφορίες για τη χλωρίδα και την πανίδα της Μεσογείου.³

Από τις συνταγές του Απίκιου μπορούμε να υποθέσουμε ότι είχε επικρατήσει μία ομοιογένεια στις διατροφικές συνήθειες των πλουσίων του μεσογειακού κόσμου. Όσοι το χρησιμοποιούσαν θα γεύονταν περίπλοκους συνδυασμούς αρωματικών χόρτων και μπαχαρικών μεταξύ των οποίων πολλά εισάγονταν από περιοχές εκτός συνόρων της αυτοκρατορίας.⁴

Το 301 μ.Χ., ο αυτοκράτορας Διοκλητιανός, με το διάταγμα περί τιμών, καθόρισε τις ανώτατες τιμές διάφορων ειδών διατροφής, προϊόντων και μισθών, για την αποφυγή και αναστολή αυξήσεων. Με αυτόν τον τρόπο, είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε την ύπαρξη και την αξία προϊόντων και πρώτων υλών διατροφικής σημασίας, που χρησιμοποιούσαν εκείνη την εποχή.⁵

¹ Dalby 2001, σ.155.

² Αναγνωστάκης Παπαμαστοράκης 2003, σ. 285.

³ Τρομάρας 2010, σσ. 71-80.

⁴ Ο. π. 2001, σ.231.

⁵ Πιγγιάτογλου 2010, σ. 42.

Ερευνώντας και ερμηνεύοντας τη διατροφή ανθρώπων του 2^{ου}, 3^{ου}, 4^{ου} και 5^{ου} αιώνα, μπορούμε να κατανοήσουμε καλύτερα τις κοινωνίες αυτές και την κοινωνικοπολιτική κατάσταση της εποχής. Άλλωστε η διάλυση της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας οδήγησε στην κρίση των παραγωγικών δομών η οποία μεγάλωσε σταδιακά τον 4^ο και τον 5^ο αιώνα, για να φθάσει στο απόγειό της τον 6^ο αιώνα, με τις αιματηρές συγκρούσεις των λαών, τις φοβερές σιτοδείες και τις επιδημίες. Ο ξεπεσμός της γεωργίας, η ερήμωση της υπαίθρου και, κυρίως, η πανούκλα που θέριζε τον πληθυσμό, έφεραν το Βυζαντινό κράτος σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης.⁶

Αλλά ποια είναι η κοινωνική σημασία της διατροφής; Ποια είναι τα χαρακτηριστικά των διατροφικών συνηθειών, πώς ορίζονται στον χώρο και τον χρόνο και πώς αλληλοεπηρεάζονται; Θεωρείται σχεδόν βέβαιο ότι οι κοινωνίες της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας παραλαμβάνουν και διατηρούν αναλλοίωτη τη βάση της αρχαιοελληνικής διατροφής: «άρτος, οίνος και έλαιον».

Ο άξονας της οικονομίας και του πολιτισμού των Ελλήνων και των Ρωμαίων στις πρακτικές καλλιέργειας ήταν «γεωργία και δενδροκομία», δηλαδή σιτάρι – αμπέλι – ελιά. Δίπλα σε αυτές έπαιζαν κάποιο μικρότερο ρόλο η κηπουρική και η εκτροφή οικόσιτων ζώων. Στη βάση αυτής της πραγματικότητας σχηματίστηκε ένα σύστημα διατροφής στηριγμένο στα άλευρα και στο ψωμί, στο λάδι και στην ελιά, στα λαχανικά και στον οίνο.⁷

Συνίστανται οι τροφές φυτικής προέλευσης οι οποίες μπορούν να καταναλώνονται σε αφθονία, όπως φρέσκα φρούτα, λαχανικά, δημητριακά, όσπρια, ξηροί καρποί και σπόροι. Το ελαιόλαδο θεωρείται το βασικό λίπος της σωστής διατροφής. Η ημερήσια κατανάλωση μικρών ποσοτήτων τυριού και γάλακτος είναι δυνατή. Η κατανάλωση ψαριών και πουλερικών είναι επιθυμητή να γίνεται μία φορά την εβδομάδα. Τα γλυκά πρέπει να περιορίζονται δύο με τρεις φορές την εβδομάδα ενώ το κόκκινο κρέας δεν πρέπει να καταναλώνεται πάνω από τρεις φορές το μήνα. Ο οίνος θα πρέπει να χρησιμοποιείται με μέτρο και κατά προτίμηση στην διάρκεια των γευμάτων.⁸

⁶ Montanari 1997, σ. 15.

⁷ Ο.π. 1997, σσ. 28-29.

⁸ Λαζάρη 2008-2009, σ.76.

Εδώ βρίσκονται οι βάσεις της Μεσογειακής δίαιτας, η οποία, μέχρι και σήμερα, θεωρείται από τους διατροφολόγους η βέλτιστη διατροφική συνήθεια των ανθρώπων. Η διατροφική πυραμίδα που έχουν καθιερώσει μελετητές διαιτολόγοι, βασίζεται στη φιλοσοφική σκέψη του Ιπποκράτη. Τα εννέα (9) βασικά χαρακτηριστικά της είναι:

1. υψηλή κατανάλωση δημητριακών, στα οποία δεν έχει προηγηθεί επεξεργασία για αφαίρεση του φλοιού (π.χ. ψωμί ολικής αλέσεως),
2. υψηλή κατανάλωση ελαιόλαδου,
3. υψηλή κατανάλωση λαχανικών,
4. υψηλή κατανάλωση φρούτων,
5. υψηλή κατανάλωση οσπρίων,
6. μέση έως υψηλή κατανάλωση ψαριών,
7. μέση κατανάλωση γάλακτος και των προϊόντων του, κυρίως τυριού και γιαουρτιού,
8. χαμηλή κατανάλωση κρέατος και των προϊόντων του,
9. λογική κατανάλωση κρασιού ανάμεσα στα γεύματα.⁹

Το σιτάρι και το αλεύρι, από το οποίο παρασκευαζόταν το ψωμί, ήταν η σημαντικότερη τροφή για την επιβίωση των ανθρώπων στην περίοδο της ύστερης Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Ο Ιησούς, ο ιδρυτής και αρχηγός της νέας θρησκείας, που απέκτησε πολλούς οπαδούς, στα κηρύγματά του, αναφέρθηκε στον σίτο και τους σπόρους των δημητριακών, χρησιμοποιώντας τα σε πολλές παραβολές, όπως αυτό προκύπτει από τη μελέτη των κειμένων των τεσσάρων Ευαγγελίων. Ο ίδιος παρομοίασε τον εαυτό του με άρτο: *ἐγὼ εἰμὶ ὁ ἄρτος τῆς ζωῆς· ὁ ἐρχόμενος πρὸς με οὐ μὴ πεινάσῃ.*¹⁰ Στην Κυριακή προσευχή, αναφέρεται πόσο σημαντικό είναι να έχουμε το καθημερινό ψωμί μας: *τὸν ἄρτον ἡμῶν τὸν ἐπιούσιον δὸς ἡμῖν σήμερον.*¹¹ Στην παραβολή της αύξησης του σπόρου του σίτου και του κόκκου του σινάπεως αναφέρει: *καὶ ὅταν σπαρῆ, ἀναβαίνει καὶ*

⁹ <http://www.your-health.gr/article.aspx>

¹⁰ Κατά Ιωάννην, κ.ε.φ. στ', στιχ. 35.

¹¹ Κατά Ματθαίον, κ.ε.φ. στ', στιχ. 11.

γίνεται μείζων πάντων τῶν λαχάνων καὶ ποιεῖ κλάδους μεγάλους.¹²
Ἡ παραβολή του πολλαπλασιασμοῦ των πέντε ἄρτων και των δύο ιχθύων, που χόρτασαν πέντε χιλιάδες ανθρώπους στην ἔρημο, αναφέρει ὅτι στα γύρω χωριά υπήρχαν φουρνάρικα που πωλούσαν ψωμί. Οι μαθητές του Ἰησοῦ τοῦ εἶπαν: ἀπόλυσον αὐτούς, ἵνα ἀπελθόντες εἰς τοὺς κύκλω ἀγροὺς καὶ κώμας ἀγοράσωσιν ἑαυτοῖς ἄρτους· τί γὰρ φάγωσιν οὐκ ἔχουσιν.¹³

Το ψωμί το ζύμωναν με προζύμι, μαρτυρία που ἀντλούμε ἀπὸ τον ευαγγελιστὴ Λουκά, ὁ ὁποῖος παρομοιάζει τὴ Βασιλεία των Ουρανῶν με το προζύμι: ὁμοία ἐστὶ ζύμη ἣν λαβοῦσα γυνή ἔκρυσεν εἰς ἀλεύρου σάτα τρία, ἕως οὗ ἐζυμώθη ὅλον.¹⁴

Οἱ παραστάσεις και τα αρχαιολογικά ευρήματα που χρονολογούνται τον 2^ο και 3^ο αἰῶνα εἶναι λιγοστές, επιβεβαιώνουν, ὅμως, τις πληροφορίες που παρέχουν. Τα κείμενα τῆς *Παλαιάς* και τῆς *Καινῆς Διαθήκης* και τα κείμενα των πρώιμων βυζαντινῶν χρόνων, ὅπως οἱ Ομιλίες Πατέρων τῆς Ἐκκλησίας που ἀναφέρονται στο θέμα τῆς διατροφῆς, κυρίως στην εγκράτεια, τὴ νηστεία και τὴν ἀποφυγὴ πολυτελῶν γευμάτων. Στοιχεῖα για τὴ διατροφή των βυζαντινῶν ἀντλούμε και ἀπὸ νομικά κείμενα Ρωμαίων και Βυζαντινῶν αυτοκρατόρων, καθὼς και ἀπὸ ἐπιγράμματα. Ἡ διατροφή δεν ἀπασχόλησε ιδιαίτερα τους λογίους του Βυζαντίου. Ἀπὸ τὴν ἐποχὴ του Μεγάλου Κωνσταντίνου και του Ἰουστινιανού, ἀλλὰ και μεταγενέστερα, κανένας δεν ἔγραψε ἕνα ενδιαφέρον βιβλίο για τὴ διατροφή των συγχρόνων του. Οἱ βίοι των αγίων και τα σωζόμενα Ονειροκριτικά βιβλία, ὅπως τα κείμενα του Ἀρτεμίδωρου ἐκ Δάλδης,¹⁵ δίνουν, ἐπίσης, σημαντικές πληροφορίες για τὸ θέμα των τροφῶν και των πρώτων υλῶν που χρησιμοποιούνταν.¹⁶

Στον κόσμο τῆς ὑστερῆς Ρωμαϊκῆς Αυτοκρατορίας, ἄνθρωποι που ἀσπάζθηκαν τὴ νέα θρησκεία, τον χριστιανισμό, παρέχουν, μέσα ἀπὸ

¹² Κατὰ Μάρκον, κεφ. δ', στιχ. 26-34.

¹³ Κατὰ Μάρκον, κεφ. στ', στιχ. 35-44.

¹⁴ Κατὰ Λουκάν., κεφ. ιγ', στιχ. 24.

¹⁵ Ἐξῆσε τον 2^ο αἰῶνα στη Δάλδῃ τῆς Λυκίας. Το μόνο ἔργο του που σώθηκε εἶναι τα *Ονειροκριτικά*.

Ἀσχολήθηκε και με τὴ μαντική τέχνη και τὴν οἰωνοσκοπία.

¹⁶ Μότσιας 1998, σ. 14.

θηρσκευτικά κείμενα, πληροφορίες για τις διατροφικές συνήθειες της εποχής. Οι παραστάσεις που έχουν σχέση με τη διατροφή προέρχονται από τις κατακόμβες της Ρώμης (τα υπόγεια νεκροταφεία), τις ρωμαϊκές οικίες (μωσαϊκά δάπεδα), τους ναούς (ψηφιδωτές παραστάσεις) και τα εικονογραφημένα χειρόγραφα. Πλουσιότερες σε πληροφορίες είναι οι παραστάσεις συμποσίων και δείπνων που εικονογραφούν παραβολές της *Καινής Διαθήκης*, όπως του Μυστικού Δείπνου, του Γάμου στην Κανά (ἦσαν δὲ ἐκεῖ ὕδριαι λίθιναι ἕξ κείμεναι κατὰ τὸν καθαρισμὸν τῶν Ἰουδαίων χωροῦσαι ἀνὰ μετρητὰς δύο ἢ τρεῖς ... ὡς δὲ ἐγεύσατο ὁ ἀρχιτερίκλιнос τὸ ὕδωρ οἶνον γεγεννημένον),¹⁷ του γεύματος στο σπίτι του άσωτου υιού (καὶ ἐνέγκαντες τὸν μύσχον τὸν σιτευτὸν θύσατε, καὶ φαγόντες εὐφρανθῶμεν),¹⁸ του κόκκου του σινάπεως και της ζύμης (ὁμοία ἐστὶ ζύμη ἣν λαβοῦσα γυνή ἔκρυσεν εἰς ἀλεύρου σάτα τρία, ἕως οὗ ἐζυμώθη ὅλον)¹⁹ και της φιλοξενίας του Αβραάμ. Εικονογραφική πληροφορία σχετική με την τροφή συνιστά η παρουσία του άρτου και του οίνου, σε ιδιαίτερες περιπτώσεις των ιχθύων, σπανίως κρέατος (κότα ή γουρουνόπουλο), ενώ το ραπανάκι εμφανίζεται αργότερα.²⁰

Το θέμα της νηστείας απασχόλησε ιδιαίτερα, στην ύστερη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία, τους ανθρώπους που ασπάσθηκαν τη νέα θρησκεία, τους πρώτους χριστιανούς. Η προσεκτική εξέταση των ιερών τους κειμένων, των αναφερόμενων στις απαγορεύσεις τροφών κατά τις ημέρες των νηστειών, παράλληλα με όσα επιτρέπονται να καταναλώνονται την ίδια περίοδο, είναι μια πολύ καλή πηγή για την καταγραφή και ταξινόμηση τροφών.

Η νηστεία και η εγκράτεια θεωρούνταν, από όλες τις θρησκείες, μέσα για τη σωτηρία της ψυχής. Οι τροφές που επιτρέπονταν στην περίοδο της νηστείας ήταν αγνές και ελαφρές και βοηθούσαν στην καλή υγεία του σώματος. Μήπως αυτός ήταν ο κυριότερος λόγος για τον οποίο οι Πατέρες της Εκκλησίας σε δύσκολους καιρούς θέσπισαν τις νηστείες; Αλλά τί είναι νηστεία και για ποιον λόγο η επιβολή της ήταν απαραίτητη; Νηστεία είναι η

¹⁷ Κατά Ιωάννην, κεφ. β', στιχ. 6-9.

¹⁸ Κατά Λουκάν, κεφ. ιε', στιχ. 23.

¹⁹ Κατά Λουκάν, κεφ ιγ', στιχ. 21.

²⁰ Anagnostakis –Papamastorakis 2005, σσ. 147-166.

εκούσια αποχή από συγκεκριμένες τροφές. Σύμφωνα με ιερούς κανόνες, νηστείες ονομάστηκαν οι ημέρες κατά τις οποίες οι πιστοί όφειλαν να απέχουν, αφενός από τις ηδονές του βίου, αφετέρου από απαγορευμένες τροφές και ποτά.

Ο όρος νηστεία χρησιμοποιείται από πολλούς λαούς με την έννοια της εκούσιας αποχής από τροφές για θρησκευτικούς λόγους. Η νηστεία ήταν ανατολική συνήθεια, όπως στους αρχαίους ασιατικούς λαούς και στους Αιγύπτιους. Οι πιστοί, για να συμμετέχουν σε θρησκευτικές τελετές και για να τιμήσουν κάποιον θεό, έπρεπε να απέχουν από ορισμένες τροφές. Οι Αιγύπτιοι, όπως μας πληροφορεί ο Ηρόδοτος, υποβάλλονταν σε νηστεία για θρησκευτικούς λόγους, αλλά και για λόγους υγιεινής. Νήστευαν κυρίως στις μεγάλες γιορτές της Ίσιδας. Από τους Αιγύπτιους η συνήθεια της νηστείας πέρασε στους Έλληνες και τους Εβραίους. Η νηστεία στην Ελλάδα είχε τις ρίζες της στους Ορφικούς. Πρώτοι αυτοί τη δίδαξαν στους μύστες τους, τακτική που υιοθέτησαν αργότερα και οι Πυθαγόρειοι. Από τους Εβραίους τη νηστεία παρέλαβαν μετέπειτα οι Χριστιανοί. Στη διδασκαλία του Ιησού, αναφορές στη νηστεία γίνονται μέσα στα κείμενα της *Καινής Διαθήκης*.

Όπως στα Ασκληπεία οι ιερείς, οι γιατροί της εποχής, επέβαλλαν στους ασθενείς τη νηστεία ως μέσο κάθαρσης και θεραπείας σώματος και ψυχής, την ίδια τακτική ακολουθούσαν οι θεραπευτές γιατροί στο πρώιμο Βυζάντιο. Οι περιοδικά επαναλαμβανόμενες στον χρόνο ημέρες νηστείας, με αφορμή τις μεγάλες γιορτές της νέας θρησκείας, ακολούθησαν και συνέχισαν πιστά τις νηστείες της αρχαιοελληνικής θρησκείας. Από τα Ελευσίνια Μυστήρια, τα Ανθεστήρια, τα Θεσμοφόρια, μετατρέπεται η νηστεία στους Χριστιανούς σε νηστεία των Χριστουγέννων, του Πάσχα, του Δεκαπενταύγουστου. Οι Πατέρες της Εκκλησίας, έχοντας γνώσεις διατροφής και μελετώντας τους σοφούς της αρχαιότητας, όπως τον Πυθαγόρα, τον Πλάτωνα και τον Ιπποκράτη, για την αποφυγή βλαβερών συνεπειών της κρεοφαγίας, αποφάσισαν να τοποθετήσουν τη νηστεία σε βάση θρησκευτική, προστατεύοντας τον άνθρωπο και τα ζώα και επισημαίνοντας τα οφέλη για το ανθρώπινο σώμα, το πνεύμα και την ψυχή. Κατά τις ημέρες των νηστειών, οι Χριστιανοί απέχουν από το κρέας, τα αυγά, το γάλα, τα ζωικά και γαλακτοκομικά προϊόντα, τα ψάρια (εκτός από

τα θαλασσινά όστρακα, το αυγοτάραχο και το χαβιάρι), το λάδι (όχι όμως και από τις ελιές) και το κρασί.²¹

Οι νηστείες τηρούνταν αυστηρά από όλους όσους είχαν ασπαστεί τη νέα θρησκεία. Οι μέρες νηστείας καθιερώθηκαν σταδιακά μετά από αποφάσεις των θρησκευτικών ηγετών στις συνόδους. Εκτός από Τετάρτη και Παρασκευή, ημέρες νηστειών αφιερωμένες στο πάθος του Χριστού – θεωρούσαν ότι *έν γάρ Τετράδι ό Σωτήρ παραδίδοται έν δέ την Παρασκευήν σταυροῦται*–, είχαν τέσσερις μεγάλες περιόδους νηστείας: των Χριστουγέννων, της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, των Αγίων Αποστόλων και της Κοίμησης της Θεοτόκου. Οι μοναχοί νήστευαν και τη Δευτέρα. Υπολογίζεται ότι κατά τη διάρκεια ενός έτους οι μέρες της νηστείας ήταν εκατόν εβδομήντα έως εκατόν ογδόντα για τους λαϊκούς και περισσότερες για τους μοναχούς. Η τήρηση των νηστειών αποκαλύπτει πολλά για τις διατροφικές συνήθειες των Βυζαντινών. Είναι χαρακτηριστικό ότι, στον βυζαντινό κόσμο, το είκοσι τοις εκατό περίπου ήταν μοναχοί, πρακτική που είχε ξεκινήσει από τις αρχές του 3^{ου} αιώνα.²²

Με την εξάπλωση του Χριστιανισμού στην Αίγυπτο, ξεκίνησε η ιδέα του μοναχισμού και των αναχωρητών. Αρχικά, όσοι ήθελαν να αρνηθούν τις ηδονές του κόσμου και ν' αποκτήσουν τη μακαριότητα των ουρανών ασκούσαν, με τη στέρηση των καθημερινών αγαθών και την παρθενία. Αγωνίζονταν γι' αυτά, χωρίς να φεύγουν μακριά από τον τόπο τους. Δεν υπήρχαν μοναστήρια ακόμη στην Αίγυπτο, και λίγοι γνώριζαν τη μακρινή έρημο. Μοίραζαν τα υπάρχοντά τους, χάριζαν στους φτωχούς τα κτήματα που είχαν στην ιδιοκτησία τους κληρονομιά από τους προγόνους τους, και ζούσαν ασκητική ζωή στην αυλή του σπιτιού τους ή στη γύρω περιοχή.²³ Καθημερινά προσεύχονταν, νήστευαν, αλλά και εργάζονταν σε διάφορες χειρωνακτικές εργασίες, ακολουθώντας το ευαγγελικό *ό μη έργαζόμενος μηδέ έσθιέτω*.

Η κυριότερη τροφή των νηστευόντων μοναχών και αναχωρητών ήταν ψωμί, αλάτι και νερό. Από τον βίο του αγίου Αντωνίου, γραμμένο από τον

²¹ Παπαδόπουλος 1987, σσ. 51-57.

²² Montanari 1997, σσ. 67 & 144.

²³ Μέγας Αθανάσιος (Κεφ. 2) και (Κεφ. 3).

άγιο Αθανάσιο, και τη *Λαυσαϊκή Ιστορία*, του Παλλαδίου, αντλούμε πλήθος πληροφορίες σχετικά με τις τροφές και τον τρόπο διαβίωσης των μοναχών και των αναχωρητών.

Τα πρώτα μοναστήρια ιδρύθηκαν το 300 μ.Χ. περίπου. Στα βουνά γύρω από την έρημο, στην περιοχή της Αλεξάνδρειας, η έρημος κατοικήθηκε σαν πολιτεία και γέμισε από μοναχούς. Πληροφορούμαστε ότι στα μοναστήρια ασκήτευαν περίπου δύο χιλιάδες άνδρες και στο όρος της Νιτρίας περίπου πέντε χιλιάδες άνδρες. Οι ασκητές έμεναν είτε μόνοι, είτε μαζί με λίγους, είτε μαζί με πολλούς. Στο όρος της Νιτρίας υπήρχαν, την εποχή εκείνη, επτά αρτοποιεία για να εξυπηρετούν όλους αυτούς τους μοναχούς και άλλους εξακόσιους περίπου αναχωρητές της ερήμου, που περιπλανιόνταν στην έρημο (κεφ. ζ' 25–33). Στις τράπεζες των μοναστηριών υπήρχαν σινάπια, ελιές, τυρί αγελαδινό, λεπτά λάχανα, σταφίδες, ρόδια, αυγά και λαχανικά (κεφ. λθ' 20–25). Έτρωγαν πολλά όσπρια, ιδίως φακές. Στο μαγείρεμα χρησιμοποιούσαν εκτός από το αλάτι και καρυκεύματα (κεφ. 35).²⁴

Οι Πατέρες συχνά καταφέρονται εναντίον των «κενόδοξων και γαστριμάργων», οι οποίοι όχι μόνο κατανάλωναν χωρίς εγκράτεια τροφές, αλλά δαπανούσαν, αλόγιστα, χρήματα, για να τις μεταφέρουν από μακριά και για να πληρώσουν ειδικό προσωπικό να μαγειρέψει με ιδιαίτερο τρόπο. Στο τραπέζι των ευπόρων και των αρχόντων εκτός που υπήρχε μεγάλη αφθονία τροφών, συχνά προσλάμβαναν Έλληνες ή Ανατολίτες μαγείρους, και πλήρωναν πανάκριβα τις ανατολίτικες ποικιλίες και νοστιμιές. Αν και η βυζαντινή κουζίνα άρεσε στους άρχοντες εντυπωσιάζονταν όμως από τα φαγητά που συναντούσαν στα ταξίδια τους και επιζητούσαν τον πλούτο και την αφθονία των τροφών και των γευμάτων.²⁵

Η διατροφή χρησιμοποιήθηκε από τους Βυζαντινούς για την επιβολή τιμωριών και επιπλήξεων. Ισχυρό τιμωρητέο μέσο, κατά τους πρώιμους βυζαντινούς χρόνους, ήταν και η νηστεία. Οι μοναχοί που για ασήμαντο λόγο δεν τηρούσαν τη νηστεία, τιμωρούνταν. Αν και οι Βυζαντινοί είχαν πολλές νηστείες που απαγόρευαν την κατανάλωση κρέατος, η πλήρης αποχή

²⁴ Λαυσαϊκή Ιστορία 1996, σσ. 73-85.

²⁵ Dalby 2001, σσ. 338-339.

από αυτό ήταν αιτία καθαιρέσεως των κληρικών, σύμφωνα με τον ΙΔ΄ κανόνα της τοπικής συνόδου στην Άγκυρα της Γαλατίας, το 314 μ.Χ., που αναφέρει: *Τοὺς ἐν κλήρῳ πρεσβυτέρους ἢ διακόνους ὄντας, ἀπεχομένους κρεῶν, ἔδοξεν ἐφάπτεσθαι, καὶ οὕτως, εἰ βούλονται, κρατεῖν ἑαυτῶν· εἰ δὲ μὴ βούλονται, ὡς μηδὲ τὰ μετὰ κρεῶν βαλλόμενα λάχανα ἐσθίειν, καὶ εἰ μὴ ὑπέικοιεν τῷ κανόνι, πεπαῦσθαι αὐτοὺς τῆς τάξεως.*²⁶ Το 343 μ.Χ. η τοπική σύνοδος στη Γάγγρα της Παφλαγονίας, με τον Β΄ κανόνα, αναθεματίζει όποιον κατακρίνει τους πιστούς που καταναλώνουν κρέας: *Εἴ τις ἐσθίοντα κρέα, χωρὶς αἵματος, καὶ εἰδωλοθύτου, καὶ πνικτού, μετ' εὐλαβείας καὶ πίστεως, κατακρίνοι ὡς ἂν διὰ τὸ μεταλαμβάνειν ἐλπίδα μὴ ἔχοντα, ἀνάθεμα ἔστω.*²⁷

Ο Ιωάννης Χρυσόστομος αναφέρει ότι στο σχολεῖο ο δάσκαλος, για να προκαλέσει την προσοχή των μικρῶν μαθητῶν, χρησιμοποιούσε τον ἔπαινο και την τιμωρία. Ένας τιμωρημένος μαθητῆς ἦταν υποχρεωμένος «μένειν ἐν τῷ διδασκαλείῳ» το μεσημέρι, όταν οι συμμαθητῆς του αναχωρούσαν για το μεσημεριανό γεύμα.²⁸ Η αποχή από το μεσημεριανό φαγητό, το κυριότερο γεύμα της ημέρας, θεωρεῖτο μέγιστη τιμωρία.

Τον 4^ο αἰῶνα –μέσω των πληροφοριῶν που αντλούμε από τα χειρόγραφα της Εγερίας, η οποία πραγματοποίησε προσκυνηματικό οδοιπορικό στους Αγίους Τόπους ξεκινώντας από τη Δύση (από πόλη της Ισπανίας ἢ της Γαλικίας)–, μαθαίνουμε ότι οι πιστοὶ Χριστιανοὶ στην Ευρώπη νήστευαν πριν από το Πάσχα, ὡπως και σήμερα, σαράντα ἡμέρες. Στην Ιερουσαλήμ, ὅμως, νήστευαν οκτῶ εβδομάδες. Νήστευαν ολόκληρη την εβδομάδα, εκτός από τις Κυριακές και τα Σάββατα – πλην του μεγάλου Σαββάτου. Κατά τις ἡμέρες της νηστείας, δεν ἔτρωγαν καθόλου ψωμί, λάδι και ὅ,τι προερχόταν από τα δένδρα. Ἐπιναν μόνο νερό και ἔτρωγαν χυλό από αλεύρι με αλάτι. Ὅσοι δεν μπορούσαν να αντέξουν τη νηστεία μιας ολόκληρης εβδομάδας κατέλυαν την Πέμπτη, ἢ νήστευαν κάνοντας

²⁶ Ράλλης Ποτλής 1966, τομ. Γ΄ σ. 48.

²⁷ Ο. π. 1966, τομ. Γ΄ σ. 101.

²⁸ Κουκουλές, 1952, τόμος Α΄, σσ. 96-97.

διήμερες νηστείες καθ' όλη τη διάρκεια της Τεσσαρακοστής.²⁹ Ο άγιος Επιφάνιος Κύπρου σε κείμενά του αναφέρει την ξηροφαγία κατά τις ημέρες της νηστείας, η οποία αποτελείτο από ψωμί, νερό και αλάτι. Τα ίδια αγαθά αποτελούσαν και την τροφή των μοναχών, την οποία ρύθμιζαν με ιδιαίτερες λεπτομέρειες τα Τυπικά των μονών.

Στο Βυζάντιο, μπορεί η βασικότερη τροφή να ήταν το ψωμί, αλλά υπήρχαν πολλά είδη άρτου. Η ποιότητά του είχε σχέση με το αλεύρι και με τον τρόπο με τον οποίο άλεθαν τα δημητριακά. Ο καθαρός άρτος, «ο σιλίγιος ή σιλινίτης», παρασκευαζόταν μόνον από αλεύρι σιταριού. Προέρχεται από την λατινική λέξη *siligineus panis*. Αλεύρι σιταριού πολύ λεπτά αλεσμένο και «*διὰ λεπτῆς ἀλευρώτητος σηθέντος*», δηλαδή πολύ καλά κοσκινισμένο.³⁰ Το «αφράτον ή αφρατίτσιν», ήταν, επίσης, καθαρός άρτος, τον οποίο κατανάλωναν οι εύποροι και οι αξιωματούχοι. Για τον λαό, την κατώτερη τάξη, παρασκεύαζαν τον «κιβαρίτη», το «χονδρόχυλο» και τα «προφούρνια», ψωμί με κατώτερης ποιότητας αλεύρι, αναμειγμένο με πίτουρα και αλεύρι άλλων δημητριακών.³¹ Πάνω στο ψωμί έβαζαν σησάμι, συνήθεια γνωστή από την αρχαιότητα.³² Εκτός από το φρέσκο ψωμί, πολύ διαδεδομένος ήταν και ο «*δίπυρος ἄρτος*» ή «*παξιμάς*», δηλαδή το παξιμάδι. Χρησίμευε για τον εφοδιασμό των πλοίων, για τους μοναχούς και για τους στρατιώτες στις διάφορες εκστρατείες.³³ Το παξιμάδι πήρε το όνομα του από τον Πάξαμο, μάγειρο και συγγραφέα της ύστερης ελληνιστικής εποχής. Στο έργο του *Περί γεωργίας*, εκτός από το πώς να παρασκευάσει κάποιος ένα *παζαμᾶ* ή *παξιμάδιον* από κριθάρι, αναφέρει οδηγίες και για την παρασκευή του γάρου και αρωματικών κρασιών.³⁴ Από διπυρίτη άρτο έφτιαχναν το «*κολλίκιον*», που είχε σχήμα κρίκου (είδος «*κρικελλοειδῆ ἄρτου*»), ήταν σαν το σημερινό κουλούρι.³⁵

Άρτους καθαρούς έτρωγαν μόνον οι πλούσιοι και οι ασθενείς, γιατί ήταν πολυδάπανη η κατασκευή τους. Άρτοι καθαροί αναφέρονται στα

²⁹ Αιθερίας Οδοιπορικόν 2007, σσ. 179-181.

³⁰ Κουκουλές 1952, τομος Ε' σσ. 15-16.

³¹ Μότσιας 1998, σ. 9.

³² Ο. π. 1998, σσ. 73-76.

³³ Koder 2005, σσ. 17-30.

³⁴ Dalby 2001, σ.281.

³⁵ Ο.π. 1952, τομ. Ε' σσ. 24.

θαύματα του αγίου Αρτεμίου, στον βίο του οσίου Θεοδώρου και στον βίο του οσίου Αθανασίου.³⁶ Ο Ιωάννης Χρυσόστομος αναφέρει για τον όσιο Αθανάσιο: «τὸν καθαριώτατον ἄρτον ἀποδοκιμάζων παρεκάλει αὐτοὺς πωλεῖν καὶ εξωνεῖσθαι αὐτῷ ἄρτον κρίθινον ἐνὸς φύλλεως, ὃν καὶ μόνον ἤσθιε δι' ἡμερῶν».³⁷

Στην Κωνσταντινούπολη υπήρχαν τα μαγκιπεία ή αρτοπωλεία. Αρχικά, αυτά ήταν κρατικά και την εποπτεία τους είχαν οι «κυλαίστορες», αλλά υπήρχαν και ιδιωτικά μαγκιπεία. Τον 5^ο αιώνα στην Κωνσταντινούπολη υπήρχαν είκοσι κρατικά μαγκιπεία και εκατόν είκοσι ιδιωτικά. Τους αρτοποιούς και τους κρεοπώλες επέβλεπαν κρατικοί λειτουργοί. Φρόντιζαν, με νόμους και διατάγματα, να κρατούν τις τιμές σε χαμηλά επίπεδα, σε καταστάσεις δύσκολες, όπως λιμούς και πολιορκίες, διότι από αυτούς εξαρτιόταν ο επισιτισμός της πόλης.³⁸ Σύμφωνα με μαρτυρίες, πωλούνταν υπό των μαγκίπων ή φουρναριτών «ὁ τῆς μέσης ἄρτος», δηλαδή ο δεύτερης ποιότητας άρτος, «ὁ μέσος». Οι χωρικοί και οι φτωχοί έτρωγαν ψωμί από κριθάρι, ήταν πιο φθηνό, «τάς κριθίνας», όπως τις ονόμαζαν.³⁹

Βασική τροφή των Βυζαντινών, επίσης ήταν οι ελιές. Τις μαύρες «μελαίνας», όπως τις αποκαλούσαν, τις χαρακτήριζαν ως «ὀλιγοτρόφους», τις πράσινες τις έλεγαν «λευκάς», τις χαρακτήριζαν «κολυμβάδες» και τις διατηρούσαν είτε σε άλμη –αυτές ήταν οι «ἀλμαδες»– είτε σε ξύδι. Υπήρχαν και οι τσακιστές, τις οποίες ονόμαζαν «θλαστας».⁴⁰

Οι προσιτές στους φτωχούς τροφές ήταν λάχανα, αυγά και όσπρια. Καλλιεργούσαν κρεμμύδια και τα μαγείρευαν φρέσκα και ξερά. Το «κρομμύδιον» ήταν η πιο ευτελής τροφή. Έβραζαν ξερά κρεμμύδια με νερό και λάδι, έριχναν κλωνάρια θρύμβου - «θρομβόξυλα» αναφέρονται στα κείμενα– και τον ζωμό που έφτιαχναν τον έριχναν σε πιάτα γεμάτα με

³⁶ Κουκουλές 1952, τομ. Ε' σ. 12.

³⁷ Ρ G , 58, 628.

³⁸ Μότσιας 1998, σσ. 73-76.

³⁹ Ο.π. 1952, τόμ. Ε', σσ. 19-22.

⁴⁰ Ο.π. 1952, τομ. Ε', σσ. 34-35.

κομμάτια μπαγιάτικο ψωμί. Τον πρόχειρο αυτό ζωμό, το «αγιοζούμι», τον θεωρούσαν τη βασική τροφή των φτωχών.⁴¹

Τα λαχανικά χαρακτηρίζαν τη βυζαντινή κουζίνα. Από τον Ησύχιο μαθαίνουμε ότι ο κηπουρός που ασχολείτο με την καλλιέργεια λαχανικών ονομαζόταν λαχανοκηπουρός ή «ράφανουρός».

Σχεδόν κάθε νοικοκυριό διέθετε τον λαχανόκηπό του, όπως προκύπτει και από το εγχειρίδιο αρχιτεκτονικής του Ιουλιανού Ασκαλωνίτου του 6^{ου} αιώνα. Το ενδιαφέρον των αυτοκρατόρων για τη διασφάλιση των απαραίτητων για τη σίτιση του πληθυσμού της Κωνσταντινούπολης λαχανικών, φαίνεται από τη Νεαρά του Ιουστινιανού που αναφέρεται στα μισθώματα των λαχανοκηπουρών, οι οποίοι συνιστούσαν ιδιαίτερη συντεχνία, και μίσθωναν αγρούς μέσα στην πρωτεύουσα ή στα περίχωρά της για την καλλιέργεια λαχανικών.⁴² Αν και, συχνά, οι κάτοικοι καταλάβαιναν ό,τι παρήγαν οι ίδιοι, παράλληλα αγόραζαν προϊόντα από την αγορά, όπως μαρτυρεί η μεγάλη ποικιλία εμπορικών και βιοτεχνικών συντεχνιών που σχετίζονται με τη διατροφή, όπως οι αρτοποιοί και οι ιχθυοπώλες, και στην Κωνσταντινούπολη βρίσκονταν υπό τον έλεγχο του Έπαρχου της Πόλης.

Πολλά λαχανικά φρέσκα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν ορισμένους μήνες τον χρόνο. Η διατήρησή τους γινόταν με διάφορους τρόπους. Η κράμβη, δηλαδή το λάχανο, αποθηκευόταν σε υπόγεια ή σκοτεινούς και δροσερούς χώρους, χωρίς ιδιαίτερη προετοιμασία. Άλλα λαχανικά τα αποξηραινάν και τα διατηρούσαν αποξηραμένα, όπως τις φακές, τα κουκιά, τα φασόλια, τα άσπρα και τα μαύρα ρεβίθια. Τα πιο γνωστά, όμως, ήταν τα λαχανικά τα διατηρημένα σε άλμη και ξίδι, τα σημερινά τουρσιά όπως έλεγαν, «ταριχευόμενα δι' άλμης τε και ὀξάλμης».⁴³ Τα λάχανα ήταν η τροφή των φτωχών και από τις κυριότερες τροφές στις τράπεζες των μοναστηριών. Τρώγονταν συνήθως βραστά ή ωμά. Οι Βυζαντινοί ονόμαζαν τα λαχανικά «ἀνηθοκουδιμένα». Υπήρχαν τα αγριολάχανα, τα λεπτολάχανα, τα χρυσολάχανα, τα λευκά λάχανα, αλλά

⁴¹ Κουκουλές 1952, τόμ. Ε', σ. 38.

⁴² Koder 1994, σσ. 11-12.

⁴³ Koder 2005, σ. 23.

και τα κακόχυμα και τα ήμερα. Τα αγριολάχανα θεωρούνταν η βασική τροφή κάθε αγίου μοναχού ασκητή. Ο Γρηγόριος Θεολόγος αναφέρει τα «χρυσολάχανα» και το σπανάκι. Τα άγρια χόρτα ονόμαζαν «βράκανα» και τα θεωρούσαν άριστη τροφή.⁴⁴

Τα ραπανάκια ήταν από τις αγαπημένες τροφές των μοναχών και των πρώιμων Βυζαντινών. Στην πρώιμη αρχαιότητα ονομάζονταν «ράπανος», «ρέπανος», «ράπανίς», «ράπάνιον», ενώ η επιστημονική του ονομασία σήμερα είναι *Raphanus sativus*. Ο «ράφανος» ήταν το λάχανο το οποίο ονόμαζαν λαχανίδα ή ραφανίδα.

Οι ευεργετικές του ιδιότητες ήταν πολλές.⁴⁵ Το χρησιμοποιούσαν ως διεγερτικό της όρεξης και ως αντίδοτο στις δηλητηριάσεις. Από την αρχαιότητα θεωρούσαν το ραπανάκι και το λάχανο μοναδικό αντίδοτο στη μέθη. Στα *Γεωπονικά* αναφέρεται ότι όποιος επιθυμεί να πει πολύ κρασί και να μη μεθύσει πρέπει να τρώει, πριν από την οινοποσία, ωμό λάχανο και ωμό ραπανάκι. Στα κείμενά του ο Συμεών Σηθ παρατηρεί ότι οι αρχαίοι συνήθιζαν να τρώνε ραπανάκια χωρίς ψωμί, όπως έτρωγαν τα καρότα. Τα έτρωγαν ωμά, πριν από τα γεύματα, αφού πρώτα τα βουτούσαν σε γάρο. Ο Αρτεμίδωρος στα *Ονειροκριτικά* αναφέρει ότι «αν κάποιος δει στο όνειρό του ραπανάκι πρέπει να προσέχει το δηλητήριο».⁴⁶

Οι πολύ διαδεδομένες τροφές που υπήρχαν σε αφθονία ήταν: το σπανάκι, τα βλίτα, τα λάπαθα, οι ασπαράγοι (τα σπαράγγια), τα ραδίκια, τα πράσα, η ανθοκράμβη (το κουνουπίδι), η κινάρα (αγκινάρα), το μαρούλιον (μαρούλι), το αγγούριον, τα δαυκία ή καρωτά (καρότα), τα γογγύλια, το κολοκύθι και το μαζιζάνιον (μελιτζάνα). Τα καρότα τα έτρωγαν ψητά και πωλούνταν στον δρόμο, στις αγορές, από τους «δαυκονήστες». Αγαπούσαν και τους τρυφερούς βλαστούς της «μαλάχης» ή «μολόχης» ή μολόχας. Τις έβραζαν και τις έτρωγαν με λάδι και ξύδι ή τις τηγάνιζαν με αυγά. Αναφέρεται ότι η μολόχη ή μολόχα μαγειρεύεται και ως σούπα, και η τσουκνίδα ή «κνίδη», η οποία τρώγεται βραστή ή τηγανητή, εκτός από νόστιμη, είχε και θεραπευτικές ιδιότητες. Το πιο θρεπτικό λαχανικό ήταν

⁴⁴ Μότσιας 1998, σ. 82.

⁴⁵ Αναγνωστακής Παπαμαστοράκης 1999, σσ.295-297.

⁴⁶ Anagnostakis –Papamastorakis 2005, σσ. 161-163.

τα σπαράγγια. Αναφέρεται ότι υπήρχαν εκατό είδη σπαραγγιών, τα οποία τα έτρωγαν ψητά, με λάδι και αλάτι.

Καλλιεργούσαν το σκόρδο, που ήταν από τα αγαπημένα μυρωδικά. Συνόδευε πολλά φαγητά και το χρησιμοποιούσαν, επίσης, στα νηστίσιμα φαγητά, καθώς ήταν πολύ διαδεδομένο.⁴⁷ Το «ολόσκορδον» ήταν αγαπημένο προσφάι των Βυζαντινών: σκελίδες σκόρδου τηγανισμένες με λάδι, τις οποίες συνόδευε φρέσκο ψωμί, το έτρωγαν και ως προδόρπιο (ορεκτικό). Το «σκορδάτον» ή «μυτωτόν», παρόμοιο με τη σημερινή σκορδαλιά, το έφτιαχναν με σκελίδες σκόρδου, λάδι, ξύδι και μαύρες ελιές. Ήταν ιδιαίτερα αγαπητό για τις θεραπευτικές του ιδιότητες.⁴⁸ Τους βολβούς, την πιο απλή και φθηνή τροφή, την οποία αναφέρει ο Κλήμης ο Αλεξανδρεύς: «άπλην τροφήν μετὰ τῶν ἐλαιῶν καὶ λαχάνων», τους έτρωγαν ψητούς ή βραζόμενους, με λάδι, ξύδι, θρύμβο και πιπέρι.

Η ιατρική την πρώιμη εποχή βασιζόταν στη βοτανοθεραπεία. Στα ιατρικά βιβλία της εποχής συμπεριλαμβάνονταν, για διάφορες παθήσεις, εύχυμα και κακόχυμα λαχανικά, όπως η μολόχα και η τσουκνίδα, θεωρείτο ότι προστάτευε από πολλές αρρώστιες. Την τσουκνίδα, συνήθιζαν να τη βράζουν και την έτρωγαν βραστή με λάδι και ξύδι.



Από τον 2^ο αιώνα, έτρωγαν τους αμανίτες, ταμανιτάρια. Ήταν μύκητες τους οποίους προμηθεύονταν αρχικά από το όρος Άμανο, από όπου πήραν το όνομά τους.⁴⁹ Έτρωγαν, επίσης, και τα «ύδνα», που θεωρούνταν η άριστη ποιότητα τωνμανιταριών, κάτι σαν τις σημερινές τρούφες. Αποτελούσαν άριστο μαγείρεμα και, συχνά, στέλνονταν ως δώρο. Η συνεχής και αλόγιστη χρήση τους, όμως, μπορούσε να προκαλέσει κολικούς, δυσπεψίες, επιληψίες και αποπληξίες. Ο Σηθ σημειώνει ότι για την αποφυγή οποιασδήποτε βλάβης από «ύδνα», αυτά όφειλαν να ψήνονται μαζί και δίπλα σε απίδια, να καταναλώνονται μόνον τον χειμώνα, και, αν

⁴⁷ Koder 2005, σ.24.

⁴⁸ Καμπάνης 2010, σ. 92.

⁴⁹ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 99-101.

προκαλούσαν οποιαδήποτε διαταραχή, αμέσως να πίνεται μέλι με χλιαρό νερό και νίτρο.⁵⁰

Σε σωζόμενα κείμενα αναφέρονται και τα όσπρια, που ήταν από τις βασικότερες τροφές στο τραπέζι των οικονομικά αδυνάτων. Τα πιο γνωστά και διαδεδομένα όσπρια ήταν οι κύαμοι (τα κουκιά), το φασούλι, ο φακός ή φακή, τα ερεβίνθια ή ερέβινθοι (σημερινά ρεβίθια), το λαθούρι ή αθύριον, τα μπιζέλια ή πिसάρια και άλλα.⁵¹ Οι μοναχοί τις ημέρες των νηστειών έτρωγαν φακές χωρίς λάδι, ή έβρεχαν τα ξηρά κουκιά με νερό και τα έτρωγαν ωμά, γεύμα που ονόμαζαν «βρεχτοκούκια». Τη φάβα ή φαβάτα την έφτιαχναν από ξηρά κουκιά ή από λαθούρι ή αθύριον. Τα ξερά φασόλια, ήταν αγαπημένο φαγητό των Βυζαντινών, αν και γνώριζαν τις βλαβερές συνέπειες από την κατανάλωση τους. Ο φασίολος ήταν γνωστός ως «πρισκοκοίλης».⁵²



Μαζί με το ψωμί, οι Βυζαντινοί έτρωγαν ως προσφάγι το τυρί, «τυρίν» ή «τυρίτσιν», χλωρό ή ξηρό, το οποίο διατηρούσαν σε πλήρινα δοχεία με αλάτι. Έφτιαχναν τυρί πρόβειο, κατσικίσιο και αγελαδινό. Το τυρί το έτρωγαν και τηγανισμένο. Κατώτερης ποιότητα τυρί ήταν το ασβεστότυρο και το ξινότυρο. Παρασκεύαζαν, επίσης, και το απότυρο, το σημερινό ανθότυρο, και τη μυζήθρα.

Προτιμούσαν το γάλα το πρόβειο, το κατσικίσιο και το αγελαδινό, ενώ το ξινόγαλο ήταν από τα αγαπημένα τους ροφήματα. Θεωρούσαν θαυμάσιο το βουβαλίσιο γάλα, γιατί ήταν πολύ λιπαρό. Το χρησιμοποιούσαν οι γυναίκες ως καλλυντικό και οι μοναχοί έφτιαχναν στις μονές τους το περίφημο «μονόκυθρο».⁵³ Το «μονόκυθρον» ή ο «μονόκυθρος» ή το «μονοκυθρίτζιν» ήταν παχύ και πολύ θρεπτικό φαγητό. Ήταν σούπα από κρασί, λάδι, κρεμμύδια, σκόρδα, κράμβη (δηλαδή λάχανο), πιπέρι και μπαχαρικά, η οποία ψηνόταν με παχύ γάλα ή τυρί παχύ, αυγά και

⁵⁰ Αναγνωστάκης 2005, σ.91.

⁵¹ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 89-98.

⁵² Μότσιας 1998, σ. 87.

⁵³ Ο.π. 1998, σσ. 109-112.

τυρόπηγμα.⁵⁴ Κείμενα αναφέρουν για «*τυρέψητον ζωμόν*», ήταν ένας ζωμός στον οποίο έβαζαν τυρί τηγανητό.⁵⁵ Το τυρί το έτριβαν και με το τριμμένο τυρί συνόδευαν διάφορα φαγητά. Ο Ορειβάσιος αναφέρει τη χρήση του τριμμένου τυριού πάνω σε φαγητά.⁵⁶

Τα αυγά, ήταν αγαπημένη τροφή των Βυζαντινών, τα έτρωγαν «*έφθά ή έκζεστά*» -βραστά-, «*όπτά*» -ψητά-, τηγανητά, «*ροφητά*» -ωμά-, ή «*τρομητά*» - χτυπητά-. Ήταν αυγά κότας ή χήνας ή πάπιες ή πέρδικας και, σε εξαιρετικές περιπτώσεις, φασιανού.⁵⁷ Τα αυγά του παγωνιού συστήνονταν από τους μαγείρους ως εκλεκτή τροφή, η τιμή τους όμως ήταν απαγορευτική για τον φτωχό λαό.⁵⁸

Τα πουλερικά δεν έλειπαν από το τραπέζι τους, σε κάθε σπίτι σχεδόν υπήρχε μαζί με το κηπάριο και ένας χώρος εκτροφής πουλερικών. Το κρέας της όρνιθας και του πετεινού ήταν συνήθης τροφή στο τραπέζι των φτωχών. Προτιμούσαν τον κόκορα, τον οποίο ευνούχιζαν για να είναι το κρέας του πιο νόστιμο. Τις κότες τις προτιμούσαν από τον καιρό που άρχιζαν να γεννούν αυγά. Έτρωγαν, όμως, και παγόνια, περιστέρια, πάπιες και χήνες. Τα μαγείρευαν «*όπτά*» ή «*έκζεστά*». Πέρδικες, παγόνια και φασιανούς μεγάλωναν στις αυλές των οικιών τους ως οικόσιτα πουλερικά. Οι φασιανοί θεωρούνταν πολυτελές έδεσμα, γιατί το κρέας τους, εκτός από νόστιμο, ήταν και εύπεπτο. Τους γερανούς, τις πάπιες και τις χήνες, τα προτιμούσαν «*κρασάτα*», μαγειρεμένα και βρασμένα με κρασί. Το κρέας των παγωνιών θεωρείτο ιδιαίτερα σκληρό, και, γι' αυτό, τα μεγάλα παγόνια έπρεπε να τα σφάξουν πέντε – έξι ημέρες πριν από το μαγείρεμα, και τα μικρά δύο – τρεις ημέρες πριν. Για να γίνει το κρέας τους μαλακό και εύπεπτο το άφηναν μέσα σε πλήρινα δοχεία με ξύδι για δύο ημέρες. Το κρέας του αρσενικού παγωνιού θεωρούνταν πιο μαλακό και ευκολομαγείρευτο. Μαρτυρίες αντλούμε από τα Θεσπίσματα του Διοκλητιανού όπου αναφέρεται η τιμή του άρρενος παγωνιού.⁵⁹ Τα κρέατα των πτηνών και των ορνίθων οι βυζαντινοί συνήθως τα μαγείρευαν «*έκζεστά*» (βραστά) αλλά στα τραπέζια των ευπόρων και

⁵⁴ Koder 2005, σ. 21.

⁵⁵ Κουκουλές 1952, том Ε' σ.33.

⁵⁶ Μότσιας 1998, σ. 111.

⁵⁷ Ο π. 1952, τόμ. Ε', σσ. 66-67.

⁵⁸ Dalby 2001, σ.248.

⁵⁹ Ο.π. 1952, том Ε' σσ. 68-69.

των αρχόντων τα προτιμούσαν «όπτα», η παραγεμισμένα με καρυκεύματα.⁶⁰
Ο Ιωάννης Χρυσόστομος μιλά για «δειπνον ὄρνιθος ἐψηθείσης ἐπ’
ἀνθράκων».⁶¹

Στον Βόσπορο και στις πόλεις του Ευξείνου Πόντου, το ρεύμα κατέβαζε μεγάλη ποσότητα ψαριών, ψαρεύονταν μεγάλες ποσότητες συναγρίδας, παλαμίδας, λακέρδας, τόνου και τσίρου. Το Βυζάντιο το αποκαλούσαν και μητρόπολη του τόνου. Οι Βυζαντινοί ψάρευαν και γέμιζαν το τραπέζι τους με «ὀψάρια». Τα ψάρια ήταν το αγαπημένο τους φαγητό και ιδίως των φτωχών. Η κουζίνα τους διέθετε μεγάλη ποικιλία ψαριών, πάνω από πενήντα διαφορετικά είδη, όπως αναφέρονται σε διάφορα κείμενα.⁶² Τα ψάρια τρώγονταν εκζεστά, οφτά ή τηγανητά, χλωρά, αλίπαστα ή οξωτά (συντηρημένα μέσα σε ξύδι). Υπάρχουν μαρτυρίες για πετρόψαρα, πέρκες, σκάρους, σκορπιούς, κωβιούς, λιθρίνους, σμαρίδες, μελανούρους, αθερίνες, λαβράκια, γριβάδια, γομφάρια, σιναγρίδες, παλαμίδες, τσερδέλλες, κολίας, σκουβριά, κόκκυγας, σγόμβρους και ξιφίες.⁶³ Το φρέσκο ψάρι με το λευκό κρέας το ονόμαζαν καθαρό, ήταν πολύ ακριβό και θεωρείτο είδος πολυτελείας. Βραστά έτρωγαν, συνήθως, τα πετρόψαρα, τις συναγρίδες και τους κεφάλους. Μαζί με τα ψάρια έβραζαν διάφορα αρωματικά χόρτα, όπως νάρδο, κόλιανδρο, άνηθο, σέλινο, κρεμμύδια, πράσα, σκόρδα, διάφορα μπαχαρικά και έφτιαχναν ένα είδος κακαβιάς. Τηγανητές προτιμούσαν τις παλαμίδες, τις μαρίδες τις αθερίνες και γενικά όλα τα μικρά ψάρια, τα οποία πριν τα τηγανίσουν τα πασπάλιζαν με αλεύρι.⁶⁴

Η αφθονία των ψαριών, η μεγάλη παραγωγή τους και η δυσκολία του τρόπου διατήρησής τους, τους οδήγησαν στη δημιουργία μεγάλων μονάδων παραγωγής αλιπάστων, δηλαδή μονάδων ταρίχευσης, όπως τις αποκαλούσαν.⁶⁵ Φρόντιζαν να παστώνουν τα ψάρια για να τα διατηρήσουν για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Τα «παστά ὀψάρια» ή «ταριχευτοί

⁶⁰ Ο. π. 1952, σσ. 68-74.

⁶¹ P G , 58, 659 - 660.

⁶² Kislinger 2005, σ. 52.

⁶³ Κουκουλές 1952, τόμος Ε΄, σσ. 79-86.

⁶⁴ Καμπάνης 2010, σσ. 88-89.

⁶⁵ Πινγιάτογλου 2010, σ. 44-45.

ιχθύες» ή «ὄζωτοὶ ιχθύες» ή «ἀρμυρὰ ὀψάρια» είχαν μεγάλη ζήτηση. Τα κομμάτια τόνου τα ονόμαζαν «θυνοκόμματα», ενώ τις φέτες άλλων μεγάλων ψαριών τις έλεγαν «συοκοκόμματα». Τα ψάρια διαιρούσαν σε: «ιχθύας πελαγίους», που προέρχονταν από τη θάλασσα, ήταν τα καλύτερα και τα ακριβότερα, και «ιχθύας ποτάμιους ή λιμναίους», τα οποία θεωρούνταν κατώτερης ποιότητας, αλλά και «κακοστόμαχα», δηλαδή προκαλούσαν δυσπεψία και βαρυστομαχιά.⁶⁶



Τα μαλάκια ή μαλακόστρακα τα αποκαλούσαν αγνά ή αγανά, γιατί τα έτρωγαν τις ημέρες των νηστειών, τη διατροφή στα μοναστήρια με μαλάκια τις ημέρες των νηστειών την ονόμαζαν «ἀγνοφαγία». Από τα γνωστά μαλάκια ήταν τα καλαμάρια, που συνήθιζαν να τα τρώνε μονθυλευτά (παραγεμισμένα), αι σηπίαι, ή σουπιές οι οποίες μαγειρεύονταν με πολλά αρτύματα (μυρωδικά) και οι οκτάποδες. Τηγανιστές ή βραστής, έτρωγαν «τας καρίδας» ή γαρίδες ή γάμπαρες, τους καράβους ή караβίδες και τους καρκίνους ή κάβουρες. Ξεχωριστός και εκλεκτός μεζές οφτός ή εκζεστός ήταν και οι στακοί ή αστακοί. Για τις ημέρες της νηστείας προτιμούσαν και τα οστρακόδερμα, τα κτένια, τις χηβάδες, τις πεταλίδες, τα μύδια, τα στρείδια, τις πίννες και τους θαλάσσιους εχίνους ή αχινούς. «Αί κνίδαι» (οι σημερινές φούσκες) δεν τρώγονταν ποτέ ωμές, αλλά πάντα ψητές «ἐπ' ἀνθράκων ή κληματῖδων».⁶⁷

Ο Νεμέσιος από την Έμεσα αναφέρει ότι τα ζώα διαιρούνται σε άναιμα και έναιμα. Άναιμα θεωρούνταν το σελάχι, αι σηπίαι, οι οσμύλοι, τα οστρακόδερμα, οι αστακοί. Από τα έναιμα, τα άποδα ήταν οι ιχθύες και τα ακέφαλα, οι κάραβοι και οι καρκίνοι.⁶⁸ Οι γιατροί συνιστούσαν ορισμένες τροφές με συλληπτικές ιδιότητες, όπως τις γαρίδες. Ο Συμεών Σηθ προτείνει

⁶⁶ Μότσιας 1998, σσ. 153-155.

⁶⁷ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 86-88.

⁶⁸ Ο.π. 1952, τόμ. Α', σ. 134.

διατροφή με γαρίδες, (οι οποίες έχουν κάποια ιδιότητα που συντελεί στην εγκυμοσύνη).

Οι πλούσιοι, οι κενόδοξοι και οι γαστρίμαργοι, φρόντιζαν το τραπέζι τους να είναι πάντα γεμάτο με περίεργα φαγητά, μη προσιτά στον απλό λαό, κάνοντας μακρινά ταξίδια για την προμήθεια σπανίων και εκλεκτών τροφίμων. Ο Γρηγόριος Νύσσης (PG, 44, 1169), αναφέρει ότι πρέπει να αισχύνονται αυτοί που τρώνε «*ὄσα τε χθῶν πόντου τε βένθη καὶ ἀέρος ἀμέτρητον εὖρος ἐκτρέφει*» ή «*ὄσα πτεροῦται καὶ ἔρπει καὶ νήχεται*». ⁶⁹

Στο πρώιμο Βυζάντιο η κτηνοτροφία ήταν πολύ αναπτυγμένη, και λόγω αυτής της άνθισης υπήρχε αφθονία κρέατος, πρόβειου, χοιρινού και βόειου.⁷⁰ Το φρέσκο, όμως, κρέας δεν ήταν καθημερινή συνήθεια στο τραπέζι των Βυζαντινών και εξαρτιόταν από την εποχή. Το καλοκαίρι, με το ζεστό κλίμα, ήταν επικίνδυνη η χρήση φρέσκου κρέατος, αν δεν γινόταν αμέσως μετά τη σφαγή. Εκτός από την αλλοίωση, το φρέσκο κρέας ήταν αρκετά ακριβό, δεν ήταν διαθέσιμο στην αγορά σε όλη τη διάρκεια του έτους και οι πολλές νηστείες απαγόρευαν τη συχνή χρήση του.⁷¹ Τα κρέατα που κατανάλωναν, τα παρασκεύαζαν βραστά, «*ἐφτὰ*» ή «*ἐκζεστὰ*» ή «*γξεστὰ*» ή ψητά «*ἐψητὰ*» ή «*ὀφτὰ*». ⁷² Ο Γρηγόριος ο Θεολόγος αναφέρει ότι ποιμένες και οι βουκάλιοι, σήμερα θα λέγαμε οι κτηνοτρόφοι, συνήθιζαν τα κρέατά τους να τα παρασκευάζουν «*ὀφτὰ*». Τοποθετούσαν το κρέας σε πήλινα αγγεία, τα γέμιζαν με καθαρό νερό, σφράγιζαν το καπάκι τους με ζυμάρι και τα άφηναν στον δυνατό ήλιο για πολλές ώρες, αφού πρώτα έσκαβαν λίγο το χώμα γύρω από τη γάστρα, τοποθετούσαν γύρω ξερή κοπριά όνου και την άναβαν, ώστε το κρέας να σιγοβράσει.⁷³

Τα αιγοπρόβατα, αρνιά, πρόβατα και ερίφια ήταν το αγαπημένο κρέας των Βυζαντινών και ιδίως τα γαλακτάρια ή γαλούλια, τα οποία τα έσφαζαν τον μήνα Απρίλιο. Το κρέας του προβάτου το προτιμούσαν και το έτρωγαν μετά την εαρινή ισημερία, μέχρι και το θέρος, γιατί τότε

⁶⁹ Κουκουλές 1952, τόμ. Ε' σ.47.

⁷⁰ Μότσιας 1998, σσ. 103-107.

⁷¹ Koder 2005, σ. 22.

⁷² Ο. π. 1952, τόμ. Ε', σσ. 47-48.

⁷³ P G , 38, 901, 928.

θεωρούσαν ότι το κρέας τους ήταν νοστιμότερο. Συνήθιζαν να τα τρώνε *έφτὰ* (βραστά) ή *όπτὰ* (ψητά) γεμισμένα με σκόρδο. Εκτός από τα αρνιά, τα ερίφια και τα βόδια, για το τραπέζι τους, χρησιμοποιούσαν και το κρέας αιγών, κριών, τράγων και χοίρων. Το βοδινό το προτιμούσαν βραστό, «έφτό». Τα εντόσθια του βοδιού τα μαγείρευαν, μαζί με λαχανικά έφτιαχναν μια πολύ νόστιμη ιδιαίτερη σούπα, τη γνωστή «*άμαγειρία*», κάτι παρόμοιο με τη δική μας μαγειρίτσα. Από το παχύ έντερο και από την καρδιά του ζώου έφτιαχναν τις «*αίματιαις*». Το έλεγαν έτσι, γιατί το γέμιζαν με αίμα πηκτό και σπλάχνα ζώων, ήταν κάτι παρόμοιο με τα σημερινά λουκάνικα.⁷⁴ Επειδή όμως, το αίμα για τους Ιουδαίους (παράδοση που συνεχίστηκε και στους Βυζαντινούς), αντιπροσώπευε την ψυχή, οι μοναχοί απείχαν από τις «*αίματιαις*». Υπήρχαν σχετικές απαγορεύσεις σε πολλές συνόδους και ο Λέων Σ' ο Σοφός, με την 58η Νεαρά του, όσους έτρωγαν αίμα διέταξε να μαστιγωθούν και να δημευτεί η περιουσία τους. Όλες αυτές οι απαγορεύσεις έδειχναν ότι οι Βυζαντινοί έτρωγαν με ευχαρίστηση αιματιές. Τις αποκαλούσαν και χορδές. Αγαπημένη τους τροφή ήταν η πλεξίδα, τα έντερα από τα πρόβατα τα έπλεκαν μαζί με εντόσθια και τα έψηναν, τα έτρωγαν ψητά, «*όπτὰ*», όπως το σημερινό κοκορέτσι.⁷⁵

Το κρέας του χοίρου το αποκαλούσαν «*χοίριον κρέας ή μουχτερόν*». Μαζί με το κρέας του αγριογούρουνου θεωρείτο εύχυμο, εύπεπτο και το καλύτερο όλων των εδεσμάτων, αν και το ζώο ζούσε και τρεφόταν «*ίλυι και κόπρω*». Στο *Δευτερονόμιο* αναφέρεται ρητά το κρέας του χοίρου ως μολυσμένο, ακάθαρτο και μιαρό, απαγορευόταν η κατανάλωσή του από τους πιστούς.⁷⁶ Ο απόστολος Παύλος, στην προς Ρωμαίους επιστολή του, απευθυνόμενος στους Χριστιανούς, τους προτρέπει να τρώνουν όλα τα κρέατα, διότι δεν υπάρχουν καθαρά και ακάθαρτα, «*ὅς μὲν πιστεῦει*

⁷⁴ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 48-57.

⁷⁵ Καμπάνης 2010, σ. 86.

⁷⁶ Αναγνωστάκης 2005, σσ. 88-89.

φαγεῖν πάντα»⁷⁷ και «πάντα μὲν καθαρὰ, ἀλλὰ κακὸν τῷ ἀνθρώπῳ τῷ διὰ προσκόματος ἐσθίοντι».⁷⁸

Τα χοιρινά κρέατα τα έτρωγαν Δεκέμβριο και Ιανουάριο, εποχή κατά την οποία γιόρταζαν τα «χοιροσφάγια»· κάτι παρόμοιο γίνεται ακόμη και σήμερα στην ύπαιθρο, η «γουρουνοχαρά». Τα μαγειρεύαν βραστά με λάχανα, ή με «φρύγια», δηλαδή μαρούλια, ή με κολοκύθια. Επίσης, κομμάτια χοιρινού τα έβραζαν με ελαφίσιο κρέας και κρέας λαγού, βάζοντας πολλά μπαχαρικά. Τα μικρά γουρουνόπουλα ονομάζονταν «γαλαθηνοί», «δέλφακες» ή «δελφάκια» ή «σκρόφας απογαλάκτισμα». Τα προτιμούσαν ψητά στη σούβλα, πρώτα τα άλειφαν με κρασί, μέλι, αλάτι και πιπέρι και τα παραγέμιζαν με σκόρδο.⁷⁹ Το κρέας του χοίρου που ονομάζονταν και «μουχτερόν» συχνά το έβραζαν, έφτιαχνα την λεγόμενη «χοιρομαγειρείαν», (κρέας βραστό μαζί με λάχανα ή θρύα ή κολοκύθια και σπάνια με κομμάτια από κρέας λαγού ή ελαφιού για να νοστιμίσει και να μαλακώσει). Επίσης, συνήθιζαν να ψήνουν τα κρέατα σε κλίβανο, σαν την σημερινή γάστρα, τα ονόμαζαν κλιβανωτά, αλλά κάποιες φορές τα σούβλιζαν και τα έψηναν στη θράκα.⁸⁰

Το χοιρινό κρέας που περίσσειε το πάστωναν μέσα σε στάμνες πήλινες και πιθάρια και το έλεγαν κουμνιαστό ή κουρουπιαστό. Το λίπος του χοίρου που υπήρχε ανάμεσα στο δέρμα και το κρέας του το ονόμαζαν λαρδί, το κρατούσαν για λίγο κρεμασμένο να στεγνώσει, μετά το αλάτιζαν και το διατηρούσαν για πολύ καιρό. Το λαρδί ήταν απαραίτητο στις εκστρατείες, όπου το χρησιμοποιούσαν για το μαγείρεμα ή το έτρωγαν ωμό. Με το λίπος του χοίρου έφτιαχναν και τις πασπαλάδες. Τις παρασκεύαζαν από αλεύρι και λαρδί μαζί με κομμάτια κρέας.⁸¹ Προτιμούσαν τα σπλάχνα του χοίρου και τα θεωρούσαν νοστιμότερα όλων. Το συκώτι το έψηναν στη θράκα αλειμμένο με λάδι, αλάτι και κόλιανδρο. Με το παχύ έντερο του χοίρου έφτιαχναν τις «αίματῖαις».

⁷⁷ π/. Ρωμαίους κεφ. ιδ' στιχ.2.

⁷⁸ Ο. π. στιχ.20.

⁷⁹ Μότσιας 1998, σσ. 103-107.

⁸⁰ Κουκουλές 1952, τομ. Ε', σσ. 53-55.

⁸¹ Καμπάνης 2010, σ. 87.

Η αφθονία των θηραμάτων βοηθούσε τόσο τους πλουσίους όσο και τους φτωχούς να παρασκευάζουν νόστιμα εδέσματα. Οι άρχοντες συνήθιζαν να μαγειρεύουν το κυνήγι, στο οποίο είχαν ιδιαίτερη αδυναμία. Η αγάπη τους για το κυνήγι ήταν μεγάλη, τόσο για διασκέδαση, όσο και για προμήθεια φρέσκων θηραμάτων. Διακοσμούσαν τα σπίτια τους με απεικονίσεις ιδιαίτερων σκηνών κυνηγιού. Τοιχογραφίες και ψηφιδωτές παραστάσεις από σκηνές με την αγαπημένη τους ασχολία, καθώς και φορητές εικόνες και μικρογραφίες, έχουν σωθεί μέχρι σήμερα. Ο κυνηγός στο Βυζάντιο ονομαζόταν και «πουλολόγος». Πήγαινε για κυνήγι μόνος του ή με παρέα, πεζός ή καβάλα σε άλογο, συντροφιά με τους σκύλους του ή με εκπαιδευμένα γεράκια. Όπλα τους ήταν το τόξο, το μαχαίρι, η «μάχαιρα» ή το «ξιφίδιον», το ρόπαλο, ο πέλεκυς, το ακόντιο, «βήναβλο ή μέναβλο», τα δίχτυα, «λίνα ή λινάρια», το μαστίγιο και τα άγκιστρα. Τις πέρδικες, τις οποίες ονόμαζαν «κακκάβες», τις έπιαναν ζωντανές στήνοντας ξόβεργες.⁸² Το κυνήγι περιλάμβανε κυρίως αγριοκάτσικα, λαγούς, ελάφια, αγριόχοιρους, διάφορα πτηνά, όπως ορτύκια, τσίγλες, φασιανούς, γερανούς, χήνες και άλλα θηράματα. Το ελάφι το θεωρούσαν το πιο ιδιαίτερο κυνήγι, δεν έπρεπε, όμως, να θηρεύεται το καλοκαίρι. Θεωρούσαν ότι το καλοκαίρι το κρέας του ελαφιού δεν ήταν καθαρό όπως το χειμώνα, γιατί τρεφόταν με φίδια, και μπορούσε να προκαλέσει δηλητηριάσεις. Ο Συμεών Σηθ αναφέρει στα χειρόγραφα του για το κρέας του ελαφιού: «χρηστέον τῶ χειμῶνι».⁸³ Ο λαγός μαγειρευόταν βραστός, με καρκεύματα ή με κρασί και ονομαζόταν «άκρατος λαγός» ή «κρασάτος», με πιπέρι και ονομαζόταν «λαγός πιπεράδες», με ξύδι και ονομαζόταν «ξιδάτο λαγομαγείρεμα».⁸⁴

Για τη διατήρηση των κρεάτων και των ψαριών, χρησιμοποιούσαν μεγάλα πιθάρια που τα αποθήκευαν σε υπόγειους χώρους και κουβαλούσαν χόνι από τα χιονισμένα βουνά ώστε να διατηρηθούν για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Στην Κωνσταντινούπολη τον 5^ο αιώνα όλοι γνώριζαν το ψυγείο του πατριάρχη, όπως αποκαλούσαν τις στέρνες και τις δεξαμενές της Αγίας Σοφίας.⁸⁵ Κάθε σπίτι φρόντιζε να διατηρεί απόθεμα παστού κρέατος.

⁸² Μότσιας 1998, σσ. 139-148.

⁸³ Αναγνωστάκης 2005, σ. 90.

⁸⁴ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 47-51.

⁸⁵ Ο.π. 1998, σ. 70.

Για να παστώσουν ή να ταριχεύσουν το κρέας, αφαιρούσαν τα κόκαλα, το αλάτιζαν πολύ και το ξέβαιναν στον ήλιο. Άλλος τρόπος να διατηρήσουν το κρέας ήταν να το τοποθετήσουν σε πήλινες στάμνες με αλάτι, αυτό το έλεγαν «κουμνιαστό ή κουρουπιαστό». Πάστωναν όλα τα είδη κρεάτων, το βοδινό, το πρόβειο, το χοιρινό και το κυνήγι, ιδίως το κρέας του ελαφιού και του αγριόχοιρου, αλλά και το λίπος και το λαρδί.⁸⁶

Οι σάλτσες ήταν αγαπημένο συμπλήρωμα στα βυζαντινά γεύματα, το σαλτσάριο για τις σάλτσες και το γαράριο για τον γάρο είχαν εξέχουσα θέση στο βυζαντινό τραπέζι.⁸⁷ Έτριβαν το μαύρο πιπέρι μαζί με το σινάπι και έφτιαχναν ένα είδος πικάντικης και καυτερής σάλτσας, η οποία έμοιαζε με την μουστάρδα. Τα σαλτσάρια και γαράρια ήταν μικρά βαθουλωτά πιάτα, η σάλτσα και ο γάρος χρησίμευαν για να γαρνίρουν τα ψητά ή βραστά κρέατα και ψάρια.⁸⁸ Για τον γάρο αναμίγνυαν σε ένα τσουκάλι ίση ποσότητα από νερό, παλιό κρασί, λάδι, αρκετό αλάτι και ξύδι και μέσα τοποθετούσαν μικρά ψάρια και εντόσθια ψαριών. Άφηναν το μίγμα στον ήλιο για δύο ως τρεις μήνες, για να γίνει η ζύμωση. Πολλά από τα πρώτα γραπτά κείμενα που αναφέρονται στην παρασκευή του γάρου μιλούν για ένα καλάθι με εντόσθια και βράγχια ψαριών, μικρά ψάρια και κομμάτια από μεγαλύτερα ψάρια γεμάτο με πολύ αλάτι και βότανα, δυόσμο ή ρίγανη, το οποίο βυθιζόταν σε πιθάρι. Το άφηναν στον ήλιο για τρεις μήνες και μετά τις ζυμώσεις που πραγματοποιούνταν, στράγγιζαν το καλάθι και το υγρό, ο γάρος μαζευόταν σε ειδικά γαράρια.

Υπάρχει μεγάλος μύθος γύρω από αυτήν την παράξενη σάλτσα ψαριού, την τόσο δημοφιλή στον αρχαίο κόσμο. Λέγεται ότι η σάλτσα μύριζε αηδιαστικά, αλλά αυτό δεν είναι αλήθεια. Η παραγωγή του, δημιουργούσε μια αποκρουστική μυρωδιά και οι άνθρωποι που έφτιαχναν τον γάρο συχνά είχαν προβλήματα με τον νόμο, λόγω της μυρωδιάς που υπήρχε γύρω από το σπίτι κατά την διάρκεια των ζυμώσεων έως ότου γίνει ο γάρος. Από τη στιγμή που γίνονταν οι ζυμώσεις και ο γάρος ήταν έτοιμος, φυλασσόταν σε σφραγισμένα μπουκάλια, τα γαράρια, ή σε αμφορίσκους και είχε ένα ιδιαίτερο, ξεχωριστό, αρκετά ευχάριστο άρωμα. Τον γάρο πολλές

⁸⁶ Μότσιας 1998, σσ. 113-115.

⁸⁷ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σ. 40.

⁸⁸ Ο. π. 1998, σσ. 10, 89-94.

φορές τον σερβίριζαν αναμειγμένο με λάδι (ελαιόγαρος), με νερό (υδρόγαρος), με κρασί (οινόγαρος), ή με ξίδι. Η λατινική λέξη *garum* προέρχεται από την ελληνική γάρο, η οποία σημαίνει αρχικά, έντερα ψαριών, διότι αυτά ήταν που χρησιμοποιούνταν στην παραγωγή της ιδιαίτερης αυτής σάλτσας. *καρυκεύματος*.⁸⁹

Σίγουρα στο τραπέζι των Βυζαντινών υπήρχε σχεδόν πάντα ο γάρος μέσα σε σαλτσάρια για την ενίσχυση της γεύσης των φαγητών. Είχε ξεχωριστή γεύση και ωραίο άρωμα και διατηρούνταν για μήνες σε κλειστούς μικρούς αμφορίσκους, μπουκάλια ή βάζα, τα οποία ονόμαζαν και αυτά *γαράρια*.⁹⁰

Τα *καρυκεύματα* (εικ. 1) είχαν πρωταρχική θέση στη διατροφή των πρώτων χριστιανών, συνήθιζαν να τρίβουν διάφορα μπαχαρικά στα φαγητά τους για να δώσουν καλύτερη και πιο ιδιαίτερη γεύση. Όλες οι βυζαντινές συνταγές περιείχαν *καρυκεύματα*, τα «ηδύσματα» ή «αρτύματα ή κουδιμένα». Τα *καρυκεύματα* περιλάμβαναν τα φρέσκα, τα *χλωρά* και τα «τετριμμένα». Στα *χλωρά* αναφέρονται τα πράσα, το σέλινο, «ο ηδύοσμος», σημερινός δυόσμος, το κύμινο, το πιπέρι, ο μάραθος, το δενδρολίβανο, ο άνηθος, η ρίγανη, «ο ορίγανος», η θύμβρα ή θρούμπι ή θύμβρα η ορεινή, το «συσγούδι», η λεβάντα. Το σέλινο αναφέρεται στο Β 776 του Όμηρου, στον Πλούταρχο, τον Πίνδαρο τον Πλίνιο και το Διοσκουρίδη. Το έντονο άρωμα που είχε το σέλινο έδινε μια ιδιαίτερη γεύση στα όσπρια, στα ψάρια και στα κρέατα. Το χρησιμοποιούσαν επίσης και για τις φαρμακευτικές του ιδιότητες, το θεωρούσαν ορεκτικό, ιδιαίτερα χωνευτικό και τονωτικό για τον ανθρώπινο οργανισμό. Η ρίγανη «*ορίγανον τὸ κοινὸν, Origanum vulgare*» ήταν ένα αρωματικό ποώδες, πολυετές, ιθαγενές και θαμνώδες φυτό, βρισκόταν σε αφθονία στην περιοχή της Μεσογείου και της Κεντρικής Ασίας. Πέρα από το χαρακτηριστικό άρωμα και γεύση που άφηνε στο φαγητό, είχε και πάρα πολλές φαρμακευτικές ιδιότητες, χρησιμοποιούνταν για το έντερο για τις δηλητηριάσεις και για τον βήχα.

⁸⁹<http://archaeology.about.com/od/gterms/qt/Garum.htm>

⁹⁰ Koder 2005, σ. 25.



Στα τετριμμένα αναφέρονται το κιννάμωμον ή ξυλοκιννάμωμο, το ξύλο της κανέλας. Το τριπτόν ή αρωματικό κάρυον, το μοσχοκάρυδο, συνόδευε τα μαγειρεμένα όσπρια, ενώ το κάρανο, ένα είδος κύμινου, ταίριαζε με τα κρέατα. Ο κρόκος θεωρείτο το πλέον αγαπημένο άρτυμα, το οποίο συνόδευε ζωμούς με κρέας και ψάρια και θεωρείτο άριστο χωνευτικό. Υπήρχαν και τριμμένα καρυκεύματα, όπως η κανέλα, «το κιννάμωμον», που ονομαζόταν «τριψίδιν», το «καρναβάδιν», ένας τύπος κύμινου, το πιπέρι και άλλα.⁹¹

Τα καρυκεύματα που είχαν ζήτηση στην ύστερη ρωμαϊκή Αυτοκρατορία και φύονταν εκτός των ορίων της, ήταν πράγματι μεγάλος. Στις παραλιακές πόλεις και στις αγορές των λιμανιών περνούσαν πολλά και διάφορα είδη ηδυσμάτων και αρωματικών προκειμένου να φτάσουν στους αγοραστές πέρα από τα όρια των περιοχών παραγωγής. Αυτός ήταν ο μοναδικός δρόμος από την παραγωγή στην κατανάλωση.⁹²

Υπάρχουν μαρτυρίες και για υγρά αρωματικά βότανα, που αναφέρονται και σε αγιολογικά κείμενα: «εἰς τοὺς ζωμούς ἀρωμάτων τὰ εὐωδέστατα». Είναι πολύ χαρακτηριστικό ότι χρησιμοποιούσαν και χρωστικές ουσίες, προκειμένου να δώσουν και χρώμα στα φαγητά τους: «ξανθότητι καὶ λευκότητι καὶ τῇ τοῦ μέλανος ὑδαρεστέρα χροιᾱ». Ο Γρηγόριος ο Θεολόγος στα κείμενά του (PG, 79,616) αναφέρει: «παντοδαπαῖς τισὶ γοητείαις τῶν χυμῶν τῇ μίξει ποικῖλον τὶ εἶδος ἀποτελοῦσι μαγγανείας».⁹³ Στη διάρκεια των νηστειῶν, απαγορεύονταν η μίξη καρυκευμάτων στα φαγητά. Χαρακτηριστικά, αναφέρει ο Μέγας Βασίλειος ότι ο παράδεισος θα ανοίξει: «διὰ τῆς στερήσεως καρυκευμάτων καὶ ζωμευμάτων».⁹⁴

⁹¹ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 44-45.

⁹² Dalby 2001, σ.226.

⁹³ Ο. π. 1952 τομ. Ε', σ.44.

⁹⁴ Μότσιας 1998, σ. 157.

Με τα εισαγόμενα καρκεύματα θα πρέπει να εξετάσουμε και ένα άλλο είδος τροφής εισαγόμενης από περιοχές πέρα από τα σύνορα της αυτοκρατορίας το ρύζι. Ήταν ένα προϊόν εισαγόμενο από την Ινδία, και πολύ αγαπητό στην κουζίνα των πρώιμων βυζαντινών.⁹⁵ Με φύλλα θρύου (φρυγίας κράμβης), ρύζι και σταφίδες έφτιαχναν κάτι παρόμοιο με τους σημερινούς ντολμάδες. Με ρύζι μαγειρεύονταν και οι κοχλιοί η κοχλίδια τα οποία έτρωγαν μετά βουλιμίας.⁹⁶

Οι Βυζαντινοί γνώριζαν την κάπαρη. Τη θεωρούσαν άριστο ορεκτικό, την έτρωγαν για να τους ανοίξει η όρεξη, αλλά τη χρησιμοποιούσαν και για θεραπευτικούς σκοπούς. Έτρωγαν τους καρπούς και τους τρυφερούς βλαστούς της, «*τὰς κορύμβους καὶ τὰς τρυφεράς ἄκρας τῆς καππάρεως*». Τη διατηρούσαν μέσα σε άλμη ή την έκαναν λιαστή, την αλάτιζαν και την αποξηραίναν στον ήλιο. Σύμφωνα με τον Διοσκουρίδη, χρησιμοποιούσαν την κάπαρη για ορεκτικό, αφού την είχαν πρώτα βάλει σε άλμη. Την ίδια αναφορά συναντάμε και στον Γαληνό⁹⁷, ενώ, σε μεταγενέστερους συγγραφείς, βρίσκουμε και έναν άλλον τρόπο παρασκευής, κάπαρη λιωμένη με λάδι και ξύδι, που μοιάζει με τη δική μας σκορδαλιά. Η κάπαρη, αναφέρεται επίσης, ότι χρησιμοποιείται και για θεραπευτικούς σκοπούς. Ο Ορειβάσιος στα κείμενά του αναφέρεται στην κάπαρη.⁹⁸

Για το χαβιάρι, δεν υπάρχουν πρώιμες μαρτυρίες. Γνωρίζουμε ότι ήταν η αγαπημένη εκλεκτή τροφή τους από μεταγενέστερα κείμενα. Πρώτη αναφορά γίνεται από τον Λιουτπράνδο, ο οποίος στις διηγήσεις του αναφέρεται στο δώρο που έλαβε από τον Νικηφόρο Φωκά, και αυτό ήταν «*ένα παχύν έριφιον δια χαβιαρίου κεκαρκευμένον*».⁹⁹ Ο Συμεών Σήθ αναφέρεται σε «*ωσάριχα*» δύσπεπτα και αποτρέπει αυτούς που έχουν προβλήματα με το στομάχι να τα καταναλώνουν. Ο Ευστάθιος

⁹⁵ Dalby 2001, σ.238.

⁹⁶ Κουκουλες 1952 τομ. Ε' σ. 94.

⁹⁷ Γαληνός από την Πέργαμο, έζησε τον 2^ο αιώνα, γιατρός και συγγραφές, έζησε και εργάστηκε στην Ρώμη. Οι παρατηρήσεις και τα συμπεράσματα που εξάγει ο Γαληνός μέσα από την Παρασκευή και κατανάλωση τροφών αποδεικνύουν τον ρόλο που έπαιζε η διατροφή στην σκέψη των αρχαίων γιατρών.

⁹⁸ Ο. π. 1952, τόμ. Ε', σ.37..

⁹⁹ Μότσιας 1998, σ. 101.

Θεσσαλονίκης στις επιστολές του αναφέρεται σε «*ῥῶᾱ ἰχθύων τεταρυχευμένα*».¹⁰⁰



Ένα γεύμα και ένα δείπνο τελείωνε πάντα με τα επιδόρπια, τα «αναδείπνια» ή «επίδειπνα» ή τα «δούλκια», όπως τα αποκαλούσαν. Αυτά ήταν διάφορα γλυκίσματα, «οι πλατσέντες», διάφορα φρούτα ή ξηροί καρποί και πολύ μέλι. Τα φρούτα που έτρωγαν ήταν τα μήλα, τα αχλάδια ή απίδια ή όχνες, τα ρόδια ή ρόιδα ή γρανάτα, τα πεπόνια, οι καρποί της φοινικιάς, τα φοινίκια ή φοινικοβάλανα, τα βερίκοκα ή βερύκια ή κοκκύμηλα, τα σύκα, τα σταφύλια, τα αγριοστάφυλα ή αγριοσταπίδες, τα κυδώνια και τα κάστανα ή πιτάκια ή βιστάκια. Τα μήλα, τα γλυκόμηλα, τα ξυνόμηλα, τα έτρωγαν φρέσκα. Τα διατηρούσαν μέσα σε χύτρες με θαλάσσια βρύα και τα τοποθετούσαν σε ψυχρό μέρος. Επίσης, τα πωλούσαν οι πωλητές και μέσα σε γυάλινα δοχεία.¹⁰¹ Τα μήλα, τα θεωρούσαν και αφροδισιακά και ιδιαίτερα μεγάλο βοήθημα στην πρόκληση του έρωτα. Ο Ορειβάσιος γράφει ότι: «*μη̄λα κρατῶν, ἔρωτι συνεῖναι δοκεῖ*», και «*μη̄λα φαγεῖς ἢ κρατεῖς, ἔρωτα γυναικός σημαίνει*». Σε μεταγενέστερα κείμενα του Νικήτα Χωνιάτη (Χρονική διήγηση 192, 20), αναφέρεται ότι «η αποστολή μήλου σε γυναίκα και η τοποθέτηση αυτού στον κόλπο της την κάνει να καταληφθεί από έρωτα».¹⁰²

Τα απίδια ή όχνες, δηλαδή τα αχλάδια, τα έτρωγαν φρέσκα. Υπήρχαν και τα άγρια αχλάδια, οι οχράδες. Για να τα διατηρήσουν για αρκετό καιρό φρέσκα, τόσο τα ήμερα όσο και τα άγρια αχλάδια, τα τοποθετούσαν με σειρά μέσα σε πήλινα κιούπια τα οποία γέμιζαν με μέλι. Ακόμη, τα έβαζαν σε κοφίνια με άχυρο, ή τα τύλιγαν με φύλλα καρυδιάς και

¹⁰⁰Κουκουλές 1952, τόμ. Ε΄, σ. 36.

¹⁰¹Ο. π. 1952, τόμ. Ε΄, σσ.110-111.

¹⁰²Μότσιας 1998, σσ. 180-181.

τα κρεμούσαν σε μέρος δροσερό. Οι οχράδες ήταν γνωστές και για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες, ιδίως για την προστασία από δηλητηριάσεις.¹⁰³

Τα σύκα, εκτός από φρέσκα τα αποξήρηναν και τα φύλαγαν σε ξύλινα αγγεία με φύλλα δάφνης. Έτσι, τα διατηρούσαν όλον τον χρόνο και τα αποκαλούσαν «ισχάδια». Δεν ήταν, όμως, το αγαπημένο φρούτο των βυζαντινών γιατί πίστευαν ότι όποιος τρώει φρέσκα σύκα γεμίζει ψείρες. Ωστόσο για τα σύκα αναφέρεται: «τὸ σῦκον τράπεζαν βασιλικὴν κοσμεῖ καὶ δεῖπνων ἐστὶ ἐνδιαίτημα». Ο Αρτεμίδωρος αναφέρει σύκα λευκά και μαύρα.¹⁰⁴ Τα σταφύλια ήταν ένα φρούτο πολύ αγαπημένο. Σε πρώιμα ψηφιδωτά και σε τοιχογραφίες η απεικόνιση ενός τσαμπιού σταφυλής, ήταν θέμα αγαπημένο των πρώιμων ζωγράφων και ψηφοθετών. Τα σταφύλια τα έτρωγαν φρέσκα ή τα κρεμούσαν από τη στέγη, τα άφηναν στον ήλιο, τα αποξήρηναν και τα διατηρούσαν για όλον τον χρόνο. Έφτιαχναν τις σημερινές σταφίδες, «πᾶν εἶδος ξηρανθείσης σταφυλῆς». Έτρωγαν κεράσια, πεπόνια, δαμάσκηνα, κυδώνια, τα οποία, για να συντηρήσουν για καιρό, τα κρεμούσαν σε μέρος σκιερό, στο βάθος του πηγαδιού, ή τα τοποθετούσαν μέσα σε στεγνή άμμο ή μέσα σε σπόρους σιταριού σε υπόγειους χώρους.¹⁰⁵ Τα πιο φτηνά φρούτα ήταν τα πεπόνια. Αυτά ήταν τα φρούτα των φτωχών. Σύμφωνα με μαρτυρία του Μιχαήλ Ψελλού με δύο φύλλεις ή οβολούς, μπορούσε κάποιος να αγοράσει δύο γεμάτα κοφίνια πεπόνια.¹⁰⁶

Έτρωγαν μετά βουλιμίας τα ρόδια και τους καρπούς της φοινικιάς. Φρόντιζαν τα ρόδια να τα φυλάνε κρεμασμένα στην αποθήκη ή στην κουζίνα τους και τα διατηρούσαν αρκετό καιρό. Συνήθιζαν να γαρνίρουν τις σαλάτες και ορισμένα φαγητά με χυμό ροδιού, για να τους δώσουν ιδιαίτερη γλυκόξινη γεύση.¹⁰⁷ Απεικονίσεις ροδιών έχουμε σε πολλά πρώιμα ψηφιδωτά. Το ρόδι, από την αρχαιότητα, είχε αποκτήσει έναν συμβολισμό. Συνέδεε τη ζωή με τον θάνατο. Αυτός ήταν ο λόγος που ήταν απαραίτητο υλικό της συνταγής για τα κόλλυβα.

¹⁰³ Μότσιας 1998, σσ. 89-94.

¹⁰⁴ Ο. π. 1998, σ. 92.

¹⁰⁵ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σσ. 102-110.

¹⁰⁶ Ο. π. 1998, σ. 90.

¹⁰⁷ Καμπάνης 2010, σ. 90.

Τα ροδάκινα τα έτρωγαν φρέσκα. Ο Γαληνός στο έργο του *Περί εύχυμίας και κακοχυμίας τροφών* V[VI,785], έγραφε «μερικά φρούτα δεν κάνει να ξεραίνονται όπως τα μούρα, τα καρπούζια, τα πεπόνια, τα ροδάκινα».¹⁰⁸

Αγαπημένα κεράσματα των Βυζαντινών ήταν και οι ξηροί καρποί, τα αμύγδαλα, τα πικραμύγδαλα, τα καρύδια, ή κάρυα, τα φιστούκια, τα κουκουνάρια, ή στροβίλια, ή στρόβιλοι, ή κανάρια, ή κοκκωνάρια. Αν και η ζάχαρη δεν ήταν γνωστή στον τότε κόσμο, το μέλι ήταν πολύ διαδεδομένο, υπήρχε σε αφθονία και κάλυπτε τις ανάγκες τους. Το άκαπνο μέλι, εκείνο που έπαιρναν από την κηρύθρα προτού καπνίσουν τις μέλισσες, ήταν το αγαπημένο τους. Λάτρευαν τα γλυκίσματα. Πολλές φορές περιέχουν τα γλυκά τους με πετιμέζι ή με σιραίο, (σιρόπι ροδιών). Μετά από κάθε γεύμα, πάντοτε ακολουθούσε ένα γλύκισμα.¹⁰⁹

Τα δούλκια, τα διάφορα γλυκίσματα είχαν σαν κύριο γλυκαντικό μέσο το μέλι. Τα πιο συνηθισμένα ήταν ο σησαμούς ή σησαμάτων (μέλι με σησάμι -το παστέλι-), η μουστόπιτα (μουσταλευριά), η οινούττα (ένα είδος μουστοκούλουρου), το κυδωνάτον (κυδωνόπαστο), η συκομαγίς (ποлтός σύκου με καρύδια), το καρυδάτον (ποлтός από καρύδια με μέλι), η πάστελλος (ζωμός σύκων ή πετιμέζι και αλεύρι ή σιμιγδάλι), η πλακόπιττα ή μαρζαπάς, η αμυγδαλόπαστα (αμύγδαλα με μέλι και μερικές φορές με σησάμι – μαρζιπάν), και ο κρίκελος (φρεσκοψημένο ψωμί βουτηγμένο σε ζεστό μέλι). Επίσης έφτιαχναν τα λαλάγγια ή εγκρίδες (κομμάτια ζύμης που φουσκώνουν καθώς τηγανίζονται στο λάδι, είδος τηγανίτας), το κοπτόν ή κοπτοπλακούς με φύλλα ζύμης, αμύγδαλα ή καρύδια και μέλι, που μοιάζει να είναι ο πρόγονος του μπακλαβά.

Οι «έγκριδες», δηλαδή τα ξεροτήγανα, ένα είδος σημερινού λουκουμά, ήταν ιδιαίτερα αγαπητό γλύκισμα της εποχής και σερβιρόταν με μέλι, όπως μαρτυρεί ο Αθήναιος: «έγκριδες πεμμάτιον έψόμενον έν έλαιώ και μετά τουτο μελιτούμενον». Αγαπημένο τους δούλκιο ήταν η γρούτα, που παρασκευαζόταν από χυλό, αλεύρι και νερό, με μέλι και σταφίδες και ψηγόταν στο τηγάνι. Το ρυζόγαλο ήταν γνωστό στους

¹⁰⁸ Dalby 2001, 244.

¹⁰⁹ Μότσιας 1998, σσ. 89 - 98

βυζαντινούς χρόνους. Ο Συμεών Σηθ στα χειρόγρατά του, αναφέρει «*ὄρυζα μετὰ γάλακτος κατασκευαζομένη καὶ σὺν σακχάρῳ μεταλαμβανομένην*».¹¹⁰ Ο Αρτεμίδωρος στα *Ονειροκριτικά* του αναφέρει έναν μεγάλο κατάλογο από γλυκίσματα. Τα πιο γνωστά ήταν οι πλακούντες, (αλμυρές πίτες), οι σησαμίδες, ο πυραμούς, (ψημένο ή βρασμένο σιτάρι με μέλι), τα πέμματα (γλυκές πίτες) και τα υποτρίμματα, τα οποία ήταν γλυκίσματα με ξινή και λίγο καυστική γεύση.¹¹¹

Ιδιαίτερη αναφορά πρέπει να γίνει στα σταφύλια, καθώς αυτά χρησιμοποιούνταν και για την παραγωγή του κρασιού, ποτού συνυφασμένου –όπως και το νερό– με το καθημερινό τραπέζι των βυζαντινών, όπως υποδεικνύει και η διαρκής παρουσία του στις απεικονίσεις τραπεζών. Υπήρχαν πολλές ποικιλίες κρασιών και η ποιότητά τους καθόριζε τις τιμές. Κατά κανόνα το κρασί το κατανάλωναν αναμειγμένο με ζεστό νερό, ενώ έφτιαχναν και άλλα ποτά με βάση το κρασί, όπως το λεγόμενο *κυμανόθερμον*, από κρασί με ζεστό νερό κύμινο, γλυκάνισο και λίγο πιπέρι.¹¹² Αγαπημένα τους ποτά ήταν επίσης ο οίνος κινναμώμου, κρασί με κανέλα, ο ροδίτης, παρασκευασμένος με φύλλα τριαντάφυλλου και μέλι, το ζουλάπιν, ζεστό κρασί με ζωμό από σταφίδες και η τζίτζιφα βρασμένο κρασί με σέλινο και σελινόριζες. Υπήρχε και το *κονδίτον*, το οποίο παρασκευάζονταν από κρασί, μέλι πιπέρι και μπαχαρικά, που ονομάζονταν και «*οἶνος πιπεράτος*».¹¹³ Η φούσκα, ήταν νερωμένο κρασί ή ξύδι, και σερβίρονταν στα καπηλεία.¹¹⁴

Άλλα αλκοολούχα ποτά ήταν ο «μηλίτης», ο «μυρτίτης», ο «απίτης», ο «φοινικίτης» και άλλα τα οποία έφτιαχναν από οπώρες «*ἄνευ σταφυλῆς γινόμενος οἶνος*». Αυτά τα ποτά τα χαρακτήριζαν ως σέκερα. Γνώριζαν και τον ζύθο τον οποίο αποκαλούσαν «*οἶνον κρίθινον*».¹¹⁵

Στο σπίτι των βυζαντινών υπήρχαν τα ηδύποτα. Για την παρασκευή τους χρησιμοποιούσαν γυάλινα ή πήλινα με επίχρισμα σκεύη, έβαζαν μέσα

¹¹⁰ Κουκουλές 1952, τόμ. Ε΄, σσ. 111-120.

¹¹¹ Μότσιας 1998, σ.96.

¹¹² Καλαμαρά 2001, σσ. 40-59.

¹¹³ Βλάχου 2001, σ. 91.

¹¹⁴ Σταμπόγλη 1997, σσ. 45-55.

¹¹⁵ Ο. π. 1952, τόμ. Ε΄, σ. 129.

σταφίδες, μήλα, κυδώνια ή ό,τι άλλο φρούτο διέθεταν, έριχναν μέλι και τα γέμιζαν με κρασί. Το άφηναν στον ήλιο για τρεις με τέσσερες μήνες και το ηδύποτό τους ήταν έτοιμο.¹¹⁶

Έφτιαχναν και άλλα ποτά μη αλκοολούχα, τα αφεψήματα, κάτι σαν τα σημερινά αναψυκτικά, από τα οποία άλλα είχαν φαρμακευτικές ιδιότητες και άλλα ήταν δροσιστικά. Από αυτά τα πιο διαδεδομένα ήταν: το εύκρατον, ζεστός ζωμός από πιπέρι, κύμινο και γλυκάνισο ή το ευκρατόμελι στο οποίο είχαν προσθέσει μέλι, το θασόρροφον, εκχύλισμα θασίων (αμυγδάλων) η σημερινή σουμάδα, ο μαραθίτης, ο ανηθίτης, το μελίγαλα, το ροδόμελι, το υδρόμελι και το οξύγαλον για τη χώνεψη.¹¹⁷



¹¹⁶ Μοτσιας 1998, σσ.133-137.

¹¹⁷ Κουκουλές 1952, τομ. Ε΄σ.134.

Α 2. ΤΑ ΓΕΥΜΑΤΑ



Τα γεύματα διέφεραν ανάλογα με την κοινωνική και οικονομική κατάσταση. Η ποιότητα των τροφών, η ποσότητα και ο τρόπος παρασκευής της δίνουν αρκετές πληροφορίες για την οικονομικο-πολιτική και κοινωνική ζωή των ανθρώπων.

Μαρτυρίες αναφέρουν ότι στο πρώιμο Βυζάντιο οι πλούσιοι και η άρχουσα τάξη συνήθιζαν να τρώνε τρία γεύματα την ημέρα. Το πρόγευμα ή το προσφάγιον, το μεσημεριανό ή το γέμα, το οποίο κατά τους βυζαντινούς χρόνους καλείτο και «άριστον», και το δείπνο. Όταν ήθελαν να αναφερθούν στη μεσημεριανή ώρα, έλεγαν «περι ώρας άριστου».¹¹⁸ Από τον Χρυσόστομο (PG, 47, 408), το μεσημεριανό φαγητό χαρακτηρίζεται ως «άριστον». Στα θαύματα του Αγίου Αρτεμίου αυτός που έτρωγε το μεσημεριανό φαγητό του χαρακτηρίζονταν ως «άριστήσας», και οι συνδαιτημόνες ονομάζονται «άρισταί».¹¹⁹ Οι Βυζαντινοί, όπως και οι αρχαίοι Έλληνες, το απόγευμα συνήθιζαν να τρώνε κάτι ελαφρύ, που το ονόμαζαν «δειλινό». Το πρωινό για τους φτωχούς ονομαζόταν «ακράτισμα» ή «βουκκάκρατο» [βούκα (μπουκιά ψωμί) και άκρατος οίνος (ανέρωτο κρασί)]· περιλάμβανε ψωμί, βουτηγμένο στο κρασί. Ήταν συνήθεια που είχαν κληρονομήσει από τους αρχαίους Έλληνες.¹²⁰ Στον βίο του αγίου

¹¹⁸ Κουκουλές 1952, τόμος Ε', σ. 121.

¹¹⁹ Papadopoulos-Kerameus 1909, σσ. 30, 17.

¹²⁰ Μότσιας 1998, σ. 54.

Δοσιθέου υπάρχει και η σχετική μαρτυρία: «βουκκάκρατον χρήζεις Δοσίθεε. Καλῶς ὑπαγε, λαβέ βουκκάκρατον».¹²¹

Το δείπνο ήταν για τους πρώιμους Βυζαντινούς ιεροτελεστία και απόλαυση. Οφείλαν να πλυθούν, να αλλάξουν έξω από την τραπεζαρία τα παπούτσια τους με παντόφλες. Το τραπέζι στρωνόταν με επιμέλεια. Το τραπεζομάντιλο ή τραπεζομάντηλος ήταν από καλό ύφασμα, καθαρό και εξάισια κεντημένο. Τέτοιες λεπτομέρειες ήταν ασυνήθιστες εκείνον τον καιρό, στη δυτική Ευρώπη. Το δείπνο των εύπορων Βυζαντινών αποτελούνταν από τρία στάδια. Περιλάμβανε τα προδόρπια, δηλαδή τα ορεκτικά, τον μίνσο ή τον οπτομίνσο, δηλαδή το κυρίως φαγητό, και τα δουλκία, τα επιδόρπια. Οι πλούσιοι, όταν οργάνωναν συμπόσια, απολάμβαναν το φαγοπότι τους, κατά την αρχαιοελληνική συνήθεια, ξαπλωμένοι σε στιβάδια γύρω από το κεντρικό τραπέζι. Η συνήθεια αυτή διατηρήθηκε έως το τέλος του 10^{ου} αιώνα. Ωστόσο, ο τρόπος αυτός αποτελούσε εξαίρεση, καθημερινά χρησιμοποιούσαν την τράπεζα και τα συνηθισμένα καθίσματα γύρω από αυτή.

Το κυριότερο δωμάτιο μιας οικίας τα πρώτα χριστιανικά και βυζαντινά χρόνια ήταν η κουζίνα. Εκεί μαγειρεύαν αλλά και ζεσταίνονταν τον χειμώνα. Απαραίτητο ήταν το τραπέζι, αρκετά μεγάλο, και τα καθίσματα, πάγκοι, καρέκλες ή σκαμνιά.¹²² Οι γυναίκες ήταν υποχρεωμένες να ακολουθούν αρκετές απαγορεύσεις, και ήταν πολύ περιορισμένες. Από την εποχή του Χριστού μέχρι και τους πρώιμους βυζαντινούς χρόνους, επιβαλλόταν ο χωρισμός των φύλων τόσο σε συγκεντρώσεις όσο και στα συμπόσια, θεωρείτο άτοπο να συντρώγουν γυναίκες και άνδρες καθισμένοι στο ίδιο τραπέζι.¹²³ Από τον 4^ο αιώνα στο Βυζάντιο, οι έγγαμοι και οι λαϊκοί έτρωγαν μαζί με τις γυναίκες συγγενείς τους στο τραπέζι. Οι γυναίκες δεν ήταν παρούσες μόνο στις ευωχίες, τα συμπόσια. Ο Ιουστινιανός στην 117^η Νεαρά αναφέρει ότι ο άνδρας μπορούσε να χωρίσει τη γυναίκα του, αν αυτή, παρά τη θέλησή του, «συνεποσίαζεν έξωτικοῖς».¹²⁴

¹²¹ Μότσιας 1998, σ. 54.

¹²² Ο.π. 1998, σ. 37.

¹²³ Κουκουλές 1952, τόμ. Β' II, σ. 169.

¹²⁴ Ο.π. 1952, τόμ. Ε', σ. 169.

Στην κουζίνα το τραπέζι ήταν στρογγυλό ή τετράπλευρο και ονομαζόταν τραπέζι ή τάβλα. Συνήθως ήταν ξύλινο, από διάφορες ποιότητες ξύλου, ανάλογα με την κοινωνική θέση των οικείων. Υπήρχαν και τραπέζια κοσμημένα με ασήμι, χρυσό, ελεφαντόδοντο και άλλα πολύτιμα υλικά. Ο βίος του αγίου Φιλάρτου μας πληροφορεί ότι το πολυτελές τραπέζι στο σπίτι του αγίου ήταν πολύ παλιό και από ελεφαντόδοντο: «*τὴν τράπεζαν ἐλεφαντίνην τὴν ἀρχαίαν περικεχρυσωμένην στρογγυλοειδῆ παμμεγγέθη*».¹²⁵

Στην πρόωμη αρχαιότητα στην κουζίνα, οι περισσότεροι προτιμούσαν το στρογγυλό τραπέζι, για πρακτικούς λόγους. Τοποθετούσαν στη μέση του τραπέζιού μια λεκανίδα, και από εκεί έτρωγαν με τα χέρια το φαγητό τους. Σε στρογγυλό τραπέζι απείχαν όλοι σε ίση απόσταση από το μαγειρικό τους σκεύος, κάθονταν σε σκάμους ή σκαμνία ή θροιά.¹²⁶ Έτρωγαν, τις περισσότερες φορές, με τα χέρια, γι' αυτό ήταν απαραίτητη η χρήση του χέρνιβου ή χερνιβίου, δοχείου για το πλύσιμο των χεριών.¹²⁷

Προσευχή λεγόταν στην αρχή και ίσως και στο τέλος του φαγητού. Διέθεταν κουτάλια και μαχαίρια σε μεγάλη ποικιλία, αν και τις περισσότερες φορές έτρωγαν με τα χέρια. Τα πιρούνια έκαναν την εμφάνισή τους λίγους αιώνες αργότερα. Υπήρχαν και πιάτα, τα πινάκια ή οι πινακίσκοι. Ο Ιωάννης Χρυσόστομος αναφέρει: «*ἐπὶ πίνακος ἐφ' οὗ τὰ ἐδέσματα παραφέρεται*».¹²⁸

Ψάρια, κρέατα, πουλερικά, πάπιες, χήνες, παγώνια, κυνήγι ήταν απαραίτητα σε κάθε γεύμα ή άριστον, όπως ονόμαζαν οι Βυζαντινοί το κύριο γεύμα τους. Ήταν μαγειρεμένα με ιδιαίτερη δεξιοτεχνία, με πολλά καρυκεύματα και μπαχαρικά. Πρώτα σερβίριζαν ορεκτικά, συνέχιζαν με ψάρι, το οποίο συχνά συνοδευόταν με σάλτσα –πολύ συνηθισμένο στους προχριστιανικούς χρόνους– που λεγόταν γάρος. Συνέχιζαν με ψητό κρέας και, τέλος, πρόσφεραν κάποιο γλυκό. Το γουρουνόπουλο και το χοιρομέρι ήταν οι αγαπημένοι μεζέδες στο Βυζάντιο. Οι σούπες ήταν κάτι συνηθισμένο. Αρκετές ήταν οι συνταγές που απαιτούσαν πολύ χρόνο

¹²⁵ Σαράντη 2003, σσ. 57-87.

¹²⁶ Κουκουλές 1952, τόμ. Ε', σ. 144.

¹²⁷ Ο. π. 1952, τόμ. Ε', σσ. 182-185.

¹²⁸ Ρ G, 59, 763.

προετοιμασίας και παρασκευής. Συχνά το μενού εμπλούτιζαν πατσάδες και σαλάτες σε μεγάλη ποικιλία. Το τυρί, τα φρούτα, νωπά ή κομπόστα, όπως μήλα, πεπόνια, σύκα, σταφύλια και άλλα είδη, αποτελούσαν σταθερό συμπλήρωμα στο διαιτολόγιό τους.¹²⁹

Τα γεύματα των φτωχών διέφεραν από εκείνα των πλουσίων. Στο τραπέζι τους το γεύμα και το δείπνο αποτελούνταν από ελιές, λάχανα, βολβούς, όσπρια και παξιμάδι. Τα φτωχά γεύματα δεν ήταν μόνο για τον φτωχό λαό, αλλά και για τους ευσεβείς μοναχούς και για ορισμένους κληρικούς.¹³⁰

Η προμήθεια των τροφών γινόταν από τον χώρο της αγοράς. Οι περισσότερες πόλεις της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας είχαν μια κεντρική πλατεία, την Αγορά, όπου βρίσκονταν όλα τα δημόσια κτίρια, ήταν περιτριγυρισμένη από στοές με κιονοστοιχίες και σε αυτές υπήρχαν καταστήματα με εμπορεύματα και αγαθά. Στην Κωνσταντινούπολη υπήρχε το Φόρουμ του Θεοδοσίου, του Αρκαδίου, του Κωνσταντίνου και άλλα. Οι «σαλγαμάριοι» ή «σαλδαμάριοι» πουλούσαν διάφορα κρέατα, παστά και μεγάλη ποικιλία προϊόντων, διέθεταν μεγάλο μόνιμο κατάστημα, κάτι σαν το σημερινό μπακάλικο. Υπήρχαν οι μακελλάριοι, οι χοιρέμποροι και οι ιχθυοπράτες, οι «μυλιαράδες», οι έμποροι καζανιών, οι «σευκλομαγουλάδες», που πουλούσαν παντζάρια, οι «δαυκοψήστες», που πουλούσαν ψητά καρότα. Επίσης, υπήρχαν πλανόδιοι, όπως οι ιτράριοι, που πωλούσαν το «ίτριον» (όπως μας γνωρίζει ο Αθήναιος, το *ίτριον* ήταν «πεμμάτων λεπτόν διά σησάμου καὶ μέλιτος γινόμενον»), δηλαδή το παστέλι, οι πλακουντάριοι, οι οποίοι πωλούσαν «πλᾶκες», (τη σημερινή πίττα με τυρί ή μέλι), και διάφοροι «πράτες και «πράτριαι».¹³¹ Υπήρχαν, όμως, και αρκετές απαγορεύσεις για τους εμπόρους της εποχής. Ο σαλδαμάριος δεν μπορούσε να είναι και μυρεψός απαγορευόταν να πουλά στο κατάστημά του μυρωδικά και μυρεψικά, δηλαδή πιπέρια, κιννάμωμα και βαφές.¹³²

¹²⁹ Ταλμποτ – Ράις 2006, σ.225.

¹³⁰ Μότσιας 1998, σ. 64.

¹³¹ Kislinger, 2005, σσ. 47-60.

¹³² Αναγνωστάκης, 2005, σσ. 61-110.

Επίσης, υπήρχαν στην πόλη ταβέρνες που πωλούσαν και σερβίριζαν κρασί με μεζέδες, ζαχαροπλαστική, αλλά και πλανόδιοι πωλητές γλυκών. Ο βίος του Αγίου Συμεών του Σαλού, ο οποίος έζησε τον 5^ο αιώνα, περιγράφει την πόλη Έμεσα της Συρίας και αναφέρει ότι τα μαγειρεία και τα καπηλειά ήταν πολυάριθμα. Ο ίδιος δε ο Συμεών εργαζόταν για λίγο διάστημα βοηθός σε ένα φουσκάριο και ο ίδιος τσιμπούσε θέρμια, φαβάρια και φακή, που προορίζονταν για την πελατεία. «*Άγωμεν, πιάωμεν, όπου ο Σαλός*», έλεγαν συχνά οι κάτοικοι της Έμεσας, οι οποίοι επισκέπτονταν συχνά την ταβέρνα όπου εργαζόταν ο Συμεών.¹³³ Οι φουσκάριοι πρόσφεραν ως ποτό την «*φούσκαν*», ποτό με μικρό ποσοστό οινοπνεύματος και αρκετά φθινό, που αποτελείτο από ξινό κρασί, αρωματισμένο με μπαχαρικά και αραιωμένο με νερό. Στα καπηλειά σερβιριζόταν πιο εκλεπτυσμένο φαγητό και καλό κρασί, αραιωμένο, όμως, με ζεστό νερό. Στον βίο των αγίων Αναργύρων, αναφέρεται ότι ο Κύρος και ο Ιωάννης ζήτησαν από κάποιον ασθενή να τους φέρει μια καράφα κρασί από κοντινή ταβέρνα.¹³⁴ Υπήρχαν αρκετοί ζαχαροπλάστες που πωλούσαν διάφορα γλυκά, αλλά και πλανόδιοι πωλητές γλυκών.¹³⁵



¹³³ Λεοντίου Νεαπόλεως 2000⁴ σ. 70.

¹³⁴ Kislinger, 2005, σσ. 48-49.

¹³⁵ Mango 2006, σσ. 109-110.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β΄

ΤΑ ΣΚΕΥΗ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ ΚΑΙ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ

Η ιστορικότητα των διατροφικών συνηθειών αντανακλάται στη διαχρονικότητα του σχήματος και του μεγέθους των μαγειρικών και επιτραπέζιων σκευών, που μένουν αναλλοίωτα από την πρώιμη βυζαντινή εποχή έως τον 12^ο αιώνα. Κατά τους πρώιμους βυζαντινούς χρόνους, το σύνολο των οικιακών σκευών ονομαζόταν οικοσκευή. Σε αυτή συμπεριλαμβάνονταν, όπως ακριβώς αναφέρονται στα Βασιλικά (14, 13γ), «*τράπεζαι, σκαμνία, κλῖναι, προσκεφάλαια, σκεύη ὑδρηλά, χερνιβόξεστα, λύχνοι, χαλκᾶ σκεύη καὶ τὰ ὑάλινα σκεύη τὰ πρὸς βρῶσιν καὶ πόσιν, φιάλαι αργυραῖ, σκεύη μύρινα καὶ κρυστάλλινα καὶ ἄλλης τιμιωτέρας ὕλης*».¹³⁶ Ανάλογα με την κοινωνική θέση και την οικονομική κατάσταση κάθε οικογένειας, τα σκεύη ήταν από πηλό, γυαλί, όστρακο, ξύλο, ασήμι, χρυσό, ελεφαντόδοντο, σε εξαιρετικές δε περιπτώσεις ήταν διακοσμημένα με πολύτιμους λίθους.

Απαραίτητα σκεύη για το μαγειρείο των Βυζαντινών ήταν τα αποθηκευτικά σκεύη και τα σκεύη προετοιμασίας και παρασκευής τροφών. Για το μαγείρεμα των τροφών χρησιμοποιούσαν τη χύτρα ή τσουκάλιον, που ήταν, συνήθως, πήλινο ή χάλκινο, διέθετε λαβή και ήταν διαφόρων μεγεθών. Το σχήμα του, που δεν είχε διαφοροποιηθεί από τους αρχαίους χρόνους, χρησίμευε για το μαγείρεμα των τροφών με τη βοήθεια φωτιάς και νερού. Τα κυρίαρχα χαρακτηριστικά του ήταν ευρύ στόμιο, κατάλληλα διαμορφωμένο χείλος για την υποδοχή καπακιού (για την προστασία των τροφών) και αποστρογγυλεμένος ή κοφτός επίπεδος πάτος, για την επαφή της χύτρας με την πηγή θερμότητας. Αυτό το κεραμικό βρέθηκε σε αρχαιολογικές ανασκαφές, σε μεγάλες ποσότητες, με τη μορφή θραυσμένων οστράκων. Ακέραιες χύτρες βρέθηκαν σε ναύαγια. Από χύτρες διαφόρων μεγεθών, ποιότητων και προελεύσεων που κυκλοφορούσαν στην Κωνσταντινούπολη, μια χύτρα η οποία βρέθηκε στις ανασκαφές του αγίου

¹³⁶ Κουκουλές 1952, τόμ. Β΄ II, σ. 61.

Πολύευκτου χρονολογήθηκε στον πρώιμο 5^ο αιώνα.¹³⁷ Τα μαγειρικά σκεύη επίσης που συναντούμε συχνά στην κουζίνα τους ήταν η εσχάρα και το τηγάνιο, χάλκινο ή σιδερένιο, που συνοδεύονταν απαραίτητα από το τηγανοστρόφιο, μικρό είδος φτυαριού, με το οποίο γύριζαν τα τηγανιζόμενα τρόφιμα. Εξέχουσα θέση στην κουζίνα είχε και η τρούλλα, η κουτάλα. Τα κοχλιάρια, δηλαδή τα κουτάλια που χρησιμοποιούσαν στο τραπέζι, τα τοποθετούσαν στην κουταλίστρα, την κουταλοθήκη. Το επικόρμιο ή επίκορπον ήταν είδος ξύλινου δίσκου πάνω στο οποίο τοποθετούσαν το μαγειρεμένο κρέας, για να το κόψουν σε λεπτές φέτες πριν από την τοποθέτησή του στο τραπέζι.

Για το ζέσταμα του νερού χρησιμοποιούσαν τα κακκάβια ή μιλιάρια. Τα κουκούμια ή κούκουμοι ήταν χάλκινα δοχεία όπου τοποθετούσαν το θερμό νερό που χρησίμευε για το πλύσιμο των χεριών του οικοδεσπότη και των καλεσμένων του, πριν από κάθε γεύμα. Υπήρχε στο μαγειρείο το ρωγίον ή ανακλαστάριο και το ελαιοδοχείο για το λάδι. Απαραίτητο ήταν το ιγδίον ή τριβίδιν, λίθινο τις περισσότερες φορές, στο οποίο κοπάνιζαν σιτηρά και όσπρια. Υπήρχαν σταμνία ή χοίδια ή κεράμια πήλινα ή μαρμάρινα, όπου τοποθετούσαν το νερό ή το κρασί τους. Στα μαρμάρινα διατηρούσαν πάντα κρύο το νερό και το κρασί.

Στο μαγειρείο βρίσκονταν, επίσης: το «δρουβανιστό» σκεύος, σε σχήμα βαρελιού, όπου διατηρούσαν τα τυριά και τα λίπη, και οι βυτίνες ή βυτίνια ή βυτινάρια, είδος διωτού ευρύστομου μικρού πιθαριού, όπου τοποθετούσαν βούτυρο, αλίπαστα και, μερικές φορές, σαπούνι. Οι πίθοι ή πιθάκια χρησίμευαν για τη φύλαξη των αλεύρων και των παστών κρεάτων. Δεν έλειπε η πάρπη ή το καρτάλιον, το σημερινό κοφίνι, για τη φύλαξη τροφών, και το πανάριον για τη φύλαξη ψωμιού. Ο χειρόμυλος ή χειρομύλι ήταν απαραίτητο σε κάθε μαγειρείο. Εκεί άλεθαν το σιτάρι και τα δημητριακά και έκοβαν το σιτάρι σε μικρά κομμάτια για να φτιάξουν τον χόνδρο, που αποκαλούσαν και τραγανό ή τράγον. Το έβραζαν με νερό και λάδι και έριχναν γάλα, ήταν ένας ζωμός πολύ αγαπητός στα παιδιά, (ένα είδος σημερινού τραχανά). Η σκάφη ή σκαφίδι χρησίμευε για το ζύμωμα του ψωμιού και ήταν, συνήθως, ξύλινη. Το κόκκινο κρασί φυλασσόταν σε

¹³⁷ Μπακιρτζής 2005, σσ. 111-116.

ξύλινα βουτία ή βυσία ή βαρόλια, τα σημερινά ξύλινα βαρέλια. Όλα τα μαγειρικά σκεύη τα κρεμούσαν από αλυσίδα με άγκιστρο δίπλα από την εστία, το κρεμαστάλιον ή κρέμαστλον.¹³⁸

Τα επιτραπέζια σκεύη της πρωτοβυζαντινής περιόδου ήταν συνέχεια και εξέλιξη των ρωμαϊκών. Στο τραπέζι των βυζαντινών υπήρχε πάντα την ώρα του φαγητού το «μαχαίριον», συνήθως ήταν σιδερένιο και η λαβή του διέφερε ανάλογα με την θέση και την οικονομική κατάσταση των οικείων. Υπήρχαν μαχαίρια με αργυρή λαβή, ή από ελεφαντόδοντο ή σε εξαιρετικές περιπτώσεις διακοσμημένα με πολύτιμους λίθους. Για την λήψη της τροφής υπήρχαν τα κοχλιάρια, συνήθως πήλινα ή ξύλινα και σε ιδιαίτερες περιπτώσεις ασημένια ή χρυσά. Για το φαγητό υπήρχαν τα πινάκια ή οι πινακίσκοι, διαφόρων μεγεθών, από πηλό ή ξύλο. Τα ρηγά πινάκια, ή οι αβαθείς κούπες, χρησίμευαν για σχετικά στεγνό φαγητό (εικ.). Στο μέσον του τραπεζιού τοποθετούσαν τα σκουτέλλια ή μοσοσκούτελα ή σκουταλλοπίνακα, τα οποία ήταν βαθύτερα, ασπιδοειδή πινάκια, από τα οποία λάμβαναν την τροφή όλοι οι συνδαιτυμόνες. Ήταν συνήθως από πηλό και όχι σπάνια από γυαλί.¹³⁹

Μικρές και βαθιές κούπες, οι οποίες παραπέμπουν σε κύλικες, χρησίμευαν για την πόση νερού και οίνου. Το σύνηθες ήταν τα επιτραπέζια σκεύη να είναι από πηλό. Υπήρχαν, όμως, και σκεύη μετάλλινα και γυάλινα. Μετά το τέλος του 3^{ου} αιώνα, η εμπορία και παραγωγή γυάλινων αντικειμένων και σκευών ανθούσε. Στο τραπέζι υπήρχαν κλειστά αγγεία με τη μορφή κανατιών, αλλά και μεγαλύτερα με μορφή αμφορέων και μικρών πιθαριών, διαφόρων μεγεθών, τα οποία χρησίμευαν ως οινοφόρα ή υδροφόρα αγγεία. Απεικονίσεις τέτοιων μεγάλων αμφορέων και κανατιών συναντούμε σε μικρογραφίες, τοιχογραφίες, ψηφιδωτά και απεικονιστικές παραστάσεις συμποσίων ή συνάξεων. Πιθανόν αυτά τα σκεύη περιείχαν νερό και χρησίμευαν για να αραιώνουν επιτόπου το κρασί, ανάλογα με το πόσο δυνατό το ήθελε κάθε συνδαιτυμόνας.¹⁴⁰

Στη διάρκεια των γευμάτων τους, οι Βυζαντινοί χρησιμοποιούσαν κανάτες για το νερό, λαγήνια ή λαγήνες, συνήθως πήλινα αγγεία για το

¹³⁸ Κουκουλές 1952, τόμ. Β' II, σσ. 97-112.

¹³⁹ Ο. π. 1952, τόμ. Ε' σσ.148-153.

¹⁴⁰ Παπανικόλα-Μπακιρτζή 2005, σσ. 117-131.

κρασί, τα αρτοφόρια για το ψωμί, το αλατικό για το αλάτι τους, τον πιπεροτρίφτη για το πιπέρι τους, το γαράριο η γαρερό για το γάρο και τα σαλτσάρια για τις σάλτσες. Για το νερό χρησιμοποιούσαν τα ποτήρια ή πατέλλια και για το κρασί, τις κούπες, ή καύκους, ή καυκία, ή κυλικες, τα οποία συνήθως ήταν από πηλό ή γυαλί. Οι πλούσιοι και οι άρχοντες στο τραπέζι τους διέθεταν ποτήρια γυάλινα αργυρά ή και χρυσά.¹⁴¹ Ο Ιωάννης Χρυσόστομος κατηγορεί αυτούς οι οποίοι στην οικία τους προσπαθούσαν να αποκτήσουν σκεύη αργυρά και χρυσά και, ιδιαίτερα, χρυσά ποτήρια.¹⁴² Ο Αρτεμίδωρος στα *Ονειροκριτικά* αναφέρει τις «παροψίδες», πιάτα για τα πλούσια φαγητά. Αναφέρεται, επίσης, σε ποτήρια, πήλινα, γυάλινα, κεράτινα, ασημένια, χρυσά, και από ελεφαντόδοντο.¹⁴³ Τα ποτήρια ήταν σύστημα ή εκπέταλα, ονομάζονταν δε και πετάλλια. Ο Αρτεμίδωρος, που ξεχωρίζει τα ποτήρια με στενό στόμιο, θεωρώντας ότι, πιθανόν, αυτά να τα χρησιμοποιούσαν τα παιδιά, αναφέρει «ποτήρια στενοστόμα οὐ πᾶλαι ὑπ' ἀνθρώπων ἠὺρημένα». Ο Γρηγόριος Θεολόγος αναφέρει «ποτήριον μετὰ συραυλίου» και ο Μέγας Βασίλειος αναφέρεται σε «ψυκτῆρας, κρατῆρας και φιάλας».¹⁴⁴



¹⁴¹ Κουκουλές 1952, τομ. Ε' σ. 156.

¹⁴² P G , 55, 239, 432 - 58, 509 - 59, 592.

¹⁴³ Μότσιας 1998, σ. 68.

¹⁴⁴ Ο. π. 1952, τόμ. Ε', σ.157.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄

Η ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΤΑ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΩΣ ΠΗΓΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ

Γ 1. Η ΤΕΧΝΗ

Στον 2^ο και 3^ο αιώνα, αρχίζουν να εμφανίζονται στην τέχνη, θέματα με αφηγηματικές σκηνές από την *Παλαιά* και την *Καινή Διαθήκη* σε τοιχογραφίες. Τα πρώτα δείγματα μνημειακής ζωγραφικής σώζονται από τις ρωμαϊκές κατακόμβες και τους υπόγειους τάφους. Σκηνές από τα πάθη του Χριστού, τα θαύματά του, αλλά και ψάρια, πουλιά, φρούτα, και ζώα, οι τοιχογραφίες των πρώιμων καλλιτεχνών απεικόνιζαν τόπους παραδεισένιους υποδηλώνοντας την αφθονία της φύσης και τον πλούτο της αυτοκρατορίας. Την ίδια θεματική απεικόνιση συναντάμε σε μωσαϊκά δάπεδα δημόσιων κτιρίων επαύλεων και ναών.

Στην παλαιοχριστιανική τέχνη η άνθιση του ψηφιδωτού τοποθετείται στο μέσον του 4^{ου} αιώνα. Οι τεχνίτες και οι ψηφοθέτες, ιδίως της Κωνσταντινούπολης, διατηρούσαν τα καλύτερα εργαστήρια και μετακαλούνταν σε όλον τον τότε γνωστό κόσμο να διακοσμήσουν δημόσια κτίρια και ναούς. Από την παλαιοχριστιανική περίοδο σώθηκαν και διατηρήθηκαν μέχρι σήμερα ελάχιστα μνημεία, που επιτρέπουν τη μελέτη και εξέταση τους.

Σωζόμενες ψηφιδωτές παραστάσεις και τοιχογραφίες από αρκετές βυζαντινές εκκλησίες, παλάτια και οικίες, δείγματα παλαιοχριστιανικής τέχνης, απεικονίζουν σκηνές που παραπέμπουν στη γεωργία, την κτηνοτροφία και το κυνήγι. Αφορούν εικόνες από την καθημερινή ζωή, την αφθονία και την ποιότητα της διαβίωσης των ανθρώπων της εποχής. Πολλά φρούτα, όπως ρόδια, αχλάδια, σύκα, πεπόνια, στάχυα σιταριού, καρύδια, αμύγδαλα, αλλά και πουλιά, ζώα, ψάρια, είναι από τις πλέον συνηθισμένες απεικονιστικές συνθέσεις σε ψηφιδωτά, μωσαϊκά, μετάλλια ή σε περιγράμματα παραστάσεων.¹⁴⁵

¹⁴⁵ Maguire 2005, σ. 133.

Την εποχή της Εικονομαχίας, η απαγορευτική απουσία ανθρώπινης φιγούρας στις επιτοίχιες και τις ψηφιδωτές παραστάσεις των ναών οδήγησε τους καλλιτέχνες σε συγκέντρωση φυτικών μοτίβων, ζώων, παραδείσιων πουλιών και σκηνών κυνηγιού.¹⁴⁶



Γ 2. ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ

Ο πολιτισμός της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας είναι αναμφίβολα, συνέχεια του αρχαίου Ελληνικού πολιτισμού, επηρεασμένου από το οικονομικοπολιτιστικό, διατροφικό και κοινωνικό γίνεσθαι, των χωρών της Μεσογείου, των Βαλκανίων, της ανατολικής Ευρώπης της βόρειας Αφρικής και της Μικράς Ασίας. Με το πέρασμα των χρόνων μετουσιώθηκε το αρχαίο ελληνικό πνεύμα, σε βαθιά έκφραση θρησκευτικότητας και ολόκληρη η καλλιτεχνική κληρονομιά δημιούργησε αριστουργήματα υψηλής καλλιτεχνικής αξίας, διαποτισμένα με το πνεύμα και τη σφραγίδα της νέας θρησκείας που εξαπλώνονταν δειλά. Αρχαιολογικά ευρήματα και σωζόμενα γραπτά κείμενα ξεδιπλώνουν, με απόλυτη ευκρίνεια, την καθημερινότητα των Βυζαντινών τόσο στο χώρο της οικίας τους όσο και στον χώρο της αγοράς και της αγροτικής οικονομίας. Απαραίτητα για τη διαβίωσή τους προϊόντα, η διατροφή και μερικές φορές ο τρόπος παρασκευής της τροφής, αναπαράγονται και αποκαλύπτονται μέσα από απεικονιστικές παραστάσεις, και αρχαιολογικά ευρήματα..

¹⁴⁶ Anagnostakis –Papamastorakis 2005, σ. 160.

Η ζωή στην ύπαιθρο, οι αγροτικές εργασίες, η κτηνοτροφία, η αλιεία και το κυνήγι, ήταν πρωταρχικής σημασίας για την παρασκευή της καθημερινής τους διατροφής. Η πιο ακριβής απόδειξη είναι τα αρχαιολογικά ευρήματα τα οποία θα μελετήσουμε για την εξαγωγή συμπερασμάτων. Αυτά ξεδιπλώνουν, με απόλυτη ευκρίνεια, την καθημερινότητα ανθρώπων της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, τόσο στον χώρο της οικίας τους όσο και στον χώρο της αγοράς και της αγροτικής οικονομίας. Αναπαράγονται και αποκαλύπτονται μέσα από την μελέτη τους, τα απαραίτητα για τη διαβίωση τους προϊόντα, η διατροφή καθώς και ο τρόπος παρασκευής της τροφής.

Θα μελετήσουμε τα σωζόμενα: σκεύη αποθήκευσης, τα μαγειρικά σκεύη για την προετοιμασίας και το σερβίρισμα των τροφών, τα εργαλεία για την καλλιέργεια της γης, καθώς και εργαλεία που δείχνουν τον τρόπο ψαρέματος των ιχθύων, (αγκίστρια για το ψάρεμα, βελόνες για τα δίχτυα). Θα εξετάσουμε επιτύμβιες επιγραφές, οι οποίες μαρτυρούν εικόνες από την καθημερινότητα ανθρώπων μακρινής εποχής, την επιτοίχια ζωγραφική από τις κατακόμβες και επίσης, μωσαϊκά δάπεδα οικιών και εκκλησιών και ψηφιδωτές παραστάσεις πρώιμων ναών.



I. Αποθηκευτικά σκεύη και εμπορικοί αμφορείς.

Πήλινοι πίθοι και αμφορείς που προορίζονταν για την φύλαξη και μεταφορά τόσο ελαιόλαδου όσο και κρασιού, συνιστούν τα πλέον γνωστά αποθηκευτικά σκεύη. Η πρώιμη «βυζαντινή» κεραμική, η οποία συνέχισε την παράδοση των Ύστερων Ρωμαϊκών χρόνων, διαδόθηκε ευρέως στις περιοχές γύρω από τη Μεσόγειο, ως αποτέλεσμα των ασφαλών θαλάσσιων μεταφορών. Το σύνηθες αγγείο για τη μεταφορά υγρών (και μερικές φορές στερεών) προϊόντων, όπως ελαιόλαδο, κρασί, γάρος, φρούτα και σιτηρά, ήταν ο αμφορέας, ένα αγγείο με δύο λαβές και επίμηκες ή στρογγυλεμένο σχήμα. Κατά τη μεταφορά, οι αμφορείς στοιβάζονταν κάθετα στο κύτος του πλοίου. Μεγάλα πλοία μπορούσαν να μεταφέρουν μέχρι τέσσερις επάλληλες σειρές αμφορέων, δηλαδή χιλιάδες αγγεία σε κάθε αποστολή. Ήδη από τον 5^ο αιώνα, λίγα κέντρα στο Αιγαίο, την Κιλικία, τη Γάζα, τη Ναγέβ, την Αίγυπτο και τη βόρεια Αφρική παρήγαν το μεγαλύτερο αριθμό των αμφορέων που χρησιμοποιούνταν στο εμπόριο της Μεσογείου. Αρχαιολογικά ευρήματα από ναυάγια κυρίως μαρτυρούν την ύπαρξη αυτών των αγγείων (εικ. 2).¹⁴⁷

1. Πήλινος αμφορέας με σφαιρικό σώμα έντονο καμπυλωμένο στους ώμους. Ο κοντός κουλουροκωνικός λαιμός του απολήγει σε ποτηρόσχημο στόμιο, με απόστρογγυλεμένο χείλος. Από το επάνω μέρος του λαιμού ξεκινούν δύο τοξωτές ελλειψοειδούς διατομής λαβές, παράλληλες προς τους ώμους. Έχει ύψος 55 εκ. (εικ. 3). Προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη. Χρονολογήθηκε στο πρώτο μισό του 4^{ου} αιώνα.¹⁴⁸
2. Οξυπύθμενος πήλινος σαμιακός αμφορέας με ελαφρά καμπυλωμένο σώμα προς τη βάση οποία καταλήγει σε έμβολο. Έχει ύψος 57 εκ. και διάμετρο χείλους 11 εκ. διαθέτει κοντό λαιμό μεγάλο άνοιγμα στομίου και πεπλατυσμένο χείλος. Δύο μικρές λαβές ξεκινούν κάτω

¹⁴⁷ <http://www.archaiologia.gr/blog/2012>

¹⁴⁸ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 409, σ. 353, (Ι. Μότσιανος).

από το χείλος και καταλήγουν στη βάση του ώμου. Ο αμφορέας προέρχεται από ναυάγιο, όστρεα και κοραλλοειδή είναι προσκολλημένα στην εξωτερική του επιφάνεια (εικ. 4). Προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου} αιώνα.¹⁴⁹

3. Πήλινος οξυπύθμενος πίθος με σώμα σχεδόν σφαιρικό. Είναι κατασκευασμένος από πορτοκαλόχρου πηλό. Διαθέτει ευρύ στόμιο με χονδρό οριζόντιο προεξέχον χείλος, με εγχάρακτη επιγραφή στον ώμο «ΙΑ Μ/ V Υ ΔΙΑΚ/. Φέρει στη βάση του ευδιάκριτο κομβίον κουλουροκωνικό (εικ. 5). Προέρχεται από τον βυζαντινό οικισμό της Ρεντίνας και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού της Θεσσαλονίκης. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου} αρχές 5^{ου} αιώνα.¹⁵⁰
4. Πήλινος αμφορέας τύπου σπαθιού με σωληνωτό σώμα που σχηματίζει στον ώμο γωνία. Απολήγει σε ψηλό κυλινδρικό λαιμό με δακτυλιόσχημο χείλος, και φέρει δύο μικρές ταινιωτές λαβές. Έχει ύψος 64 εκ. και διάμετρο χείλους 11 εκ. (εικ. 6). Προέρχεται από την Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού της Θεσσαλονίκης. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου}, αρχές 5^{ου} αιώνα.¹⁵¹
5. Πήλινος αμφορέας με σώμα κυλινδρικό που λεπταίνει προς τα κάτω. Είναι κατασκευασμένος από ωχρό κοκκινωπό χοντρόκοκκο πηλό, έχει κυλινδρικό λαιμό με αποστρογγυλεμένα χείλη και φέρει δύο λαβές με αυλάκωση στο μέσον που ξεκινούν κάτω από το χείλος και καταλήγουν στους ώμους. Έχει ύψος 54 εκ. διάμετρο σώματος 30,5 εκ. διάμετρο χείλους 10,5 εκ. και διάμετρο λαιμού 7,5 εκ. (εικ. 7). Προέρχεται από τη Νέα Αγχίαλο Μαγνησίας και φυλάσσεται στον Αρχαιολογικό χώρο Νέας Αγχιάλου. Φέρει ανάμεσα στους ώμους με

¹⁴⁹ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 156, σ. 147, (Π. Καμπάνης).

¹⁵⁰ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 405, σ. 351, (Ν. Μουτσόπουλος).

¹⁵¹ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 408, σ. 352, (Ν. Καρύδας).

κόκκινο χρώμα δυσανάγνωστη επιγραφή. Χρονολογήθηκε στο μέσον του 5^{ου} αιώνα.¹⁵²

6. Πήλινος οξυπύθμενος αμφορέας, από καστανοκόκκινο πηλό, με κυλινδρικό σώμα και ευρύ στόμιο χωρίς λαιμό. Φέρει δύο μικρές λαβές που ξεκινούν κάτω από το στόμιο και καταλήγουν στους ώμους. Έχει ύψος 75 εκ. διάμετρο χείλους 11 εκ. και διάμετρο σώματος 26,5 εκ. (εικ. 8). Προέρχεται από την Νέα Αγχίαλο Μαγνησίας και φυλάσσεται στον Αρχαιολογικό χώρο της Νέας Αγχιάλου. Χρονολογήθηκε από τον 4^ο έως τις αρχές του 6^{ου} αιώνα.¹⁵³



II. Μαγειρικά σκεύη .- Σκεύη προετοιμασίας και παρασκευής τροφής.

Κυριότερο μαγειρικό σκεύος ήταν η χύτρα ή το τσουκάλι και το τηγανοσφόριο. Η μελέτη αρχαιολογικών ευρημάτων μας επιτρέπει να κατανοήσουμε τον τρόπο παρασκευής των τροφών.

- 1 Πήλινη χύτρα από σκουροκάστανο πηλό, με σκούρο καστανό επίχρισμα, δύο λαβές και αποστρογγυλεμένο πάτο, βρέθηκε στη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στην 9^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. Έχει ύψος 16,6 εκ. διάμετρο χείλους 12,4 εκ. και διάμετρο βάσης 6 εκ. Η ημισφαιρική βάση σχηματίζοντας γωνία με

¹⁵²Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 154, σ. 144, (Α. Ντίνα).

¹⁵³Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 155, σ. 144 (Α. Ντίνα).

το σώμα της δίνει την εντύπωση αμφικωνικού σχήματος. Οι εξωτερικές της επιφάνειες είναι καμένες λόγω χρήσης φωτιάς. Ραβδώσεις οριζόντιες περιτρέχουν το αγγείο στο ύψος των λαβών. Το χείλος της χύτρας είναι ελαφρώς κοίλο εσωτερικά που φανερώνει την ύπαρξη καπακιού (εικ.9). Χρονολογήθηκε γύρω στον 5^ο-6^ο αιώνα.¹⁵⁴

2. Ένα πήλινο τηγανόσχημο σκεύος με βάση δακτυλόσχημη. Έχει σώμα ημισφαιρικό με κοίλο πυθμένα. Φέρει οριζόντια λαβή ταινιωτή που αναδιπλώνεται στην άκρη της διαμορφώνοντας θηλιά. Είναι κατασκευασμένο από λεπτόκοκκο πηλό έχει ύψος 7 εκ. διάμετρο χείλους 21,5 εκ. πλάτος λαβής 2 εκ. μήκος λαβής 10 εκ. και διάμετρο βάσης 11 εκ. Προέρχεται από την Νέα Αγχίαλο Μαγνησίας και φυλάσσεται στον Αρχαιολογικό χώρο της Νέας Αγχιάλου. Φέρει γραπτό διάκοσμο με ερυθροκάστανο χρώμα τόσο στην εσωτερική επιφάνεια του, όσο και στη λαβή. Τα εξωτερικά του τοιχώματα φέρουν πινελιές ερυθρού και σκύρου χρώματος (εικ. 10). Είναι ένα δείγμα παλαιοχριστιανικής γραπτής κεραμικής. Χρονολογήθηκε στην αρχή του 6^{ου} αιώνα.¹⁵⁵
3. Ένα πήλινο τσουκάλι μεσαίου μεγέθους με κάλυμμα, βάση κοφτή και επίπεδη, δύο πλατιές λαβές που ξεκινούν από το χείλος και φτάνουν στο μέσο του σώματος. Βρέθηκε σε κιστέρνα στην Αμφίπολη και φυλάσσεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Αμφίπολης. Έχει ύψος 16 εκ. διάμετρο χείλους 9 εκ. και διάμετρο βάσης 9,3 εκ. Τα τοιχώματα του είναι χονδρά και η εξωτερική του επιφάνεια καμένη από φωτιά εστίας. Στο χείλος του προσαρμόζεται πώμα με κομβίοσχημη λαβή στην επάνω επιφάνεια (εικ.11). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 6^{ου} αιώνα.¹⁵⁶
4. Ένα πήλινο μικρό σχετικά κλειστό αγγείο, για μαγείρεμα, από πορτοκαλοκάστανο πηλό που βρέθηκε στη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στην 9^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων, έχει ύψος 12,6 εκ. διάμετρο χείλους 11,1 εκ. και διάμετρο βάσης 5 εκ. Έχει

¹⁵⁴Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 390, σ. 344, (Ε. Μακρή).

¹⁵⁵Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 344, σ. 314, (Α. Ντίνα).

¹⁵⁶Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 392, σ. 344, (Ν.Ζήκος).

σφαιρικό σώμα , φέρει ψηλά ταινία με διπλή αυλάκωση, διαθέτει μικρή ομφαλωτή βάση και απολήγει σε χαμηλό όρθιο χείλος με κλίση προς τα έξω. Τις επιφάνειες της χύτρας τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά, καλύπτει καστανό ρόδινο επίχρισμα (εικ. 12). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} με αρχές 7^{ου} αιώνα.¹⁵⁷



III. Εργαλεία και αντικείμενα για την παρασκευή γευμάτων, απαραίτητα στην κουζίνα.

Σε μια κουζίνα βυζαντινού σπιτιού της παλαιοχριστιανικής περιόδου, υπήρχαν βοηθητικά σκεύη και αντικείμενα για την διατήρηση και παρασκευή των τροφών και την άντληση των υγρών.

1. Χάλκινο σκεύος τύπου κουτάλας, το οποίο χρησίμευε για την άντληση και τη μεταφορά υγρών από μεγαλύτερα σε μικρότερα αγγεία. Προέρχεται από την κοπτική Αίγυπτο, χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου} αρχές του 5^{ου} αιώνα και φυλάσσεται στο Μουσείο Μπενάκη. Είναι από κράμα χαλκού χυτό και αποτελείται από δύο μέρη: μια τετράγωνη λαβή μήκους 34,7 εκ., η οποία σε δύο σημεία παίρνει σχοινοειδή μορφή και μια κυλινδρική κούπα με διάμετρο 4,5 εκ. (εικ. 13). Η εξωτερική επιφάνεια της κούπας φέρει εγχάρακτη διακόσμηση με ανθεμωτή έλικα και ανάγλυφο σταυρό. Στην ένωση της με τη λαβή υπάρχει ανάγλυφος ελικοειδής βλαστός με τρίφυλλα. Στο σημείο όπου η λαβή αναδιπλώνεται για την ανάρτηση του σκεύους στην κουταλίθρα μιας βυζαντινής κουζίνας, υπάρχει σχηματοποιημένο ζωόμορφο κορύφωμα.¹⁵⁸

¹⁵⁷ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 389, σ. 344, (Ε. Μακρή).

¹⁵⁸ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 387, σ. 343, (Α. Δρανδάκη).

Μαρμάρινες ή λίθινες λεκανίδες, με σώμα ανοιχτό, ισχυρό πυθμένα και τοιχώματα και επίπεδο χείλος, ήταν απαραίτητες σε κάθε βυζαντινή κουζίνα, ήταν σαν το σημερινό «γουδί». Χρησίμευαν για την κονιορτοποίηση οσπρίων, σιτηρών, καρπών και καρυκευμάτων, καθώς και για το λιώσιμο υλικών, για την παρασκευή ενός βυζαντινού γεύματος.

2. Δύο μαρμάρινες λεκανίδες, οι οποίες προέρχονται από τη Θεσσαλονίκη, φυλάσσονται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού. Χρονολογήθηκαν στο τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα. Το σώμα τους είναι χαμηλό και φέρουν επίπεδο χείλος. Έχουν τέσσερες ημικυκλικές λαβές στην προέκταση του χείλους που προεξέχουν έντονα από το σώμα του αγγείου. Η πρώτη είναι μικρότερη έχει ύψος 6,5 εκ. διάμετρο βάσης 10,5 εκ., και διάμετρο χείλους 20,5 εκ. Έχει λεπτά σχετικά τοιχώματα (εικ. 14α). Η δεύτερη είναι μεγαλύτερη, με χοντρά τοιχώματα, έχει ύψος 20 εκ. διάμετρο βάσης 19 εκ. και διάμετρο χείλους 41,5 εκ. (εικ. 14β). Και στις δύο, η οριζόντια επιφάνεια της λαβής φέρει εγχάρακτη διακόσμηση από τρεις γραμμές με ακτινωτή διάταξη. Πολύ πιθανόν να προέρχονται από την ίδια κουζίνα βυζαντινού αρχοντικού.¹⁵⁹
3. Μαρμάρινος τριπτήρας, ο οποίος προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη, φυλάσσεται στην 9^η Εφορεία βυζαντινών αρχαιοτήτων. Χρονολογήθηκε από τις αρχές του 4^{ου} ως τις αρχές του 6^{ου} αιώνα. Έχει σχήμα δακτύλου και οι μελετητές θεωρούν ότι είναι απομίμηση του αντίχειρα. Έχει ύψος 12 εκ. μήκος λαβής 10 εκ. και διάμετρο βάσης 6 εκ. (εικ. 15). Το σώμα του είναι κωνικό στη βάση και πεπλατυσμένο στο επάνω τμήμα. Φέρει ενωμένη συμφυή λαβή με πτυχώσεις που θυμίζουν τις πτυχές του δέρματος. Στις όψεις του κεντρικού σώματος φέρει εγχάρακτες γραμμές σε σχήμα ισοσκελούς τριγώνου.¹⁶⁰
4. Λίθινος τριπτήρας, ο οποίος προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη. Έχει σώμα κωνικό με αποκρούσεις, βάση ελαφρώς κυρτή και επίπεδη. Διαθέτει στο επάνω τμήμα του λαβή, η οποία δεν σώζεται (εικ.

¹⁵⁹Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 418 & 419, σ. 358, (Α. Τζιτζιμάση).

¹⁶⁰Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 422, σ. 360, (Ν. Καρύδας).

16). Το ύψος του είναι 13 εκ. η διάμετρος της βάσης 6 εκ. Χρονολογείται από το τέλος του 4^{ου} αιώνα ως τις αρχές του 6^{ου} και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη.¹⁶¹

Για το άλεσμα των δημητριακών χρησιμοποιούσαν τον χειρόμυλο. Ο τρόπος λειτουργίας του ήταν όπως και οι μυλόπετρες στους μύλους που άλεθαν μεγάλες ποσότητες σιτηρών.

5. Η επάνω μυλόπετρα ενός χειροκίνητου χειρόμυλου που προέρχεται από τις Λουλουδιές του Κίτρου Πιερίας. Η μυλόπετρα του χειρόμυλου είναι στρογγυλή επίπεδη και από ηφαιστειογενή πέτρα σκούρου χρώματος. Έχει διάμετρο 41 εκ., πάχος 7 εκ. και στο κέντρο της μια λάξευση σταυρόσχημη. Στην περιφέρεια της φέρει λαβόσχημη προεξοχή με κυκλική οπή. Στην οπή αυτή της πανώπετρας εφαρμοζόταν η άκρη του ξύλινου στελέχους (εικ. 17). Χρονολογήθηκε στις αρχές του 6^{ου} αιώνα και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη.¹⁶²



IV. Χρηστικά εργαλεία και αντικείμενα για προμήθεια διατήρηση και εύρεση τροφών.

Το γάλα ήταν από τις πιο βασικές τροφές των ανθρώπων. Σε κάθε σπίτι υπήρχαν οικόσιτα πρόβατα και η συλλογή του γάλατος, δηλαδή το άρμεγμα τους, γινόταν σε ειδικά σκεύη.

1. Ακόσμητο πήλινο αγγείο με προχόη το οποίο φυλάσσεται στην 1^η Εφορία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. Έχει ύψος 17,5 εκ., διάμετρο

¹⁶¹ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 423, σ. 361, (Ν. Καρύδας).

¹⁶² Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 424, σ. 361, (Ε. Μακρή).

βάσης 12 εκ. και διάμετρο στομίου 16.3 εκ. (εικ. 18). Διαθέτει πλατιά, επίπεδη βάση, σώμα σχήματος πεπιεσμένου σφαιρικού και στόμιο ευρύ με ψηλό χείλος. Δεξιά και αριστερά υπάρχουν ταινιωτές λαβές και ενδιάμεσα τους διαμορφώνεται μικρού μήκους σωληνοειδής προχόη με τριφυλλόσχημη απόληξη, πιθανόν για τη διευκόλυνση μετάγγισης του υγρού σε άλλο δοχείο μετά τη συλλογή του. Χρονολογήθηκε στην πρωτοβυζαντινή περίοδο.¹⁶³

2. Τις μεταγγίσεις των υγρών από τα μεγαλύτερα στα μικρότερα, με στενότερο στόμιο αγγεία, ή την πλήρωση μεγάλων αμφορέων με υγρά, συνήθως, λάδι κρασί ή νερό, τις πραγματοποιούσαν με τη βοήθεια πήλινου χωνιού. Πήλινο χωνί από άβαφο ερυθρό πήλο, που βρέθηκε δίπλα σε παλαιοχριστιανική Βασιλική στη θέση Μυγδαλέζα, στη Σταμάτα Αττικής, επιβεβαιώνει αυτήν τη χρήση. Έχει ύψος 15 εκ. και διάμετρο χείλους 16 εκ. Η χοάνη φέρει αβαθείς αυλακώσεις, τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά και τα χείλη έχουν κλίση προς το εσωτερικό (εικ. 19). Φυλάσσεται στην 1^η Εφορία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. Χρονολογήθηκε στα μέσα του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα.¹⁶⁴
3. Χάλκινος κυλινδρικός κάδος, σφυρήλατος, με κυκλική λαβή πολυγωνικής διατομής η οποία στερεώνεται στο χείλος του κάδου σχηματίζοντας δύο «αφτιά», χρησίμευε πιθανότατα για την μεταφορά νερού. Το ύψος του είναι 10,7 εκ. η διάμετρος βάσης 17 εκ. και η διάμετρος του χείλους 17,8 εκ. (εικ. 20). Φέρει εγχάρακτη διακόσμηση στα τοιχώματα, που αναπτύσσεται σε ζώνες. Η επάνω ζώνη φέρει μεγαλογράμματη επιγραφή. Τη μεσαία ζώνη κοσμεύει σκηνή κυνηγιού με δένδρα και φυτά και στην τρίτη ζώνη υπάρχουν γεωμετρικά σχήματα. Φυλάσσεται στο Μουσείο Μπενάκη και χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα.¹⁶⁵



¹⁶³ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 136, σ.131, (Ε. Γκίνη – Τσοφοπούλου).

¹⁶⁴ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 410, σ.353, (Ε. Γκίνη – Τσοφοπούλου).

¹⁶⁵ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 148, σ. 137, (Α. Δρανδάκη).

V. Επιτραπέζια σκεύη – σκεύη σερβιρίσματος.

Πληροφορίες για την τροφή αντλούμε από αρχαιολογικά ευρήματα σκευών προετοιμασίας και σερβιρίσματος της τροφής. Πινάκια, κούπες, κουτάλια, μαχαίρια, οινηρά αγγεία, σαλτσάρια, και κανάτια, τα οποία βρέθηκαν σε αρχαιολογικές ανασκαφές και χρονολογήθηκαν τον 4^ο 5^ο και 6^ο αιώνα (εικ. 21).

1. Πήλινα πινάκια, παλαιοχριστιανικής γραπτής κεραμικής, σχετικά μεγάλου σχήματος, βρέθηκαν στη Νέα Αγχιάλο Μαγνησίας. Έχουν ύψος 6 ως 8 εκ., διάμετρο χείλους 36 ως 38 εκ. και διάμετρο βάσης 12,5 εκ. ως 15 εκ. Τα δισκοειδή πινάκια είναι κατασκευασμένα από πορτοκαλόχρουν πηλό (εικ. 22). Έχουν βάση δαχτυλόσχημη, με επίπεδη στεφάνη και λοξά τοιχώματα. Στον πυθμένα, στην εξωτερική επιφάνεια, φέρουν γραπτό διάκοσμο με σκούρο ερυθρό χρώμα, σχηματίζοντας σταυρούς, τριγωνικά σχήματα, σπείρες, κισσόφυλλα και κουκουνάρες. Χρονολογήθηκαν στις αρχές του 6^{ου} αιώνα και φυλάσσονται στον αρχαιολογικό χώρο της Νέας Αγχιάλου Μαγνησίας.¹⁶⁶
2. Πήλινη κούπα από καστανό πηλό με κοκκινοκάστανο επίχρυσμα. Έχει ύψος 6,5 εκ., διάμετρο βάσης 5,5 εκ. και διάμετρο χείλους 11,5 εκ. Προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη. Το σώμα της έχει σχήμα ημισφαιρικό, η βάση της δαχτυλόσχημη, φέρει οριζόντιο ταινιωτό χείλος και εξωτερικά ταινία με λοξές ραβδώσεις (εικ. 23). Φυλάσσεται στη Θεσσαλονίκη, στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού. Χρονολογήθηκε στις αρχές του 3^{ου} αιώνα.¹⁶⁷
3. Πήλινη κούπα με δαχτυλόσχημη βάση και ημισφαιρικό σώμα. Η εσωτερική και η εξωτερική επιφάνειά της έχουν επενδυθεί με λεπτό στρώμα καστανοκόκκινου επιχρίσματος, το οποίο έχει απολεπιστεί κατά τόπους. Έχει ύψος 10 εκ. διάμετρο χείλους 20 εκ. και διάμετρο βάσης 7,2 εκ. Στην εξωτερική επιφάνεια υπάρχουν αρκετά έντονες εγχάρακτες παράλληλες γραμμές που όσο προχωρούν προς τη βάση,

¹⁶⁶ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 341, 342, 343, σ.314, (Α. Ντίνα).

¹⁶⁷ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 790, σ. 368, (Ε. Πελεκανίδου).

γίνονται ανεπαίσθητες (εικ. 24). Προέρχεται από τον Βύρωνα Αττικής. Χρονολογείται στους παλαιοχριστιανικούς αιώνες, τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα.¹⁶⁸

4. Πήλινο μικρό κύπελλο από ανοιχτόχρωμο λεπτόκοκκο πηλό, που φυλάσσεται στο Βυζαντινό και Χριστιανικό Μουσείο. Έχει ύψος 9,5 εκ. και διάμετρο χείλους 7,2 εκ. Το σώμα έχει σχήμα σφαιρικό και ελαφρά υπερυψωμένο χείλος (εικ. 25). Φέρει λαβή ημικυκλικού σχήματος. Προέρχεται από ανασκαφή στον Βύρωνα Αττικής. Χρονολογήθηκε στις αρχές του 5^{ου} αιώνα και φυλάσσεται στο Βυζαντινό Μουσείο.¹⁶⁹



Οι άνθρωποι κατά την περίοδο της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, χρησιμοποιούσαν τα δάχτυλα για να τρώνε στερεές τροφές, και κουτάλια για να τρώνε σούπες.

5. Δύο κοχλιάρια, το ένα είναι οστέινο και το άλλο χάλκινο, φυλάσσονται στην ιδιωτική συλλογή του Γεωργίου Τσολοζίδη. Το κοχλιάριο από στεατίτη έχει ωοειδές σώμα ρηχό, σχεδόν επίπεδο, με διάμετρο σώματος 2,3 εκ. Η κυλινδρικής διατομής λαβή είναι ακόσμητη και οξύληκτη και έχει μήκος 13,3 εκ. (εικ. 26β). Το χάλκινο κοχλιάριο έχει ωοειδές σώμα, και κοσμείται περιμετρικά με στικτούς κύκλους. Έχει διάμετρο σώματος 4,6 εκ. και μήκος 13 εκ. Η παραλληλεπίπεδη λαβή φέρει διάκοσμο και απολήγει σε διάτρητο τρίλοβο στοιχείο, που επιστέφεται από μικρό ανθέμιο. Η λαβή στα σημεία ένωσής της με το σώμα και την απόληξη πλαταίνει και φέρει δύο διακοσμητικές οπές (εικ. 26α). Τα δύο κοχλιάρια χρονολογήθηκαν στην παλαιοχριστιανική περίοδο.¹⁷⁰

¹⁶⁸ <http://www.byzantinemuseum.gr/>

¹⁶⁹ <http://www.byzantinemuseum.gr/>

¹⁷⁰ <http://www.tsolozidis-collection.org>

6. Μολύβδινο ακόσμητο κοχλιάριο, προέρχεται από τη Ρόδο και φυλάσσεται στο Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου στη Ρόδο. Το σώμα του είναι κοίλο, σχεδόν αβαθές, με κυρτή επιφάνεια και φέρει επιμήκη λαβή. Το μήκος του είναι 21,2 εκ., η διάμετρος σώματος 4 εκ. και το μήκος σώματος 6 εκ. (εικ.27). Στην ένωση της λαβής με το σώμα του κοχλιαρίου υπάρχει έξαρμα τριγωνικής διατομής. Ανήκει στην παλαιοχριστιανική περίοδο.¹⁷¹
7. Μεταγενέστερα κοχλιάρια ασημένια, τα οποία χρονολογήθηκαν στο τέλος του 6^{ου} αρχές του 7^{ου} αιώνα, φυλάσσονται στο Βυζαντινό και Χριστιανικό Μουσείο στην Αθήνα. Στα κοχλιάρια, με την πάροδο των χρόνων το σώμα βαθαίνει το σχήμα γίνεται απιόσχημο και η λαβή πιο περίτεχνη. Η μακριά λαβή τους είναι υπερυψωμένη, ενώνεται με το σώμα των κοχλιαρίων, με ένα μικρό δισκάριο και διακοσμείται με ραβδώσεις και τορνευτούς δακτυλίους (εικ. 28). Θεωρείται ότι αποτελούν εξέλιξη των ρωμαϊκών και των πρωτοβυζαντινών κοχλιαρίων, διότι τα κοχλιάρια με τορνευτή απόληξη και δισκάριο στο σημείο ένωσης λαβής και σώματος εμφανίζονται μετά τον 5^ο αιώνα. Η λειτουργική χρήση κοχλιαρίων στις θρησκευτικές τελετές της ορθόδοξης εκκλησίας μαρτυρούνται μετά τον 8^ο αιώνα.¹⁷²
8. Οστίνη χειρολαβή, σκαλισμένη πτυσσόμενου μαχαιριδίου (ενός σουγιά), που προέρχεται από τη Σιθωνία της Χαλκιδικής, φυλάσσεται στη 10^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. Το οστό της λαβής ανήκει σε μεγάλο ζώο, πιθανόν βόδι. Έχει ύψος 6,5 εκ., πλάτος 1,8 εκ. και πάχος 1,2 εκ. Στη ράχη της λαβής υπάρχει επιμήκης εγκοπή, στην οποία εισχωρούσε η κόψη του μαχαιριού, όταν αυτό ήταν κλειστό. Η σιδερένια λεπίδα προσαρμοζόταν στη λαβή με στέλεχος ωοειδούς διατομής, το οποίο περιβαλλόταν από χάλκινο διακοσμητικό σφιγκτήρα (εικ.29). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 3^{ου} αρχές 4^{ου} αιώνα.¹⁷³

¹⁷¹ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 382, σ. 340, (Α. Νίκα).

¹⁷² *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 381, σ. 340, (Ε. Μεραμβελιωτάκη).

¹⁷³ *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, αρ. 384, σ. 341, (Ι. Παπάγγελος).

9. Σιδερένιο μαχαίρι, επενδεδυμένο με οστέινη λαβή, προέρχεται από τις Λουλουδιές Κίτρους και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη. Έχει ύψος 20,5 εκ., μήκος λεπίδας 11,2 εκ και πλάτος λεπίδας 2 εκ. Η σιδερένια του λεπίδα είναι τριγωνικού σχήματος, η επιφάνεια κοπής ευθεία και η ράχη της λεπίδας ελαφρώς κυρτή. Η σιδερένια λαβή απολήγει σε κεφαλή καρφιού (εικ.30). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές του 6^{ου} αιώνα.¹⁷⁴

Το κρασί ήταν απαραίτητο συνοδευτικό σε κάθε βυζαντινό γεύμα, ακόμη και στο πρωινό (βουκάκρατον). Το σερβίρισμά του γινόταν από πήλινα, χάλκινα ή γυάλινα αγγεία, που ονομάζονταν οινοχόες. Το όνομά τους είναι σύνθετη λέξη, προέρχεται από το οίνος και χέω.

10. Μικρές πήλινες οινοχόες, οι οποίες προέρχονται από τη Θεσσαλονίκη, φυλάσσονται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού. Η πρώτη έχει ύψος 8,5 εκ., διάμετρο βάσης 2 εκ. και διάμετρο χείλους 2,7 εκ. και η δεύτερη έχει ύψος 9 εκ. διάμετρο βάσης 2,7 εκ. και διάμετρο χείλους 3,6 εκ. (εικ. 31). Είναι κατασκευασμένες από πορτοκαλόχρουν πηλό. Το σώμα τους είναι σφαιρικό και φέρει έξεργες ραβδώσεις, η βάση επίπεδη κοφτή και ο λαιμός της πρώτης χοανόσχημος, με απλό χείλος και της δεύτερης απολήγει σε τριφυλλόσχημο στόμιο. Διαθέτουν καμπυλόσχημη λαβή ημικυκλικής διατομής. Χρονολογήθηκαν στο πρώτο μισό του 4^{ου} αιώνα.¹⁷⁵

11. Δύο πήλινες οινοχόες από ωχρό πηλό, που προέρχονται από τη Θεσσαλονίκη φυλάσσονται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού της Θεσσαλονίκης. Η πρώτη έχει ύψος 15,5 εκ. διάμετρο βάσης 3,2 εκ. και διάμετρο χείλους 4,5 εκ. και η δεύτερη έχει ύψος 20 εκ., διάμετρο βάσης 4 εκ. και διάμετρο χείλους 4,5 εκ. Έχουν σώμα ωοειδές, με επίπεδες ραβδώσεις και ρηγά διάκενα, βάση δαχτυλόσχημη επίπεδη, λαιμό πηνιόσχημο ευρύτερο στο κάτω μέρος, που απολήγει σε ταινιωτό χείλος. Φέρουν ημικυκλική λαβή, η οποία ξεκινά από το σημείο γένεσης του λαιμού ως την άκρη του

¹⁷⁴Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 385, σ. 341, (Ε. Μακρή).

¹⁷⁵Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 791 & 793, σ.368, (Δ. Μακροπούλου).

χείλους (εικ.32α) και (εικ. 32β). Χρονολογήθηκαν στο πρώτο μισό του 4^{ου} αιώνα.¹⁷⁶

12. Γυάλινη οινοχόη από χρωματιστό γυαλί, βυσσινί στη λαβή και ανοιχτό πράσινο στο λαιμό και το χείλος. Έχει ύψος 9,5 εκ. διάμετρο βάσης 3 εκ. και διάμετρο χείλους 3,6 εκ. (εικ. 33). Η βάση της είναι δαχτυλόσχημη, με επίπεδη την κάτω επιφάνεια. Στο σκυφωτό σώμα υπάρχει κυλινδρικός λαιμός, κοσμημένος με γυάλινη ανοιχτοπράσινη ίνα και καταλήγει σε τριφυλλόσχημο στόμιο. Χρονολογήθηκε στον 4^ο αιώνα και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη.¹⁷⁷
13. Δύο χάλκινες οινοχόες που προέρχονται από την Αγορά της Αραθούνας. Η μία είναι χυτή και η άλλη σφυρήλατη. Η πρώτη έχει ψηλή βάση με τρεις πόδες, διακοσμημένη με φυλλόσχημο μοτίβο, σώμα σφαιρικό, ψηλό λαιμό με δαχτυλόσχημο στόμιο (εικ. 34α). Η χυτή καμπυλόσχημη λαβή είναι προσκολλημένη στη βάση του λαιμού και προεξέχει από το χείλος. Έχει ύψος 22,8 εκ. διάμετρο βάσης 7,7 εκ. και διάμετρο στομίου 6,7 εκ. Η δεύτερη είναι σφυρήλατη, με πλατιά επίπεδη βάση, ωειδές σώμα και κυλινδρικό λαιμό με πεπλατυσμένο χείλος. Το κάτω τμήμα της καμπυλωτής λαβής απολήγει σε φυλλόσχημο μοτίβο. Έχει ύψος 17,9 εκ., διάμετρο βάσης 7,7 εκ. και διάμετρο στομίου 6,7 εκ. (εικ. 34β). Χρονολογήθηκαν στις αρχές του 6^{ου} αιώνα και φυλάσσονται στο Μεσαιωνικό Μουσείο της Λεμεσού.¹⁷⁸
14. Γυάλινο αχνοπράσινο άωτο αγγείο που βρέθηκε στη Θεσσαλονίκη με επίπεδη βάση, σφαιρικό σώμα και ψηλό λαιμό, ο οποίος διευρύνεται προς τα επάνω. Φέρει εγχάρρακτη διακόσμηση. Θεωρώ ότι πιθανόν χρησίμευε για το σερβίρισμα ύδατος ή χυμών, το ύψος του είναι 20 εκ. (εικ. 35α). Χρονολογείται στον 4^ο αιώνα και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη.¹⁷⁹

¹⁷⁶ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 346 & 792, σσ. 316, 368, (Δ. Μακροπούλου),

¹⁷⁷ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 259, σ. 224, (Δ. Ναλμπάντης).

¹⁷⁸ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 334 & 335, σ. 308, (Ε. Ζαχαρίου).

¹⁷⁹ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 349, σ. 318, (Α. Αντωνάρας).

15. Γυάλινο μόνωτο αγγείο, οινοχόη, που προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη, έχει ύψος 18 εκ., διάμετρο βάσης 7 εκ. και διάμετρο χείλους 5,3 εκ., φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού (εικ. 35β). Το οκτάπλευρο ψηλό σώμα στηρίζεται σε ομφαλωτή βάση και απολήγει σε κυλινδρικό ψηλό λαιμό, που τελειώνει σε πεπλατυσμένο χείλος. Από το ύψος του ώμου ξεκινά κάθετη ταινιωτή λαβή ως και το ύψος του χείλους, στηριζόμενη σε φυλλόσχημη ένωση. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου} αρχές 5^{ου} αιώνα.¹⁸⁰

Πήλινα γαράρια και σαλτσάρια εντοπίστηκαν σε ανασκαφές. Τις σάλτσες τις χρησιμοποιούσαν για να περιχύνουν ψάρια, λαχανικά και κρέατα, ενώ η πιο δημοφιλής σάλτσα ήταν ο γάρος. Τον γάρο τον τοποθετούσαν σε ειδικά σκεύη τα γαράρια. Το σαλτσάριο θεωρείται εξειδικευμένης χρήσης αγγείο. Πρόκειται για ειδικό πυρίμαχο μαγειρικό σκεύος, που χρησιμοποιούνταν για την παρασκευή και το σερβίρισμα σαλτσών στο τραπέζι.

16. Μικροί πήλινοι αμοφορίσκοι, που ονομάζονταν γαράρια, κατασκευάζονταν στην παλαιοχριστιανική εποχή, για την φύλαξη του γάρου. Βρέθηκαν στην Πομπηία και στην ευρύτερη περιοχή της. Είναι διαφόρων μεγεθών και ανήκουν σε διάφορους τύπους. Είναι στενόμακροι, σχεδόν κυλινδρικοί, η βάση τους είναι μικρής διαμέτρου, επίπεδη, έχουν ψηλό λαιμό και διαθέτουν λαβή. Είναι κατασκευασμένοι από χονδρό πηλό και αρκετοί φέρουν οριζόντιες αυλακώσεις στην επιφάνεια του σώματός τους. Είναι τα αγγεία, που χρησιμοποιούνταν ως αποθηκευτικά σκεύη μέσα στις κατοικίες για την διατήρηση και φύλαξη του γάρου (εικ. 36). Χρονολογούνται στο τέλος του 1^{ου} αιώνα.¹⁸¹

17. Σκεύος από καφεκόκκινο άβαφο πηλό, που χρησιμεύει ως ένα σαλτσάριο. Αποτελείται από κωνική βάση και κωνικό ανεστραμμένο σώμα, το οποίο φέρει δεξιά και αριστερά ορθογώνιες οπές, που χρησίμευαν για την τοποθέτηση αναμμένων κάρβουνων προκειμένου να διατηρείται το περιεχόμενο του πιάτου ζεστό, ενώ στην άλλη

¹⁸⁰ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 350, σ. 318, (Ε. Μακρή).

¹⁸¹ <http://archaeology.about.com/od/gterms/qt/Garum.htm>

υπάρχουν δύο λεπτές σχισμές για τον εξαερισμό. Μέσα στο σώμα του συμφύεται ένθετη πιατέλα. Έχει ύψος 14,9 εκ. διάμετρο βάσης 10,8 εκ. και διάμετρο χείλους 19,8 εκ. Φέρει δύο ημικυκλικές λαβές, εξωτερικά είναι άβαφο, ενώ η ένθετη πιατέλα φέρει καφέ εφυάλωση (εικ. 37). Προέρχεται από την Αίγινα και φυλάσσεται στο Μουσείο Αίγινας – Κολώνας.¹⁸²

18. Ακόμη ένα σαλτσάριο παρόμοιο με το παραπάνω, που αποτελείται από κωνική βάση και κωνικό ανεστραμμένο σώμα. Φέρει τριγωνική οπή στη μια πλευρά και δύο μικρές ορθογώνιες στην άλλη και φυλάσσεται στο Βυζαντινό Μουσείο Έχει ύψος 20 εκ., και από το μέσον του σώματος ξεκινούν δύο λαβές ημικυκλικές και φτάνουν ως την ένωση του κωνικού σώματος με την κωνική βάση (εικ. 38). Χρονολογείται στο μέσον του 6^{ου} αιώνα.¹⁸³



Αμφορίσκοι εντοπίστηκαν σε ανασκαφές. Σκεύος απαραίτητο στο τραπέζι των Βυζαντινών για το σερβίρισμα των υγρών.

19. Δύο πήλινοι αμφορίσκοι που προέρχονται από τη Θεσσαλονίκη από πορτοκαλόχρου πηλό, φυλάσσονται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη. Ο πρώτος έχει ύψος 17,5 εκ., διάμετρο βάσης 4 εκ., διάμετρο χείλους 5 εκ., σώμα ωοειδές με λεπτές ραβδώσεις και ρηγά διάκενα, βάση επίπεδη και λαιμό κυλινδρικό που απολήγει σε κλίση προς τα έξω. Φέρει δύο καμπύλες λαβές, οι οποίες στηρίζονται στον ώμο του αγγείου και στην άκρη του λαιμού (εικ. 39α). Ο δεύτερος έχει ύψος 22 εκ., διάμετρο βάσης 3,8 εκ., διάμετρο χείλους 4,8 εκ., σώμα σφαιρικό με ραβδώσεις, βάση επίπεδη δισκόμορφη, και λαιμό επίπεδο. Ο λαιμός αποτελείται από δύο τμήματα που ενώνονται μεταξύ τους με δακτύλιο. Φέρει ημικυκλικές καμπύλες λαβές, που ξεκινούν από τον ώμο του αγγείου και απολήγουν στο ανώτερο σημείο του κάτω τμήματος του λαιμού (εικ. 39β). Χρονολογήθηκαν στις αρχές του 4^{ου} αιώνα.¹⁸⁴

¹⁸² Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 362, σ. 328, (F Felten).

¹⁸³ <http://www.byzantinemuseum.gr>

¹⁸⁴ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 794 & 795, σσ. 368, 369, (Δ. Μακροπούλου).

VI) Σφραγίδες άρτου Ευχαριστηριακού Χαρακτήρα.

Το ψωμί, η βασικότερη τροφή όλων των ανθρώπων, είχε μία ιδιαίτερη θέση στους πιστούς της νέας θρησκείας. Ήταν η τροφή που ευλόγησε ο ίδιος ο Χριστός, και είχε ιδιαίτερη θέση στην τέλεση της θείας ευχαριστίας. Σωζόμενες πηλινες σφραγίδες άρτου, με διατομή, ανάρτηση, χειρολαβή και διάφορες απεικονιστικές έξεργες παραστάσεις στην επιφάνεια σφράγισης, επιβεβαιώνουν τον ευχαριστηριακό τους χαρακτήρα.

1. Πήλινη σφραγίδα άρτου, με συμφυή λαβή στη μέση της ράχης του δίσκου της. Βρέθηκε σε ανασκαφή στην Κασσάνδρα Χαλκιδικής. Φυλάσσεται στην 10^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων και χρονολογήθηκε στον 5^ο αιώνα. Στο επάνω τμήμα της χειρολαβής υπάρχει οπή κυκλικής διατομής, διαμέτρου 0,6 εκ. η οποία πιθανόν χρησίμευε για το κρέμασμα. Στην επιφάνεια σφράγισης της με έξεργα γράμματα υπάρχει το αρνητικό επιγραφής (εικ. 40).¹⁸⁵
2. Πήλινη σφραγίδα ευχαριστιακού άρτου, κυκλική, από κόκκινο πηλό με υπόλευκο επίχρισμα. Έχει διάμετρο 6,7 εκ. Στο κεντρικό μέταλλιο ένας ισοσκελής σταυρός με πεπλατυσμένα τα άκρα των κεραιών πακτώνεται σε δίβαθμη βάση. Στο άνω διάχωρο εκατέρωθεν της κεραίας του σταυρού βρίσκονται δύο αντωπά πτηνά, ενώ στο κάτω διάχωρο υπάρχουν δυσανάγνωστα σχήματα λόγω φθοράς. Το κεντρικό μέταλλιο περιβάλλει ταινία με επιγραφή «ΕΥΛΟΓΙΑΚΥ(ΡΙΟΥ)ΕΦΗΜΑCΑΜΗΝ». Φυλάσσεται στο Μουσείο Μπενάκη.¹⁸⁶
3. Πήλινη σφραγίδα άρτου, με λαβή κυλινδρική, διάτρητη στο επάνω τμήμα της, έχει ύψος 3,2 εκ. και διάμετρο 4,4 εκ. Προέρχεται από τα Μεσόγεια Αττικής. Φυλάσσεται στην 1^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα. Η επιφάνεια σφράγισης εμφανίζει στο κέντρο εγχάρακτο σταυρό τύπου Μάλτας με οπές στα διάκενα των κεραιών (εικ. 42).¹⁸⁷

¹⁸⁵ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 425, σ. 362, (Ι. Παπάγγελος).

¹⁸⁶ Varalis 1994, σσ.331-342.

¹⁸⁷ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 426, σ.362, (Ε. Γκίνη Τσοφοπούλου).

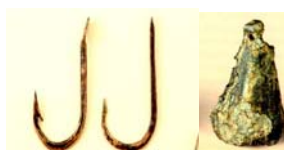
VII) Ψάρεμα.

Τα ψάρια ήταν από τις βασικότερες τροφές των Βυζαντινών. Ψάρευαν και γέμιζαν το τραπέζι τους με «οψάρια». Η *Καινή Διαθήκη*, εκτός από τον σίτο, τον οίνο και το έλαιο αναφέρει και τους ιχθύς ως ένα από τα βασικότερα είδη διατροφής των ανθρώπων. Για το ψάρεμα των ιχθύων χρησιμοποιούσαν δίχτυα ή αγκίστρι με βαρίδι από μολύβι.

1. Χάλκινη οξειδωμένη βελόνα πλεξίματος και επιδιόρθωσης δικτύων αλιείας βρέθηκε στη Θεσσαλονίκη. Έχει μήκος 17,5 εκ. και διάμετρο 2.3 εκ. (εικ.43). Το σώμα της είναι κυκλικής διατομής με διχαλωτές απολήξεις. Χρονολογήθηκε τον 3^ο αιώνα και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού, στη Θεσσαλονίκη.¹⁸⁸

Βρέθηκαν αγκίστρια, παρόμοια με τα σημερινά και βαρίδια ψαρέματος μολύβδινα σε παράκτιες περιοχές, τα οποία βοηθούν στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο αλίευαν οι Βυζαντινοί.

2. Αγκίστρια χάλκινα, όμοια με τα σημερινά, με λεπτό κυλινδρικό στέλεχος βρέθηκαν σε παραθαλάσσιες πόλεις και σε οικισμούς της Μεσογείου (εικ. 44α) και (εικ. 44β). Το μήκος τους συνήθως είναι 4 ή 5 εκ. και το πάχος τους 0,2 εκ. Χρονολογήθηκαν από τις αρχές του 3^{ου} αιώνα και φυλάσσονται στο μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού, στη Θεσσαλονίκη.¹⁸⁹
3. Βαρίδι ψαρέματος μολύβδινο εντοπίστηκε στα Μεσόγεια Αττικής. Αποτελείται από ορθογώνια μολύβδινη ταινία, η οποία αναδιπλώνεται κατά το μήκος της, ώστε να στερεώνεται το νήμα (εικ. 45α) και (εικ. 45β). Έχει μήκος 6,2 εκ. χρονολογήθηκε από τους μελετητές ότι ανήκει στην παλαιοχριστιανική περίοδο και φυλάσσεται στην 1^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων.¹⁹⁰



¹⁸⁸Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 172, σ. 156, (Δ. Ναλπάντης).

¹⁸⁹Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 173α & 173β, σ. 157, (Ε. Μακρή).

¹⁹⁰Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 176, σ. 157, (Ε. Γκίνη-Τσοφοπούλου).

VIII) Απεικονίσεις ψαριών.

Η συμβολή της θάλασσας στην επιβίωση των ανθρώπων, με την παροχή αγαθών διατροφής, επιβεβαιώνεται έντονα από παραστάσεις με θαλάσσια θέματα, και ιδίως θωράκια μαρμάρινα με ψάρια και δελφίνια, και γενικά με την απεικόνιση του πλούτου που προσφέρει η θάλασσα.¹⁹¹

1. Ένα από τα τέσσερα τρίγωνα γωνίας μαρμάρινου θωρακίου το οποίο κοσμείται με ρόμβους, που εγγράφονται σε ορθογώνια πλαίσια. Συχνά στην παλαιοχριστιανική τέχνη τα τρίγωνα αυτά, γεμίζουν με σταυρούς καρπούς πουλιά ή ψάρια. Στο τμήμα του μαρμάρινου θωρακίου μέσα σε ένα τρίγωνο, που περικλείεται από κυμάτιο, εικονίζεται ένα ψάρι που κολυμπά. Προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού πολιτισμού στη Θεσσαλονίκη. Χρονολογήθηκε στα τέλη του 4^{ου} αιώνα (εικ. 46).¹⁹²
2. Τρεις μαρμάρινες κρούστες –λευκού, φαιού και ρόδινου χρώματος–, που παριστάνουν κεφάλια δελφινιών. Προέρχονται από τους Φιλίππους και είναι τμήματα επιτοίχιας διακόσμησης (opus sectile). Χρονολογήθηκαν στο τέλος του 4^{ου}–αρχές του 5^{ου} αιώνα. Φυλάσσονται στη 12^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων στην Καβάλα (εικ. 47).¹⁹³
3. Μαρμάρινο τμήμα θωρακίου με δελφίνια, που το χαρακτηρίζει η ζωντάνια και η κίνηση. Έχει αποδοθεί με επιπεδόγλυφη τεχνική, ενώ με λεπτές εγχάρακτες γραμμές δηλώνονται οι λεπτομέρειες των δελφινιών, τα πτερύγια το ρύγχος, τα μάτια. Έχει ύψος 36,5 εκ. πλάτος 75 εκ. και πάχος 3.5 εκ. Η όψη του κοσμείται με ρόμβο ο οποίος περικλείει ένα κυματοειδές συμμετρικό έμβλημα που φέρει στο κέντρο απεικόνιση ενός δελφινιού που κολυμπά. Στις τέσσερις γωνίες υπάρχουν, επίσης, δελφίνια που κολυμπούν (εικ. 48). Προέρχεται από τη Θεσσαλονίκη και φυλάσσεται στο Μουσείο Βυζαντινού πολιτισμού της Θεσσαλονίκης. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές του 6^{ου} αιώνα.¹⁹⁴

¹⁹¹ Κουρκουτίδου-Νικολαΐδου 2002, σσ. 59 -60.

¹⁹² Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 166, σσ.152-153, (Α. Τζιτζιμπάση).

¹⁹³ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 165, σ. 152, (Ν. Ζήκος).

¹⁹⁴ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 167, σ. 153, (Α. Τζιτζιμπάση).

ΙΧ) Κατακόμβες και ταφική εικονογραφία.

Οι κατακόμβες ήταν τα κοιμητήρια (νεκροταφεία) της Ρώμης και αργότερα ο χώρος συνάντησης των πρώτων χριστιανών την περίοδο των διωγμών. Τα πρώτα κοιμητήρια βρίσκονταν στο υπέδαφος, με ένα δίκτυο περίπλοκων διαδρόμων και cubiculi, σε επίπεδα το ένα κάτω από το άλλο. Λαξεύονταν σε μαλακό ηφαιστειώδες και πορώδες έδαφος και περιλάμβαναν περίπλοκα συμπλέγματα διαδρόμων και κεντρικών θαλάμων, στα τοιχώματα των οποίων ανοίγονταν τάφοι σε επάλληλες σειρές και σε διάφορα σχήματα. Τοιχογραφίες βρίσκουμε κυρίως στα cubicula.¹⁹⁵ Κύριο μέλημα ήταν να καταστήσουν γνωστή την ιερή ιστορία της νέας θρησκείας και όχι τόσο να διακοσμήσουν τους υπόγειους αυτούς τάφους. Ότι δεν είχε απόλυτη σχέση με το θέμα παραμεριζόταν, για να καταστούν ορατά μέσα από απεικονιστικές παραστάσεις, η ζωή του Χριστού, τα θαύματα Του και η επερχόμενη Δευτέρα Παρουσία. Μπορεί οι κατακόμβες να φιλοξενούσαν στις οπές τους νεκρούς, ταυτόχρονα όμως έπνεε ένας αέρας νέας ζωής, που ανέβλυζε από αυτούς τους ίδιους τάφους. Οι ζωγραφικές απεικονίσεις που υπάρχουν στις κατακόμβες, δίνουν πληροφορίες για την καθημερινή ζωή των ανθρώπων, την αφθονία και τον πλούτο των υλικών αγαθών και παρουσιάζουν την πρώτη ιστορία του Χριστιανισμού. Ένα παλιό λατομείο της ρωμαϊκής εποχής στη Via Salaria, στη Ρώμη, χρησιμοποιήθηκε για τις χριστιανικές ταφές από τα τέλη του 2^{ου} αιώνα μέχρι τα μέσα του 4^{ου} αιώνα. Μερικοί από τους τοίχους και τις οροφές των τάφων παρουσιάζονται με ωραία διακόσμηση. Οι κατακόμβες της Πρισίλλα πιστεύεται ότι πήραν το όνομά τους από τη σύζυγο του Προξένου Acilius, που έγινε Χριστιανός και δολοφονήθηκε με διαταγή του Δομιτιανού. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει και το «Ελληνικό Παρεκκλήσι» (Capella Greca), τετράγωνος θάλαμος με καμάρα και εξαιρετικές τοιχογραφίες.¹⁹⁶

Τα παλαιότερα δείγματα ζωγραφικής στις κατακόμβες, χρονολογούνται μετά το 200, η τεχνοτροπία τους ακολουθεί τα ρωμαϊκά

¹⁹⁵ Λοουντέν 2003², σσ. 24-27.

¹⁹⁶ <http://www.catacombe.roma.it/it/index.php>

πρότυπα της εποχής, οι μορφές και τα διακοσμητικά μοτίβα παριστάνονται σε ανοιχτόχρωμο βάθος, η ζωγραφική αναπτύσσεται σε δύο διαστάσεις του χώρου και το στυλ που χρησιμοποιούσαν ήταν καθαρά διακοσμητικό. Μερικές νωπογραφίες από τις κατακόμβες μαρτυρούν υψηλή καλλιτεχνική ποιότητα και τη συμμετοχή σπουδαίων ζωγράφων. Οι χριστιανοί διατήρησαν την συνήθεια να διακοσμούν στις κατακόμβες τους πιο πλούσιους τάφους, με τοιχογραφίες μέχρι τα μέσα του 5^{ου} αιώνα, οπότε και σταμάτησαν να τις χρησιμοποιούν ως τόπο ταφής.¹⁹⁷

Τα έργα της πρώτης περιόδου, όπως φαίνεται από τις κατακόμβες, μάς δείχνουν, συνήθως, το πρόβατο που συνοδεύει τον καλό Ποιμένα, μια αναπαράσταση της χριστιανικής ψυχής, και του ίδιου του Χριστού, κατά τη διάρκεια της επίγειας ζωής Του. Μερικές φορές το πρόβατο, είναι η συμβολική απεικόνιση του Χριστού ως το εξιλαστήριο θύμα. Το περιστέρι συμβολίζει το Άγιο Πνεύμα και την αγνότητα. Το ψάρι, ένα από τα σημαντικότερα σύμβολα του Χριστού στους πρώτους Χριστιανούς μαζί με πουλιά, εμφανίζονται και ως απλά διακοσμητικά συμβολικά στοιχεία. Το περιστέρι συμβολίζει τη χριστιανική αγνή ψυχή την απελευθερωμένη από το θάνατο. Το παγώνι συμβολίζει την αθανασία και την υπερηφάνεια, χρησιμοποιήθηκε επίσης ως σύμβολο του Χριστού και της Ανάστασης του. Παραστάσεις με παγώνια στόλιζαν τις Κατακόμβες και αργότερα τις βυζαντινές εκκλησίες. Ο φοίνικας συμβολίζει την αποθέωση, την αναγέννηση και τον Χριστό, τα τρυγόνια είναι σύμβολο της χριστιανικής πίστης. Ο κόκορας, ο προάγγελος της αυγής, συμβολίζει τον Χριστό, την ελπίδα και την απομάκρυνση από το κακό. Ο πελεκάνος θεωρείται σύμβολο εξιλέωσης και Λύτρωσης. Ο σκαραβαίος, αρχαίο σύμβολο της αναγέννησης, υιοθετήθηκε από τους Χριστιανούς ως σύμβολο για τον ίδιο τον Χριστό και την Ανάσταση. Η Αποκάλυψη του Ιωάννη θεωρείται ως η πηγή από την οποία προέρχονται τα περισσότερα από τα διακοσμητικά θέματα της παλαιοχριστιανικής Τέχνης.¹⁹⁸

¹⁹⁷ Πανσέληνου 2000⁴, σσ. 42-44.

¹⁹⁸ http://www.catholicity.com/encyclopedia/a/animals_in_christian_art.html

1. Στην κατακόμβη της Δομιτίλλας, υπάρχει η παράσταση του Χριστού, που πλαισιώνεται από τους μαθητές του, γύρω από ένα τραπέζι. Θεωρείται από τις πρώτες παραστάσεις του Μυστικού Δείπνου (εικ. 49). Η τοιχογραφία είναι κατεστραμμένη και δεν μπορούμε να διακρίνουμε αν υπάρχει τραπέζι και τι υπάρχει πάνω στο τραπέζι.
2. Τοιχογραφία, στην κατακόμβη της Πρισίλλας στη Ρώμη, η οποία χρονολογήθηκε στο δεύτερο μισό του 3^{ου} αιώνα. Απεικονίζει τον Χριστό ως Καλό Ποιμένα, πλαισιωμένο με πρόβατα, αίγες, δένδρα με καρπούς και πτηνά. Θεωρείται κλασικό δείγμα ζωγραφικής της πρωτοχριστιανικής περιόδου (εικ. 50).
3. Τοιχογραφίες με την απεικόνιση του Χριστού ως Καλού Ποιμένα βρέθηκαν στην κατακόμβη των Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου, στη διακόσμηση του τόξου της κατακόμβης, μέσα σε μετάλλιο (εικ. 51). Θεωρούνταν η δημοφιλέστερη απεικόνιση του Χριστού με έντονα συμβολικό χαρακτήρα. Ο Χριστός ως «Καλός Ποιμήν», μέσα σε μετάλλιο, εικονίζεται και στις κατακόμβες: της Αγίας Θέκλας (εικ. 52), και της Domitilla (εικ. 53) στη Ρώμη. Όλες οι παραστάσεις χρονολογούνται στο τέλος του 2^{ου}–αρχές του 3^{ου} αιώνα.



4. Εντοπίζονται στις κατακόμβες, τοιχογραφίες με παραστάσεις από τα πρώτα κοινά γεύματα, (πιθανόν ως συνέχεια των συμποσίων). Στην κατακόμβη της Αγίας Πρισκίλλας στη Ρώμη, εικονίζεται ομάδα επτά ατόμων, συγκεντρωμένων γύρω από ένα τραπέζι γεμάτο πινάκια με τροφές, πιθανόν ψάρια, ψωμί, και κούπες για κρασί. Πρόκειται για αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος (εικ. 54).¹⁹⁹

¹⁹⁹ <http://norfid.files.wordpress.com/2012/01>

5. Στην κατακόμβη των Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου, υπάρχει τοιχογραφία, που παραπέμπει στα πρώτα κοινά, ευχαριστιακά γεύματα. Εντύπωση προκαλεί η επιγραφή επάνω δεξιά : AGAPE MISCE NOBIS, η οποία σημαίνει, «Η ΑΓΑΠΗ ΕΝΩΝΕΙ ΕΜΑΣ» και αριστερά, IREN(E) P(OR)GE CALDA , που σημαίνει, «Η ΕΙΡΗΝΗ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ (porgere) ΖΕΣΤΟ ΚΡΑΣΙ (εικ. 55).²⁰⁰
6. Μια ακόμη απεικόνιση με ευχαριστηριακά δείπνα, από την κατακόμβη των Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου. Οι επιγραφές δεξιά και αριστερά των συμποσιαζόμενων αναφέρουν: δεξιά AGAPE DA CALDA, «ΑΓΑΠΕΣ, (κοινά γεύματα) ΜΕ ΖΕΣΤΟ ΚΡΑΣΙ» και αριστερά IRENE MISCE, «Η ΕΙΡΗΝΗ ΕΝΩΝΕΙ» (εικ. 56).²⁰¹
7. Νωπογραφία του 3^{ου} αιώνα, ένα ευχαριστιακό θέμα από την κατακόμβη του Αγίου Καλλίστου, εικονίζει ένα ζευγάρι γύρω από ένα τραπέζι επάνω του υπάρχουν άρτοι σφραγισμένοι (εικ. 57). Θεωρώ ότι ετοιμάζονται για την προσφορά των άρτων για τη Θεία Ευχαριστία, συνήθεια η οποία συνεχίζεται μέχρι και σήμερα.²⁰²
8. Ευχαριστιακά σύμβολα, όπως ο σταυρός, ο ιχθύς, η ελιά, το πρόβατο και το περιστέρι ήταν από τα πλέον αγαπητά θέματα στις τοιχογραφίες και νωπογραφίες των καλλιτεχνών της παλαιοχριστιανικής τέχνης. Ο ιχθύς είχε και σημασιολογικό χαρακτήρα άλλωστε, στην ακροστιχίδα των πέντε στοιχείων της λέξης, διαφαίνεται το δόγμα της ενσάρκωσης του Κυρίου: ΙΧΘΥΣ: Ιησούς Χριστός Θεού Υιός Σωτήρ. Στην κατακόμβη του Αγίου Καλλίστου, έχουμε την απεικόνιση ενός ψαριού με ένα καλάθι με φρούτα, (εικ. 58α), στην Κατακόμβη της Domitilla, σε πέτρα είναι χαραγμένα τα χριστιανικά σύμβολα, δύο ψάρια, η λέξη ΙΧΘΥΣ επάνω και ο Σταυρός στη μέση (εικ. 58β). Στην κατακόμβη του Αγίου Σεβαστιανού, χαραγμένο σε μαρμάρινη

²⁰⁰ http://www.risd.edu/museum_small

²⁰¹ <http://www.newadvent.org/fathers/0410.htm>

²⁰² http://en.wikipedia.org/wiki/Catacombs_of_Rome

πλάκα, ένα ψάρι και ένα κλαδί ελιάς και το χριστόγραμμα (εικ. 58γ). Στην ίδια κατακόμβη, στον τοίχο χαραγμένο ένα περιστέρι που κάθεται σε κλαδί ελιάς (εικ. 58δ).²⁰³

Χ) Επιτύμβιες επιγραφές.

Επιτύμβιες επιγραφές που βρέθηκαν σε ανασκαφές αναφέρουν, αντί του επωνύμου ή της πόλης καταγωγής του θανόντος, την επαγγελματική του ιδιότητα. Όχι σπάνια, συναντούμε και την ανάγλυφη απεικόνιση του νεκρού σε ώρα δουλειάς, με τα εργαλεία, τα σύνεργα και μέρος των προϊόντων του. Θα αναφέρω μερικά από τα πλέον γνωστά, διαδεδομένα και αξιοζήλευτα επαγγέλματα ανθρώπων που έχουν σχέση με τη διατροφή. Ήταν απαραίτητα για τη διαβίωση των Βυζαντινών, την προμήθεια των πρώτων υλών για την παρασκευή της καθημερινής τους διατροφής.

1. Επιτύμβια μαρμάρινη πλάκα με οκτάστιχη επιγραφή, που αναφέρεται στον Παύλο τον σιτευτάριο, δηλαδή σε κτηνοτρόφο ζώων και πουλερικών. Η επιγραφή αναφέρει : «†ΚΟΙΜΗΤΗΡΙ ΟΝ ΠΑΥΛΟΥ ΣΙΤΕΥΤΑΡΙΟΥ †ΑΝΙΑΣ ΠΑΥ ΛΟΥΟΥ ΣΙΤΕΥΤΑ ΡΙΟΥΥΙΟ ΣΕΠΕ ΓΡΑΨΕΝ ΑΥ ΤΑ». Οι διαστάσεις της είναι ύψος 31,5 εκ., πλάτος 34 εκ., και πάχος 5.4 εκ. (εικ. 59). Βρέθηκε στη Λέρνα Αργολίδας, φυλάσσεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Κορίνθου και χρονολογήθηκε στο πρώτο μισό του 5^ο αιώνα.²⁰⁴
2. Επιτύμβια πλάκα με εξάστιχη επιγραφή από σχιστόλιθο αναφέρεται στον Τρύφωνα τον αιγάριο, δηλαδή τον γιδοβοσκό, ο οποίος, όπως αναφέρει η επιγραφή, ήταν και ο πωλητής του τάφου. Η επιγραφή αναφέρει: «ΚΟΙΜΗΤΗΡΙΟΝ ΔΘΑΦ(ΕΡΟΝ) ΓΕΩΡΓΙΩΤΩΜΑ ΚΑΡΙΩΤ(ΑΤΩ) ΔΕΚΑΝΩΚΑΙ ΕΥΤΥΧΙΑΝΗ ΗΓΟΡΑΣΘΗΕΠΙΝ (ΕΜΗΣΕΩΣ) ΑΙΠΑΡΑ ΤΡΥΦΩΝΟΣ ΑΙΓΙΑΡΙΟΥ Ἰ(ΟΜΙΣΜΑ) Ἀ <>. Οι διαστάσεις της είναι ύψος 29,5 εκ , πλάτος 39,2 εκ., και πάχος 2,5 εκ. (εικ. 60). Η

²⁰³ http://www.catholicity.com/encyclopedia/a/animals_in_christian_art.html

²⁰⁴ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 134, σ.130, (Κ. Σκαρμούτσου & Α. Τζιτζιμπάση).

επιγραφή βρέθηκε στη Λέρνα Αργολίδας, φυλάσσεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Κορίνθου και χρονολογήθηκε στο μέσο του 5^ο αιώνα.²⁰⁵

Η αναφορά σε σιτευτάριο και σε γιδοβοσκό απεικονίζει τη μεγάλη σημασία που έδιναν στην κτηνοτροφία. Άλλωστε, οι Βυζαντινοί αγαπούσαν το αρνίσιο, το κατσικίσιο και το χοιρινό κρέας και έτρωγαν πολλά πουλερικά και αυγά.

3. Επιτύμβια στήλη από σχιστόλιθο που φέρει εγχάρακτο λατινικό σταυρό με πεπλατυσμένα άκρα στην αρχή και στο τέλος της επιγραφής αναφέρει: «ΜΝΗΜΙΟΝ ΟΝΗΣΙΜΟΥ ΣΑΛΓΑΜΑΡΙΟΥ ΕΙΣ ΤΗΝ ΑΓΟΡΑΝ ΞΝΘΑ ΚΗΤΕ Η ΜΗΤΗΡ ΑΥΤΟΥ ΣΟΥΣΑΝΑ». Η επιγραφή προέρχεται από την Ν. Αγχίαλο Μαγνησίας, έχει ύψος 86 εκ., πλάτος 47,6 εκ. και πάχος 3 εκ. (εικ. 61). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα.²⁰⁶

4. Επιτύμβια μαρμάρινη πλάκα με εξάστιχη επιγραφή, με δύο εγχάρακτα κισσόφυλλα και έναν απλό σταυρό στην αρχή και στο τέλος του κειμένου, η οποία αναφέρει τα δύο επαγγέλματα του νεκρού, σαλγαμάριος και κυρτάς δηλαδή ψαράς: «ΚΟΙΜΗΤΗΡΙΟΝ ΔΙΑΦΕΡΩΝ ΑΝΔΡΕΑ ΣΑΛΓΑΜΑΡΙΟΥ ΤΟΥ ΚΚΥΡΤΑ ΑΓΟΡΑΣ ΘΕΝ ΠΑΡΑ ΓΥΡΙΩΝ ΧΡΥΣΙΝΟΥ ΕΝ ΟΧΜΙΣ ΥΟΕΝΕΚΕ ΝΙΑΣΕΝ ΝΕΟΦΩΤΙΣ ΤΟΝ ΎΑΠΡΙΛΙΟΥ Κ». Η επιγραφή προέρχεται από τις πρόσφατες ανασκαφές στη Λέρνα Αργολίδος, έχει ύψος 23,5 εκ., πλάτος 47 εκ. και πάχος 3–4 εκ. (εικ. 62). Φυλάσσεται στο αρχαιολογικό Μουσείο Κορίνθου και χρονολογήθηκε στο τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα.²⁰⁷

Οι επιγραφές αναφέρονται σε σαλγαμάριο ή σαλδαμάριο, τύπο παντοπώλη της εποχής. Ο σαλγαμάριος προέρχεται από τη λατινική λέξη «salgamarius».

²⁰⁵ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 135, σ.130, (Κ. Σκαρμούτσου & Α. Τζίτζιμπάση).

²⁰⁶ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 20, σσ. 72 – 73, (Α. Ντίνα).

²⁰⁷ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 21, σ.73, (Κ. Σκαρμούτσου).

Γραπτές πηγές αναφέρουν ότι ο σαλγαμάριος πουλούσε τουρσιά, δηλαδή αγγούρια, γογγύλια και λάχανα συντηρημένα σε άλμη. Με το πέρασμα των χρόνων, απέκτησαν το δικαίωμα να πωλούν όλα τα παστωμένα είδη πρώτης ανάγκης, όπως κρέας και ψάρια παστωμένα καθώς και τυρί μέλι λάδι όσπρια και βούτυρο.

XI) Αποτροπαϊκά φυλακτά σχετικά με την διατροφή.

Τα αποτροπαϊκά περιάπτα και φυλακτά τα χρησιμοποιούσαν για προστασία και καλή υγεία. Πολλές ήταν οι ασθένειες που ταλαιπωρούσαν τους ανθρώπους εκείνη την εποχή, και ιδίως οι δηλητηριάσεις. Η πλημμελής υγιεινή των σκευών, οι αλλοιώσεις τροφών, καθώς και η συντήρηση τροφίμων σε μολύβδινα σκεύη, επέφεραν ομαδικές δηλητηριάσεις. Τα αφύλακτα αποθηκευτικά ή μαγειρικά σκεύη ήταν πολύ επικίνδυνα για την υγεία των οικείων. Η πρόκληση δηλητηριάσεων επιφέρει αβάσταχτους πόνους και όχι σπάνια, ακόμη και τον θάνατο. Υπάρχουν αναφορές για ρυπαρό έλαιο, ακάθαρτα πτηνά, όξινες τροφές, κακής ποιότητας άλευρα και επικίνδυνα κυνήγια. Η ιατρική γραμματεία της ύστερης αρχαιότητας είναι πολύ πλούσια σε συμβουλές αντίδοτων, τις οποίες, ιδίως οι Βυζαντινοί ακολουθούσαν με ευλάβεια. Εκτός από γιατρούς, συχνά προσέτρεχαν σε ιερείς ή ακόμη και μάγους, οι οποίοι με διάφορες ευχές, προσπαθούσαν να επαναφέρουν την υγεία των δηλητηριασθέντων. Δεν έφτανε, όμως, η βοήθεια των γιατρών και των ιερέων, πίστευαν ότι ένα φυλακτό είχε τη δύναμη να θεραπεύσει την ασθένεια που αναφερόταν χαραγμένη επάνω του. Αυτό επιβεβαιώνεται από τα σωζόμενα αποτροπαϊκά περιάπτα και φυλακτά.

1. Εγχάρακτος Αιματίτης με την επιγραφή CTOMAXΟΥ στο πίσω μέρος. Πρόκειται για μαγικό Λίθο που χρονολογήθηκε τον 2^ο – 3^ο αιώνα. Εντοπίστηκε στην Ανατολική Μεσόγειο και φυλάσσεται στο Μόναχο, στο Staatliche Münzsammlung (εικ. 63).²⁰⁸

²⁰⁸ <http://www.beazley.ox.ac.uk/gems/default.htm>

2. Η Σφραγίδα του Σολομώντος από αιματίτη. Είναι αποτροπαϊκό φυλακτό για δηλητηριάσεις και προστασία βρεφών και παιδιών. Χρονολογείται περίπου στον 3^ο-4^ο αιώνα και φυλάσσεται στην Αθήνα στο Μουσείο Μπενάκη (εικ. 64).²⁰⁹ Έχει ύψος 2,8 εκ., πλάτος 1,6 εκ. και πάχος 0,3 εκ. Είναι ορθογώνιο πλακίδιο από μαύρο αιματίτη, με έγλυφες παραστάσεις. Στη μία πλευρά απεικονίζει έφιππο τον Σολομώντα να λογχίζει μία γυναίκα. Στο επάνω τμήμα του φυλακτού υπάρχει ανάγλυφη επιγραφή «ΣΟΛΟΜΩΝ». Στην άλλη πλευρά υπάρχει ανάγλυφη επιγραφή «ΣΦΡΑΓΙΣ ΘΕΟΥ». Το φυλακτό χρησίμευε για την προφύλαξη των νέων και των βρεφών από τις διάφορες δηλητηριάσεις. Εικονογραφικά αναφέρεται στο απόκρυφο ιουδαϊκό χριστιανικό κείμενο του τρίτου αιώνα, το οποίο ονομάζεται Διαθήκη του Σολομώντα. Η γυναίκα που εμφανίζεται να λογχίζει ο Σολομών ταυτίζεται με τον θηλυκό δαίμονα που απειλεί βρέφη και παιδιά.²¹⁰

XII) Μωσαϊκά Δάπεδα οικιών.

1. Το μωσαϊκό που έφεραν στο φως ανασκαφές από τη Δάφνη της Αντιόχειας μάς αποκαλύπτει την αφθονία που παρουσίαζε ένα τραπέζι εκείνης της εποχής, του 2^{ου} αιώνα. Εντοπίστηκε στο *triclinium* του σπιτιού και ήταν αναμφίβολα ορατό από τους συνδαιτυμόνες του γεύματος. Στο κεντρικό μέταλλιο εικονίζεται ο Γανυμήδης ο οποίος σερβίρει από ένα μεγάλο κάνθαρο κρασί στον Δία και το περίγραμμα του αποτελείται από ένα πολυτελές γεύμα για απαιτητικούς καλεσμένους, με εμφανή την πανδαισία των γεύσεων. Η μεγάλη ποσότητα και η πολυτέλεια των επιτραπέζιων σκευών απεικονίζονται με ένα ιδιαίτερο τρόπο. Οι τροφές παρουσιάζουν την επιδεξιότητα της μαγειρικής τους. Ξεκινώντας από την πάνω δεξιά

²⁰⁹ Αναγνωστάκης 2005, σσ. 68-80.

²¹⁰ Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002, αρ. 727, σ. 527, (Β. Φωσκόλου).

γωνία, πάνω σε τραπέζι από μαύρο μάρμαρο, τα ασημένια πιάτα, διατεταγμένα για γεύμα, των οποίων οι μπλε και γκρι αποχρώσεις αποκαλύπτουν τη ρωμαϊκή προτίμηση για το ασήμι. Στεφάνι λουλουδιών και τριαντάφυλλα στολίζουν το τραπέζι. Πάνω σε μεγάλο ασημένιο δίσκο είναι τοποθετημένες δύο αγκινάρες, δύο αυγοθήκες ασημένιες στολισμένες με μπλε σμάλτο και πόδι που περιέχουν βραστά αυγά και δύο χοιρινά ποδαράκια ψητά στα κάρβουνα. Για το σερβίρισμα μικρά κουτάλια με μυτερές λαβές και δύο σλατσάρια για τα περιχύματα συμπληρώνουν το δείπνο. Δίπλα ένας ορθογώνιος περίτεχνος δίσκος με ένα μεγάλο ψάρι που σερβίρεται με στρογγυλά κομμάτια ψωμιού. Δύο ασημένια κύπελλα και γυάλινα αγγεία είναι τοποθετημένα στο τραπέζι. Προχωρώντας μετά από ένα κατεστραμμένο τμήμα, συναντούμε μία στρογγυλή πιατέλα με ψητά πουλερικά και δύο ψωμιά στρογγυλά, και οστρακοειδή στην άκρη του τραπεζιού. Ένα μεγάλο μπολ διαφανές, ίσως από γυαλί με ποικιλία από φρούτα (εικ. 65). Χρονολογήθηκε στο τέλος του 2^{ου} αρχές 3^{ου} αιώνα.²¹¹

2. Απεικονίσεις ασάρωτου οίκου: Στον 2^ο και 3^ο αιώνα, οι πλούσιοι Ρωμαίοι και οι Βυζαντινοί αξιωματούχοι διακοσμούσαν τους τοίχους των επαύλεών τους με διάφορες απεικονιστικές παραστάσεις. Τα ψηφιδωτά δάπεδα, ιδίως στον χώρο του τρικλίνιου, ήταν απαραίτητα και το θέμα ήταν πανομοιότυπο. Οι τοιχογραφίες και οι ψηφιδωτές παραστάσεις είχαν θέμα πτηνά, ψάρια, καρπούς, νεκρή φύση και σπάνια σκηνές κυνηγιού. Στα επιδαπέδια ψηφιδωτά σύνηθες αγαπημένο θέμα ήταν το λεγόμενο «ασάρωτου οίκου». Ήταν επινόηση του ψηφοθέτη Σώσου από την Πέργαμο. Στα ψηφιδωτά των δαπέδων απεικονίζονταν αποφάγια και υπόλοιπα τροφών, όπως κόκαλα ψαριών και πουλερικών, σαλιγκάρια, αχινοί, θαλασσινά όστρακα, φύλλα καρυδιάς, φλούδια και κουκούτσια καρπών, και κεράσια. Τα ψηφιδωτά αυτά επιδείκνυαν τον πλούτο του άρχοντα και την αφθονία των αγαθών του οίκου. Σωζόμενο ψηφιδωτό δάπεδο με παράσταση «ΑΣΑΡΩΤΟΥ ΟΙΚΟΥ» προέρχεται από οικία στον

²¹¹ Knudsen 2001, σσ. 181-184.

Αβεντίνο λόφο της Ρώμης και φυλάσσεται στο Μουσείο του Βατικανού (εικ. 66).²¹²

3. Ψηφιδωτή παράσταση με δένδρα, λαχανικά και πουλερικά στον κήπο εξοχικής κατοικίας, λεπτομέρεια δαπέδου. Χρονολογήθηκε στο τέλος του 4^{ου}–αρχές 5^{ου} αιώνα. Φυλάσσεται στο Μουσείο Μπαρντό της Τυνησίας, (εικ. 67). Τα λαχανικά και τα πουλερικά, συνιστούσαν τη βάση της καθημερινής διατροφής, συνήθως καλλιεργούνταν σε κάθε νοικοκυριό, που διέθετε το λαχανόκηπό του, και φιλοξενούσε οικόσιτα ζώα, όπως προκύπτει και από το εγχειρίδιο αρχιτεκτονικής του Ιουλιανού Ασκαλωνίτου (6^{ος} αιώνας). Το ενδιαφέρον των ίδιων των αυτοκρατόρων για τη διασφάλιση των απαραίτητων για τη σίτιση του πληθυσμού της Κωνσταντινούπολης λαχανικών φαίνεται από νόμο του 538 που αναφέρεται στα μισθώματα των λαχανοκηπουρών, οι οποίοι συνιστούσαν ιδιαίτερη συντεχνία, αυτή των κηπουρών, και μίσθωναν αγρούς μέσα στην πρωτεύουσα ή στα περίχωρά της για την καλλιέργεια λαχανικών.²¹³

Μωσαϊκά δάπεδα με απεικονίσεις ψαριών εντοπίστηκαν στο αίθριο ρωμαϊκών οικιών στην Τυνησία. Χρονολογήθηκαν στον 3^ο αιώνα και φυλάσσονται στο Αρχαιολογικό μουσείο Bardo, της Τύνιδας στην Τυνησία.

4. Τα μωσαϊκά απεικονίζουν ψάρια και άλλα πλάσματα της θάλασσας. Αγαπημένο θέμα ήταν η αναπαράσταση της οικογενειακής τους ζωής, των πρακτικών του ψαρέματος, του κυνηγιού, καθώς και αγροτικών εργασιών. Απεικόνιζαν την αφθονία και τον πλούτο της περιοχής. Τρόφιμα, φυτικό και ζωικό πλούτο θαλάσσιο πλούτο, πρακτικές ψαρέματος ύπαρξη διχτύων, πλοίων με κουπιά και άγκυρες, είναι από τα αγαπημένα θέματα που φρόντιζαν να αναπαριστούν ή ζητούσαν την κατασκευή τους οι εντολοδόχοι εύποροι πολίτες. Οι ψηφίδες προέρχονταν από τοπικές μικρές χρωματιστές πέτρες και ήταν κάτι το συνηθισμένο στα αρχαία ρωμαϊκά σπίτια. Πολλά από αυτά σώζονται σε μουσεία και άλλα *in situ* σε ανασκαφές οικιών. Αυτά τα ψηφιδωτά, δημιουργήθηκαν από

²¹²Πινγκιάτογλου 2010, σσ. 48-49.

²¹³Koder 1994, σσ. 11-12.

ομάδες ψηφοθετών που ταξίδευαν σε όλη την τότε Ρωμαϊκή αυτοκρατορία. Παρόμοιες εικόνες αυτών ψηφιδωτών βρίσκουμε και σε άλλα μέρη της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, ακόμη και τόσο μακριά όσο η Συρία και η Ιορδανία, έτσι ώστε να είναι δύσκολο να πούμε με βεβαιότητα αν αντικατοπτρίζουν την πραγματική ζωή της περιοχής, ή απλώς ήταν ένα στερεότυπο (εικ. 68, 69, 70, 71).²¹⁴



XIII) Μωσαϊκά δάπεδα εκκλησιών.

Τα δάπεδα των εκκλησιαστικών κτιρίων επιστρώνονταν με μαρμαροθετήματα όπου χρωματιστές πέτρες και μάρμαρα συνταιριάζονταν για να σχηματίσουν γεωμετρικά σχέδια ή διάφορες παραστάσεις. Ψηφιδωτά δάπεδα συναντούμε από τον 5^ο αιώνα και μετά. Για λόγους ευσέβειας δεν απεικονίζαν θρησκευτικές σκηνές στο έδαφος αλλά συνήθιζαν να απεικονίζουν σκηνές και μοτίβα κοσμικής τέχνης. Περισσότερο συνηθισμένες είναι σκηνές κυνηγιού ψαρέματος, φυτά αποτυπώσεις κτιρίων και γεωγραφικές αποτυπώσεις.²¹⁵

1. Το αρχαιότερο ψηφιδωτό δάπεδο χριστιανικού ναού που ανακάλυψαν αρχαιολόγοι στην κατακόμβη κάτω από τον ναό του Αγίου Γεωργίου στο Ριχάμπ της Ιορδανίας. Η κατακόμβη, που εξυπηρετούσε λατρευτικούς σκοπούς, φέρεται να χρονολογείται μεταξύ 33 και 70 μ.Χ. Μελετητές θεωρούν ότι η εκκλησία αυτή προσέφερε καταφύγιο στους 70 μαθητές του Χριστού, οι οποίοι διωκόμενοι από την Ιερουσαλήμ, πήγαν στη βόρεια Ιορδανία και δημιούργησαν την κατακόμβη, ώστε να μπορούν ασφαλώς να

²¹⁴ <http://www.bardo-museum-of-tunis.com.with-mosaics.html>

²¹⁵ Πανσέληνου 2000⁴, σσ. 52-53.

ασκούν τα θρησκευτικά τους καθήκοντα. Έζησαν εκεί μέχρι που οι Ρωμαίοι ηγεμόνες αποδέχτηκαν τη χριστιανική θρησκεία. τότε έκτισαν πάνω από την κατακόμβη τον ναό του Αγίου Γεωργίου. Το σωζόμενο τμήμα του ψηφιδωτού δαπέδου απεικονίζει μέσα σε ένα μετάλλιο ένα ψάρι και επάνω του την λέξη I.X.Θ.Y.C. (εικ. 72). Στο εσωτερικό της κατακόμβης «κατεβαίνοντας μερικά σκαλιά μέσα στη γη, είναι ορατός ένας κυκλικός χώρος και πολλά λίθινα στασίδια για το εκκλησίασμα». Κοντά στον ναό αυτό βρέθηκαν επίσης κεραμικά και αγγεία που χρονολογούνται μεταξύ 3ου και 7ου αιώνα.²¹⁶

2. Στην Tabgha, στη Γαλιλαία του Ισραήλ στην εκκλησία που είναι αφιερωμένη στο θαύμα του Χριστού του χορτασμού των πέντε χιλιάδων ανθρώπων, στο δάπεδο της αγίας τράπεζας σώζεται ψηφιδωτό δάπεδο που χρονολογείται στο μέσο του 4^{ου} αιώνα. Απεικονίζει στο κέντρο ένα πανέρι με πέντε άρτους και αριστερά και δεξιά του υπάρχουν δύο ιχθείς. Αποτυπώνονται με περίτρανο τρόπο πόσο σημαντικά είναι αυτά τα δύο αγαθά για την επιβίωση των ανθρώπων. Έχει ενδιαφέρον να παρατηρήσουμε ότι οι άρτοι είναι σαν προσφορά, φέρουν χαραγμένο το σύμβολο του σταυρού. Ο ναός διατηρεί θαυμάσια παλαιοχριστιανικά ψηφιδωτά, καθώς και την παραδοσιακή πέτρα στην οποία επιτελέστηκε το θαύμα του Ιησού, όπως περιγράφεται στο κατά Μάρκον ευαγγέλιο κεφ στ, στιχ. 30 -44. του ευαγγελιστή Μάρκου. Μια μικρή εκκλησία χτίστηκε το 350. Υπάρχει η μαρτυρία της Εγερίας όταν το 380 στο προσκύνημα της στους Αγίους τόπους επισκέφτηκε και τον ναό. Το μωσαϊκό δάπεδο καλύπτει τα δύο εγκάρσια κλίτη (εικ. 73).²¹⁷
3. Στην Πέτρα της Ιορδανίας μιας πόλης με ισχυρούς δεσμούς με την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη υπήρχαν αρκετές βυζαντινές εκκλησίες. Τα ρωμαϊκά ερείπια που χρονολογήθηκαν το 450 μ. Χ. θεωρούν οι μελετητές ότι ανήκαν σε μία η εκκλησία, η οποία είχε μόνο μία αψίδα και ένα προθάλαμο εισόδου. Το μωσαϊκό δάπεδο του ναού απεικονίζει με ένα ιδιαίτερο τρόπο τον φυτικό και ζωικό

²¹⁶ Τα αποτελέσματα της ανασκαφής δημοσιεύθηκαν στην Εφημερίδα «Ελευθεροτυπία» της 10./06./2008, όπου υπήρχε σχετικό άρθρο.

²¹⁷ <http://www.sacred-destinations.com/israel/tabgha-church-of-loaves-and-fishes-.htm>

πλούτου της περιοχής. Δένδρα, φυτά, οικόσιτα και άγρια ζώα πουλιά και ψάρια σε μετάλλια απεικονίζουν την αφθονία και την ευημερία της περιοχής (εικ. 74α) και (εικ. 74β).²¹⁸

4. Στον ναό του Αγίου Γεωργίου στην Μάνταμπα, της Ιορδανίας κατά τη διάρκεια μιας ανασκαφής και την ανασυγκρότηση του ψηφιδωτού δαπέδου της εκκλησίας, εντοπίστηκε βυζαντινό ψηφιδωτό δάπεδο. Θεωρείται ο το παλαιότερος σωζόμενος χάρτης των Αγίων Τόπων και χρονολογήθηκε στα μέσα του 6ου μ.Χ. αιώνα. Ο χάρτης απεικονίζει λόφους και κοιλάδες, χωριά και πόλεις στην Παλαιστίνη και το Δέλτα του Νείλου. Περιέχει σημαντικές λεπτομέρειες για την τοπογραφία της περιοχής, μαζί με μια αφθονία των λουλουδιών και των φυτών της κοιλάδας καθώς και τον ζωικό και θαλάσσιο πλούτο του Δέλτα του Νείλου (εικ. 75α) και (εικ. 75β) και (εικ. 75γ) και (εικ. 75δ).²¹⁹

XIV) Ψηφιδωτές παραστάσεις εκκλησιών.

Στις ψηφιδωτές παραστάσεις των ελληνικών και των δυτικών παλαιοχριστιανικών ναών, συναντούμε μοτίβα με φρούτα, ψάρια και πτηνά, φυτά και άνθη, που παραπέμπουν σε τόπους αγνούς, ειρηνικούς, παραδεισένιους. Η απεικόνιση χρηστικών αντικειμένων, που ήταν απαραίτητα για την καθημερινότητα των ανθρώπων και τροφών που χρησιμοποιούσαν και κατανάλωναν (απαραίτητων για τη διαβίωσή τους), συνδυασμένες με παραστάσεις της νέας θρησκείας, μάς δείχνουν την αναγκαιότητα ύπαρξης αυτών και την αφθονία της εποχής. Η παρουσία των οπωρών στα ψηφιδωτά ναών εντάσσεται στο γενικό κλίμα της εποχής παραπέμποντας στους ουράνιους καρπούς που γεύεται η ψυχή στον άλλο κόσμο.²²⁰

²¹⁸ <http://mosaicartsource.com/2007/01/21/petra-church-mosaic-floors-petra-jordan>

²¹⁹ <http://mosaics.com/2010/11/6th-century-mosaic-map-st-georges.html>

²²⁰ Μακρή 2005, σ.90.

1. Στην Ελλάδα, στη Θεσσαλονίκη, η Ροτόντα, από τα κύρια οικοδομήματα του ανακτορικού συγκροτήματος του Γαλέριου, κτίστηκε γύρω στο 300. Ήταν περίκεντρο κτίριο μοναδικό στον ελλαδικό χώρο, το οποίο, σύμφωνα με τη γνώμη των μελετητών, προοριζόταν είτε ως μασωλείο του Ρωμαίου αυτοκράτορα Γαλέριου, είτε ως ναός αφιερωμένος στους Καβείρους ή στον Δία. Η μετατροπή του σε χριστιανικό ναό έγινε στα τέλη του 4^{ου} αιώνα.²²¹ Τα λαμπρότερα λείψανα της παλαιοχριστιανικής φάσης της Ροτόντας είναι τα εξαιρετης ομορφιάς ψηφιδωτά, τα οποία θεωρήθηκαν τα αρχαιότερα ψηφιδωτά τοίχου της Ανατολής. Εντυπωσιάζει ο πλούτος των θεμάτων του, η φυσιοκρατική τους απόδοση, η ποικιλία των χρωμάτων και η λαμπρότητα των χρυσών και ασημένιων ψηφιδών. Στην καμάρα της νοτιανατολικής κόγχης, πλατιές ταινίες και κύκλοι σχηματίζουν οκτάγωνα που περικλείουν, εναλλάξ, πουλιά, καρπούς, βάζα με λουλούδια και πανέρια με καρπούς (εικ. 76). Μήλα, αχλάδια, ρόδια, σταφύλια εναλλάσσονται με πέρδικες, ορτύκια, φασιανούς και νερόκοτες. Ο διάκοσμος της καμάρας της δυτικής κόγχης αποτελείται από πουλιά και καλάθια με καρπούς, τα οποία γεμίζουν τα τετράγωνα και τους κύκλους της πλατιάς ταινίας της παρυφής. Ανάλογα θέματα κοσμούν τα τόξα των φεγγιτών. Στα ψηφιδωτά του θόλου, που αποτελείται από τέσσερις ζώνες, στο κλειδί του θόλου ένα παραδείσιο παγώνι (εικ. 77), ενώ τη δεύτερη ζώνη περιτρέχει ψηφιδωτή σύνθεση με καρπούς και κλαδιά με φύλλα δένδρων (εικ. 78). Εναλλάσσονται σταφύλια, αχλάδια, ρόδια και μήλα. Τα τεταρτοσφαίρια των κογχών είναι διακοσμημένα με παραδείσια πουλιά και παγώνια. Όλες αυτές οι απεικονίσεις αναδεικνύουν την αφθονία και τον πλούτο της γης, θεωρώντας την επίγειο παράδεισο. Ο ψηφιδωτός διάκοσμος της Ροτόντας χρονολογείται τον 4^ο αιώνα (εικ. 79).²²²

Στην Ρουμανία στην Κονσταντζα, σε πρόσφατες ανασκαφές εντοπίστηκε στον τοίχο του Tombe of the Banquet μία πρόιμη απεικόνιση του

²²¹ Λόουντεν 2003², σ. 16.

²²² Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Τούρτα 1997, σσ. 50-60.

Μυστικού Δείπνου ή ενός συμποσίου. που χρονολογήθηκε στο μέσο του 4^{ου} αιώνα.²²³

2. Η παράσταση ενός ευχαριστιακού γεύματος βρίσκεται στο βόρειο ημισφαίριο του τόξου. Ο τρόπος που κάθονται οι συνδαιτυμόνες θυμίζουν συμπόσιο. Ένα μεγάλο στρογγυλό τραπέζι με μία λεκανίδα με τροφή στο μέσον και ατομικά πινάκια εμπρός από τους συνδαιτυμόνες (εικ. 80), δεν υπάρχουν κουτάλια ή κούπες. Ο οικοδεσπότης, ξανθός με λευκό χιτώνα δεν κάθεται στο κέντρο αλλά δεξιά. Στην αρχαιότητα, το κέντρο δεν δήλωνε εξέχουσα θέση αλλά η δεξιά πλευρά ήταν η πιο τιμημένη θέση. Αυτό το βλέπουμε και σε άλλες απεικονίσεις του Μυστικού Δείπνου, το πιο γνωστό είναι το ψηφιδωτό της Ραβέννας, που χρονολογείται από την πρώιμη Βυζαντινή περίοδο στον άγιο Απολλινάριο τον Νέο.

Στην Ιταλία, το 350, χτίστηκε στη Ρώμη με εντολή του αυτοκράτορα Κωνσταντίνου, ένα θολωτό περίκεντρο οικοδόμημα, τύπου ροτόντας, περιτριγυρισμένο από κιονοστήριχο στέγαστρο, του οποίου η ψηφιδωτή διακόσμηση έχει σωθεί. Το κτίριο προορίζονταν για το μαυσωλείο της κόρης του της Κωνσταντίας, η οποία ήταν Χριστιανή. Το μαυσωλείο θα μετατραπεί αργότερα, σε Χριστιανικό ναό, γνωστός ως ο ναός της Santa Costanza . Ψηφοθέτες από εργαστήριο της Κωνσταντινούπολης ανέλαβαν τη διακόσμηση του μαυσωλείου με ψηφιδωτά, έχοντας ως βάση έναν συνδυασμό παγανιστικών και χριστιανικών στοιχείων.²²⁴

3. Το ψηφιδωτό του τρούλου καταστράφηκε το 1620. Σχέδια και γραπτές πηγές επιβεβαιώνουν ότι ο τρούλος στο κάτω τμήμα του αποτελείτο από δύο ζώνες, με σκηνές από την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη. Κατά μήκος του θόλου μία ιδιαίτερη αναπαράσταση του θαλάσσιου περιβάλλοντος, με ψάρια, οκτάποδες, καλαμάρια, μύδια, πλοία με κουπιά, σε ώρα ψαρέματος (εικ. 81α) και (εικ. 81β).
4. στον ναό Την ψηφιδωτή διακόσμηση του περιμετρικού διαδρόμου, περιτρέχει ταινία που απεικονίζει σε λευκό βάθος κυκλικά μετάλλια με ερωτιδείς, παγώνια και άλλα πουλιά, (χήνες, πάπιες, ορτύκια), που εναλλάσσονται με φύλλα αρωματικών φυτών, (μέντα,

²²³Kondoleon 2001, σ. 188.

²²⁴Λόουντεν 2003², σσ.43-44.

δενδρολίβανο) και με ζώα, (άλογα, πρόβατα και βόδια), (εικ. 82α), (εικ. 82β) και (εικ. 82γ).²²⁵

5. Τα ψηφιδωτά του νότιου και του βόρειου κλίτους απεικονίζουν βουκολικές σκηνές από την αγροτική ζωή (εικ. 83). Κλάδοι αμπέλου με καρπούς και φύλλα συνυπάρχουν αρμονικά με ανθρώπους που φροντίζουν για τη συγκομιδή των καρπών, με πουλιά έτοιμα να πετάξουν γύρω από ένα γυναικείο κεφάλι. Στο κάτω μέρος, μια άμαξα, την οποία σέρνουν δύο βόδια, γεμάτη καρπούς, με τη βοήθεια δύο δούλων, οδεύει προς το πατητήρι, όπου τρεις άνδρες πατούν σταφύλια για την παραγωγή κρασιού (εικ. 84).²²⁶

Η Αυγούστα Γάλλα Πλακιδία κόρη του Θεοδοσίου του Μεγάλου, έχτισε μεγάλη βασιλική αφιερωμένη στον άγιο Ευαγγελιστή Ιωάννη. Φρόντισε για την ψηφιδωτή διακόσμηση του ναού, η οποία καταστράφηκε το 1568. Έχτισε επίσης σταυρόσχημη εκκλησία αφιερωμένη στον Σταυρό των Παθών (Santa Croce). Στο νότιο άκρο του νάρθηκα, πρόσθεσε μία πολύ μικρότερη σταυρόσχημη κατασκευή, της οποίας η διακόσμηση σώζεται μέχρι σήμερα. Προοριζόταν για το ταφικό της μνημείο, το οποίο πήρε και το όνομά της (το μαυσωλείο της Γάλλας Πλακιδίας). Το εσωτερικό του διαθέτει πλούσιο ψηφιδωτό διάκοσμο στους θόλους και στα τύμπανα (εικ. 85α) και (εικ. 85β). Η ψηφιδωτή διακόσμηση χρονολογήθηκε στο πρώτο μισό του 5^{ου} αιώνα.²²⁷

6. Τα ψηφιδωτά εντυπωσιακά έργα μικρών σχετικά διαστάσεων με το μπλε κάμπο και την μεγάλη ποικιλία των θερμών χρωμάτων μαρτυρούν την επίδραση της αυτοκρατορικής βυζαντινής τέχνης στην διακόσμηση του μνημείου. Ο Καλός Ποιμένας κοσμεί το τύμπανο του ανατολικού τόξου. Σε ένα βραχώδες περιβάλλον με πληθώρα φυτών και θάμνων με χαρακτηριστικά από την ελληνιστική τέχνη, ο Χριστός ως άλλος καλό ποιμένας φυλά τους έξι αμνούς του δείχνοντας τους την φροντίδα του (εικ. 86).²²⁸
7. Το βασικό θέμα του όλου διακόσμου είναι ο Παράδεισος, η αφθονία της φύσης και η ανάπαυση της ψυχής. Στο κέντρο του θόλου

²²⁵ Πανσέληνου 2000⁴, σσ. 46-47.

²²⁶ Πανσέληνου 2000⁴, σσ. 46-47.

²²⁷ Λόουντεν 2003², σσ. 106-111.

²²⁸ Πανσέληνου 2000⁴, σ. 70.

απεικονίζεται ένας τεράστιος λαμπερός σταυρός το σύμβολο του Χριστού νικητή, ανάμεσα σε αστέρια, με τα τέσσερα σύμβολα των ευαγγελιστών στις γωνίες. Οι τρούλοι επάνω στα τέσσερα άκρα είναι διακοσμημένοι με κυκλικά σχέδια, κλαδιά αμπέλου με ώριμους καρπούς και στα τύμπανα απεικονίζονται φρούτα, ρόδια και μήλα με τα φύλλα των κλαδιών τους. Στα τύμπανα απεικονίζονται ελάφια σκυμμένα στη πηγή της ζωής πουλιά περιστέρια, παραδείσια πουλιά και φρούτα (εικ. 87). Τα τρεχούμενα νερά και οι πηγές με το νερό της ζωής δίνουν τα εσχατολογικά μηνύματα του μαυσωλείου και αποδεικνύουν την επίγεια αφθονία.²²⁹

Η Βασιλική του San Vitale στη Ραβέννα, είναι ένα από τα σημαντικότερα παραδείγματα της πρώιμης χριστιανικής βυζαντινής τέχνης και αρχιτεκτονικής στην Δυτική Ευρώπη. Η κατασκευή της άρχισε το 527 από τον επίσκοπο Εκκλήσιο, και ολοκληρώθηκε το 546 από τον επίσκοπο Μαξιμιανό. Έχει οκταγωνικό σχήμα στην κάτοψη της, φέρει τρούλο στηριγμένο σε ψηλό τύμπανο. Η εντυπωσιακή ψηφιδωτή διακόσμηση στο χώρο του ιερού βήματος, θεωρείται μοναδικό της ύστερης αρχαιότητας που αντιπροσωπεύει την χριστιανική τέχνη.²³⁰

8. Την διακόσμηση του ναού φρόντισε με χορηγία του ο ίδιος ο Ιουστινιανός και η Θεοδώρα. Ροζέτες με τον Χριστό τους αποστόλους, τους προφήτες, σκηνές από την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη. Την καμάρα του ιερού καταλαμβάνει η συμβολική παράσταση του Χριστού ως Αμνός του Θεού, με τέσσερες δεόμενους αγγέλους στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα μέσα σε ένα διακοσμητικό φόντο από λουλούδια, δένδρα, φυτά πουλιά και ζώα, (εικ. 88α). Οι γιρλάντες από άνθη, κλάδους αμπέλου, φρούτα, καλάθια με καρπούς και παραδείσια πουλιά, συγκλίνουν στην αποτύπωση του θριάμβου της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, στην σύνδεση της πολιτικής διάστασης με την θρησκευτική, την αφθονία της φύσης και τον πλούτο της αυτοκρατορίας (εικ. 88β). Η αφθονία και ο πλούτος απεικονίζονται με εξαιρετική πιστότητα δίνοντας

²²⁹ Λόουντεν 2003², σσ. 107-108.

²³⁰ Ο. π. 2003², σσ. 125 -134.

μηνύματα ευημερίας και πλούτου τόσο στον παράδεισο όσο και στην πραγματική ζωή.²³¹

9. Η φιλοξενία του Αβραάμ (εικ. 89α), μια από τις σκηνές που διακοσμούν τον βόρειο τοίχο του πρεσβυτερίου, αποτυπώνεται καθαρά η αγάπη και η γενναιοδωρία του Κυρίου στο πρόσωπο των πιστών. Οι τρεις φτερωτοί άγγελοι, είναι καθισμένοι σε ένα τετράγωνο τραπέζι κάτω από την βελανιδιά του Μαμβρή, σε ένα τόπο πλούσιο, και γαλήνιο περιτριγυρισμένο με φυτά και λουλούδια. Πάνω του υπάρχουν τρεις σφραγισμένοι άρτοι στην κύρια επιφάνεια τους. Δεν διακρίνουμε πινάκια ή κούπες. Ο Αβραάμ τους πλησιάζει και κρατά στα χέρια του μία πήλινη λεκανίδα με ψητό γουρουνόπουλο, προσφορά προς τους τρεις προσκεκλημένους του (εικ. 89β). Η σκηνή αυτή θέλει να θυμίσει στους ευλογημένους πιστούς πως μόνο με τον άρτο, τους καρπούς και την ευλογία της πίστης, η ζωή μπορεί να προχωρήσει.²³²

Ο Ιουλιανός Argentavius, χρηματοδότησε την ανέγερση μίας μεγάλης βασιλικής, με δώδεκα κίονες ανά κιονοστοιχία, στο λιμάνι της Ραβέννας το Classis. Ήταν αφιερωμένη στην λατρεία ενός τοπικού αγίου του Αγίου Απολλινάριου, πρώτου επισκόπου της Ραβέννας. Ο ναός ξεκίνησε το 532 επί επισκόπου Ουρσικίνου και εγκαινιάστηκε από τον επίσκοπο Μαξιμιανό το 549.

10. Ο ψηφιδωτός διάκοσμος του S. Apollinare in Classe, περιορίζεται στην αψίδα του ιερού και χρονολογείται από την αρχική διακόσμηση του ναού το 549. Στο ημιθόλιο της αψίδας εικονίζεται ο άγιος Απολλινάριος με ιερατική στολή σε στάση δέησης κάτω από ένα μεγάλο σταυρό. Δεξιά και αριστερά του υπάρχουν δώδεκα πρόβατα μέσα σε ένα παραδείσιο τοπίο με φυτά, άνθη, δένδρα κα πουλιά. (εικ. 90). Τα πρόβατα αντιπροσωπεύουν το ποίμνιο του αγίου στη Ραβέννα, αλλά και τους δώδεκα Αποστόλους.²³³ Ο αμνός εκτός από την αθωότητα που αντιπροσωπεύει είναι ένας πολύτιμος φίλος του ανθρώπου, το πλέον διαδεδομένο οικόσιτο ζώο, χρήσιμο για την

²³¹ Πανσέληνου 2000⁴, σσ. 76-78.

²³² <http://art-history-images.com/photo/4720>

²³³ Λόουντεν 2003², σσ.134 -137.

επιβίωση του ανθρώπου (μαλλί γάλα κρέας). Επάνω μέσα από τα σύννεφα εμφανίζονται ο Μωσής και ο Ηλίας και τρεις αμνοί τους κοιτούν σε ένα παραδείσιο τοπίο.

Ο Θεοδώριχος τέλος του 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα στη Ραβέννα, έχτισε μία μεγάλη βασιλική με δώδεκα κίονες ανά κιονοστοιχία δίπλα στο ανάκτορο του. Αρχικά ο ναός ήταν αφιερωμένος στον Χριστό. Το 561 αφιερώθηκε στον άγιο Μαρτίνο της Tours, και από το 856 μετά την «ανακομιδή» των λειψάνων του τοπικού αγίου Απολλινάριου από το Classis στη νέα εκκλησία ο επίσκοπος Ιωάννης Ζ΄ μετονόμασε το ναό σε S. Apollinare Nuovo. Με τον άγιο Απολλινάριο τον Νέο εγκαινιάζεται ή τέχνη του 6^{ου} αιώνα. Εγκαταλείπεται η προσπάθεια να αποδοθεί η φύση, ο περιβάλλον χώρος και η παράσταση καταλαμβάνει την ζωγραφική επιφάνεια. Το μπλε βάθος αντικαθίσταται με χρυσές ψηφίδες και ο ευαγγελικός κύκλος γίνεται πιο εκτεταμένος.

11. Σημαντικά ψηφιδωτά βρίσκονται στους πλάγιους τοίχους του κεντρικού κλίτους πάνω από τις κιονοστοιχίες. Τα περισσότερα ψηφιδωτά του κεντρικού κλίτους, έγιναν την εποχή του Θεοδώριχου, τέλος 5^{ου} αρχές 6^{ου} αιώνα. Χωρίζονται σε 3 ζώνες. Στη πρώτη ζώνη πάνω από τις φωτιστικές θυρίδες, υπάρχουν είκοσι εξ σκηνές από την ζωή του Χριστού, αυτός θεωρείται ο αρχαιότερος σωζόμενος κύκλος ευαγγελικών σκηνών. Στη δεύτερη ζώνη ανάμεσα από τις φωτιστικές θυρίδες, περιλαμβάνονται προφήτες και μάρτυρες και στην τρίτη μεγάλη ζώνη πάνω από τις κιονοστοιχίες παριστάνονται πομπές (εικ. 91).²³⁴

12. Ψηφιδωτή παράσταση στο επάνω διάζωμα του δεξιού κλίτους, απεικονίζει το κάλεσμα των αποστόλων Ανδρέα και Πέτρου στη λίμνη της Γενησαρέτ. Ο Χριστός στέκεται δίπλα στη λίμνη φορώντας ένα σκουρόχρωμο χιτώνα με το μαθητή του τον Ιωάννη δίπλα του και καλεί τον Πέτρο και τον Ανδρέα, τα παιδιά του Ζεβεδαίου, δύο ψαράδες που μαζεύουν τα δίχτυα τους σε μία μικρή βάρκα με κουπιά να γίνουν μαθητές του, και να Τον ακολουθήσουν.

²³⁴ Λόουντεν 2003², σσ.119-124.

Η ψηφιδωτή παράσταση μας δείχνει τον τρόπο που αλίευαν οι επαγγελματίες ψαράδες εκείνη την εποχή (εικ. 92).²³⁵



13. Ψηφιδωτή παράσταση με «Το θαύμα των άρτων και των ιχθύων». Βρίσκεται στην επάνω ζώνη του βορείου τοίχου του κεντρικού κλίτους πάνω από τις κιονοστοιχίες. Αναφέρεται στο θαύμα της Καινής Διαθήκης που ο Χριστός έθρεψε πέντε χιλιάδες ανθρώπους με πέντε καρβέλια ψωμί και δύο ψάρια. Ο τρόπος με τον οποίο ο ζωγράφος αφηγείται την ιστορία δείχνει στο θεατή πως αυτό που συμβαίνει είναι ιερό, παραλείποντας οτιδήποτε μπορούσε να αποσπάσει την προσοχή από αυτόν τον βασικό και ιερό σκοπό. Το φόντο αποτελείται από χρυσές ψηφίδες. Η ακίνητη και ήρεμη μορφή του Χριστού βρίσκεται στο κέντρο της εικόνας. Φοράει πορφυρό χιτώνα και απλώνει τα χέρια του για να ευλογήσει δεξιά και αριστερά του, όπου στέκουν δύο Απόστολοι που του προσφέρουν τα ψωμιά και τα ψάρια για το θαύμα (εικ. 93). Τα κρατούν με τα χέρια σκεπασμένα, όπως έκαναν εκείνο τον καιρό οι υπήκοοι όταν πρόσφεραν φόρο υποτέλειας στον άρχοντα τους. Ανάμεσα στις σκηνές συναντούμε διακοσμητικά κοχύλια, άνθη φυτά και πτηνά.²³⁶



²³⁵ <http://www.flickr.com/photos/pelegrino/Sant'Apollinare.Nuovo>

²³⁶ <http://www.sacred-destinations.com/italy/ravenna-sant-apollinare-nuovo>

14. Στο επάνω διάζωμα του δεξιού κλίτους υπάρχει η ψηφιδωτή παράσταση του Μυστικού Δείπνου (εικ. 94).²³⁷ Θεωρείται η πρωιμότερη παράσταση του. Αφ ενός απεικονίζει τον Χριστό στα δεξιά και όχι στο κέντρο του τραπέζιου και αφ ετέρου στο τραπέζι δεν υπάρχει κρασί, ούτε κούπες, ούτε κουτάλια ή πινάκια, μόνο άρτος και ψάρια. Ο Χριστός, φορά σκουρόχρωμο χιτώνα, κάθεται στη δεξιά πλευρά του τραπέζιου, η δεξιά πλευρά θεωρούνταν η πιο τιμημένη και εξέχουσα θέση, και δίπλα του κάθονται ο ένας δίπλα στον άλλο γύρω από ένα ημικυκλικό τραπέζι, οι δώδεκα μαθητές του με λευκούς χιτώνες. Επάνω στο τραπέζι το οποίο είναι στρωμένο με λευκό μακρύ κεντημένο τραπεζομάντιλο, υπάρχει μία πιατέλα, ένα μεγάλο πινάκιο με δύο ψάρια μεγάλα ψημένα. Εμπρός στον κάθε μαθητή υπάρχει ένα μικρό καρβέλι ψωμί λευκό (άρτος καθαρός). Μερικοί μελετητές υποστηρίζουν ότι η παρουσία των ψαριών αντί του άρτου και του οίνου, είναι μια αναπαράσταση του «Αγνού γεύματος». Η ψηφιδωτή αυτή παράσταση, θεωρείται ως το πρώτο έργο τέχνης που υποδηλώνει ότι στο Μυστικό Δείπνο είχαν καταναλωθεί ψάρια και άρτος. Στο ψηφιδωτό η τροφή απεικονίζεται με μεγάλη ευκρίνεια δείχνοντας οι ψηφοθέτες ότι ένα επίσημο και σοβαρό γεύμα οφείλει να περιλαμβάνει άρτο καθαρό και μεγάλα φρέσκα ψάρια.



²³⁷ <http://flickrhivemind.net/Tags2010:Sant'Apollinare.Nuovo.Ravenna>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ΄

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η διατροφή αποτελεί μέρος της Ιστορίας και του Πολιτισμού της ύστερης Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Ιδιαίτερα για τους πρώιμους βυζαντινούς, ήταν μία επανάληψη και αντιγραφή της αρχαίας ελληνικής διατροφής, σε συνδυασμό με τη ρωμαϊκή. Μέσα από τα κείμενα, με τη βοήθεια αρχαιολογικών ευρημάτων και εξετάζοντας την παλαιοχριστιανική τέχνη, οδηγούμαστε σε συμπεράσματα για τις διατροφικές συνήθειες μιας άλλης μακρινής εποχής. Από τη μελέτη τους, κατανοούμε, με ιδιαίτερο τρόπο, όχι μόνον τις διατροφικές συνήθειες της εποχής, αλλά και την εξελικτική πορεία που ακολουθεί εμπλουτίζοντας τη διατροφή με νέα στοιχεία.

Η μετανάστευση πληθυσμών, η εξάπλωση του εμπορίου και ο αποικισμός, είναι από τους κυριότερους λόγους μεταφοράς συνταγών και κανόνων που αφορούσαν τις διατροφικές τους συνήθειες. Άλλωστε η προώθηση νέου τρόπου μαγειρέματος έχει αμφίδρομη σχέση με την ανάπτυξη του εμπορίου. Η Μεσόγειος πολιτιστικά και οικονομικά υπήρξε πολύ ενοποιημένη.

Οι διατροφικές συνήθειες εμφανίστηκαν άρρηκτα συνδεδεμένες με την κοινωνική και πολιτιστική ιδιαιτερότητα των ανθρώπων και την κοινωνική ιστορία των περιοχών. Η διατροφή των φτωχών διέφερε πάρα πολύ από αυτή των πλουσίων και των αρχόντων. Η κοινωνικοπολιτισμική διαφορά τους προκύπτει και από τις τροφές που κατανάλωναν. Συμπερασματικά, μετά τη μελέτη κειμένων και αρχαιολογικών ευρημάτων μπορούμε, συνοψίζοντας, να αναφέρουμε ότι φτωχοί και εύποροι είχαν έναν ιδιαίτερο και διαφορετικό τρόπο διατροφής. Μεγάλη διαφορά υπήρχε στα γεύματα και τα προϊόντα που κατανάλωναν πλούσιοι και φτωχοί. Η κατανάλωση του ψωμιού οριοθετούσε την οικονομική κατάσταση και μετακινούσε το ότι της φτώχειας. Το τραπέζι των φτωχών ήταν απλό, λιτό και συνηθισμένο, ενώ το τραπέζι των ευπόρων και των αρχόντων ήταν πλούσιο, με μεγάλη ποικιλία τροφών και εξελισσόταν σε ξεχωριστή ιεροτελεστία.

Από Πατερικά κείμενα, Βίους αγίων, ακόμη και από την *Καινή Διαθήκη*, αντλούμε πληροφορίες για τη ζωή και τον τρόπο διατροφής των ανθρώπων της εποχής. Τα κείμενα όμως, δεν είναι τα μόνα που δίνουν άπειρες πληροφορίες για τη διατροφή και την καθημερινή ζωή τους. Πληροφορίες για την τροφή αντλούμε από αρχαιολογικά ευρήματα σκευών αποθήκευσης, προετοιμασίας και σερβιρίσματος των τροφών. Αγγεία, αμφορείς χύτρες, πινάκια, κούπες, κανάτια, οιηρά αγγεία και κουτάλια, τα οποία βρέθηκαν σε αρχαιολογικές ανασκαφές, χρονολογήθηκαν τον 4^ο, 5^ο και 6^ο αιώνα, και αρκετά σώζονται μέχρι σήμερα, και φυλάσσονται σε Μουσεία (εικ. 1). Η τέχνη, με τις εικονογραφικές παραστάσεις, μάς αποκαλύπτει αντικείμενα και συνθέσεις από τροφές, φρούτα, λαχανικά και οπωροφόρα δένδρα, σκηνές κυνηγιού, ψαρέματος και γευμάτων, που μαρτυρούν τον τρόπο διαβίωσης, διατροφής και διατήρησης της ζωής σε μια περίοδο τόσο μακρινή.

Ο καλλιτέχνης επιλέγει και απεικονίζει αντικείμενα και στοιχεία που εκφράζουν και περιγράφουν την εποχή του. Στις παραστάσεις με γεύματα, διαπιστώνονται διαφοροποιήσεις ως προς τον τρόπο με τον οποίο απεικονίζονται αντικείμενα, όπως τα μαχαίρια, τα κουτάλια, τα τραπεζομάντιλα και τα χειρόμακτρα. Αυτά θα μπορούσε να θεωρηθεί ότι καθρέφτιζαν τις «νεωτερικές» συνήθειες της εποχής στην οποία χρονολογούνται οι συγκεκριμένες παραστάσεις.

Μέσω της τέχνης, μερικά εικονογραφικά στοιχεία που μέχρι σήμερα δεν τράβηξαν την απαιτούμενη προσοχή των μελετητών, προσφέρουν πληθώρα πληροφοριών για τη διατροφή και την καθημερινή ζωή απλών ανθρώπων στην περίοδο που εξετάζουμε. Οι ζωγράφοι και οι ψηφοθέτες της πρώιμης βυζαντινής περιόδου απεικόνιζαν με πιστότητα τον πλούτο της γης, με τη μορφή καρπών, δένδρων, φρούτων και ζώων ήμερων και άγριων, τον πλούτο της θάλασσας και των υδάτων με την ποικιλία ψαριών, μαλακίων και οστράκων, και του αέρα με την απεικόνιση πτηνών και παραδείσιων πουλιών.

Οι απεικονιστικές παραστάσεις με πλούσιες ποικιλίες φρούτων, λαχανικών, ψαριών, πουλιών και ζώων, η πολυχρωμία και η άριστη απόδοσή τους από πρώιμους καλλιτέχνες, θεωρώ ότι, πιθανόν, επιθυμεί να παραπέμψει στον συμβολισμό του παραδείσου και την αφθονία, την ηρεμία

και τη συνύπαρξη. Η κοσμική εικονογραφία εξυμνεί τη γενναιοδωρία της φύσης. Είναι μια δοξολογία ευχαριστήρια στην παραγωγή της γης, ύμνος στην επίγεια αφθονία. Ο Maguire θεωρεί ότι τα φρούτα, στις πρώιμες απεικονιστικές παραστάσεις, δεν αντιπροσωπεύουν τους καρπούς του παραδείσου, αλλά την ανθρωπότητα, τον κόσμο που ζει, τρέφεται, καλλιεργεί τη γη και απολαμβάνει τα αγαθά που προσφέρει ο Θεός στους ανθρώπους.²³⁸

Πιστεύω ότι η απεικόνιση της επίγεια αφθονίας αντικατοπτρίζεται μέσα από την τέχνη. Σκηνές κυνηγιού, αντιπροσωπεύουν τη γενναιοδωρία της φύσης, με την αφθονία θηραμάτων και πτηνών. Οι σκηνές αλιείας και οι απεικονίσεις ψαριών αντιπροσωπεύουν τον πλούτο των υδάτων και την αφθονία των θαλασσών. Το φυτικό και ζωικό βασίλειο εμφανίζεται σε παραστάσεις που αναδεικνύουν την ευημερία.

Οι απεικονιστικές παραστάσεις, στη παλαιοχριστιανική τέχνη, συνηθίζονταν να συμβολίζουν τον Ιησού, ως Αμνό και ως Άμπελο. Η απεικόνιση Του ως «Αμνός του Θεού» εξαφανίστηκε από τη βυζαντινή εικονογραφία μετά τον 7^ο αιώνα.

Το τοπίο στην τέχνη αρχίζει να κάνει την εμφάνισή του. Τα θεία πρόσωπα τα συνοδεύει το τοπίο – ο ΤΟΠΟΣ, η πολιτισμική δομική κατασκευαστική επεξεργασία, επηρεασμένη, όμως, από σκέψεις, γνώσεις και βιώματα. Η περιγραφή του τοπίου, ποικίλλει, ανάλογα με τον τρόπο προσέγγισής του. Δεν υπάρχουν όρια, κλίμακες, γεωγραφία. Διαμορφώνονται ανάλογα με τα μέσα, τις επιθυμίες και τις επιδιώξεις των καλλιτεχνών, που περιορίζονται, βαθμιαία, σε σχέδια, σχήματα και νεκρή φύση.

Η τέχνη αλλάζει σταδιακά με το πέρασμα των χρόνων. Οι απεικονιστικές παραστάσεις διαφοροποιούνται. Με την ακμή του μοναχισμού και του ασκητισμού, οι παραστάσεις με φρούτα και τροφές αρχίζουν να φθίνουν. Η κατανάλωση τροφών και φρούτων σε ημέρες νηστείας ήταν απαγορευμένη. Η απεικόνισή τους μπορούσε να προκαλέσει το αίσθημα της πείνας και να περιπέσουν οι μοναχοί στο αμάρτημα της λαιμαργίας. Ότι σχετίζεται με την τροφή σχετίζεται και με την απόλαυση.

²³⁸Maguire 2005 σσ.133-145.

Η απεικόνιση καρπών, φρούτων, ανθοπλοκάμων και φυλλωμάτων παραπέμπουν στον πλούτο της φύσης και την αφθονία. Οι καρποί των παραστάσεων, μερικές φορές, δεν ταυτίζονται με συγκεκριμένα φρούτα. Θεωρώ ότι αποτελούν σύμβολα που προβάλλουν την αφθονία των καρπών, συγκρίνοντάς τους με την πνευματική τροφή της ψυχής που προσφέρει η νέα θρησκεία, και την απολαβή και απόλαυση στη μετά θάνατον ζωή. Η άμπελος, με τη μορφή κληματίδας με σταφύλια, συνοδεύει σχεδόν κάθε παράσταση στην παλαιοχριστιανική τέχνη. Συμβολίζει τον ίδιο τον Ιησού, την ίδια την εκκλησία, και τα σταφύλια τους πιστούς, που πληθαίνουν και αυξάνονται – «*ἐγὼ εἰμί ἢ ἄμπελος ἐσεῖς τὰ κλήματα*», όπως αναφέρει το ευαγγέλιο. Θεωρώ ότι η απεικόνισή της στην παλαιοχριστιανική τέχνη αποτελεί συνέχεια τόσο της αρχαιοελληνικής όσο και της ιουδαϊκής τέχνης. Η άμπελος, το σταφύλι και το κρασί συμβόλιζαν, για τους Έλληνες και την ειδωλολατρική παράδοση, αφενός μεν απόλαυση, αφετέρου τη λατρεία του θεού Διόνυσου και τη μεταθανάτια διονυσιακή μακαριότητα. Για τους Ιουδαίους σήμαινε ευχαρίστηση και αφθονία. Για τους οπαδούς της νέας θρησκείας τους Χριστιανούς, είναι η απεικόνιση της θείας ευχαριστίας, ο συμβολισμός του αμόλυντου αίματος του Θεανθρώπου και η προσωποποίηση της ενωμένης «*ἐν Χριστῷ Ἐκκλησίας*».

Μέσω της τροφής, οι πληροφορίες που αντλούμε για την καθημερινή ζωή των ανθρώπων στοιχειοθετούν την ιστορικότητα των χρόνων, συνταυτισμένη με την τέχνη και τις καλλιτεχνικές ανησυχίες και αναζητήσεις τους. Η ωραιοποίηση των απεικονιστικών παραστάσεων με αντικείμενα και είδη που υπήρχαν σε αφθονία επιτρέπει, με τον διαχωρισμό τους, την κατανόηση του τρόπου διαβίωσης μιας κοινωνίας σε μια τόσο μακρινή εποχή.

Η τροφή και το κρασί, σε παλαιότερες κοινωνίες, θεωρούνταν μονάδα ανταλλαγής ή μέτρησης, γιατρικό με θεραπευτικές ιδιότητες, και δεισιδαιμονία, καθώς τα όνειρα διαφόρων φαγητών στον ύπνο ερμηνεύονταν, ανάλογα με την περίπτωση, ως καλοτυχία ή κακοτυχία. Αυτό που τρώμε και πίνουμε δηλώνει αυτό που είμαστε και αυτό που προβάλλουμε στους άλλους, με τους οποίους συναλλασσόμαστε σε κοινωνικό, πολιτικό και συμβολικό επίπεδο.

Αρχικά η τροφή αποτελούσε ανάγκη για επιβίωση. Για τους οπαδούς της νέας θρησκείας που αναπτύχθηκε στην ύστερη Ρωμαϊκή περίοδο, πρωταρχικός σκοπός ήταν η πίστη, η απόλυτη τήρηση, των λόγων του Θεού και της επιβαλλόμενη νηστείας. Μοναδικό τους μέλημα ήταν η αξιολόγησή τους ως αγίων πιστών οπαδών. Δεν ενδιαφέρονταν για την τροφή, ενδιαφέρονταν για το πέρασμά τους στον παράδεισο, μια που περίμεναν άμεσα την Κρίση στη Δευτέρα Παρουσία.

Η κατανάλωση ή η αποχή από συγκεκριμένο είδος τροφής, η νηστεία, οι σπονδές, οι θυσίες, και η τελετουργία που ακολουθείται αποτελούν τον κυριότερο τρόπο προσέγγισης του Θεού σε πολλές κοινωνίες. Η εγκράτεια έπρεπε να ακολουθεί κάποια όρια για τη σωστή διαχείριση τόσο της ψυχής όσο και του σώματος. Τροφή και πνεύμα-ψυχή είναι άρρηκτα συνδεδεμένα, αλλά και αλληλοσυγκρούονται. Καλή και κακή διατροφή έχουν άμεση σχέση με την ασθένεια. Η κακή διατροφή προκαλεί ασθένειες. Η έλλειψη εγκράτειας, όμως, θεωρείται ασθένεια της ψυχής. Ο τρόπος ζωής και συμπεριφοράς των ανθρώπων εκείνης της εποχής, είχε, δίχως αμφιβολία, σχέση με την τροφή.

Με το πέρασμα των χρόνων, επέρχονται ριζικές αλλαγές, τόσο κοινωνικές όσο και πολιτισμικές. Η υστερορωμαϊκή οικία διαφοροποιείται και η νέα της μορφή ποικίλλει, ανάλογα με τις ανάγκες των νέων κατοίκων της. Η παλαιοχριστιανική οικία γίνεται μικρότερη με μικρότερους χώρους. Τα μεγάλα δωμάτια της υστερορωμαϊκής οικίας διαιρούνται με παραπετάσματα, ώστε να στεγάσουν περισσότερες οικογένειες. Τα ογκώδη έπιπλα μικραίνουν και οι νέες οικίες διαμορφώνονται ανάλογα με τα μέσα, τις ανάγκες και τις επιδιώξεις των Βυζαντινών. Τα παρατράπεζα και τα ανάκλιτρα δίνουν τη θέση τους στο στρογγυλό τραπέζι και στα «σκαμνία» ή τα «θρονία». Κάνουν την εμφάνισή τους τα υφαντά, τα κεντητά στρωσίδια, τα τραπεζομάντιλα, απαραίτητα καλύμματα του τραπέζιού για την ώρα των γευμάτων.

Τόσο η αποθήκευση και διατήρησή της τροφής όσο και η παρασκευή της απασχολούσε το σύνολο των ανθρώπων. Η ποιότητα και η ποσότητά της όμως ποίκιλλαν ανάλογα με την εποχή και την κοινωνική θέση. Η προμήθεια των πρώτων υλών, η ποιότητά τους και ο τρόπος παρασκευής

των γευμάτων, για τη δημιουργία ενός άριστου αποτελέσματος, θεωρούνταν απαραίτητα.

Σε μια κουζίνα βυζαντινού σπιτιού, υπήρχαν βοηθητικά σκεύη και αντικείμενα, για την αποθήκευση και διατήρηση των τροφών, την παρασκευή τους, το σερβίρισμα τους καθώς και την άντληση το σερβίρισμα και την διατήρηση των υγρών.

Τα σκεύη που χρησιμοποιούσαν, όπως φαίνεται από τα αρχαιολογικά ευρήματα, τόσο για την αποθήκευση όσο για τη διατήρηση και τη συντήρηση τροφών, μεγάλων ποσοτήτων λαδιού και κρασιού ήταν κυρίως, οι πίθοι. Αγγεία για την αποθήκευση και διατήρηση προμηθειών μικρότερης ποσότητας ήταν του τύπου του αμφορέα. Για τη διατήρηση φρούτων, ξηρών τροφών, συντηρημένων σε ξίδι ή σε άλμη λαχανικών, ψαριών και κρεάτων, χρησιμοποιούσαν ευρεία αγγεία τύπου πίθων, διαφόρων μεγεθών. Το ύψος και το μέγεθος τους, διέφερε ανάλογα με τη χρήση και τα προς αποθήκευση προϊόντα διατροφής.

Για το άλεσμα των δημητριακών, χρησιμοποιούσαν τον χειρόμυλο. Μεταξύ των οικιακών σκευών, αναφέρεται το χειρομύλιο, με το οποίο οι Βυζαντινοί άλεθαν το σιτάρι στην κουζίνα της οικίας τους και με το αλεύρι ζύμωναν και έψηναν το ψωμί. Ο χειρόμυλος αποτελείτο από δύο στρογγυλές επίπεδες, ηφαιστιογενείς συνήθως πέτρες, σχετικά μικρού μεγέθους, διαμέτρου μέχρι πενήντα εκατοστά. Ο τρόπος λειτουργίας του ήταν όπως και οι μυλόπετρες στους μύλους, που άλεθαν μεγάλες ποσότητες σιτηρών.

Μαρμάρινες ή λίθινες λεκανίδες, με σώμα ανοιχτό, ισχυρό πυθμένα, χοντρά τοιχώματα και επίπεδο χείλος, υπήρχαν στην κουζίνα, ήταν σαν το σημερινό «γουδί». Τις λεκανίδες συνόδευαν, απαραίτητα, μαρμάρινοι ή λίθινοι τριπτύρες (το γουδοχέρι), κατάλληλα επεξεργασμένοι. Χρησίμευαν για την κονιορτοποίηση οσπρίων, σιτηρών, καρπών και καρυκευμάτων, καθώς και για το λιώσιμο υλικών για την παρασκευή ενός γεύματος. Εκτός από την κουζίνα, χρησιμοποιούνταν στη φαρμακευτική, για την ανάμιξη φαρμάκων και παρασκευή αλοιφών, και στη ζωγραφική, για την ανάμιξη χρωμάτων.

Το κυριότερο μαγειρικό σκεύος ήταν και συνέχιζε να είναι η «χύτρα» ή το «τσουκάλιον». Αρχικά, το σώμα της είχε σφαιρικό σχήμα, αργότερα

προστέθηκαν λαβές και πώμα, διαφοροποιήθηκε το χείλος και ο πάτος της, από επίπεδος μετατράπηκε σε κυρτός, τροποποιώντας τον τρόπο του μαγειρέματος των τροφών μετά τη χρήση της πυροστιάς.

Στη διάρκεια των γευμάτων, χρησιμοποιούσαν τα χέρια για τη λήψη της τροφής, από μία λεκανίδα που ήταν τοποθετημένη στο κέντρο του τραπέζιου. Ήδη από τον 1^ο αιώνα μ.Χ. χρησιμοποιούσαν τη «ligula», την κουτάλα και τα κοχλιάρια, που ήταν συνήθως, πήλινα, ξύλινα ή οστείνα. Με το πέρασμα των αιώνων, η χρήση των κοχλιαρίων θεωρήθηκε απαραίτητη. Αυτό αποδεικνύει το κοινωνικό status των ανθρώπων. Οι φτωχοί χρησιμοποιούσαν πήλινα, ξύλινα, οστείνα και σπάνια χάλκινα κουτάλια, οι εύποροι και οι άρχοντες ασημένια και χρυσά. Υπήρχαν, επίσης, μαχαίρια με σιδερένια λεπίδα, κοφτερή με απλή λαβή, ή με λαβή με οστείνη επένδυση ή ακόμη και με επένδυση με πολύτιμα μέταλλα και ανάγλυφες ή εγχάρακτες παραστάσεις. Το πιρούνι ανακαλύφθηκε και χρησιμοποιήθηκε πολύ αργότερα, στο τέλος της μεσοβυζαντινής, στην αρχή της μεταβυζαντινής περιόδου.

Η πολυπλοκότητα των επιτραπέζιων σκευών επηρεάζεται από τις νέες οικονομικές συνθήκες και τις νέες διαφοροποιημένες διατροφικές συνήθειες. Εκτός από τον πηλό, μπαίνει σταδιακά και το γυαλί στην κουζίνα των Βυζαντινών. Τα σκεύη παρασκευής των γευμάτων, τα επιτραπέζια σκεύη και τα κουταλομάχαιρα αποκτούν ιδιαίτερη σημασία και οριοθετούν κοινωνικές τάξεις. Γίνονται πιο φίνα, πιο λεπτά, παρατηρούνται αλλαγές στο σχήμα και την ποιότητά τους.

Τα προϊόντα που συνεχίζουν να είναι απαραίτητα για τη διαβίωση τους, είναι ο σίτος, με βασικότερη τροφή τον άρτο, η ελιά με τις ελιές και το λάδι και η άμπελος με τον οίνο, απόλαυση προσιτή για όλους αλλά και τροφή δυναμωτική, όπως το βουκάκρατο, το πρωινό των απλών και φτωχών ανθρώπων.

Στην ύστερη ρωμαϊκή αυτοκρατορία η βασικότερη τροφή για την επιβίωση των ανθρώπων, ήταν το ψωμί, αλλά υπήρχαν πολλά είδη άρτου. Η ποιότητά του είχε σχέση με το αλεύρι και με τον τρόπο με τον οποίο άλεθαν τα δημητριακά. Υπήρχε ο καθαρός άρτος, «ο σιλίγνιος ή σιλινγίτης», ο οποίος παρασκευαζόταν μόνον από αλεύρι σιταριού. πολύ λεπτά αλεσμένο και καλά κοσκινισμένο. Το «αφράτον ή αφρατίτσιν», ήταν, επίσης, καθαρός

άρτος, ήταν ακριβότερος και τον κατανάλωναν οι εύποροι και οι αξιωματούχοι. Για την κατώτερη τάξη, τους οικονομικά ασθενείς, παρασκεύαζαν τον «κιβαρίτη», το «χονδρόχυλο» και τα «προφούρνια», ψωμί με κατώτερης ποιότητας με αλεύρι, αναμειγμένο με πίτουρα και αλεύρι άλλων δημητριακών. Πάνω στο ψωμί έβαζαν σησάμι. Εκτός από το φρέσκο ψωμί, πολύ διαδεδομένος ήταν ο «κλιβανίτης ἄρτος» και ο «δίπυρος ἄρτος» ή «παξιμάς». Από διπυρίτη ἄρτο έφτιαχναν το «κολλίκιον», που είχε σχήμα κρίκου. Ἄρτους καθαρούς έτρωγαν μόνον οι πλούσιοι και οι ασθενείς, γιατί ήταν πολυδάπανη η κατασκευή τους.

Ο Βυζαντινός στρατός είχε ως βασική τροφή το παξιμάδι από «κλιβανίτη ἄρτο». Το έπαιρνε μαζί του στις εκστρατείες. Την βασική διατροφή των μοναχών αποτελούσαν το ψωμί, τα λάχανα, τα ψάρια και το κρασί. Οι μοναχοί, σε περιόδους νηστείας έτρωγαν το παξιμάδι από «κλιβανίτη ἄρτο», μαζί με λάχανα και κουκιά βρεγμένα και φουσκωμένα, τα οποία ονόμαζαν βρεχοκούκια. Πολλοί μοναχοί που ζούσαν ασκητικά, διατρέφονταν τις περισσότερες μέρες, ιδίως τις ημέρες νηστείας, με το αγιοζούμι, έναν ζωμό που παρασκεύαζαν ρίχνοντας μέσα στο νερό κρεμμύδια, λίγο λάδι και αρκετά μυρωδικά. Το έτρωγαν με φέτες ψωμιού τις οποίες άφηναν να φουσκώσουν.

Οι πλούσιοι και οι αξιωματούχοι αρέσκονταν στο να απολαμβάνουν το κρέας, το κυνήγι και τα μεγάλα και καθαρά ψάρια της Μεσογείου. Οι φτωχοί που αδυνατούσαν να αγοράζουν κρέας και μεγάλα ψάρια, αρκούσαν στα όσπρια, στα δημητριακά, στα λάχανα και στο μαύρο ψωμί. Για να δώσουν γεύση στα φτωχικά και λιτά φαγητά τους, οι φτωχοί και οι ακτήμονες, χρησιμοποιούσαν τα αρτύματα ή ηδύσματα που υπήρχαν σε αφθονία τόσο τα φρέσκα όσο και τα τετριμμένα.

Μαύρο ψωμί, λάχανα, όσπρια, ελιές, κρεμμύδια, ξηροί καρποί και μέλι αποτελούσαν τη λιτή τροφή των οικονομικά αδυνάτων, η οποία ήταν εμπλουτισμένη με καρυκεύματα, δηλαδή κύμινο, αλάτι, πιπέρι, ρίγανη, θυμάρι, κάπαρη, μπαχάρι και κανέλα, τα οποία ήταν εύκολο να προμηθευτεί κάθε νοικοκυρά. Ιδιαίτερα διαδεδομένη στους φτωχούς Βυζαντινούς ήταν η γρούτα, πολτώδες φαγητό από αλεύρι απλό ή καβουρντισμένο και ζεστό

νερό, και σε εξαιρετικές περιπτώσεις, λίγο ελαιόλαδο, όπως το σημερινό κουρκούτι. Οι Βυζαντινοί το αρωμάτιζαν με θρυμβόξυλα ή με φλισκούνη.

Τα λάχανα θεωρούνταν «ευτελής» τροφή, υπήρχε σε μεγάλη αφθονία και η τιμή τους ήταν ευτελής, γι' αυτό και οι καλοφαγάδες και οι εύποροι τα απέφευγαν. Τα όσπρια, όπως και τα λάχανα, ήταν ιδιαίτερα διαδεδομένα, αποτελούσαν το φαγητό των φτωχών και των μοναχών, ιδιαίτερα τις ημέρες της νηστείας. Έτρωγαν τη «μολόχη», που μαγειρεύεται και ως σούπα, και τη τσουκνίδα τηγανητή. Αγαπούσαν τα άγρια χόρτα και τα σπαράγγια. Το βράσιμό των οσπρίων ήταν δύσκολο και γι' αυτό οι Βυζαντινοί συνιστούσαν να βράζονται με σινάπι. Αγαπούσαν ιδιαίτερα τα φασόλια, τα κουκιά, τη φάβα, τις φακές, τα ρεβίθια, τα μπιζέλια και τα λουπινάρια ή θέρμια. Τα βραστά θέρμια, τις βραστές φακές και τα στραγάλια, τα πουλούσαν στους δρόμους οι «πουσκάριοι». Υπήρχε σε αφθονία το σπανάκι, τα βλίτα, τα λάπαθα, οι ασπαράγοι, τα ραδίκια, τα πράσα, η ανθοκράμβη, η κινάρα, το μαγούλιον, το αγγούριον, τα δαυκία ή καρωτά, τα γογγύλια, το κολοκύθι και το μαζιζάνιον. Τα καρότα τα έτρωγαν ψητά και τα πουλούσαν στον δρόμο, οι «δαυκοψήστες».

Καλλιεργούσαν τα σκόρδα και τα κρεμμύδια και έτρωγαν τους αμανίτες, , και τα «ύδνα» που εύρισκαν σε αφθονία στη φύση.

Τα ραπανάκια ήταν από τις αγαπημένες τροφές τους. Οι ευεργετικές του ιδιότητες ήταν πολλές. Το χρησιμοποιούσαν ως διεγερτικό της όρεξης και ως αντίδοτο στις δηλητηριάσεις. Το ραπανάκι εξουδετέρωνε τις παρενέργειες από: 1. τα τσιμπήματα ερπετών, και ιδιαίτερα των σκορπιών, 2. τις τροφικές δηλητηριάσεις από μολυσμένο νερό, δηλητηριώδημανιτάρια ή χαλασμένο φαγητό και 3. την μέθη –το ισχυρότερο αντίδοτο-.

Οι περισσότερες οικογένειες είχαν στην αυλή τους οικόσιτα ζώα. Εκτρέφονταν κυρίως, για τα γαλακτοκομικά προϊόντα και τα αυγά. Το γάλα ήταν από τις πιο βασικές τροφές των ανθρώπων. Σε κάθε σπίτι υπήρχαν οικόσιτα πρόβατα και η συλλογή του γάλατος, δηλαδή το άρμεγμά τους, γινόταν σε ειδικά πήλινα αγγεία. Αγαπούσαν ιδιαίτερα τα αυγά από τις κότες. Θεωρούνταν άριστη τροφή και υπήρχαν άφθονα στα σπίτια των φτωχών. Τα μαγείρευαν κυρίως, τηγανητά ή βραστά αλλά τα έτρωγαν και τρομητά ή χτυπητά και ωμά, τα λεγόμενα «ροφητά». Αναφέρεται σε

κείμενα, ένα ειδικό σκεύος, το «σφουγγατερόν», όπου τηγάνιζαν τα αυγά χτυπημένα, όπως ακριβώς η δική μας ομελέτα.

Τα ψάρια, δεν θεωρούνταν απαγορευμένο γεύμα για ένα τραπέζι φτωχό και λιτό. Στον Βόσπορο και στις πόλεις του Ευξείνου Πόντου, το ρεύμα κατέβαζε πολλά κοπάδια ψαριών, ψαρεύονταν μεγάλες ποσότητες συναγρίδας, παλαμίδας, λακέρδας, τόνου και τσίρου. Το Βυζάντιο το αποκαλούσαν και μητρόπολη του τόνου. Οι Βυζαντινοί ψάρευαν και γέμιζαν το τραπέζι τους με «οψάρια». Ήταν η πιο διαδεδομένη και αγαπητή τους τροφή, και εκτός από τους φτωχούς, στους μοναχούς και στους επισκόπους. Ήταν τέτοια η αγάπη τους για τα ψάρια, που τα μαγείρευαν ακόμα και τις ημέρες της νηστείας, παρά τις σχετικές απαγορεύσεις. Η μεσαία τάξη και οι φτωχοί, περιορίζονταν στα μικρά ψάρια. Έτρωγαν κυρίως πετρόψαρα, πέρκες, σκορπιούς, χάνους παλαμίδες σαρδέλες, σκουμπριά και τσίρους. Τα έφτιαχναν «εκζεστά» (βραστά), τα έβραζαν μέσα σε νερό στο οποίο είχαν προσθέσει λάδι, άνηθο, πράσο και σέλινο, «οφτά» (ψητά) ή «τηγάνου» (τηγανητά).

Η *Καινή Διαθήκη* εκτός από τον σίτο, τον οίνο και το έλαιο αναφέρει και τους ιχθύς ως ένα από τα βασικότερα είδη διατροφής των ανθρώπων. Ο ίδιος ο Χριστός εμφανίζεται να ευλογεί τα ψάρια στη λίμνη της Γενησαρέτ, στην έρημο, όταν χόρτασε πέντε χιλιάδες ανθρώπους που παρακολουθούσαν τη διδασχή του και στη λίμνη της Τιβεριάδας. Για το ψάρεμα των ιχθύων, χρησιμοποιούσαν δίχτυα ή αγκίστρι. Δίχτυα απεικονίζονται σε παραστάσεις μεταγενέστερες του 7^{ου} αιώνα. Σωρός δίχτυων εντοπίστηκε σε ναύαγιο βυζαντινού πλοίου της παλαιοχριστιανικής εποχής. Για το ψάρεμα χρησιμοποιούσαν το αγκίστρι με το βαρίδι. Βρέθηκαν αγκίστρια, παρόμοια με τα σημερινά και βαρίδια ψαρέματος μολύβδινα σε παράκτιες περιοχές, τα οποία βοηθούν στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο αλίευαν οι Βυζαντινοί.

Το κρέας δεν αποτελούσε καθημερινή τους τροφή, σπάνια υπήρχε στο διαιτολόγιο τους. Ήταν δύσκολο να το προμηθευτούν, ήταν ακριβό, αλλά και δεν μπορούσαν να το καταναλώνουν συχνά, εξαιτίας των νηστειών που είχε θεσπίσει η νέα χριστιανική θρησκεία (νήστευαν σχεδόν τις μισές ημέρες του χρόνου). Η κατανάλωση κρέατος, ακόμη και του παστού, ήταν σπάνια πολυτέλεια για το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού. Το παστό χοιρινό,

ήταν πιο προσιτό στους απλούς ανθρώπους και το γεύονταν σε εξαιρετικές περιπτώσεις. Οι φτωχοί που δεν μπορούσαν να αγοράσουν κρέας έτρωγαν από τα σφαχτά το κεφάλι, τα πόδια, τα εντόσθια, τα νεφρά και την καρδιά, παρ' όλο που οι γιατροί τα θεωρούσαν δύσπεπτα και κακόχυμα. Οι Βυζαντινοί έτρωγαν το κρέας βραστό (εφτά ή εκζεστά φαγητά) και ψητό (εψητά ή οφτά). Ο Γρηγόριος Θεολόγος αναφέρει έναν ιδιαίτερο τρόπο μαγειρέματος για τους ανθρώπους της υπαίθρου. Οι βοσκοί συνήθιζαν να βάζουν το κρέας με νερό μέσα σε ένα πήλινο δοχείο, το σφράγιζαν και το κάλυπταν με κοπριά. Στη συνέχεια, το έβαζαν στον ήλιο για μία ολόκληρη μέρα, έβαζαν φωτιά στην κοπριά ώστε να σιγοκαίει και το κρέας είχε βράσει και είχε γίνει μαλακό.

Αρτύματα ή ηδύσματα ονόμαζαν οι Βυζαντινοί ότι έδινε άρωμα ή γεύση στο φαγητό, τα γνωστά σε όλους μας καρυκεύματα. Πολύ διαδεδομένα ήταν, εκτός από το πιπέρι, το κύμινο, το σινάπι και εξωτικά καρυκεύματα από την Ασία όπως το μοσχοκάρυδο, το κύμινο και η κανέλλα. Σημαντική και πολύ γνωστή ήταν και η χρήση του κρόκου, τόσο στο φαγητό, όσο και για θεραπευτικούς σκοπούς. Από το σινάπι, έφτιαχναν ένα είδος μουστάρδας, που συνόδευε τα ψάρια και τα κρέατα. Για να δώσουν χρώμα στο φαγητό τους, χρησιμοποιούσαν το μελάνι της σουπιάς, το κόκκινο πιπέρι για τα κοκκινιστά τους, και τον κρόκο. Το απλό και λιτό φαγητό τους έπαιρνε μια ιδιαίτερη γεύση μια εξαιρετική νοστιμιά και μία ξεχωριστή εμφάνιση. Αυτά υπήρχαν σε αφθονία και η προμήθεια τους ήταν πολύ εύκολη και ιδιαίτερα προσιτή σε όλους.

Αγαπημένα φρέσκα αρτύματα ήταν: τα πράσα, το σέλινο, ο δυόσμος, το μάραθο, το δεντρολίβανο, ο άνηθος, το θυμάρι και η ρίγανη. Αγαπημένο φυτό ευρέως διαδομένο ήταν το σέλινο. Έδινε ένα ιδιαίτερο άρωμα στα φαγητά, ήταν ένα εξάισιο ορεκτικό και είχε άριστες θεραπευτικές ιδιότητες. Βοηθούσε στη χώνεψη και ήταν τονωτικό για τον ανθρώπινο οργανισμό. Επίσης χρησιμοποιούσαν και την κάπαρη, γνωστό φυτό από την αρχαιότητα, η οποία υπήρχε σε αφθονία στις ακτές της Μεσογείου.

Το κρασί ήταν απαραίτητο συνοδευτικό σε κάθε βυζαντινό γεύμα, ακόμη και στο πρωινό (βουκάκρατον). Υπήρχε άφθονο, η τιμή του ήταν προσιτή σε όλους. Το σερβίρισμα του κρασιού, τόσο στις οικίες των Βυζαντινών όσο και στα οινομαγειρεία, γίνονταν σε πήλινα χάλκινα ή

γυάλινα αγγεία τις οινοχόες. Συνήθως τα χαρακτηριστικά τους ήταν το ωοειδές σώμα, ο ψηλός λαιμός, το τριφυλλοειδές στόμιο και η λαβή.

Το γεύμα και το δείπνο στο σπίτι ανθρώπων εύπορων, που ανήκαν στα υψηλά κοινωνικά στρώματα, ήταν μια μικρή ιεροτελεστία. Πρώτα σερβίριζαν ορεκτικά, συνέχιζαν με ψάρι, ή κρέας, τα οποία συχνά συνοδευόταν με σάλτσα –πολύ συνηθισμένο στους βυζαντινούς χρόνους– που λεγόταν γάρος και, τέλος, πρόσφεραν κάποιο γλυκό. Ήταν τόσο μεγάλη η ποικιλία των τροφών, ώστε υπήρχε περιθώριο επιλογής. Κάθε νοικοκυρά είχε την ευχέρεια να διαλέξει κρέας από ερίφια, χοίρους, κυνήγι ή πουλερικά. Το γουρουνόπουλο και το χοιρομέρι ήταν οι αγαπημένοι μεζέδες αρχόντων στο Βυζάντιο. Από τα πουλερικά, βραστά, ψητά ή και στη σχάρα, αγαπημένος μεζές ήταν οι πάπιες, χήνες και τα παγώνια. Από τα ψάρια, προτιμούσαν τα μεγάλα και τα καθαρά. Οι άρχοντες και οι εύποροι Βυζαντινοί αγαπούσαν ιδιαίτερα τα αυγά όχι μόνο από κότες αλλά από πάπιες, χήνες, πέρδικες και φασιανούς. Τα μαγείρευαν, τηγανητά, τρομητά ή χτυπητά και βραστά.

Τα περιχύματα οι γνωστές σάλτσες ή αλλιώς «σαβούραι», τις συναντούμε συχνά στο βυζαντινό τραπέζι, ήταν αγαπημένο συμπλήρωμα στα βυζαντινά γεύματα. Τις χρησιμοποιούσαν για να περιχύνουν ψάρια, λαχανικά και κρέατα, ενώ η πιο δημοφιλής σάλτσα ήταν ο γάρος. Το σαλτσάριο για τις σάλτσες και το γαράριον ή γαρερόν για το γάρο είχαν εξέχουσα θέση στο βυζαντινό τραπέζι.

Ο γάρος ήταν σάλτσα ψαριών που χρησιμοποιούνταν ως καρύκευμα. Πρόσθετε πικάντικη γεύση σε πολλά φαγητά, στα λαχανικά, τα ψάρια, τα όσπρια, το κυνήγι, το κρέας και τα πουλερικά. Ήταν παχιά σάλτσα, ιδιαίτερα θρεπτική, η οποία έδινε μία εξαιρετική γεύση στα φαγητά. Η σάλτσα γίνονταν από τον τεμαχισμό των σπλάχνων, (λόγω του λίπους που περιείχαν), των βραγχίων και του αίματος των ψαριών, όχι μόνο από γαύρο, αλλά σαρδέλες, σκουμπρί και τόνο. Τα έριχναν μέσα σε πίθους, έβαζαν αρωματικά βότανα, όπως ρίγανη δυόσμο, άνηθο κόλιανδρο και άλλα και στη συνέχεια γέμιζαν το σκεύος με αλάτι. Το άφηναν στον ήλιο, για να γίνουν οι απαραίτητες ζυμώσεις και μετά από τρεις μήνες το ανακάτευαν. Στράγγιζαν το υγρό, που ήταν χρώματος πορτοκαλοκαφέ και ημιδιαφανές. Το συγκέντρωναν σε ειδικά μπουκάλια τα γαράρια και το διατηρούσαν για

όλο το χρόνο. Πολλές φορές προσέθεταν στο γάρο πιπέρι και παλιό κρασί. Πήλινα γαράρια και σαλτσάρια εντοπίστηκαν σε ανασκαφές. Το σαλτσάριο θεωρείται εξειδικευμένης χρήσης αγγείο. Πρόκειται για ειδικό πυρίμαχο μαγειρικό σκεύος, που χρησιμοποιούνταν για την παρασκευή και το σερβίρισμα σαλτσών στο τραπέζι.

Τα ψάρια η πιο διαδεδομένη και αγαπητή τροφή, ήταν αρεστά στους πλούσιους. Τα μεγάλα και ακριβά ψάρια, κεφάλια (κέφαλος), συναγρίδες, μπαρμπούνια, λαβράκια, λιθρίνια, καλκάνια ήταν προνόμιο των λίγων, των ευπόρων. Οι Βυζαντινοί κατανάλωναν πολλούς κυπρίνους, λαβράκια, και μπαρμπούνια, από τα οποία ξεχώριζαν γευστικά, το κεφάλι και το συκώτι. Αγαπημένη τροφή, ιδιαίτερα στις ημέρες νηστείας, ήταν τα θαλασσινά τα λεγόμενα «αγνά» ή «αγανά», δηλαδή καλαμάρια, χταπόδια, γαρίδες, χτένια, πεταλίδες, μύδια, στρείδια και αχινοί. Τα μαγείρευαν με διάφορους τρόπους ή τα έτρωγαν ωμά.

Από τα πλούσια γεύματα δεν έλειπαν τα πουλερικά και ιδιαίτερα ο κόκορας. Συνήθως τα έτρωγαν οφτά ή εκζεστά και μερικές φορές, για να εντυπωσιάσουν τα παραγέμιζαν με καρυκείμενα και μετά τα έψηναν. Τις κότες δεν τις μαγείρευαν αμέσως μετά τη σφαγή, αλλά θεωρούσαν απαραίτητο να παραμείνουν μια μέρα μέσα σε ξίδι. Εκτός από τις όρνιθες, αγαπημένα πουλερικά στα τραπέζια των πλουσίων, ήταν περιστέρια, παγώνια, πάπιες, χήνες, ορτύκια, γερανοί, τρυγόνια και φασιανοί. Το κρέας των παγωνιών θεωρούνταν ιδιαίτερα σκληρό και δύσπεπτο. Οι φασιανοί, ήταν και πολυτελές έδεσμα, και το κρέας τους, ήταν νόστιμο και εύπεπτο. Εξαιρετικός μεζές ήταν οι πέρδικες, οι οποίες μαζί με τους φασιανούς εκείνη την εποχή ήταν οικόσιτα πτηνά και στέλνονταν αρκετά συχνά ως δώρο.

Από το κρέας, το οποίο κατανάλωναν αρκετά συχνά, προτιμούσαν αρνιά, κατσίκια, κότες, πουλερικά, καθώς και κυνήγια. Σε ιδιαίτερη εκτίμηση είχαν τα χοιρινά κρέατα. Οι Βυζαντινοί έτρωγαν, κυρίως τον Απρίλιο, αρνί και κατσίκι. Ιδιαίτερο γεύμα εξαιρετικής νοστιμιάς θεωρούσαν το μικρό προβατάκι, το «γλακτάριον» ή «γαλούλιον» ή «λακτέντον» ή «αρνίν βυζαστερόν», το οποίο έφτιαχναν συνήθως, οφτό ή εψητό. Το πρόβατο το θεωρούσαν κρέας ιδιαίτερης νοστιμιάς και το συνιστούσαν για την «καλοστομαχία». Τον μήνα Δεκέμβριο, έτρωγαν

και λαγό, παρόλο που ήταν σκληρός και δύσπεπτος. Πριν από το μαγείρεμα, θεωρούσαν απαραίτητο να βάλουν το κρέας του λαγού μέσα σε ξύδι, για δύο με τρεις μέρες, ώστε να μαλακώσει. Το ίδιο έκαναν για τα μεγάλα και σκληρά κρέατα. Για να εμπλουτίσουν τη γεύση του λαγού, τον έβραζαν μαζί με χοιρινό κρέας, έριχναν μέσα στο τσουκάλι κρασί και μυρωδικά.

Σε πλούσια γεύματα συναντάμε ελάφια, ζαρκάδια και αγριόχοιρους. Το πιο αγαπημένο, όμως, κρέας των Βυζαντινών, ήταν το κρέας του χοίρου. Το χοιρινό κρέας συνήθιζαν να το παστώνουν και να το βράζουν με λαχανικά. Ένας χαρακτηριστικός τρόπος μαγειρέματος ήταν με μέλι στη χύτρα, την οποία συνήθως, σφράγιζαν με ζυμάρι για να μείνουν μέσα όλοι οι ατμοί. Οι Βυζαντινοί θεωρούσαν πολύ νόστιμο και το συκώτι του χοιρινού, το οποίο το έψηναν με λάδι, αλάτι και κόλιαντρο. Το κεφάλι του χοιρινού συνήθιζαν να το μαγειρεύουν, όπως και σήμερα, το έβραζαν πολύ και έφτιαχναν μία πηκτή. Το χοιρινό κρέας το έτρωγαν οι Βυζαντινοί κατά το Δεκέμβριο, έθιμο που υπάρχει και σήμερα στην Ελλάδα, τα λεγόμενα χοιροσφάγια η γουρουνοχαρά. Συχνά, μαγείρευαν το κρέας σε πολύ μικρά κομμάτια κομμένο, περίπου σαν τον δικό μας κιμά.

Τα εντόσθια ενώ τα θεωρούνταν υποδεέστερη τροφή, τα χρησιμοποιούσαν και κατασκεύαζαν με αυτά την αιματιά, κάτι σαν το σημερινό λουκάνικο. Τις «αιματίαις» έφτιαχναν από το παχύ έντερο και από την καρδιά του ζώου, τις θεωρούσαν εξαιρετικό μεζέ και τις έτρωγαν με ευχαρίστηση. Οι μοναχοί απείχαν από τις αιματίαις. Τα έντερα από τα πρόβατα τα έπλεκαν μαζί με εντόσθια και τα έψηναν, σαν το δικό μας κοκορέτσι. Τα αποκαλούσαν και χορδές. Επίσης έφτιαχναν και το γαρδούμιον, κάτι παρόμοιο με τη σημερινή γαρδούμπα.

Ο μόνος τρόπος διατήρησης των κρεάτων και των ψαριών και ο πλέον διαδεδομένος, ήταν το πάστωμα. Συνήθως πάστωναν το κυνήγι, το χοιρινό κρέας, τις τσίχλες το ελάφι και τα ψάρια. Οι Βυζαντινοί, όπως αναφέρεται σε σωζόμενα κείμενα, από τα ψάρια συνήθιζαν να παστώνουν σαρδέλες, αλλά και τσίρους και ρέγγες.

Οι βυζαντινοί αγαπούσαν πολύ τα φρούτα και τους ξηρούς καρπούς. Έτρωγαν πολλά φρούτα που υπήρχαν σε αφθονία και ξηρούς καρπούς, όπως αμύγδαλα, κάστανα, φιστίκια, κουκουνάρια. Είδος πολυτελείας ήταν τα μήλα. Υπήρχαν και ιδιαίτερες ποικιλίες, τα ανθόμηλα, τα στρουθόμηλα

και άλλα. Τα μήλα τα τοποθετούσαν σε χρυσούς δίσκους στο παλάτι, στο τραπέζι του βασιλιά. Πλανόδιοι πωλητές τα πουλούσαν στην αγορά μέσα σε γυάλινα δοχεία. Η συντήρησή τους για όλον τον χρόνο γινόταν σε πιθάρια γεμάτα με άχυρο ή άμμο, μέσα σε υπόγειους σκοτεινούς χώρους. Αγαπούσαν τα «απίδια», «οχνες» ή αχλάδια και τα σύκα, τα «ισχάδια», τα οποία συντηρούσαν σε πήλινα δοχεία με φύλλα δάφνης. Από το τραπέζι των Βυζαντινών, ανάλογα με την εποχή δεν έλειπαν τα κυδώνια, τα μούσμουλα και τα κούμαρα, που υπήρχαν σε μεγάλη αφθονία, καθώς τα σταφύλια, τα αγριοστάφυλα ή αγριοσταπίδες, οι σταφίδες, τα πεπόνια και τα κάστανα ή πιτάκια ή βιστάκια.. Αγαπούσαν πολύ τα ρόδια ή ρόιδα ή γρανάτα, τα βερίκοκα ή βερούκια ή κοκκύμηλα, και τους καρπούς της φοινικιάς τους οποίους έτρωγαν με μεγάλη ευχαρίστηση. Τον χυμό του ροδιού τον χρησιμοποιούσαν στο μαγείρεμα και στις σαλάτες, για να δώσουν πικάντικη και ιδιαίτερη γλυκόξινη γεύση στα φαγητά τους. Έτρωγαν και πολλούς ξηρούς καρπούς, όπως τα αμύγδαλα, τα πικραμύγδαλα, τα καρύδια ή κάρυα, τα φιστούκια, τα κουκουνάρια ή στροβίλια ή στροβίλους, ή κανάρια ή κοκκωνάρια.

Το επιδόρπιο ήταν απαραίτητο στο τραπέζι των Βυζαντινών, ονομαζόταν αναδείπνιο ή επιδείπνιο. Τα γλυκά ονομάζονταν «πλατσένται», «μελίπηκτα», «μελιτηρά», ή «μελώματα» γιατί χρησιμοποιούσαν μέλι για την παρασκευή τους. Η ζάχαρη δεν ήταν εντελώς άγνωστη, αλλά ήταν δυσεύρετη και πολύ ακριβή, δεν είχε τη θέση που είχε το μέλι. Οι Βυζαντινοί έτρωγαν ένα είδος κυδωνόπαστου το «κυδωνάτο» και το «καρυδάτο». Γνωστά και διαδεδομένα ήταν τα «λαλάγγια», ένα είδος γλυκού του τηγανιού, με αλεύρι έφτιαχναν μικρά πιτάκια ξεροτηγανισμένα, με μέλι. Ιδιαίτερα διαδεδομένα ήταν τα παστέλια, πάστελλο ή παστίλλη, γλύκισμα με μέλι και σησάμι., το οποίο έτρωγαν κυρίως στους γάμους. Αγαπημένα γλυκίσματα ήταν η μουστόπιτα και τα πέμματα (γλυκές πίτες), οι σησαμίδες, ο πυραμούς (ψημένο ή βρασμένο σιτάρι με μέλι) και τα υποτρίμματα, γλυκίσματα με ξινή και λίγο καυστική γεύση. Οι «έγκριδες», δηλαδή τα ξεροτήγανα, ένα είδος σημερινού λουκουμά, ήταν ιδιαίτερα αγαπητό γλύκισμα της εποχής και σερβίρονταν με μέλι. Τη γρούτα, την παρασκεύαζαν και γλυκιά, φτιάχνονταν από χυλό αλεύρι και νερό, με μέλι

και σταφίδες ψημένη στο τηγάνι. Επίσης, έτρωγαν μελόπιτα, μία πίττα από μέλι και αλεύρι. Κείμενα αναφέρουν την «κοπτή», αγαπημένο γλύκισμα με φύλλα ξηρούς καρπούς και μέλι, που μοιάζει με το δικό μας μπακλαβά. Το ρυζόγαλο ήταν γνωστό στους βυζαντινούς χρόνους. Πλανόδιοι πωλητές στους δρόμους της πρωτεύουσας, κοντά στον χώρο της αγοράς, πωλούσαν διάφορα φρούτα γλυκίσματα και πίττες αλμυρές. Πολύ γνωστές ήταν οι πλακούντες, αλμυρές πίττες, κάτι σαν τα σημερινά τηγανόψωμα. Πουλούσαν επίσης παστέλια, πέμματα και εγκρίδες. Οι πατέρες της Εκκλησίας, όπως ο Μέγας Βασίλειος, ο Κλήμης ο Αλεξανδρέυς, ο Ιωάννης Χρυσόστομο και ο Γρηγόριος Θεολόγος, συχνά καταφέρονταν εναντίον των πλουσίων που κατανάλωναν «μελίπηκτα».

Πληροφορίες για την διατροφή των ανθρώπων της υστερορωμαϊκής εποχής αντλούμε και από τις επαγγελματικές σχέσεις και συμπεριφορές που σώθηκαν ως τις μέρες μας. Πολλά ήταν τα επαγγέλματα που είχαν σχέση με τη διατροφή. Σαλδαμάριοι, μακελλάριοι, χοιρέμποροι, ιχθυοπράτες, κάπηλοι, κυμινάδες, σιτευτάριοι, αγιάριοι, λαχανάδες, και μάγκητες, όλοι ασχολούνταν με την παρασκευή και διακίνηση τροφίμων. Επιτύμβιες επιγραφές, αντί επωνύμων, εμφανίζουν την επαγγελματική ιδιότητα ανθρώπων, αποδεικνύοντας τη σημαντικότητα των επαγγελμάτων τους, τη διαχρονικότητα και την απαραίτητη και απαρέγκλιτη χρήση των προϊόντων τους για τη διαβίωση και τη διατροφή τους.

Η τέχνη παρέχει πλήθος πληροφοριών για την τροφή και εμφανίζει τον πλούτο και την αφθονία υλικών αγαθών και χρηστικών αντικειμένων ανθρώπων που έζησαν, αγωνίστηκαν και επέζησαν από διωγμούς. Μας κάνει γνωστά θέματα και αντικείμενα μιας εποχής και ανθρώπων που αναγεννήθηκαν, αναπτύχθηκαν και κατόρθωσαν να δημιουργήσουν ένα κράτος μεγάλο και δυνατό, μια αυτοκρατορία που γιγαντώθηκε και έζησε για πολλούς αιώνες. Αέναη κληρονομιά η τέχνη, μέσω της οποίας γνωρίζουμε πτυχές άγνωστες της καθημερινής ζωής και του τρόπου διατροφής.

Ο άρτος, η σημαντικότερη τροφή για την επιβίωση των ανθρώπων, ευλογήθηκε από τον ίδιο τον Κύριο. Ο άρτος με σφραγίδα θεωρούνταν ιερός και είχε σημαντική θέση στην προετοιμασία της θείας ευχαριστίας, από τα πρώτα χριστιανικά χρόνια. Ήταν, όπως ακόμη και σήμερα είναι, μια

προσφορά στις πρώτες παλαιοχριστιανικές εκκλησίες. Η ανακάλυψη πήλινων σφραγίδων ευχαριστηριακού χαρακτήρα, που βρέθηκαν σε περιοχές του ανατολικού Ιλλυρικού, το επιβεβαιώνει και αποδεικνύει τις προτιμήσεις των ανθρώπων και το τελετουργικό της εκκλησίας. Η έξεργη επιφάνεια των πήλινων σφραγίδων και τα σχήματα που απεικόνιζαν, ο σταυρός, ο κύκλος, τα τρίγωνα, οι κοιλότητες και οι αυλακώσεις, συνδέονταν στενά με τη νέα θρησκεία. Μετέτρεπαν τη βασικότερη τροφή των ανθρώπων σε απαραίτητο και αναγκαίο συστατικό για την τέλεση της Θείας Ευχαριστίας, στη διάρκεια ιερών λειτουργιών και ακολουθιών. Το σφραγισμένο καρβέλι ψωμιού το θεωρούσαν προσφορά, πρόσφορο, όπως ακόμη και σήμερα το αποκαλούμε, και το μοίραζαν στο πέρας ορισμένων ακολουθιών, σε ημέρες εορτών επώνυμων αγίων, ή δεσποτικών και θεομητορικών εορτών.

Οι ζωγραφικές απεικονίσεις που υπάρχουν στις κατακόμβες δίνουν πληροφορίες για την καθημερινή ζωή των ανθρώπων, την αφθονία και τον πλούτο των υλικών αγαθών και παρουσιάζουν την πρώτη ιστορία του Χριστιανισμού. Απεικονίζουν βιβλικές σκηνές, σκηνές από την *Παλαιά* και την *Καινή Διαθήκη*, σκηνές γευμάτων πλαισιωμένες από τον πλούτο και την αφθονία, του φυτικού και ζωικού βασιλείου. Στις περισσότερες τοιχογραφίες τάφων του 2^{ου} 3^{ου} και 4^{ου} αιώνα, απεικονίζεται ο παράδεισος. Το συμβολικό αυτό θεματολόγιο εμφανίζεται με την απεικόνιση στους τοίχους των τάφων, αγγείων γεμάτων με οπώρες ή ξηρούς καρπούς, που ενίοτε περιβάλλονται από ζώα, παραδείσια πουλιά και ψάρια, υλικά και πρώτες ύλες οι οποίες υπήρχαν σε αφθονία και συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι ήταν εύκολη η προμήθειά τους.

Από τον 3^ο αιώνα και μετά, η συμβολική απεικόνιση της τροφής στους τοίχους τάφων όπως ο καλός Ποιμένας ή και οπώρες, ξηροί καρποί, πουλιά ιχθείς ζώα και κυνήγι, ήταν σύμβολα που υπαινίσσονταν την αφθονία της πνευματικής τροφής. Ήταν μία προσέγγιση που απεικόνιζε την αφθονία, την ευκολία εύρεσης και προμήθειας των συγκεκριμένων τροφών, βασικών για τη διατροφή των ανθρώπων. Όπως η ελιά μάς δίνει το λάδι και χωρίς αυτό, δεν υπάρχει ζωή, δεν υπάρχει φως, δεν υπάρχει συνέχεια, έτσι και κλαδιά ελιάς και φύλλα με καρπούς συχνά πλαισιώνουν τις παραστάσεις του καλού Ποιμένα, που συμβολίζει τον αμνό του Θεού, τον υιό Του.

Οι ψηφιδωτές παραστάσεις με μία ασύγκριτη τέχνη και σχολαστικό ρεαλισμό των λεπτομερειών, παριστάνουν σύμβολα υλικών αξιών (χρυσάφι, ασήμι, κρυστάλλους), και σύμβολα αφθονίας της φύσης, (παγώνια, ελάφια, ορτύκια, μήλα ρόδια, αχλάδια, κουκουνάρια και φοίνικες). Ο υλισμός αυτός εκπλήσσει και παρουσιάζεται δια μέσου της βυζαντινής τέχνης με πνευματικά μηνύματα. Οι βυζαντινοί καλλιτέχνες δεν προβληματίζονταν ανάμεσα στις πραγματικές διαστάσεις προσώπων, πραγμάτων, φυτών ή ζώων. Σκοπός τους ήταν η ζωγραφική να προσφέρει στον θεατή μία υποκειμενική ερμηνεία μιας παράστασης την οποία ο θεατής θα αποδέχονταν και όχι ένα καθαρό όραμα της φύσης. Όσο όμως, και μα μην επιζητούσαν οι καλλιτέχνες τη μίμηση της πραγματικότητας, αναφέρονταν σε υπαρκτά αντικείμενα ζώα και φυτά των οποίων η αφθονία ήταν δεδομένη και την συναντούσαν δίπλα τους σε μεγάλη προσφορά.

Ένα από τα πλέον αγαπημένα θέματα των καλλιτεχνών, είναι η απεικόνιση καρπών, αυτών που υπήρχαν σε μεγάλη αφθονία στη φύση, ήταν εύκολη η προμήθεια τους και ήταν βασική και απαραίτητη τροφή ανθρώπων όλων των κοινωνικών τάξεων. Τα περισσότερο αγαπημένα ήταν τα ρόδια, τα κουκουνάρια και οι καρποί της φοινικιάς. Αυτά, λόγω του μεγάλου αριθμού σπόρων και καρπών που διαθέτουν, συμβόλιζαν την ευφορία και τον πλούτο. Καρποφόρα στεφάνια με ρόδια, μήλα και αχλάδια συμβολίζουν τη δόξα και τον θρίαμβο του Χριστού, που νίκησε τον θάνατο, και, με την ένδοξη Του ανάσταση, άνοιξε τον δρόμο για τη σωτηρία και τον παράδεισο.

Θεωρώ ότι το εύρος των απεικονιστικών παραστάσεων των εκκλησιών, τόσο των μωσαϊκών δαπέδων όσο και των ψηφιδωτών, παρέπεμπε σε τόπους πλούσιους, εύφορους, ήσυχους, ήρεμους. Ήταν μία πρώτη απεικονιστική παράσταση του παράδεισου, που τόσο πολύ οι άνθρωποι αποζητούσαν αυτή την εποχή. Τα αντίστοιχα ψηφιδωτά και μωσαϊκά των οικιών, αντανακλούσαν τον πλούτο, την αφθονία των τροφών και την ευφορία της γης. Το κυνήγι αποτελούσε ιδιαίτερα αγαπημένο θέμα στη διακόσμηση ψηφιδωτών δαπέδων, μωσαϊκών και χρηστικών αντικείμενων. Η απεικονιστική παράσταση ηρωικών κυνηγιών, εκτός από αγαπημένο θέμα ήταν και μόδα εποχής. Μία παράσταση κυνηγιού απεικόνιζε τον ηρωισμό και τη δύναμη του κυνηγού ήρωα, γι αυτό

θεωρούνταν πολύ σημαντικό θέμα για τον ιδιοκτήτη της παράστασης, του σκεύους ή του αντικειμένου.

Μήλα, αχλάδια, ρόδια, κουκουνάρες, κινήγι, πρόβατα, ψάρια, ελιές και φοίνικες διάσπαρτα, καλύπτουν το βάθος των παραστάσεων σε ψηφιδωτά, μωσαϊκά, τοιχογραφίες, οικίες, εκκλησίες, τόπους ιερούς, αλλά και στις κατακόμβες όπου απεικονίζονται τόσο υλικός παράδεισος του νεκρού, όσο και η πνευματική αφθονία της πίστης. Τα ρόδια και τα κουκουνάρια, λόγω του μεγάλου αριθμού των σπόρων, παραπέμπουν στην αφθονία και τον πλούτο. Η σταδιακή μετάβαση στη μεσοβυζαντινή τέχνη εμφανίζει αλλαγές, τοποθετεί και πλαισιώνει τις παραστάσεις με σχηματοποιημένους βλαστούς και πλατιές ταινίες και προσδιορίζει το τέλος της αρχαιότητας.

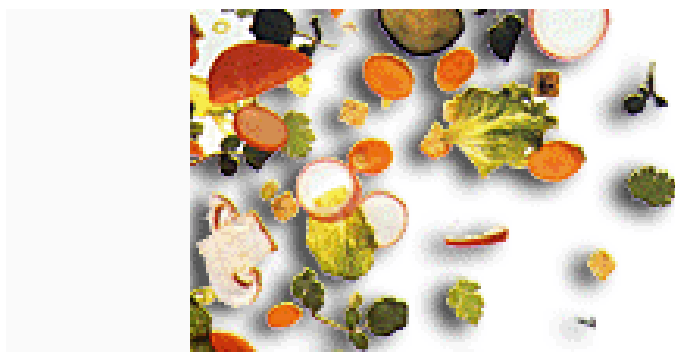
Η μεσαιωνική βυζαντινή τέχνη, κατά την εικονοκλαστική περίοδο, παρουσίαζε μια εντυπωσιακή αναβίωση της τέχνης της προηγούμενης περιόδου. Εικόνες αφθονίας της γης ήταν ευπρόσδεκτες στις διακοσμήσεις των εκκλησιών. Αυτό έληξε με την επικράτηση των εικονολατρών. Στις μετα-εικονομαχικές εκκλησίες, οι αγιογράφοι και οι ψηφοθέτες εστίαζαν πλέον στην τέχνη. Είχαν σταματήσει να διακοσμούν τους ναούς και να τους μετατρέπουν σε «ένα κατάστημα με φρούτα και ένα κλουβί με πτηνά και ψάρια», και ασχολήθηκαν μόνο με την απεικόνιση προσώπων, αγίων, μαρτύρων, σκηνές Μαριολογικές και Χριστολογικές. Γιατί, όπως έγραφε στα κείμενά του ο Ιωάννης Δαμασκηνός, «είναι προτιμότερο να διακοσμούνται οι τοίχοι των ναών, του Οίκου του Κυρίου, με μορφές αγίων και εικόνες μαρτύρων παρά με δένδρα και θηρία».

Η τροφή από μέσο επιβίωσης μετατρέπεται σταδιακά σε μέσο απόλαυσης. Η πολυπλοκότητα της παρασκευής της θεωρήθηκε επιβεβλημένη, καθώς και η αναζήτηση τρόπων διατήρησης των τροφίμων. Η ανάδειξη της γεύσης επεκτάθηκε. Η παρουσία καρυκευμάτων έδωσε στις τροφές την απαραίτητη νοστιμιά. Νέες γεύσεις και νέοι συνδυασμοί αποτέλεσαν αντικείμενο γαστρονομικών πειραμάτων. Τα μπαχαρικά, (τα αρτύματα ή ηδύσματα), αποτελούσαν αναπόσπαστο τμήμα της διατροφής τόσο στη διαδικασία μαγειρικής προετοιμασίας όσο και στο σερβίρισμα, χωρίς να χάνει ποτέ την αυθεντικότητα και την μοναδικότητα της γεύσης.

Η τροφή ήταν και είναι απαραίτητη και σημαντική για τη διαβίωση των ανθρώπων. Τα σωζόμενα αρχαιολογικά ευρήματα και η τέχνη, όμως, μας καθιστά, με τον τρόπο της, γνώστες της εξελικτικής πορείας μιας κουλτούρας. Και η τροφή, όπως και η τέχνη, εξελίσσεται με το πέρασμα των χρόνων. Νέα προϊόντα και καλλιέργειες, ανακαλύψεις νέων σκευών και νέοι τρόποι μαγειρέματος, διευκολύνουν και εξελίσσουν τη μαγειρική τέχνη.

Αλλά κάτι που υπήρχε, ήταν αναγκαίο, από τα πρώτα ως τα ύστερα χρόνια της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας και σε όλη τη διάρκεια της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, ήταν η νοστιμιά. Τροφές απλές, πολύπλοκες, φτωχές αλλά και πλούσιες μαγειρεμένες με μεράκι με καρκεύματα και με αγάπη.

Ακόμη και σήμερα, στον εικοστό πρώτο αιώνα, ακολουθούνται με ευλάβεια οι συνταγές, τόσο οι απλές όσο και οι σύνθετες. Νόστιμα γεύματα με αγνά υλικά, μεγάλη ποσότητα μπαχαρικών, που δίνουν ξεχωριστή γεύση στον ουρανίσκο, είναι η απόλαυση την οποία οι άνθρωποι δεν μπορούν και δεν θέλουν να στερηθούν.



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΠΗΓΕΣ

Καινή Διαθήκη : Αποστολική Διακονία της εκκλησίας της Ελλάδος Αθήνα 1977⁴.

P G : *Patrologia Cursus Completus, Series Graeca*, J. P. Migne (επιμ.), 38 – 55 – 58 – 59.

Αιθερίας Οδοιπορικών 2007²: Αρχ. Νικόδημος ηγούμενος Ι. Μ. Χρυσοποδαριτίσσης Νεζερών, *Αιθερίας Οδοιπορικών εις το Σινά και τους Αγίους Τόπους*, Αθήνα 2007².

Λαυσαϊκή Ιστορία 1996 : Παλλαδίου Επισκόπου Ελενοπόλεως, «Λαυσαϊκή Ιστορία», στο *Φιλοκαλία των Νηπτικών κα Ασκητικών*, Ε. Γ. Μερετάκης (επιμ.), Θεσσαλονίκη 1996 σσ.73 - 85.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αναγνωστάκης 2005 : Η. Αναγνωστάκης, «Τροφικές δηλητηριάσεις στο Βυζάντιο», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρείαι*, Δ. Παπανικολα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005 σσ. 61-110.

Αναγνωστάκης Παπαμαστοράκης 2003: Η. Αναγνωστάκης Τ. Παπαμαστοράκης «...και ραπανάκια για την όρεξη»Περί τραπεζών, ραφανίδων και οίνου Βυζαντινά Σύμμεικτα τόμος 16, Ινστιτούτο Βυζαντινών Ερευνών Αθήνα 2003, σσ.283-303.

Anagnostakis Papamastorakis 2005 : I. Anagnostakis - T. Papamastorakis «"... and Radishes for Appetizers" On Banquets, Radishes, and Wine» στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρείαι*, Δ. Παπανικολα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005 σσ. 147-166.

Βλάχου 2001 : Ε. Βλάχου, «Το βυζαντινό τραπέζι», στο *Η Πολιτεία του Μυστρά*, Π. Καλαμαρά / Α. Μέξια (επιμ.), ΥΠΠΟ, Αθήνα 2001, σσ. 91-103.

Γκιολές 1998² : Ν. Γκιολές, *Παλαιοχριστιανική τέχνη Ναοδομία (200 – 600)*, Αθήνα 1998.

Dalby 2001²: Α. Dalby, *Σειρήνια δείπνα Ιστορία της διατροφής και της γαστρονομίας στην Ελλάδα* Ε. Πατρικίου μετάφραση Ηράκλειο 2001

- Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο 2002 :** Δ. Παπανικόλα – Μπακιρτζή, (επιμ.), *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο*, Κατάλογος έκθεσης, Λευκός Πύργος Θεσσαλονίκη, Αθήνα 2002.
- Καλαμαρά 2001 :** Π. Καλαμαρά, «Η κεραμική», *Μονεμβασία. Αντικείμενα –περιβάλλον-ιστορία. Η Αρχαιολογική Συλλογή*, ΤΑΠ, Αθήνα 2001, σσ. 40-59.
- Καμπάνης 2010 :** Π. Καμπάνης, «Βυζαντινών διατροφή», στο *Ο Πολιτισμός στο τραπέζι*, Χ. Γκατζόλης (επιμ.), Θεσσαλονίκη 2010, σσ. 81 -102.
- Kislinger 2005** Ε. Kislinger «Τρώγοντας και πίνοντας εκτός σπιτιού», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρεία*, Δ. Παπανικόλα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005, σσ.47-60.
- Koder 1994 :** J. Koder, *Ο κηπουρός και η καθημερινή κουζίνα στο Βυζάντιο*, Ίδρυμα Γουλιανδρή–Χορν, Αθήνα 1994.
- Koder 2005 :** J. Koder, «Η καθημερινή διατροφή στο Βυζάντιο με βάση τις πηγές», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρεία*, Δ. Παπανικόλα-Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005, σσ.17-30.
- Κουκουλές 1952 :** Φ. Κουκουλές, *Βυζαντινών βίος και πολιτισμός*, σύνολο τόμων (8) τόμος Α΄ έως τόμος Στ΄, Collection de l'Institut Français d' Athènes, Αθήνα 1952.
- Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Τούρτα 1997 :** Ε. Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Α. Τούρτα, *Περίπατοι στη Βυζαντινή Θεσσαλονίκη*, Αθήνα 1997.
- Κουρκουτίδου-Νικολαΐδου 2002 :** Ε. Κουρκουτίδου Νικολαΐδου, «Η ζωή στην πόλη και την ύπαιθρο», στο *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* Δ. Παπανικόλα-Μπακιρτζή, (επιμ.), Κατάλογος έκθεσης, Λευκός Πύργος Θεσ/νίκη, Αθήνα 2002, σσ. 59 -60.
- Λαζάρη 2008-2009:** Δ. Λαζάρη, *Υγιεινές τροφές και διαιτητικά προϊόντα*, Θεσσαλονίκη 2008-2009.
- Λεοντίου Νεαπόλεως 2000⁴:** Λεοντίου Νεαπόλεως *Ο Άγιος Συμεών ο διά Χριστόν Σαλός*, Μετάφρ. Γ. Μπουδούρης, Π. Γιαχανατζής, Θεσ/νίκη 2000⁴.
- Λόουντεν 2003² :** Τ. Λόουντεν, *Πρώιμη Χριστιανική και Βυζαντινή τέχνη*, Αθήνα 2003².

- Μακρή 2005:** Ε. Μακρή «Η απεικόνιση των οπωρών στην παλαιοχριστιανική τέχνη. Η περίπτωση της Θεσσαλονίκης», *Δελτίο της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας*, Τόμος ΚΣΤ' Αθήνα 2005, σσ. 85-92.
- Maguire 2005 :** H. Maguire, «A fruit story and an aviary : Images of food in house palace, and church», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρεία*, Δ. Παπανικόλα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005, σσ.133-145 .
- Mango 2006 :** C. Mango, *Ιστορία του Βυζαντίου*, Αθήνα 2006.
- Μότσιας 1998 :** Χ. Μότσιας, *Τί έτρωγαν οι Βυζαντινοί*, Αθήνα 1998.
- Montanari 1997 :** M. Montanari, *Πείνα και αφθονία στην Ευρώπη*, Αθήνα 1997.
- Μπακιρτζής 2005 :** Χαράλαμπος Μπακιρτζής «Περί χύτρας», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρεία*, Δ. Παπανικόλα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005, σσ.111 - 116.
- Πανσέληνου 2000⁴ :** Ν. Πανσέληνου, *Βυζαντινή Ζωγραφική : Η Βυζαντινή κοινωνία και οι εικόνες της*, Αθήνα 2000⁴.
- Παπαδόπουλος 1987 :** πρεσβ. Ν. Παπαδόπουλου, *Περί των αρχαιοτάτων χριστιανικών νηστειών*, ΔΕΛΤΙΟ ΒΙΒΛΙΚΩΝ ΜΕΛΕΤΩΝ, τομ. 6 (Ιανουάριος-Ιούνιος 1987) , σσ.51-57.
- Rapadopoulos – Kerameus 1909 :** A. Rapadopoulos – Kerameus *Θαύματα τοῦ Ἁγίου Ἀρτεμίου, Varia Graeca Sacra*, St. Petersburg 1909, σσ. 1-75
- Παπανικόλα-Μπακιρτζή 2005 :** Δήμητρα Παπανικόλα - Μπακιρτζή, «Βυζαντινά επιτραπέζια σκεύη», στο *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρεία*, Δ. Παπανικόλα – Μπακιρτζή (επιμ.), Αθήνα 2005, σσ. 117 – 131.
- Πινγκιάτογλου 2010 :** Σ. Πινγκιάτογλου, «Τροφή και μαγειρική των αρχαίων Ελλήνων και Ρωμαίων», στο *Ο Πολιτισμός στο Τραπέζι*, Χ. Γκατζόλης (επιμ.), Θεσσαλονίκη 2010, σσ. 41-50.
- Ράλλης Ποτλής 1966:** Γ. Ράλλης Μ. Ποτλής, *Σύνταγμα των θείων και ιερών κανόνων των τε αγίων και πανευφήμων αποστόλων και των ιερών οικουμενικών και τοπικών συνόδων και των κατά μέρος αγίων πατέρων*, Γ. Ράλλης Μ. Ποτλής (επιμ.) τόμος Γ' Αθήνα 1966.

- Σαράντη 2003 :** Ε. Σαράντη, «Από την καθημερινότητα του πρωτοβυζαντινού αριστοκράτη», στο *Βυζαντινό κράτος και κοινωνία. Σύγχρονες κατευθύνσεις της έρευνας*, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, Αθήνα 2003, σσ. 57-87.
- Σταμπόγλη 1997 :** Ε.. Σταμπόγλη, *Πρόσκληση σε γέυμα*, Αθήνα 1997.
- Talbot - Rice 2006 :** T. Talbot – Rice, *Ο δημόσιος και ιδιωτικός βίος των Βυζαντινών*, Αθήνα 2006.
- Τρομάρας 2010 :** Λ. Τρομάρας, «Η μαγειρική των Ρωμαίων», στο *Ο Πολιτισμός στο Τραπέζι*, Χ. Γκατζόλης (επιμ.), Θεσσαλονίκη 2010, σσ. 71-80.
- Walter 2002 :** G. Walter, *Η καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο*, Αθήνα 2002.

ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Buckton 1994 :** D. Buckton *BYZANTIUM Treasures of Byzantine Art and culture* D. Buckton (επιμ.), published for the Trustees of the British Museum, by British Museum Press, ΕκδόσειςButler & Tanner Ltd, Λονδίνο 1994
- Byzantium 330 – 1453 2008:** *Byzantium 330 – 1453*, R. Cormack and M. Vassilaki. (επιμ.), Royal Academy of Arts, Λονδίνο 2008.
- Knudsen 2001:** S. Knudsen *Dining aw a Fine Art: Tablewares of the Ancient Romans*, στο Antioch the lost ancient city επιμ. C. Kondoleon, Pristceton, University Press, with Worcester Art Museum, 2001. σσ. 181-184.
- Kondoleon 2001:** C. Kondoleon, *What is on the Banquet table* στο Antioch the lost ancient city επιμ. C. Kondoleon, Pristceton, University Press, with Worcester Art Museum, 2001. σ. 188.
- Varalis 1994 :** Y. Varalis *Un sceau paléochrétien de pain eucharistique de l'agora d' Argos*. In: Bulletin de correspondance hellénique. Volume 118, livraison 2, 1994. pp. 331-342.



ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

<http://www.tsolozidis-collection.org>
<http://steko.iosa.it/2011/08/byzantine-and-christian-museum-of-athens>
<http://www.byzantinemuseum.gr/>
http://en.wikipedia.org/wiki/Catacombs_of_Rome
<http://norfid.files.wordpress.com/2012/01>
<http://archaeology.about.com/od/gterms/qt/Garum.htm>
<http://digitalschool.minedu.gov.gr>
<http://www.nomika-epilekta.g>
<http://exagorefsis.blogspot.gr/2010>
http://tribonio.blogspot.gr/2012/07/blog-post_6291.html
<http://norfid.wordpress.com/2012/01/14/9608/>
<http://www.newadvent.org/fathers/0410.html>
<http://users.sch.gr/pchaloul/protoxr-texni>
<http://www.beazley.ox.ac.uk/gems/default.htm>
http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/tributes/regulations/topikh_04_en_agkyra.htm
<http://el.wikisource.org/wiki>
<http://www.archaiologia.gr/blog/2012>
http://users.sch.gr/ikomninou/Diet_Vyzant/index.html
<http://www.bardo-museum-of-tunis.COM.with-mosaics.html>
<http://www.catacombe.roma.it/it/index.php>
http://www.catholicity.com/encyclopedia/a/animals_in_christian_art.html
<http://norfid.files.wordpress.com/2012/01>
http://en.wikipedia.org/wiki/Catacombs_of_Rome
<http://www.sacred-destinations.com/israel/tabgha-church-of-loaves-and-fishes-.htm>
<http://steko.iosa.it/2011/08/byzantine-and-christian-museum-of-athens>
<http://www.flickr.com/photos/pelegrino/Sant'Apollinare.Nuovo>
<http://www.flickr.com/photos/pelegrino/Sant'Apollinare.Nuovo>
<http://www.sacred-destinations.com/italy/ravenna-sant-apollinare-nuovo>
<http://www.benaki.gr/index>



ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΙΚΟΝΩΝ

Εικ. 1. Καρυκεύματα και αρτύματα Κανέλα, κύμινο, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, θυμάρι, κάπαρη, κρεμμύδια, σκόρδο, ραπανάκια και λάχανα.

Πηγή : <http://www.femina.al/2011/10/kanella-erez-e-shijshme-dhe-e-shendetshme> & <http://alttherapy.blogspot.gr/2012/11> & <http://en.wikipedia.org> & <http://www.healthview.gr> .

Εικ. 2α. Ναυάγιο του 5^{ου} αιώνα στο Γενί Καπί στο Βόσπορο.

Εικ. 2β. Ναυάγιο του 5^{ου} αιώνα στο Γενί Καπί στο Βόσπορο.

Πηγή : <http://www.agelioforos.gr/2011> .

Εικ. 3. Πήλινος αμφορέας.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.409, σ. 353.

Εικ. 4. Οξυπύθμενος πήλινος σαμιακός αμφορέας.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.156, σ. 147.

Εικ. 5. Οξυπύθμενος πίθος.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.405, σ. 351.

Εικ. 6. Πήλινος αμφορέας τύπου σπαθιού.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.408.

Εικ. 7. Πήλινος αμφορέας με σώμα κυλινδρικό.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 154 σ. 144.

Εικ. 8. Πήλινος οξυπύθμενος αμφορέας, από καστανοκόκκινο πηλό.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.155, σ. 144.

Εικ. 9. Πήλινη χύτρα.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 390, σ. 344.

Εικ. 10. Πήλινο τηγανόσχημο σκεύος.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 344, σ. 315.

Εικ. 11. Πήλινο τσουκάλι.

Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.392, σ. 344.

- Εικ. 12.** Πήλινο, μικρό αγγείο, για μαγείρεμα.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 389, σ. 344.
- Εικ. 13.** Χάλκινο σκεύος αντλήσεως.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.387, σ. 343.
- Εικ. 14α.** Μαρμάρινη λεκανίδα .
Εικ. 14β. Μαρμάρινη λεκανίδα.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.418 & 419, σ. 358.
- Εικ. 15.** Μαρμάρινος τριπτήρας.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.422, σ. 360.
- Εικ. 16.** Λίθινος τριπτήρας.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.423, σ. 361.
- Εικ. 17.** Χειρόμυλος.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.424, σ. 361.
- Εικ. 18.** Πήλινο αγγείο με προχοή πιθανόν για άρμεγμα.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.136 σ. 131.
- Εικ. 19.** Πήλινο χωνί από άβαφο ερυθρό πηλό.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.410, σ. 353.
- Εικ. 20.** Χάλκινος κάδος με σκηνές κυνηγιού.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.148, σ. 137.
- Εικ. 21.** Χρηστικά επιτραπέζια και αποθηκευτικά πήλινα σκεύη.
Πηγή : <http://steko.iosa.it/2011/08/byzantine-and-christian-museum-of-athens>.
- Εικ.22.** Πήλινα πινάκια.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 341, 342, 343, σ.315.
- Εικ. 23.** Πήλινη κούπα.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 790, σ. 368.
- Εικ. 24.** Πήλινη κούπα.
Πηγή : <http://www.byzantinemuseum.gr/>.
- Εικ. 25.** Πήλινο μικρό κύπελλο.
Πηγή : <http://www.byzantinemuseum.gr/>.

- Εικ. 26α.** Χάλκινο κοχλιάριο
Εικ. 26β. Οστέινο κοχλιάριο
Πηγή <http://www.tsolozidis-collection.org>.
- Εικ. 27.** Μολύβδινο κοχλιάριο.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 382, σ. 340. .
- Εικ. 28.** Τέσσερα ασημένια κοχλιάρια.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 381, σ. 340.
- Εικ. 29.** Οστέινη χειρολαβή πτυσσόμενου μαχαιριδίου.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 384, σ. 341.
- Εικ. 30.** Σιδερένιο μαχαίρι με οστέινη λαβή.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 385, σ. 341.
- Εικ. 31.** Μικρές πήλινες οινοχόες.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 791 & 793, σ. 369.
- Εικ. 32α.** Πήλινη οινοχόη.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 792, σ. 369.
- Εικ. 32β.** Πήλινη οινοχόη.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 346, σ. 316.
- Εικ. 33.** Γυάλινη οινοχόη.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 259, σ. 224.
- Εικ. 34α.** Χάλκινη οινοχόη.
Εικ. 34β. Χάλκινη οινοχόη.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 334 & 335, σ. 308.
- Εικ. 35α.** Γυάλινο αχνοπράσινο άωτο αγγείο. &
Εικ. 35β. Γυάλινο μονωτό αγγείο, οινοχόη.
Πηγή : Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 349 & 350, , σ. 318.
- Εικ. 36.** Μικροί πήλινοι αμφορίσκοι για το γάρο (γαράρια).
Πηγή : <http://www.pompeisepolta.com/> & <http://pompeiiinpictures.com/>.
- Εικ. 37.** Πήλινο σαλτσάριο.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 362, σ. 328.

- Εικ. 38.** Πήλινο σαλτσάριο.
Πηγή : <http://www.byzantinemuseum.gr/>.
- Εικ. 39α.** Πήλινοι αμφορίσκοι.
Εικ. 39β. Πήλινοι αμφορίσκοι.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 794 & 795, σ. 369.
- Εικ. 40.** Πήλινη σφραγίδα άρτου.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.425, σ. 362.
- Εικ 41.** Πήλινη σφραγίδα άρτου.
Πηγή : Μουσείο Μπενάκη, <http://www.benaki.gr/index>.
- Εικ 42.** Πήλινη σφραγίδα άρτου.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.426, σ. 362.
- Εικ. 43.** Χάλκινη βελόνα πλεξίματος διχτυών.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.172, σ. 157.
- Εικ. 44α.** Χάλκινα αγκίστρια Ψαρέματος.
Εικ. 44β. Χάλκινα αγκίστρια Ψαρέματος.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 173 & 175, σ. 157.
- Εικ. 45α.** Μολύβδινο βαρίδι ψαρέματος.
Εικ. 45β. Μολύβδινο βαρίδι ψαρέματος.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ. 176 & 178, σ. 158.
- Εικ. 46.** Τμήμα μαρμάρινου θωρακίου με ψάρι.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.166, σ. 152.
- Εικ. 47.** Μαρμάρινες κρούστες σε σχήμα δελφινιού από εντοιχίο διάκοσμο.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.165, σ. 152.
- Εικ. 48.** Τμήμα θωρακίου με δελφίνια.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.167, σ. 153.
- Εικ. 49.** Από τις πρώτες παραστάσεις του Μυστικού Δείπνου. Κατακόμβη της Δομιτίλλας.
Πηγή : <http://www.popeVatican/catacombs.html>.
- Εικ. 50.** Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν». Κατακόμβη Αγίας Πρισκίλλας.
Πηγή : <http://www.nomika-epilekta.gr>.

- Εικ. 51.** Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν». Κατακόμβη, Αγίων Πέτρου & Μαρκελλίνου.
Πηγή : <http://digitalschool.minedu.gov.gr>.
- Εικ. 52.** Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν». Κατακόμβη της Αγίας Θέκλας.
Πηγή : <http://exagorefsis.blogspot.gr/2010>.
- Εικ. 53.** Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν», κατακόμβη Αγ. Δομιτίλλας.
Πηγή : http://tribonio.blogspot.gr/2012/07/blog-post_6291.html.
- Εικ. 54.** Κατακόμβη Αγίας Πρισκίλλας αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος.
Πηγή : <http://www.popeVatican/catacombs.html>.
- Εικ. 55.** Κατακόμβη των Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου. αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος. Επιγραφή δεξιά : AGAPE MISCE NOBIS, και αριστερά, IREN(E) P(OR)GE CALDA
Πηγή : http://www.risd.edu/museum_small .
- Εικ. 56.** Κατακόμβη Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου. αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος. Επιγραφή : Δεξιά AGAPE DA CALDA και αριστερά IRENE MISCE.
Πηγή : <http://www.newadvent.org/fathers/0410.htm>.
- Εικ. 57.** Ευχαριστιακή προσφορά από την κατακόμβη του Αγίου Καλλίστου.
Πηγή : http://en.wikipedia.org/wiki/Catacombs_of_Rome.
- Εικ.58α.** Ευχαριστιακό σύμβολο, κατακόμβη Αγίου Καλλίστου,
Πηγή : <http://tribonio.blogspot.gr/2012>.
- Εικ. 58β.** Κατακόμβη της Domitilla, Ρώμη, 3ος αιώνας μ.Χ. - ΙΧΘΥΣ και ο Σταυρός.
Πηγή : <http://users.sch.gr/pchaloul/protoxr-texni>.
- Εικ. 58γ.** ΙΧΘΥΣ - Κατακόμβη Αγίου Σεβαστιανού.
Πηγή : http://tribonio.blogspot.gr/2012/07/blog-post_6291.html.
- Εικ. 58δ.** Περιστέρι με κλαδί ελιάς.
Πηγή : http://tribonio.blogspot.gr/2012/07/blog-post_6291.html.
- Εικ. 59.** Επιγραφή του σιτευταρίου Παύλου.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.134, σ. 130.

- Εικ. 60.** Επιγραφή από σχιστόλιθο με αναφορά σε γιδοβοσκό.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.135, σ. 130.
- Εικ. 61.** Επιγραφή του σαλγαμαρίου Ονήσιμου.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.20, σ. 72.
- Εικ. 62.** Επιγραφή του σαλγαμαρίου κυρτά Ανδρέα.
Πηγή : *Καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο* 2002, εικ.21, σ. 73.
- Εικ. 63.** Εγχάρακτος Αιματίτης με την επιγραφή CTOMAXΟΥ.
Πηγή : <http://www.beazley.ox.ac.uk/gems/default.htm>.
- Εικ. 64.** Φυλακτό (Σφραγίς Σολομώντος) από αιματίτη.
Πηγή : Μουσείο Μπενάκη.
- Εικ. 65.** Μωσαϊκό δάπεδο από τη Δάφνη της Αντιόχειας μάς αποκαλύπτει την αφθονία που παρουσίαζε ένα τραπέζι, του 2^{ου} αιώνα..
Πηγή : Antioch the lost ancient city επιμ. C. Kondoleon, 2001, εικ.1, σ. 183.
- Εικ. 66.** «Ασάρωτος οίκος» ψηφιδωτό δάπεδο , το οποίο προέρχεται από τον Αβεντίνο λόφο της Ρώμης έργου του Σώσου.
Πηγή : <http://www.archaiologia.gr>.
- Εικ. 67.** Πουλερικά δένδρα και λαχανικά στον κήπο εξοχικής κατοικίας. Ψηφιδωτό δάπεδο 4ου 5ου αιώνα.
Πηγή : <http://en.tunisientunisie.com/tunisia-national-museum-of-bardo>.
- Εικ. 68.** Ψηφιδωτά δάπεδα οικιών.
Πηγή : <http://www.pbase.com/bmcmorrow/bardomuseum&page=3>.
- Εικ. 69.** Ψηφιδωτά δάπεδα οικιών.
Πηγή : <http://www.pbase.com/bmcmorrow/bardomuseum&page=3>.
- Εικ. 70.** Ψηφιδωτά από ρωμαϊκές οικίες στην Τυνησία.
Πηγή : <http://www.bardo-museum-of-tunis.COM.with-mosaics.html>.
- Εικ. 71.** Ψηφιδωτά από ρωμαϊκές οικίες στην Τυνησία..
Πηγή : <http://www.bardo-museum-of-tunis.COM.with-mosaics.html>.

- Εικ. 72.** Το αρχαιότερο ψηφιδωτό δάπεδο στην κατακόμβη κάτω από τον ναό του Αγίου Γεωργίου στο Ριχάμπ της Ιορδανίας.
Πηγή : Εφημερίδα «Ελευθεροτυπία» 10 / 06./ 2008 φωτογραφία του Κέντρου Αρχαιολογικών Μελετών του Ριχάμπ, Αμπντούλ Καντέρ Χασάν.
- Εικ. 73.** Στην Tabgha, στη Γαλιλαία του Ισραήλ, ναός αφιερωμένος στο θαύμα του Χριστού του χορτασμού των πέντε χιλιάδων ανθρώπων.
Πηγή : <http://www.sacred-destinations/tabgha-church-of-loaves-and-fishes-.htm>
- Εικ. 74α.** Μωσαϊκό δάπεδο ναού στην Πέτρα της Ιορδανία.
Εικ. 74β. Λεπτομέρεια μωσαϊκού δαπέδου.
Πηγή : [.http://mosaicartsource..com/2007/01/21/petra-church-mosaic-floors/](http://mosaicartsource..com/2007/01/21/petra-church-mosaic-floors/).
- Εικ. 75α.** Ναός Αγίου Γεωργίου, Μάνταμπα, Ιορδανίας. Χάρτης των Αγίων Τόπων με
Εικ. 75β. την χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής 6^{ος} αιώνας.
Εικ. 75γ. »
Εικ. 75δ. »
Πηγή : <http://mosaics.com/2010/11/6th-century-mosaic-map-st-georges.html>.
- Εικ. 76.** Ροτόντα : Λεπτομέρεια του ψηφιδωτού διακόσμου στην καμάρα της ΝΑ κόγχης.
Πηγή : Ε. Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Α. Τούρτα, *Περίπατοι στη Βυζαντινή Θεσσαλονίκη*, Αθήνα 1997, εικ. 60, σ.58.
- Εικ. 77.** Ροτόντα : Λεπτομέρεια από τα ψηφιδωτά του θόλου, (ένα παραδείσιο παγώνι).
Πηγή : Ε. Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Α. Τούρτα, *Περίπατοι στη Βυζαντινή Θεσσαλονίκη*, Αθήνα 1997, εικ. 63, σ.60.
- Εικ. 78.** Ροτόντα : Ψηφιδωτή σύνθεση με καρπούς, κλαδιά και φύλλα δένδρων.
Πηγή : Ε. Κουρκουτίδου- Νικολαΐδου & Α. Τούρτα, *Περίπατοι στη Βυζαντινή Θεσσαλονίκη*, Αθήνα 1997, εικ. 70, σσ. 66-67.
- Εικ. 79.** Ροτόντα : Ο ψηφιδωτός διάκοσμος.
Πηγή : <http://www.sacred-destinations.com/greece/thessaloniki-rotunda>.
- Εικ. 80.** Romania, Costanza: Στο βόρειο ημισφαίριο του τόξο πρώιμη απεικόνιση του Μυστικού Δείπνου ή ενός συμποσίου.
Πηγή : http://unamsanctamcatholicam.blogspot.gr/2011_01_01_archive.html.
- Εικ. 81α.** Santa Costanza : Το ψηφιδωτό από το μασωλείο (Λεπτομέρεια).
Εικ. 81β. Santa Costanza : Το ψηφιδωτό από το μασωλείο.
Πηγή : <http://www.museumsyndicate.com/item.php>.

- Εικ. 82α.** Santa Costanza : Η ταινία της ψηφιδωτής διακόσμησης του περιμετρικού διαδρόμου.
- Εικ. 82β.** Santa Costanza: Η διακόσμηση του περιμετρικού διαδρόμου, (λεπτομέρεια).
- Εικ. 82γ.** Santa Costanza: Η διακόσμηση (Λεπτομέρεια).
Πηγή : http://en.wikipedia.org/wiki/File:Santa_costanza_mosaic.jpg.
- Εικ. 83.** Santa Costanza : Τα ψηφιδωτά του νότιου και του βόρειου κλίτους, με βουκολικές σκηνές από την αγροτική ζωή.
Πηγή : Τ. Λόουντεν, *Πρώιμη Χριστιανική και Βυζαντινή τέχνη*, Αθήνα 2003², εικ.18, σ. 41.
- Εικ. 84.** Santa Costanza : Τα ψηφιδωτά με σκηνές τρύγου, κλαδιά αμπέλου, ερωτιδεΐς, πουλιά και καρπούς.
Πηγή : <http://www.musivumopus.com/paleo.htm>.
- Εικ. 85α.** Santa Croce: Το μασωλείο της Γάλλας Πλακιδίας.
- Εικ. 85β.** Λεπτομέρεια του ψηφιδωτού.
Πηγή : <http://counterlightsrantsandblather.gr/2009/09/creation-of-christian-art.html>.
- Εικ. 86.** Santa Croce: Ο Καλός Ποιμένας κοσμεί το τύμπανο του ανατολικού τόξου.
Πηγή : Ν. Πανσέληνου, *Βυζαντινή Ζωγραφική : Η Βυζαντινή κοινωνία και οι εικόνες της*, Αθήνα 2000⁴, εικ.24, σ.70.
- Εικ. 87.** Santa Croce: Στα τύμπανα απεικονίζονται ελάφια σκυμμένα στη πηγή της ζωής πουλιά περιστέρια, παραδείσια πουλιά και φρούτα.
Πηγή : <http://counterlightsrantsandblather.gr/2009/09/creation-of-christian-art.html>.
- Εικ. 88α.** Άγιος Βιτάλιος, Ραβέννα: Η καμάρα του ιερού.
- Εικ. 88β.** Λεπτομέρεια ψηφιδωτού.
Πηγή : Ν. Πανσέληνου, *Βυζαντινή Ζωγραφική : Η Βυζαντινή κοινωνία και οι εικόνες της*, Αθήνα 2000⁴, εικ.32, σ.79.
- Εικ. 89α.** San Vitale, Ραβέννα: Η φιλοξενία του Αβραάμ.
- Εικ. 89β.** Άγιος Βιτάλιος, Ραβέννα: Η φιλοξενία του Αβραάμ.(Λεπτομέρεια).
Πηγή : Τ. Λόουντεν, *Πρώιμη Χριστιανική και Βυζαντινή τέχνη*, Αθήνα 2003², εικ.78, σ. 130.
- Εικ. 90.** Άγιος Απολλινάριος in Classe, Ραβέννα: Ο ψηφιδωτός διάκοσμος στην αψίδα του ιερού.
Πηγή : Τ. Λόουντεν, *Πρώιμη Χριστιανική και Βυζαντινή τέχνη*, Αθήνα 2003² εικ. 83, σ.137.
- Εικ. 91.** Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : τα ψηφιδωτά.
Πηγή : http://en.wikipedia.org/wiki/Basilica_of_Sant'Apollinare_Nuovo.

Εικ. 92. Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : Ψηφιδωτή παράσταση, «Το κάλεσμα των αποστόλων Ανδρέα και Πέτρου».
Πηγή : <http://www.flickr.com/photos/pelegrino/Sant'Apollinare.Nuovo>.

Εικ. 93. Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : «Το θαύμα των άρτων και των ιχθύων».
Πηγή : <http://www.sacred-destinations.com/italy/ravenna-sant-apollinare-nuovo>

Εικ. 94. Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : Ψηφιδωτή παράσταση, «Ο Μυστικός Δείπνος».
Πηγή : <http://www.flickr.com/photos/pelegrino/Sant'Apollinare.Nuovo>.



ΕΙΚΟΝΕΣ



Εικ. 1. Καρυκεύματα και αρτύματα Κανέλα, μοσχοκάρυδο, κύμινο, ρίγανη, θυμάρι, κάπαρη, κρεμμύδια, σκόρδο, καρότα, ραπανάκια και λάχανα.

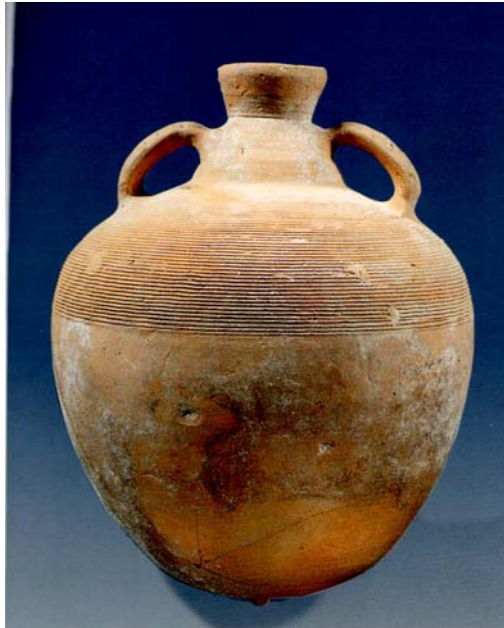


Εικ. 2α.

Ναυάγιο του 5^{ου} αιώνα στο Γενί Καπί στο Βόσπορο.



Εικ. 2β.



Εικ. 3. Πήλινος αμφορέας με σφαιρικό σώμα.



Εικ. 4. Οξυπύθμενος αμφορέας.



Εικ. 5. Οξυπύθμενος πίθος.



Εικ. 6. Πήλινος αμφορέας τύπου σπαθιού.



Εικ. 7. Πήλινος αμφορέας.



Εικ. 8. Πήλινος οξυπύθμενος αμφορέας, από καστανοκόκκινο πηλό.



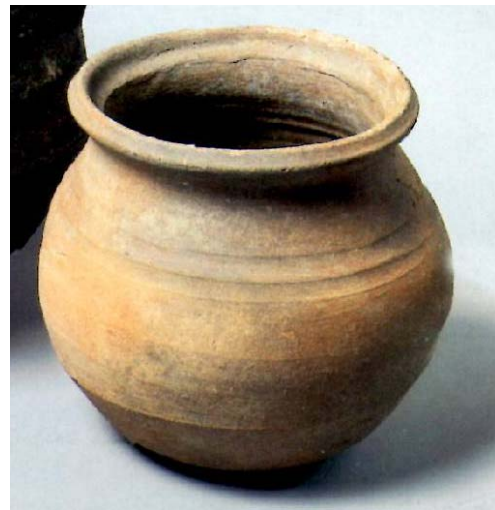
Εικ. 9. Πήλινη χύτρα.



Εικ. 10. Πήλινο τηγανόσχημο σκεύος



Εικ. 11. Πήλινο τσουκάλι.



Εικ. 12. Πήλινο αγγείο, για μαγείρεμα.



Εικ. 13. Χάλκινο σκεύος αντλήσεως.



Εικ. 14α. Μαρμάρινη λεκανίδα..



Εικ. 14β. Μαρμάρινη λεκανίδα.



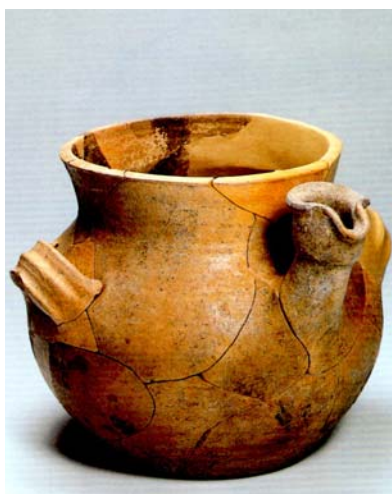
Εικ. 15. Μαρμάρινος τριπτήρας .



Εικ. 16. Λίθινος τριπτήρας.



Εικ. 17. Χειρόμυλος.



Εικ. 18. Πήλινο αγγείο με προχολή πιθανόν για άρμεγμα.



Εικ. 19. Πήλινο χωνί από άβαφο ερυθρό πηλό.



Εικ.20. Χάλκινος κάδος με σκηνές κυνηγιού.



Εικ. 21. Χρηστικά επιτραπέζια και αποθηκευτικά πήλινα σκεύη.



Εικ. 22. Πήλινα πινάκια.



Εικ. 23. Πήλινη κούπα.



Εικ. 24. Πήλινο κύπελλο.



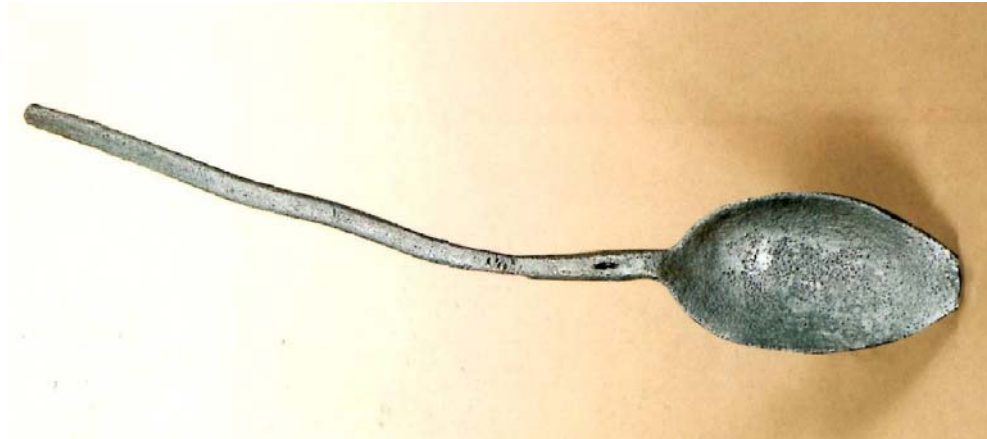
Εικ. 25. Πήλινο μικρό κύπελλο.



Εικ. 26α. Χάλκινο κοχλιάριο



Εικ. 26β. Οστέινο κοχλιάριο.



Εικ. 27. Μολύβδινο κοχλιάριο.



Εικ. 28. Τέσσερα ασημένια κοχλιάρια.



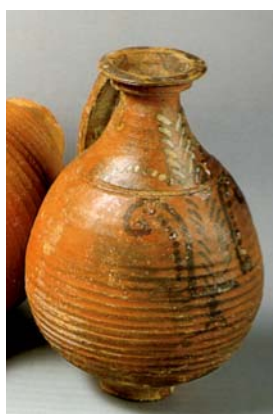
Εικ. 29. Οστέινη χειρολαβή πτυσσόμενου μαχαριδίου.



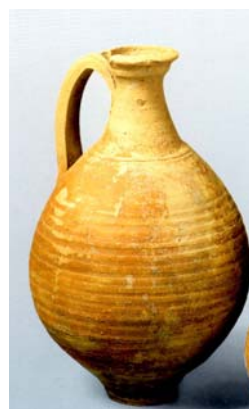
Εικ. 30. Σιδερένιο μαχαίρι με οστέινη λαβή.



Εικ. 31. Μικρές πήλινες οινοχόες.



Εικ. 32α. Πήλινη οινοχόη.



Εικ. 32β. Πήλινη οινοχόη.



Εικ. 33. Γυάλινη οينوχόη.



Εικ. 34α. Χάλκινη οينوχόη.



Εικ. 34β. Χάλκινη οينوχόη.



Εικ. 35α Γυάλινο αχνοπράσινο άωτο αγγείο.



Εικ. 35β Γυάλινο μονωτό αγγείο, οينوχόη.



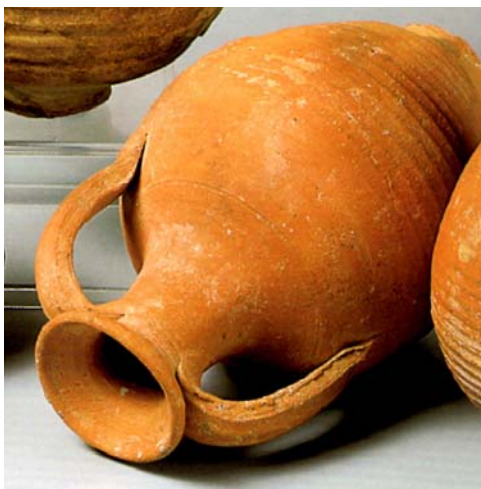
Εικ. 36. Μικροί πήλινοι αμοφορίσκοι για το γάρο (γαράρια) .



Εικ. 37. Πήλινο σαλτσάριο.



Εικ. 38. Πήλινο σαλτσάριο.



Εικ. 39α. Πήλινοι αμοφορίσκοι.



Εικ. 39β Πήλινοι αμοφορίσκοι.



Εικ. 40. Πήλινη σφραγίδα άρτου.



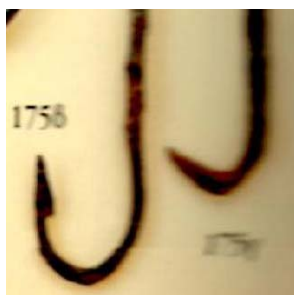
Εικ 41. Πήλινη σφραγίδα άρτου.



Εικ 42. Πήλινη σφραγίδα άρτου.



Εικ. 43. Χάλκινη βελόνα πλεξίματος διχτυών.



Εικ. 44α. Χάλκινα αγκίστρια Ψαρέματος. Εικ. 44β. Χάλκινα αγκίστρια Ψαρέματος.



Εικ. 45α. Μολύβδινο βαρίδι ψαρέματος.

Εικ. 45β. Μολύβδινο βαρίδι ψαρέματος.



Εικ. 46. Τμήμα μαρμάρινου θωρακίου με ψάρι.

Εικ. 47. Μαρμάρινες κρούστες σε σχήμα δελφινιού από εντοίχιο διάκοσμο.



Εικ. 48. Τμήμα θωρακίου με δελφίνια.



Εικ. 49. Από τις πρώτες παραστάσεις του Μυστικού Δείπνου. Κατακόμβη της Δομιτίλλας.



Εικ. 50. Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν». Κατακόμβη Αγίας Πρισκίλλας.



Εικ. 51. Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν». Κατακομβη, Αγίων Πέτρου & Μαρκελλίνου.



Εικ. 52. Κατακόμβη της Αγίας Θέκλας. Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν».



Εικ. 53. Κατακόμβη Αγ. Δομιτίλλας. Ο Χριστός ως «Κάλος Ποιμήν».



Εικ. 54. Κατακόμβη Αγίας Πρισκήλλας, αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος.



Εικ. 55. Κατακόμβη των Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου, αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος. Επιγραφή δεξιά : AGAPE MISCE NOBIS, και αριστερά, IREN(E) P(OR)GE CALDA



Εικ. 56. Κατακόμβη Αγίων Πέτρου και Μαρκελλίνου. αναπαράσταση κοινού ευχαριστιακού γεύματος. Επιγραφή : Δεξιά AGAPE DA CALDA και αριστερά IRENE MISCE.



Εικ. 57. Ευχαριστιακή προσφορά από την κατακόμβη του Αγίου Καλλίστου.



Εικ.58α. Ευχαριστιακό σύμβολο, κατακόμβη Αγίου Καλλίστου.



Εικ. 58β. Κατακόμβη της Domitilla, 3ος αιώνας μ.Χ. - ΙΧΘΥΣ και ο Σταυρός.



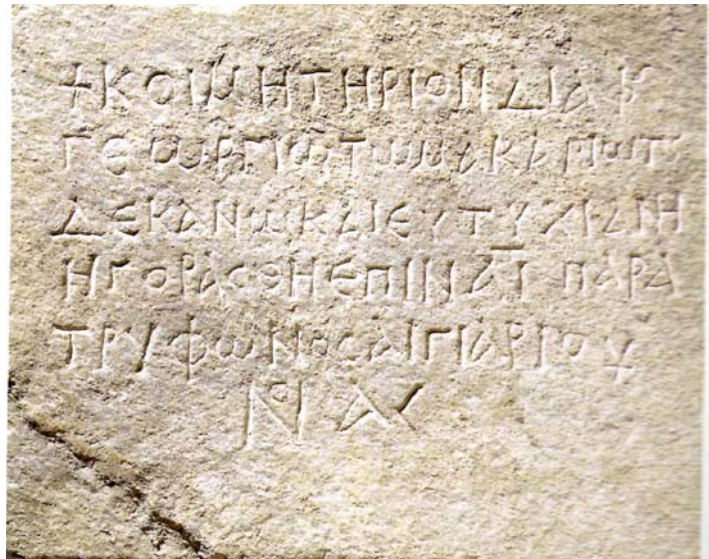
Κατακόμβη Αγίου Σεβαστιανού.

Εικ. 58γ. ΙΧΘΥΣ.

Εικ. 58δ. Περιστερί με κλαδί ελιάς.



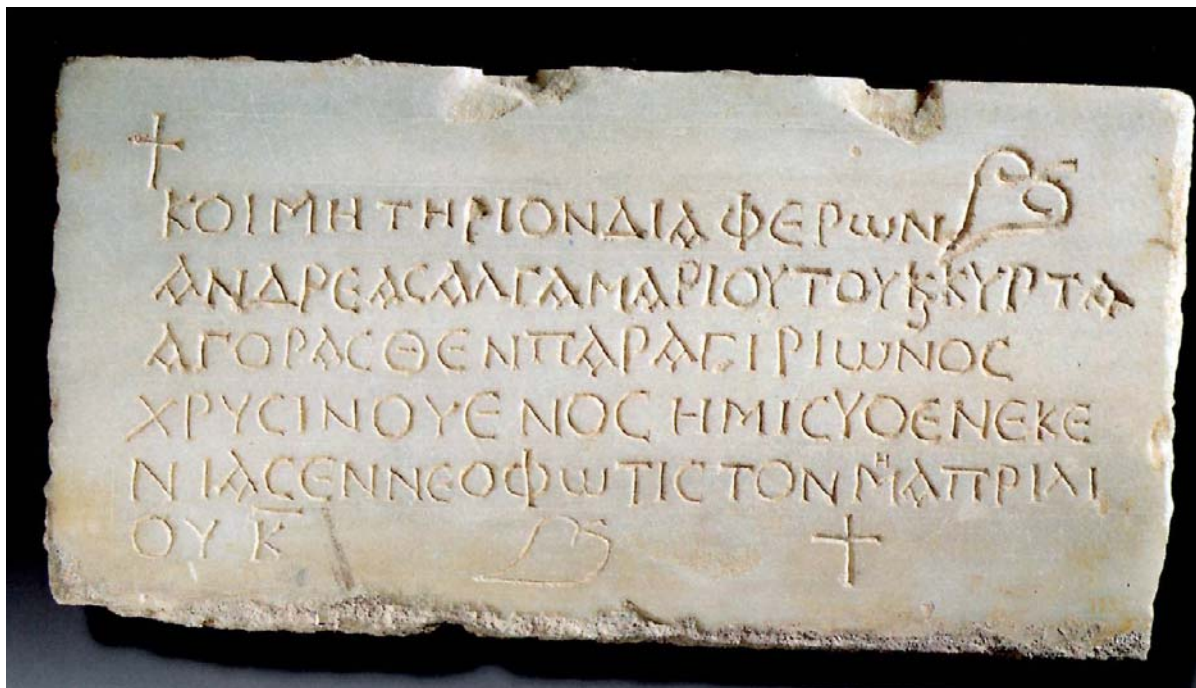
Εικ. 59. Επιγραφή του σιτευταρίου Παύλου.



Εικ. 60. Επιγραφή από σχιστόλιθο αναφορά στο Τρύφωνα τον γιδοβοσκό.



Εικ. 61. Επιγραφή του σαλγαμαρίου Ονήσιμου.



Εικ. 62. Επιγραφή του σαλαμαρίου κυρτά Ανδρέα.



Εικ. 63. Εγχάρακτος Αιματίτης με την επιγραφή ΣΤΟΜΑΧΟΥ. από αιματίτη.



Εικ. 64. Φυλακτό (Σφραγίς Σολομώντος) από αιματίτη.



Εικ. 65. Μωσαϊκό δάπεδο από τη Δάφνη της Αντιόχειας μάς αποκαλύπτει την αφθονία που παρουσίαζε ένα τραπέζι, του 2^{ου} αιώνα .



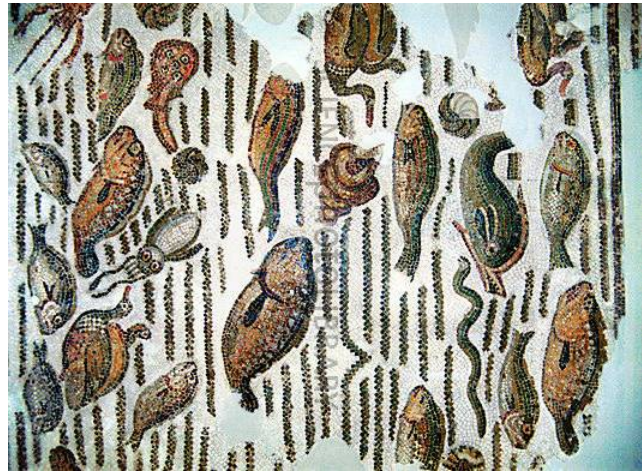
Εικ. 66. «Ασάρωτος οίκος» ψηφιδωτό δάπεδο , το οποίο προέρχεται από τον Αβεντίνο λόφο της Ρώμης έργου του Σώσου.



Εικ. 67. Πουλερικά δένδρα και λαχανικά στον κήπο εξοχικής κατοικίας. Ψηφιδωτό δάπεδο 4ου 5ου αιώνα.



Εικ. 68. Ψηφιδωτά δάπεδα οικιών.



Εικ. 69. Ψηφιδωτά δάπεδα οικιών.



Εικ. 70. Ψηφιδωτά από ρωμαϊκές οικίες στην Τυνησία.



Εικ. 71. Ψηφιδωτά από ρωμαϊκές οικίες στην Τυνησία.



Εικ. 72. Το αρχαιότερο ψηφιδωτό δάπεδο στην κατακόμβη κάτω από τον ναό του Αγίου Γεωργίου στο Ριχάμπ της Ιορδανίας.



Εικ. 73. Στην Tabgha, στη Γαλιλαία του Ισραήλ, ναός αφιερωμένος στο θαύμα του Χριστού του χορτασμού των πέντε χιλιάδων ανθρώπων.



Εικ. 74α. Μωσαϊκό δάπεδο ναού στην Πέτρα της Ιορδανίας.



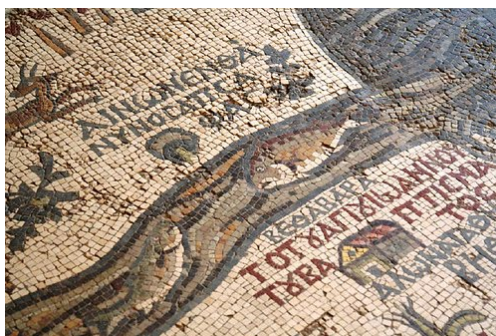
Εικ. 74β. Λεπτομέρεια μωσαϊκού δαπέδου.



Εικ. 75α.



Εικ. 75β.



Εικ. 75γ.



Εικ. 75δ.

Ναός Αγίου Γεωργίου, Μάνταμπα, Ιορδανίας. Χάρτης των Αγίων Τόπων με την χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής 6^{ος} αιώνας.



Εικ. 76. Ροτόντα : Λεπτομέρεια του ψηφιδωτού διακόσμου στην καμάρα της ΝΑ κόγχης.



Εικ. 77. Ροτόντα : Λεπτομέρεια από τα ψηφιδωτά του θόλου, (ένα παραδείσιο παγώνι).



Εικ. 78. Ροτόντα : Ψηφιδωτή σύνθεση με καρπούς, κλαδιά και φύλλα δένδρων.



Εικ. 79. Ροτόντα : Ο ψηφιδωτός διάκοςμος.



Εικ. 80. Romania Costanza: Στο βόρειο ημισφαίριο του τόξου μία πρόμη απεικόνιση του Μυστικού Δείπνου ή ενός συμποσίου.



Εικ. 81α. Santa Costanza : Το ψηφιδωτό από το μασωλείο (Λεπτομέρεια).



Εικ. 81β. Santa Costanza : Το ψηφιδωτό από το μανσωλείο.



Εικ. 82α. Santa Costanza : Η ταινία της ψηφιδωτής διακόσμησης του περιμετρικού διαδρόμου.



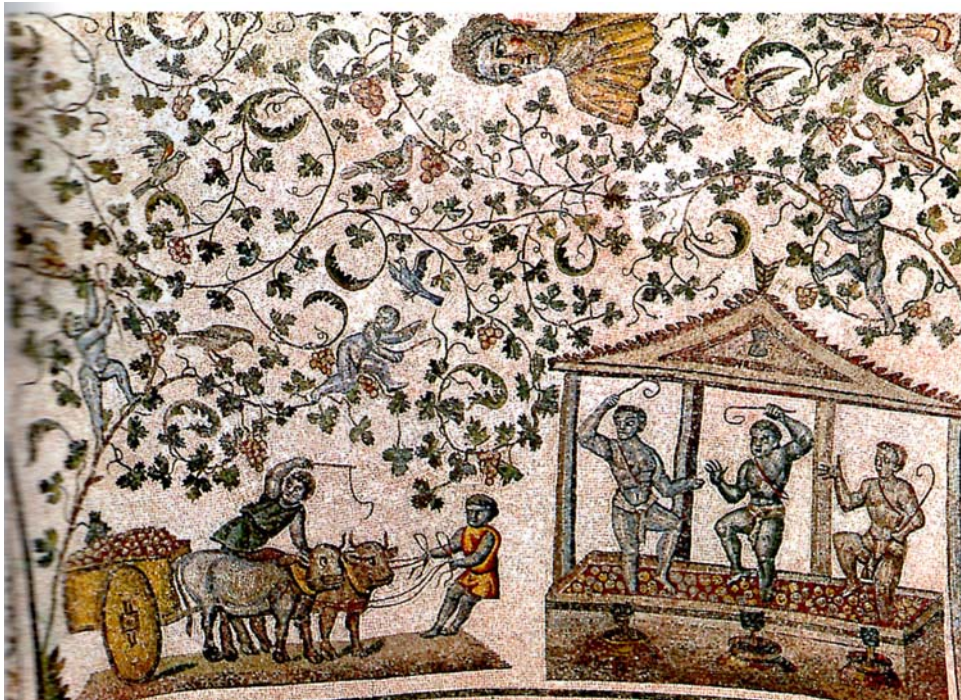
Εικ. 82β. Santa Costanza: Η διακόσμηση του περιμετρικού διαδρόμου, (λεπτομέρεια).



Εικ. 82γ. Santa Costanza: Η διακόσμηση (Λεπτομέρεια)



Εικ. 83. Santa Costanza : Τα ψηφιδωτά με βουκολικές σκηνές από την αγροτική ζωή.



Εικ. 84. Santa Costanza : Τα ψηφιδωτά με σκηνές τρύγου, κλαδιά αμπέλου, ερωτιδείς, πουλιά και καρπούς.



Εικ. 85α. Santa Croce: Το μασωλείο της Γάλλας Πλακιδίας.



Εικ. 85β. Λεπτομέρεια του ψηφιδωτού.



Εικ. 86. Santa Croce: Ο Καλός Ποιμένας, στο τύμπανο του ανατολικού τόξου.



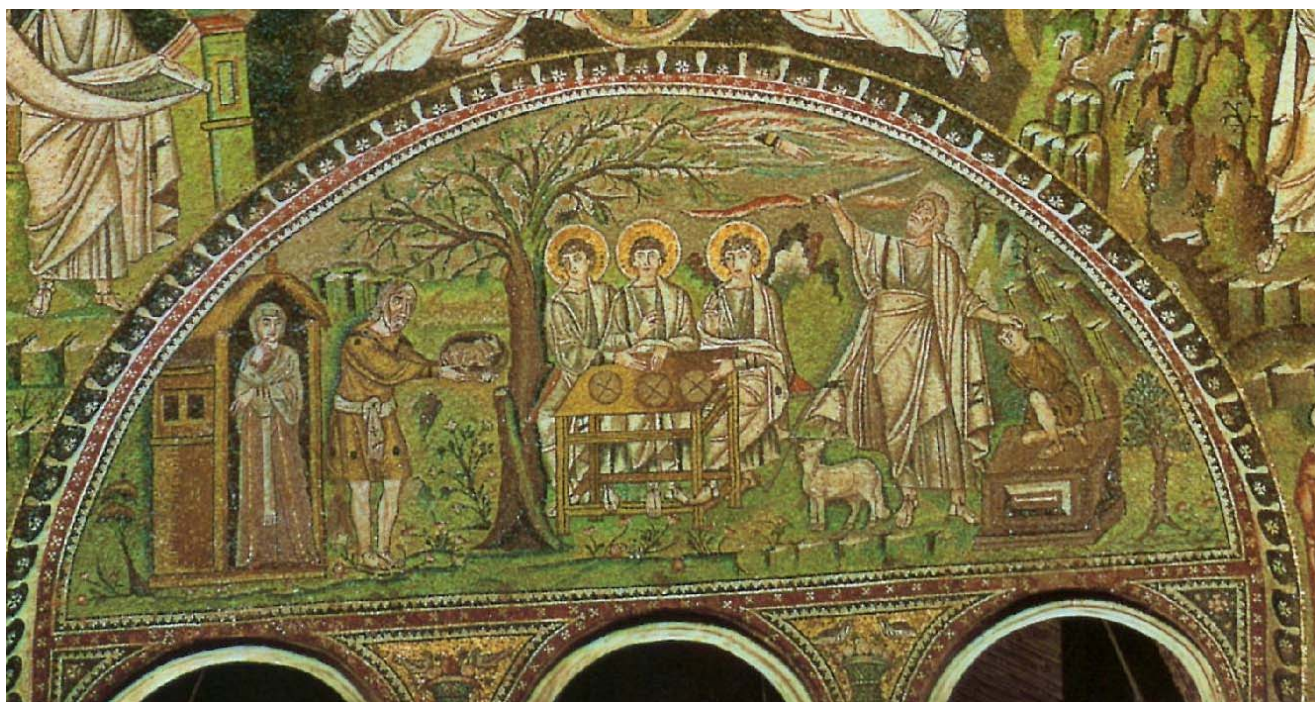
Εικ. 87. Santa Croce: Στα τύμπανα απεικονίζονται ελάφια σκυμμένα στη πηγή της ζωής πουλιά περιστέρια, παραδείσια πουλιά και φρούτα.



Εικ. 88α. Άγιος Βιτάλιος, Ραβέννα: Η καμάρα του ιερού.



Εικ. 88β. Λεπτομέρεια.



Εικ. 89α. Άγιος Βιτάλιος, Ραβέννα: Η φιλοξενία του Αβραάμ.



Εικ. 89β. Άγιος Βιτάλιος, Ραβέννα: Η φιλοξενία του Αβραάμ.(Λεπτομέρεια).



Εικ. 90. Άγιος Απολλινάριος in Classe, Ραβέννα: Ο ψηφιδωτός διάκοσμος στην αγίδα του ιερού.



Εικ. 91 Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : τα ψηφιδωτά.



Εικ. 92 Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα: Ψηφιδωτή παράσταση, «Το κάλεσμα των αποστόλων Ανδρέα και Πέτρου».



Εικ. 93. Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : «Το θαύμα των άρτων και των ιχθύων».



Εικ. 94. Άγιος Απολλινάριος ο Νέος, Ραβέννα : Ψηφιδωτή παράσταση, «Ο Μυστικός Δείπνος».



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ, ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΙ
ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ**

I. A. K. A.

Ιούνης 2013