

Βρώματα και μαγειρείες

αναζητώντας
τις βυζαντινές γεύσεις



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΜΕΤΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Βρώμα (το): ο,τιδήποτε τρώγεται, έδεσμα, φαγητό, τροφή
Μαγειρεία (η): η παρασκευή φαγητού, το μαγείρεμα

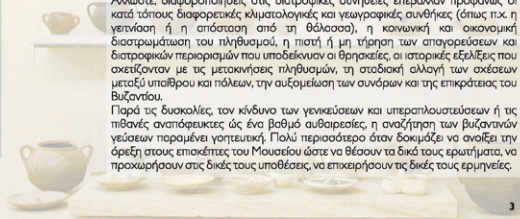


Βρώματα και μαγειρείες των Βυζαντινών το θέμα μας. Η αναζήτηση, ωστόσο, των βυζαντινών γεύσεων αποδεικνύεται περισσότερο δύσκολη από όσο ίσως μπορεί να φανταστεί κανείς. Η πρώτη δυσκολία προκύπτει από τις γραπτές πηγές της εποχής που μας προσφέρουν, βέβαια, πλούσιες πληροφορίες για το τι έτρωγαν οι Βυζαντινοί, δεν μας διαφωτίζουν όμως ιδιαίτερα για τον τρόπο που μαγείρευαν τα φαγητά τους, για τη δοσολογία των διαφόρων υλικών που χρησιμοποιούσαν ή για τους χρόνους που απαιτούσε η κάθε φάση παρασκευής ενός φαγητού.

Η δεύτερη δυσκολία έχει να κάνει με τον ίδιο τον χαρακτήρα της βυζαντινής αυτοκρατορίας, του απλωμένου γύρω από τη Μεσόγειο πολυεθνικού κράτους, στα όρια του οποίου συνυπήρξαν επί αιώνες Έλληνες, Ιλλυριοί, Θράκες, Λατίνοι, Καυκάσιοι, Αρμένιοι, Αιγύπτιοι, Εβραίοι, Σύροι, Άραβες, Σλάβοι, Βλάχοι και άλλοι. Αναμφίβολα, όλοι είχαν ιδιαίτερες διατροφικές συνήθειες, που δύσκολα όμως μπορούν να ανιχνευθούν σήμερα.

Άλλωστε, διαφοροποιήσεις στις διατροφικές συνήθειες επέβαλλαν προφανώς οι κατά τόπους διαφορετικές κλιματολογικές και γεωγραφικές συνθήκες (όπως π.χ. η γεινίαση ή η απόσταση από τη θάλασσα), η κοινωνική και οικονομική διαστρωμάτωση του πληθυσμού, η πιστή ή μη τήρηση των απαγορεύσεων και διατροφικών περιορισμών που υποδείκνυαν οι θρησκείες, οι ιστορικές εξελίξεις που σχετιζονταν με τις μετακινήσεις πληθυσμών, τη σταδιακή αλλαγή των σχέσεων μεταξύ υπαίθρου και πόλεων, την αυξομείωση των συνόρων και της επικράτειας του Βυζαντίου.

Παρά τις δυσκολίες, τον κίνδυνο των γενικεύσεων και υπεραπλουστεύσεων ή τις πιθανές αναπόφευκτες ως ένα βαθμό αυθαιρεσίες, η αναζήτηση των βυζαντινών γεύσεων παραμένει γοητευτική. Πολύ περισσότερο όταν δοκιμάζει να ανοίξει την όρεξη στους επισκέπτες του Μουσείου ώστε να θέσουν τα δικά τους ερωτήματα, να προχωρήσουν στις δικές τους υποθέσεις, να επιχειρήσουν τις δικές τους ερμηνείες.



Το ψωμί, ο άρτος, αποτελούσε τη βάση της διατροφής των Βυζαντινών. Πολλοί, ιδιαίτερα στα χωριά, έψηναν το ψωμί στο σπίτι τους. Στις πόλεις, όμως, οι περισσότεροι το αγόραζαν από τον γειτονικό τους φούρνο. Υπήρχαν διαφορετικές κατηγορίες ψωμιού. Καλύτερης ποιότητας και ακριβότερος ήταν ο καθαρός άρτος, που γινόταν από καθαρό αλεύρι σταριού χωρίς πfitoura. Ονομαζόταν και φωτοφόρος ή υπέρλευκος άρτος ή, απλώς, το σφράτον. Συχνά πασπαλιζόταν με σουσάμι ή άλλους σπόρους. Δεύτερης ποιότητας ήταν ο μέσος άρτος και ακόμη χαμηλότερης ο ρυπαρός ή κυδαίος άρτος, από αλεύρι κριθαριού ή άλλων δημητριακών, από ανάμεικτο αλεύρι ή πfitoura. Εκτός από το φρέσκο ψωμί οι Βυζαντινοί παρασκεύαζαν και παξιμάδια, που διατηρούνται για περισσότερο καιρό.

Το ψωμί



Πtηλινο αποθηκευτικό πtηθρί [6^{ος} αιώνας, ΒΧΜ 54].
Σε αγγεία αυτού του τύπου αποθήκευαν σπtάρι ή άλλα τρόφιμα. Εκτίθεται στην υποενότητα Ι.2 «Τα εγκόσμια».

Το γαλακτοκομικά προϊόντα δεν έλειπαν από το βυζαντινό τραπέζι, ιδιαίτερα στην ενδοχώρα, όπου η κτηνοτροφία ήταν περισσότερο διαδεδομένη. Τυρί παρασκευαζόταν από γάλα πρόβειο, κατσικίσιο, αγελαδινό, αλλά και βουβαλίσιο. Στις γραπτές πηγές αναφέρονται διάφορες ποικιλίες τυριών, όπως το ανθότυρο, η μυζήθρα, το κρητικόν, το περίφημο βλάχικον τυρίτσι, αλλά και το χαμηλής ποιότητας ασβεστώτυρον. Από το γάλα έφτιαχναν ακόμη οξύγαλον (γιαούρτι) και βούτυρο.

Μαρμάρινο ανάγλυφο με παράσταση βοσκού που κουβαλά στους ώμους του ένα πρόβατο [12ος αιώνας, ΒΧΜ 1115]. Εκτίθεται στην υποενότητα ΙΙ.7 «Όψεις δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Το γάλα και το τυρί



Μονόκυθρον
Μαγειρεύετε διάφορα παστά ή και φρέσκα ψάρια μαζί με κομμάτια διάφορων τυριών, αυγά και λάχανο σε αρκετό λάδι με πιπέρι και σκόρδα.

Ο ελαιόκαρπος υπήρξε, στα βυζαντινά χρόνια, ένα πολύ διαδεδομένο, πρόχειρο και νηστήσιμο, βρώσιμο. Οι ελιές διατηρούνταν σε άλμη (αλμάδες), σε ξίδι ή οξύμελι (ξίδι με μέλι). Γνωστές ήταν επίσης οι θλαστές (τσακιστές) και οι δρουπάτες (θρούμπες) ελιές. Σχετικά διαδεδομένη ήταν και η χρήση του ελαιόλαδου στη μαγειρική, τουλάχιστον στις ελαιοπαραγωγούς περιοχές της αυτοκρατορίας.



Τμήμα μαρμάρινου τόξου με ανάγλυφη διακόσμηση από κλαδί ελιάς [13ος αιώνας, ΒΧΜ 1086]. Εκτίθεται στην υποενότητα II.6 «Φράγκοι και Λατίνοι στο Βυζάντιο».

Η ελιά και το λάδι

Μυτιωτόν

Λιανίστε αρκετές σκελίδες σκόρδο και αναμείξτε με λάδι και πολλό μαύρης ελιάς.

Οτιδήποτε μπορούσε να καταστήσει το φαγητό νόστιμο ονομαζόταν από τους Βυζαντινούς *ήδυσμα* ή *άρτυμα*. Ανάμεσα στα αρτύματα κυρίαρχη θέση είχε το λάδι, τα λίπη, το σκόρδο, τα γαλακτοκομικά, το ξίδι και οι σάλτσες. Από τα καρυκεύματα τα πιο συνηθισμένα ήταν η ρίγανη, ο δυόσμος, το πιπέρι, το σέλινο, το πράσο, ο άνηθος, το δενδρολίβανο και το κύμινο. Δίπλα τους και τα περισσότερο εξωτικά κανέλα και μοσχοκάρυδο. Από σινάπι έφτιαχναν ένα είδος μουστάρδας που συνόδευε ψάρια και αλλαντικά. Εξαιρετικό *ήδυσμα* θεωρούσαν και τον κρόκο (ζαφορά).

Καρυκεύματα



Γλήανο σκεύος για αρτύματα [τέλος 12ου-αρχές 13ου αιώνα, ΒΧΜ 1342]. Εκτίθεται στην υποενότητα II.7 «Όψεις δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Ψάρια, λαχανικά και κρέατα περικύνονταν, συχνά, με σάλτσες, που ονομάζονταν και σαβούραι. Οι περισσότερες πολυτελείς σάλτσες φαίνεται πως είχαν ως βάση το λάδι ή το βούτυρο, ωστόσο, η πιο δημοφιλής ήταν ο γάρρος ή το γάρον.



Πήλινο σαλταδρίο [9ος-12ος αιώνας, ΒΧΜ 1321].
Πρόκειται για σκεύος του οποίου το κάτω μέρος αποτελούσε υποδοχή για αναμμένα κάρβουνα ενώ το πάνω δοχείο για σάλτσες που έπρεπε να διατηρηθούν ζεστές.
Εκτίθεται στην υποενότητα II.7
«Όψεις δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Σάλτσες

Γάρρος

Αναμείζετε μικρά ψάρια, εντόσθια, βρόγχια και αίμα ψαριών με αλάτι. Αν θέλετε προσθέστε πιπέρι και παλιό κρασί. Αφήστε τα να σιγοβράσουν για αρκετές ώρες ή να «ζυμωθούν» στον ήλιο για 2-3 μήνες. Ο γάρρος σερβίρεται αναμειγμένος με λάδι (ελαιόγαρον), νερό (υδρόγαρος), κρασί (οινόγαρος) ή ξίδι (οξύγαρος).

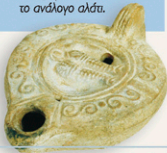
Τα ψάρια ήταν ιδιαίτερα αγαπητή τροφή των Βυζαντινών. Υπήρχαν σε αφθονία, κυρίως στις ακτές της Βαλκανικής χερσονήσου και της Μικράς Ασίας, όπως και στα νησιά του Αιγαίου και τη Μαύρη Θάλασσα. Τα ψάρια τρώγονταν εκζεστά (βραστά), οφτά (ψητά) ή τηγάνου (τηγαντά). Τα παστά ψάρια, διατηρημένα σε χοντρό αλάτι, καταναλώνονταν κυρίως τον χειμώνα, αλλά και καθόλη τη διάρκεια του έτους στις περιοχές της αυτοκρατορίας τις απομακρυσμένες από τη θάλασσα. Στο βυζαντινό τραπέζι σερβίρονταν ακόμα θαλασσινοί μεζέδες, τα αγνά (καλαμάρια, χταπόδια, γαρίδες, αστακοί, καβούρια, χτένια, πεταλίδες, μύδια, στρείδια, αχινοί κ.ά.), που μαγειρεύονταν με ποικίλους τρόπους.

Πήλινο λυχνάρι με παράσταση αγκαστρωμένων ψαριών [3ος-5ος αιώνας, ΒΧΜ 48].
Εκτίθεται στην υποενότητα I.2
«Τα εγκόσμια».

Ψάρια και θαλασσινά

Εκζεστά ψάρια σε «λευκό ζωμό»

Βράζετε μεγάλα ψάρια, όπως συναγρίδες, φαγκριά ή χάννους, σε ζωμό από νερό, αρκετό λάδι, λίγο άνηθο και πράσο. Στο τέλος προσθέτετε το ανάλογο αλάτι.



Το κρέας δεν αποτελούσε καθημερινή τροφή για τους Βυζαντινούς. Όχι μόνο επειδή ήταν μάλλον σπάνιο και ακριβό αλλά και εξαιτίας των νηστειών που υπογόρευε η χριστιανική θρησκεία για τις μιάς τουλάχιστον ημέρες του έτους. Περισσότερο αγαπητά ήταν το χοιρινό κρέας, που μαγειρευόταν με ποικίλους τρόπους. Από το τραπέζι πάντως δεν έλειπαν και τα αρνιά, οι γίβες, το βοσκειδί, καθώς και το κυνήγι, π.χ. οι λαγοί και τα ελάφια. Βρώσιμα θεωρούνταν όλα σκεδόν το μέρη του ζώου: η κεφαλή, η ουρά, τα πόδια και τα εντόσθια των ζώων αποτελούσαν κρέας για μαγείρεμα. Το κρέας που δεν καταναλωνόταν αμέσως μετά τη σφαγή ενός ζώου, συνήθως παστωνόταν ώστε να διατηρηθεί για μεγαλύτερο διάστημα.

Γλήνη καίτη με παράσταση λαγού
[12ος-13ος αιώνας, ΒΜΜ 1527].
Εκτίθεται στην υπονόστιχο ΙΙ.7
«Όρος δημόσιου και ιδιωτικού βίου».



Κρέατα

Κρασάτον (ή Ξιδάτον) λαγομαγείρευμα

Μαγειρεύετε ένα λαγό σε κόκκινο γλυκό κρασί (ή Ξίδι) με πιπέρι, γαρύφαλλο και νάρδο (βαλκρινόνα). Αν θέλετε προσθέτετε και λίγο χοιρινό κρέας.

Τα όσπρια βριόκονταν συχνά στο τραπέζι των οικονομικά ασθενέστερων ομάδων του πληθυσμού. Καθώς διατηρούνται για πολύ καιρό, μπορούσαν να φθάνουν στα μεγάλα οστικά κέντρα από τις πιο απομακρυσμένες περιοχές της αυτοκρατορίας. Τα πιο συνηθισμένα όσπρια ήταν το φασούλι, τα κουκιά, η φακή, τα λουπινάρια, τα ερεβίνθια.



Γλήνη κουκιά για μαγείρεμα
[10ος-14ος αιώνας, ΒΜΜ 1325].
Αγία σαν και αυτή χρησιμοποιούνταν για το μαγείρεμα.
Εκτίθεται στην υπονόστιχο ΙΙ.7
«Όρος δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Όσπρια

Φάβια

Βράζετε σε νερό ξερά κουκιά διαλύοντάς τα κατά το βρόσιμο με ξύλινη κουτάλα. Αν θέλετε, πριν το βρόσιμο, τα αλέθετε. Προσθέτετε λάδι και αλατοπίπερο.

Το κρέας που έτρωγαν συχνότερα στο Βυζάντιο ήταν αυτό των πουλερικών. Η ποικιλία ήταν μεγάλη· εκτός από τις κότσες και τους κόκορες, οι Βυζαντινοί προτιμούσαν τις πάπιες, τις χήνες, τα περιστέρια, τα παγώνια, τις πέρδικες, τα κοτσούφια, τις τσίχλες και άλλα. Ιδιαίτερα τα παγώνια αποτελούσαν εξαιρετικό έδεσμα για τους καλοφασγάδες. Για τον λόγο αυτό, υπήρχαν και εκτροφεία παγωνιών. Στα πολυτελή τραπέζια προσφέρονταν και φασιανοί, το κρέας των οποίων ήταν γνωστό ως πιο εύγεστο και εύπεπτο από εκείνο των άλλων πουλερικών.



Πουλερικά

Όρνις μονθυλευτή

Αφήνετε ένα κοτόπουλο για λίγες ώρες σε κρασί ή ξίδι με διάφορα καρυκεύματα (πιπέρι, γαρύφαλλο, κανέλα, μοσχοκάρυδο). Μετά το παραγεμίζετε με ψίχα ψωμιού, αμύγδαλα και καρυκεύματα. Αν θέλετε προσθέτετε σταφίδες, κουκουνάρια και ψιλοκομμένα μανιτάρια. Σιγοβράζετε το κοτόπουλο σε κρασί ή το ψήνετε στο φούρνο, αφού το αλείψετε με βούτυρο και το τοποθετήσετε σε καλά κλεισμένο πήλινο σκεύος.

Πήλινο λικνάρι με παράσταση παγονιού [5ος αιώνας, ΒΧΜ 10].
Εκτίθεται στην υποενότητα Ι.1
«Πολυκαίς μορφές - νέα σύμβολα»

Τα λαχανικά, τρόφιμα φθηνά, θρεπτικά και νηστήσιμα, κυριαρχούσαν στη διατροφή των οικονομικά ασθενέστερων. Μαρούλια, λάχανα, σπανάκι, καρότα, πράσα, κρεμμύδια, κουνουπίδια είναι μερικά μόνο από τα λαχανικά που οι περισσότεροι Βυζαντινοί, ακόμη και οι κάτοικοι των πόλεων, μπορούσαν να καλλιεργούν στον λαχανόκηπό τους. Μεγάλη κατανάλωση φαίνεται πως γινόταν και σε άγρια χόρτα και βολβούς. Ας σημειωθεί ότι λαχανικά όπως η ντομάτα και η πατάτα ήταν άγνωστα στους Βυζαντινούς. Για να εξασφαλίσουν ποικιλία λαχανικών και κατά τη διάρκεια του χειμώνα, οι Βυζαντινοί έφτιαχναν τουρσιά, διατηρούσαν δηλαδή αρκετά είδη λαχανικών στην άλμη ή το ξίδι.

Πήλινο πιάτο (πινάκι)
[10ος-13ος αιώνας, ΒΧΜ 1340].
Εκτίθεται στην υποενότητα ΙΙ.7
«Όψεις δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Λαχανικά

Αμανίται

Κόβετε σε φέτες και αλατοπιπερώνετε μερικά μανιτάρια. Τα τηγανίζετε ή τα αχνίζετε μαζί με φέτες αχλαδιού.



Σούπες και ζωμοί με ποικίλα λαχανικά, όσπρια, ψάρια ή ποσάτο κρέας, φαίνεται πως αποτελούσαν μια εύκολη και συνηθισμένη επιλογή φαγητού, ιδιαίτερα στα μοναστήρια και στα σπίτια των φτωχών. Από τον 13ο αιώνα και εξής σούπες και ζωμοί καταναλώνονταν συχνότερα, όπως τουλάχιστον φαίνεται από τη μελέτη των επιγραφίζων ακερών αυξάνει τότε το ποσοστό των μικρότερων και βοθύτερων ακερών. Η αλλαγή στις διατροφικές συνήθειες των Βυζαντινών ενδέχεται να σχετίζεται με τη λατινική κατάκτηση (1204) και τις συνακόλουθες δυτικές επιρροές καθώς και με την οικονομική κρίση που αντιμετώπισε τότε μεγάλο μέρος του πληθυσμού.

Πόληνη κούπα [τέλος 13ου-14ος αιώνας, ΒΧΜ 1207].
Εκτίθεται στην υποσύνθεση II.
«Όφες δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Σούπες

Αγιοζούμιν

Βράζετε σε καθαρό νερό αρκετά κρεμμύδια. Προς το τέλος προσθέτετε λίγο λάδι, αλατοπίπερο και θρούμπι. Ρίχνετε κομμάτια ψωμιού και σερβίρετε.



Τα αυγά ήταν από τις πιο συνηθισμένες τροφές των Βυζαντινών. Τρώγονταν βραστά, ψητά, τηγανητά ή ωμά (ροφητά). Καλύτερα θεωρούνταν τα αυγά της κότας, που υπήρχαν άφθονα σε όλα τα σπίτια, και του φασιανού. Σπανιότερα καταναλώνονταν τα αυγά της χήνας, της πάπιας και της πέρδικας.



Πόληνη πίδα (πινάκι)
[τέλος 12ου-αρχές 13ου αιώνα, ΒΧΜ 1220].
Εκτίθεται στην υποσύνθεση II.
«Όφες δημόσιου και ιδιωτικού βίου».

Αυγά

Σφουγγάτον

Τριβετε ένα κρεμμύδι και το τσιγαρίζετε. Προσθέτετε μυρωδικά και τέλος τα αυγά, τυπημένα ή αλόκληρα (μάπα).

Τα φρούτα και οι ξηροί καρποί αποτελούσαν πολλές φορές επιδόρπιο στα βυζαντινά γεύματα. Ακόμα και εξωτικές ινδικές καρύδες βρίσκονταν μαζί με τα μήλα στα πλούσια τραπέζια. Τα πεπόνια, τα αχλάδια, τα δαμάσκηνα, τα βερίκοκα, τα ροδάκινα, τα κυδώνια, τα μούσμουλα, τα κούμαρα, οι κουρμάδες ήταν μερικά από τα πιο αγαπητά φρούτα. Ωστόσο, τα σύκα και τα σταφύλια, που μπορούσαν εύκολα να αποξηρανθούν και να φυλακτούν για τον χειμώνα, μαζί με τα κορύδια, τα αμύγδαλα, τα κάστανα, τα φυστίκια και τα κουκουναρία, κάλυπταν την έλλειψη ποικιλίας φρέσκων φρούτων.

Φρούτα και ξηροί καρποί



Τμήμα υφάσματος διακοσμημένο με δοκεία γεμάτα φρούτα [5ος-6ος αιώνας, ΒΧΜ 488]. Εκτίθεται στην υποενότητα I.5 «Χριστιανική Αίγυπτος. Κοπτική τέχνη».

Αγαπημένο ποτό των βυζαντινών ήταν το κρασί. Υπήρχαν κρασιά λευκά και ξανθά, κόκκινα και μαύρα, δυνατά ή απαλά, ξηρά ή γλυκά. Ανεξάρτητα από την ποιότητά του το κάθε κρασί ήταν γνωστό με το όνομα της περιοχής από την οποία προερχόταν.

Για παράδειγμα με ονομασία προέλευσης είναι γνωστός και ο ευτελέστατος όλων Βαρνιώτικος οίνος αλλά και ο εκλεκτός Θάσιος, που προσφερόταν μόνο στα πολυτελή γεύματα. Το παλαιό κρασί κάποιες φορές αναμειγνυόταν με μέλι και πιπέρι δημιουργώντας ένα ακόμα ποτό, το κανθόν. Οι Βυζαντινοί έπιναν επίσης ρετσίνα και μπίρα, αλλά και ένα ακόμα πιο φτηνό ποτό, το οξύκρατον, δηλαδή ξίδι και νερό, που προσφερόταν κατά κύριο λόγο στα καπηλειά. Για την παρασκευή οينوπνευματώδων ποτών χρησιμοποιούνταν και άλλοι εκτός από το σταφύλι καρποί. Μερικά από τα οينوπνευματώδη αυτά ποτά ήταν ο *μηλίτης*, ο *μυρτίτης*, ο *απίτης*, ο *φοινικίτης* κ.ά.

Στο Βυζάντιο καταναλώνονταν εκτός από τα οينوπνευματώδη και άλλα ποτά, όπως το *εύκρατον*, ζεστός ζωμός από πιπέρι, κύμινο και γλυκάνισο, το *θασσάρροφον*, εκκόλλισμα αμυγδάλων Θάσου σε νερό, το *μελίγαλα* και το *ροδόμελι*.

Κρασί και άλλα ποτά



Τμήμα ψηφιδωτού δαπέδου με παράσταση αμπελίου [5ος αιώνας, ΒΧΜ 1758]. Εκτίθεται στην υποενότητα I.3 «Οι ναοί της νέας βηρακίας».

Γλυκίσματα

Βασική κατηγορία γλυκών ήταν οι πλακούντες. Είχαν ως βάση το ζυμάρι, που το συνδυάζαν με γλυκαντικές ουσίες, όπως η ζάχαρη και το μέλι.

Ένα είδος πλακούντα ήταν ο πάστελλος ή παστέλιν που πρέπει να έμοιαζε με τη σημερινή μουσταλευριά. Το αντίστοιχο του σημερινού παστελιού ήταν ο σπασμός.

Στις πηγές αναφέρονται επίσης το καρυδάτον και το κυδωνάτον (κυδωνόπαστο), καθώς και τα γλυκά του κουταλιού, όπως το σπάτον, το κνράτον και άλλα. Απλά και γρήγορα στην παρασκευή τους ήταν τα λαλάγγια (τηγανίτες ή ξεροτήγανα) και τα καλλύρια (λουκουμάδες), ενώ στα εκλεκτά γλυκίσματα συμπεριλαμβανόταν το ρυζόγαλο.



Γλήνα επιτραπέζια σκεύη
[3ος-6ος αιώνας],
όπως εκθέτουνται
στην υποενότητα 1.2
«Τα εγκόσμια».

Στο τραπέζι

Στο τραπέζι, συνήθως στρογγυλό ή τετράγωνο, στρωνόταν τραπεζομάντηλο, τοποθετούσαν πετσέτες (χειρόμακτρα), τα απαραίτητα επιτραπέζια σκεύη, μαχαίρια και κουτάλια (καλλιόρια). Τα πιρούνια, αν και ήταν γνωστά, δεν ήταν μάλλον σε ευρεία χρήση. Σταδιακά, και ασφαλώς από τον 10ο αιώνα και εξής, καθίσματα γύρω από το τραπέζι αντικατέστησαν το ανάκλιτρο των παλαιότερων εποχών. Οι περισσότερες μαγειρείες σερβίρονταν στο κέντρο του τραπεζιού, σε μεγάλα σκεύη, από όπου ο καθένας έπαιρνε όσο ήθελε με το χέρι. Οι άντρες και οι γυναίκες έπρεπε να τρώνε χωριστά, να πλένουν τα χέρια τους πριν και μετά το γεύμα, να προσεύχονται πριν ξεκινήσουν να τρώνε όμως οι κανόνες αυτοί δεν τηρούνταν πάντοτε.



Μαρμάρινο τραπέζι με ανάγλυφη διακόσμηση
[4^{ος} αιώνας, ΒΧΜ 17].
Εκθέτεται στην υποενότητα 1.2
«Τα εγκόσμια».

- Πού αλλού μπορείτε να διαβάσετε για τη διατροφή των Βυζαντινών:
- Βυζαντινών γεύσεις, ΕΠΤΑ ΗΜΕΡΕΣ εφ. ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ, 12 Μαΐου 2002
 - Παπανικόλα-Μπακιρτζή Δ. (επιμ.), Βυζαντινών διατροφή και μαγειρεία, πρακτικά ημερίδας περί της διατροφής στο Βυζάντιο, (Θεσσαλονίκη, 4 Νοεμβρίου 2001), Αθήνα 2005
 - Koder Johannes, Ο καθημερινή κουζίνα στο Βυζάντιο, Όψεις της βυζαντινής κοινωνίας 2, Αθήνα 1992
 - Κουκουλές Φαίδων, Βυζαντινών βίος και παλαιοί, τόμος Ε', Αθήνα 1952
 - Σταμπόγλη Ελένη, Πρόσκληση σε γεύμα, Στους δρόμους του Βυζαντίου 1, Αθήνα 1997

Κείμενα - Επιμέλεια: Πάνος Βασνίδης, Στάθης Γκότσης
 Σχεδιασμός: Γιώργος Σουπιός
 Διαρθρώσεις: Γεωργία Μωυσεΐδου
 Φωτογράφος:

Σπ. Παναγιωτόπουλος, σελ. 5, 7-9, 11-12, 14, 19
 Ι. Πατρικιάνος, σελ. 10, 16-17, εξώφυλλο
 Μ. Σπανός, σελ. 4, 6, 13, 15, 18

ISBN 960-214-565-X

© 2005

Βυζαντινό & Χριστιανικό Μουσείο
 Βασ. Σοφίας 22, 106 75 Αθήνα
 Τηλ: 210 72.11.027, 210 72.32.178,
 Fax 210 72.31.883
 e-mail: protocol@bma.culture.gr
 Γραφείο Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων
 Τηλ: 210 72.31.985

Λαμπρινός διάκος και κουτάλια του 7^{ου} αιώνα
 [ΒΧΜ 896, 901-903].
 Εκθεσθείς στην υποσημείωση II.2
 «Η κρίσιμη στιγμή».

Β' Έκδοση