

Και του Περικλή; Και του Αλκιβιάδη;

(από τη Μαρία Αγγελίδου, μεταφράστρια)

Στη δεκαετία 440 - 430 π.Χ., που έζησε η Μύρτις, η Αθήνα ήταν η πρωτεύουσα της Οικουμένης: μια πόλη με πλούτη, με δύναμη, με λάμψη μεγάλη. Μια πόλη κέντρο εμπορίου και τεχνών, όπου μαζεύονταν φιλόσοφοι και στρατηγοί, ρήτορες και πολιτικοί, εταίρες και μάγειροι. Μάγειροι που έφτασαν τη δική τους τέχνη σε πρωτοφανή ύψη. Γιατί έτυχε και τρία πράγματα υπήρχαν στην Αθήνα, που σ' άλλη πόλη της εποχής εκείνης δεν υπήρχαν:

1. Σπουδαία αγορά. Άνθρωποι με επιχειρηματικό πνεύμα. Ασκημένοι στο αλισβερίσι. Ο ίδιος ο Περικλής στον περίφημο Επιτάφιο του (Θουκ. Β, 38, μτφρσ. Άγγελου Βλάχου, εκδ. Γαλαξία) λέει: "Η έκταση της κυριαρχίας μας είναι τόσο μεγάλη, ώστε μπορούμε και φέρνομε από την πάσα γη τα πάντα κι έτσι χαιρόμαστε τα ξένα αγαθά όσο και τα δικά μας".
2. Σπουδαία ψαραγορά. Ψάρια της θάλασσας (κι όχι οποιασδήποτε θάλασσας, αλλά του Αιγαίου, που είναι κατά γενική και αιώνια ομολογία τα νοστιμότερα). Και ψάρια του γλυκού νερού από την Κωπαΐδα. Και καλαμάρια. Και καβούρια και μύδια και στρείδια και αχινοί κι ο τι άλλο βάζει ο νους του ανθρώπου.
3. Όρεξη για γλέντι, αγάπη για τις "χαρές της ζωής". Τα δείπνα αυτής της πόλης δεν πρόσφεραν μόνο ποικιλία φαγητών, μα και άλλων τέρψεων.

Αλλά ας αφήσουμε τη διαίτα των Αθηναίων της εποχής εκείνης να μας δώσει τη γεύση της.

Ακολουθώντας τις επιταγές της μεσογειακής διατροφής οι Αθηναίοι του Χρυσού Αιώνα βάσιζαν το φαγητό τους σε τρεις άξονες: τα σιτηρά, το λάδι και το κρασί. Το ψωμί αποτελούσε το θεμέλιο της ζωής κάθε νοικοκυριού - ο Όμηρος άλλωστε ονόμαζε ήδη τους ανθρώπους “ψωμοφάγους”. Το ψωμί αποτελούσε και τη βάση της διατροφής των Αθηναίων. Ο Πλάτωνας στην Πολιτεία του συστήνει το ζύμωμα και το ψήσιμο των δημητριακών σε γαλέτες και σε ψωμιά. Το πιο συνηθισμένο ψωμί είναι η “μάζα”. Ο “άρτος”, το σταρένιο ψωμί δηλαδή, ήταν για τις γιορτινές μέρες. Το στάρι ήταν ακριβότερο και οι απλοί άνθρωποι τρέφονταν με κρίθινα καρβέλια και παξιμάδια. Οι Αθηναίοι, μάλιστα, που είχαν και τη φήμη λιτοδίαιτων ανθρώπων σε σύγκριση με τους πιο φαγάδες Βοιωτούς, δεν συνόδευαν συχνά τη “μάζα” τους με όψα δαπανηρά, αλλά με προϊόντα της γης τους - ή της θάλασσάς τους. Τόσο απαραίτητο θεωρούσαν το ψωμί για την καθημερινή τους διατροφή, που ο Αριστοφάνης στον Πλούτο βάζει τον Χρεμύλο απευθυνόμενο στη Φτώχεια (στ. 540-545) να λέει: “σιτείσθαι δ’ αντί μεν άρτων μαλάχης πτόρθους, αντί δε μάξης φυλλεί’ισχνών ραφανίδων” (μτφρσ. Βάρναλη, εκδ. Ζαχαρόπουλου: “για καρβέλι αγριομολόχα, και για κριθαροκουλούρες ραπανόφυλλα, αηδία”).

Όψα, τώρα, ήταν όλες οι τροφές που συνόδευαν το ψωμί. Σ’ αυτά συμπεριλαμβάνονταν κατά κύριο λόγο τα όσπρια, τα χόρτα, τα λαχανικά, οι ελιές, τα φρούτα, το κρέας και τα ψάρια. Κι αν τα απαριθμούμε εδώ τελευταία, τα ψάρια δεν είχαν καθόλου την τελευταία θέση στο τραπέζι των Αθηναίων. Ίσα-ίσα, οι περισσότεροι Αθηναίοι έτρωγαν πιο συχνά ψάρι (και θαλασσινά γενικά) παρά κρέας, που ήταν ακριβό και συχνά έτερπε μόνο τους πλούσιους. Οι φτωχοί της πόλης έτρωγαν κρέας μόνο όταν γίνονταν θυσίες - ενώ οι πιο εύποροι, που μπορούσαν να προμηθεύονται και προϊόντα της υπαίθρου, αγόραζαν πουλερικά, αρνιά, κατσίκια και κυνήγι. Το βοδινό και το μοσχαρίσιο κρέας ήταν μάλλον σπάνια στην Αθήνα, αλλά και στις άλλες πόλεις της κεντρικής και νότιας Ελλάδας. Όσες αναφορές τους υπάρχουν στα κείμενα της κλασικής γραμματείας, αφορούν πάντα ειδικές περιστάσεις και όχι την καθημερινότητα. Ο Αριστοφάνης στην Ειρήνη (στ. 1280, “ως οι μεν δαίνυντο βοών κρέα και τα τοιαυτί”) βάζει τον Τρυγαίο να αναφέρει “αυτούς που τρώνε βοδινό και τέτοια”, όταν κοροϊδεύει όσους μεγαλοπιάνονται κι απαγγέλλουν επικούς ποιητές. Και φυσικά δεν έτρωγαν μόνο τα ψαχνά, αλλά όλα τα μέρη του ζώου. Τα σπλάχνα, τα έντερα, το μυαλό, τα αμελέτητα, το μεδούλι, ήταν μεζέδες, που τους μοιράζονταν με τους θεούς. Όσο για τα αλλαντικά, τα αγαπούσαν και τα εκτιμούσαν, μη διστάζοντας να τα ακριβοπληρώσουν, όταν ήταν καλά και νόστιμα.

Από τα λάφυρα του κυνηγιού το πιο συνηθισμένο στην Αθήνα ήταν ο λαγός, μιας κι αυτός ήταν το μοναδικό άγριο τετράποδο που μπορούσαν να κυνηγήσουν κοντά στην πόλη. Τον είχαν σε μεγάλη εκτίμηση και στα αγγεία του 6ου και του 5ου αιώνα τον βλέπουμε σε σκηνές ερωτοτροπίας ως δώρο προς το ερώμενο πρόσωπο. Μετά το λαγό σειρά είχαν τα

πουλιά, που στην αγορά της πόλης τα πουλούσαν είτε ζωντανά (για κατοικίδια) είτε σκοτωμένα (για μαγείρεμα): τσίχλες, κοτσύφια, σπίνοι, κορυδαλλοί, ψαρόνια, κίσσες, καλιακούδες, κι άλλα. Αλλά είχαν και κατοικίδια πουλερικά, όπως τα ορτύκια, τις νερόκοτες, τις χήνες και τα καπόνια (που όπως λέει ο Αριστοφάνης στους Όρνιθες, στ. 705-707, “Πολλούς δε καλούς απομωμοκό’ τας παίδας προς τέρμασιν ώρας δια την ισχύν την ημετέραν διαμήρισαν άνδρες ερασταί, ο μεν όρτυγα δους ο δε πορφυρίων’ ο δε χήν ο δε περσικόν όρνιν”, ήταν το καλύτερο δώρο που μπορούσε να στείλει ένας άντρας σ’ ένα αγόρι, του οποίου τον έρωτα ήθελε).

Κατοικίδια ήταν και κάποια ζώα τετράποδα, όπως τα γουρούνια και οι κατσίκες και τα αρνιά. Μα αν εξαιρέσουμε το χοιρινό, τ’ άλλα ζώα τα εξέτρεφαν κυρίως για το γάλα και για το τυρί τους. Το βούτυρο δεν το ήξεραν και δεν το συνήθιζαν. Η ίδια η λέξη “βούτυρο” (τυρί βοδιού) δείχνει πόσο ξένο και παράξενο το θεωρούσαν. Το γάλα, όμως, το έπιναν και το έφτιαχναν κρέμες γλυκιές, ενώ έτρωγαν πολύ και κάτι που έμοιαζε με το σημερινό γιαούρτι ή το ξυνόγαλο: το ονόμαζαν πυριάτη και το έτρωγαν με μέλι.

Με το ξακουστό θυμαρίσιο μέλι της Αττικής, δηλαδή. Που ήταν περιζήτητο σ’ όλες τις ελληνικές πόλεις. Οι Αθηναίοι ήταν σπουδαίοι μελισσοκόμοι: ήξεραν πως η γεύση του μελιού εξαρτάται από τα λουλούδια από τα οποία τρέφονται οι μέλισσες. Και το θυμάρι του Υμηττού έδινε το νοστιμότερο μέλι. Στην αγορά της Αθήνας το μέλι το πουλούσαν με τις κηρήθρες και το εμπόριό του ήταν ιδιαίτερα κερδοφόρο, μιας και αποτελούσε το σπουδαιότερο και σχεδόν το μόνο γλυκαντικό της εποχής. Οι εναλλακτικές λύσεις των ξερών χουρμάδων, των ξερών σύκων και του μούστου δεν ήταν τόσο καλές.

Αλλά οι ξηροί καρποί ήταν κυρίως επιδόρπια και τραγήματα, ενώ τα φρέσκα φρούτα σερβίρονταν ως ορεκτικά πριν το φαγητό. Αχλάδια, ρόδια, μήλα, σύκα, και φυσικά σταφύλια οι συμπολίτες του Περικλή και της Μύρτιδας τα ήξεραν και τ’ αγαπούσαν. Ήξεραν επίσης τα κυδώνια, τα δαμάσκηνα, τα καρπούζια και τα πεπόνια, τις γλυκές κολοκύθες και τα μούσμουλα, τα κούμαρα και άλλα. Ανάμεσα στα λαχανικά βασιλιάδες ήταν το κρεμμύδι, το σκόρδο, το πράσο. Ήξεραν, όμως, και τα ραδίκια, τ’ αντίδια, τα σέλινια, τις καυκαλήθρες, τα μαρούλια.

Το ψάρι, όμως, ήταν η κύρια τροφή για τους συμπολίτες του Περικλή και της Μύρτιδας: μια πόλη τριγυρισμένη από παραλίες, όπως η Αθήνα, μάζευε στην αγορά της τα θαλασσινά και

τα ψάρια από πολλά κοντινά κέντρα αλιείας. Τόσο πολύ το έτρωγαν το ψάρι, ώστε κατέληξε να είναι συνώνυμο του “όψου” - έτσι έγινε και τους ιχθύες των αρχαίων εμείς οι νεότεροι τους λέμε “ψάρια”.

Ο Flaceliere στον Δημόσιο και Ιδιωτικό Βίο των Αρχαίων Ελλήνων (μτφρσ.Γ.Βανδώρου, εκδ. Παπαδήμα, σελ.209), γράφει: “Η ψαραγορά ήταν ένα από τα πιο γεμάτα από πελάτες και τα πιο γραφικά μέρη της Αγοράς. Μερικά ψάρια πολύ γευστικά που πολύ τα εκτιμούσαν στοίχιζαν πολύ για να είναι στο τραπέζι των φτωχών, λόγου χάρη τα περίφημα χέλια της λίμνης Κωπαΐδας, γιατί οι Αθηναίοι έκαναν σαν τρελλοί για τα ψάρια του γλυκού νερού, καθώς και για ψάρια της θάλασσας όπως ο τόννος. Αγαπούσαν επίσης όλα τα θαλασσινά: κοψύλια και μαλάκια, όπως οι σουπιές και τα καλαμάρια, που αφθονούσαν στις ακτές της Εύβοιας και που αποτελούσαν πηγή πλούτου τόσο σπουδαία για τους ψαράδες της Ερέτριας, που αυτή ως πόλη έβαζε σα διακριτικό της σήμα στα νομίσματά της ένα καλαμάρι”.

Το κρασί, μαζί με τα δημητριακά και το λάδι, ήταν το μέτρο της ευμάρειας στα ελληνικά σπίτια. Ήδη στα ομηρικά έπη αναφέρεται συχνά, όπως και στον Ησίοδο. Και οι Έλληνες το αγαπούσαν και το έπιναν, ανακατεμένο με νερό τις περισσότερες φορές, ή αρωματισμένο με διάφορα μυρωδικά, και τις περισσότερες φορές μετά το φαγητό τους. Το ήξεραν πάντως καλά και διέκριναν τις γεύσεις και τις ποιότητες του κρασιού διαφόρων περιοχών ή ποικιλιών. Την εποχή του Περικλή η Ελλάδα - και ιδιαίτερα η Αθήνα- συμμετείχε στο εμπόριο κρασιού της ανατολικής Μεσογείου κι έκανε τόσο εισαγωγές όσο κι εξαγωγές. Οι κωμωδιογράφοι της Αθήνας μας δίνουν καταλόγους ολόκληρους καλών κρασιών, περιγράφουν γλαφυρά και χρησιμοποιούν έξυπνα τη μέθη στα έργα τους.

Για το λάδι δεν είναι ανάγκη να πούμε πολλά: αρκεί να μην ξεχνάμε ότι βρισκόμαστε στην πόλη που η Αθηνά πήρε δική της μέσα από τα χέρια του Ποσειδώνα προσφέροντας όλο κι όλο ένα δεντράκι: μιαν ελίτσα! Τόσο το λάδι, λοιπόν, όσο κι ο καρπός της ελιάς είχαν την πρώτη θέση στο τραπέζι των Αθηναίων. Το χρησιμοποιούσαν κατά κόρο, ακόμα και στο ζύμωμα του ψωμιού, ενώ συχνά ήταν το μόνο πράγμα που συνόδευε το ψωμί, μιας και δεν είχαν -δεν ήξεραν- το βούτυρο. Αλλά κι ο καρπός του δέντρου ήταν αγαπητός και μάλιστα με διάφορους τρόπους: ελιές ζαρωμένες, άγουρες, ωριμασμένες πάνω στο δέντρο

(δρυπεπείς), σερβιρισμένες σε άλμη, αλλά και τσακιστές κι ανακατεμένες με διάφορες σάλτσες.

Ας τελειώσουμε αυτή τη σύντομη περιήγηση στα φαγητά της Αθήνας του 430-429 με τα γλυκά. Το πιο γνωστό “γλυκό” ήταν ο πλακούς. Υπήρχαν πολλά είδη πλακούντος, μερικά μάλιστα τα πότιζαν με μέλι, όπως γίνεται με ορισμένα γλυκά και σήμερα. Αγαπούσαν ακόμα τις “γαλατόπιτες” και τον “άμυλο”, τον γλυκό τραχανά. Σ’ έναν κόσμο που δεν ήξερε ούτε τη ζάχαρη ούτε τη σοκολάτα η γλύκα είχε σίγουρα πιο στέρεες γήινες γεύσεις απ’ αυτές που έχει για μας.

Ενδεικτική Βιβλιογραφία:

1.Robert Flaceliere, *Ο δημόσιος και ιδιωτικός βίος των αρχαίων Ελλήνων*, μτφρσ Γερ. Βανδώρος, εκδ. Παπαδήμας 1979

2.Andrew Dalby, *Σειρήνεια δείπνα*, μτφρσ. Έλενα Πατρικίου, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης 2000

3.Egon Friedell, *Πολιτιστική Ιστορία της Αρχαίας Ελλάδας*, εκδ. Πορεία 1984, μτφρσ. Δημ. Κούρτοβικ

4. *Aristophanis Comoediae, tomus 1*, Oxford Classical Texts Αριστοφάνη, Ειρήνη-Πλούτος, μτφρσ. Κ.Βάρναλη, εκδ. Ζαχαρόπουλος

5. *Θουκυδίδου Ιστορία*, μτφρσ. Άγγ. Βλάχου, εκδ. Γαλαξία