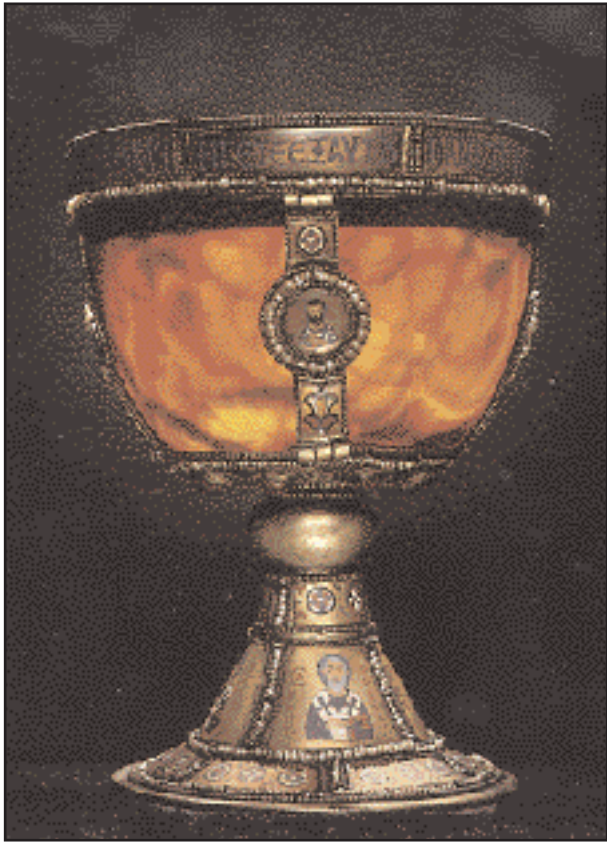


Ουράνια και επίγεια τρυφή

Βυζαντινών τρούφες, φουά γκρα, γάρος και η αγγελική φασολάδα



Αριστερά: Πάσχα, Συμπόσιο πίστεως: Πίετε εξ αυτού πάντες. Δεύτε του καινού της αμπέλου γεννήματος κοινωνήσωμεν. Και ο Χρυσόστομος γαστρονομικά μεγαλόθυμος: τρυφήσαντες πάντες, γεμάτο το τραπέζι, πολλά τα κρέατα, κανείς ας μη φύγει πεινασμένος. Η Ανάσταση ενοποιεί γη και ουρανό, θεία και επίγεια ευφροσύνη και η τρυφή των βυζαντινών ποτηρίων το μαρτυρεί (Ποτήριο του αυτοκράτορα Ρωμανού 959-963, Κωνσταντινούπολη, Βενετία). Δεξιά: Κοφί-νι (κάνιστρο) με ψωμιά και χύτρα στην οποία ψήνονται κρέατα. Το βιβλικό επεισόδιο της κλήσης του Γεδεών από το Θεό και της κατάκαυσης των τροφών από τον άγγελο εικονίζεται κατά τρόπο που συγγενεύει με την περιγραφή της αγγελικής φασολάδας. Η χύτρα είναι τοποθετημένη πάνω σε τετράποδο μετάλλι-νο πυροστάτη (13ος αι., λεπτομέρεια μικρογραφίας Οκτατεύχου, Μονή Βατοπαδίου).

Του Ηλία Αναγνώστᾱκη

ΣΥΚΩΤΑ ήπατα χηνών λιπαρά και μεγάλα. Ηδη από την αρχαιότητα εφαρμόζονταν διάφοροι τρόποι για την πάχυνση των χηνών με σκοπό την απόκτηση μεγάλων και λιπαρών ηπάτων. Οι χήνες εξαναγκάζονταν να πίνουν ορό γάλακτος ή μελίκρατο και να τρώνε επί είκοσι μέρες βρεγμένα δημητριακά αλλά κυρίως ξερά σύκα (εξ ου και συκωτόν ήπαρ που έδωσε τη λέξη συκώτι). Αποκτάται έτσι ένα απαλό και λευκό συκώτι που αφού αφαιρεθεί τοποθετείται σε πλατύ αγγείο γεμάτο με χλιαρό νερό το οποίο αλλάσσεται δύο και τρεις φορές. Αυτό το είδος του foie gras μαρτυρείται κυρίως στα πρωτοβυζαντινά χρόνια. Ο Σιθ τον 11ο αι. αναφέρεται μόνο στις θεραπευτικές ιδιότητες του λίπους, της γλώσσας και των όρχων των χηνών στα δε κομνηνεία χρόνια και εξής η χήνα αποτελούσε το αγαπημένο πτηνό των περιτεχνων *μονοθυλεύσεων ή μονοθυλευτών*, δηλαδή των παραγεμισμένων ζώων με μεγάλα πτηνά, όπως η χήνα, που ήταν γεμισμένα με τη σειρά τους με μικρότερα, όπως περιστέρια, κοτσύφια κ.λπ.

Υδνον είναι είδος υπόγειου μανιταριού, γνωστό στα νεοελληνικά ιδιώματα ως *ύτανον ή ύτινον*. Οι βυζαντινοί το θεωρούσαν βολβό, καθώς δε ανασκάπτεται συνήθως από τους χοίρους στα νεοελληνικά καλείται και χοιρόψωμο ή χοιροβότανο. Πρόκειται για τις γνωστές και πανάκριβες στους διεθνείς καλοφάγδες γαλλικές truffles. Τα ύδνα τρώγονταν ωμά, βραστά ή ψημένα. Τα απέστειλαν ως ακριβό δώρο και ο Μιχαήλ Ψελλός (11ο αι.) τα θεωρεί σπουδαίο έδεσμα και τα περιγράφει σε επιστολή του. Ακόμη και στους χρόνους μας θεωρείται «αφεντικόν μαγέρεμα». Μιαν *έψησιν* μας παραδίδει ο Σιθ πάντα στον 11ο αι. «Πρέπει πριν από το μαγείρεμα (προ της *έψησεως*) για να τα καθαρίσουμε να τα πλύνουμε πολλές ώρες μέσα σε νερό. Μετά τα βράζουμε (*έψειν*) σε νερό που έχουμε ρίξει αλάτι, ρίγανη και πήγανο. Μετά το βράσιμο (μετά την *έψησιν*) το αρτύουμε με λάδι, θρούμπα, πιπέρι και γάρο».

Ο γάρος ή το γάρον, λικουάμεν ή αβδώμιον αποτελούσε την κατ' εξοχήν *σάλτσα ή περιχύμα* των Βυζαντινών. Γνωστός ήδη από την ύστερη αρχαιότητα χρησιμοποιείται ακόμη ευρύτερα κατά τους βυζαντινούς χρόνους. Πρόκειται για παρασκευάσμα με βάση τα εντόστια των ψαριών ή και ολόκληρα ψάρια μικρά (αθερίνες, λεπτές τρίγλιες) ή μεγάλα (σκουμπριά, σαβρίδια). Αφού τα τοποθετούσαν σε σκεύος με άφθονο αλάτι (και κατά περίπτωση ρίγανη) τα σκέπαζαν και τα εξέθεταν στον ήλιο δυο ή τρεις μήνες ανακατεύοντάς τα συχνά. Το παχύρευστο υγρό που παίρνανε έπειτα από το σούρωμα ήταν ο γάρος που αραιωνόταν με νερό (*υδρογάρος*), κρασί (*οινογάρος*), ξύδι (*οξύγαρος*) και λάδι (*ελαιογάρος ή γαρέλαιον*). Στα βυζαντινά τραπέζια υπήρχε το *γαράριον ή γαρερόν*, δοχείο που περιείχε το γάρον με το οποίο περιχύναν τα διάφορα φαγητά.

Σαρακοσιανή διατροφή και μαγειρείες (Μεγάλη Τεσσαρακοστή στη Μονή Στουδίου, Κωνσταντινούπολη, 9ος αι.). Χαρακτηριστικά: Φαγητό μία φορά την ημέρα. Ξηροφαγία (τίποτε το χλωρό, χόρτα ή οπωρικά), όσπρια χωρίς λάδι, οστρακόδερμα, *ανόστια* (μαλάκια, σαλιγκάρια) και ταρύχια (τουρσιά). Κρασί μόνο Σάββατο και Κυριακή και τρία ποτήρια του Ευαγγελισμού. Πιθανή εξαίρεση ελάχιστο κρασί τη Μεγάλη Εβδομάδα ως τονωτικό λόγω της κοπώσεως των αγρυπνιών. Ψάρια και λάδι ποτέ όλη τη Σαρακοστή, μόνο του Ευαγγελισμού και το Σάββατο και Κυριακή των Βαίων. Διατροφικά μοντέλα. 1. Την πρώτη και τέταρτη εβδομάδα της Σαρακοστής: *Φάβα εξεστόν, αλμαία χωρίς ελαίου, ξηρά σύκα (ισχάδες)*, δαμάσκηνα, κάστανα και *απίεφθα* (βραστά απίδια). Πίνεται δε *εύκρατον*, το γνωστό μεταγενέστερα ως *κυμινοθήριον* ή *κυμινοθήριον*. 2. Τις υπόλοιπες εβδομάδες της Σαρακοστής: *Κόκκους εξεστός, αλμαία εις τα σκουτέλλια, μαγειρεία όσπριον μετά καρύου τριπτού*. Καθόλου ξηρά σύκα ή οπωρικά. Πίνεται και πάλι *εύκρατον*. Από τα όσπρια μόνο για την Μεγάλη Πέμπτη δίνεται η διευκρίνιση *μαγειρεία όσπριον μετά καρύου τριπτού και ζεστά κουκία*, δηλαδή βραστά κουκία.

Η φασολάδα των αγγέλων. Η μαγειρεία όσπριον μετά καρύου τριπτού πιθανότατα είναι αυτή που περιγράφεται παρακάτω ως φασολάδα των αγγέλων. Πάντως δεν γίνεται σαφές αν το μοσχοκάρυδο

μπάνει όταν η μαγειρεία είναι μόνο *άνευ ελαίου* ή και μετά ελαίου, καθώς μνημονεύεται τη Σαρακοστή. «Μια πολύ κρύα μέρα της Σαρακοστής, λίγο πριν αρχίσει η θεία λειτουργία, ο Επιφάνιος, χωρίς τη βοήθεια των υπηρετών του, *έψειν όσπριον το λεγόμενον οροφάσουλον*, βάζοντας τη χύτρα πάνω στα κάρβουνα που είχε μέσα στον κοιτώνα του να ζεσταθεί. Και όπως καθόταν και ζεσταινόταν ψήνοντας το φαγητό, κτύπησε το σήμαντρο για τη λειτουργία, κι αυτός σηκώθηκε και πήγε χωρίς να αφήσει κάποιον στην *επιμέλεια του έψηματος*. Κι εκεί στην εκκλησία με αθέμιτους λογισμούς τον πολεμούσε ο επικατάρατος δαίμονας: «Μια εβδομάδα ολόκληρη ούτε έφαγες ούτε ήπιες και τώρα που μόλις νοιάστηκες για την *ευτελή σου τροφήν* την παράτησες και έφυγες. Αντε, λοιπόν, βγες και πήγαινε να δεις αν μυρίζει τσίκνα, μήπως κήκε το φαγητό σου». Ο Επιφάνιος όμως σταυροκοπήθηκε και παρέμεινε ως την απόλυση. Γυρίζοντας στο σπίτι του βρήκε τους υπηρέτες του να παραξενεύονται όλοι τους και να αναρωτιούνται από πού βγαίνει αυτή η ωραιότητα και ασύγκριτη ευρωδιά. Μπήκε λοιπόν ο Επιφάνιος στον κοιτώνα του και είδε τη χύτρα πάντα πάνω από αναμμένα κάρβουνα κι έναν πανύψηλο κι όμορφο νέο, με πρόσωπο πιο λαμπερό από τον ήλιο και με ανασκουμπωμένο το δεξί του χέρι, να την ανακατεύει. Και ο γλυκός εκείνος μάγειρος, αφού γεύτηκε λίγο από το μαγείρεμα (*ο ηδύς εκείνος μάγειρος απογευσάμενος του ζωμού*) για να δοκιμάσει αν ήταν νόστιμο ψημένο, έβγαλε από τον κόλπο του ένα σακουλάκι και με τα τρία του δάκτυλα έριξε άρτυμα στη χύτρα κι είδεται ξανακάλυψε το ανασκουμπωμένο χέρι του. Βλέποντας δε τον Επιφάνιο του χαμογέλασε κι αμέσως απέκτησε φτερά κι εξαφανίστηκε (...) Κι ο Επιτάφιος με συντετριμμένη καρδιά πήγε να δοκιμάσει τι είδους έψημα του είχε παρασκευάσει (...*οποίον αυτώ ο φανείς το έψημα κατασκεύασεν*). Και το 'βρε να 'χει τέτοια ευωδιά, που δεν μπορεί κανείς πάνω στη γη να συναντήσει. Πήρε λοιπόν από το όσπριο και έφαγε. Και γέμισε από άπειρη γλυκύτητα και μετατράπηκαν αμέσως σε μια κατάσταση ένθεης διάθεσης όλες του οι αισθήσεις». (Βίος Ανδρέα Σαλού, 8ου - 10ου αι.)