

Zofia Rzeźnicka*

ANTYCZNA PRZESTRZEŃ KUCHENNA W ŚWIETLE LITERATURY GASTRONOMICZNEJ I MEDYCZNEJ

(The Ancient Kitchen Space in the Light of Medical and Gastronomic Literature)

Streszczenie. Celem niniejszego artykułu jest zrekonstruowanie antycznej przestrzeni kuchennej na podstawie receptur zawartych w łacińskiej książce kucharskiej *De re coquinaria* (IV wiek naszej ery), traktacie *De agricultura* Katona (III/II wiek przed naszą erą) oraz greckich pismach medycznych autorstwa Galena (II/III wiek naszej ery) i Orybazjusza (IV wiek naszej ery). Zawarte w nich dane stanowią punkt wyjścia do rozważań na temat egzemplifikacji podstawowych sprzętów kuchennych, ich praktycznego wykorzystania, a także zilustrowania typowych dla tej epoki metod obróbki termicznej pokarmów.

Słowa kluczowe: historia pożywienia, historia przyborów kuchennych, antyczna kuchnia, antyczna sztuka kulinarna, historia technologii kulinarnej.

Summary. The aim of the present article is to reconstruct the ancient kitchen space according to the recipes given in the Latin cookbook known as *De re coquinaria* (4th century A.D.), the agricultural work *De agricultura* by Cato the Elder (3rd/2nd century B.C.) and Greek medical treatises by Galen (2nd/3rd century A.D.) and Oribasius (4th century A.D.). On their basis the author

* Dr Zofia Rzeźnicka (Orcid: 0000-0001-8566-4946), Uniwersytet Łódzki, Centrum Badań nad Historią i Kulturą Basenu Morza Śródziemnego i Europy Południowo-Wschodniej im. prof. Waldemara Cerana (Ceraneum), ul. Matejki 32/38, 90-237 Łódź.

describes the most important kitchen utensils and the way they were used. Moreover, she characterises the most common thermal treatments utilized in culinary art of that time.

Key words: food history, history of kitchen utensils, ancient kitchen, ancient culinary art, history of culinary technology.

Choć grecka i łacińska literatura piękna obfituje w opisy wystawnych uczt oraz wymyślnych potraw, które na nich serwowano, to na próżno szukać w niej opisu miejsca, w którym smakołyki te powstawały. Nieco danych na ten temat zawdzięczamy twórcom komedii, eksponującym w swoich utworach postać mistrza patelni, który przy okazji obszernych monologów wprowadza czasem czytelnika w tajniki starożytnej *ars coquinaria*. Passusy te niemal zawsze ograniczają się jednak wyłącznie do obszernych katalogów, w których nazwy produktów spożywczych przeplatają się z terminami odnoszącymi się do przyrządów kuchennych, bez bliższej charakterystyki tych ostatnich (np. Atenajos, 1887–1890: IV, 169 b–f [68, 1–48]). Więcej o ich zastosowaniu dowiadujemy się natomiast z fachowej literatury gastronomicznej, fragmentów pism agrotechnicznych, a także traktatów medycznych. Celem niniejszego artykułu jest próba zrekonstruowania typowej dla grecko-rzymskiego antyku przestrzeni kuchennej w oparciu o wspomniane korpusy źródeł. Trzon pracy stanowią wybrane receptury z *De agricultura* Katona (III/II wiek przed naszą erą) oraz przepisy spisane w datowanej na IV wiek naszej ery łacińskiej książce kucharskiej *De re coquinaria*, której autorstwo tradycja przypisuje słynnemu rzymskiemu smakoszowi, Apicjuszowi. Równie ważnym elementem rozważań są pisma dwójki wybitnych greckich lekarzy, Galena (II/III wiek naszej ery) i Orybazjusza (IV wiek naszej ery), które, oprócz opisu poszczególnych technologii kulinarnych, wzbogacają ten obraz o dane na temat ich wpływu na przyswajalność produktów spożywczych przez ludzki organizm.

Na przykład w *De alimentorum facultatibus* odnajdujemy fragment, w którym Galen wspomina swoją wędrówkę przez podmiejskie okolice (prawdopodobnie Pergamonu) w towarzystwie kilku przyjaciół. Utrudzeni długim spacerem i wygłodniali młodzieńcy natknęli się na grupę wieśniaków, którzy, chcąc ugościć przybyszów, poczęstowali ich posiłkiem z gotowanej pszenicy (*pyroi hefthoi* [πυροὶ ἐφθοί]). Jak podaje

autor, potrawę przyrządzono gotując w garnuszku ziarna zboża z odrobiną soli (Galen, 1823: 498, 14 – 499, 3). Na podstawie tekstu możemy wnosić, że zdarzenie to miało miejsce na polu, podczas wypoczynku żniwiarzy. Opisana sytuacja doskonale odzwierciedla realia, w jakich starożytni Grecy często przygotowywali pokarmy. Jak bowiem dowodzą badania, Hellenowie do IV wieku przed naszą erą nie wygospodarowali w swoich domach osobnego pomieszczenia kuchennego, swoje posiłki przyrządzali natomiast w dowolnej części domostwa bądź na otwartej przestrzeni (Cahill, 2002: 162). Swobodę w wyborze lokalizacji zapewniało im korzystanie z przenośnych sprzętów kuchennych, które, w zależności od potrzeb, rozkładali w stosownym do okoliczności miejscu (Alcock, 2006: 109). Powyższa historia, choć rozegrała się w II wieku naszej ery, dowodzi, że w specyficznych warunkach prac polowych zwyczaj ten był nadal praktykowany. To z kolei prowadzi do wniosku, że dla Greków w dalszym ciągu ważniejsze od oddzielnego pomieszczenia kuchennego było posiadanie odpowiednich przyrządów umożliwiających odpowiednie sprawienie produktów i ich obróbkę termiczną. We wspomnianej opowieści prawdopodobnie był to załedwie ruszt lub trójnóg, pod którym rozpalano ogień, garnek (*chýtra* [χύτρα]) i szpatułka służąca do mieszania i nakładania potrawy. Samo danie również nie było wyszukane. Jego bazę stanowiły bowiem ziarna rosnącego dookoła zboża, zdatna do picia woda (przyniesiona zapewne z pobliskiego strumienia) i nieco soli (najpewniej pozyskanej z odparowanej wody morskiej). Takie pożywienie, ze względu na swoją pożywność, stanowiło ważny element diety wiejskiej ludności, często zastępując chleb. Relacja Galena dowodzi, że było ono zupełnie nieznanne mieszkańcom miasta, którzy nieprzyzwyczajeni do konsumpcji tego typu pokarmów cierpieli później na dolegliwości żołądkowe.

Z literatury medycznej dowiadujemy się też, że podobne problemy mogły być wywołane przez konsumpcję mleka, a informacja ta sugeruje, iż ówczesne społeczeństwo mogło cierpieć na nietolerancję laktozy (por. np. Leonardi, Gerbault, Thomas, Burger, 2012: 88–97; Morris, 2014: 205–222 [zwł. 215]; Rzeźnicka, Kokoszko, 2016: 86–87). Trzeba także pamiętać o tym, że w ciepłym klimacie śródziemnomorskim wspomniany napój szybko ulegał zepsuciu, co starano się zahamować poprzez jego gotowanie (Rzeźnicka, Kokoszko, 2016: 82, 121). Z fragmentu jednego z przepisów na *sui generis* zacierki na mleku, czyli tak

zwane *pultes tractogalactae*, zachowanego w łacińskiej książce kucharskiej, wynika, że w tym celu można było zastosować metodę analogiczną do tej opisanej powyżej, to znaczy umieścić nowe naczynie z mlekiem (i niewielką ilością wody) na niedużym ogniu (Apicjusz, 2012: V, 1, 3). Dokładniejsza analiza tego passusu pozwala lepiej zrozumieć stosowaną przy gotowaniu mleka technologię kulinarną, a ta z kolei umożliwia wyciągnięcie kilku podstawowych wniosków dotyczących cech typowych dla używanych w antyku naczyń. Przede wszystkim zauważmy, że autor receptury zaznacza, iż potrawę należy przygotować w nowym garnku. Na podstawie tej wzmianki możemy zakładać, że w większości wnętrze tego rodzaju naczyń nie było pokryte glazurą, wobec czego gotujące się w nich mleko (mimo dodatku wody, która miała je rozrzedzić) przywierało do dna i ścianek. Powstały w ten sposób osad nie tylko musiał być trudny do doczyszczania, ale też pozostawiał po sobie charakterystyczny, nieprzyjemny zapach, wobec czego naczynie nie nadawało się już do ponownego użycia. Biorąc pod uwagę fakt, iż przyrządzanie dania wymagającego gotowania mleka zawsze wymagało sięgnięcia po nowy garnek, możemy pokusić się o stwierdzenie, że skoro za każdym razem naczynia zastępowano kolejnymi, nie mogły być one zbyt drogie. Prawdopodobnie więc wyrabiano je z możliwie najtańszego surowca, jakim była glina. Problemy związane z gotowaniem mleka musiały być na tyle powszechne, że z czasem starożytni wypracowali oryginalną metodę jego podgrzewania. Chociaż o jej szczegółach dowiadujemy się ze źródeł medycznych, to zapewne miała ona swoje początki w praktyce gastronomicznej, a dzięki swojej skuteczności została adoptowana przez środowisko lekarskie. Technika ta polegała na umieszczaniu w napoju rozgrzanych do wysokiej temperatury otoczek (Galen, 1827: 267, 3–6; Pliniusz, 1963: XXVIII, 33, 124) albo żelaznych cylindrów (Galen, 1827: 267, 6–9). W ten sposób unikano stawiania naczynia bezpośrednio na palenisku, zapewniając jednocześnie mleku bezpośredni kontakt ze źródłem ciepła, dzięki czemu płyn nie przypalał się w takim stopniu jak podczas tradycyjnego gotowania, gdyż temperatura stopniowo ogrzewała najpierw napój, a dopiero potem naczynie.

Warto przez chwilę zastanowić się też, dlaczego przedstawiona powyżej technologia wymagała użycia wygładzonych przez wodę kamieni bądź metalowych dysków. Tego rodzaju wyrównane, płaskie i nie-

zbyt grube kamyki lub kawałki metalu szybko, ale też równomiernie absorbowały i oddawały ciepło. Nie wiemy wprawdzie, w jaki dokładnie sposób radzono sobie z transportowaniem do naczynia gorących kamyków. Możemy jednak przypuszczać, że robiono to pojedynczo, za pomocą szczypców lub też wszystkie otoczaki wrzucano do metalowego koszyka i w nim najpierw umieszczano je w żarze, a następnie zanurzano w napoju. Mimo braku dokładnych danych opisujących tę metodę, wydaje się, że jej zastosowanie mogło niekiedy sprawiać trudności lub być nieefektywne i może z tego powodu pojawił się pomysł wykorzystywania żelaznych cylindrów, przez których środek przechodził metalowy pręt (Galen, 1827: 267, 2 – 267, 13). Dzięki temu można je było bez trudu podgrzewać w ogniu (izolując uchwyt szmatką), później umieścić w naczyniu i wyłowić po zagotowaniu mleka.

Na podstawie przeanalizowanych źródeł możemy wywnioskować, że powyższa metoda stosowana była wyłącznie do podgrzewania wzmiankowanego napoju. Inne płyny gotowano już na palenisku. Początkowo, tak jak i inne sprzęty kuchenne, było ono dostosowane do częstego przenoszenia. Jeśli korzystano z niego we wnętrzu domu, sytuowano je na podłodze, natomiast na otwartej przestrzeni stawiano je na ziemi, a to wymuszało na osobie obsługującej palenisko przyjęcie odpowiedniej postawy ciała, co *de facto* uniemożliwiała korzystanie z niego w pozycji stojącej (Alcock, 2006: 109). Z czasem niektórzy posiadacze willi zaczęli wyodrębniać w nich osobne lokum ze stałym paleniskiem, które są identyfikowane przez współczesnych badaczy jako załączek pomieszczeń kuchennych. Najwięcej tego rodzaju urządzeń zachowało się w domach rozlokowanych w północnej części Grecji, na przykład w Kassiopi (Κασσιόπη) na Korfu, czy położonym na Półwyspie Chalcydyckim Olincie (Ὀλυνθος) (Foxhall, 2007: 235). W tym ostatnim, w niemal połowie zachowanych willi archeolodzy wyodrębnili nawet kilka pomieszczeń, które nazwano kompleksami kuchennymi (Cahill, 2002: 80–81, 89–90, 102, 106, 111, 115–116, 119–120, 126–127, 138–140, 153–155). Zazwyczaj składały się one z jednego, większego pomieszczenia (gdzie mogło mieścić się kamienne palenisko), do którego przylegały jeszcze dwa (lub jedno) mniejsze, odgródzone niekiedy od głównego rzędem filarów. Jedno z nich zwykle było wybrukowane kamiennymi płytami i miało osobne wyjście na dziedziniec, z kolei w drugim na ogół znajdowała się wanna, toteż

archeolodzy utożsamiają je z łaźnią (Cahill, 2002: 80). Dla niniejszych rozważań ważne jest, że dane archeologiczne pozwalają wskazać kilka charakterystycznych cech, typowych dla tamtejszych kompleksów kuchennych, dających ogólne wyobrażenie o ich wyglądzie. Z dostępnego materiału wynika, że podłogę izby nazywanej kuchnią stanowił zawsze grunt pozbawiony dodatkowej nawierzchni, a w większości przypadków jej ściany nie były ani otynkowane, ani zdobione. Innym specyficznym elementem wystroju był wspomniany już szereg filarów oddzielający główne pomieszczenie kuchenne od pozostałych, którego głównym zadaniem było zapewne podtrzymanie ściany znajdującej się piętro wyżej komnaty (Cahill, 2002: 154).

Współczesne badania dowodzą jednak, iż chociaż w części kompleksów odnaleziono wiele świadectw wskazujących na odbywającą się w nich obróbkę żywności (np. popiół, szczątki zwierząt, naczynia), to przygotowywanie posiłków nie było wcale ich głównym przeznaczeniem. Pomieszczenia te mogły służyć też jako miejsce przechowywania sprzętów kuchennych, czy spiżarnia. Co więcej, Nicholas Cahill uważa, że podstawową funkcją mieszczącego się w nich stałego paleniska nie była wcale termiczna obróbka pokarmów, wykorzystywano je natomiast zimą do ogrzewania znajdujących się w pobliżu pomieszczeń, będących głównym miejscem większości codziennych prac domowych, w tym także przygotowywania posiłków (Cahill, 2002: 155–156, 160).

Od czasów epoki hellenistycznej tego rodzaju pomieszczenia powoli traciły swój uniwersalny charakter, by z czasem przekształcić się w wyspecjalizowaną przestrzeń przystosowaną głównie do praktyk gastronomicznych (Dalby, 2003: 188). Proces ten możemy zaobserwować na przykładzie Rzymu, gdzie prawdziwy rozwój sztuki kulinarnej nastąpił dopiero w III wieku przed naszą erą, wraz z nasileniem kontaktów ze Wschodem, które przyczyniło się do stopniowego upowszechniania się nieznanych dotąd artykułów spożywczych oraz podniesienia się stopy życiowej większości obywateli. Czynniki te sprzyjały wydawaniu coraz to bardziej wystawnych uczt (Winniczuk, 2006: 317), a przez to niejako stały się bodźcem do stworzenia odpowiednich warunków do ich przygotowywania. Nie oznacza to jednak, że tego rodzaju przestrzeń była idealnie dostosowana do pracy kucharki (Grant, 1986: 134), dla których kluczową kwestią było ułożenie jej w miejscu zapewniającym dobre oświetlenie, gdzie panujące przecią-

gi ułatwiałyby ulatnianie się dymu (Atenajos 1887–1890: IX, 378 d–e [22, 41–46]). Jednak wobec braku wcześniejszej tradycji wydzielania pomieszczeń przeznaczonych wyłącznie do celów gastronomicznych, zazwyczaj lokowano je w tej części domu, gdzie znajdowano nieco wolnego miejsca bądź w specjalnie przystosowanych przybudówkach. Dobrą egzemplifikację obu rozwiązań architektonicznych z terenów Italii stanowią pomieszczenia kuchenne ze zniszczonych przez wybuch Wezuwiusza (79 rok naszej ery) Pompejów i Herkulanum. Wydaje się, że najczęściej znajdowały się one w otwartych pomieszczeniach usytuowanych na wewnętrznym dziedzińcu willi. Zapewne w dużej mierze o takiej lokalizacji decydowały względy praktyczne, gdyż niezadaszona przestrzeń sprzyjała stosowaniu technologii kulinarnych z użyciem otwartego płomienia, który w zamkniętym obiekcie powodowałby zadymienie całej kuchni oraz przylegających do niej pomieszczeń (Grocock, Grainger, 2006: 73). Tego rodzaju konstrukcje należało jednak zabezpieczyć przed deszczem, toteż niekiedy palenisko osłaniano prowizorycznym daszkiem. Z problemem tym nie musieli borykać się właściciele kuchni mieszczących się wewnątrz domu. Chociaż te, ze względu na brak przewodu kominowego, były narażone na nieustanne zakopcenie, ponieważ jedyną drogą wentylacji było okno bądź umieszczony w dachu świetlik (Grant, 1986: 134; Faas, 2005: 130). Żadna z tych metod nie była jednak efektywna w takich budynkach jak Dom Wettiuszów w Pompejach, gdzie niedużych rozmiarów kuchnia była otoczona prywatnymi pomieszczeniami. Dlatego uważa się, że służyła ona jedynie do podgrzewania pokarmów, które wcześniej przygotowano w innej części domu (Grocock, Grainger, 2006: 73). Tamtejsza kuchnia była zaopatrzona w palenisko w formie platformy umieszczonej na kamiennym podwyższeniu, dzięki czemu kucharz mógł przygotowywać na nim posiłki w pozycji stojącej (Alcock, 2006: 109). Jako że kuchnia mieściła się w domu, prawdopodobnie do obróbki termicznej wykorzystywano w niej węgiel drzewny. Nie wytwarzał on bowiem dużej ilości dymu, który przedostawałby się do przylegających komnat (Grocock, Grainger, 2006: 73), a jednocześnie tłący się delikatnie żar pozwalał na odgrzanie potraw bez ryzyka ich przypalenia.

Tego rodzaju źródło ciepła nie było jednak wystarczające do przygotowania dań, których obróbka termiczna wymagała zastosowania intensywnego płomienia. Na przykład do zagotowania dużej ilości wody

niezbędny był już ogień uzyskany z drewna, który mógł w stosunkowo krótkim czasie zagrzać taką ilość płynu. Opał ten był wykorzystywany chociażby podczas gotowania mięsa prosiąt czy większego drobiu. Wyobrażenie o zastosowaniu tej technologii daje między innymi przepis na danie z żurawia (lub kaczki), pochodzący ze zbioru *De re coquinaria* (Apicjusz, 2012: VI, 2, 1). Jego treść warta jest również przytoczenia ze względu na fakt, iż, oprócz czysto technologicznych danych, dostarcza także informacji na temat wykorzystywanych w kuchni przypraw i innych produktów spożywczych. Zgodnie ze wskazówkami, umytego i sparzonego ptaka należało obgotować w wodzie doprawionej solą i koprem ogrodowym, po czym dusić go w mieszaninie oliwy, sosu rybnego z dodatkiem lebiodki i kolendry. Pod koniec tego procesu do garnka dodawano trochę moszczu winnego (*defritum*), który miał nadać mięsu odpowiednią barwę. Następnie polewano je ciepłą, zagęszczoną skrobią, sosem przygotowanym z rozdrobnionego w mździerzu pieprzu, lubczyku, kminu rzymskiego, kolendry, asafetydy, korzenia zapaliczki, ruty, gotowanego moszczu winnego (*caroenum*), miodu, sosu własnego (zaczerniętego z naczynia, w którym dusił się ptak) oraz octu.

Powyższy przepis, mimo że z racji egzotycznego surowca, jakim było mięso żurawia, należy do kategorii *haute cuisine*, zawiera dane pozwalające, przynajmniej częściowo, odtworzyć zasób powszechnie używanych produktów spożywczych, będących zazwyczaj na podreęczu kucharza. Spośród przypraw z pewnością były to koper, lebiodka, kolendra, lubczyk, kmin rzymski i ruta. W kuchni nie mogło również zabraknąć oliwy, sosu rybnego (który zazwyczaj zastępował starożytnym sól), moszczu winnego, zbożowej skrobi, miodu i octu winnego. Natomiast importowanymi z dalekich krain delikatesami, na które mogli pozwolić sobie już nieliczni, były pieprz, asafetyda i korzeń zapaliczki cuchnącej. Wszystkie te artykuły (z wyjątkiem lokalnych przypraw, które zapewne pozyskiwano bezpośrednio z ogrodu) były prawdopodobnie przechowywane w pojemnikach (słoje, misy, miseczki etc.) o różnej wielkości i kształcie, zamykanych pokrywką, chroniącą pożywienie przed insektami (por. Alcock, 2006: 110).

Z kolei rozpatrując kwestie czysto technologiczne związane z przytoczoną recepturą, możemy przypuszczać, że innym ważnym, choć niewzmiankowanym w przepisie elementem wyposażenia kuchni było na-

rzędzie ułatwiające wydobycie z kotła ugotowanego mięsa. W tym celu posługiwano się przystosowanymi do tego hakami (Alcock, 2006: 111) lub też surowiec od razu wkładano do garnka w specjalnym koszyku (*sportella*), który wyciągano z wody, gdy pokarm był już gotowy (Apicjusz, 2012: VIII, 7, 4). Nadto warto zauważyć, że w ramach analizowanego przepisu autor poleca zastosować dwa typy obróbki termicznej, do których wykorzystywano różne rodzaje opału. Może to oznaczać, że, jeśli pozwalała na to wielkość paleniska, utrzymywano na nim ogień o różnym stopniu intensywności. Zatem podgotowawszy ptaka najpierw na dużym płomieniu, prawdopodobnie później przekładano go do innego garnka, który tym razem umieszczano na rozżarzonych węglach drzewnych. Zabieg ten sprawiał, że wywar, w którym znajdowało się mięso, był na początku szybko doprowadzany do temperatury wrzenia, a po jej osiągnięciu samo mięso stopniowo zyskiwało na miękkości dzięki stabilnemu ciepłu pochodzącemu z węgla drzewnego, które nadto nie narażało potrawy na przypalenie. To ostatnie paliwo z powodzeniem wykorzystywano również przy gotowaniu bądź podgrzewaniu mniejszych ilości płynów. Analiza materiału źródłowego dowodzi, że ten rodzaj opału doskonale sprawdzał się przy wytrącaniu skrzepu mlecznego stanowiącego surowiec do wytwarzania serów. W zachowanych tekstach czytamy o dwóch tego typu technologiach. Z zapisków Galena wynika, że aby otrzymać wspomniany produkt, wystarczyło umieścić garnek z mlekiem na rozżarzonych węglach, aby pod wpływem temperatury nastąpiło samoczynne oddzielenie serwatki od gęstego elementu napoju. Powstały w ten sposób surowiec po grecku nazywano *pyriáte* (πυριάτη) bądź *pyriēfthon* (πυρίεφθον) (Galen, 1823: 694, 14–17). Z kolei w *Historia naturalis* Pliniusza odnajdujemy wskazówki dotyczące przyrządzania mleka określanego przymiotnikiem *schiston*, czyli „oddzielony” (Pliniusz, 1963: XXVIII, 33, 126). W tym celu należało gotować mleko z dodatkiem wina słodzonego miodem (*mulsum*) w nowym glinianym naczyniu, mieszając od czasu do czasu świeżo zerwaną figową gałązką. Gdy płyn zaczynał kipieć, żeby uniknąć jego przegotowania, zanurzano w nim srebrny kubek pełen zimnej wody. Następnie garnek zdejmowano z ognia i po ostygnięciu skrzep mleczny oddzielano od serwatki. W tym przypadku o ścięciu mleka nie decydowała wyłącznie temperatura, proces ten intensyfikowało bowiem zarówno wino, jak i sok figowy wydzielany przez użytą do mieszania gałązkę.

W obu przytoczonych powyżej tekstach jest mowa o gotowaniu na węglach drzewnych, które polegało na umieszczeniu garnka bezpośrednio na żarze, bądź ustawieniu go na trójnogu lub ruszcie (*craticula*), pod którym tlił się węgiel. *Craticula* była również wykorzystywana do podpiekania, czy, jak byśmy dziś powiedzieli, grillowania. Na podstawie danych źródłowych możemy stwierdzić, że w ten sposób podpiekano porcje sera (Marcjalis, 1920: XI, 52, 10; por. Rzeźnicka, Kokoszko, 2016: 94), osuszano z nadmiaru soku upieczone wcześniej kawałki mięsa (Apicjusz, 2012: VII, 4, 2) lub grillowano podroby (np. Apicjusz, 2012: VII, 8, 1). W zbiorze *De re coquinaria* odnajdujemy na przykład recepturę na grillowaną wątróbkę (*ficatum*), zgodnie z którą najpierw ponacinany trzcinowym nożem surowiec marynowano w sosie rybnym z dodatkiem pieprzu, lubczyku i jagód lauru, a następnie zawijano w otrzewną i kładziono na ruszt (Apicjusz, 2012: VII, 3, 2). Przepis ten uwidacznia, w jak niewielkim stopniu uległa modyfikacji sztuka *barbecue*. Współcześni miłośnicy grillowania przed położeniem mięsa na ruszt również nadają mu odpowiedni smak ulubioną marynatą, dodatkowo nacinają je, aby mieszanka przypraw przedostała się w jego głąb. Zarówno dziś, jak i przed wiekami dbano także o to, aby podczas obróbki termicznej produkt zanadto nie wysechł, dlatego też starożytni owijali go w zwierzęcą błonę, podczas gdy my używamy w tym celu folii aluminiowej.

Chociaż zdawałoby się, że opisana powyżej technologia kulinarna należy do najprostszych, to dawni mieszkańcy basenu Morza Śródziemnego potrafili przyrządzać posiłki, używając jedynie zgromadzonego w palenisku gorącego popiołu, bez potrzeby posługiwania się dodatkowym sprzętem. Ze źródeł medycznych dowiadujemy się na przykład, że w ten sposób pieczono jajka (Galen, 1823: 705, 15 – 707, 16 [jajka pieczone w popiele – 706, 12–13]) oraz podpłomyki zwane po grecku *enkryfiai* (ἐγκρυφίαι). Lekarze zaznaczali jednak, że zarówno te pierwsze jak i drugie, zapewne z powodu nierównomiernego wypieczenia, nie stanowiły w pełni wartościowego pokarmu (Galen, 1823: 489, 16 – 490, 3 [podpłomyki jako najgorszy gatunek pieczywa]; Orybazjusz, 1928–1933: III, 18, 1, 1 – 13, 1 [pieczone jajka jako ciężkostrawne pożywienie – III, 18, 9, 5 – 10, 1]; Orybazjusz, 1964: IV, 17, 1, 1 – 12, 1 [pieczone jajka jako ciężkostrawne pożywienie – IV, 17, 7, 5]). Nie oznacza to jednak, że rozgrzany popiół w ogóle nie nadawał

się do obróbki termicznej pożywienia. Wręcz przeciwnie, jak dowodzi analiza zgromadzonego materiału, był on, wraz z żarzącymi się węglami, wykorzystywany do przygotowywania najlepszej jakości chlebów określanych przez Hellenów terminem *kribanítai* (κρίβανίται). Swoją nazwę wzięły one od przenośnego piekarnika, w którym były wypiekane. Była to zazwyczaj gliniana pokrywa w kształcie spłaszczonej u góry kopuły znana w Grecji jako *kríbanos* (κρίβανος)/*klíbanos* (κλίβανος), a w Rzymie jako *clibanus* (Dalby, 2003: 101) lub *testum* (Cubberley, 1999: 55–58). O przyrządzaniu chleba w tego rodzaju urządzeniu wspomina na przykład Katon w przepisie na *panis depsticius* (Katon, 1895: 74). Urządzenie rozgrzewano, wieszając je nad rozpalonym węglem drzewnym lub umieszczając bezpośrednio w żarze. Ta druga metoda była prawdopodobnie mniej skuteczna, ponieważ pokrywa ograniczała dostęp tlenu, co skutkowało zmniejszeniem intensywności ciepła i w konsekwencji utrudniała jej równomierne nagrzanie. Problem ten starano się rozwiązać, umieszczając na szczycie urządzenia pojedynczy otwór lub dziurki pokrywające jego boczne ściany, przez które przedostawało się powietrze. Gdy *testum* osiągnęło wystarczająco wysoką temperaturę, na oczyszczoną z popiołu i węgla gorącą płytę paleniska kładziono mający się upiec bochenek (Grainger, 2000: 174; por. Sparkes, 1962: 128). Niekiedy, żeby zapobiec przypaleniu ciasta i (być może) nadać mu wyjątkowy aromat, wykładano je na ułożone na palenisku liście (Katon, 1895: 75). Następnie całość nakrywano pokrywą, której brzegi i wierzch okładano żarem, co chroniło urządzenie przed utratą ciepła. Dodatkowo zatykano widniejący na górze pokrywy otwór, a znajdujące się na ścianach bocznych dziurki prawdopodobnie zaklejano ciastem (Grainger, 2000: 174). Zgodnie z obserwacjami Sally Grainger, która wielokrotnie praktykowała tego rodzaju obróbkę termiczną, opisana technologia pozwala osiągnąć efekt, jaki uzyskujemy poprzez pieczenie we współczesnych piekarnikach. Stopniowe podgrzewanie umieszczonego pod pokrywą produktu odbywało się bowiem dzięki zgromadzonemu pod nią gorącemu powietrzu, a nie bezpośredniemu kontaktowi z rozgrzanym urządzeniem. Zdaniem uczzonej *testum* najlepiej sprawdza się podczas wypieku chleba, gdyż zebrane pod nim wilgotne powietrze zapewnia optymalne warunki do wyrastania pieczywa (Grainger, 2000: 174). Jednocześnie, dzięki równomiernemu rozłożeniu ciepła chleb był odpowiednio wypieczony

z każdej strony i nie ulegał przypaleniu, a w konsekwencji nie powodował problemów trawiennych. Nic więc dziwnego, że Galen za najlepszy rodzaj chleba uznał ten upieczony w opisany powyżej sposób (Galen, 1823: 484, 6–8). Nadto z pisma Katona wynika, że tego rodzaju obróbka termiczna stosowana była także podczas przygotowywania słodkich wypieków, takich jak serowo-miodowe placki (Katon, 1895: 76, 1–4).

Natomiast niektóre domostwa o przestronnych pomieszczeniach kuchennych były wyposażone w piec stacjonarny. Tego rodzaju urządzenie po grecku zwane było *ipnós* (ἰπνός), a po łacinie *furnus* (Dalby, 2003: 101). Miało ono kształt kopuły lub sześcianu z (zamykanym drzwiczkami) otworem w jednej z bocznych ścian, przez który wkładano przeznaczone do wypieku pożywienie. Komorę pieca rozgrzewano, rozpalając w niej drewno lub węgiel drzewny, które usuwano, gdy uzyskała ona wystarczająco wysoką temperaturę. Wówczas, za pomocą przyrządu przypominającego współczesną łopatę piekarniczą, wkładano produkty spożywcze i, aby nie narażać pieca na zbyt szybkie wystudzenie, zamykano drzwiczki (Faas, 2005: 132; por. Curtis, 2001: 366–368; Thurmond, 2006: 68–71). Tego rodzaju urządzenia, w przeciwieństwie do *testum*, mogły jednorazowo pomieścić większe ilości pożywienia. Dodatkowo stwarzały możliwość jednoczesnego wypiekania pokarmów wymagających różnego natężenia ciepła, co najlepiej widać na przykładzie chleba, który w zależności od wielkości i rodzaju umieszczano w bardziej lub mniej rozgrzanych miejscach komory. W najcieplejszym kładziono większe bochenki, natomiast cieńsze lub bez dodatku zakwasu umieszczano tam, gdzie temperatura nie była nazbyt wysoka (Faas, 2005: 132; Thurmond, 2006: 69). W tego typu urządzeniach pieczono też mięso. Były to zarówno duże sztuki, które nie mieściły się w przenośnym piekarniku, jak prosięta (Apicjusz, 2012: VIII, 7, 1; VIII, 7, 5) bądź dziki (Apicjusz, 2012: VIII, 1, 1; VIII, 1, 3), ale również mniejsze zwierzęta, jak chociażby koźlęta, jagnięta (Apicjusz, 2012: VIII, 6, 8; VIII, 6, 9; VIII, 6, 10), czy zające (Apicjusz, 2012: VIII, 8, 3; VIII, 8, 12). Jednak jedna z receptur na danie z zającą sugeruje, że przy przyrządzaniu w *furnus* niedużych porcji mięsa istniało ryzyko jego nadmiernego wysuszenia. Autor przepisu poleca bowiem zamarynowanego i wypełnionego farszem zającą przed włożeniem do pieca zawinąć w wieprzową otrzewną, która miała chronić surowiec przed utratą soczystości (Apicjusz, 2012: VIII, 8, 3).

Zaprezentowane dotychczas informacje pozwalają wyciągnąć kilka wniosków natury ogólnej dotyczących podstawowych różnic związanych z użytkowaniem obu opisanych urządzeń. Na ich podstawie możemy wnosić, że praktyczniejszy w zastosowaniu, i być może częściej wykorzystywany, był przenośny piekarnik. Korzystanie z niego nie wymagało bowiem wydzielenia specjalnej przestrzeni, ponieważ, ze względu na swoją konstrukcję, z powodzeniem mógł być on używany tak w dowolnym pomieszczeniu, jak i na otwartej przestrzeni. Jego dodatkową zaletą była ekonomiczna i łatwa obsługa, a dzięki stosunkowo niedużej powierzchni grzewczej jego rozgrzanie, jak również sam proces obróbki termicznej, nie zajmowały zbyt wiele czasu. Utrzymanie wysokiej temperatury urządzenia również nie stwarzało problemu, gdyż wymagało jedynie obłożenia pokrywy pochodzącym z paleniska żarem. Co więcej, technologia *sub testu* pozwalała otrzymać soczystą, a przy tym dokładnie wypieczoną potrawę. Natomiast obsługa z *furnus* była już nieco bardziej skomplikowanym przedsięwzięciem. Jego nagrzewanie trwało dłużej oraz wymagało większej ilości paliwa. Nadto duża powierzchnia grzewcza utrudniała rozgrzanie całej komory pieca do tego samego stopnia, co z jednej strony mogło skutkować nierównomiernym wypieczeniem pokarmów, z drugiej zaś stwarzało możliwość jednoczesnego pieczenia kilku potraw, z których każda wymagała innego natężenia ciepła. Poza tym rozmiary urządzenia pozwalały przygotowywać w nim dania z myślą o większej liczbie osób (domowników lub gości). Na podstawie wspomnianego przepisu na zajęcia, możemy wnioskować, że w tego rodzaju urządzeniu mniejsze porcje mięsa mogły zbyt szybko stracić soczystość, toteż niekiedy izolowano je poprzez zawinięcie w otrzewną lub papirus (Apicjusz, 2012: VIII, 7, 1; VIII, 7, 5).

Po zapoznaniu się z najważniejszymi sprzętami grzewczymi warto poświęcić nieco uwagi kilku podstawowym naczyniom kuchennym. Z dotychczasowych rozważań wiemy już, że różnych rozmiarów gliniane lub metalowe garnki i kociołki służyły przede wszystkim do gotowania. Jednak z traktatu Katona możemy wywnioskować, że wykorzystywano je również do smażenia na głębokim tłuszczu. W taki sposób przygotowywano na przykład *globi*, czyli wyrobione z mąki i sera kuleczki, które po uformowaniu wrzucano do miedzianego naczynia z roztopionym smalcem. Aby równomiernie się zrumieniły, obracano je od czasu do czasu przy pomocy dwóch patyczków, a następnie zanurzano w miodzie

i posypywano makiem (Katon, 1895: 79). Z masy sporządzonej z tych samych składników przygotowywano też deser nazywany *encytum*, tym razem jednak ciasto (którego konsystencja musiała być dość luźna) wlewano na gorący tłuszcz (nadając mu kształt powrozu) przez specjalne naczynie z umieszczonym w dnie otworem, które mogło mieć formę lejka. Jeszcze ciepłe ciastka polewano miodem i serwowano z jego dodatkową porcją lub winem słodzonym miodem (*mulsum*) (Katon, 1895: 80).

W źródłach zachowały się także przekazy o smażeniu pokarmów na patelni. Ustawiano ją bezpośrednio na żarze bądź w pewnej odległości od niego, wykorzystując trójnogi lub ruszty. Rzymianie na określenie tego naczynia używali terminu *sartago* lub *patera*, oznaczającego patelnię o półokrągłym kształcie (Alcock, 2006: 111). Z kolei Grecy nazywali je *tágenon* (τάγηνον), od czego urobili termin *tagenistá* (ταγηνιστά), oznaczającego przygotowywane na niej pokarmy, na przykład jajka (Galen, 1823: 705, 15 – 707, 16 [jajka smażone na patelni – 706, 13–14]). Na patelni smażyono też naleśniki. W tym celu z rozrobionej w wodzie pszennej mąki (*áleuron* [ἄλευρον]) doprawionej morską solą lub miodem przyrządzano dość rzadkie ciasto, które wylewano na patelnię z rozgrzaną oliwą z oliwek. Placki smażyono, przekręcając je od czasu do czasu, do momentu całkowitego ścięcia masy, a gdy były gotowe, wrzucano je do gorącego miodu, by całkowicie nim nasiąkły. Dodatkowo zwracano uwagę, aby podczas smażenia naleśników wykorzystać drewno, które podczas spalania nie wydziela zbyt wiele dymu, który zapewne negatywnie wpływał na ich smak (Galen, 1823: 490, 9 – 491, 7).

Możliwe, że *sui generis* wariantem głębszej patelni było naczynie znane jako *patina*, które dało nazwę przygotowywanych w nim potraw. W zbiorze *De re coquinaria* odnajdujemy kilkadziesiąt receptur na tego rodzaju dania, co może wskazywać, że swego czasu cieszyły się one dużą popularnością. Mimo iż różniły się od siebie ingrediencjami, to na podstawie zachowanego materiału źródłowego możemy odtworzyć generalną technikę ich przygotowywania. Zazwyczaj głównymi składnikami były (oddzielnie lub w różnych kombinacjach; całe lub roztarte w moidzie-rzu) ryby (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 11–12; IV, 2, 20), mięso (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 14), warzywa (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 3; IV, 2, 5–6; IV, 2, 10) czy owoce (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 34; IV, 2, 35; IV, 2, 37), które najczęściej polewano aromatycznym sosem, zagęszczano jajami lub skrobą (por. Apicjusz, 2012: IV, 2, 19; IV, 2, 21; IV, 2, 30) i podgrzewano

na niedużym ogniu (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 17; IV, 2, 28) bądź w gorącym popiele (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 4; IV, 2, 9; IV, 2, 33; IV, 2, 36). Żadna z zachowanych receptur nie dostarcza nam jednak informacji mówiących o wyglądzie interesującego nas naczynia. Być może właśnie dlatego współcześni uczeni mają na ten temat różne opinie. Zdaniem Joan P. Alcock *patina* to nic innego jak głęboka patelnia (Alcock, 2006: 111), z kolei Patrick Faas definiuje ją lakonicznie jako naczynie o okrągłym lub owalnym kształcie (Faas, 2005: 134). Najwięcej uwagi temu zagadnieniu poświęca Sally Grainger, która charakteryzuje *patina* jako płytkie, okrągłe ceramiczne naczynie o niedużej podstawie, służące zarówno do przygotowywania, jak i serwowania przyrządzonych w niej dań. Na podstawie znalezisk archeologicznych dowodzi ona, że znano rozmaite rodzaje *patina*, które różniły się między sobą średnicą i głębokością. Te głębsze miały zwężające się ku dołowi ścianki, przez co ich podstawa była do tego stopnia zredukowana, że nie sposób było ustawić je na płaskiej powierzchni. Kształt ten miał natomiast ułatwić umieszczenie naczynia w grubej warstwie rozżarzonych węgla, które ogrzewały oraz podtrzymywały je od spodu (Grainger, 2007: 76). Jak sugerują niektóre z receptur, tego rodzaju *patina* mogła być zamykana od góry pokrywką, na którą nakładano warstwę gorącego popiołu (Apicjusz, 2012: IV, 2, 33; IV, 2, 36). Z kolei płaska *patina*, o szerokim, stabilnym dnie mogła być ustawiana nad źródłem ciepła na trójnogu (Grainger, 2007: 77; por. Grocock, Grainger, 2006: 79). W niektórych przepisach zawartych w *De re coquinaria* czytamy także o naczyniu zwanym *patella* (np. Apicjusz, 2012: IV, 2, 14–15), które Joan P. Alcock identyfikuje jako okrągłą, płytką patelnię. Natomiast Sally Grainger tłumaczy ten termin jako zdrobnienie słowa *patina*. Jej zdaniem zazwyczaj odnosi się on do tej samej kategorii głębszych metalowych garnków, wykonanych przede wszystkim z brązu (Grainger, 2007: 76). Tego rodzaju naczynia musiały być droższe od glinianych, ale za to odznaczały się większą trwałością. Trzeba jednak pamiętać, że używanie naczyń z metalu nie zawsze było wskazane. Świadczą o tym chociażby wspomniane już fragmenty źródeł mówiące o technologii gotowania mleka, w których autorzy zaznaczają, aby do tego rodzaju obróbki termicznej wykorzystywać garnki gliniane. Dodatkowo warto dodać, że do produkcji bądź pokrywania niektórych naczyń wykorzystywano ołów, którego toksyczne właściwości miały negatywny wpływ na zdrowie korzystających z nich osób (Alcock, 2006: 111).

Materiał, z którego wykonane były poszczególne akcesoria kuchenne, warunkował ich cenę, a więc także dostępność. Oznaczałoby to, że liczba oraz jakość sprzętów kuchennych były przede wszystkim uzależnione od potrzeb oraz zamożności właściciela domu. Wydaje się jednak, że nawet prowizoryczne kuchnie były zaopatrzone w takie przybory jak noże, chochle, tasaki, tarki (Alcock, 2006: 111; Faas, 2006: 132) czy sitka (Apicjusz, 2012: V, 2, 5). Na liście tej nie może też zabraknąć moździerza (gr. *θηεῖα* [*thyeía*]; łac. *mortarium*), który był jednym z ważniejszych przyrządów używanych w antycznej gastronomii (Faas, 2006: 134). Zazwyczaj było to ceramiczne (Villing, Pemberton, 2010: 555, 558), niezbyt głębokie naczynie, w którym, przy pomocy tłuczka (Villing, Pemberton, 2010: 557), rozdrabniano twardsze przyprawy (np. Apicjusz, 2012: II, 1, 5), rozcierano kawałki mięsa (np. Apicjusz, 2012: II, 1, 3), warzywa (np. Apicjusz, 2012: V, 2, 5) lub ser (*Moretum*, 90–116; np. por. Villing, Pemberton, 2010: 604–606, 614–617, 625; Rzeźnicka, Kokoszko, 2016: 162). Oprócz tego w moździerzach powszechnie przyrządzano sosy, łącząc ze sobą suche i płynne ingrediencje (np. Apicjusz, 2012: III, 4, 1). Część z nich miała nawet lejkowaty dzióbek, który ułatwiał opróżnienie naczynia z tego rodzaju płynnego dodatku (Alcock, 2006: 110; Villing, Pemberton, 2010: 559). Nadto na podstawie traktatu Katona możemy stwierdzić, że misy niektórych moździerzy były na tyle duże i głębokie, że można w nich było z powodzeniem wyrabiać ciasto (Katon, 1895: 74, 75).

Zaprezentowane w niniejszej pracy rozważania dowodzą, że dla starożytnych Greków i Rzymian kuchnia nigdy nie stała się jednym ze strategicznych miejsc domu. Dla większości mieszkańców basenu Morza Śródziemnego ważniejsze od wyodrębnienia osobnego pomieszczenia przeznaczonego do przygotowywania posiłków było bowiem posiadanie praktycznych przyrządów kuchennych, które, w zależności od potrzeb, mogły być używane w dowolnej części domostwa lub poza nim. Szczątkowe dane ze źródeł pisanych na temat wyglądu ówczesnych kuchni rekompensuje nam jednak fachowa literatura gastronomiczna, której istotne uzupełnienie stanowią traktaty zakresu medycyny i agromonii. Przede wszystkim dostarczają nam one niezbędnych informacji na temat praktycznego zastosowania poszczególnych przyrządów kuchennych, co stanowi nieocenioną pomoc w interpretacji znalezisk archeologicznych, a to w konsekwencji pozwala już na oddanie kom-

pletnego obrazu tego rodzaju przestrzeni. Dodatkowo, na podstawie analizowanych w niniejszej pracy źródeł możemy zrekonstruować katalog produktów spożywczych, wchodzących w skład diety mieszkańców interesującego nas obszaru, które dopełniają nasze wyobrażenie na temat pokarmów, w jakie była zaopatrzona kuchnia epoki antyku.

Bibliografia

Źródła

- Anonim (1927), *Moretum*, [w:] R. Ellis (ed.), *Appendix Vergiliana sive carmina minora Vergilio adtributa*, Oxonii, London.
- Apicjusz (2012), *O sztuce kulinarnej ksiąg dziesięć*, tłum. I. Mikołajczyk, S. Wyżomirski, Wydawnictwo Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń.
- Atenajos (1887–1890), *Athenaei Naucraticae dipnosophistarum libri XV*, vol. 1–3, G. Kaibel (ed.), Teubner, Lipsiae–Berolini.
- Galen (1823), *Galen de alimentorum facultatibus libri III*, [w:] C. G. Kühn (ed.), *Claudii Galeni opera omnia*, vol. 6, Cnobloch, Lipsiae.
- Galen (1827), *Galen de simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus libri XI*, [w:] C. G. Kühn (ed.), *Claudii Galeni opera omnia*, vol. 12, Cnobloch, Lipsiae.
- Katon (1895), *M. Porci Catonis de agri cultura*, H. Keil (ed.), Teubner, Lipsiae.
- Marcjalis (1920), *Epigrams with an English translation in two volumes*, vol. 2, transl. W. C. A. Ker. W. Heinemann, G. P. Putnam's Sons, London–New York.
- Orybazjusz (1928–1933), *Oribasii collectionum medicarum reliquiae*, vol. 1–4, I. Reader (ed.), Teubner, Lipsiae–Berolini.
- Orybazjusz (1964), *Oribasii Synopsis ad Eustathium filium*, [w:] I. Reader (ed.), *Oribasii Synopsis ad Eustathium filium et libri ad Eunapium*, vol. 6.3, Teubner, Leipzig.

Opracowania

- Alcock J. P. (2006), *Food in the Ancient World*, Greenwood Press, Westport–London.
- Cahill N. (2002), *Household and City Organisation at Olynthus*, Yale University Press, New Haven–London.
- Cubberley A. (1999), *Bread – Baking in Ancient Italy. Clibanus and sub testu in the Roman World: Further Thoughts*, [w:] J. Wilkins, D. Harvey, M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter Press, Exeter, s. 55–68.

- Curtis R. I. (2001), *Ancient Food Technology*, Brill, Leiden–Boston–Köln.
- Dalby A. (2003), *Food in the Ancient World from A to Z*, Routledge, London–New York.
- Faas P. (2005), *Around the Roman Table. Food and Feasting in Ancient Rome*, transl. S. Whiteside, The University of Chicago Press, Chicago.
- Foxhall L. (2007), *House Clearance: Unpacking the „Kitchen” in Classical Greece*, „British School at Athens Studies”, vol. 15, s. 233–242.
- Grainger S. (2000), *Cato’s Roman Cheesecakes: the Baking Techniques*, [w:] H. Walker (ed.), *Milk: Beyond the Dairy. Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery 1999*, Prospect Books, Totnes, s. 168–177.
- Grainger S. (2007), *The Patina in Apicius*, [w:] R. Hosking (ed.), *Eggs in Cookery. Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery 2006*, Prospect Books, Totnes, s. 76–84.
- Grant M. (1986), *Miasta Wezuwiusza: Pompeje i Herkulanum*, tłum. H. Ro-wińska, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa.
- Grocock Ch., Grainger S. (2006), *Introduction*, [w:] Ch. Grocock, S. Grainger (eds.), *Apicius. A Critical Edition with an Introduction and an English Translation of the Latin Recipe Text Apicius*, Prospect Books, Blackaw-ton–Totnes, s. 13–123.
- Leonardi M., Gerbault P., Thomas M. G., Burger J. (2012), *The Evolution of Lactase Persistence in Europe. A Synthesis of Archaeological and Genetic Evi-dence*, „International Dairy Journal”, vol. 22, s. 88–97.
- Morris S. P. (2014), *Diary Queen: Churns and Milk Products in the Aegean Bronze Age*, „Opuscula. Annual of the Swedish Institutes at Athens and Rome”, vol. 7, s. 205–222.
- Rzeźnicka Z., Kokoszko M. (2016), *Dietetyka i sztuka kulinarna antyku i wczesnego Bizancjum (II–VII w.)*, część III, *Ab ovo ad γάλα. Jajka, mleko i produkty mleczne w medycynie i w sztuce kulinarnej (I–VII w.)*, Wydaw-nictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
- Sparkes B. A. (1962), *The Greek Kitchen*. „The Journal of Hellenic Studies”, vol. 82, s. 121–137.
- Thurmond D. L. (2006), *A Handbook of Food Processing in Classical Rome. For her Bounty no Winter*, Brill, Leiden–Boston.
- Villing A., Pemberton E. G. (2010), *Mortaria from ancient Corinth: form and function*. „Hesperia: The Journal of the American School of Classical Studies at Athens”, vol. 79, no 4, s. 555–638.
- Winniczuk L. (2006), *Ludzie, zwyczaje i obyczaje starożytnej Grecji i Rzymu*, Polskie Wydawnictwo Naukowe, Warszawa.