

Maciej KOKOSZKO
(Łódź, UŁ)

SOSY W KUCHNI GRECKIEJ. GARUM (ΓΑΡΟΣ) I POCHODNE

Kuchnia grecka miała do swej dyspozycji wiele dodatków do potraw, wśród których niepoślednią rolę obejmowały także sosy. Modyfikowały one smak mięsa i warzyw oraz często stanowiły o wartości dietetycznej całej potrawy. Były to zarówno sosy zimne, jak i gorące (przygotowywane specjalnie z myślą o danej potrawie). Wiele spośród nich sporządzano w oparciu o tak zwane *garum* (γάρος).

Na początku pragnąłbym poczynić kilka uwag ogólnych dotyczących zawartości prezentowanego artykułu. Po pierwsze, praca niniejsza zawierać będzie jedynie informacje o sosach, w których termin *garum* stanowił część ich nazwy. Nie wszystkie zatem tego typu dodatki uwzględniające w swej recepturze *garum* będą przedmiotem moich obecnych rozważań. Po drugie, artykuł niniejszy, choć stara się naszkicować terapeutyczne działanie *garum*, nie zawiera pełnej analizy jego wartości leczniczych. Zagadnienie to jest, wedle mej wiedzy, na tyle szerokie i skomplikowane, iż rezerwuję dla siebie tę kwestię do całościowego opracowania w najbliższej przyszłości. Po trzecie, artykuł niniejszy nie zawiera szczegółowych rozważań co do skali produkcji *garum*, centrów jego wytwarzania, szczegółów technicznych tego procesu etc. Wychoząc z założenia, iż zagadnienia te zostały już opracowane w wystarczającym zakresie, a nadto chcąc uniknąć cytowania bardzo obszernej literatury tego dotyczącej, odsyłam czytelników do mojej niedawno opublikowanej pracy dotyczącej ryb w źródłach antycznych i bizantyńskich, gdzie podstawowe dzieła z tej dziedziny zostały zacytowane¹.

Garum był to sos powstały na drodze zasolenia całych ryb lub/oraz ich wnętrzności. Stosowane było samodzielnie albo jako przyprawa uzupełniająca aromat innych produktów. Popularność swą zyskało ok. V wieku przed Chrystusem², a znane jest aż do dzisiaj. W języku łacińskim w stosunku do tej samej

¹ Por. M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie w życiu codziennym ludzi późnego antyku i wczesnego Bizancjum (III-VII w.)*, Byzantina Lodziensia 9, Łódź 2005, 373-374.

² Por. A. Dalby, *Food in the Ancient World from A to Z*, London – New York 2003, 156.

przyprawy używano najczęściej terminu *liquamen*. Nazwy *allec* i *hallec* odnosiły się do poszczególnych rodzajów³ tego produktu. Odznaczały się one niższą jakością niż *garum/liquamen*⁴. W czasach antyku i Bizancjum istniało wiele odmian tego sosu. Należy wnosić, iż różniły się one w zależności od miejsca i receptury zastosowanej przy jego produkcji. Ze źródeł wynika, iż wykształciły się trzy najważniejsze centra wytwarzania tej przyprawy⁵. Były one tożsame z obszarami produkcji konserw rybnych, *tarichos* (τάριχος)⁶. Wyjaśnieniem tego faktu jest ścisły związek między wytwarzaniem obu produktów. Zarówno *garum*, jak i *tarichos* wymagały stosunkowo bogatych zasobów ryb, najlepiej z rodziny Scombridae. Jeżeli przy wytwarzaniu konserw rybnych używano wyłącznie ich mięsa, to producenci sosu wykorzystywali odpady powstałe przy produkcji (zwłaszcza wnętrzości i mniej wartościowe, na przykład ze względu na wymiary lub świeżość, egzemplarze). Nadto, obie dziedziny opisywanej wytwórczości wymagały soli⁷. Najstynniejszym gatunkiem *garum* było tzw. *garum sociorum*⁸, produkowane w południowej Hiszpanii z ryb skombros (σκόμβρος)⁹. Miało ono postać złotawego, przezroczystego płynu o charakterystycznym, mocnym zapachu oraz wyraźnie słonym smaku.

Jeżeli chodzi o warianty recepturalne, to do naszych czasów zachowało się ich kilka. Najbardziej wyczerpującym w tym względzie źródłem jest *Geoponica*¹⁰. Dzieło to zawiera w sumie trzy różne przepisy na *garum*; dwa z nich, jak można sądzić, stosowano przy produkcji sosów przeznaczonych na sprzedaż, trzecia wydaje się zaś przepisem mającym zastosowanie w gospodarstwie domowym¹¹.

Pierwsza z wymienionych receptur przedstawia się następująco: do dużego naczynia ceramicznego wkładano wnętrzości ryb i zasypywano je solą. Na-

³ Były to frakcje powstałe w wyniku oczyszczania gotowego produktu, por. poniżej.

⁴ *Hallec* nie był przezroczysty z powodu zanieczyszczeń w nim pozostających, por. receptury cytowane poniżej.

⁵ Hiszpania, Italia i Sycylia oraz obszary nad Morzem Czarnym. Wybrana literatura na ten temat por. Kokoszko, *Ryby*, s. 343-344.

⁶ Por. M. Kokoszko, *Kuchnia i dietyka późnego antyku oraz Bizancjum. Kilka uwag na temat spożycia, sporządzania, przyrządzania, wartości dietetycznych i zastosowań medycznych konserw rybnych w antycznej i bizantyńskiej literaturze greckiej*, w: *Historia Bizancjum*, red. W. Ceran (= *Acta Universitatis Lodziensis, Folia Historica* 80), Łódź 2005, 7-25; tenże, *Ryby*, s. 317-329.

⁷ Na temat zasobów tej ostatniej por. A. Jodłowski, *Saliny i kopalnie soli w państwach starożytnych strefy śródziemnomorskiej*, „*Meander*” 32 (1977) 40-53.

⁸ Wybrana literatura na ten temat por. Kokoszko, *Ryby*, s. 374.

⁹ Makrele.

¹⁰ Por. *Geoponica sive Cassiani Bassi Scholastici de re rustica eclogae*, rec. H. Beckh, Lipsiae 1895 (dalej – *Geoponica*). Jest to traktat na temat rolnictwa w dwudziestu księgach, który powstał w X wieku, por. W. Gemoll, *Untersuchungen über die Quellen, den Verfasser und die Abfassungszeit der Geoponica*, Berlin 1883, passim; Kokoszko, *Ryby*, s. 14.

¹¹ Por. *Geoponica* XX 46. Ciekawą interpretację tych receptur por. M. Grant, *Roman Cookery. Ancient Recipes for Modern Kitchens*, London 2002, 29.

stępnie dodawano całe ryby, najczęściej małe, na przykład stynki, szproty, małe barweny oraz sardele. Zresztą wszystkie niewielkie ryby nadawały się jako surowiec do tego sosu. Na tę kolejną warstwę wysypywano jeszcze jedną porcję soli, a następnie naczynie wystawiano na słońce. Gdy rozpoczął się już proces fermentacji¹², należało naczyniem często i energicznie wstrząsać. Kiedy zawartość garnka przestała się w końcu burzyć, *garum* było w zasadzie gotowe. Teraz należało jedynie precedzić płyn. Wszystko to, co przeleciało przez sito, było właściwym, dobrej jakości *garum* (*liquamen*). To, co pozostało na sicie, nazywano *allec* (*hallec*). Była to gęsta substancja o podobnych do *liquamen* wartościach smakowych i zapachowych.

Drugi z przepisów przekazanych przez autora *Geoponica* nawiązuje do lokalnych sposobów wytwarzania tej przyprawy w Azji Mniejszej. W Bitynii, mianowicie, do sporządzania tej przyprawy używano zwykle ryb takich, jak szprotki, sardele, ostroboki i makrele. Wkładano je zrazu do dużego naczynia, zwykle do koryta podobnego w kształcie do ówczesnej dzieży. Na jeden modius¹³ ryb dodawano dwa italskie sextarii¹⁴ soli, a potem ryby i sól mieszano razem i pozostawiano na noc. Następnie zawartość dzieży przekładano do umieszczonego w nasłonecznionym miejscu naczynia ceramicznego. Z przepisu wiemy, iż powinno ono pozostać odkryte, a jego zawartość wymagała co pewien czas przemieszania. Po dwu, trzech miesiącach, gdy płyn przefermentował, a *garum* było gotowe, naczynie należało zamknąć i schować w zaciemionym miejscu. Wiemy też, iż przepis ten był niekiedy modyfikowany w ten sposób, że na każdy sextariusz ryb dodawano dwa sextarii wina. Zapewne ta ostatnia wersja odpowiadała bardziej wyszukанym gustom i była kosztowniejsza.

Trzecia receptura to przepis na domowe *garum*. Był to sposób przygotowania właściwy dla tych, którzy nie mieli zbyt wiele czasu, by czekać na wyniki procesu fermentacji. Wpierw należało sporządzić roztwór soli. Tej ostatniej powinno być w nim tyle, by jajko wrzucone do solanki utrzymywało się na powierzchni. Następnie przelewano roztwór do nowego, ceramicznego naczynia, dodawano ryby i nieco oregano¹⁵. Garnek stawiano na ogniu, zawartość doprowadzano do wrzenia i gotowano, aż do momentu, gdy ilość płynu zaczynała wyraźnie się zmniejszać. Niektórzy, oprócz wymienionych powyżej skład-

¹² A może raczej hemolizy.

¹³ Modius = 8, 733 litra.

¹⁴ Sextarius = 0, 545 litra.

¹⁵ Oregano = *Origanum vulgare*, L. Charakterystyka tej rośliny: *Aetii Amideni liber* I 302, 104, w: *Aetii Amideni libri medicinales* I-VIII, ed. A. Olivieri, Lipsiae – Berolini 1935-1950, I, 302, 1-4 (dalej – *Aetius Amidenus, Iatricorum libri*). Wybrana literatura nowożytna: A. C. Andrews, *Marjoram as a Spice in the Classical Era*, CPh 56 (1961) 73-82; J. André, *L'alimentation et la cuisine à Rome*, Paris 1961, 205; L. Bremness, *Wielka księga ziół*, tłum. J. Cieśla – W. Jackowska – R. Jackowski i inni, Warszawa 1991, 104-105; Dalby, *Food*, s. 243-244; *Leksykon roślin leczniczych*, red. A. Rumińska – A. Ożarówski, Warszawa 1990, 260-261 (dalej – *Leksykon roślin*); T. Stobart, *Herbs, Spices and Flavourings*, London 1998, 139-140; por. także Kokoszko, *Ryby*, s. 377-378.

ników, dolewali do wywaru zagęszczonego moszczu winnego¹⁶. Potem odstawiano naczynie z ognia i pozostawiano do ostygnięcia. Zawartość przecedzano dwa lub trzy razy, aż stała się przezroczysta. Następnie przelewano gotowe *garum* do naczynia z pokrywką.

Garum było produktem, którym handlowano na całym obszarze nad Morzem Śródziemnym; osiągało wysokie ceny i – w związku z tym – nie było przyprawą powszechnie dostępną¹⁷. Sos ten stawiano na stole, by jedzący mogli sobie sami doprawić potrawę poprzez skropienie¹⁸ lub zanurzenie jej w przyprawie¹⁹. W wykwintnej kuchni greckiej i rzymskiej sos rybny dodawany był także do większości potraw mięsnych i rybnych, oraz do znacznej liczby potraw mącznych. Zastępowało ono sól i dodawało koloru potrawom. Użycie *garum* jest wielokrotnie zaświadczone we fragmentach zachowanych w *Deipnosophistach* Atenajosa z Naukratis, w *De re coquinaria*²⁰ oraz w antycznych i bizantyńskich źródłach medycznych. *Garum* było także podstawą do produkcji sosów pochodnych. Chodzi zwłaszcza o *garelaium*, *garelaion* (γαρέλαιον), *oenogarum*, *oinogaron* (οινόγαρον) i *oksygarum*, *oksygaron* (ὀξύγαρον), o których będzie mowa później.

Medycyna przypisywała *garum* pewne właściwości lecznicze. Są one szczegółowo opisane na kartach pism medyków greckich, na przykład Pedanusa Dioskuridesa, Galena, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginu²¹. Rzeczeni

¹⁶ Gotowany moszcz winny zredukowany do konsystencji syropu. Najczęściej używana nazwa grecka brzmiała *hepsema* (ἔψημα). Wybrana literatura: Dalby, *Food*, s. 224-225; A. Dalby – S. Grainger, *The Classical Cookbook*, London 2000, 24-25; B. Flower – E. Rosenbaum, *Introduction*, w: *The Roman Cookery Book. A Critical Translation of „The Art of Cooking” by Apicius for Use in the Study and the Kitchen* by B. Flower – E. Rosenbaum, London – Toronto – Wellington – Sydney 1958, 23-24; P. Garnsey, *Food and Society in Classical Antiquity*, Cambridge 1999, 139; I. Gozzini Giacosa, *A Taste of Ancient Rome*, translated A. Herklotz, foreword M.T. Simeti, Chicago – London 1992, 29-30; J. Solomon, *The Apician Sauce. Ius Apicianum*, w: *Food in Antiquity*, ed. J. Wilkins – D. Harvey – M. Dobson, Exeter 1995, 115-131, spec. 119-124 i 130, nota 40; por. także Kokoszko, *Ryby*, s. 372.

¹⁷ Chodzi zwłaszcza o uznane jego gatunki.

¹⁸ Archestratos oraz autor leksykonu zwanego *Księgą Suda* nazywał podane w ten sposób dodatki *katachysma* (κατάχυσμα) – *Athenaei Naucratiatae liber IX* 399 e-f (61, 9-11, Kaibel), w: *Athenaei Naucratiatae dipnosophistarum libri XV*, rec. G. Kaibel, vol. I-III, Lipsiae – Berolini 1887-1890 (dalej – *Athenaeus Naucratiata, Dipnosophistarum libri*); *Suidae Lexicon*, rec. A. Adler, I-IV, Lipsiae 1928-1935, κ, Κατάχυσμα, 876, 1. Na temat dzieła Atenajosa z Naukratis, por. Kokoszko, *Ryby*, s. 10-12.

¹⁹ *Garum* mogło zatem być zaliczane do kategorii dodatków zwanej *embamma* (ἐμβάμμα). Ten ostatni termin określał sosy, w których zanurzano gotowe potrawy, por. np. Athenaeus Naucratiata, *Dipnosophistarum libri IX* 404 d (68, 40-42, Kaibel).

²⁰ Por. *Apicii librorum X qui dicuntur De re coquinaria quae extant*, ed. C. Giarratano – F. Vollmer, Lipsiae 1922, tłum. i komentarz I. Mikołajczyk – S. Wyszomirski: Apicjusz, *O sztuce kulinarnej ksiąg dziesięć*, Toruń 1998 (dalej – Apicius, *De re coquinaria*). Dzieło napisane w 2. poł. IV lub na początku V wieku; na jego temat por. Kokoszko, *Ryby*, s. 19-20.

²¹ Wymienieni autorzy byli praktykami i teoretykami medycyny, por. Kokoszko, *Ryby*, s. 12-16.

znawcy medycyny podkreślali zwłaszcza, iż ułatwiało ono trawienie²². Ciekawe jest, że w wymienionych powyżej dziełach zachował się prawie zgodnie brzmiały rozdział o właściwościach *garum*. Charakteryzowano tam ten sos jako substancję o silnych właściwościach rozgrzewających oraz wysuszających. Dlatego też używano go (zewnątrznie) do leczenia długo niegojących i jątrzących się ran, w przypadkach (wewnątrznie) dyzenterii oraz (zewnątrznie) isjaszu²³.

Gdy chodzi o przepisy na sosy, które zawierały *garum* jako najważniejszy swój składnik, źródła zachowały kilka interesujących szczegółów. Wynika z nich, że specyfiki takie miały nie tylko swoje zastosowanie kulinarne, ale (jak samemu *garum*) niekiedy przypisywano im również właściwości lecznicze. Takim sosem było *garum* oczyszczające, *garos kathartikon* (γάρος καθαρτικόν), recepturę którego zachowały *Iatricorum libri* Aecjusza z Amidy. Przyrządzano je z czterech części skammonii²⁴ i 50 ziarenek pieprzu, które razem rozdrabniano i mieszano z trzema częściami *garum*. Gdy mikstura była gotowa, można ją było serwować jako *embamma*²⁵. Z tekstu dowiadujemy się, że takie *garum* skutecznie usuwało żółć z organizmu.

Sosem, którego składnikami było *garum* i oliwa, było *garelaium* (γαρέλαιον). Taką definicję tej mikstury podał Hesychios²⁶. Zapewne istniały różne odmiany tego dodatku. Galen zachował pewien wyszukany przepis dla smakoszy. Sos składał się z *garelaium*, odrobiny wina oraz wątroby ryby trigle (τριγύλη)²⁷. Do naczynia wlewano składniki płynne i wrzucano rozdrobnioną wątróbkę. Następnie nadawano mieszaninie jednolitą konsystencję²⁸. Przyrządzone (zapewne pieczone ryby) jedzono maczając je w tym sosie.

Znamy również kilka innych zastosowań *garelaium*. Źródła informują nas bowiem, iż używano go jako przyprawy do kapusty. Tę ostatnią gotowano w wodzie do miękkości (nie wolno jednak było jej rozgotować), a potem

²² Np. *Galenii de alimentorum facultatibus libri*, s. 725-726, w: *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, VI, Lipsiae 1823, (dalej – Galenus, *De alimentorum facultatibus*, Kühn VI).

²³ Por. *Pedanii Dioscuridis Anazarbei liber II* 32, 1, 1-4, w: *Pedanii Dioscuridis Anazarbei de materia medica libri quinque*, ed. M. Wellmann, vol. I-III, Berolini 1906-1914; *Galenii de simplicium medicamentorum temperamentis et facultatibus libri* s. 377, w: *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, XI-XII, Lipsiae 1826-1827; Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* II 150, 1-3; *Pauli Aeginetae liber VII* 3, 3, 21-23, w: *Paulus Aegineta*, ed. I.L. Heiberg, I-II, Lipsiae – Berolini 1921-1924.

²⁴ *Convolvulus scammonia* – gatunek powoju używany dość powszechnie w medycynie greckiej jako substancja oczyszczająca. Charakterystykę właściwości tejże rośliny por. np. Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* III 25, 1-14.

²⁵ Por. Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* III 83, 1-2.

²⁶ Por. *Hesychii Alexandrini lexicon*, post I. Albertum rec. M. Schmidt, I-V, Ienae 1859-1868, g, garšlaion, 176, 1.

²⁷ Barwena, por. Kokoszko, *Ryby*, s. 358-367.

²⁸ Galenus, *De alimentorum facultatibus*, Kühn VI, s. 716. Z punktu widzenia sposobu podania *garelaium* opisane przez Galena powinno być zaliczone do kategorii *embamma*.

gorącą wkładano do *garelaium* i podawano²⁹. Z *garelaium* podawano także surowe warzywa. Zapewne w takim przypadku sos ten spełniał rolę swego rodzaju *dressingu*³⁰. Tak przyrządzone jarzyny miały właściwości przeczyszczające, zwłaszcza jeżeli zostały spożyte przed zasadniczym posiłkiem. Wiemy także, że *garelaium* było dodawane do świeżych, surowych jajek. Wybijano je i mieszało z omawianym sosem³¹. Tej ostatniej potrawie również przypisywano pozytywny wpływ na wydalanie produktów trawienia³².

Aecjusz z Amidy wzmiankuje jeszcze jeden sos, który oparty był na *garum* i mógł mieć zastosowanie kulinarne. Chodzi mianowicie o *oenogarum*, *oinogaron* (οἰνώγαρον). Składało się ono z *garum* i wina. Jak wynika z przepisu podanego przez rzeźzonego medyka, sporządzając *oenogarum* używano dwu części sosu rybnego na jedną część wina. Rodzaj tego ostatniego nie był zapewne ważny, gdyż Aecjusz go nie specyfikuje. By dodać mieszaninie nieco słodczy dolewano miód³³. Choć w analizowanych źródłach brak szczegółów dotyczących zastosowania kulinarnego *oenogarum*, można się jednak domyślać, iż serwowano je jako *embamma* lub *katachysma*. Analogii dostarczają inne sosy z grupy *garum*.

Wersja *oenogarum* znana z *Iatricorum libri* zawiera szereg dodatkowych składników. Z kontekstu wynika, iż były one dorzucone w celu uzyskania przez ten sos pożądanych właściwości terapeutycznych, a dokładniej oczyszczających. Dlatego też Aecjuszowy specyfik zwie się *oenogarum* oczyszczającym, *oinogaron kathartikon* (οἰνώγαρον καθαρτικόν). Z receptury należy wnosić, iż standardowo dorzucano do właściwego *oenogarum* pieprz³⁴ i lubczyk, a opcjonalnie

²⁹ *Oribasii collectionum medicarum liber III* 29, 3, 1-4, w: *Oribasii collectionum medicarum reliquiae*, ed. I. Raeder, I-IV, Lipsiae – Berolini 1928-1933. Orybajusz jest kolejnym autorem medycznym, kluczowym dla rekonstrukcji dziejów sztuki kulinarnej. Na jego temat por. Kokoszko, *Ryby*, s. 14-15.

³⁰ Poprzez *dressing* rozumiem zimny sos podany osobno lub dodawany do potraw (najczęściejj sałatek warzywnych).

³¹ Informacje na temat „ὄα ῥοφήτᾶ”, por. Dalby, *Food*, s. 126.

³² *Oribasius, Synopsis ad Eustathium filium IV* 28, 17, 1-2, w: *Oribasii synopsis ad Eustathium filium et libri ad Eunapium*, ed. J. Raeder, Lipsiae 1926.

³³ Miód w takich przepisach zazwyczaj musiał spełniać wysokie wymagania, por. np. *Galenii de sanitate tuenda libri*, s. 270-271, w: *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, VI, Lipsiae 1823. Typowa charakterystyka bizantyńska: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri I* 273, 1-15. Wybrana literatura nowożytna: Dalby, *Food*, s. 179-180; E. Crane, *The Archaeology of Beekeeping*, London 1983, passim; też: *The World History of beekeeping and honey hunting*, passim; J. E. Jones, *Hives and Honey of Hymettus*, „*Archaeology*” 29 (1976), 80-91; Stobart, *Herbs*, s. 89-90.

³⁴ Zapewne chodzi o pieprz czarny (*Piper nigrum*). Użycie innego gatunku tej przyprawy było zwykle sygnalizowane przez dodanie przydawki. Typowa charakterystyka bizantyńska: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri I* 316, 1-5. Wybrana literatura nowożytna: André, *L'alimentation*, s. 209; Bremness, *Wielka księga ziół*, s. 94; A. Dalby, *Empire of pleasures. Luxury and Indulgence in the Roman World*, London – New York 2000, 43 i 89-94; Dalby, *Food*, s. 254-255; Dalby – Grainger, *The Classical Cookbook*, s. 137 i 250; Solomon, *The Apician Sauce*, s. 115-131; Sto-

skammonię (dla usunięcia z organizmu żółci), szafran (w celu pozbycia się flegmy) lub paprotkę³⁵ (jeśli celem użycia tego *oenogarum* było pozbycie się czarnej żółci).

Kolejny sos uzyskiwany z *garum*, mianowicie *oksygarum*, *oksygaron* (ὀξύγαρον), w swej najprostszej wersji było mieszaniną *garum* i octu. Z receptur Orybazjusza³⁶ i Aecjusza z Amidy³⁷ wynika, iż łączono je w równych proporcjach. Nie ma bezpośrednich wskazań, iż dwuskładnikowe *oksygarum* wymagało gotowania. Receptury na bardziej skomplikowane odmiany tego sosu sugerują jednak taką metodę.

Dysponujemy kilkoma przepisami na *oksygarum*. Dwa implikują jego zastosowania kulinarne i terapeutyczne, a dwa kolejne sugerują przeznaczenie sosu jako przede wszystkim dodatku do potraw. Para receptur pochodząca z pism medycznych (Orybazjusza i Aecjusza z Amidy) jest podobna, chociaż nie identyczna, a działania terapeutyczne specyfików określone już w samych tytułach receptur. Jedno i drugie nazwane zostało *oksygarum* oczyszczającym, *oksygaron kathartikon* (ὀξύγαρον καθαριστικόν). Przepis Orybazjusza uwzględnia skammonię, pieprz, imbir, miętę, nasiona selera, ocet, *garum* oraz miód. Przepis Aecjusza z Amidy z kolei zawiera nasiona selera, pieprzu, kminu zwyczajnego³⁸, sok zapalniczki cuchnącej³⁹, skammonię i równe części *garum* i octu. Z receptury wynika też, że zamiast skammonii, można było dodać szafranu lub paproci⁴⁰.

bart, *Herbs*, s. 140-150; J. M. Welch, *The Spice Trade. A Bibliographic Guide to Sources of Historical and Economic Information*, Connecticut – London 1994, 9-40.

³⁵ *Polypodium vulgare*.

³⁶ Por. Oribasius, *Collectionum medicarum eclogae medicamentorum* 79, 12, 1-13, 1, w: *Oribasii collectionum medicarum reliquiae*, vol. IV, libros XLIX-L: Libros incertos, eclogae medicamentorum, indicem continens, ed. I. Raeder, Lipsiae – Berolini 1933.

³⁷ Por. Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* III 87, 1-5.

³⁸ *Cuminum cyminum*. Typowa bizantyńska charakterystyka tej rośliny: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* 235, 1-3. Wybrana literatura nowożytna: André, *L'alimentation*, Paris 1961, s. 203; Bremness, *Wielka księga ziół*, s. 62; D. R. Brothwell, *Foodstuffs, Cooking, and Drugs*, w: *Civilization of the Ancient Mediterranean. Greece and Rome*, I, ed. M. Grant – R. Kitzinger, New York 1987, 252 i 260; Dalby, *Food*, s. 74 i 108-109; Dalby – Grainger, *The Classical Cookbook*, s. 139; Stobart, *Herbs*, s. 67-68; D. Zohary – M. Hopf, *Domestication of Plants in the Old Worlds. The Origin and Spread of Cultivated Plants in West Asia, Europe and the Nile Valley*, Oxford 1993, 189. Muszę przyznać się do popełnienia błędu w mojej książce o rybach. Kmin rzymski (*Carum carvi*) był tam niekiedy mylony z kminem zwyczajnym (*Cuminum cyminum*).

³⁹ *Ferula assafoetida*. Substancje z niej otrzymywane były najczęściej zwane *silfion* (σίλφιον) lub *opos Kyrenaikos* (Κυρηναϊκός ὀπός). Charakterystyka tej substancji, por. np. Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* I 361-365. Podstawowa literatura na ten temat: A. C. Andrews, *The Silphium of the Ancients. A Lesson in Crop Control*, „Isis” 33 (1941) 232-236; A. Arndt, *Silphium*, w: *Spicing up the Palate. Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery*, London 1992, 28-35; Dalby, *Food*, s. 29, 42, 303-304; D. Roques, *Médecine et botanique. Le silphion dans l'œuvre d'Oribase*, „Revue des Études Grecques” 106 (1993) 380-399; Kokoszko, *Ryby*, s. 387.

⁴⁰ Typowa charakterystyka tej rośliny: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* I 331, 1-2.

Oksygarum w *De re coquinaria* występuje w dwu wariantach. Pierwszy z nich przewidywał pół uncji⁴¹ pieprzu, trzy scripula⁴² żebrzycy pokręconej⁴³, sześć scripula kardamonu malabarskiego⁴⁴, sześć scripula kminku zwyczajnego, jedno scripulum liści lauru⁴⁵, sześć scripula suszonej mięty, miód, *garum* i ocet. Wszystkie składniki stałe należało utrzeć, przesiać i wymieszać z miodem, a potem dodawano do nich *garum* i ocet⁴⁶. Druga wersja przepisu była znacznie prostsza i uwzględniała uncję pieprzu, po jednej uncji pietruszki, kminu rzymskiego⁴⁷ i lubczyku ogrodowego, miód, *garum* i ocet⁴⁸.

Oksygarum podawano do potraw mięsnych i ryb. Galen, na przykład, pisał o doprawianiu ryb skalnych, *petraioi ichthyes* (πετραῖοι ἰχθύες)⁴⁹, octem i *garum*, oraz o posypywaniu ich pieprzem⁵⁰. Miał on, być może, na myśli jakąś (nieskomplikowaną) formę *oksygarum*. W każdym razie to ostatnie byłoby z pewnością świetnym zamiennikiem przypraw wymienionych przez słynnego lekarza. Ten sam twierdził także, iż *oksygarum* dodawano przy przyrządzaniu warzyw strączkowych⁵¹. Te ostatnie wprawdzie moczo w wodzie, potem gotowano do miękkości, a następnie doprawiano *garum*, *oksygarum* lub jedynie solą.

Refleksje te należy zakończyć stwierdzeniem, iż *oksygarum* przypisywano pewne konkretne właściwości dietetyczne. Z *Iatricorum libri* wynika, iż oczyszczające *oksygarum* w wersji ze skammonią usuwało żółć. Gdy zamiast tej ostatniej dodano szafranu, powstała mikstura przyczyniała się do wydalania

⁴¹ Pół uncji = 27, 288 grama.

⁴² Trzy scripula = 1, 137 grama.

⁴³ *Seseli tortuosum*, por. Kokoszko, *Ryby*, s. 390.

⁴⁴ *Amomum cardamomum*. Typowa charakterystyka bizantyńska: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* I 182, 1-4. Wybrana literatura nowożytna: André, *L'alimentation*, s. 209-210; Apicius, *De re coquinaria*, s. 263, nota 64; Dalby, *Food*, s. 74; J. Koder, *Gemüse in Byzanz. Die Versorgung Konstantinopels mit Frischgemüse im Lichte der Geoponika*, Wien 1993, 48-49; J. I. Miller, *The Spice Trade of the Roman Empire*, Oxford 1969, 71-73; Stobart, *Herbs*, s. 47-48; Welch, *The Spice Trade*, s. 9-40; por. także Kokoszko, *Ryby*, s. 375.

⁴⁵ *Laurus nobilis*, inaczej liście bobkowe. Typowa charakterystyka bizantyńska: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* I 89, 1-5. Wybrana literatura nowożytna: André, *L'alimentation*, s. 204; Brothwell, *Foodstuffs*, s. 252; Dalby, *Food*, s. 48-49; por. także Kokoszko, *Ryby*, s. 377.

⁴⁶ Por. Apicius, *De re coquinaria* I 34, 1.

⁴⁷ *Carum carvi*. Typowa charakterystyka bizantyńska: Aetius Amidenus, *Iatricorum libri* I 183, 1-4. Wybrana literatura nowożytna: Dalby, *Food*, s. 74; Dalby – Grainger, *The Classical Cookbook*, s. 108; Gozzini Giacosa, *A Taste of Ancient Rome*, s. 15-16; *Leksykon roślin*, s. 210-211; V. Nutton, *Galen and the Traveller's Fare*, w: *Food in Antiquity*, ed. J. Wilkins – D. Harvey – M. Dobson, Exeter 1995, 364; Stobart, *Herbs*, s. 46-47; por. także Kokoszko, *Ryby*, s. 376.

⁴⁸ Por. Apicius, *De re coquinaria* I 34, 2.

⁴⁹ Termin „ryby skalne” oznaczał niewielkie, zwykle kolorowe ryby morskie, żyjące blisko brzegu, między skałami w płytkich wodach przybrzeżnych. Należą one do *Labridae* (wargacze), por. Kokoszko, *Ryby*, s. 253-254.

⁵⁰ Por. Galenus, *De alimentorum facultatibus*, Kühn VI, s. 725.

⁵¹ Por. tamże s. 534-535.

z organizmu flegmy. W końcu, jeśli *oksygarum* sporządzono z dodatkiem paproci, sos ten sprzyjał pozbywaniu się czarnej żółci⁵².

Zaprezentowany materiał dowodzi, iż kuchnia grecka dysponowała licznymi ingrediencjami, które istotnie wpływały na smak podawanych produktów żywnościowych. Czyniły one potrawy nie tylko urozmaiconymi, ale także wyszukanyymi. Z przytoczonych danych wynika, iż cała ich grupa uwzględniała w swoim składzie *garum*. Niestety, w analizowanych materiałach brak szczegółów przyrządzania niektórych wzmiankowanych dodatków. Najwięcej wyczerpujących informacji w tym względzie przynoszą pisma medyczne. Receptury zawarte w tych ostatnich pozwalają domniemywać, iż opisywane dodatki sporządzane były nie tylko dla ich walorów smakowych, ale także ze względu na ich wartości regulujące bądź lecznicze.

SAUCES IN GREEK CUISINE. GARUM AND GARUM-BASED SAUCES

(Summary)

The present article deals with recipes, culinary uses and therapeutic applications of *garum* and other *garum*-based sauces as described in selected (Athenaeus of Naucratis, Pedanius Dioscurides, Galen, Oribasius, Aetius of Amida, Paul of Aegina, *Geoponica* and Byzantine lexica) Greek literary sources.

The author of the article starts his analysis with *garum* (quoting predominantly the *Geoponica*) to proceed to elaborate on a digestive called *garos kathartikon* (γάρος καθαρτικόν) (preserved by Aetius of Amida), subsequently on *garelaium*, *garelaion* (γαρέλαιον) (as presented by Galen, Hesychios and Oribasius), then on *oenogarum*, *oinogaron* (οινόγαρον) (on the basis of the doctrines included in the *Iatricorum libri* by Aetius of Amida) to finish by characterizing *oxygarum*, *oxygaron* (ὀξύγαρον) (in connection with the data extant in the works by Galen, Oribasius, Aetius of Amida and *De re coquinaria*). On the way, the author identifies some ingredients (herbs, spices and other additives) quoted in the aforementioned recipes.

The author concludes that Greek cuisine had at its disposal a variety of ingredients which would modify and add to the final flavor as well as value of a dish.

⁵² Na temat teorii czterech humorów oraz znaczenia poszczególnych terminów por. M. Koszko, *Descriptions of Personal Appearance in John Malalas' Chronicle*, Byzantina Lodziensia 2, Łódź 1998, 22. tenże, *Nauka antyczna a opisy portretowe w dziełach Prokopiusza z Cezarei*, „Eos” 87 (2000), 255-277, spec. 261-266; tenże, *Skąd brać rekruta do armii i dlaczego? Antyczna nauka wyjaśniająca sugestie Wegecjusza zamieszczone w dziele „Epitoma rei militaris”*, „Piotrkowskie Zeszyty Historyczne” 3 (2001), 11-29, spec. 21-24.

Combined together, they gave the Greek cuisine of antiquity and Byzantium a mouth-watering touch of sophistication. He also opines that these are the medical sources which are crucial to the reconstruction of both the recipes as well as the applications of the described concoctions. Finally, he comes to the conclusion that the discussed in the article foods were made use of not only for their culinary values but also with an eye to profiting from their healing properties. It is the latter feature of sauces that emerges with a striking clarity and strength from the medical treatises.