

μεμαγμένην

μικρὰν μελαγχρῆ μαζαν ἠχυρωμένην
ἐκάτερος ἡμῶν εἶχε δις τῆς ἡμέρας
καὶ σῦκα βαιά· καὶ μύκης τις ἐνίοτ' ἂν
ὠπτᾶτο καὶ κοχλίας γενομένου ψακαδίου
ἠγρεύετ' ἂν καὶ λάχανα τῶν αὐτοχθόνων
θλαστή τ' ἐλαία, καὶ πιεῖν οἰνᾶριον ἦν
ἀμφίβολον.

Ζυμωμένο

μικρό κομμάτι μελαψό ψωμί πασπαλισμένο μ' άχυρο
εἶχε καθέννας απ' τους δυο μας δυο φορές τη μέρα
και λίγα σύκα· κάποτε ψηνόταν μανιτάρι,
και σαλιγκάρι, όταν έπεφτε δροσούλα, πιανόταν
και ντόπια λαχανικά και τσακιστή ελιά,
κι είχαμε να πιούμε κρασάκι
αμφίβολης ποιότητας.

Αθήναιος, Δειπνοσοφισταί Β 56c,
μτφρ. Θ.Γ. Μαυρόπουλος, Κάκτος, Αθήνα 1997



ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΚΑΙ Η ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΓΕΥΣΗΣ



01

Οι γευστικές εμπειρίες που ακούμε από τους παλιούς αλλά και οι δικές μας, του τυριού, της τομάτας, της ρίγανης, του ελαιολάδου, θεωρούνται αποτυπωμένες στη μνήμη. Προϊόντα διατροφής με εξαιρετική γεύση, όπως αυτή του πιπεριού και της κανέλας, έχουν αποτελέσει το μήλο της έριδος κυρίως για τους λαούς που ανέπτυξαν πολιτισμούς.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΠΟΣΚΟΥ

*Επίκουρος Καθηγητής,
Τμήμα Διαιτολογίας-Διατροφής,
Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο*

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΛΗΣΙΔΗΣ

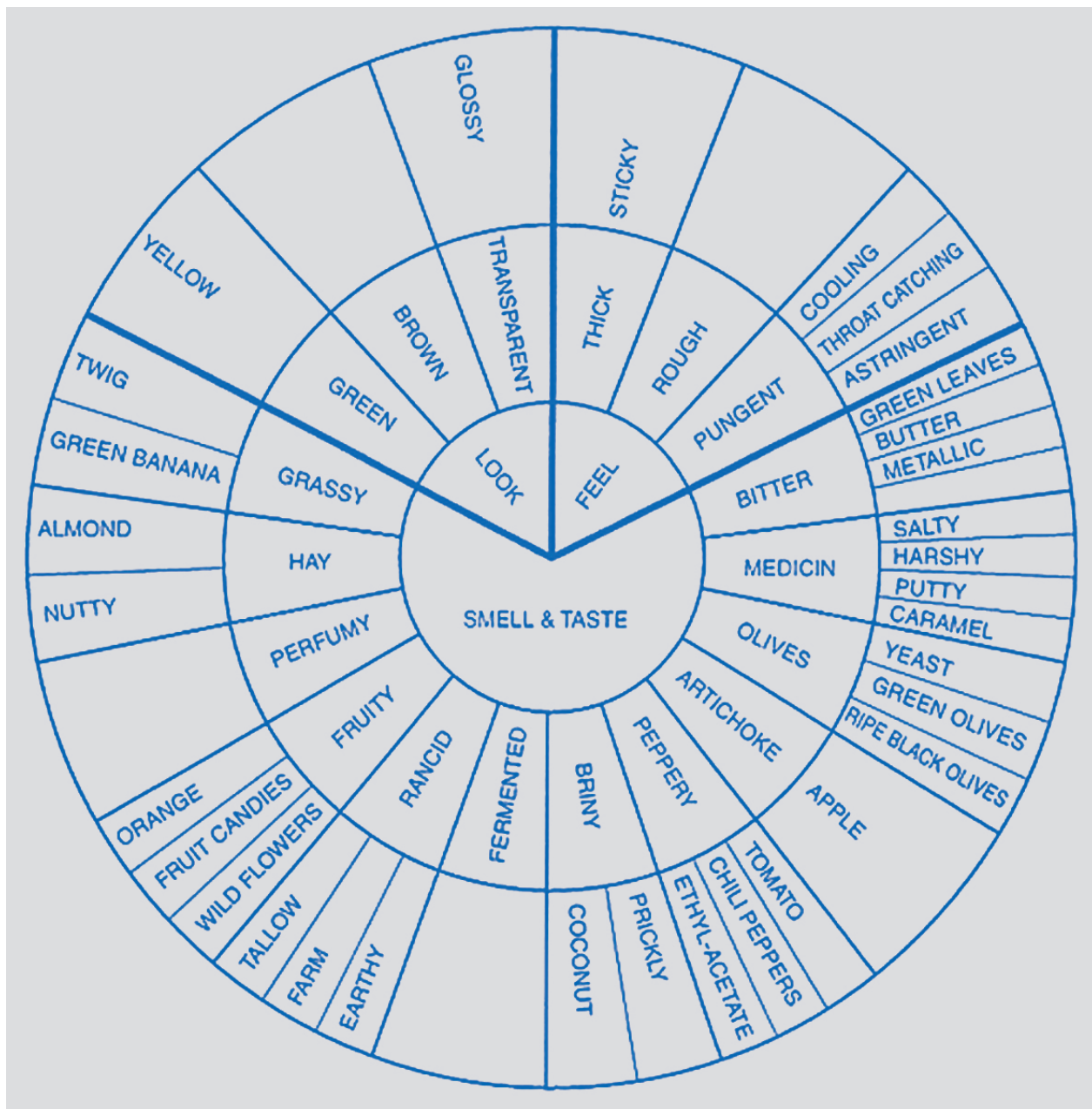
*MSc, Med, εξωτερικός συνεργάτης
του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου*

ΟΙ ΘΑΛΑΣΣΟΠΟΡΟΙ, ΟΠΩΣ Ο ΒΑΣΚΟ ΝΤΕ Γκάμα, ο Τσενγκ Χο κ.ά., προσπάθησαν να κερδίσουν αυτά τα αρώματα μέσα από μάχες, δολοπλοκίες και συναλλαγές (π.χ. μπαχαρικών με μεταξωτά υφάσματα).¹ Είναι αδιανόητο να σκεφτούμε τη ζωή χωρίς την αίσθηση της γεύσης, την κυρίαρχη αυτή δύναμη που τροφοδοτεί τη φαντασία μας με εικόνες άλλων τόπων. Η γεύση είναι πρωταρχικό εργαλείο του ανθρώπινου σώματος: μας επιτρέπει την ποιοτική αξιολόγηση των βρώσιμων υλικών, μας χαρίζει ευδαιμονία και απόλαυση και ανακαλεί τα ψυχικά βιώματα χρόνων του παρελθόντος.

Οι γεύσεις: γλυκό, ξινό, πικρό, αλμυρό
Η γεύση είναι η αίσθηση που δέχονται οι γευστικές απολήξεις (κάλυκες) της

γλώσσας μετά τη διάλυση των συστατικών του φαγητού με το σάλιο. Ο Ιπποκράτης ταξινομήσε τις τροφές σε τέσσερις κατηγορίες: θερμές (π.χ. κρεμμύδι), ψυχρές (π.χ. σπαράγγι), ξηρές (π.χ. σταφύλι), υγρές (π.χ. μαρούλι). Αργότερα τα βότανα και οι τροφές ταξινομήθηκαν με βάση τις γεύσεις: γλυκό, ξινό, αλμυρό, δριμύ, πικρό και στυφό.² Στις μέρες μας, οι βασικές γεύσεις είναι η αίσθηση του γλυκού, του ξινού, του πικρού και του αλμυρού, οι οποίες έχουν συχνά και ανάλογες ψυχοσωματικές αντιδράσεις.

01 Τραπέζι στρωμένο για δείπνο. Λεπτομέρεια ρωμαϊκού ψηφιδωτού από οικία στη Δάφνη, προάστιο της Αντιόχειας επί του Ορόντη. Τουρκία, 3ος αι. μ.Χ.



02

Χαρακτηριστικό είναι ότι μεταξύ των γεύσεων παρατηρείται αντιστάθμισμα του γλυκού με το ξινό και του πικρού με το αλμυρό. Εάν επιθυμούμε να προσδιορίσουμε τη γεύση, την *ευχρημία* ενός εδέσματος, τότε θα λέγαμε πως είναι το σύνολο των αισθήσεων της γεύσης και της όσφρησης που γίνονται αντιληπτές κατά το διάστημα που η τροφή βρίσκεται στη στοματική κοιλότητα.³ Στη συνολική γεύση ενός τροφίμου πρέπει να συμπεριληφθούν ενδεχομένως οι εντυπώσεις

που αφίρει ταυτόχρονα η αφή, η υφή και η θερμοκρασία. Η ποιότητα της γεύσης είναι αλληλένδετη με την οσμή, για παράδειγμα η μέντα έχει πικρή γεύση και δροσερή οσμή.⁴

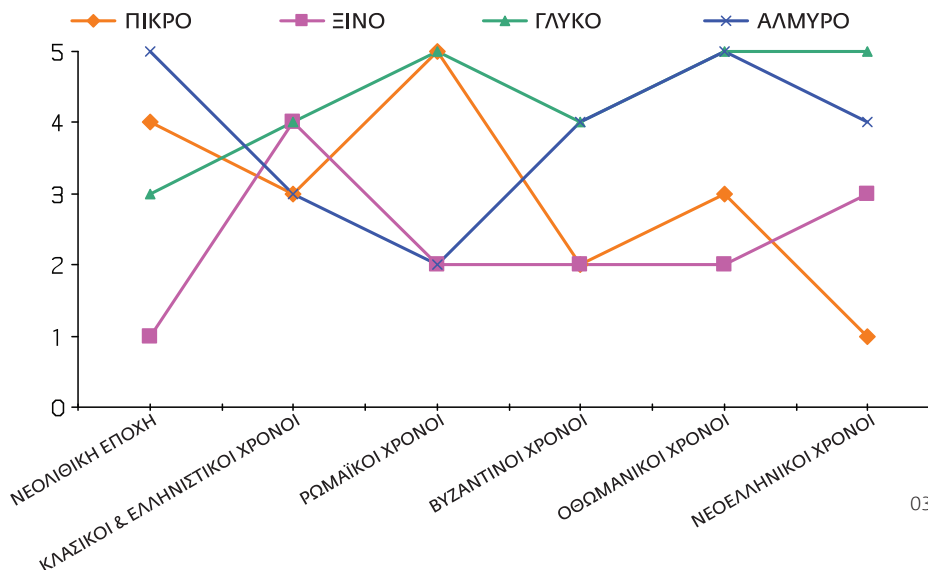
Ο Αριστοτέλης, στο έργο του *Περί Ψυχής*, απαριθμισε και προσδιόρισε πέντε από τις ανθρώπινες αισθήσεις: όραση, ακοή, γεύση, όσφρηση, αφή, προσθέτοντας ότι η γεύση είναι βασική προϋπόθεση για την ηρεμία της ψυχής.⁵

Το αίσθημα της γεύσης είναι αυτό που

δημιουργεί πλήθος αντανάκλαστικών, τα οποία και σχετίζονται με τη μάσηση, την κατάποση και την έκκριση πεπτικών υγρών και ενζύμων. Τα εργαλεία της γεύσης είναι οι 13 νευρικές οδοί (χημειοδεκτικά κύτταρα) που διακρίνουν τις τέσσερις βασικές γεύσεις: το γλυκό, το αλμυρό, το πικρό και το ξινό.⁶ Ο συνδυασμός των τεσσάρων αυτών γεύσεων και οι αυξομειώσεις στην ένταση της κάθε μίας δημιουργούν άλλες γεύσεις.

Χαρακτηριστικό της γεύσης είναι ότι

- 02 Ο οργανοληπτικός κύκλος του παρθένου ελαιολάδου.
- 03 Ενδεικτικό διάγραμμα της ελληνικής γεύσης, βασισμένο στη σύνθεση εδεσμάτων.
- 04 Εξώφυλλο του βιβλίου *Physiologie du Goût* του J.A. Brillat-Savarin, έκδοση του 1848.
- 05 Ο Αλέξανδρος Δουμάς.

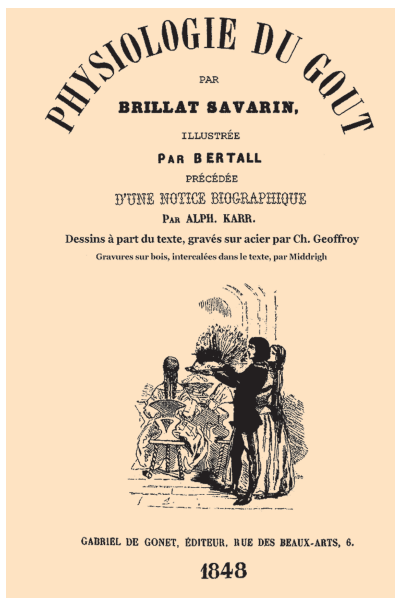


03

δημιουργεί βιώματα, τα οποία επηρεάζουν τη συνολική ψυχική μας διάθεση, κατά το διάστημα τόσο της αίσθησης όσο και της επίγευσης. Για το λόγο αυτό, ο άνθρωπος ανέκαθεν αναζητούσε γευστικά ερεθίσματα, που να τροφοδοτούν τη φαντασία και να καλλιεργούν συναισθήματα, όχι πάντοτε ευχάριστα. Για παράδειγμα, η γεύση ενός γνωρίμου εδέσματος μπορεί να προκαλέσει νοσταλγία και η τελευταία μπορεί να φέρει συναισθήματα είτε ευτυχίας είτε δυστυχίας.

Ας εξετάσουμε όλες τις διαστάσεις του όρου «γεύση» πάνω στις έννοιες που σχετίζονται άμεσα με τη γαστρονομία: *Γενσιγνωσία* είναι το εξειδικευμένο άτομο, ο δοκιμαστής, με ευαισθησία στις γεύσεις και γενικά στα αισθητήρια όργανα της γλώσσας, ο οποίος επιλέγει την τροφή του κυρίως με οργανοληπτικά κριτήρια. Η ευαισθησία αυτή οφείλεται στη συνεχή αναζωογόνηση των γευστικών κυττάρων και αποκτάται με *γευστική γυμναστική*, αναζητώντας σε κάθε μπουκιά την αντίστοιχη εμπειρία σε έναν άλλο τόπο ή χρόνο. Η *γευσιγνωσία* έχει να κάνει με την ανάλυση ενός ή περισσότερων οργανοληπτικών στοιχείων (όραση-οσμική-γεύση-αφή-ακοή), και την ταξινόμησή τους σε *πδονικά* επίπεδα. Ο όρος *γευστικός* χαρακτηρίζει την ιδιότητα ενός τροφίμου να ερεθίζει τους γευστικούς κάλυκες της γλώσσας και το νευρικό ερέθισμα που προκαλείται αποτελεί είδος *πδονής*, στην ευρεία σημασία της.

Για κάθε κατηγορία τροφίμων οι επισημειωμένες έχουν συντάξει τον οργανολη-



04



05

Σημειώσεις

- 1 Για τον Τσενγκ-Χο, βλ. Louise Levathes, *When China Ruled the Seas: The Treasure Fleet of the Dragon Throne, 1405-1453*, Oxford University Press, Νέα Υόρκη 1997· για τη δραστηριότητα των Ευρωπαίων στο εμπόριο μπαχαρικών, ειδικά με την Ανατολή, βλ. Michael Kronl, *The Taste of Conquest: The Rise and Fall of the Three Great Cities of Spice*, Random House Publishing Group, Νέα Υόρκη 2007.
- 2 Hippocrates, μτφρ. W.H.S. Jones, τόμοι 2 και 4, Λονδίνο 1923.
- 3 Στην αγγλική γλώσσα χρησιμοποιείται ο όρος «flavour» που περιλαμβάνει την οσμή και τη γεύση, ο οποίος στην ελληνική θα μπορούσε να αποδοθεί με τη λέξη «ευχυμία». Δ. Μπόσκου, *Χημεία Τροφίμων*, εκδ. Γαρταγάνη, Θεσσαλονίκη 2004, σ. 201-206.
- 4 H. This, «Goût, saveur, odeur, arôme?», *L'Actualité Chimique* 332 (2009), σ. 3.
- 5 Αριστοτέλης, *Περί Ψυχής*, Β1 («Περί γεύσεως - Αναφορά γεύσεως προς αφή και όψιν - Όρος γεύσεως μετρία υγρότης. Είδη χυμών»).
- 6 Ι. Χατζημηνάς, «Οι γεύσεις που δε ξέχασα», *Διατροφή και Υγεία*, Αθήνα 2001.

πτικό κύκλο (sensory wheel), όπου τα χαρακτηριστικά της γεύσης, της οσμής, της όψης και της υφής των τροφίμων απεικονίζονται σε ομόκεντρους κύκλους. Στην εικόνα 2 παρουσιάζεται ενδεικτικά ο οργανοληπτικός κύκλος του παρθένου ελαιολάδου.⁷ Στον κεντρικό κύκλο εμφανίζονται τα κύρια χαρακτηριστικά, τα οποία αναλύονται σε δευτερεύοντα και τριτεύοντα προς την περιφέρεια. Η λειτουργικότητα του κύκλου βασίζεται σε ερευνητικά δεδομένα οργανοληπτικών παρατηρήσεων που έγιναν τη χρονική στιγμή κατά την οποία το εξεταζόμενο τρόφιμο έχει την αντιπροσωπευτική του ποιότητα.

Η γεύση σε άλλες εποχές

Η διατροφή στην Ευρώπη κατά την αρχαιότητα ήταν τελείως διαφορετική από

τη σημερινή. Ο Πλάτωνας, ο Αριστοτέλης, ο Σωκράτης δεν δοκίμασαν ποτέ πατάτα, τομάτα, ζάχαρη και πορτοκάλια. Πολλοί έλληνες ιστορικοί κατέγραψαν τις γαστριμαργικές συνήθειες παλαιότερων εποχών, όπως για παράδειγμα ο Αθήναιος στους *Δειπνοσοφιστές*. Σπουδαίοι μάγειρες και γαστρονόμοι, αλλά και ζωγράφοι, αγγειογράφοι και επιστήμονες κάνουν σημαντικές αναφορές στις διατροφικές συνήθειες των πολιτισμών που πέρασαν. Ο Αρχέστρατος ο Γελώος ήταν ένας θεωρητικός και πρακτικός της γαστρονομίας, ο οποίος ταξίδευε στις εύφορες περιοχές του κόσμου για να παρατηρήσει και να γευτεί τα φρέσκα προϊόντα.⁸ Οι μαρτυρίες αυτές μας βοηθούν να εντοπίσουμε τις διατροφικές συνήθειες των λαών, οι οποίες με τη σειρά τους αποδεικνύουν την αφθονία συγκεκριμένων

πρώτων υλών καθώς και τη διάθεσή τους για ικανοποίηση τόσο της όρεξης όσο και της γεύσης.

Σημαντική μνεία στις διάφορες καταγραφές γίνεται στα λαχανικά και τα βότανα, τα οποία παρουσιάζονται ως πανάκεια πολλών ασθενειών.⁹ Δεδομένου ότι δεν υπήρχε η σχετική τεχνολογία, εργαλείο αυτών των διαπιστώσεων ήταν η πειραματική παρατήρηση. Ο Ιπποκράτης, για παράδειγμα, είχε παρατηρήσει πως ο γλυκάνισος σταματάει το φτέρνι-

06 Σκηνή μαγειρείου. Λεπτομέρεια από παράσταση σε μελανόμορφο κρατήρα γνωστό ως «του Ευρυτίου». Ετρουρία, Ιταλία, 600-590 π.Χ. Μουσείο Λούβρου.



σμα, ο κοριάνδρος τους στομαχόπονος και η γλυκόκιση μέντα τον πυρετό γιατί δροσίζει το σώμα. Εκτός, όμως, από τα προϊόντα για την ανακούφιση των συμπτωμάτων παθολογικών καταστάσεων, υπήρχαν και τα γιατροσόφια που βοηθούσαν στις σεξουαλικές επιδόσεις. Για παράδειγμα, στην αρχαιότητα υπήρχε η άποψη πως οι αλμυρές γεύσεις ενίσχυαν τη διέγερση του άντρα, ενώ οι πικρές δυνάμειων την ερωτική επιθυμία των γυναικών. Στη νεότερη ευρωπαϊκή γαστρονομία, ο γάλλος νομικός-χημικός-ιατρός Jean Anthelme Brillat-Savarin, στο μνημειώδες έργο του η *Φυσιολογία της Γεύσης* (εικ. 4), αναφέρει ότι, ενώ η όσφρηση εξερευνά το φαγητό, η γεύση παρακινεί μέσα από το θέατρο και τη λογοτεχνία τους φίλους και τους υποστηρικτές του να γευτούν νέους συνδυασμούς υλικών για να ικανοποιήσουν την όρεξή τους.¹¹ Έτσι, λοιπόν, στο δεύτερο μισό του 19ου αιώνα εδραιώνεται η γαστρονομία και δημιουργείται, κατά τον Cowan, ο νέος κόσμος των γεύσεων¹² και, κατά τον Teuteberg, η γέννηση του σύγχρονου καταναλωτή.¹³

Η γευστική πολυπλοκότητα της γαστρονομίας σχολιάζεται σατιρικά από τον δημοσιογράφο Μπάμπη Άννινο¹⁴ στις αρχές του περασμένου αιώνα: «Διαταράσσουν δε το μαγειρικό καθεστώς εκάστοτε και αι φαντασιοπληξίαι των εκκεντρικών. Διότι, αν εις την αρχαιότητα η νευροπαθής Κλεοπάτρα ανέλυσεν εις όζος και ερόρφωσεν τον βαρύτιμον αυτίς μαργαρίτην, ευρέθησαν και άλλοι άσωτοι εις νεωτέρας εποχής, οίτινες προς επίδειξιν έτρωγον ομελέτας επιτεπασμένες διά κόνεως πολυτίμων λίθων κοπανισμένων, όπως ευρέθησαν προ ολίγου χρόνου μερικοί και μερικά μπλαζέ του καλού κόσμου εν Αγγλία, οι οποίοι απδιάζοντες την μονοτονίαν των συνήθων γευμάτων, επενόησαν τας σαλάτας εκ πετάλων ρόδων ή μενεξέδων, ηρυμένων δι' αρώματος Κολωνίας». Έτσι, λοιπόν, ενώ ο 20ός αιώνας ανέδειξε τη γαστρονομία των εκλεπτυσμένων και πολύπλοκων γεύσεων δημιουργήθηκε και η κουζίνα της «σύντηξης» γευστικών ερεθισμάτων

(fusion cuisine). Επειδή, όμως, η γευστική «σύντηξη» (fusion) προκάλεσε και γευστική «σύγχυση» (com-fusion), στις αρχές του 21ου αιώνα αναζητούνται οι καθαρές γεύσεις μέσα από τη μινιμαλιστική κουζίνα (minimal cuisine) και την αυθεντική κουζίνα των λαών (ethnic cuisine), αλλά και την έρευνα και την ανάπτυξη παλαιών και νέων γευστικών ερεθισμάτων συνδυάζοντας τη μαγειρική τέχνη με τις επιστήμες της Χημείας και της Φυσικής (molecular gastronomy, culinology).

Ένας χάρτης της ελληνικής γεύσης

Σκοπός μας στο άρθρο αυτό είναι να αποτυπώσουμε το άυλο, δηλαδή τη γεύση που επιθυμούσαν να αποκομίσουν οι πρόγονοί μας καταναλώνοντας τα βρώσιμα αγαθά της φύσης. Για τις ανάγκες της έρευνάς μας, που είναι βιβλιογραφική, μελετήθηκαν βιβλία τα οποία αφορούν τις διάφορες εποχές τις οποίες έχουν ορίσει οι ιστορικοί σύμφωνα με τα γεγονότα. Η μέθοδος που ακολουθήσαμε είναι η στοχαστική παρατήρηση των συνταγών που έχουν διασωθεί, στις οποίες εμφανίζεται έντονα η χρήση ορισμένων υλικών. Θεωρώντας πως οι πρώτες ύλες των εδεσμάτων και ποτών δεν έχουν επηρεαστεί στο πέρασμα του χρόνου, μελετήσαμε δέκα συνταγές από κάθε περίοδο. Το δείγμα είναι τυχαίο μέσα από γνωστά εγχειρίδια της εποχής εκείνης που μελετήσαμε και διαχωρίσαμε στο σχεδιάγραμμα, τα οποία παραθέτουμε και στη βιβλιογραφία.¹⁵ Δεν συμπεριλάβαμε στην έρευνα τα σχετικά με την καυτερή ή πικάντικη γεύση εδέσματα, διότι το καυτερό και το πικάντικο δεν αποτελούν γεύση, αλλά αντίδραση του οργανισμού σε ορισμένες χημικές ενώσεις όπως η καψαϊκίνη ή η καβρακόλη. Επίσης δεν συμπεριλάβαμε το στυφό, το οποίο αντιλαμβανόμαστε μετά την κατάποση της τροφής και επομένως δεν εμπίπτει στα κριτήρια της έρευνάς μας. Οι βαθμίδες της έντασης της εκάστοτε γεύσης κατατάσσονται σε μια *πδονική* κλίμακα από το 1 έως το 5 (1: λίγο, 2: ελαφρώς, 3: μέτρια, 4: αρκετά, 5: πολύ).

Τα βασικά χαρακτηριστικά των συ-

νταγών τής κάθε χρονικής περιόδου μάς οδήγησαν στη δημιουργία του σχεδιαγράμματος 3, από το οποίο προκύπτει πως η γλυκιά γεύση είναι η αγαπημένη των ανθρώπων από την αρχαιότητα ως

- 7 J. Mojet / S. de Jong, «The sensory wheel: A proposal for standard reference of virgin olive oil sensory evaluation», *Proceedings of the Symposium on Sensory and Nutritional Quality of Extra Virgin Olive Oil*, Μιλάνο 1993.
- 8 Archestratus, *The Life of Luxury*, μτφρ. J. Wilkins / S. Hill, Totnes 1994.
- 9 Χ. Θεοδωρέλλης, *Επιστήμη και τεχνολογία στη μαζική εστίαση*, Θεσσαλονίκη 2000, σ. 15-19.
- 10 J.A. Brillat-Savarin, *Physiologie du Goût*, 1848, Project Gutenberg, <http://www.gutenberg.org/etext/22741>.
- 11 A. Dumas, *Mon petit dictionnaire de cuisine*, Παρίσι 1882 (ελλ. έκδ.: Α. Δουμάς, *Περί Ορέξεως*, μτφρ. Ε. Ζαφειροπούλου, εκδ. Περίπλους, Αθήνα 2000).
- 12 B. Cowan, «Νέοι κόσμοι νέες γεύσεις», στο Π. Φρίντμαν (επιμ.), *The History of Taste*, εκδ. Polaris, Αθήνα 2009, σ. 197-231 και Hans J. Teuteberg, «Η γέννηση του σύγχρονου καταναλωτισμού», στο ίδιο, σ. 233-266, όπου μαρτυρούνται σημαντικά ιστορικά γεγονότα τα οποία επηρέασαν την ευρωπαϊκή γεύση.
- 13 Teuteberg, *ό.π.*
- 14 Α. Άννινο, *Το Συναξάριον του Στομάχου*, εκδ. Περίπλους, Αθήνα 1996.
- 15 A. Dalby, *Σειρήνια δείπνα. Η ιστορία της διατροφής και της γαστρονομίας στην Ελλάδα*, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης, 2001. A. Dalby / S. Grainger, *Η μαγειρική της Αρχαιότητας*, εκδ. Παπαδήμα, Αθήνα 2001. Μ. Λόη, *Αρχαίον Δείπνον*, εκδ. Μίλητος, Αθήνα 2004. P. Satir / S.T. Christensen, «Structure and function of mammalian cilia», *Histochemistry and Cell Biology* 1296 (2008), σ. 687-693. R. Treuil / P. Darque / J.C. Poursat / G. Touchais, *Les Civilisations Égéennes du Néolithique et de l'Age du Bronze*, Presses Universitaire de France, Παρίσι 1996.



07

07 Πουλί τρέφεται με καρπούς από διαφανές αγγείο. Τοιχογραφία, τάφος του Κλωδίου Ερμή (Clodius Hermes), κατακόμβες του Σαν Σεμπαστιάνο. Ρώμη, τέλη 2ου αι. μ.Χ.

σήμερα. Βέβαια, τα γλυκά προϊόντα που καταναλώνονταν στο παρελθόν ήταν κυρίως ξηρά φρούτα, το μέλι, αργότερα το πετιμέζι, μέχρι που ανακαλύφθηκε η ζάχαρη του ζαχαρότευτλου και απομονώθηκε. Η εξάρση της χρήσης αυτής της ζάχαρης παρατηρήθηκε στις αρχές του 19ου αιώνα με τον Ναπολέοντα να απαγορεύει την εισαγωγή ζάχαρης από

ζαχαροκάλαμο της Ινδίας, το οποίο ήταν γνωστό από τη Νεολιθική Εποχή.¹⁶

Οι βυζαντινοί χρόνοι είναι καθοριστική περίοδος για τη γεύση. Τα γεύματα αλλάζουν: το πρωινό αντικαθίσταται από ένα γεύμα, το «άριστον» και το βραδινό –το λεγόμενο «αριστόδειπνον»– καταναλώνονται τις απογευματινές ώρες.¹⁷ Η γεύση είναι περιζήτητη σε αλμυρές

τροφές με άρωμα ξιδιού. Αυτό οφείλεται στην αλλαγή του κλίματος αλλά και στις θρησκευτικές συνήθειες. Στο Βυζάντιο, η νηστεία τηρούνταν με μεγάλη ευλάβεια και συνέπεια. Τα λαχανικά και τα θαλασσινά διατηρούνταν με τη μέθοδο της ξήρανσης σε αέρα ή σε αλάτι. Για να είναι δυνατή η μεταφορά τους, πολλά λαχανικά διατηρούνταν με ξίδι *ταριχευόμενα δι' οξάλμης*, το γνωστό σε εμάς *τουρσί*, από την τουρκική λέξη «tursu», όπως αναφέρει τον 7ο αιώνα ο ιατρός Παύλος ο Αιγινίτης.

Η πικρή γεύση δεν ήταν απεχθής στους προγόνους μας. Η κατανάλωση βοτάνων και ριζών αποδεικνύει πως το πικρό ήταν απαραίτητο για να διώξει τις αρρώστιες και να δημιουργήσει ενεξία.

Το αλμυρό πάλι έχει τους δικούς του υποστηρικτές. Σ' αυτή τη γεύση συμπεριλάβαμε το κρέας και τα λαχανικά.

Το ξινό (ξίδι) απαντά κυρίως στην συντήρηση προϊόντων και στον αρωματισμό λιπαρών στοιχείων κατά τους νεότερους χρόνους. Στην αρχαιότητα, το ξίδι προερχόταν από το κρασί. Οι αρχαίοι Έλληνες κατανάλωναν μεγάλες ποσότητες κρασιού, αραιωμένου με νερό σε αναλογία 1 προς 2, ακόμη και στο πρωινό τους, πράγμα που σημαίνει πως το αποθήκευαν σε μεγάλες ποσότητες. Επειδή, όμως, δεν χρησιμοποιούσαν θειώδη για τη διατήρησή του, το κρασί μετατρέποταν συχνά σε ξίδι, το οποίο χρησιμοποιούσαν στη συνέχεια για τη διατήρηση των τροφών (τουρσί). Ο Αθήναιος γράφει πως η χρήση του λεμονιού και του κίτρου ξεκίνησε από την εποχή των παππούδων του, δηλ. τον 2ο αι. μ.Χ. Συνεπώς το λεμόνι ως ήδυσμα δεν υπήρχε ούτε στην κλασική ούτε στην ελληνιστική Ελλάδα.¹⁸

Το κρασί, το ιστορικό συνοδευτικό ποτό των προγόνων μας, είχε ανέκαθεν θέση στο γεύμα πλούσιων και φτωχών. Η γεύση του ήταν στυφή και ξινή. Συνόδευε ακόμη και λαχανικά και όσπρια, πράγμα που αποδεικνύει την ευχαρίστηση που προκαλούσε η εναλλαγή της γεύσης. Πρέπει να σημειώσουμε πως η ένταση της γεύσης μέσα από τις εναλλαγές των τροφών στα γεύματα είναι συνυφασμένη με τη διάθεση των συνδαιτυμόνων. Για να διαπιστώσουμε πόσο σημαντικό ρόλο

παίζει στην ψυχοσωματική διάθεσή μας, ας σκεφτούμε πως, όταν είμαστε κουρασμένοι, επιθυμούμε τις έντονες γεύσεις και τα τρόφιμα με λιπαρή υφή.

Θα κλείσουμε τη μικρή αυτή συμβολή με μια χαρακτηριστική για το θέμα μας φράση του Επίκουρου, από το έργο του *Περί Τέλους*: «Δεν ξέρω τι πρέπει να σκεφθώ ως αγαθό, όταν παραμερίσω τις απολαύσεις της γεύσης, του έρωτα, της ακοής – ακόμη και τις ευχάριστες κινήσεις που προκαλούνται από τη θέα μιας μορφής, και όποια ακόμη αισθήματα ηδονής γεννιούνται σε ολόκληρο τον άνθρωπο με οποιοδήποτε αισθητήριο όργανο».

- 16 D.A. Cooke / R.K. Scott, *The Sugar Beet Crop: Science into Practice*, Chapman & Hall, Λονδίνο 1993, σ. 125-136.
- 17 J. Koder, «Η καθημερινή διατροφή στο Βυζάντιο με βάση τις πηγές», στο Δ. Παπανικόλα-Μπακιρτζή (επιμ.) *Περί της Διατροφής στο Βυζάντιο*, Εκδόσεις Υπουργείου Πολιτισμού & Βυζαντινών Μουσείων Θεσσαλονίκης, Αθήνα 2005, σ. 17-30.
- 18 *Athenaus: The Deipnosophists*, μτφρ. C.B. Gullick, Λονδίνο 1927-1941.

Πηγές εικόνων

- 01 F. Cimok, *Antioch Mosaics*, Turizm Yayinlari Ltd, Κωνσταντινούπολη 1995.
- 02 J. Mojet / S. de Jong, «The sensory wheel: A proposal for standard reference of virgin olive oil sensory evaluation», *Proceedings of the Symposium on Sensory and Nutritional Quality of Extra Virgin Olive Oil* (Μιλάνο 23.11.1993), *Grasas y aceites* 45/1-2 (1994), σ. 42-47.
- 06 Α. Σαμαρά-Κάουφμαν, *Ελληνικές αρχαιότητες στο Μουσείο του Λούβρου*, εκδ. Αδάμ, Αθήνα 2001, σ. 240, εικ. 102.
- 07 Σ. Λυδάκης, *Αρχαία ελληνική ζωγραφική και οι απηχίσεις της στους νεότερους χρόνους*, εκδ. Μέλισσα, Αθήνα 2002, σ. 240, εικ. 196.

Βιβλιογραφία

- ARCHESTRATUS, *The Life of Luxury*, μτφρ. J. Wilkins / S. Hill, Totnes 1994.
- ATHENAUS, *The Deipnosophists*, μτφρ. V.B. Gullick, LCL, Λονδίνο 1927-1941.
- COOKE D.A. / Scott R.K., *The Sugar Beet Crop: Science into Practice*, Chapman & Hall, Λονδίνο 1993.
- DALBYA., *Σειρήνια δείπνα. Η ιστορία της διατροφής και της γαστρονομίας στην Ελλάδα*, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης, 2001.
- DALBYA. / GRAINGER S., *Η μαγειρική της Αρχαιότητας*, εκδ. Παπαδήμα, Αθήνα 2001.
- DUMAS A., *Mon petit dictionnaire de cuisine*, Παρίσι 1882 (ελλ. έκδ.: Α. Δουμάς, *Περί Ορέξεως*, μτφρ. Ε. Ζαφειροπούλου, εκδ. Περίπλους, Αθήνα 2000.
- FREEDMAN P. (επιμ.), *The History of Taste*, Thames & Hudson, Λονδίνο 2007 (ελλ. έκδ.: Π. Φρίντμαν, *Ιστορία της γεύσης*, εκδ. Polaris, Αθήνα 2009.
- ΘΕΟΔΩΡΕΛΛΗΣ Χ., *Επιστήμη και τεχνολογία στη μαζική εστίαση*, Θεσσαλονίκη 2000.
- HIPPOCRATES, μτφρ. W.H.S. Jones, τόμοι 2 και 4, LCL, 1923.
- ΚΕΡΑΜΕΑΣ Ζ., *Μαγειρική Τέχνη*, Σχολή Τουριστικών Επαγγελματιών, Θεσσαλονίκη 1994, σ. 3-8.
- KODER J., «Η καθημερινή διατροφή στο Βυζάντιο με βάση τις πηγές», στο Δ. Παπανικόλα-Μπακιρτζή (επιμ.), *Περί της Διατροφής στο Βυζάντιο*, Υπουργείου Πολιτισμού & Βυζαντινών Μουσείων Θεσσαλονίκης, Αθήνα 2005, σ. 17-30.
- ΛΟΗ Μ., *Αρχαίον Δείπνον*, εκδ. Μίλητος, Αθήνα 2004.
- ΜΠΟΣΚΟΥ Δ., *Χημεία Τροφίμων*, 5, εκδ. Γαρταγάνη, Θεσσαλονίκη 2004.
- SATIR P. / CHRISTENSEN S.T., «Structure and function of mammalian cilia», *Histochemistry and Cell Biology* 1296 (2008), σ. 687-693.
- THIS H., «Çoût, saveur, odeur, arôme?», *L'Actualité Chimique* 332 (2009), σ. 3.
- TREUIL R. / DARQUE P. / POURSAT J.C. / TOUCHAIS G., *Les Civilisations Égèennes du Néolithique et de l'Age du Bronze*, Presses Universitaire de France, Παρίσι 1996.
- XATZHMHNAS I., «Οι γεύσεις που δε ξέχασα», *Διατροφή και Υγεία*, Αθήνα 2001.