

## ЩРИХИ КЪМ ДЕЛНИЦИТЕ И ПРАЗНИЦИТЕ НА РИМЛЯНИТЕ

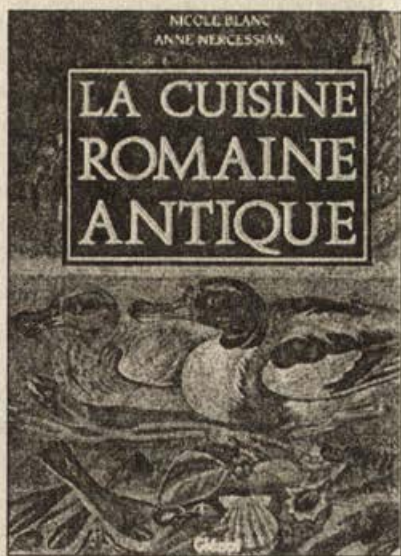
(Според изследването на *Nicole Blanc, Anne Nercessian*  
“*La cuisine antique romaine*” и наблюдения от римския град  
Никополис ад Иструм и неговия регион)

### РУМЯНА ПАВЛОВА

Цивилизацията на римляните, първият по рода си своеобразен пример на “обединена Европа”, се развива в продължение на столетия. И ако в хода на цялата многовековна история на Рим политическите, икономическите и военните събития преобръщат лицето на света, то всекидневието на хората - свидетели и участници в тази еволюция, несъмнено е претърпяло редица, в някои отношения значителни изменения.

Различни, и то немалко исторически, археологически и етнографски извори ни разкриват това всекидневие, обичаите, облеклото, нравите на древните римляни, тяхната материална и духовна култура. Неотменна част от цялото битие на човека, а в социален план на човешкото общество, е храненето. Данните от археологическите проучвания, редица произведения на изкуството, вкл. изображения по стените на трапезариите в домовете на знатните римляни, но в най-голяма степен литературните свидетелства, ни позволяват, доколкото е възможно, да съживим или поне да се докоснем до всекидневният живот – от обичайната семейна трапеза до пищните празнични пирове. Става дума както за традиционната обикновена храна на “средностатистическия” римлянин (или по-скоро гражданин на огромната Римска империя), така и за изтънчения вкус на римския елит. Той, както е известно, понякога е достигал до екстравагантност и крайности в своите гастрономически предпочитания.

Да се “потопим” в кулинарните измерения на тази отдавна отминала епоха е колкото трудно, толкова и предизвикателно. Ние както в днешните български земи, така и в един по-широк ареал на Средиземноморието и Западна Европа, живеем в същата географска среда. Не са се променили съществено климатът, почвите, флората, фауната и т.н. Голяма част от хранителните продукти на римляните са използвани през българското Средновековие и по-късните епохи, като са реалност и днес. На практика поне още едно хилядолетие след гибелта на империята и залеза на градове като Никополис ад Иструм кухнята е приблизително една и съща. Идва обаче епохата на Великите географски



Обр. 1. "La Cuisine antique romaine",  
Anne Necessian, Nicole Blanc,  
Gleemat, 1992.



Обр. 2. Марк Гавий Апиций, портрет.

открития, която в някои отношения променя коренно както самите аграрни култури, така и цялата "философия" на храненето.

Темата за всекидневния живот на римляните сравнително отдавна е предмет на различни проучвания, популярни книги и т.н.<sup>1</sup> Естествено в нея се включват храненето, кулинарията, мястото им в римските делници и празници. (Обр.1.) Именно такава е насоката и в книгата "Антична римска кухня" на френските автори Anne Necessian и Nicole Blanc, които си поставят за цел да открият "вкуса" на римската кухня. За да я постигнат, те прибегват до всички възможни извори: археология, стенописи, текстове, които разкриват гастроно-мическите специалитети на една или друга област, земеделски трактати; подробните описания на любимите ястия на Цезар или Август съживяват древните пирове и "банкети".<sup>2</sup> И още по-конкретно, двете авторки използват единствения кулинарен трактат, запазен от Античността, който е приписван на известния Апиций (Apicius) (Обр.2.), съвременник на император Тиберий (14-37 г.сл.Хр.).<sup>3</sup> Авторитетът на Апиций е бил изключително висок, което се илюстрира и от факта, че този отличен познавач и новатор в областта на римската кухня е имал честта (а и доверието!) да бъде личен готвач на императора. Десетките рецепти от този трактат, детайлно изследвани и същевременно адаптирани към съвременните методи от Ан Нерсесян и Никол Бланк, включват пропорциите на продуктите, времето за тяхната

топлинна обработка и готвене. Това ги прави изключително интересен и ценен източник, който дава автентична информация за традициите, особеностите и разнообразието на изтънчената римска кухня. Картините от всекидневния живот (изображения на различни кухненски съдове, фрески, кулинарни съвети) се редуват с изводите на археологията и нейните най-съвременни методи, с текстовете по агрономия и поезията, за да придобие книгата на Апиций учудващо въздействие.

“Античността върху трапезата” – тя оживява със своето всекидневие, пиршества и удоволствия, дори със снобизма си, тогавашните екзотични моди, както и с римските поети и императори... Това е палитрата на римските кулинарни вкусове - от непретенциозността на войника и селянина до прищевките на самодоволния чревоугодник.

Кой е Апиций? Марк Гавий Апиций е роден вероятно през 5 г. пр.Хр. и живял до около 30/37 сл. Хр. По произход обикновен римски гражданин, по времето на Октавиан Август и Тиберий I той спечелва богатство, слава и престиж благодарение на своя талант, изтънчен вкус и кулинарна изобретателност. Както излиза, Апиций е своеобразен “революционер” в своята област в онази далечна епоха – той не само измисля особени ястия и многобройни сосове, но се превръща в кодификатор и “законодател” на кулинарните вкусове в цялата империя.

Известен, богат, живеещ охолно, той харчи луди пари, за да задоволи своите прищевки и пишно разточителство. Разорен, той предпочита чашата с отрова и слага край на живота си, отколкото да живее в бедност. Още през III в. неговото име става нарицателно за ненадминат готвач и кулинарен авторитет. Неговото име остава свързано с единствената книга с рецепти, оцеляла от Античността, *De re coquinaria* (“За готварското изкуство”).<sup>4</sup> Много факти свидетелстват, че книгата е била обогатявана при многократното ѝ преписване с нови рецепти, нови глави, и днес ние виждаме една късна компилация, поне от края на IV в., със заемки от целия средиземноморски басейн, популяризиране на елинистическата гастрономия в Рим. Както в областта на архитектурата, изкуството и литературата, така и в областта на кулинарията съвършенството и изтънчения вкус Рим дължи на Древна Гърция.<sup>5</sup>

Разнородни извори позволяват да се разберат хранителните съставки през римската епоха. Археологическите разкопки спомагат да се идентифицират костните остатъци от животни, птици, да се изследват намерените зърна от житни и бобови култури, различни плодове.

Археологията има безспорен принос и за изясняването на начините на хранене, тогавашните съдове и прибори, житейската среда на самия акт на хранене. Разкопките на антични вили, новите методи на изследване, отнасящи се до консумацията на продукти, проби и анализи на намерените семена, зърна, костилки от плодове, растителни останки, всичко това ни помага да възстановим питомната и дивата флора. Натюрмортите в стенописите и мозайките на богатите имения (в качеството си на предобраз на удоволствията, очакващи вечерящите), радват окото на ценителя на тези радости- сирена, ощеждащи се в

цедилки от тръстика, дюли и ябълки, поставени за освежаване в стъклена фруктиера с вода, по подовете - морски пейзажи, оживени от всякакви риби и миди. Сцените на хранене по стените на трапезариите, ловните и сцените на гроздобер също сами по себе си будят интерес и имат своето място (Обр.3.).

Античната римска кухня е от средиземноморски тип - разнообразна, с много и най-различни аромати, изключително рафинирана. Основните съставки за овкусяване на ястията са зехтинът, медът, оцетът, виното и ароматните треви. От (и през) Близкия Изток, особено Сирия и Египет, тя възприема два принципа – сладко-солено и тръпчиво-меко, както и системната употреба на подправки. Сред тях трябва да се открият други две константни съставки на римската гастрономия - черния пипер и гарума.



Обр. 3. Блюдо с гъби - част от римска мозайка.

Със *зехтин* се готви основно, той е идеалният консервант. *Медът* (за предпочитане от розмарин) практически влиза в състав на всички ястия. Заедно с изсушените плодове, фурми, сливи, стафиди, той е единственият източник на захар в римската кухня. *Оцетът* (от вино, не ароматизиран) - спомага за храносмилането и усвояването на мазнините. *Вината* освен за пряка консумация са използвани и в приготвянето на най-разнообразни сосове.

Какво представлява т.нар. *гарум*? – става въпрос за вид сос, продукт от отлежаването на някои видове риби в концентрирана саламура от сол. Той е имал широко разпространена употреба. Според рецептите на Апиций с гарум са подправяли пълнени тиквички, грах, пиле, агнешки дробчета, телешко месо. Гарумът е подобен на познатия днес сос “nuoc-mam”, негов съвременен еквивалент. Този сос е национална подправка на вьетнамците, като има сходна технология на производство. С други думи, гарумът е продукт от ферментацията на различни видове риба в саламура, което го прави богат на йод, минерални соли, протеини.<sup>6</sup>

Един пример, показващ качествата на този тип сосове в сравнение с готварската сол: 1 кафена лъжица nuoc-mam е равна на щипка сол. Апиций и неговите последователи в римската кулинария предпочитали гарума пред солта, която е била твърде банална за тях.

Подправките и ароматните треви (сухи и пресни) били използвани заради техните вкусови качества и за по-добро храносмилане – чер пипер, мирта, дафинов лист, кимион, кориандър, целина, копър, сусам, горчица и др.

Обикновената римска кухня (ежедневна) се е състояла главно от зърнени храни (жито, ръж) и от зеленчуци (бакла, грах, зеле, нахут). Но за своите пиршества римляните широко заимствали рецепти от гърците и стигнали до това съвършенство и изтънченост, които виждаме в рецептите на Апиций.

Първите римски хлябове имали формата на питки (*galette*) без квас. Изпичали се вкъщи, върху печката, фурната или в пещта. Това било работа на жените или на робите в големите имения. По-късно се появява квасеният хляб от бухнало тесто. Римляните познавали голямо разнообразие от хлябове – хляб от ечемик, от просо (*millet*) с добър вкус, който се явял още топъл, селски хляб, войнишки хляб (*panis militaris*) и др.

Широко употребявани зеленчуци, както личи и от рецептите на Апиций, били салатите, лук, праз, чесън, зеле, броколи, моркови, ряпа. Листата на салатите били консумирани цели, придружени с купички сос за овкусяване, за предястие.

От бобовите култури ще споменем бакла, грах и лещата, която имала много широко разпространение. Именно лещата е била считана като типична храна за войската. Вярвало се, че тя дава сили, дързост и т.н.

В ежедневното меню често присъствало свинско, козе, овче и говеждо, както и птиче месо. Свинското било консумирано най-често, докато другите видове месо по принцип били храна за празници. За особен деликатес било считано заешкото месо и това от дивеч. Римляните, вдъхновени вероятно от гърците, са създали една много рафинирана празнична кухня, понякога стигаща до екстравагантни крайности, като например ястия от камилски пети, езичета от славеи и папуни, език от розово фламинго, гребени от живи петли... Месните храни се приготвяли със сосове с много подправки.

Яйцата, млякото и сиренето също присъствали на римската трапеза. Особено място заемали рибните продукти и морски деликатеси, чиято консумация била признак за висок социален статус и фин вкус.

Плодовете (ябълка, дюля, грозде, често пъти смесени със смокини, фурми, орехи и подправки) служели за десерт.

### Всекидневието на римляните. Кога и с какво се хранили?

*Jentaculum* (сутрешна закуска) - хляб, сирене, мляко, плодове.

*Prandium* (обяд) – топли ястия, без консумация на вино.

*Cena* (вечеря) – това било основното хранене. Състояло се от три ястия:

1. Ордъвър-салати, яйца, студена риба, солени, пие се вино, размесено с мед.
2. Основно ястие - от птиче, свинско или друго месо, вкл. от глиган и заек.
3. Десерт- плодове и сладкиши, овкусени с мед, понякога им добавяли орехи, стафиди, смокини и т.н.

Естествено, това е празничната вечеря, а обикновената е била доста по-лека.

Както вече споменахме, археологията с нейните обичайни и нови методи ни помага да получим ценна информация за тази епоха и по нашите земи.

Никополис ад Иструм, градът, построен по личната воля на великия император Траян, винаги е привличал вниманието с мястото и значението си на голям античен център. Монументалното строителство, археологическият материал, богатството на паметниците, всичко това говори за голямото богатство и благополучие на неговите жители. Населението е представлявало пъстра смесица от представители на различни етнически, социални, религиозни групи и прослойки с определени традиции и бит<sup>7</sup>, а отгук идват и различията в храната. Археологическите находки, свързани директно с храненето, са носители на ценна информация. В различните части на града – при Южна порта, Римска баня, Агора, Канал, Жилищна сграда 6 сектор БЗ, количеството и видът на останките от животни са различни. Това показва особености в начина на хранене на хората, вкусови предпочитания, свързани със социалните, етнически, професионални и други различия в обществото.

Изследванията на археостеологичния материал (животински кости) ни дава повече информация за храната и бита на хората, живели в този град. Идентифицирани са 8738 животински останки, принадлежащи на бозайници, птици, риби и мекотели.<sup>8</sup> Това ни дава една пъстра картина на храненето, за кулинарните традиции, които не са по-различни от тези, за които вече споменах. Едва ли са били толкова пищни и екстравагантни, но са достатъчно красноречиви свидетелства за бита на нашите антични предци, за техните делници и празници.

Основните насоки, всички моди е налагал Рим, но пък провинцията веднага е отговаряла на всеки повик, включително и в областта на храненето, кулинарните новости и деликатеси.

Както се вижда от получените при този тип изследвания резултати, най-голям дял имат домашни животни: свиня, говедо, овца, коза.

Идентифицирани са кости и от домашни птици: кокошки, патици.

Присъстват и останките от кости на дивеч: елен, сърна, дива свиня, заек, птици.

Заешкото месо, както стана дума, било смятано от римляните за деликатес. Процентният дял на костите от заек в Никополис е по-голям в сравнение с другите археологически обекти. Тovo е разбираемо, тъй като именно в града са живеели много повече и по-високостоящи в йерархията в сравнение с околните селища представители на римския елит. Намираните в Никополис останки от черупки на морски и речни миди, мида-спондилус, морски и сухоземни охлюви свидетелстват за употребата на тези деликатеси, присъщи на хората с висок социален статус.

В рецептите от прочутата кулинарна книга на Апиций виждаме всички тези продукти, за които става дума по-горе. В нея се съдържат 18 рецепти със свинско месо, 8 с телешко и говеждо, 6 с агнешко, 2 с овче, 4 с див заек. Така още веднъж става очевидно, че най-предпочитано, най-достъпно и евтино месо

е било свинското. Писмените данни се потвърждават от резултатите на остеологичното проучване. На свой ред анализът на остеологичния материал от Никополис ад Иструм показва, че най-голям е процентът на кости от домашна свиня, после от говеда, и накрая – от овце и кози. С други думи, основен доставчик на белтъчини и мазнини е месото, което свидетелства за развитието на животновъдството. Споменатите черупки от морски и речни миди, морски охлюви и т.н. са още една илюстрация за търговията с този вид храни. Писмените извори свидетелстват, че по време на Римската империя производството и търговията с рибни продукти и сосове от миди е процъфтявала. Употребата им била признак на изтънчен вкус и социален статус. Към сосовете се добавяли подправки и ароматни треви. Никополис ад Иструм е имал речно пристанище на р. Росица, а оттам се е осъществявала връзката с Дунав и морските пътища. Естествено, съществен дял от тези продукти са се доставяли и по сухоземните пътища, свързващи града с Черно и Егейско море.

Палеоботаниката, тази сравнително нова наука, която се развива на границата на две науки - археология и ботаника, се занимава с изучаването на растителните останки, които често са свързани с човешката дейност и фиксират определени етапи от одомашняването на културните растения. На проучената

Говедо	Овца, коза	Свиня	Елен	Глиган	Диви бозайници	Домашни кокошки	Риби
470	208	258	7	6	13	10	1

територия на Никополис ад Иструм са намерени и семена от култивирано грозде, овъглено просо, пшеница, костилка от фурма. Апиций, в своите рецепти за десерти с плодове често включва фурмите, които присъстват и като пикантна добавка към някои ястия с месо. В некропола на село Бутово са открити също останки от орехи, фурми, смокини, датирани от II в.<sup>9</sup>

На свой ред, при провеждане на българо-полски разкопки в Нове са намерени хиляди животински кости (най-много от свине, такива са данните от първоначалния анализ).<sup>10</sup> Този факт също потвърждава, че свинското месо е било една от основните месни храни.

Археологическите проучвания на късноантичното селище Дичин разкриха в пластове на различни периоди голямо количество овъглени зърнени храни и животински кости. През 2000 г. се прави изследване на овъгления растителен материал от местността Градището - ечемик, ръж, бобови култури.<sup>11</sup> От тях на първо място стои лещата, за която вече става дума. Нейната широка употреба във всекидневната кухня също е засвидетелствана в рецептите на Апиций.

От изследванията в късноантична крепост Ковачевско кале през 1991 г. са налице овъглени растителни останки: фрагменти от лоза, голямо количество костилки от култивирано грозде. Освен за производство на вино гроздето, прясно или изсушено, е служело и за подсладжане на десерти. Често пъти, измити и подредени във фруктиери, плодовете са били заливани със сок от

грозде и мед. При анализа се установява наличието на голямо количество на пшеница и ръж. Ръжта през римската епоха се разпространява повсеместно, особено в Северна Европа и в планинските райони по нашите земи. От бобовите култури присъстват леща и грах. През 1991 г. в Ковачевското кале бяха намерени кости от животни, риби и птици.

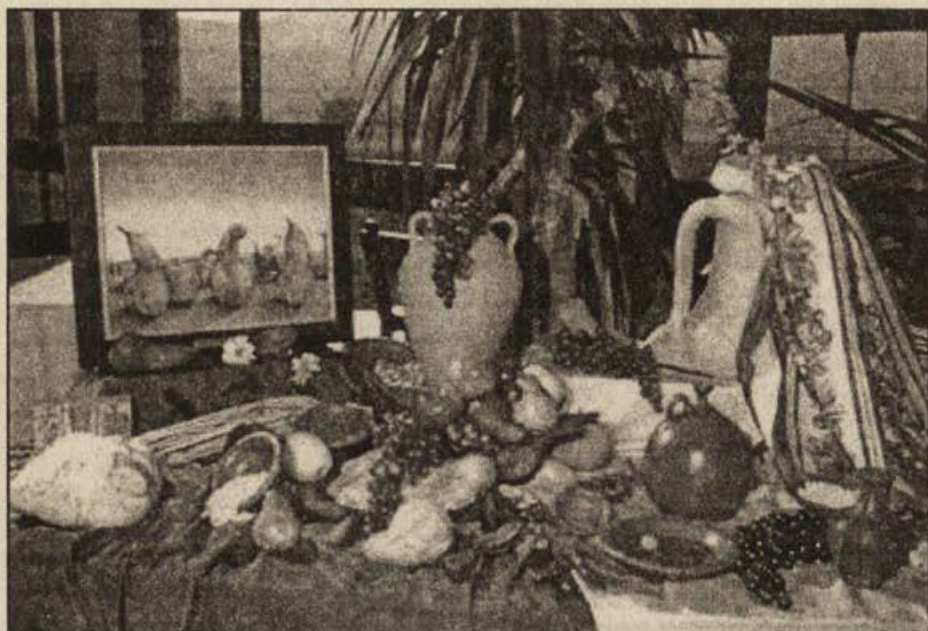
Според анализа на костния материал от разкопките на античната крепост Ковачевско кале през 1990-1995 г., направен от Лазар Нинов<sup>12</sup>, са идентифицирани кости от различни животни. Общият брой на костите е 1025, както следва:

Присъствието на дивеча е символично. Пилешкото месо и рибата са имали своето място в менюто на местното население. Във вътрешността зад крепостната стена са намерени 442 фрагмента от животински кости, 375 – от домашни животни - кон, магаре, говеда, овца, коза, свиня.. Многобройните археологически останки са предимно от IV в. Горните резултати се дължат на едно от първите остеологични комплексни изследвания на античен обект в Северна България. Съпоставянето на животинските и растителните останки с останалите археологически находки, както и писмените извори на фона на общия археологически контекст е от изключително значение за вникване в атмосферата на римската епоха.

В заключение, нека се върнем към книгата на Anne Nercessian и Nicole Blanc “Античната римска кухня”. Между теорията и практиката съществува едно пространство, което не винаги можем лесно да преодолеем. Тази трудност в случая е очевидна. Някои от продуктите, изброени в рецептите на Апиций, днес напълно са изчезнали или рядко се срещат. Освен това много от зеленчуковите и зърнени култури са еволюирали, претърпявайки векове наред селекция и подобрене. Променени са и методите на консервация, също и характерът на топлинната обработка. В много от оригиналните рецепти не се уточнява времето за печене или варене, както и пропорциите. Вероятно те са писани за професионалисти готвачи. Някои от екзотичните подправки също липсват или са редки. Двете авторки правят опит, адаптирайки оригиналните рецепти, да постигнат ако не оригиналния аромат и вкус, то поне задоволителен баланс, търсейки опора в кухнята на народите от средиземноморския басейн, където много от продуктите и подправките съществуват и днес(Обр.4).

### ПЛОДОВЕ С МЕД

- \* Смесете чист сок от грозде с четири супени лъжици мед.
- \* Загрейте на бавен огън, докато медът се разтопи.
- \* Начупете орехи (количество по избор), обелете ябълките и добавете зърна от грозде (възможно е да добавите фурми или смокини).
- \* Поставете плодовете в салатiera и залейте с горещия сладък сок.



Обр. 4. Опит за възстановка на римската трапеза.

#### Б Е Л Е Ж К И

<sup>1</sup> Вж. Etienne, R. *La vie quotidienne a Pompei*. Paris, 1966; 1977 (бълг. превод - Етиен, Р. *Всекидневният живот в Помпей*. С., 1983); Гримал, П. *Животът в древния Рим*. Враца, изд. "Одри", 1999; Сергеевко, М.Е. *Жизнь древнего Рима*. – Санкт Петербург, изд. "Летний Сад" - Журнал "Нева", 2000.

<sup>2</sup> Blanc, N., A. Nercessian. *La cuisine antique romaine*. Paris, ed. "Glénat-Faton", 1992.

<sup>3</sup> Пак там, с. 5 и сл.

<sup>4</sup> Вж. френския превод на трактата в: [www.terroirs.denfrance.free.fr](http://www.terroirs.denfrance.free.fr) (Apicius Marcus Gavius).

<sup>5</sup> Джеймс, П. *Римская цивилизация*. Москва, 2000, 20-24; Етиен, Р. Цит. съч., с. 82 и сл.

<sup>6</sup> Етиен, Р. *Всекидневният живот...*, 105-106.

<sup>7</sup> Иванов, Т., Р. Иванов. *Никополис ад Иструм*, т. I. С., 1994 с цитираните извори и литература.

<sup>8</sup> Нинов, Л. Археоостеологичният материал от Никополис ад Иструм. - Юбилеен сборник в чест на проф. Йордан Йорданов. В. Търново, 2003, 443-445.

<sup>9</sup> По сведения на н.с. Павлинка Владкова (РИМ – В. Търново), за които ѝ благодаря.

<sup>10</sup> Попова, Цв. Изследвания на овъглена дървесина и овъглени растителни останки. – Археологически открития и разкопки [съкр. АОР] през 1990-1991 г. С., 1991, 68-69.

<sup>11</sup> Слокоска, Л. и др. Късноантично селище Дичин. - АОР за 1999-2000. С., 2000.

<sup>12</sup> Нинов, Л. Анализ на костния материал от разкопките на античната крепост "Ковачевско кале" (1990-1995). - В: Попово в миналото. С., 1997, 57-67.

THE ROMAN'S FEASTS AND WORKDAYS  
ACCORDING TO THE BOOK "LA CUISINE ANTIQUE ROMAINE"  
FROM ANNE NERCESSIAN AND NICOLE BLANC

Roumiana Pavlova

Summary

In the book "La cuisine antique romaine" the two French authors want to find the Roman cuisine's "taste". They use all kinds of sources: archeology, frescoes, cultivator's work and the only one culinary book from the Antiquity written by the famous Apicius. Apicius lived in the same time as the emperor Tiberius and he was also the emperor's personal cook. The recipes in this book are investigated in detail and adapted to the contemporary methods. They are very interesting and valuable source which gives us information about the traditions, the variety and the special features of the Roman cuisine.