



Junta de
Castilla y León

I.E.S. Arca Real

C/ General Shelly nº1

47013 - Valladolid

ies-arca.real@jcy1.es



Curso 2013-2014

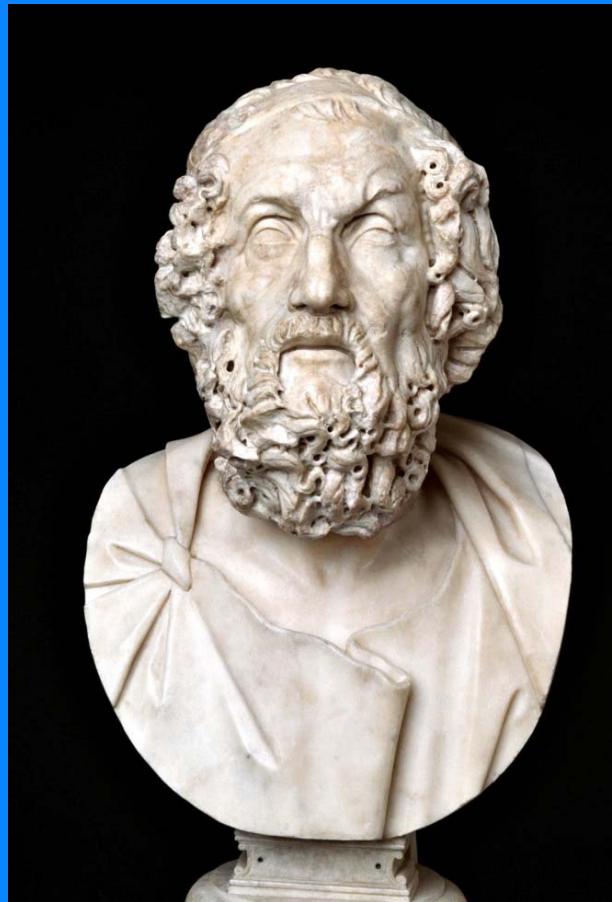
PROYECTO DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

FRUTAS Y HORTALIZAS:
REFERENCIAS EN LA
LITERATURA
GRECORROMANA

GRUPO 2

HOMERO

POESÍA ÉPICA S.VIII.A.C



EL HUERTO DE ALCÍNOO . ODISEA CANTO VII, VERSOS 100 A 195

TEXTO GRIEGO:

[HTTP://WWW.PERSEUS.TUFTS.EDU/HOPPER/TEXT?DOC=PERSEUS%3ATEXT%3A1999.01.0135%3ABOOK%3D7%3ACARD%3D107](http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=perseus%3Atext%3A1999.01.0135%3Abook%3D7%3Acard%3D107)
TRADUCCIÓN DE LA EDITORIAL GREDOS,J.MANUEL PABÓN.

ODISEA, (7, 100-195)

VERSOS100-107.LAS TAREAS AGRÍCOLAS LAS REALIZABAN LOS ESCLAVOS.
AL LADO DEL PALACIO DE ALCÍNOO, EN CONCRETO 50 ESCLAVAS SE DEDICAN A LA
MOLIENDA DEL TRIGO Y A DESTILAR ACEITE.

122-132 LAS VIÑAS. OTRO GRUPO DE ESCLAVAS VENDIMIAN LAS UVAS, LAS PISAN Y
EXTRAEN EL VINO.
OTRO GRUPO PONE A SECAR LAS UVAS AGRACES EN UNA SOLANA O SECADERO PARA
DEJARLAS SECAR Y CONVERTIRLAS EN PASAS.



EN ODISEA 2.349 Y SIGUIENTES, TELÉMACO SE DIRIGE A EURICLEA Y LE PIDE QUE LE PREPARE VIANDAS
(20 MEDIDAS DE TRIGO) PARA SU VIAJE A ESPARTA Y PILOS, EN BUSCA DE NOTICIAS SOBRE SU PADRE
Y QUE LE LLENE ÁNFORAS DE VINO.

πεντήκοντα δέ οἱ δμῶαἰ κατὰ δῶμα γυναῖκες
αἱ μὲν ἀλετρεύουσι μύλης ἔπι μήλοπα καρπὸν, 105
αἱ δ' ἱστοὺς ὑφόωσι καὶ ἡλάκατα στρωφῶσιν
ἥμεναι, οἷά τε φύλλα μακεδνῆς αἰγείροιο:
καιρουσῶν δ' ὀθονέων ἀπολείβεται ὕγρον ἔλαιον.
ὅσσον Φαίηκες περὶ πάντων ἴδριες ἀνδρῶν

νῆα θοὴν ἐνὶ πόντῳ ἐλαυνέμεν, ὥς δὲ γυναῖκες 110
ἱστῶν τεχνῆσαι: πέρι γάρ σφισι δῶκεν Ἀθήνη
ἔργα τ' ἐπίστασθαι περικαλλέα καὶ φρένας ἐσθλὰς.
ἔκτοσθεν δ' αὐλῆς μέγας ὄρχατος ἄγχι θυράων
τετράγυος: περὶ δ' ἔρκος ἐλήλταται ἀμφοτέρωθεν.
ἐνθα δὲ δένδρεα μακρὰ πεφύκασι τηλεθώοντα, 115

ὄγχναι καὶ ῥοαὶ καὶ μηλέαι ἀγλαόκαρποι
συκέαι τε γλυκεραὶ καὶ ἐλαῖαι τηλεθώωσαι.
τάων οὐ ποτε καρπὸς ἀπόλλυται οὐδ' ἀπολείπει
χείματος οὐδὲ θέρευς, ἐπετήσιος: ἀλλὰ μάλ' αἰεὶ
Ζεφυρίη πνεύουσα τὰ μὲν φύει, ἄλλα δὲ πέσσει. 120

ὄγχνη ἐπ' ὄγχνη γηράσκει, μῆλον δ' ἐπὶ μήλῳ,
αὐτὰρ ἐπὶ σταφυλῇ σταφυλή, σῦκον δ' ἐπὶ σύκῳ
αὐτὰρ ἐπὶ σταφυλῇ σταφυλή, σῦκον δ' ἐπὶ σύκῳ.
ἐνθα δὲ οἱ πολύκαρπος ἀλῶη ἐρρίζωται,
τῆς ἕτερον μὲν θειλόπεδον λευρῷ ἐνὶ χώρῳ
τέρσεται ἡελίῳ, ἐτέρας δ' ἄρα τε τρυγώουσιν, 125

ἄλλας δὲ τραπέουσι: πάροιθε δέ τ' ὄμφακές εἰσιν
ἄνθος ἀφιεῖσαι, ἕτεραι δ' ὑποπερκάζουσιν.
ἐνθα δὲ κοσμηταὶ πρασιαὶ παρὰ νεῖατον ὄρχον
παντοῖαι πεφύασιν, ἐπηετανὸν γανόωσαι:
ἐν δὲ δῶω κρῆναι ἢ μὲν τ' ἀνὰ κῆπον ἅπαντα 130

σκίδνεται, ἢ δ' ἐτέρωθεν ὑπ' αὐλῆς οὐδὸν ἵησι
πρὸς δόμον ὑψηλόν, ὅθεν ὑδρεύοντο πολῖται.
τοῖ' ἄρ' ἐν Ἀλκινόοιο θεῶν ἔσαν ἀγλαὰ δῶρα.
ἐνθα στὰς θεεῖτο πολύτλας δῖος Ὀδυσσεύς.
αὐτὰρ ἐπεὶ δὴ πάντα ἐῷ θηήσατο θυμῷ, 135

Cincuenta mujeres trabajaban de esclavas en casa de Alcínoo:
Molían en soleras las unas los trigos dorados, las otras
atendían al telar o sentadas hacían que la rueca diese vueltas
igual que las hojas del álamo esbelto; y al tejer destilaban los hilos el líquido
aceite. Cuanto suelen ganar a los otros los hombres feacios en regir

por el mar una nave, otro tanto aventajan en mover
el telar sus mujeres; Atena otorgóles
el saber de labores preciosas y entrañas discretas.
Por fuera del patio se extiende un gran huerto, cercadas alrededor
por un fuerte vallado, sus cuatro fanegas;

Unos árboles crecen allá corpulentos, frondosos:

Hay perales, granados y manzanos de espléndidas pomas,
Hay higueras que dan higos dulces, cuajados, y olivos.
En sus ramas jamás falta el fruto ni llega a extinguirse,
Que es perenne en verano e invierno; y al soplo continuo
Del poniente germinan los unos, maduran los otros:

A la poma sucede la poma, la pera a la pera,
el racimo se deja un racimo y el higo otro higo.
Tiene allí Alcínoo una ubérrima viña
Y a su lado se ve un secadero en abierta explanada
donde da recio el sol; de las uvas vendimian las unas

mientras pisan las otras; no lejos se ven las uvas agraces,
que la flor han perdido hace poco o que pintan apenas
Por los bordes del huerto ordenados arriates producen
mil especies de plantas en vivo verdor todo el año
hay por dentro dos fuentes: esparce su chorros la una
a través del jardín y la otra por bajo del patio
lleva el agua a la excelsa mansión donde el pueblo la toma.

Tales son los presentes que el cielo da a Alcínoo.
Contemplábalos todos Ulises, el héroe paciente,
Mas hete aquí, que después de admirar cada cosa en su pecho.
Traspassó decidido el umbral y entró por las salas
Encontró a regidores y jefes del pueblo feacio
Con la copa en la mano, que al buen celador Argifonte
Ofrecían postrera oblación, ya pensando en el lecho.



χέρνιβα δ' ἀμφίπολος προχόῳ ἐπέχευε φέρουσα
καλῇ χρυσεῖῃ ὑπὲρ ἀργυρέοιο λέβητος,
νίψασθαι: παρὰ δὲ ξεστὴν ἐτάνυσσε τράπεζαν. 175
σῖτον δ' αἰδοίῃ ταμίῃ παρέθηκε φέρουσα,
εἶδ' αὖ πόλλ' ἐπιθεῖσα, χαριζομένη παρεόντων.
αὐτὰρ ὁ πῖνε καὶ ἦσθε πολὺτλας δῖος Ὀδυσσεύς.
καὶ τότε κήρυκα προσέφη μένος Ἀλκινόοιο:

Ποντόνοε, κρητῆρα κερασσάμενος μέθου νεῖμον 180
πᾶσιν ἀνὰ μέγαρον, ἵνα καὶ Διὶ τερπικεραύνῳ
σπεῖσομεν, ὅς θ' ἰκέτησιν ἅμ' αἰδοίοισιν ὀπηδεῖ.

ὣς φάτο, Ποντόνοος δὲ μελίφρονα οἶνον ἐκίρνα,
νώμησεν δ' ἄρα πᾶσιν ἐπαρξάμενος δεπάεσσιν.
αὐτὰρ ἐπεὶ σπεῖσάν τ' ἐπιόν θ', ὅσον ἤθελε θυμός, 185
τοῖσιν δ' Ἀλκίνοος ἀγορήσατο καὶ μετέειπε:

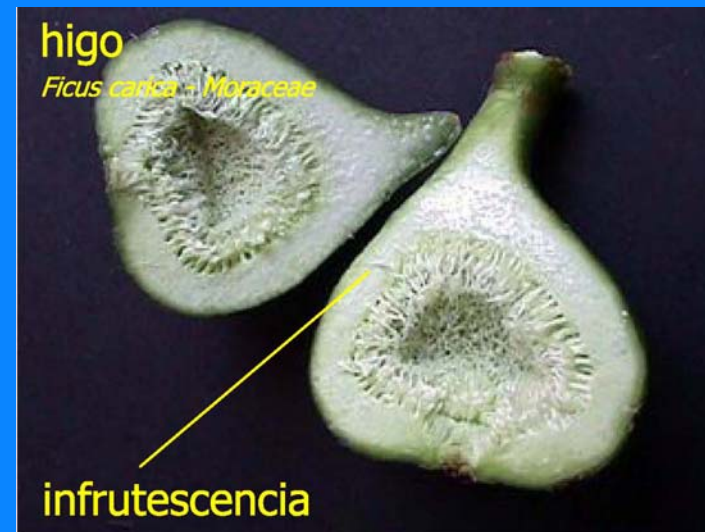
Ulises entra en palacio y se prepara para el
banquete de vino y pan. Libaciones
una sierva llegó a este punto con un jarro de oro 172
la honrada dispensera trayéndole pan colocolo a su lado
Y otros muchos manjares sirvió que en rerserva tenía. 175

Haz en una cratera Pontónoo la mezcla del vino
Y repártelo a todos aquí para que libemos a Zeus.
Así dijo y al momento Pontónoo mezcló el dulce vino
Y ofrendando primero en las copas sirvioletos a todos.
Mas después de libar y beber hasta hallarse saciados,
Nuevamente déjose oír Alcínoo diciendo a los suyos
<http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=Perseus%3atext%3a1999.01.0135>
<http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=Perseus%3Atext%3A1999.01.0135%3Abook%3D7%3Acard%3D107>



Cratera para la mezcla del
vino, de Ampurias

Odisea, 7, 111-120 se describe el huerto a continuación y se describe la recolección de los frutos de los árboles frutales y se mencionan perales, granados, manzanos, la higuera y olivos.



HIMNO HOMÉRICO A DEMÉTER EL CICEÓN: VV 207-212

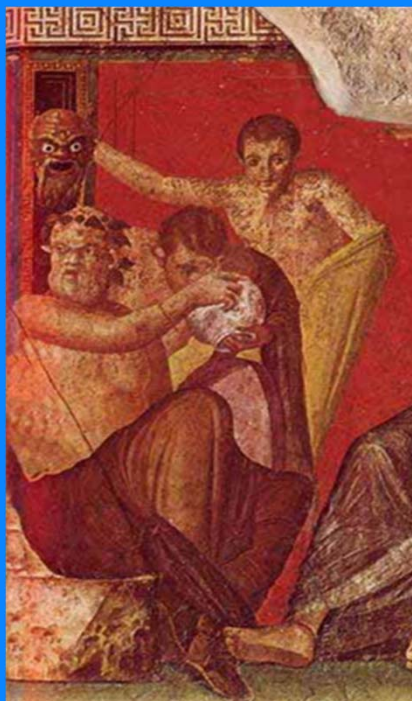
πλήσας': ἢ δ' ἀνένευσ': οὐ γὰρ θεμιτόν οἱ ἔφασκε
Τῇ δὲ δέπας Μετάνειρα δίδου μελιθέος οἴνου
πίνειν οἶνον ἐρυθρόν: ἄνωγε δ' ἄρ' ἄλφι καὶ ὕδωρ
δοῦναι μίξασαν πῖμεν γλήχωνι τερείνῃ. 210
ἢ δὲ κυκεῶν τεύξασα θεᾷ πόρεν, ὥς ἐκέλευε:
δεξαμένη δ' ὀσίης ἔνεκεν πολυπότνια Δηώ

HIMNO HOMÉRICO A DEMÉTER EL CICEÓN: VV 207-212

Y a ella (a Deméter) le dio Metanira una copa de vino dulce como la miel
Pero después de llenársela, ella la rehusó, pues no le era lícito, decía
el beber rojo vino: le ordenó, en cambio, que le diera de beber harina de
cebada y agua. Después de mezclarlos con menta poleo tierna
Y ella. Tras preparar el Ciceón, se lo dio a la diosa como ordenaba
Y ella, después de aceptarlo, inauguró el sagrado rito, la muy venerable Deó

Ciceón:

Esta bebida del Ciceón es la que beben los iniciados al llegar a Eleusis y romper el ayuno (consistía en una bebida de harina de cebada, agua y adormidera, aderezada con menta).



CIRCE LES DA EL CICEÓN DE PRAMNIO Y LES CONVIERTE EN CERDOS
ODIS.265-260, 315 SIGS

εἶσεν δ' εἰσαγαγοῦσα κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε,

ἐν δέ σφιν τυρόν τε καὶ ἄλφιτα καὶ μέλι χλωρόν²³⁵
οἶνω Πραμνεῖω ἐκύκα: ἀνέμισγε δὲ σίτω
φάρμακα λύγρ', ἵνα πάγχυ λαθοῖατο πατρίδος αἴης.
αὐτὰρ ἐπεὶ δῶκέν τε καὶ ἔκπιον, αὐτίκ' ἔπειτα
ῥάβδῳ πεπληγυῖα κατὰ συφεοῖσιν ἐέργνυ.
οἱ δὲ συῶν μὲν ἔχον κεφαλὰς φωνήν τε τρίχας τε ²⁴⁰
καὶ δέμας, αὐτὰρ νοῦς ἦν ἔμπεδος, ὥς τὸ πάρος περ.

ὥς οἱ μὲν κλαίοντες ἐέρχατο, τοῖσι δὲ Κίρκη
πάρ ρ' ἄκυλον βάλανόν τε βάλεν καρπὸν τε κρανεῖης
ἔδμεναι, οἷα σύες χαμαιευνάδες αἰὲν ἔδουσιν.
Εὐρύλοχος δ' αἶψ' ἦλθε θοὴν ἐπὶ νῆα μέλαιναν²⁴⁵
ἀγγελίην ἐτάρων ἐρέων καὶ ἀδευκέα πότμον.
οὐδὲ τι ἐκφάσθαι δύνато ἔπος ἰέμενός περ,
κῆρ ἄκρ' ἐμεγάλω βεβηλημένος: ἐν δὲ οἱ ὅσσε
δακρυόφιν πίμπλαντο, γόον δ' ὤϊετο θυμός.
ἀλλ' ὅτε δὴ μιν πάντες ἀγασσάμεθ' ἐξερέοντες,²⁵⁰
καὶ τότε τῶν ἄλλων ἐτάρων κατέλεξεν ὄλεθρον:
ἦιομεν, ὥς ἐκέλευες, ἀνὰ δρυμὰ, φαίδιμ' Ὀδυσσεῦ:
εὖρομεν ἐν βήσσησι τετυγμένα δώματα καλὰ
ξεστοῖσιν λάεσσι, περισκέπτῳ ἐνὶ χώρῳ.
ἐνθα δὲ τις μέγαν ἱστὸν ἐποιχομένη λίγ' αἶδεν,²⁵⁵
ἢ θεὸς ἢ ἐ γυνή: τοῖ δὲ φθέγγοντο καλεῦντες.
ἢ δ' αἶψ' ἐξελθοῦσα θύρας ὤϊξε φαιινὰς
καὶ κάλει: οἱ δ' ἅμα πάντες αἰδρεῖσιν ἔποντο:
αὐτὰρ ἐγὼν ὑπέμεινα, οἰσάμενος δόλον εἶναι.
οἱ δ' ἅμ' αἰστώθησαν ὁλλέες, οὐδέ τις αὐτῶν ²⁶⁰
ἐξεφάνη: δηρὸν δὲ καθήμενος ἐσκοπίαζον.

τεῦχε δέ μοι κυκεῶ χρυσέῳ δέπαι, ὄφρα πίοιμι, ³¹⁵
ἐν δέ τε φάρμακον ἦκε, κακὰ φρονέουσ' ἐνὶ θυμῷ.
αὐτὰρ ἐπεὶ δῶκέν τε καὶ ἔκπιον, οὐδέ μ' ἔθελξε,
ῥάβδῳ πεπληγυῖα ἔπος τ' ἔφατ' ἔκ τ' ὀνόμαζεν:
ἢ δὲ τρίτη κρητῆρι μελίφρονα οἶνον ἐκίρνα
ἠδὺν ἐν ἀργυρέῳ, νέμε δὲ χρύσεια κύπελλα:
ἢ δὲ τετάρτη ὕδωρ ἐφόρει καὶ πῦρ ἀνέκαιε

CIRCE LES DA EL CICEÓN DE VINO DE PRAMNIO Y LES CONVIERTE EN CERDOS
ODIS.265-260, 315 SIGS

Y Circe me mezcló en una copa de oro el ciceón (brebaje) y mientras bebía echó en ella un venenoso licor, pues meditaba males en su ánimo, en cuanto me lo dio y lo bebí, no me hechizó el filtro me tocó con la varita mágica y al mismo tiempo me llamó por mi nombre y me dijo:

una tercera mezclaba vino dulce como la miel en una crátera de plata dulce en cratera de plata, y colocaba las copas de oro y la cuarta traía agua y encendió el fuego para el baño



OPSON (ACOMPÑAMIENTO O CONDIMENTOS DE FRUTAS, VERDURAS Y HORTALIZAS) EN ÉPOCA HOMÉRICA

El Compañaje OPSON. Los cereales (sitoi) se sirven a menudo con un acompañamiento llamado genéricamente ὄψον / ópson. La palabra griega designa todo lo que se preparaba al fuego, y por extensión todo lo que acompaña al pan.

Este significado fue trasladándose con el tiempo. Por ejemplo, en la Ilíada, el término designa a la carne, después, en la Odisea, su significado se extiende al pescado.

En el siglo VIII a. C., Hesíodo describe su ideal de festín campestre con vino, leche de cabra y carne de toro.

CEREZAS Y CEREZOS. EN ATENEO DE NAUCRATIS

ORIGEN DEL CEREZO:



Sobre su procedencia, Isidoro nos da la respuesta, pero en Ateneo, Banquete de Eruditos II, 51 A leemos quién fue el personaje que introdujo este árbol en Italia: "dice Larensio en su obra del rétor: vosotros los griegos os apropiáis de muchas cosas como si les hubierais dado nombre o las hubierais descubierto vosotros mismos, pero ignoráis que el general romano Lúculo, que luchó contra Mitríates y Tigranes, fue el primero que trajo a Italia este fruto desde la ciudad de Cerasunte en Ponto. Y fue él quien llamó al fruto Kerásion (cereza) con el mismo nombre de la ciudad, según cuentan nuestros historiadores. Pero un tal Dafno lo contradice: sin embargo, un hombre insigne muchos años anterior a Lúculo, Dífilo de Sifnos que vivió en tiempos del rey Lisímaco (que fue uno de los sucesores de Alejandro) menciona las cerezas diciendo: las cerezas son sabrosas, jugosas y poco alimenticias y digestivas si se toman en frío. Son mejores las más rojas y las de Mileto pues son diuréticas

INJERTOS DE CEREZOS EN SARMIENTOS PARA QUE NAZCAN SIN HUESOS: PALADIO, III, 29

Paladio, III, 29 nos explica un injerto curioso que se aplica a la uva para que no tengan pepitas que según comenta los griegos decían que también se podía aplicar a los cerezos que no presentarían hueso, aunque falta una certera corroboración: “Hay una clase espléndida de uva que carece de pepitas dentro. Por esta razón sucede que puede tragarse con sumo agrado sin ningún obstáculo, como un todo, el contenido de todas las uvas. Se consigue, por lo demás, según los técnicos griegos, sustituyendo la naturaleza por un artificio, mediante el siguiente procedimiento: al sarmiento que se ha de enterrar, deberá hacerse una hendidura de otro tanto de lo que quede oculto en tierra y extrayéndole toda la médula y vaciándolo cuidadosamente se vuelven a pegar los bordes de la zona hendida y se entierran tras liarlos con una atadura; con todo, recomiendan que la atadura se haga con papiro e introducirlo luego en tierra húmeda.

Algunos, aún más detallistas, atando el sarmiento por donde se rajó, lo meten dentro del bulbo de una cebolla y afirman que gracias a ello pueden prender con más facilidad todos los que se hayan sembrado. Otros, en el tiempo de podar las vides, vacían un sarmiento fértil en la propia cepa, al podarla, y sacándole como pueden la médula de arriba a abajo, sin partirlo, lo atan ajustándole una caña para que no dé la vuelta. Luego, en la parte abierta, vierten opos Quirenaicos (así lo denominan los griegos) previamente disuelto en agua hasta que adquiera el cuerpo del vino cocido y cada ocho días repiten la operación hasta que despuntan los nuevos brotes de la vid.

Los griegos afirman que también puede hacerse otro tanto en granados y en cerezos. Precisa comprobación.

En su libro XI vuelve hacer mención de cómo injertar al cerezo para que no tenga hueso, en este caso el procedimiento es el transmitido por **Gargilio Marcial**: “Para que las cerezas nazcan sin hueso, Marcial indica que se obre del modo siguiente: se corta un arbolillo a unos dos pies de altura y se efectúa una hendidura hasta la raíz; se raspará la médula de ambos lados con una herramienta de hierro y, seguidamente, se sujetan los dos lados uno al otro mediante una atadura, y se unta con estiércol la parte superior y las hendiduras laterales. Al cabo de un año la cicatriz suelda”.

ATENEO DE NAUCRATIS

AJOS, CEBOLLETAS, PASAS, HINOJO, RUDA, PUERROS, USADOS COMO CONDIMENTO

Ateneo IV, 170 a:

”Alexis ha elaborado un catálogo de condimentos en La caldera: Pasa machacada, hinojo, eneldo, mostaza, tallo y jugo de silfio, cilantro seco, zumaque, comino, alcaparra, orégano, ajedrea, ajo, cebolleta, salvia, vino dulce, tordilio, ruda, puerro”



Ciruelas en Com.(Poetas cómicos), (Ath.49 f, 50 a,
Ateneo) y Teofrasto H.P. 4,2,10



FICUS SYKOS



Un puñado de higos frescos o secos constituía una comida muy nutritiva a la que se añadía, si se podía, leche cuajada con zumo de higos o tortas. «Alimento de atletas por excelencia», dirá Platón.

Eran tan famosos los higos de Atenas que un rey hindú llamado Amitrocatés le pidió al rey Antíoco, vino dulce, sofistas e higos, a lo cual el griego le respondió que “ el vino dulce y los higos se los enviaba; pero que los sofistas no estaban en venta”. (Ateneo, Banquete de los sabios, 652 y sig.).

Para proteger este principal recurso del Ática se prohibió su exportación. La recolección jamás se producía antes de que los sacerdotes sicofantas (reveladores del higo) anunciaran de modo oficial su madurez. Posteriormente, se llamó sicofantas a quienes denunciaban el contrabando de higos, y más tarde, a todos los delatores y chantajistas.

Berros<Beruro / griego Kárdamon/σισύμβριον
sisýmbrion Nasturtium officinale R. Br.



Los Berro, etimología del celta *berŭro: Entre los persas, Jenofonte explica en Ciropedia^{1,2,8} y ^{1,2,11} que el alimento básico de los persas eran los berros y el pan de berros y que comían también pan de trigo y de cebada con berros. Los berros, según Aristófanes en su obra las Tesmoforias, 420 y sig. producen retención de orina: “¡Por Zeus, querido, tengo retención de orina, ayer comí berros. Citas literarias: Diosc.2.128. El.V.H.3,39; Ar.Nub.284, Eub.Ath. 247 d”

TIPOS DE LECHUGAS DE IZDA. A DCHA. Y DE ARRIBA A ABAJO: ROMANA, BATAVIA, ICEBERG,
LOLLO ROSSA, TROCADERO
DIOSCÓRIDES, 2.136, A.TR.2,156,GEOP.12,1.2
LOS PITAGÓRICOS Y LOS ORFICOS GRIEGOS RECOMENDABAN SEGUIR UNA DIETA A BASE DE
VERDURAS Y DE LECHUGAS.



LA COL, EL REPOLLO Y LA BERZA Y EL RÁBANO (llamadas en griego ráfanos) eran las verduras por excelencia para depurar la sangre; tenían, y tienen, la virtud de diluir las grasas por lo que se recomendaba su ingestión en todos los banquetes. Pero de las tres variantes la más alabada era la col. Sabemos que Diógenes, el Cínico, se mantenía en su famoso tonel tomando, simplemente, col y agua para llegar a octogenario. Cuenta el historiador Plinio que en el norte de Grecia, en Macedonia, se había conseguido una versión gigante de la col o repollo, la cual, para fortuna de los pobres, desbordaba la mesa. Para los pitagóricos, beber agua y comer ensalada, era la base de una vida frugal y buena.

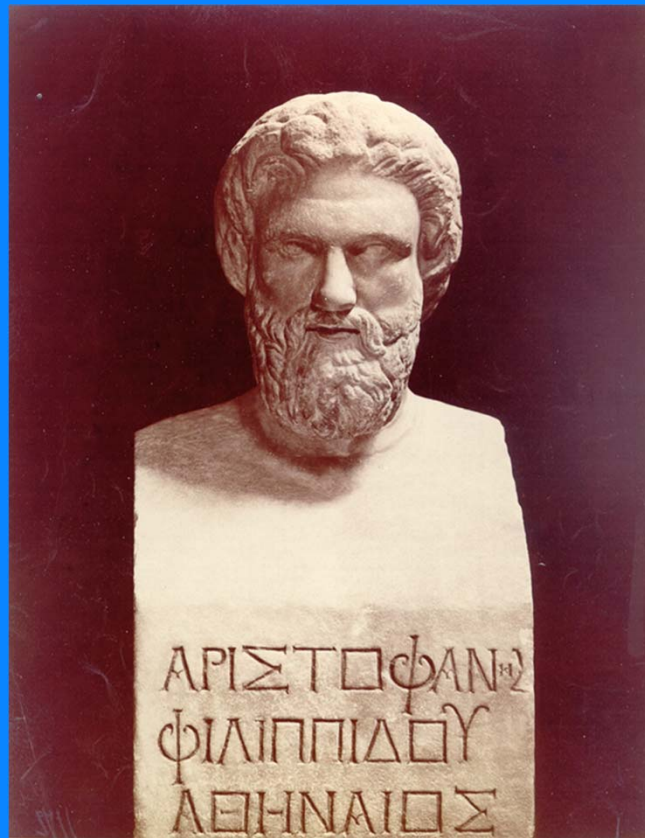


VERDURAS Y HORTALIZAS



ARISTÓFANES

HIJO DE FILIPO EL ATENIENSE. COMEDIAS ÁTICAS . SIGLO V A.C
COMIDA DE VERDURAS Y HORTALIZAS, ERAN TÍPICAS DE LA
COMIDA DE LAS CLASES POBRES



En la época clásica, EL OPSON eran platos y condimentos de verduras (coles, cebollas, lentejas, habas), en sopa, hervidas o en puré (ἔτνος étnos), condimentadas con aceite de oliva, vinagre, γάρων gáron (garum) — una salsa de pescado — y hierbas. Pero el método más popular de preparación de comida era el hervido en ollas, bien fuera de barro cocido o de metal, sobre todo para sopas y gachas de cereal y legumbres, platos muy habituales entre la clase humilde.

Si creemos a Aristófanes en Las Ranas (v. 62-63), el puré de verduras es uno de los platos favoritos de Heracles, siempre representado como un glotón en la comedia. Aristófanes en Asambleístas alude al Lekithos (puré de verdura), y dice “ coge otro plato y llénalo de puré de verduras a toda prisa”, después de citar un plato compuesto de todo tipo de carnes y pescados aderezados con vino, y silfio.

En las Tesmoforias, versos 28, 429 y 456, de Aristófanes se recogen alusiones a la misoginia de Eurípides, al que se le critica diciendo que “se ha criado entre verduras y por ser el hijo de una verdulera”, en alusión a la madre de Eurípides y por ser él, un verdulero criticón de las mujeres. Reproducimos aquí el texto, que no tiene desperdicio ni culinario ni semántico: ...”viendo cómo ese Eurípides, el hijo de la verdulera nos insulta de continuo..., ¡como que él mismo se ha criado entre verduras salvajes!, Antes manejábamos la casa y cogíamos a nuestro antojo, harina, aceite o vino, y ahora, ya no nos es posible”.(Aristófanes, Tesmoforias,49, 420, 456)

En la ciudad, las verduras frescas son caras y se consumen poco: los ciudadanos poco afortunados se conforman con las verduras secas.

Los atenienses disponían de un huerto familiar al lado de su casa en el que plantaban todo tipo de verduras, lechugas, ajos puerros, apios, coles , rábanos, guisantes, puerros, espárragos, cebollas, etc.(El mundo de Atenas).

Las CEBOLLAS Y EL AJO, son uno de los símbolos de la vida militar: Aristófanes evoca en La paz (v. 529) el “flato de comedor de cebollas” típico del soldado. En los caballeros de Aristófanes, el personaje Demóstenes aconseja a Agorácrito comer varios dientes de ajo para luchar con más brío. Aristófanes, en Asambleístas, le atribuía propiedades afrodisíacas

EN LA COMEDIA ÁTICA Aristófanes cita como alimentos populares, otras verduras frecuentes como son la ortiga, que se comía hervida, que junto a la malva, el asfódelo y la cebada, eran los alimentos más populares entre los pobres. El asfódelo y la cebolla albarraña son bulbos, como el ajo de gran difusión en la comida antigua.



LA COMIDA EN LAS ASAMBLELÍSTAS DE ARISTÓFANES:

EL ACEITE, EL VINO. SOPAS DE AJO Y SALMUERA. PERFUMES, LA CEBOLLA, EL AJO, ACEITUNAS, SILFIO Y VINO CON PESCADOS Y CARNES. CEBOLLAS:

AR.NUB.188,ECCLES.,ARISTÓT.PROBL.20,26,TH.H.P.7.13,8.PROPIEDADES TERAPÉUTICAS Y AFRODISÍACAS

1.- USOS DEL ACEITE DE OLIVA EN LAS ASAMBLEÍSTAS. El aceite de oliva lo emplea Praxágora para las lámparas y alumbrarse de noche:

ἽΩ λαμπρὸν ὄμμα τοῦ τροχηλάτου λύχνου verso 1 y ss
κάλλιστ' ἐν εὐστόχοισιν ἐζητημένον:

2.- USO DEL ACEITE PARA BRONCEARSE EL CUERPO:

ἀλειψαμένη τὸ σῶμ' ὅλον δι' ἡμέρας 63
ἐχραινόμην ἐστῶσα πρὸς τὸν ἥλιον.

3.- BEBIDA DEL VINO PURO POR LAS MUJERES ATENIENSES:

οἶνον φιλοῦσ' εὐζωρον ὥσπερ καὶ πρὸ τοῦ: 230

4.- SALMUERA Y SOPAS DE AJO CON SALSA PICANTE (Cratin. 143, Ar.Eq.199, 1095, Ec.291)

χωρῶμεν εἰς ἐκκλησίαν ὦνδρες: ἠπείλησε γὰρ 290
ὁ θεσμοθέτης, ὃς ἂν ,
μὴ πρῶ πάνυ τοῦ κνέφους
ἦκη κεκονιμένος, στέργων σκοροδάλη
βλέπων ὑπότριμμα, μὴ δώσειν τὸ τριώβολονσκοροδάλη

1.- “¡Oh tú, lámpara brillante, ojo de este candil torneado, bellísimo invento de hombres ingeniosos”

2.- verso 63

“y después bien embadurnada de aceite por todo el cuerpo me pasaba el día entero plantada al sol intentando broncearme”

3.-las mujeres adoran el vino puro sin mezcla como antes.

4.- ¡Oh varones!, vayamos a la asamblea

Pues el legislador lo ha ordenado

que aquel que, antes del alba, lleno de polvo no llegue contento

con su sopa de ajo y salmuera, mirando su salsa picante no se le dará el trióbolo.

Receta de sopa de ajo y salmuera

1 una salsa de salmuera y ajo, salsa de salmuera y el ajo, Ar.ὑπότριμμα a: 2 plato compuesto de varios ingredientes rallados y machacados juntos.3.- Salsa o salmuera compuesta de salmuera y ajo, Cratin. 143, Ar.Eq.199, 1095, Ec.291.

5.- PAN DE TRIGO CANDEAL, DOS CEBOLLAS Y TRES
ACEITUNAS., vv 307 y sig.

ἀλλ' ἦκεν ἕκαστος 307
ἐν ἀσκιδίῳ φέρων
πιεῖν ἅμα τ' ἄρτον αὐτῷ καὶ δύο κρομμύς
καὶ τρεῖς ἄν ἐλάας.

6.- UNA PERA SILVESTRE EXTRIÑE EL VIENTRE A BLÉPIRO, v.v 355
Βλέπυρος Βλέπιρο

κἄγωγ', ἐπειδὴν ἀποπατήσω: νῦν δέ μου 355
ἄχράς τις ἐγκλήσας' ἔχει τὰ σιτία.

ἄχράς, ἄδος, ἡ, una especie de peral silvestre, amygdaliformis Pyrus,
Teleclld.32, Ar.Ec.355, Dsc.1.116, que se utiliza para el árbol y el fruto,
cf. Arist.HA627b17 con 595a29, Thphr.HP1.4.1 con CP2.8.2; cf.
ἄχερδος.

7.- TIPO DE COMIDA COMÚN PROPUESTO POR
PRAXÁGORA Πραξάγορα Praxágora

οὐδεὶς οὐδὲν πενίᾳ δράσει: πάντα γὰρ ἔξουσιν ἅπαντες, 605
:ἄρτους τεμάχη μάζας χλαίνας οἶνον στεφάνους ἐρεβίνθους.

5.- sino que hubiera llegado cada uno
llevando en un saquito
para beber y al mismo tiempo un
pan de trigo candeal para él
Y con dos cebollas
y con tres aceitunas

6.- Pero yo , cuando podré defecar.....pues ahora a mí
una pera silvestre me tiene retenidos los alimentos (verso 355)

7.-
Praxágora:

"nadie pasará ya más hambre pues de todo tendrán todos
panes, pescado en salazón, tortas, mantos, vino, coronas, garbanzos



9.- LOS PERFUMES DE VINO DE TASOS Y QUIÓS

Θεραπαίνα Criada

ὦ μακάριος μὲν δῆμος, εὐδαίμων δ' ἐγώ,
αὐτὴ τέ μοι δέσποινα μακαριωτάτη,
ὕμεῖς θ' ὅσαι παρέστατ' ἐπὶ ταῖσιν θύραις 1115
οἱ γείτονές τε πάντες οἳ τε δημόται,
ἐγὼ τε πρὸς τούτοισιν ἢ διάκονος,
ἥτις μεμύρισμαι τὴν κεφαλὴν μυρώμασιν,
ἀγαθοῖσιν ὦ Ζεῦ: πολὺ δ' ὑπερπέπαικεν αὖ
τούτων ἀπάντων τὰ θάσι' ἀμφορείδια. 1120
ἐν τῇ κεφαλῇ γὰρ ἐμμένει πολὺν χρόνον:
τὰ δ' ἄλλ' ἀπανθήσαντα πάντ' ἀπέπτετο:
ὥστ' ἐστὶ πολὺ βέλτιστα, πολὺ δῆτ' ὦ θεοί.
κέρασον ἄκρατον, εὐφρανεῖ τὴν νύχθ' ὅλην
ἐκλεγομένης ὅ τι ἂν μάλιστ' ὁσμὴν ἔχῃ. 1125
οἶνος δὲ Χῖός ἐστι περιλελειμμένος 1140
καὶ τᾶλλ' ἀγαθά. πρὸς ταῦτα μὴ βραδύνετε,

¡Oh bienaventurado pueblo y yo también feliz
yo misma y mi señora la más feliz
y vosotros cuantos estáis junto a estas puertas
y todos los vecinos y aldeanos.
y yo, además de éstos, la sirvienta
la que tiene la cabeza llena de perfumes
agradables, Oh Zeus; pero los que más perduran
y los mejores perfumes son las anforitas del vino deTasos
pues se queda en la cabeza durante mucho tiempo
en cambio, los demás se marchitan y se esfuman
Así que con mucha diferencia son los mejores, oh dioses
mezcla vino sin mezcla, nos alegrará la noche entera
si eliges el que más aroma tenga
Hay reservado vino de Quíos
y otras cosas buenas, ante estas cosas, no os retraséis

10.- LA CEBOLLA COMO AFRODISÍACO.

Un joven le pregunta a la vieja segunda, cómo podrá cumplir con las dos viejas a la vez, a lo cual la vieja le responde:
Γραῦς Β Vieja Segunda

καλῶς, ἐπειδὴν καταφάγῃς βολβῶν χύτραν. 1090
“Fácil en cuanto te hayas comido una olla de cebollas(valor afrodisíaco)”

ASAMBLEÍSTAS DE ARISTÓFANES. VERSOS 1170-1180
PLATO DE CARNES , PESCADOS GUISADOS CON SILFIO Y VINO ACOMPAÑADO DE UN PURÉ DE
VERDURAS (LEKITHON)
COMPOSICIÓN DEL PLATO:

El término original griego consta de 182 letras y 79 sílabas. Es conocida desde hace siglos como la palabra más larga referente a un plato culinario con el que las mujeres en el poder quieren agasajar al pueblo y festejar así su nuevo gobierno de mujeres. El plato era un fricasé, compuesto de 27 ingredientes amargos y dulces, como los sesos, la miel, el vinagre, el pescado, aves, liebres y hervidos en vino:

Esta receta culinaria es la frase más larga de la literatura y se compone de 79 sílabas en versos tetrametros-dactílicos (epítritos)

Χορὸς

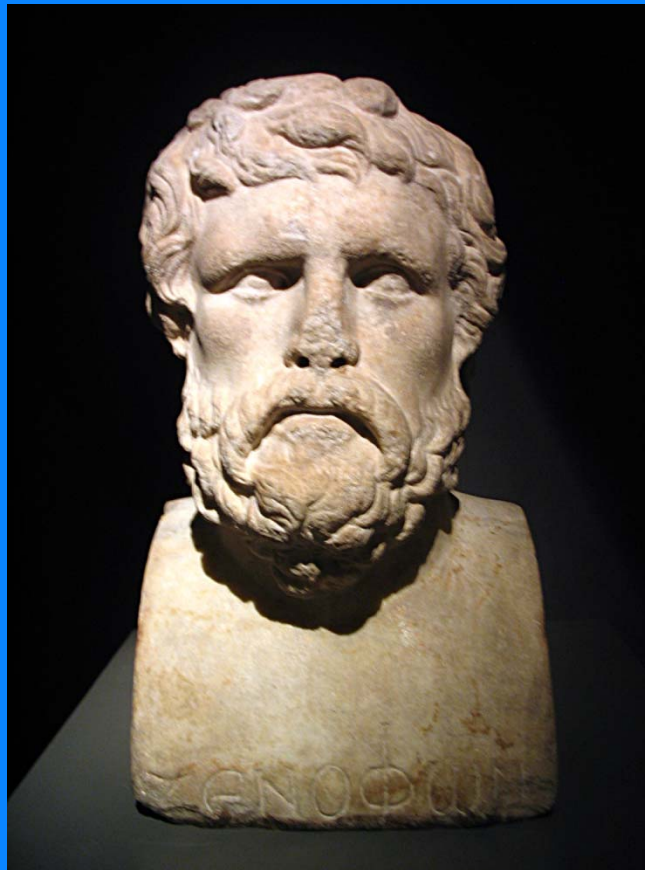
Coro

τάχα γὰρ ἔπεισι
λοπαδοτεμαχοσελαχογαλεο-
κρανιολειψανοδριμυποτριμματο-1170
σιλφιοτυρομελιτοκατακεχυμενο-
κιχλεπικοσσυφοφαττοπεριστερα-
λεκτρονοπτεκεφαλλιοκιγκλοπε-
λειολαγωσσαιριοβαφητραγα- 1175
νοπτερυγών: σὺ δὲ ταῦτ' ἀκροασάμενος
ταχὺ καὶ ταχέως λαβὲ τρύβλιον:
εἴτα λαβὼν κόνισαι
λέκιθον, ἴν' ἐπιδειπνῇς:
ἀλλὰ λαιμάττουσί που. 1180
αἶρσθ' ἄνω, ἰαὶ εὐαί.
δειπνήσομεν, εὐοῖ εὐαί,
εὐαί, ὥς ἐπὶ νίκη:
εὐαί, εὐαί, εὐαί, εὐαί.

Rodajas de pescado, tiburón y raya en salazón
restos de cabezas o sesos en salsa picante
silfio, cangrejos empañados en miel
zorzaes sobre mirlos, palomas torcaces
crestas de gallo asadas, chochas
pichones, liebres sumergidas sobre
ternillas de alones: pero, eh tú, que escuchas estas cosas
rápidamente coge un plato (τρύβλιον)
y luego llénalo de puré de verdura a toda prisa
para que vayas a cenar
pero por ahí ya están devorando
Saltad, arriba, viva, evohé
vayamos a cenar, evohé, evohé
evohé, hasta la victoria
Viva , evohé, evohé

JENOFONTE

JENOFONTE EN LA ANÁBASIS CITA A LA CEBOLLA, JUNTO CON EL AJO, EL PAN Y LAS ACEITUNAS, VINO, ANCHOAS Y MIEL COMO APROVISIONAMIENTO BÁSICO PARA EL EJÉRCITO GRIEGO.



PROVISIONES EN EL RIO TIGRIS 4.49 Y 4.413

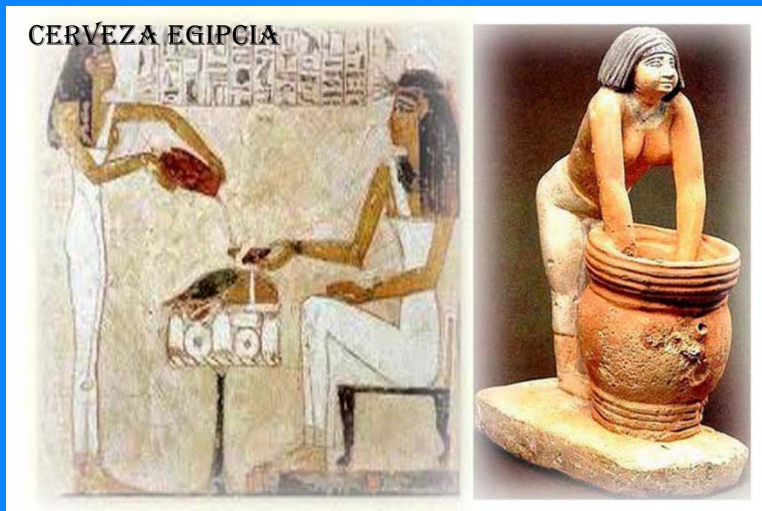
4.4.9] ἔνταῦθα εἶχον τὰ ἐπιτήδεια ὅσα ἐστὶν ἀγαθὰ, ἱερεῖα, σῖτον, οἶνους παλαιοὺς εὐώδεις, ἀσταφίδας, ὄσπρια παντοδαπά.

4.4.13] πολὺ γὰρ ἔνταῦθα ἠύρισκετο χρῆμα, ὃ ἐχρῶντο ἀντ' ἐλαίου, σύειον καὶ σπασάμινον καὶ ἀμυγδάλινον ἐκ τῶν πικρῶν καὶ τερμίνθινον. ἐκ δὲ τῶν αὐτῶν τούτων καὶ μύρον ἠύρισκετο.

EN UNA ALDEA ARMENIA ENCUENTRAN CERVEZA:

[4.5.25] αἱ δ' οἰκίαι ἦσαν κατάγειοι, τὸ μὲν στόμα ὥσπερ φρέατος, κάτω δ' εὐρεῖαι• αἱ δὲ εἵσοδοι τοῖς μὲν ὑποζυγίοις ὀρυκταί, οἱ δὲ ἄνθρωποι κατέβαινον ἐπὶ κλίμακος. ἐν δὲ ταῖς οἰκίαις ἦσαν αἶγες, οἶες, βόες, ὄρνιθες, καὶ τὰ ἔκγονα τούτων• τὰ δὲ κτήνη πάντα χιλῶ ἔνδον ἐτρέφοντο. [4.5.26] ἦσαν δὲ καὶ πυροὶ καὶ κριθαὶ καὶ ὄσπρια καὶ οἶνος κρίθινος ἐν κρατῆρσιν. ἐνῆσαν δὲ καὶ αὐταὶ αἱ κριθαὶ ἰσοχειλεῖς, καὶ κάλαμοι ἐνέκειντο, οἱ μὲν μείζους οἱ δὲ ἐλάττους, γόνата οὐκ ἔχοντες• [4.5.27] τούτους ἔδει ὁπότε τις διψήη λαβόντα εἰς τὸ στόμα μύζειν. καὶ πάνυ ἄκρατος ἦν, εἰ μὴ τις ὕδωρ ἐπιχέοι• καὶ πάνυ ἡδὺ συμμαθόντι τὸ πῶμα ἦν.

CERVEZA EGIPCIA



4.4.9: Aquí tenían toda clase de cosas buenas: animales para sacrificar, trigo, vinos viejos y olorosos, pasas, legumbres de todo tipo.

(4.4.43). Y en efecto mucha grasa encontraron allí con la que se untaron en lugar del aceite de oliva, manteca de cerdo y aceite de sésamo, de almendras amargas de terebinto. Encontraron además perfumes sacados de estas mismas materias.

4.5.25] Las habitaciones estaban bajo tierra, disponían de víveres y animales y escondían el vino, bebían cerveza:

[4.5.25] "Las casas eran subterráneas su entrada como la de un pozo, pero debajo eran amplias. Las entradas para las acémilas eran rampas excavadas, mientras que los hombres bajaban por una escalera, en el interior de las casas había cabras, ovejas, vacas, aves y sus crías. Todo este ganado era alimentado con forraje. [4.5.26] Había también trigo, cebada, legumbres, y vino de cebada en cráteras. Los granos de cebada flotaban en la superficie, había también cañas dentro, unas más grandes, otras más pequeñas, que no tenían nudos. [4.5.27] Cuando alguien tenía sed, se llevaba una de estas cañas a la boca y sorbía por ella. Era muy fuerte esta bebida, si no se le añadía agua, pero muy agradable una vez acostumbrado a ella.

7.3.10 el tracio Seutes les promete comida y bebida en las aldeas tracias.

7.3.23 un banquete del ejército griego:

Seutes partía los panes en pedazos y y los tiraba a quienes estimaba oportuno, y del mismo modo procedía con la carne, 7, 3, 24 pág. 262 de la edit. Gredos: "Aristas el comilón come solo carne y poco pan, los demás griegos comen pan, carne asada en espetos y vino en cuernos tracios".

Ciropedia: Los persas se alimentan de pan de berros, y salazones de pescado y cocinaban con especias.

El ejército griego se aprovisiona de alimentos de carne. Cereales, cebollas y ajos. Buscan el vino en cada poblado por el que pasan (Anábasis de Jenofonte)

**VINO DE PALMERA EN BABILONIA. JENOFONTE [2.3.14]-
(2.3.16) EN GRIEGO**

(2.3.14)

πορευόμενοι δὲ ἀφίκοντο εἰς κώμας ὅθεν ἀπέδειξαν οἱ ἡγεμόνες λαμβάνειν τὰ ἐπιτήδεια. ἐνῆν δὲ σῖτος πολὺς καὶ οἶνος φοινίκων καὶ ὄξος ἐψητὸν ἀπὸ τῶν αὐτῶν.

[2.3.15] αὐταὶ δὲ αἱ βάλανοι τῶν φοινίκων οἷας μὲν ἐν τοῖς Ἑλλησιν ἔστιν ἰδεῖν τοῖς οἰκέταις ἀπέκειντο, αἱ δὲ τοῖς δεσπόταις ἀποκείμεναι ἦσαν ἀπόλεκτοι, θαυμάσαι τοῦ κάλλους καὶ μεγέθους, ἡ δὲ ὄψις ἡλέκτρου οὐδὲν διέφερεν• τὰς δὲ τινὰς ξηραίνοντες τραγήματα ἀπετίθεσαν. καὶ ἦν καὶ παρὰ πότον ἡδὺ μὲν, κεφαλαγὲς δέ.

[2.3.16] ἐνταῦθα καὶ τὸν ἐγκέφαλον τοῦ φοίνικος πρῶτον ἔφαγον οἱ στρατιῶται, καὶ οἱ πολλοὶ ἐθαύμασαν τό τε εἶδος καὶ τὴν ἰδιότητα τῆς ἡδονῆς. ἦν δὲ σφόδρα καὶ τοῦτο κεφαλαλγὲς. ὁ δὲ φοῖνιξ ὅθεν ἐξαίρεθει ὁ ἐγκέφαλος ὅλος ἡυαίνεται.

Anábasis. Dátiles, yemas y Vino de Palmera en Babilonia. Jenofonte [2.3.14]-(2.3.16) en griego y español. Jenofonte [2.3.14].

En su avance llegaron a unas aldeas donde los guías les comunicaron que podían coger provisiones. Existía allí abundancia de trigo, de vino de palmeras y de una bebida ácida sacada también de las palmeras mediante cocción.

[2.3.15] También se daban los frutos propios de las palmeras semejantes a los que pueden verse en Grecia que reservaban para los criados; y otros, que se guardaban para los señores, escogidos por lo extraordinario de su belleza y de su tamaño. Su aspecto no era diferente del ámbar; y muchos, que secándolos, los guardaban como golosinas. Era también un fruto agradable acompañando a la bebida, pero producía dolor de cabeza.

(2.3.16)

Y entonces, por primera vez, los soldados comieron la yema de palmera, y la mayoría se extrañaba de su forma y de su agradable sabor. Pero también les causaba tremendos dolores de cabeza. La palmera de la que se extraía la yema se secaba entera

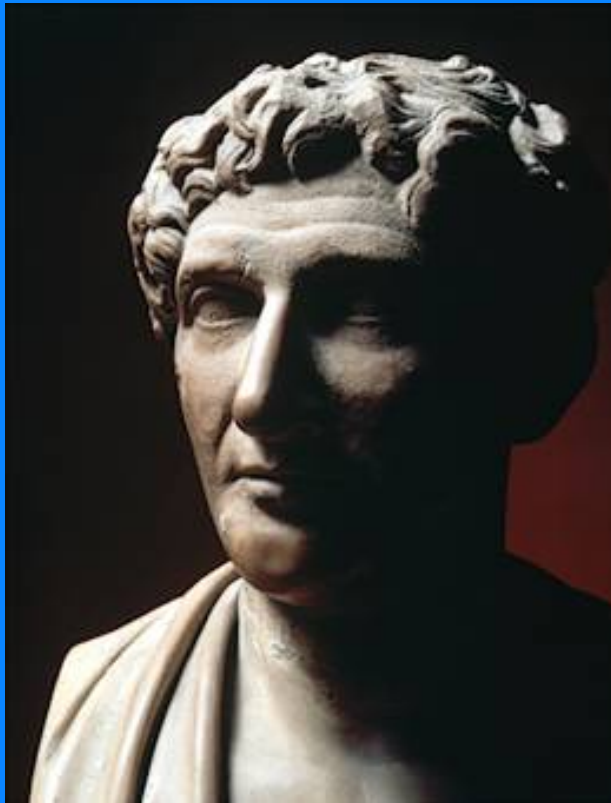
dátil

Phoenix dactylifera - Arecaceae

fruto drupa



OVIDIO



CONVENIT, HAEC OLEIS; HIC BENE FARRA VIRENT.
PECTORIBUS MORES TOT, SUNT, QUOT IN ORBE FIGURAE:
“AQUELLA (TIERRA) VA BIEN A LAS VIÑAS; ÉSTA AL ACEITE; AQUÍ
CRECEN CON FUERZA LAS MIESES. TANTAS SON LAS TENDENCIAS DE LOS
CORAZONES COMO LOS ROSTROS DEL UNIVERSO” OVIDIO, P., *ARTE DE AMAR*,
VV. E. I, 756 – 757.





POMA DAT AUTUMNUS; FORMOSAST MESSIBUS AESTAS;
VER PRAEBET FLORES; IGNE LEVATUR HIEMS.
TEMPORIBUS CERTIS MATURAM RUSTICUS UVAM
COLIGIT, ET NUDO SUB PEDE MUSTA FLUUNT;
TEMPORIBUS CERTIS DESECTAS ALLIGAT HERBAS,
ET TONSAM RARO PECTINE VERRIT HUMUM,
IPSE POTES RIVOS DUCERE LENIS AQUAE.
VENERIT INSITO: FAC, RAMUM RAMUS ADOPTET,
STETQUE PEREGRINIS ARBOR OPERTA COMIS.
CUM SEMEL HAEC ANIMUM COEPIT MULCERE VOLUPTAS,
DEBILIBUS PINNIS INRITUS EXIT AMOR.

“EL OTOÑO DA FRUTOS; EL VERANO SE EMBELLECE DE COSECHAS; LA PRIMAVERA PROPORCIONA FLORES;
CON FUEGO SE ATEMPERA EL INVIERNO. EN UNA ÉPOCA DETERMINADA EL CAMPESINO VENDIMIA LA UVA MADURA
Y LOS MOSTOS FLUYEN BAJO EL PIE DESNUDO. EN UNA ÉPOCA DETERMINADA ATA LAS ESPIGAS SEGADAS, Y CON
UN RASTRILLO BATE LA TIERRA TONSURADA. TÚ MISMO PUEDES CULTIVAR TUS REGADOS HUERTOS; TÚ MISMO
PUEDES CANALIZAR RÍOS DE AGUAS APACIBLES. QUE LLEGA LA ÉPOCA DEL INJERTO, INTENTA QUE UNA RAMA
ADOpte OTRA RAMA Y QUE UN ÁRBOL SE CUBRA DE FOLLAJE EXTRAÑO”. OVIDIO, P., *REMEDIOS DEL AMOR*, VV.
187 – 198.

VIRGILIO



“ASTRUM QUO SEGETES GAUDERENT FRUGIBUS ET QUO
DUCERET APRICIS IN COLLIBUS UNA COLOREM.

INSERE, DAPHNI, PIROS: CARPENT TUA POMA NEPOTES”. “EL ASTRO
GRACIAS AL CUAL LAS MIESES ALEGRARÁN LOS CAMPOS Y CON EL CUAL
COGERÁN COLOR LAS UVAS EN LOS MONTES SOLEADOS. INJERTA LOS PERALES,
DAFNIS; TUS NIETOS COGERÁN LOS FRUTOS”. VIRGILIO, P., E. IX, *BUCÓLICAS*, VV.
48 – 50.



(...) SUNT NOBIS MITIA POMA,

CASTANEAEE MOLLES ET PRESSI COPIA LACTIS”. “TENEMOS DULCES
MANZANAS, BLANDAS CASTAÑAS Y ABUNDANCIA DE LECHE. VIRGILIO, P., E. I,
BUCÓLICAS, VV. 80 – 81.

