

Chleb, piwo i hipopotamy, czyli co jedli starożytni Egipcjanie

20 listopada 2021

Aura tajemniczości towarzyszy nie tylko piramidom i sarkofagom faraonów. Równie enigmatyczna zdaje się być kuchnia starożytnego Egiptu. Pewna jest jednak różnorodność spożywanych produktów. Dlaczego groby i rachunki to najlepsze źródła wiedzy o starożytnych kulinariach?

„Cały Górny Egipt przymierał głodem i doszło do tego, że każdy zjadał własne dzieci. To ja nie pozwoliłem, by ludzie umierali z głodu w tym nomie. Ja dałem Górnemu Egiptowi pożyczkę w zbożu, a Północy dałem zboże Górnego Egiptu. I nie słyszałem, by podobną rzecz uczynił ktoś z nomarchów przede mną (...)” – Nomarcha o imieniu Anchtifi, fragment tekstu ze steli Itiego (Muzeum Egipskie w Kairze).

Od początku istnienia Egipt był związkiem dwóch odrębnych krain. Każda z nich różniła się pod wieloma względami, w tym także kuchni. Regionalne zwyczaje żywieniowe determinowało środowisko naturalne, klimat, dostęp do zbiorników wodnych oraz ilość i jakość ziem uprawnych. Tajniki sztuki kulinarnej starożytnych Egipcjan nadal jednak stanowią zagadkę dla współczesnych badaczy. Na dzień dzisiejszy znane są wyłącznie produkty, z których składała się dieta przeciętnego mieszkańca Doliny Nilu. Niezależnie od części kraju i okresu dziejów, niezmiennymi i podstawowymi składnikami posiłków poddanych faraona były chleb i piwo.

Co jedli starożytni Egipcjanie?

Zagubione menu

Egipcjanie nie mieli w zwyczaju zapisywać składu czy sposobu przyrządzania potraw, dlatego dziś nie znamy w bezpośredniej formie żadnego przepisu kulinarnego. Zachowały się natomiast inne formy źródeł, takie jak świadectwa archeologiczne znane z grobowców oraz materiały dokumentalne w postaci pokwitowań dla robotników. W grobowcach, oprócz malowideł przedstawiających uczty i polowania, znajdowano także dary dla zmarłych, które mieli zabrać ze sobą w zaświaty. Tutenchamon w ostatnią drogę otrzymał kilkadziesiąt amfor z winem oraz dzbany olejów i piwa. Jego grobowiec uzupełniono dodatkowo w pojemniki wypełnione pieczonym mięsem i kosze z pieczywem. Młodemu faraonowi nie zabrakło również owoców, warzyw oraz drogich przypraw, takich jak tymianek, kminek, koper, majeranek i kolendra.

Biesiady i polowania, przedstawiane na malowidłach naściennych, stanowiły domenę ludzi wysokiego stanu. Mimo to, w sztuce egipskiej zachowały się również motywy uwieczniające egzystencję niżej osadzonych w hierarchii grup społecznych. Przybliżały one proces poboru podatkowego lub akty składania ofiar w świątyniach. Reprezentowały je między innymi ścienne przedstawienia nomów, oddających część zboża do dyspozycji króla, pochodzące z fragmentu listy posiadłości, z których czerpała dochody świątynia w Dahsur (przy piramidzie króla Snofru z IV dynastii). Poruszane na malowidłach wątki nakreślały sytuację materialną przeciętnego mieszkańca Egiptu.

Pomijając odkrycia w nekropoliach, na przedmiot badań składają się również analizy zaświadczeń wystawianych robotnikom, otrzymującym pożywienie (pieczywo i napitek) w ramach wynagrodzenia. Przykładem takich dokumentów mogą być rachunki prowadzone przez urzędników, ale i drewniane atrapy symbolizujące uzyskany przedmiot. Dodatkowe zapisy regulowały należną ich ilość. W nubijskiej fortecy Urontari (XII dynastia) odnaleziono takie atrapy, które najprawdopodobniej

były rodzajem pokwitowania dla żołnierzy.

Robotnikom wydzielano skrupulatnie odmierzone zboże lub gotowe pieczywo. Jednym z jego rodzajów były chleby wypiekane w naczyniach. Bardzo wiele tego typu skorup odnaleziono na osiedlach, zakładanych w czasie budowy nekropolii. Przykładem analogicznego znaleziska są stosy naczyń z osady robotniczej obok piramid w Gizie. Stanowiły one produkt jednorazowego użytku. Po uzyskaniu odpowiedniego stanu wypieku formy tłuczono, aby wydobyć z nich świeże pieczywo.

Znane są także badania z zakresu archeobotaniki i archeozoologii, które poddają szczegółowej analizie szczątki roślinne oraz kości zwierzęce pochodzące z wykopalisk. Stanowiska archeologiczne, dostarczające informacji z tych dziedzin nauki, znajdują się w starożytnych osadach np. w Tebach, Amarnie i Buto. Innym interesującym przykładem tego typu dociekań są prace naukowców z Uniwersytetu w Lyonie, którzy badając mumie, uzyskali pewne dane o diecie zmarłych. Na podstawie zapisu izotopowego węgla z kości, włosów i zębów, uczeni wysunęli wniosek o wegetariańskiej diecie królów.

Co jedli starożytni Egipcjanie?

Warunki naturalne

Specyfika kuchni starożytnych Egipcjan w pewnym sensie wynikała z geografii i warunków naturalnych państwa. Rozwój cywilizacji napędzał życiodajny Nil, którego wylewy zapewniały bogate uprawy. Za sprawą żyznego mułu, który rzeka pozostawiała na połaciach pól, część terenów wydawała plony w nadwyżce. Urodzajną glebę, zapewniającą dobrostan, określano mianem „czarnej ziemi”, a za jej przeciwieństwo uważano „czerwoną ziemię”. Rolnictwo miało odmienne oblicze w zależności od regionu, lecz w gruncie rzeczy stanowiło podstawę istnienia państwa i większość mieszkańców Egiptu pracowała przy uprawie pól.

Odpowiednia gospodarność faraona stanowiła gwarant zarówno prężnej gospodarki, jak i ratunek przed okresami głodu. Ziaro przewożono na łodziach, np. do Nubii, aby tam wymieniać je na inne towary w ramach handlu. Zapobiegliwie, na wypadek ewentualnych klęsk, zboże odkładano również w wysokich spichrzach, stawianych np. w domostwach dostojników takich jak nomarchowie. Modele tego typu budynków znaleziono np. w Kahun (mieście z okresu Średniego Państwa).

Państwo faraonów dzieliło się na co najmniej dwa zasadnicze okręgi – Dolny (Północ) i Górny Egipt (Południe). To północ państwa cieszyła się dostatkiem płodów rolnych, uprawianych na terenach żyznej Delty. Z tego względu dieta Egipcjan Dolnego Egiptu była bardziej zbożowa i warzywna. Inaczej musiała wyglądać sytuacja gospodarcza na południu, okolonym przez wzgórza oraz pustynie, gdzie rzeka stopniowo ulegała zawężeniu. Zachodnie tereny graniczyły z Saharą, której piaski stopniowo wyniszczały i tak już jałowy obszar. Z powodu niesprzyjających dla upraw okoliczności, ludność Górnego Egiptu stopniowo odchodziła od rolnictwa. W końcu niewydolna gospodarka południa i tak zmuszała do reglamentacji żywności w ramach uzupełniania braków. Skutkiem przegranej w walce z naturą było przejście na łowiecko-pasterski tryb życia, co spowodowało dominację mięsa w diecie.

Ocieplenie klimatu przyczyniło się do wyjałowienia części obszarów, zwłaszcza na Zachodzie, gdzie niskie trawy sawanny ustąpiły miejsca pustynnym piaskom. Takie przemiany powodowały wymarcie zwierzyny łownej, a wzrost populacji poskutkował utratą parceli rolnych na rzecz domostw i budynków publicznych. Mimo wszystko, deficyt produktów w formie naturalnej, w dalszym ciągu można było uzupełnić handlem lub reglamentacją zasobów z całego państwa.

Główne elementy diety

„Jeżeli chodzi o realia pieczenia i warzenia, nie brak nam

źródeł, przede wszystkim wyobrażeń z grobów Starego i Średniego Państwa, a z tego drugiego okresu również drewnianych modeli. Oba procesy zaczynały się od ziarna” – Barry J. Kemp, „Starożytny Egipt. Anatomia cywilizacji”.

Podstawą żywienia starożytnego Egipcjanina był chleb oraz piwo jako popitka. Pieczywo przeważnie wypiekano z mąki pszennej. Zdarzało się, że do ciasta dodawano daktyle, migdały ziemne lub miód. Badacze naliczyli około 70 rodzajów pieczywa, które różniły się kształtem, grubością, składem bądź recepturą przygotowania. Bochenki przybierały kształt okrągły, podłużny i trójkątny. Najprawdopodobniej chleb spożywano w dużych ilościach, zwłaszcza wśród robotników.

W Starym Państwie popularnymi rodzajami pieczywa były bedża oraz aperet. Poświadczają to badania archeologiczne, podczas których odkryto pozostałości po stosach naczyń do wypiekania chleba. Ich kształt przypominał doniczkę lub płaską tacę o okrągłej podstawie i podwyższonych ściankach. Samo pieczywo przybierało formę zakalca i mogło mieć mniej stałą konsystencję.

Piwo pijano regularnie. Stanowiło ono istotny składnik diety, zwłaszcza pod kątem uzupełnienia węglowodanów. Egipskie piwo przypominało gęstą zawiesinę, podobną do zupy. Napitek miał około jednego procenta alkoholu i mogły spożywać go nawet dzieci. Piwo stało się elementem codzienności Egipcjan pod wpływem naturalnej ewolucji kulinarnej. Badacze wskazują na to, że u podłoża powstania tego trunku leży jęczmienna papka, którą spożywano jako codzienne, uprażone i ugotowane danie. Przełom nastąpił po dodaniu słodkich daktyli oraz pszenicznej mąki, które doprowadziły do procesu fermentacji. Z tej mieszaniny tworzył się zaczyn, który stał u podstawy regularnego procesu piwowarskiego. Przykładem obrazującym stopień zaawansowania produkcji piwa jest model piekarni-browaru z grobu Meketre w Tebach (XI/XII dynastia). W Abydos zachowały się z kolei szczątki podobnego piwowarskiego przybytku jeszcze z czasów predynastycznych.

Wprawdzie kwestia pierwszeństwa w procesie wynalezienia piwa pozostaje sporna, ale nie ma wątpliwości co do roli, jaką odgrywała sfermentowana owsianka piwna w życiu Egipcjan. Badacz Joshua J. Mark zwraca uwagę, że to Sumerowie opracowali trunek jako pierwsi. Trudno jednak powiedzieć, czy i w jakim stopniu zachodni sąsiedzi przejęli ten produkt, zwłaszcza że istnieją różnice w recepturze.

Posiłki Egipcjan były generalnie bardziej roślinne niż mięsne, ale w konfrontacji z warunkami naturalnymi występującymi na obszarze państwa faraonów, szczegółowość tej kwestii nadal pozostaje dyskusyjna. Starożytni prowadzili hodowle kóz, owiec, krów i ptactwa domowego (kaczki i gęsi), ale niekoniecznie uzyskiwali z tych zwierząt mięso. Zwykle trzoda zaspokajała zapotrzebowanie na nabiał (mleko i jaja) lub tworzyła tekstylne, takie jak wełna. Bydło służyło także jako siła pociągowa oraz środek transportu. Popularnym zwierzęciem wyprawianym w podróż z właścicielem był osioł, a do domowych pupili zaliczano psy, koty i małpy.

Badacze podkreślają, że głównym źródłem mięsa były owce. Mięsną dietę uzupełniano również poprzez łowiectwo. Polowano na gazy, hieny, oryksy i antylopy z pustynnych rubieży. Tę piramidę żywieniową rozbudowywano o jeszcze ciekawsze i bardziej egzotyczne zwierzęta, takie jak hipopotamy, krokodyle, żółwie czy jeże. Z drugiej strony, trudno określić ramy samego łowiectwa, aby rozróżnić rozrywkę przeznaczoną dla elit od zwykłego gromadzenia zasobów, choć badacze podkreślają, że polowania stanowiły królewski przywilej.

Co uzupełniało dietę starożytnych Egipcjan?

Pożywnym i bogatym w witaminy uzupełnieniem codziennej diety były warzywa, takie jak: cebula, czosnek, kapusta i sałata, seler oraz dynia. Jadano również owoce, a wśród nich: daktyl, winogrona, figi, granaty i melony. Egipcjanie używali także

przypraw w postaci kminu, kolendry, kopru, tymianku, a także majeranku.

Rolnicy mieszkali blisko Nilu, a osady zakładali na niewielkich wzniesieniach, aby w razie powodzi uniknąć zalania chat. Przy domostwach prowadzono ogródki, które użyźniano mułem rzeczonym i podlewano wodą gromadzoną w urządzeniu określanym jako szaduf. Kwestia sposobów przetworzenia żywności stanowi z kolei największe pole do domysłów. Starożytni przeznaczali oleje do wyrobów kosmetycznych lub jako paliwo do lamp. Badacze sugerują, że do smażenia potraw mogło być wykorzystywane masło klarowane, które również i dziś powszechnie stosuje się w tym regionie świata. Należy jednak podkreślić, że potrawy częściej wypiekano nad paleniskiem, gotowano lub duszono niż smażyono.

Warto wspomnieć jeszcze o dwóch elementach wchodzących w skład egipskiej kuchni. Jednym z nich było mleko – krowie, owcze, kozie, ośle, a nawet gazeli. W bliskowschodnim klimacie przechowywanie świeżych produktów, takich jak na przykład nabiał, stanowiło nie lada wyzwanie. Do tego celu stosowano naczynia o porowatych ściankach, które posiadały właściwości wentylacyjne i obniżające temperaturę. W konserwacji jedzenia próbowano wykorzystywać również sól. Przyprawa ta uchodziła za towar deficytowy, dlatego ze względu na możliwość użycia niewielkich jej ilości, sól poprawiała jedynie walory smakowe i sprzyjała zagęszczaniu potraw.

Ze starożytnych źródeł pisanych oraz przedstawień grobowych wynika, że mleko stanowiło ważną część diety już w czasach Starego Państwa. Wykorzystywano je do przygotowywania potraw, niekiedy pito świeże, ale częściej kwaszone, np. w postaci jogurtu. Dodatkowo produkowano masło i być może sery.

Innym elementem uzupełnienia diety było wino, które w przeciwieństwie do piwa stanowiło import. Trunek ten początkowo sprowadzano z terenów dzisiejszej Syrii i Palestyny, później rynek rozszerzono na regiony Azji

Mniejszej, a u kresu funkcjonowania państwa nawiązano handel z kupcami z Grecji, Italii i Hiszpanii. W międzyczasie Egipcjanie nauczyli się samodzielnie wytwarzać napój. Zaczęto uprawiać winorośle, ugniatać owoce w głębokich kadziach, a sok przelewać do glinianych amfor i czekać, aż proces fermentacji dobiegnie końca. W toku rozwoju winnicowego rzemiosła, trunek zyskał nowy element przypominający współczesne etykiety. Na amforach zapisywano rok powstania i miejsce pochodzenia wina. Warto podkreślić, że był to towar luksusowy, na który mogli pozwolić sobie tylko bogaci ludzie. Najokazalszym znaleziskiem z nim związanym są naczynia odnalezione w grobowcu Tutenchamona.

„Egipcjanie przez długie okresy prowadzili duże operacje gospodarcze, działając w ramach systemu bezpieniężnego, który był wystarczający. Mogli to robić, ponieważ w całym starożytnym świecie ludzie mieli większą bezpośrednią styczność z prawdziwymi dobrami materialnymi – artykułami spożywczymi – niż my, a częściowo dlatego, że rozwinęli system rachunkowości, który był w pół drogi do abstrakcyjnego pojęcia pieniądza” Barry J. Kemp, „Starożytny Egipt. Anatomia cywilizacji”.

Pewne tradycje kulinarne starożytnych Egipcjan przetrwały do dzisiaj i w dalszym ciągu są praktykowane w krajach Bliskiego Wschodu. Deficyt produktów, wynikający często z uwarunkowań naturalnych poszczególnych rejonów kraju, wymuszał na egipskim społeczeństwie konieczność stosowania różnorodnych technik kucharskich, które z biegiem czasu skrupulatnie dopracowywano. Zaawansowany stopień gospodarki rolnej determinowany regularnymi wylewami Nilu sprawiał, że lud egipski żył w stosunkowo korzystnych warunkach, chociaż na przestrzeni tysiącleci nie zabrakło również okresów głodu. Fundamentalną podstawą egipskiego posiłku był chleb i piwo, ale Egipcjanie nie bali się eksperymentować. Pożywna i bogata w wartości odżywcze dieta była wynikiem pomysłowości i różnorodności przygotowywanych dań.

Autorstwo: Jakub Węgrzynowski

Źródło: [Histmag.org](https://histmag.org)

Licencja: [CC BY-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)

Bibliografia

1. Ancient Egypt, pod red. Johna R. Bainesa, <https://www.britannica.com/place/ancient-Egypt>, dostęp: 1 października 2021.
2. Mark Joshua J., Ancient Egyptian Culture, [w:] „World History Encyclopedia” <https://www.worldhistory.org/>, dostęp: 1 października 2021.
3. Carbon Isotope Analysis Suggests Ancient Egyptian Diet, <https://www.archaeology.org/news/2102-140512-egypt-vegetarian-diet>, dostęp: 26.10.2021 r.
4. Chudzik Patryk, Żmudziński Mateusz, Rola Nilu w kształtowaniu kultury starożytnego Egiptu, [w:] „Prace Kulturoznawcze”, nr 21 (3) 2017, s. 13-25.
5. Kemp Barry J., Starożytny Egipt. Anatomia cywilizacji, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2016.
6. Mapa Nowego Państwa, [w:] „Pomocnik historyczny Polityki. Faraonowie. Ludzie–Bogowie–Władcy”, s. 7.
7. Nowacki Bartosz, W kraju mojego brata złoto jest pospolite jak pył. Bogactwo państwa nad Nilem, [w:] „Pomocnik historyczny Polityki. Faraonowie. Ludzie–Bogowie–Władcy”, ss. 84-87.
8. Rzeuska Teodozja, Bankiet od rana, [w:] „Pomocnik historyczny Polityki. Faraonowie. Ludzie–Bogowie–Władcy”, s. 115.
9. Rzeuska Teodozja, Niechaj ofiarują tysiąc bochenków chleba, sto dzbanów piwa, jednego byka. Specjały kuchni, [w:]

„Pomocnik historyczny Polityki. Faraonowie.
Ludzie–Bogowie–Władcy”, ss. 112-115.