

MACIEJ KOKOSZKO, KRZYSZTOF JAGUSIAK, ZOFIA RZEŹNICKA
UNIwersytet Łódzki*

Ryż jako pokarm i medykament w antycznej i bizantyńskiej literaturze medycznej¹

Wstęp. Dzieła z zakresu medycyny

Już Hipokrates mniemał, że pokarmy są w swej istocie medykamentami², które przyswojone w stosownych okolicznościach i odpowiedniej dawce zapewnią nam zdrowie. To twierdzenie o terapeutycznej funkcji pożywienia dotyczyło całości pokarmu przyjmowanego przez człowieka³, a zatem odnosiło się z definicji do wszystkich grup żywności obecnych w jego diecie. Skutkiem takiego zdefiniowania roli jedzenia było uczynienie z niego przez medycynę stałego obiektu analiz, a z czasem wyniesienie go do pozycji

* Wydział Filozoficzno-Historyczny, Instytut Historii, Katedra Historii Bizancjum.

¹ Artykuł został napisany w związku z grantem 2011/01/BHS3/01020.

² Hippocrate, *De alimento*, 19, [w:] *Oeuvres completes d'Hippocrate*, ed. E. Littré, vol. IX, Amsterdam 1962.

³ System doktrynalny Hipokratesa należy odtwarzać na podstawie całego jego dorobku. Szczególnie wiele danych na ten temat znajdujemy jednak w *De natura hominis* (Hippocrate, *De natura hominis*, [w:] *Oeuvres completes d'Hippocrate*, ed. E. Littré, vol. VI, Amsterdam 1962, *passim*) oraz w *De diaeta* (Hippocrate, *De diaeta i-iv*, [w:] *Oeuvres completes d'Hippocrate*, ed. E. Littré, vol. VI, Amsterdam 1962, *passim*). O założeniach hipokratyzmu, w tym także o znaczeniu poszczególnych pokarmów por. V. Nutton, *Ancient Medicine*, London–New York 2007, s. 72–86, zwłaszcza 77–85. Na temat problem roli pożywienia w całym *Corpus Hippocraticum* por. S. Byl, *L'alimentation das le Corpus Hippocratique*, [w:] *Voeding en geneeskunde. Alimentation et medicine. Acten van het colloquium. Actes du colloque Brussel-Bruxelles 12. 10. 1990*, eds R. Jansen-Sieben, F. Daelmans, Brussel–Bruxelles 1993, s. 29–39.

jednego z najważniejszych obiektów badań nauk medycznych cywilizacji grecko-rzymskiej⁴.

W II w. n.e., a więc w kilka stuleci po Hipokratesie, lekarz pochodzący z Pergamonu, Galen, przejął poglądy dietetyczne swego wielkiego poprzednika⁵, by, rozwinąwszy je, włączyć do swojej znacznie bardziej szczegółowej i lepiej opracowanej niż hipokratesowa teorii. Doktryny Galena wywarły silny wpływ nie tylko na mu współczesnych, ale i na jego następców, a skutkiem ich powszechnego przyjęcia był fakt, iż Galen stał się wyrocznią dla kolejnych pokoleń. Jego naśladowcy nie modyfikowali raczej opinii swego mistrza, ale je powtarzali i, jak na przykład Orybazjusz⁶, ograniczali się do komentowania zaadaptowanego dorobku teoretycznego⁷. Nic zatem dziwnego, że traktaty następców Galena są skarbem wiedzy na temat teorii dietetyki antycznej, a nadto zawierają rozliczne uwagi na temat praktyk kulinarnych, wpisując się w ten sposób w zestaw źródeł niezbędnych do badania historii gastronomii⁸. Powyższe stwierdzenie odnosi się w całej rozciągłości także do kwestii zasadniczego tematu niniejszego studium, a zatem do ryżu.

⁴ Losy dietetyki do czasów Galena por. K. Bergoldt, *Wellbeing. A cultural history of healthy living*, transl. J. Dewhurst, Cambridge–Malden, Massachusetts 2008, s. 30–37, 41–46, 62–72.

⁵ Na temat samego Galena i głównych założeń galenizmu por. A. Bednarczyk, *Galen. Główne kategorie systemu filozoficzno-lekarskiego*, Warszawa 1995, *passim*; Z. Gajda, *Do historii medycyny wprowadzenie*, Kraków 2011, s. 146–159; V. Nutton, *op. cit.*, s. 230–247, zwłaszcza 240–244.

⁶ Na temat sposobu wykorzystywania dorobku Galena przez tego lekarza por. R. de Lucia, *Oreibasios v. Pergamon*, [w:] *Antike Medizin. Einlexikon*, hrsg. von K.-H. Leven, München 2005 [dalej: *Antike Medizin*], kol. 660–661; Z. Gajda, *op. cit.*, s. 178–179; M. Kokoszko, *Ryby i ich znaczenie w życiu codziennym ludzi późnego antyku i wczesnego Bizancjum (III–VII w.)*, Łódź 2005, *passim* [dalej: *Ryby*]. Podstawowe informacje o jego działalności pisarskiej w dziedzinie dietetyki por. *ibidem*, s. 14–15.

⁷ V. Nutton, *op. cit.*, s. 292–309, zwłaszcza 309.

⁸ Na temat źródeł do historii jedzenia w starożytności i Bizancjum por. M. Kokoszko, *Smaki Konstantynopola* [dalej: *Smaki*], [w:] *Konstantynopol nowy Rzym. Miasto i ludzie w okresie wczesnobizantyńskim*, red. M.J. Leszka, T. Wolińska, Warszawa 2011 [dalej: *Konstantynopol*], s. 471–472; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *Zboża Bizancjum. Kilka uwag na temat roli produktów zbożowych na podstawie źródeł greckich*, „Zeszyty Wiejskie” 2012, t. XVII, s. 33–34.

Właściwości dietetyczne ryżu wyszczególnione w antycznej i bizantyńskiej literaturze medycznej

Choć ryż nie był nigdy w antyku szczególnie popularną uprawą, jego właściwości jako produktu żywnościowego zostały stosunkowo dokładnie opisane w literaturze medycznej, a dane tam zawarte wskazują, że dietetyka starożytna, a potem także i bizantyńska, wypracowała spójny pogląd na właściwości tego dalekowschodniego zboża. Z naszych badań wynika, że zasługa stworzenia powtarzanej potem doktryny winna być przypisana Dioskuridesowi⁹ i Galenowi¹⁰. Hipokrates nic bowiem o ryżu nie pisał, gdyż w V w. p.n.e. zboże to nie odgrywało żadnej roli w diecie Greków i nie nauczyli się oni jeszcze wykorzystywać produktów z niego uzyskiwanych w procedurach medycznych. W czasach hellenistycznych, pomimo wzrostu znajomości tego pokarmu, ryż musiał pozostawać ciągle na marginesie głównego nurtu zainteresowań sztuki kulinarnej i medycznej Greków, ponieważ w traktatach słynnych lekarzy starożytności, zachowanych w dziele tak pełnym informacji (w tym także refleksji autorytetów medycznych) o wszelkich grupach pokarmowych, jak *Deipnosophisti* Atenajosa z Naukratis, brakuje danych na jego temat¹¹. Dopiero na przełomie I i II w. n.e., zapewne z powodu wystarczającego już wtedy rozpowszechnienia się tego zboża w diecie śródziemnomorskiej, zaczęto formułować doktryny uwzględniające znaczenie ryżu w utrzymaniu zdrowia. Stąd późniejsze, zaobserwowane przez nas zjawisko powoływania się przez autorów medycznych encyklopedii bizantyńskich na Dioskuridesa, Archigenesa¹² (I–II w.), Kritona¹³ (I–II w.), Galena, Antyllosa¹⁴ (II–III w.)

⁹ Lekarz związany z armią rzymską, a działający za cesarzy Klaudiusza i Nerona. Autor traktatów *De materiamedica* oraz *Euporistavel de simplicibus medicinis*. Dorobek Dioskuridesa miał istotny wpływ na poglądy Galena i jego następców. Por. Z. Gajda, *op. cit.*, s. 145–146; V. Nutton, *op. cit.*, s. 174–177; M. Stamatou, *Dioskurides*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 227–229.

¹⁰ Świadomość ich cennego wkładu była oczywista jeszcze w XI w. dla bizantyńskiego znawcy dietetyki Symeona Setha. Por. *Simeonis Sethi syntagma de alimentorum facultatibus*, Περὶ ὀρυζῆς, o, ed. B. Langkavel, Lipsiae 1868, s. 75 [dalej: Symeon Seth, *Syntagma*]. Na temat Symeona Setha por. J. Niehoff-Panagiotidis, *Seth, Symeon*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 799–800.

¹¹ Por. analizy danych medycznych na temat ryb w *Deipnosophistach* – M. Koszko, *Ryby*, *passim*.

¹² Archigenes z Apamei, uczeń Agatinosa. Lekarz działający za panowania cesarza Trajana, zaliczany do szkoły eklektycznej. Por. F. Kudlien, *Poseidonios*

czy Filumenosa¹⁵ (III w.). W każdym razie od przełomu I i II w. n.e. obecność ryżu w traktatach medycznych jest stała, a informacje o nim były systematycznie zamieszczane w dziełach dietetycznych powstałych na długo po skomponowaniu encyklopedii medycznej przez Pawła z Eginy i dlatego stanowią dobre źródło do pokazania ewolucji poglądów na temat jego zastosowania w medycynie i kuchni basenu Morza Śródziemnego.

Systematyczną relację poglądów dietetycznych na temat interesującego nas zboża zacznijmy od pierwszego z wymienionych koryfeusza medycyny antycznej, którego działalność przypada na połowę I w. n.e. Na podstawie zachowanych źródeł wypada stwierdzić, że Dioskurides klasyfikował ryż jako rodzaj rośliny zbożowej¹⁶.

und die Ärzteschule der Pneumatiker, „Hermes” 1962, t. XC, s. 419–429; V. Nut-ton, *op. cit.*, s. 204–205.

¹³ S. Sander, *Die dreisig Schönheiten der Frau. Ärztliche Ratgeber der Frühen Neuzeit*, [w:] *Medizin, Geschichte und Geschlecht: körperhistorische Rekonstruktionen von Identitäten und Differenzen*, hrsg. von F. Stahnisch, F. Steger, Stuttgart 2005, s. 42, przyp. 4.

¹⁴ Lekarz zaliczany do szkoły pneumatycznej. Uczeń Archigenesa i Atenajosa. Chociaż Antyllos był uważany za wyrocznie w dziedzinie chirurgii, to jednak poświęcał w swej działalności pisarskiej dużo uwagi dietetyce. Wynikiem tych badań było między innymi dzieło *Περὶ βουτηγμάτων*, które składało się z czterech ksiąg. Źródłami wiedzy Antyllosa były prace Atenajosa, Apolloniosa z Pargamonu, Dioklesa, Rufusa i Archigenesa. Por. H. Haberling, *Der Hygieniker und Sportarzt Antyllos*, „Klinische Wochenschrift” 1935, Bd. XIV, s. 1615–1619; R.L. Grant, *Antyllus and his medical works*, „Bulletin of the History of Medicine” 1960, vol. XXX, s. 154–147. Na temat niektórych aspektów wykorzystania dorobku tego lekarza w okresie bizantyńskim por. M. Kokoszko, *Medycyna bizantyńska na temat aiora (αἰώρα)*, czyli kilka słów o jednej z procedur terapeutycznych zastosowanych w kuracji cesarza Aleksego I Komnena (na podstawie pism medycznych Galena, Orybazjusza, Aecjusza z Amidy i Pawła z Eginy, [w:] *Cesarstwo bizantyńskie. Dzieje, religia, kultura. Studia ofiarowane Profesorowi Waldemarowi Ceranowi przez uczniów na 70-lecie Jego urodzin*, red. P. Krupczyński, M.J. Leszka, Łask–Łódź 2006, s. 87–111.

¹⁵ Wybitny lekarz grecki żyjący w III w. n.e. Pisał na podstawie doktryn Archigenesa, Soranosa, Herodota i Galena. Znany i cytowany w okresie Bizancjum. Por. K. Georgakopoulos, *Archaioi hellenes iatroi*, Athenai 1998, s. 454–455; S. Ihm, *Philumenos*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 699; M. Wellmann, *Philumenos*, „Hermes” 1908, t. XLIII, s. 373–404.

¹⁶ Zalicza go do pokarmów określanych jako *sitera*, a więc produktów zbożowych (por. *A Greek-English Lexicon*, ed. H.G. Lidell, R. Scott, Oxford 1996, s. 1601 [σῖτηρός] [dalej: Lidell-Scott]). Por. *Pedanii Dioscuridis Anazarbei de material medica libri quinque*, II, 95, 1, 1, ed. M. Wellmann, vol. I–III, Berolini 1906–1914 [dalej: Dioskurides, *De materiamedica*].

Wiedział też, że wymaga on do uprawy wiele wilgoci i dlatego spotykany jest na terenach bagiennych i podmokłych. Oceniał go jako średnio pożywny pokarm, który na domiar złego powoduje spowolnienie pracy jelit prowadzące do zatwardzenia. Nadto Dioskurides ewaluował ryż jako mniej pożywny od *chondros* (czyli grubej mąki lub drobnej kaszy wytwarzanej zwykle z pszenicy płaskurki)¹⁷. Ta uwaga, która jest zapewne skutkiem podobieństwa wyglądu i analogii zastosowań kulinarnych obu produktów, powtarzała się potem w wielu pracach poświęconych dietetyce¹⁸.

Piszący w II w. n.e. Galen zaliczał ryż do *ospria*¹⁹, które definiował jako ziarna nienadające się do wypieku chleba²⁰. W swej ewaluacji odnosił się zatem raczej, w przeciwieństwie do poprzednika, do tradycyjnych zastosowań kulinarnych wymienionego produktu niż do przyjętej klasyfikacji roślin. Mniemamy również, że w omawianej charakterystyce demonstrował swą znajomość praktyki dnia codziennego, a nie brak kompetencji merytorycznej w zakresie botaniki. Poza tym, ponieważ Galenowa klasyfikacja ryżu pojawiać się będzie potem systematycznie w dziełach Bizantyńczyków, owa tradycja doktrynalna zdaje się wskazywać nie tylko na ścisłe trzymanie się przez dietetykę tego okresu doktryny zapisanej przez lekarza z Pergamonu, ale także na trwałość generalnej tendencji zastosowania ryżu w kuchni Bizancjum, tym samym sugerując ciągle wykorzystywanie go raczej do potraw gotowanych niż do wyrobu pieczywa.

Jeżeli chodzi o konkretne cechy dietetyczne omawianego produktu, to w *De simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus* Galen określił ryż jako pokarm, który ma właściwości nieco ściągające i dlatego doprowadzające do spowolnienia pracy

¹⁷ Na temat *chondros* por. A. Dalby, *Food*, s. 132.

¹⁸ Por. M. Toussaint-Samat, *Histoire de la nourriture naturelle et morale*, Paris 1997, s. 209.

¹⁹ Termin ten zwykle odnosił się do roślin strączkowych, które jedynie rzadko używane były do sporządzania mąki zdatnej do produkcji wypieków. W razie jednak potrzeby i z nich pieczono chleb. Przykładem jest bób, którego ziarna mielono również i sporządzano z nich mąkę używaną do przygotowywania różnorodnych wypieków, w tym chleba. Por. Dioskurides, *De materia medica*, III, 59, 2, 3. Por. też M. Kokoszko, *Smaki*, s. 485–487.

²⁰ *Galen de alimentorum facultatibus libri*, 524, 11–16, [w:] *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. VI, Lipsiae 1823 [dalej: Galen, *De alimentorum facultatibus*].

przewodu pokarmowego²¹. Ta krótka charakterystyka winna zostać uzupełniona przez kolejny opis wartości tego produktu, który tym razem zawarty został w *De alimentorum facultatibus*. W dziele tym Galen utrzymywał, że ryż jest trudny do strawienia i mało pożywny, więc nadaje się jedynie do podawania go osobom, których dolegliwości wymagają spowolnienia pracy żołądka i jelit. Lekarz odniósł się także do smaku rzeczzonego pokarmu, stwierdzając, że potrawy z niego przygotowane nie odpowiadają jego własnemu, a także innych reprezentantów kultury grecko-rzymskiej, podniebieniu²². Wypada dodać, że ta ostatnia opinia ulegać będzie modyfikacji w procesie rozwoju dietetyki.

Lektura dzieł Orybazjusza, który tworzył swe prace w drugiej połowie IV w., udowadnia, iż przyswoił on sobie doktrynę wypracowaną przez Dioskuridesa i Galena. W I księdze *Collectiones medicae*, charakteryzując w detalach rośliny zbożowe, przypisał zatem ryżowi cechę niskiej pożywności, a poprzez porównanie z *chondros*²³ zasugerował, że jest on stosunkowo trudny do wstępnego trawienia i z powodu tej właśnie cechy używany był przez dietetyków w przypadkach chorobowych wymagających zastopowania pracy układu pokarmowego²⁴. Powstrzymał się jedynie Orybazjusz przed jednoznacznie negatywną oceną walorów smakowych tego dalekowschodniego zboża, która, jak wskazano powyżej, obecna była w zasobie doktryn Galena. Być może świadczy to o stopniowo zachodzącej zmianie postawy dietetyków w stosunku do potraw przyrządzanych z omawianej rośliny, a przynajmniej o większej akceptacji jej smaku. Ta spójna charakterystyka ryżu nie jest jednak jedyną informacją na temat omawianego pokarmu zawartą w spuściźnie lekarza cesarza Juliana. Orybazjusz bowiem odnosił się jeszcze do cech dietetycznych ryżu, gdy charakteryzował zbiorczo poszczególne grupy produktów żywnościowych wedle ich cech

²¹ Galeni de simplicium medicamentorum temperamentis et facultatibus libri, 92, 5–6, [w:] Claudii Galeni opera omnia, ed. D.C.G. Kühn, vol. XI–XII, Lipsiae 1826–1827 [dalej: Galen, De simplicium medicamentorum temperamentis et facultatibus].

²² Galen, De alimentorum facultatibus, 525, 1–5.

²³ Porównanie z *chondros* powtórzone zostało jeszcze w XII księdze jego *Collectiones medicae*. Por. Oribasii collectionum medicarum reliquiae, XII, χ, 15, 1–2, ed. I. Raeder, vol. I–IV, Lipsiae–Berolini 1928–1933 [dalej: Orybazjusz, Collectiones medicae].

²⁴ Ibidem, I, 16, 1, 1–2.

wyróżniających. Zboże to bowiem zostało wymienione²⁵, gdy medyk wyliczał pokarmy, które nie dają ciału wiele pożywienia²⁶, co zresztą dokładnie powtórzył w swej *Synopsis ad Eustathium filium*²⁷ oraz w *Libri da Eunapium*²⁸. Orybazjusz pozostał również wierny ustaleniom Galena, włączając w swym głównym dziele omawiany produkt²⁹ do rozdziału o pokarmach trudno trawionych³⁰. I tym razem informacja ta została przezeń powtórzona w *Synopsis ad Eustathium filium*³¹ i w *Libri ad Eunapium*³². W końcu Orybazjusz uwzględnił ryż³³ w rozdziale o pożywieniu spowalniającym pracę przewodu pokarmowego³⁴, a identyczna klasyfikacja pojawiła się ponownie w *Synopsis ad Eustathium filium*³⁵ oraz w *Libri ad Eunapium*³⁶.

Stosunkowo dużo informacji na temat wartości dietetycznych ryżu przynoszą źródła powstałe w VI w. Piszący w latach 20. tego wieku Antimus³⁷ uważał, że zboże to jest dobre dla utrzymania zdrowia pod warunkiem, że zostało ono właściwie ugotowane. Niedogotowane jednak miało działanie szkodliwe. Autor traktatu *De observatione ciborum* podkreślał fakt, że wspomniany pokarm ma pozytywne działanie zwłaszcza na tych, którzy cierpieli na dyzenterię. Położył też nacisk na konkluzję, że w takim przypadku należa-

²⁵ *Ibidem*, III, 14, 7, 3.

²⁶ *Ibidem*, III, 14, 1, 1–13, 3

²⁷ *Oribasii synopsis ad Eustathium filium*, IV, 13, 6, 3, [w:] *Oribasii synopsis ad Eustathium filium et libriad Eunapium*, ed. I. Raeder, vol. VI, 3, Leipzig 1964 [dalej: Orybazjusz, *Synopsis ad Eustathium filium*].

²⁸ *Oribasii libri ad Eunapium*, I, 30, 1, 1–8, 2, [w:] *Oribasii synopsis ad Eustathium filium et libri ad Eunapium*, t. VI, 3, Leipzig 1964 [dalej: Orybazjusz, *Libri ad Eunapium*].

²⁹ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, III, 18, 11, 2.

³⁰ *Ibidem*, III, 18, 1, 1–13, 1.

³¹ Orybazjusz, *Synopsis ad Eustathium filium*, IV, 17, 9, 2.

³² Orybazjusz, *Libri ad Eunapium*, I, 35, 7, 6.

³³ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, III, 30, 9, 1.

³⁴ *Ibidem*, III, 30, 1, 1–9, 3.

³⁵ Orybazjusz, *Synopsis ad Eustathium filium*, IV, 30, 13, 1.

³⁶ Orybazjusz, *Libri ad Eunapium*, I, 46, 7, 1.

³⁷ A. Dalby, *Food in the Ancient World from A to Z*, London–New York 2003 [dalej: *Food*], s. 12–13; M. Grant, *Introduction*, [w:] *Anthimus, On the observation of foods. De observatione ciborum*, ed., transl. M. Grant, Totnes, Blackawton, Devon, 2007 [dalej: *Anthimus, De observatione ciborum*], s. 9–44; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *Woda, wino i tak dalej, czyli o napojach w Konstantynopolu*, „Przegląd Nauk Historycznych” 2010, R. IX, nr 1, s. 25; E. Kislinger, *Anthimus*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 56; G.M. Messing, *Remarks on Anthimus De observatione ciborum*, „Classical Philology” 1942, vol. XXXVII, s. 150–158.

ło dołożyć szczególnie dużej staranności, by chorym podawać ryż po poddaniu go dokładnej obróbce termicznej³⁸.

W każdym razie na to, że ryż zdomowił się w kuchni i dietetyce wieku VI wskazuje fakt, że Aecjusz z Amidy³⁹ również włączył rozważania na temat jego walorów do swego dzieła. W jego *Iatricorum libri* widać wyraźnie, że w owych czasach trzymano się nadal ustaleń wcześniejszych autorytetów. Aecjusz twierdził bowiem, że pokarm, który nas interesuje, jest delikatnie ściągający i dlatego umiarkowanie spowalnia pracę żołądka⁴⁰, a nadto jawi się jako produkt trudny do strawienia⁴¹. Nic dziwnego też, że tenże sam znawca dietetyki antycznej, zresztą dokładnie tak samo jak Orybazjusz, wymienił ryż wśród pokarmów nie dostarczających organizmowi wiele pożywienia⁴², trudnych do wstępnego strawienia⁴³ oraz spowalniających pracę jelit⁴⁴.

Oczywiste wpływy dietetycznych ustaleń Galena widać także w dorobku Aleksandra z Tralles. Choć lekarz ów nie poświęcił charakterystyce właściwości ryżu wiele miejsca (w jego *Therapeutica* odnajdujemy jedynie informację, że należy on do *ospria*⁴⁵), zboże to było często wymieniane, gdy wspomniany autor omawiał kwestie związane ze sporządzaniem medykamentów, a dane przezeń zawarte nie wskazują na odejście od wcześniej ustalonych doktryn. Musiał bowiem uznawać działanie ściągające i spowalniające ryżu, jeżeli wykorzystywał go w leczeniu dolegliwości przewodu pokarmowego, a zwłaszcza dyzenterii.

W końcu VI i na początku VII w. Paweł z Eginu⁴⁶ podążał dokładnie tą samą ścieżką, co jego poprzednicy. Ryż zatem został przez

³⁸ Anthimus, *De observatione ciborum*, 70.

³⁹ A. Garzya, *Aetios v. Amida*, [w:] *Antike medizin*, kol. 19–20; M. Kokoszko, *Ryby*, s. 9.

⁴⁰ Autor *Iatricorum libri* powtarza tę charakterystykę w swym rozdziale księgi II, który dotyczy pokarmów, spowalniających pracę przewodu pokarmowego. Por. *Aetii Amideni libri medicinales I–VIII*, II, 266, 19, ed. A. Olivieri, Lipsiae–Berolini 1935–1950 [dalej: Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*].

⁴¹ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, I, 305, 1–2.

⁴² *Ibidem*, II, 251, 8.

⁴³ *Ibidem*, II, 255, 19.

⁴⁴ *Ibidem*, II, 266, 19.

⁴⁵ *Alexandri Tralliani therapeutica*, II, 251, 11, [w:] Alexander von Tralles, ed. T. Puschmann, vol. I–II, Amsterdam 1963 [dalej: Aleksander z Tralles, *Therapeutica*].

⁴⁶ Podstawowe informacje na temat tego lekarza por. M. Kokoszko, *Ryby*, s. 15–16; P. Pormann, *Paulos v. Aegina*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 681–682.

niego omówiony w rozdziale o zbożach⁴⁷, co jest zgodne z tradycją Dioskuridesa i Orybazjusza. Oceniony został jako trudny do wstępnego strawienia, niezbyt pożywny i powodujący spowolnienie pracy przewodu pokarmowego⁴⁸. W innym miejscu swej *Epitome*, gdy ponownie przyszło do przedstawienia działania omawianego pożywienia na układ pokarmowy, odwołał się Paweł raz jeszcze do znanego już z naszego wykładu zakresu pojęć i wyliczył działanie ryżu jako lekko ściągające i dlatego spowalniające funkcjonowanie jelit⁴⁹.

Warto zaznaczyć, że nie widać żadnych gwałtownych zmian w zachowanej spuściźnie dietetycznej, która została spisana po skomponowaniu encyklopedii Pawła z Eginety. W anonimowym traktacie, być może napisanym w drugiej połowie VII w., czytamy, że ryż ma właściwości pośrednie między rozgrzewającymi a chłodzącymi. Spowalnia także pracę przewodu pokarmowego. Gotowany z dodatkiem przypraw zaczyna jednak lepiej działać na organy odpowiedzialne za trawienie pokarmu⁵⁰. Rozumiemy, że uwaga ta sugeruje wzbogacenie repertuaru zastosowań ryżu w sztuce kulinarnej, czego skutkiem była umiejętność modyfikowania jego właściwości poprzez zastosowanie odpowiednich dodatków.

Również i w pochodzącym z wieku X anonimowym traktacie *Peri chymon, bromaton Kai pomaton*⁵¹ autor, podobnie jak jego poprzednicy, poświęcił ryżowi krótki rozdział (*Peri orydzes*) o znanej już treści, pisząc, że produkt ten redukuje tempo pracy przewodu pokarmowego i jest trudniejszy do strawienia niż *chondros*⁵². Tak jak w dziełach Orybazjusza i Aecjusza z Amidy, odnajdujemy tutaj ryż w rozdziale na temat pokarmów o ograniczonej wartości od-

⁴⁷ Paulus Aegineta, I, 78, 1, 1–25, ed. I.L. Heiberg, vol. I–II, Lipsiae–Berolini 1921–1924 [dalej: Paweł z Eginety, *Epitome*].

⁴⁸ *Ibidem*, I, 78, 1, 20.

⁴⁹ *Ibidem*, VII, 3, 15, 54.

⁵⁰ *Anonymi peri tropōn dυνάμεως, Peri spepmátōn kai kapōn*, [w:] *Anecdota Atheniensia et alia*, ed. A. Delatte, vol. II, Liège–Paris 1939 [dalej: *Anecdota Atheniensia*], s. 469. Na temat samego traktatu (w tym także możliwego czasu jego powstania) por. A. Delatte, *Anonyme*, [w:] *Anecdota Atheniensia*, s. 466–467.

⁵¹ Traktat zapewne należy przypisać aktywności stymulowanej przez Konstantyna VII Porfirogenetę. Por. J.A.M. S o n d e r k a m p, *Theophanes Nonnus: Medicine in the Circle of Constantine Porphyrogenitus*, „Dumbarton Oaks Papers” 1984, vol. XXXVIII, s. 29–41.

⁵² *Anonymi peri chymōn, bromátōn kai pomátōn*, 33, [w:] *Physici et medici Graeciminores*, ed. I.L. Ideler, vol. II Amsterdam 1963, s. 270 [dalej: A n o n y m u s, *Peri chymōn*]. *Chondros notabene* jest także pojęciem scharakteryzowanym przez autora traktatu – A n o n y m u s, *Peri chymōn*, 34, s. 270.

żywczej, czyli *Hosa oligotrofa*⁵³, a nadto we fragmencie wyliczającym produkty trudne do strawienia, czyli *Hosa dyspepta*⁵⁴.

W XI w. stosunkowo dużo do powiedzenia na temat ryżu miał Symeon Seth. Być może zatem do tego czasu zboże to stało się bardziej powszechnym produktem spożywczym niż to było we wczesnym Bizancjum. Zgodnie z istniejącą od stuleci tradycją i ten medyk w swoim dziele, cytowanym zwykle jako *Syntagma de alimentorum facultatibus*, skomponował rozdział na temat omawianego zboża, zatytułowany *Peri orydzes*⁵⁵. Ryż został tam scharakteryzowany jako rozgrzewający, *kata proten apostasin*, i wysuszający, *kata deuteran*. Uznano go też za umiarkowanie pożywny i trudny do wstępnego strawienia.

Istotne jest też, że autor miał pełną świadomość doktryn antycznych, odnoszących się do kształtowania się opinii na temat tego pokarmu. Świadomie bowiem odwoływał się do nich, pisząc o dioskuridesowej doktrynie mówiącej, że ryż powoduje spowolnienie pracy jelit (*epechei gastera*) oraz o podzieleniu tej opinii przez Galena, a nadto o braku przychylności tego ostatniego dla omawianego pokarmu.

Choć należy chyba rozumieć, że jedenastowieczny autor zgadzał się z ustaloną tradycją dietetyczną, to należy stwierdzić, że Symeon wprowadził do niej pewne nowe spostrzeżenia. Wydzielił mianowicie dwa rodzaje ryżu, wskazując na istnienie jego odmiany białej i czerwonej⁵⁶. Biały ryż jedynie nieznacznie wpływa na pracę jelit. Czerwony jest znacznie silniejszy w swoim działaniu z uwagi na silne właściwości wysuszające. Przyrządzany z mlekiem i dodatkiem cukru przyczynia się do zdrowia, którego objawem jest właściwy kolor cery człowieka. Sprzyja też płodności. Uwagi te nie znajdują analogii w poprzednich poglądach, wskazując na rozwój doktryny w rzeczonym zakresie, spowodowany rozpowszechnieniem się nowych odmian tej rośliny, urozmaicheniem zastosowań kulinarnych ryżu i wykorzystaniem w kuchni składników, które nie pojawiały się w niej do tej pory.

Wreszcie kolejny tekst anonimowy, który stanowi dodatek do wydania dzieła Symeona Seta sporządzonego przez Bernarda

⁵³ Anonymus, *Περὶ χυμῶν*, 20, s. 267.

⁵⁴ *Ibidem*, 3, s. 260.

⁵⁵ Symeon Seth, *Syntagma*, *Περὶ ὁρίξεως*, o, s. 75.

⁵⁶ Roger Owen (*Rice*, [w:] *The Oxford companion to food*, ed. A. Davidson, Oxford 1999, s. 664) identyfikuje odmianę purpurową ryżu pochodzącą z Filipin.

Langkavela w roku 1868. Jego autor zwrócił się wyraźnie ku tradycji reprezentowanej przez Dioskuridesa i Galena i odmiennie od Symeona Setha nie wprowadził nowych ustaleń. Utrzymywał zatem, że ryż wykorzystywany jest głównie do spowolnienia pracy jelit. Gotuje się go na sposób podobny do tego, jaki wykorzystuje się przy przyrządzaniu *chondros*. Jest on gorzej strawny i znacznie mniej smaczny od tej ostatniej potrawy⁵⁷.

Jak przyrządzano ryż, czyli kilka słów o miejscu tego zboża w antycznej i bizantyńskiej *res coquinaria*

Odtworzenie sposobów podawania ryżu w czasach, o których piszemy, powoduje dość istotne trudności. Dane są bowiem zwykle mało precyzyjne i nie przypominają tych, które dziś przynoszą nam współczesne książki kucharskie. Ryż dotarł, jak to zostało już powiedziane, do obszarów basenu Morza Śródziemnego z Indii, gdzie, zgodnie z przekazem Strabona, był podstawowym produktem spożywczym. Można też przypuszczać, że pierwotna tradycja kulinarna zaimportowana z obszarów, z których omawiane zboże pochodziło, miała wpływ na kształtowanie się metod przygotowywania tego produktu we wschodniej części basenu Morza Śródziemnego. Z danych zawartych w źródłach literackich wynika, iż mieszkańcy Indii przyrządzali z owego zboża gęstą, ale półpłynną potrawę⁵⁸, a warto także pamiętać, że pili napój wytwarzany z ziaren ryżu. Ponieważ Strabon dorzuca informację, że ryżu używano do produkcji wymienionego już napitku zamiast jęczmienia (*krithai*)⁵⁹, wypada domyślać się, że trunek ten kojarzył się autorowi z piwem, którego bazą (najczęściej, ale niewyłącznie) był ten ostatni gatunek zboża. Napój ten bowiem z reguły sączony był przez obce Grekom narody, a dla Hellenów stanowił symptom obcej, z reguły niższej, kultury⁶⁰.

Z dzieła Strabona nie wynika, w jaki sposób mieszkańcy Indii przygotowywali posiłki, których składnikiem był ryż. Termin *ory-*

⁵⁷ Appendix. Anonymus, Περὶ ὀρύζης, [w:] Symeon Seth, *Syntagma*, s. 127.

⁵⁸ *Strabonis geographica*, XV, 1, 53, 12–13, ed. A. Meineke, vol. I–III, Graz 1969 [dalej: Strabon, *Geographica*].

⁵⁹ *Ibidem*, XV, 1, 53, 11–12.

⁶⁰ Na temat piwa por. M. Kokoszko, *Smaki*, s. 569–572; M. Kokoszko, K. Jagusiak, *op. cit.*, s. 48–52; M.J. Szymański, *Browary Łodzi i regionu*, Łódź 2011, s. 8–11.

dza rofete użyty przez niego sugeruje, że przyrządzali z niego rodzaj zupy, zapewne gęstej, by mogła być wystarczająco pożywna. Nie dowiadujemy się jednak, czy gotowano omawiane zboże jedynie na wodzie, czy też może używano do tego celu jakiegoś rodzaju wywarów (na przykład mięsnych) oraz jakich dodatków, w tym przypraw, dokładano do potrawy. Z *Deipnosophistōw* skomponowanych przez Atenajosa z Naukratis, do których włączony został ekscerpt z dzieła *Indika*, napisanego przez Megastenesa, dowiadujemy się jednak także, że w Indiach i, jak wypada się domyślać, w czasie uroczystych posiłków, zboże to było podawane w srebrnych misach jako zasadnicze danie w czasie głównego posiłku dnia, który autor nazywa z grecka *deipnon*. Potrawa ta przyrządzana była w sposób, który autorowi przypominał zwykłą metodę stosowaną przez Greków przy gotowaniu *chondros*⁶¹. To porównanie występuje zresztą w źródłach tak często, że wydaje się dla historyków jedzenia, zainteresowanych odtworzeniem właściwego przepisu na pierwotną metodę przygotowywania ryżu, najlepszą wskazówką.

Z naszych danych wynika, że nie było jednego przepisu na *chondros*. Orybazjusz na przykład twierdził, że ów produkt gotowano po prostu w wodzie. W czasie tej czynności trzeba było potrawę, którą my nazwiemy zupą, często mieszać i dolać do niej oliwy oraz doprawić szczyptą soli. Autor nadmienił też, że do dania tego dodawano nieco wina z miodem, czyli *oinomeli*, albo też innego trunku tego typu – słodkiego bądź też wytrawnego. Kolejny wariant tego samego smakołyku otrzymywano, jeżeli doprawiono zupę octem winnym. Potrawa, która powstawała w ten ostatni sposób, nazywana była *chondrosptisanisti*, czyli *chondros* przyrządzany na sposób *ptisane*⁶², a zatem tak jak (albo raczej podobnie do) leczniczej zupy czy też kleiku, którego głównym składnikiem był jęczmień.

Gdy chodzi z kolei o ten drugi trop, to znaczy o słynną wśród dietetyków zupę *ptisane*, na którą należy się powołać przy obecnych rozważaniach, to stosunkowo jasny i wystarczająco szczegółowy przepis na nią pozostawił Orybazjusz, cytował go zresztą za

⁶¹ *Athenaei Naucratis dipnosophistarum libri XV*, IV 153 d–e (39, 1–7, Kaibel), rec. G. Kaibel, t. I–III, Lipsiae–Berolini 1887–1890 [dalej: Atenajos z Naukratis, *Deipnosophistai*].

⁶² Orybazjusz, *Collectiones medicae*, I, 5, 1, 1–2, 2. Por. M. Kokoszko, *Smaki*, s. 480; F. Koukoules, *Byzantinon bios kai politismos*, vol. V, *Hai trofai kai ta pota...*, Athènes 1952, s. 26.

Galenem⁶³. *Ptisane* powstawała z namoczonego jęczmienia, którego ziarna zalecano zmiażdżyć jeszcze przed poddaniem ich procesowi gotowania. Następnie rekomendowano trzymanie potrawy na małym ogniu tak, by zboże jak najbardziej napęczniało. W czasie tej czynności dodawano do zupy octu winnego i oliwy. Gdy ziarna były już prawie miękkie, dosypywano do nich także drobnej soli, pora i kopru włoskiego. Niekiedy dolewano też słodkiego moszczu winnego i miodu, choć dodatki te nie były polecane przez Orybazjusza⁶⁴. Tak przygotowana zupa nawilżała organizm⁶⁵ i oczyszczała go⁶⁶.

Wypada dodać, że stosunkowo dokładne przepisy na *pisane* zachowały się także w traktacie *De re coquinaria*⁶⁷, gdzie rzeczona potrawa występuje pod nazwą *tisana*. Dla zilustrowania metod gastronomicznych warto przytoczyć pierwszy z przepisów, to znaczy recepturę na *tisana vel sucus*. Na dzień przed gotowaniem zupy moczono kaszę jęczmienną, którą potem płukano i ucierano. Następnie stawiano ją w garnku na silnym ogniu. Gdy była już miękka, dodawano do niej oliwy, pęczek kopru, suszonej cebuli, cząbrku ogrodowego oraz porcję nóżek wieprzowych. Wszystko to ponownie gotowano do chwili, aż włożone do naczynia mięso stało się miękkie. Z kolei dosypywano kolendry utartej z solą. Po ponownym zagotowaniu, wyjmowano z zupy koper i starano się usunąć z wywaru całą kaszę. Tę ostatnią przekładano do następnego garnka i kolejny raz rozcierano, ciągle trzymając naczynie na ogniu i bacząc, by kasza jęczmienna się nie przypaliła. Masę przenoszono znowu do garnka z wieprzowiną i wywarem, do którego dodawano także roztartego lubczyku, suszonej mięty polej, kminu rzymskiego, asafetydy, nieco octu winnego, gotowanego moszczu winnego oraz *garum/liquamen*. Wszystko ponownie zagotowywano przed zaserwowaniem.

⁶³ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 502, 7–504, 4. Na temat rozważań dietetyków o *ptisane* por. E. Darmstaedter, *Ptisana: ein beitrage zur Kenntnis der antiken Diaetetik*, „Archeion” 1933, vol. XV, s. 181–201; M. Kokoszko, *Smaki*, s. 477–480.

⁶⁴ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 1, 15, 1–22, 1.

⁶⁵ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, I, 225, 11–12.

⁶⁶ *Ibidem*, II, 260, 1. Por. *Geoponica sive Cassiani Bassi Scholastici de re rustica eclogue*, II, 34, rec. H. Beckh, Lipsiae 1895 [dalej: *Geoponica*].

⁶⁷ *Apicius. A critical edition with an introduction and an English translation of the Latin recipe text Apicius*, IV, 4, 1–2; V, 5, 1–2, eds Ch. Grocock, S. Grainger, Devon 2006 [dalej: *De re coquinaria*].

Wracając jednak do samego ryżu, wypada dodać, że już Dioskurides traktował go jako składnik *poltos*⁶⁸, czyli, jak wskazują na to definicje słownikowe⁶⁹ i ekspertyza znawców kulinariów antycznych⁷⁰, jeszcze inny rodzaj zupy lub gęstej papki zbożowej gotowanej na wodzie, ale także na mleku⁷¹. Ogólny przepis na taką potrawę⁷² znaleźć można choćby u Aecjusza z Amidy, który utrzymywał, że przyrządza się ją na wodzie i doprawia solą, oliwą oraz *anethon*, czyli koprem ogrodowym. Do owego *poltos* dodaje się też, zamiast oliwy, świeżego tłuszczu kurzego lub gęsiego⁷³. W sumie receptura cytowana powyżej bardzo przypomina przytaczane wcześniej wskazówki dotyczące przyrządzania *chondros*. Taka potrawa musiała być stosunkowo popularna, ponieważ receptury na analogiczne danie zachowały się w literaturze *strictae* kulinarnej, a dokładniej w *De re coquinaria*, która *notabene* zawiera cztery przepisy na potrawy typu *polmos* (występujące tutaj pod nazwą *puls*⁷⁴). Trzeba ponownie zastrzec, że receptury te stanowić mogą jedynie analogię do *poltos* wymienianego przez Dioskuridesa, gdyż nie uwzględniają one ryżu, ale kaszę orkiszową zwaną *aliks*⁷⁵. Dla przykładu zatem i wyobrażenia sobie wchodzących w grę wariantów recepturalnych, warto przytoczyć jeden spośród nich⁷⁶. Autor przepisu poleca więc, by przesianą kaszę typu *aliks* zamoczyć i doprowadzić do wrzenia, gotując ją na wodzie. Gdy była już prawie miękka, dodawano oliwy, a po zgęstnieniu potrawy dokładnie ją rozcierano. Osobno przygotowywano dwa gotowane mózdzki i nieco posiekanego mięsa, oba składniki starannie rozcierano w moździerzu z równie dokładnie rozdrobnionym pieprzem, lubczykiem i nasionami kopru włoskiego (fenkułu). Do masy dolewano sosu rybnego i wina, a na-

⁶⁸ *Dioscuridis περὶ ἀπλῶν φαρμάκων*, II, 51, 3, 4, [w:] *Pedanii Dioscuridis Anazarbei de material medica libri quinque*, edidit M. Wellmann, vol. III, Berolini 1914 [dalej: *Dioskurides, Euporsista vel de simplicibus medicinis*].

⁶⁹ Lidell-Scott, s. 1436 (πόλτος).

⁷⁰ Por. charakterystyka terminu *puls* – A. Dalby, *Food*, s. 271. Potrawa ta była szeroko rozpowszechniona w kulturze grecko-rzymskiej. Spotykamy ją także na Wyspach Brytyjskich pod panowaniem Rzymian. Por. H.E.M. Cool, *Eating and drinking in Roman Britain*, Cambridge 2006, s. 75.

⁷¹ *Hesychii Alexandrini lexicon*, Γαλάξια, γ, 80, 2, post I. Albertum rec. M. Schmidt, vol. I–V, Ienae 1859–1868. Inne przykłady poniżej.

⁷² Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, IX, 42, 62.

⁷³ *Ibidem*, IX, 42, 62–66.

⁷⁴ *De re coquinaria*, V, 1, 1–4.

⁷⁵ Kasza z orkisz, ale też i z pszenicy płaskurki. Por. A. Dalby, *Food*, s. 127.

⁷⁶ *De re coquinaria*, V, 1, 1.

stępnie stawiano ją na ogniu. Gdy mózdzki i mięso były już gotowe, powoli łączono z nimi kaszę, tak by gotowa potrawa przypominała, zapewne bardzo gęstą, zupę.

Wracając jednak po raz kolejny do źródeł medycznych, należy zwrócić uwagę, że ryż gotowano nie tylko na wodzie, ale także na jakiegoś typu wywarze mięsnym. Na przykład Aecjusz z Amidy wspominał o ryżu przyrządzanym w rosole drobiowym⁷⁷. Nie precyzował jednak, czy potem podawało się go jako zupę, to znaczy wraz z wywarem, w którym go przyrządzano, czy też ten odlewano, a spożywano jedynie ziarna. Wobec zaświadczonej powyżej spójnej tradycji sądzimy jednak, że pierwsza opcja wydaje się wysoce prawdopodobna. Choć brak szczegółów na temat samego wywaru, można sobie także wyobrazić technologię jego przygotowywania na podstawie traktatów pozostawionych przez lekarzy starożytności i Bizancjum, zwłaszcza gdy ta zostanie wzbogacona zachowanymi, *sensu stricto* kulinarnymi informacjami. Po pierwsze, analogię do owego rosółu, o którym pisał słynny lekarz z VI w., stanowi tzw. biały wywar, *leukos dzomos*. Autorzy źródeł medycznych utrzymywali, że przygotowywano go z użyciem dobrej wody pitnej⁷⁸. Dodawano do niej nieco najlepszej oliwy i dokładano kopru ogrodowego oraz trochę pora. Umyte mięso wkładano do wody i gotowano. Gdy było na wpół miękkie, dosypywano soli. Dodać należy, że przepis na biały rosół jest obecny w większości dzieł medycznych. Zнали go na przykład Dioskurides⁷⁹, Galen⁸⁰, Orybazjusz⁸¹ i Aecjusz z Ami-

⁷⁷ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, VII, 32–33.

⁷⁸ Dostęp do zdrowej wody był w starożytności istotnym problemem. Por. A. Dalby, *Food*, s. 346–347; G. Clark, *Water in Antiquity*, „Antiquity” 1944, vol. XVIII, s. 1–15; J.A. López Férez, *Aspectos teóricos, empiricos y léxicos del agua en Galeno*, [w:] *Galen und das hellenistische Erbe. Verhandlungen des IV. Internationalen Galen-Symposiums veranstaltet vom Institut für Geschichte der Medizin am Bereich Medizin (Charité) der Humboldt-Universität zu Berlin 18.–20. September 1989*, Stuttgart 1993, s. 171–193. Por. M. Kokoszko, *Smaki*, s. 557–560. Ostatnio ukazało się dzieło podsumowujące badania nad zaopatrzeniem Konstantynopola w wodę, por. J. Crow, J. Bardill, R. Bayliss, *The water supply of Byzantine Constantinople*, London 2008. Wart odnotowania wkład w zbada-
nie tego problemu wniosła także Teresa Wolińska (*Zaopatrzenie Konstantynopola w wodę we wczesnym średniowieczu [IV–VII w.]*, [w:] *Człowiek w średniowieczu. Między biologią a historią*, red. A. Szymczakowa, Łódź 2009, s. 27–52; eadem, *Zaopatrzenie w wodę*, [w:] *Konstantynopol*, s. 433–462).

⁷⁹ Dioskurides, *De material medica*, II, 33, 1, 1–5.

⁸⁰ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 725, 6–13.

⁸¹ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 51, 6, 1–7, 3.

dy, a ich receptury w zasadzie nie różnią się między sobą. Po drugie, *De re coquinaria* zachowuje kilka przepisów, które są podobne do wyżej wymienionego wywaru. Na przykład podobną metodę gotowania mięsa odnajdujemy w jednym⁸² z przepisów na przyrządzanie kaczki⁸³, w którym czytamy, iż obgotowywano mięso tego ptaka w wodzie z solą i koprem ogrodowym. Traktat *De re coquinaria* zawiera też krótki przepis na gotowany bekon. Należało go poddawać temu procesowi w wodzie z dużą ilością kopru ogrodowego, z odrobiną oliwy oraz solą⁸⁴, a zatem także na sposób przypominający *leukos dzomos*.

Źródła medyczne mówią jednak nie tylko o, wspomnianym wyżej, ryżowym *poltos*. Znacznie częściej pojawia się w nich bowiem wzmianka o *chylos orydzes*. Nie definiują jednak tego terminu. Przyпускаjemy, że chodzi o rzadki wywar na ryżu, powstały w wyniku gotowania tego zboża. O pojęciu *chylos* pisze, na przykład, Galen rozważając zastosowania medyczno-kulinarne *chondros*. Z tekstu wynika, że miał on na myśli wywar z tego produktu, rozcieńczony dużą ilością wody, gotowany przez dłuższy czas w naczyniu postawionym na węglach drzewnych (a to w celu uzyskania temperatury niezbyt wysokiej i wyrównanej przez cały czas gotowania) i w trakcie tego procesu ciągle mieszany, przyprawiany jedynie szczyptą soli oraz niewielkim dodatkiem oliwy⁸⁵. Z tekstu wnioskować jednak można również, że niekiedy w skład wywaru wchodziły rozgotowane ziarna, które rozdrabniano tak, aby całość stanowiła formę emulsji. Płyn ten, czy też rzadka zupa, mógł być wypity w celach złagodzenia problemów z przewodem pokarmowym⁸⁶. Analogiczne są też informacje na temat *chylos ptisanes*, jakie znajdujemy u Orybazjusza, które zaczerpnął on z dorobku Antyllosa⁸⁷. Rzeczony *chylos* uzyskiwano rozcieńczając *ptisane* wodą (jedna część *ptisane* na piętnaście części wody), a uzyskany tak roztwór redukując do jednej piątej. Przed podaniem do picia płyn cedzono⁸⁸.

⁸² *De re coquinaria*, VI, 2, 1.

⁸³ *Ibidem*, VI, 2, 1–6.

⁸⁴ *Ibidem*, VII, 9, 4.

⁸⁵ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 497, 5–12.

⁸⁶ *Ibidem*, 497, 14–498, 3.

⁸⁷ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, IV, 11, 1, 1–14, 4.

⁸⁸ *Ibidem*, IV, 11, 4, 1–4.

Przypuszczamy także, że taki *chylos* mógł być określany za pomocą innych terminów, na przykład nazywany *afepsema*, jak uczynił to Paweł z Eginety⁸⁹.

Z danych medycznych wynika, że ryż gotowano także na mleku. Warto dodać, iż to ostatnie było szeroko stosowane w dietetyce antyku i wczesnego Bizancjum, a bizantyńskie traktaty medyczne szły w swych ocenach za ustaleniami Galena wyłożonymi w *De alimentorum facultatibus*⁹⁰. Nic dziwnego, że zarówno Orybazjusz⁹¹, jak i Aecjusz z Amidy⁹², Antimus⁹³ oraz Paweł z Eginety⁹⁴ powoływali się w swoich pracach na doktryny swego mistrza. Aleksander z Tralles⁹⁵, choć nie zacytował go dosłownie, pozostawał również w kręgu naśladowców wielkiego Pergamończyka. Mleko było uważane przez autorów traktatów medycznych za napój dobrze wpływający na organy mieszczące się w klatce piersiowej⁹⁶. Zbyt częste delektowanie się nim powodowało jednak bóle głowy, przyczyniało się do produkcji gazów, szkodziło na wątrobę i sprzyjało formowaniu się kamienia w układzie moczowym⁹⁷. By zmniejszyć jego negatywne działanie, doradzali oni dodawanie do niego skrobi, *amylonu*, maki *semidalis*, a także ryżu *etc.*⁹⁸

Przepisy nawiązujące do gotowania ryżu na mleku są dość nieprecyzyjne. Zwykle bowiem medycy pisali o tym zbożu niejako na marginesie rozważań na temat polepszenia właściwości mleka. Ciekawe, że Aecjusz z Amidy nazywał zupę powstałą w wyniku gotowania ryżu na mleku *poltos*⁹⁹, jednak w jego rozważaniach brak jest receptury tej potrawy. Być może światło na technologię stosowaną przez kucharzy rzucają medyczne rozważania dotyczące metod gotowania samego mleka. Ponieważ przypalało się ono, przy-

⁸⁹ Paweł z Eginety, *Epitome*, V, 61, 1, 5. Medyk stosuje też termin *χυλός* (*chylos*); por. *ibidem*, II, 57, 1, 25.

⁹⁰ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 681, 11–689, 7.

⁹¹ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, II, 59, 1, 1–14, 5.

⁹² Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, II, 87, 1–91, 3.

⁹³ Antimus, *De observatione ciborum*, 75–76.

⁹⁴ Paweł z Eginety, *Epitome*, I, 86, 1, 1–10.

⁹⁵ Aleksander z Tralles, *Therapeutica*, I, 539, 16–545, 18. Na temat tego lekarza por. Z. Gajda, *op. cit.*, s. 179; A. Garzya, *Alexander v. Tralles*, [w:] *Antike Medizin*, kol. 27–28.

⁹⁶ Właściwość tę podkreśla Antimus (*De observatione ciborum*, 76).

⁹⁷ Paweł z Eginety, *Epitome*, I, 86, 1, 3–5.

⁹⁸ Antimus, *De observatione ciborum*, 76; Paweł z Eginety, *Epitome*, I, 88, 1, 6–8.

⁹⁹ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, IX, 20, 50–57.

wierając do porowatych ścian glinianych naczyń w czasie gotowania na otwartym ogniu, a nadto kipiało, częściej niż na palenisku podgrzewano je wrzucając do naczynia, w którym się znajdowało, gorące kamienie lub dyski metalowe, rozgrzane do czerwoności¹⁰⁰. Najbardziej szczegółowe zalecenia w kwestii gotowania ryżu na mleku pozostawił nam Antimus. Zgodnie z jego rekomendacjami należało ugotować ryż do miękkości w wodzie, następnie odcedzić, zalać kozim mlekiem i gotować do momentu aż całość zgęstnieje¹⁰¹.

Warto dodać, że potrawy z ryżu mogły być niekiedy dosładzane. Wniosek ten wynika z licznych wzmianek w źródłach medycznych, których autorzy rekomendują dodawanie do tego produktu słodkiego wina (albo moszczu) oraz miodu. Przykładem właśnie tego typu rad są rozważania Antimusa¹⁰². Od Aecjusza z Amidy wiemy też, że znana była również metoda gotowania tego zboża w, lub z dodatkiem, wodzie z miodem, czyli *melikratonie*¹⁰³. Potem słodząco potrawy z ryżu także cukrem, o czym świadczy dobitnie cytowana wyżej opinia Symeona Setha dotycząca pozytywnego wpływu takiej potrawy na ogólny stan zdrowia i cerę. Do potraw z ryżu dodawano też masło¹⁰⁴. Zgodnie z informacjami pozostawionymi przez Galena zboże to gotowane z dodatkiem wspomnianego tłuszczu, podawane było przy rozvolnieniach i ogólnym osłabieniu powiązanym z niechęcią do przyjmowania pokarmu¹⁰⁵.

Jak dowiadujemy się z jednego z antycznych komentarzy, dotyczącego komedii Arystofanesa *Ryccerze*, ryż mógł być jednym ze składników potrawy zwanej *thrion*¹⁰⁶. Aby ją przyrządzić, należało ugotować w garnku w odpowiednich ilościach pszeniczną kaszę, ryż lub najlepszego gatunku mąkę pszenną. Następnie wylewano wodę i ugniatano masę wraz z miękkim serem i kilkoma jajami.

¹⁰⁰ Antimus, *De observatione ciborum*, 75; Paweł z Eginu, *Eptome*, I, 88, 1, 6–8.

¹⁰¹ Antimus, *De observatione ciborum*, 70. Por. współczesną recepturę na tę samą potrawę opracowaną przez M. Granta, *Roman cookery. Ancient recipes for modern kitchens*, London 2002, s. 154 [dalej: *Roman cookery*].

¹⁰² Antimus, *De observatione ciborum*, 76.

¹⁰³ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, VIII, 31, 18. Wzmianka o μελίκρατον (*melikraton*) nie łączy jednak tej praktyki z przyrządzaniem ryżu na mleku.

¹⁰⁴ Galeni *de compositione medicamentorum secundum locos libri*, 170, 5–6, [w:] *Claudii Galeni opera omnia*, ed. D.C.G. Kühn, vol. XII–XIII, Lipsiae 1826–1827 [dalej: Galen, *De compositione medicamentorum secundum locos*].

¹⁰⁵ Galen, *De compositione medicamentorum secundum locos*, 169, 7–169, 9.

¹⁰⁶ A. Dalby, *On thria*, „Petits Propos Culinaires” 1989, No 31, s. 56–57.

Całość zawijano w figowe liście i związywano jutą – rośliną o wytrzymałych włóknach – papirusem lub lnem i gotowano w mięsny bulionie. Po wyjęciu z garnka zdejmowano liście, produkt układano na patelni i smażyono w świeżym miodzie do momentu zbrązowienia masy. Potrawę podawano z dodatkiem świeżego miodu lub tego, w którym smażyono danie. Nazwa posiłku pochodzi od greckiego słowa oznaczającego liście figowca¹⁰⁷, a popularność tego typu potraw jest zaświadczona przez cały okres nie tylko starożytności, ale także Bizancjum¹⁰⁸. Echa podanego przepisu możemy odnaleźć we współczesnej greckiej kuchni, bogatej w różne wariacje smakołyku o nazwie *dolmadákia*. Są to nadziewane farszem na bazie ryżu i przypraw liście winogron, które dusi się w zalewie z wody i oliwy z oliwek¹⁰⁹.

Mimo że, jak już wspominaliśmy, Galen zaliczył ryż do tzw. *ospria*, czyli produktów, które nie nadają się do przyrządzania chleba¹¹⁰, wiemy, że z ziaren ryżu przygotowywano wypieki. Atenajos z Naukratis wymienił bowiem gatunek chleba, który nazywał się *orindes artos*. Wzmiankował go Sofokles w swym *Triptolemosie*, a wedle autora *Deipnosophistów* sporządzano go właśnie z ryżu¹¹¹ albo z jakiegoś rodzaju ziarna rosnącego w Afryce, które było podobne do sezamu¹¹². Ten sam autor przytoczył także fragmenty dzieła *O wypiekach (Artopoikos)*¹¹³ Chryzypa z Tiany, specjalisty od pieczenia ciast, nazwanego *pemmatologos*¹¹⁴, który wyliczył tam wiele rodzajów ciast, tak zwanych *plakountes*, wśród których znajduje się między innymi placek ryżowy, *plakousorydzites*¹¹⁵.

¹⁰⁷ *Scholia in Aristophanis equites vetera et recentiora Triclinii*, 954b, 1–10, [w:] *Scholia in Aristophanem. Scholia in equites scholia vetera et recentiora Triclinii*, ed. D.M. Jones, N.G. Wilson, Groningen 1969. Por. uwspółcześnioną wersję tego smakołyku, której recepturę opracował wzmiankowany wcześniej Mark Grant (*Roman cookery*, s. 94).

¹⁰⁸ A.N.J. Louvaris, *Fast and abstinence in Byzantium*, [w:] *Feast, fast or famine. Food and drink in Byzantium*, eds W. Mayer, S. Trzcionka, Brisbane 2005, s. 189–196.

¹⁰⁹ *Culinaria Greece. Greek specialtes*, ed. M. Milona, Cambridge 2008, s. 91, 278–279.

¹¹⁰ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 524, 11–16.

¹¹¹ Atenajos z Naukratis, *Deipnosophisci*, III, 110 e (75, 32, Kaibel).

¹¹² *Ibidem*, III, 110 e (75, 32–34, Kaibel).

¹¹³ *Ibidem*, XIV, 647 c (57, 1–3, Kaibel).

¹¹⁴ *Ibidem*, XIV, 648 a (57, 50, Kaibel).

¹¹⁵ *Ibidem*, XIV, 647 d (57, 16, Kaibel).

Wreszcie trzeba odnotować, że ryżu używano również do zagęszczania sosów. Dowód stanowią dwa zachowane w *De re coquinaria*¹¹⁶ przepisy na sos krochmalowy (*amulatum*), którego składnikiem był ryż, a woda, w której wcześniej gotowano zboże, miała nadać owemu sosowi odpowiednią konsystencję. Zgodnie z pierwszą recepturą¹¹⁷ należało połączyć ze sobą gęsty sos pieprzowy, powstały z utartego, namoczonego dzień wcześniej w wodzie pieprzu i sosu ze sfermentowanych ryb (*liquamen*) wraz z syropem otrzymanym z pigw pospolitych lub moszczem figowym i krochmallem rozcieńczonym wodą bądź kleikiem ryżowym (*oryzae sucus*). Drugi rodzaj sosu¹¹⁸ przyrządzano na bazie wywaru z kości kurczaka, do którego dodawano por, koper ogrodowy i sól. Po ugotowaniu tych składników dokładano pieprz, nasiona selera, utarty, wcześniej namoczony ryż, sos ze sfermentowanych ryb i wino z rodzynek lub gotowany moszcz winny (*defritum*). Sos należało podawać z pulpetami¹¹⁹.

Miejsce ryżu w antycznych i bizantyńskich procedurach medycznych pomiędzy I a VII w.

Zaprezentowane nieco wcześniej opinie na temat dietetycznych wartości ryżu sugerują także rolę, jaką przeznaczano mu w terapii niektórych dolegliwości.

Już Dioskurides traktował *poltos*, czyli wymienianą powyżej, gęstą zupełnie ugotowaną z wody oraz ziaren tego zboża jako lekarstwo dla osób cierpiących na dolegliwości przewodu pokarmowego, a zatem dla tak zwanych *koliakoi*, oraz dla tych, którzy zapadli na dysenterię, czyli dla *dysenterikoi*¹²⁰. Nie mówi on o żadnych dodatkach do rzeczonej potrawy, gdyż, jak chyba należy rozumieć, działanie terapeutyczne tego pokarmu oparte było na posiadanych

¹¹⁶ *De re coquinaria*, II, 2, 8–9. O apicyjskich sosach por. J. Solomon, *The Apician sauce. Ius Apicianum*, [w:] *Food in Antiquity*, eds J. Wilkins, D. Harvey, M. Dobson, Exeter 1995, s. 115–131, zwłaszcza 125 (gdzie autor omawia rolę ryżu jako zagęstnika potraw). Por. też J.P. Alcock, *Food in the ancient world*, Westport, Connecticut–London 2006, s. 34; P. Faas, *Around the Roman table*, transl. S. Whiteside, Chicago–London 2005, s. 181.

¹¹⁷ *De re coquinaria*, II, 2, 8.

¹¹⁸ *Ibidem*, II, 2, 9.

¹¹⁹ Interesujące informacje na temat roli ryżu w sztuce kulinarnej antyku por. N. Marinone, *Il riso nell'antichità greca*, Bologna 1992, s. 15–24.

¹²⁰ Dioskurides, *Euporsista vel de simplicibus medicinis*, II, 51, 3, 5–5.

przez sam ryż właściwościami ściągającymi i spowalniającymi pracę jelit. Skutkiem ich było więc łagodzenie objawów wymienionych dolegliwości, czyli spowalnianie zbyt szybkiego wydalania, które było objawem chorób jelit oraz dyzenterii.

Ten sam autor wspomina również o stosowaniu ryżu¹²¹ w przygotowywaniu specyfiku przeciwko parazytom. Gotowano go wtedy z rośliną zwaną *serifon*, czyli piołunem (*Artemisia absinthium*). Ziele to określano też jako morski piołun, a była to odmiana, jak pisał Dioskurides, rosnąca w Azji Mniejszej (a dokładniej w tej części Taurusu, który należy do Kapadocji) i w Egipcie¹²². *Serifon* gotowano wraz z ryżem, doprawiano miodem, a następnie podawano, jak należy chyba rozumieć słowa autora, jako lekarstwo kładące kres żywotowi pasożytów znajdujących się w przewodzie pokarmowym człowieka. Wydalane były one potem z organizmu, gdyż specyfik ten miał właściwości delikatnie przeczyszczające¹²³.

Wywar ryżowy, *chylos orydzes*¹²⁴, rekomendowany był z kolei do przepłukiwania jelit jako enema (lewatywa), gdy pacjenci cierpieli na bóle powodowane dolegliwościami przewodu pokarmowego¹²⁵. To zalecenie wydaje nam się zresztą oparte na stosunkowo utrwalonej praktyce medycznej z czasów Dioskuridesa, co można wnosić z powtórzenia tej samej doktryny raz jeszcze w *Euporsista vel de simplicibus medicinis*¹²⁶. Owe lewatywy łagodziły dolegliwości organów wewnętrznych powstałe zapewne w wyniku podrażnień i stanów zapalnych¹²⁷.

Z dzieł tego samego autorytetu dowiadujemy się również, że przy użyciu ryżu „podrabiano” odchody jaszczurek używane jako środek sprzyjający dobrej i rozświetlonej cerze. Mianowicie, karmiono tym zbożem szpaki, a ich odchody, które wyglądały podobnie do jaszczurczych, sprzedawano jako właściwy specyfik uzyskiwany z wymienionych powyżej gadów¹²⁸. Maść z odchodów szpaków przyjąć się zresztą musiała jako wystarczająco efektywny (i zapewne tańszy od swego pierwowzoru) środek kosmetyczno-terapeutyczny,

¹²¹ Dioskurides, *De material medica*, III, 23, 5, 7.

¹²² *Ibidem*, III, 23, 5, 1–3.

¹²³ *Ibidem*, III, 23, 5, 6–6, 1.

¹²⁴ Dioskurides, *Euporsista vel de simplicibus medicinis*, II, 44, 1, 3.

¹²⁵ *Ibidem*, II, 44, 1, 1–5.

¹²⁶ *Ibidem*, II, 54, 1, 1–5.

¹²⁷ *Ibidem*, II, 75, 1, 1–3.

¹²⁸ Dioskurides, *De material medica*, II, 80, 6, 1–6.

ponieważ wymieniana była potem przez większość literatury medycznej analizowanej w niniejszym studium.

Nic dziwnego zatem, że również Galen wzmiankuje znany nam już specyfik ze szpaczych odchodów¹²⁹. Jego słowa udowadniają, że używano ich jako składnika maści, która, jak zaświadcza to słowa lekarza, stosowana była nie tylko w celach kosmetycznych, o czym mówił Dioskurides, ale także na dolegliwości skórne pojawiające się na twarzy. Zwalczała ona zwłaszcza wysypki i liszaje, a skuteczna była nawet na zmiany spowodowane trądem (*efelis*)¹³⁰.

Dzieła Galena wskazują, że także w jego czasach przypisywano ryżowi pewne znaczenie w modyfikowaniu cech innych produktów spożywczych. Gdy słynny lekarz pisał o gotowaniu ryżu na mleku, zalecał dodanie do mleka ryżu i produktów o działaniu zagęszczającym¹³¹, jak bowiem pisał medyk z Peragmonu, mleko może doprowadzić do zablokowania wątroby i przyczynić się do powstawania kamieni w przewodach moczowych, a nadto jest wiatropędne¹³². Ryż pojawia się też w twórczości Galena jako pożądaný element diety w dolegliwościach przewodu pokarmowego, *stomachika pathe*. Dlatego, rozpatrując lekarstwa i sposoby odżywiania odpowiednie dla osób cierpiących na dolegliwości układu trawiennego i robiąc w tym celu wypisy z pierwszej księgi dzieła Archigenesa¹³³, ów słynny znawca dietetyki zalecał gotowanie ryżu z dodatkiem masła¹³⁴ i podawanie go, w ten sposób przyrządzonego, przy rozvolnieniach i ogólnym osłabieniu powiazanym z brakiem łaknienia¹³⁵. W tym samym rozdziale *De compositione medicamentorum secundum locos* odnajdujemy zresztą ponownie ryż, który wymieniany jest jako pokarm odpowiedni dla osób cierpiących na problemy z przewodem pokarmowym (*stomachikoí*). Brak tym razem jakichkolwiek danych na temat sposobu jego przyrządzania¹³⁶.

Nawiazując do opisanego już wyżej dwukrotnie lekarstwa ze szpaczych odchodów, warto wspomnieć, iż znał je także Orybajusz. Z tekstów jego wynika, że lekarz ten nie różnił się w swych

¹²⁹ Galen, *De simplicium medicamentorum temperamentis ac facultatibus*, 308, 6–7.

¹³⁰ *Ibidem*, 307, 18–308, 12.

¹³¹ Galen, *De alimentorum facultatibus*, 687, 11.

¹³² *Ibidem*, 687, 11–688, 1.

¹³³ Galen, *De compositione medicamentorum secundum locos*, 167, 3–176, 13.

¹³⁴ *Ibidem*, 170, 5–6.

¹³⁵ *Ibidem*, 169, 7–169, 9.

¹³⁶ *Ibidem*, 173, 8–13.

doktrynach od poprzednika i przewidywał zastosowanie odchodów szpaków żywionych jedynie ryżem¹³⁷ w leczeniu dolegliwości skórnych, a więc białej wysypki zwanej *leuke*, innego podrażnienia skóry, tym razem określanego jako *alfos*, trądu (*lepra*) oraz świerzbu (*psora*)¹³⁸. Co więcej, od Orybazjusza można się dowiedzieć, że ten sam składnik wchodził w skład receptury maści na liszaje (*leichen*)¹³⁹. Orybazjusz zresztą zaświadczył, że wiedzę swą zdobył robiąc wypisy z Galenowych rozważań na temat produktów zwierzęcych używanych w lecznictwie¹⁴⁰ i dodał, że rzeczony odchody stosuje się z racji ich właściwości oczyszczających i wysuszających¹⁴¹. Pozostając nadal na gruncie Orybazjuszowej dermatologii, warto wspomnieć, że zalecał on również *chylos*¹⁴² z ryżu do przygotowania kolejnej *sui generis* maści, a mianowicie *psilothron*¹⁴³, której zadaniem było usuwanie zbędnego owłosienia.

Orybazjusz pisał nadto o używaniu ryżu¹⁴⁴ do sporządzania enem, które stosowano do leczenia problemów gastrycznych zwanych ogólnie dyzenterią. Wiemy, że wiedzę w tej kwestii zawdzięczał Lykosowi¹⁴⁵. Zboże to warzono zatem podobnie do zupy z soczewicy, *fake*, ale także dodając do wywaru tłuszczu koziego¹⁴⁶. Inny raz Orybazjusz radził, by dyzenterię¹⁴⁷ leczyć za pomocą enem z wywaru ryżowego gotowanego z dodatkiem tłuszczu z kozłów i kóz¹⁴⁸.

Na koniec należy dodać, że Orybazjusz pisał o podawaniu azjatyckiego zboża¹⁴⁹ jako pokarmu w przypadkach krwawień z narządów rodnych kobiet, czyli tak zwanych *hyperkatharseis*¹⁵⁰. Owe stany osłabienia zdarzają się, gdy kobiety cierpią na przedłużające się krwawienia miesięczne, po porodzie lub poronieniu. Identyczna

¹³⁷ Orybazjusz, *Synopsis ad Eustathium filium*, VII, 48, 5, 1.

¹³⁸ *Ibidem*, VII, 48, 1, 1–6, 2.

¹³⁹ *Ibidem*, VII, 49, 1, 1–11, 1 (zwłaszcza *ibidem*, VII, 49, 4, 5–5, 1).

¹⁴⁰ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, XV, 2, 1, 1–70, 4.

¹⁴¹ *Ibidem*, XV, 2, 33, 1–34, 1.

¹⁴² Orybazjusz, *Synopsis ad Eustathium filium*, III, 167, 1, 1.

¹⁴³ *Ibidem*, III, 167, 1, 1–4.

¹⁴⁴ Orybazjusz, *Collectiones medicae*, VIII, 25, 3, 2

¹⁴⁵ *Ibidem*, VIII, 25, 1, 1–14, 2.

¹⁴⁶ *Ibidem*, VIII, 25, 28, 3

¹⁴⁷ Orybazjusz, *Eclogae medicamentorum*, 54, 1, 1–22, 6.

¹⁴⁸ *Ibidem*, 54, 16, 1–4.

¹⁴⁹ *Ibidem*, 147, 3, 2.

¹⁵⁰ *Ibidem*, 147, 1, 1–14, 10.

rada dotycząca tego samego zboża¹⁵¹ powtarza się w jego *Synopsis ad Eustathium filium*¹⁵². To zapewne jego właściwości ściągające czyniły omawiany produkt przydatnym w takiej właśnie diecie.

Także Aleksander z Tralles pozostawił nam kilka sugestii dotyczących wykorzystania lub unikania ryżu w dietach związanych z pewnymi dolegliwościami. Na przykład, podobnie do swych poprzedników, zaliczał ryż do produktów nadających się jako dodatek do mleka¹⁵³. W tym wypadku, tak jak wcześniej Galenowi, bez wątpienia chodziło mu o gotowanie ryżu na mleku¹⁵⁴ w celu poprawienia wartości dietetycznych tego ostatniego. Sugerował też, by podawać omawiane przez nas zboże¹⁵⁵, przy czym nie sprecyzował metody jego obróbki, gdy zdolność przyswajania pokarmu, czyli *kathektikos dynamis* organizmu, jest osłabiona z powodu zakłócenia równowagi humoralnej, czyli *dyskrasji*, spowodowanej przez wysoką temperaturę¹⁵⁶. Nadto Aleksander z Tralles przewidywał ryż¹⁵⁷ w diecie osób, które cierpią na karbunkuly (czyraki lub czyraki mnogie) pojawiające się w okolicach oczu lub na innej części ciała¹⁵⁸. Podawany miał on być wtedy jako dodatek do mięsa drobiowego¹⁵⁹, które szczególnie rekomendowane było przy omawianych przez lekarza dolegliwościach. Z kolei, gdy autor ten pisał o przypadkach *dyskrasji* zachodzącej w wątrobie, a spowodowanej nadmiarem ciepła w tym organie¹⁶⁰, radził, by unikać wywarów mięsnych, zwłaszcza tych, które gotowane są z dużą ilością tłuszczu, kminu, ryżu i innych dodatków, określanych jako *karykeiai*¹⁶¹.

¹⁵¹ Orybazyusz, *Synopsis ad Eustathium filium*, IX, 42, 2, 1–3, 1.

¹⁵² *Ibidem*, IX, 42, 1, 1–9, 1.

¹⁵³ Aleksander z Tralles, *Therapeutica*, II, 215, 24–217, 15.

¹⁵⁴ *Ibidem*, II, 217, 112.

¹⁵⁵ *Ibidem*, II, 251, 11.

¹⁵⁶ *Ibidem*, II, 251, 3–15.

¹⁵⁷ *Ibidem*, II, 61, 19.

¹⁵⁸ *Ibidem*, II, 59, 1–65, 28.

¹⁵⁹ *Ibidem*, II, 61, 12–16.

¹⁶⁰ *Ibidem*, II, 401, 13–407, 4.

¹⁶¹ *Ibidem*, II, 403, 13–15. Termin *karykeia* oznaczał zwykle przyprawy i inne luksusowe dodatki do potraw. Por. M. Kokoszko, *Krótki komentarz do kilku terminów urobionych od rzeczownika „karyke” (καρύκη)*, „Przegląd Nauk Historycznych” 2008, R. VII, nr 1, s. 5–20; idem, *Some technical terms from Greek cuisine in classical and Byzantine literature*, „Eos” 2009, t. XCV, s. 269–283. Pojęcie to zostało urobione od terminu oznaczającego słynną i luksusową potrawę znaną jeszcze w antyku. Por. idem, *Historia kuchni antycznej i bizantyńskiej*. Sos

Gdy chodzi o używanie produktów uzyskanych z ryżu w procedurach terapeutycznych, Aleksander z Tralles widział ich szerokie zastosowanie w sporządzaniu płynów do przepłukiwania narządów wewnętrznych. Pisał na przykład, że w przypadkach problemów z jelitem grubym¹⁶² sporządza się enemy, w skład których wchodzi wywar ryżowy, czyli *chylos orydzes*¹⁶³. Również chorującym na dyzenterię zalecał płukanie jelit wywarem z soczewicy lub ryżu¹⁶⁴ przed zastosowaniem tak zwanych *trochiskoi*¹⁶⁵, a zatem leczniczych tabletek czy też czopków. W kuracji tej samej dolegliwości przepisywał też środek do smarowania, czyli tak zwane *chrisma*¹⁶⁶. Rozdrabniano wtedy ryż z winem i przykładano uzyskaną masę, jak chyba należy rozumieć, na dolne partie brzucha i pleców, co miało przynosić ulgę pacjentom, którzy w związku z chorobą odczuwali ciągłą potrzebę wypróżniania się¹⁶⁷. W końcu Aleksander pisał, że za jego czasów *chylos* z ryżu¹⁶⁸ używany był też w kuracjach podagry i obrzmień na kończynach. Z płynem mieszano pozostałe składniki lekarstwa zwanego *psilothron podagrikon*¹⁶⁹, a emulsja powstała w taki sposób przykładana była na obrzmiale na skutek podagry miejsca¹⁷⁰.

Kolejny wybitny lekarz, mianowicie Aecjusz z Amidy, poświęcił wyjątkowo dużo miejsca ryżowi jako składnikowi lekarstw. Z jego dzieł widać jasno, że sposobów wykorzystania tego produktu w medycynie było w VI w. stosunkowo wiele. Powrócił Amideńczyk do znanego już zastosowania omawianego zboża¹⁷¹ przy sporządzaniu wywaru wykorzystywanego do nadania odpowiedniej konsystencji środkom usuwającym nadmierne owłosienie, czyli *psilothra*. Zmieszany z nimi tworzył rodzaj maści wystarczająco gęstej, by można nią było pokryć wymagające kuracji miejsca¹⁷². Tekst *Iatricorum libri* podpowiada, że wiedzę na temat tych substancji Aecjusz z Amidy

karyke (καρύκη). Komentarz do Chronografii Michała Pselloso, „Przegląd Nauk Historycznych” 2006, R. V, nr 2 (10), s. 167–178.

¹⁶² Aleksander z Tralles, *Therapeutica*, II, 423, 9–21.

¹⁶³ *Ibidem*, II, 423, 14.

¹⁶⁴ *Ibidem*, II, 427, 23.

¹⁶⁵ *Ibidem*, II, 427, 3–28.

¹⁶⁶ *Ibidem*, II, 437, 1–439, 12.

¹⁶⁷ *Ibidem*, II, 437, 8–9.

¹⁶⁸ *Ibidem*, II, 545, 19–20.

¹⁶⁹ *Ibidem*, II, 545, 16–547, 7.

¹⁷⁰ *Ibidem*, II, 545, 24–25.

¹⁷¹ Aecjusz z Amidy, *Iatricorum libri*, VI, 64, 4.

¹⁷² *Ibidem*, VI, 64, 1–4.

zaczepnął od Kritona, który w swym dziele o środkach upiększających, znanym pod tytułem *Kosmetika*¹⁷³, podawał kilka przepisów na specyfik omawiany potem również przez Aecjusza¹⁷⁴. Ponadto wywar z ryżu, *chylos orydzes*¹⁷⁵, używany był w analogiczny sposób przy leczeniu podagry¹⁷⁶. Dodawano do niego poszczególne substancje składające się na specyfik, który, w postaci emulsji czy może maści, wcierany był potem w nogi lub inne miejsca zaatakowane przez tę chorobę¹⁷⁷.

Aecjusz z Amidy, podobnie zresztą do swoich poprzedników, wymieniał i opisywał liczne lewatywy z dodatkiem wywaru ryżowego. Zalecał je, na przykład, w przypadku tak zwanej *synteksis*¹⁷⁸. Definicja tego pojęcia wskazuje, że rozumiano pod nim rodzaj wydaliny z przewodu pokarmowego, która w swej naturze podobna jest do żółci. Charakteryzuje się ona nieprzyjemnym zapachem i ma konsystencję oliwy. Nie jest jednak produktem powstałym w efekcie trawienia pokarmów, ale jawi się raczej jako skutek samotrąwienia tkanek organizmu, a zwłaszcza stopienia tkanki tłuszczowej spowodowanego nadmierną gorączką¹⁷⁹. Właśnie w rzeczonej chorobie Aecjusz z Amidy zarekomendował ciepłe enemy z wywaru sporządzonego ze zboża, o którym piszemy¹⁸⁰.

Amideńczyk włączył do swego dzieła także wypisy z dzieła Didymosa *O gorączkach*¹⁸¹, traktujące na temat leczenia chronicznej dyzenterii¹⁸². Wywar z ryżu określany jako *chylos*, wedle obu autorów medycznych nadawał się do przepłukiwania przewodu pokarmowego wtedy, gdy w wyniku wcześniejszych procedur lekarskich lub samej choroby doszło do podrażnienia bądź uszkodzenia tkanek (*anadora*)¹⁸³. *Chylos* z ryżu ponownie wystąpił u Aecjusza z Amidy jako specyfik przydatny w leczeniu dyzenterii, gdy, robiąc wypisy z dzieł Orybazjusza¹⁸⁴, wzmiankował on tenże wywar jako

¹⁷³ *Ibidem*, VI, 64, 5.

¹⁷⁴ *Ibidem*, VI, 64, 5–23.

¹⁷⁵ *Ibidem*, XII, 69, 7–8.

¹⁷⁶ *Ibidem*, XII, 69, 1–34.

¹⁷⁷ *Ibidem*, XII, 69, 7–10.

¹⁷⁸ *Ibidem*, IX, 36, 1–25.

¹⁷⁹ *Ibidem*, IX, 36, 1–8.

¹⁸⁰ *Ibidem*, IX, 36, 19–22.

¹⁸¹ *Ibidem*, IX, 42, 128.

¹⁸² *Ibidem*, IX, 42, 120–281.

¹⁸³ *Ibidem*, IX, 42, 132–133.

¹⁸⁴ *Ibidem*, IX, 42, 327–335.

nośnik do lekarstw, to znaczy czopków czy też tabletek zwanych *trochiskoi*. W płynie tym rozpuszczało się czy też rozmiękczało lekarstwa, a następnie wprowadzało je do wnętrza jelita¹⁸⁵.

Ryż uwzględniany jest również w dorobku Aecjusza z Amidy jako pokarm przydatny przy leczeniu innych dolegliwości. Będąc produktem o właściwościach ściągających, podawany był osobom, które cierpiały na krwotoki¹⁸⁶, zwłaszcza, jak eksponował to sam Aecjusz, z miejsc, w których w wyniku procedur chirurgicznych doszło do przerwania tkanek, lub gdy u pacjentów dochodziło do krwotoków z przewodu pokarmowego¹⁸⁷. Amideńczyk szedł także za radami Filumenosa, które zresztą, jak zostało to już udokumentowane, nie były obce i innym medykom, by gotować ryż z mlekiem do konsystencji zupy (*poltos*)¹⁸⁸ i podawać tak przygotowany pokarm cierpiącym na bulimię¹⁸⁹. Z kolei w księdze II *Iatricorum libri*, autor rekomendował gotowanie ryżu¹⁹⁰ na mleku¹⁹¹ w celu polepszenia właściwości tego ostatniego produktu. We fragmencie tym powtórzył opinie Galena, że dzięki omawianemu zbożu mleko staje się mniej wiatropędne i bardziej pożywne, a nadto nadaje się do podawania w dietach osobom cierpiącym na problemy przewodu trawienego, klatki piersiowej i głowy spowodowane napływem w te miejsca nadmiaru niekorzystnych soków. Przygotowane tym sposobem nie szkodzi też innym organom wewnętrznym (na przykład nie powoduje blokad w wątrobie ani też kamieni w nerkach). Dodać wypada, że pisząc o wykorzystaniu ryżu w dietach odpowiednich przy różnych chorobach przewodu pokarmowego, Aecjusz z Amidy wzmiankował gotowanie zupy ryżowej na mleku jako potrawy właściwej dla chorych na dyzenterię¹⁹², a przytaczając ten przepis powołał się na autorytet Archigenesa¹⁹³. Obok zup z ryżu przyrządzanych na mleku zalecał też przy wspomnianej chorobie gotowanie ich na wodzie z dodatkiem odrobiny soli, oliwy (a lepiej tłuszczu kurzego bądź gęsiego) oraz kopru ogrodowego. Takie potrawy mają działanie wysuszające, a zatem przyczyniają się do usu-

¹⁸⁵ *Ibidem*, IX, 42, 331–332.

¹⁸⁶ *Ibidem*, VIII, 69, 1–89.

¹⁸⁷ *Ibidem*, VIII, 69, 74–77.

¹⁸⁸ *Ibidem*, IX, 20, 50–57.

¹⁸⁹ *Ibidem*, IX, 20, 1–61.

¹⁹⁰ *Ibidem*, II, 97, 9.

¹⁹¹ *Ibidem*, II, 97, 1–11.

¹⁹² *Ibidem*, IX, 42, 56–58.

¹⁹³ *Ibidem*, IX, 42, 1–108.

niecia nadmiaru soków występujących przy tej chorobie¹⁹⁴. Podobnie do Dioskuridesa, Aecjusz przewidywał udział omawianego zboża¹⁹⁵ w diecie zalecanej osobom cierpiącym na chroniczne problemy z przewodem pokarmowym (a zatem dla *koliakoī*)¹⁹⁶. Spożywanie posiłków z dodatkiem ryżu rekomendowane było przez tegoż autora również w sytuacji, gdy chorzy cierpieli na nadmiar flegmy w organizmie¹⁹⁷. Sugerował im on wtedy pokarmy z natury swej wysuszające i o niewielkiej wartości odżywczej¹⁹⁸, a wśród nich *chylos orydzes*, które to pojęcie zapewne należałoby tutaj identyfikować jako rzadką zupełną ryżową. W związku ze swymi właściwościami wysuszającymi ryż nadawał się także jako element pożywienia odpowiedniego w diecie cierpiących na paradontozę¹⁹⁹, która, jak uważano, sama spowodowana jest nadmiarem wilgoci w dżdżalach. Wtedy gotowano wywodzące się z Azji zboże z dodatkiem *melikratos*²⁰⁰. Ryż przewidywany był także przez Aecjusza z Amidy jako pożywienie dla osób cierpiących na rakowate owrzodzenia oczu. Lekarz ten zalecał wtedy gotowanie dalekowschodniego zboża w rosole drobiowym²⁰¹. Informacje na ten temat zaczerpnął Bizantyńczyk z dzieła Demostenesa²⁰².

W końcu Aecjusz polecał ryż z dodatkiem *oksykraton*²⁰³ w przypadkach *hyperkatharsis*²⁰⁴, czyli osłabienia spowodowanego zbyt długimi krwawieniami miesięcznymi, porodami lub poronieniami. Zarówno zawartość merytoryczna, jak i słownictwo użyte przez omawianego autora stanowi analogię do cytowanych już fragmentów dzieł Orybazjusza. Wreszcie warto wiedzieć, że Aecjusz w swej ginekologii pisał także o zastosowaniu ryżu w diecie kobiet cierpiących na tzw. *syrraksis* w tej części ciała, która umiejscowiona jest pomiędzy otrzewną i organami wewnętrznymi²⁰⁵. Zapewne myślał on o powstałych na narządach wyczuwalnych, wrzodziejących

¹⁹⁴ *Ibidem*, IX, 42, 62–67.

¹⁹⁵ *Ibidem*, IX, 35, 179–180. Doktryny te zapożyczone zostały od Archigenesa.

¹⁹⁶ A e c j u s z z A m i d y, *Iatricorum libri*, IX, 35, 158–203.

¹⁹⁷ *Ibidem*, XII, 37, 1–56.

¹⁹⁸ *Ibidem*, XII, 37, 22–23.

¹⁹⁹ *Ibidem*, VIII, 31, 1–92.

²⁰⁰ *Ibidem*, VIII, 31, 17–19.

²⁰¹ *Ibidem*, VII, 33, 32–34.

²⁰² *Ibidem*, VII, 33, 1–49.

²⁰³ *Ibidem*, XVI, 62, 19–20.

²⁰⁴ *Ibidem*, XVI, 62, 1–53.

²⁰⁵ *Ibidem*, XVI, 100, 1–19.

stwardnieniach²⁰⁶, które mają swoje ujście na powierzchni ciała i z których wydobywa się ropa²⁰⁷. Zalecał wtedy pokarmy nie powodujące zakłócenia równowagi humoralnej i trudne do wydalenia, zwłaszcza przez perspirację²⁰⁸.

Kolejny autorytet medyczny VI w., mianowicie Antimus, rekomendował staranne gotowanie ryżu na wodzie. Inaczej, to znaczy, gdy nie był on wystarczająco miękki, skutki jego zjedzenia mogły być dla organizmu niepożądane. Właściwie przyrządzony jednak był wyjątkowo przydatny w leczeniu dyzenterii²⁰⁹.

Paweł z Eginę nie zmienił nic w doktrynach lekarskich, gdy chodzi o zastosowanie ryżu do celów terapeutycznych. Wywar z tego zboża, określany jako *chylos*²¹⁰, był przez niego zalecany do rozpuszczania *trochiskoi*, szczegółowo scharakteryzowanych we fragmencie księgi VII²¹¹, których, jak sam to precyzuje w swym wykładzie, rozróżnia trzy rodzaje: do picia²¹², do wprowadzenia do przewodu pokarmowego za pomocą wstrzyknięcia do jelita²¹³ oraz te, które wciera się w powierzchnię ciała²¹⁴.

Autor poświęcił też nieco uwagi enemom, które w swych recepturach przewidują zastosowanie ryżu. Tak jak i jego poprzednicy, Paweł zalecał lewatywy²¹⁵ z wywaru ryżowego z dodatkiem tłuszczu kóz i kozłów²¹⁶, które stosuje się, jak utrzymywał, w przypadkach uporczywych parć²¹⁷ typowych dla dyzenterii²¹⁸. Nadto Egineta zalecał użycie *chylos orydzes*²¹⁹ w lewatywach rekomendowanych w przypadkach dolegliwości, których zewnętrznym objawem są ostre w smaku i wodniste wydaliny z przewodu pokarmowego, występujące, jak to ujął, u osób cierpiących na gorączkę²²⁰. Analo-

²⁰⁶ *Ibidem*, XVI, 100, 2.

²⁰⁷ *Ibidem*, XVI, 100, 8.

²⁰⁸ *Ibidem*, XVI, 100, 16.

²⁰⁹ Antimus, *De observatione ciborum*, 70.

²¹⁰ Paweł z Eginę, *Epitome*, VII, 12, 1, 16.

²¹¹ *Ibidem*, VII, 12, 1, 1–27.

²¹² Po rozpuszczeniu w odpowiednim płynie.

²¹³ Także po rozpuszczeniu lub rozmiękczeniu.

²¹⁴ Paweł z Eginę, *Epitome*, VII, 12, 1, 1–2.

²¹⁵ *Ibidem*, III, 42, 4, 1.

²¹⁶ *Ibidem*, III, 42, 4, 2–3.

²¹⁷ *Ibidem*, III, 42, 4, 1–2.

²¹⁸ *Ibidem*, III, 42, 1, 1–6, 14.

²¹⁹ *Ibidem*, II, 57, 1, 25.

²²⁰ *Ibidem*, II, 57, 1, 1–31.

giczne środki oparte na wywarze z ryżu²²¹ zalecane były także po podaniu, gwałtownych w swym działaniu, preparatów uzyskanych z owada *Cantharis vesicatoria*, który znany jest dziś powszechnie jako hiszpańska mucha²²². Preparaty ryżowe znajdują także zastosowanie w ginekologii. Paweł z Egiptu mówił o *chylos* z omawianego zboża²²³ jako o składniku płukanek, których używano do leczenia bolesnych²²⁴ upławów u kobiet²²⁵. Środek ów wprowadzano za pomocą urządzenia służącego do wstrzykiwania leczniczych płynów do macicy, które nazywano *metrenchylos*²²⁶, a w płukance dodatkowo rozpuszczano lekarstwa uśmierzające ból²²⁷. Paweł rekomendował nadto, jak rozumiemy, doustne podawanie wywaru z ryżu, który tym razem nazywa *afepsema*²²⁸, osobom, które wypłyły lekarstwa powodujące jednocześnie ból brzucha, jak na przykład arszenik, napar z rośliny portulaka (*andrachne*) czy rozpuszczony gips²²⁹.

Gdy chodzi o zastosowanie zewnętrzne, Paweł wskazywał *chylos* z ryżu²³⁰ jako składnik lekarstwa wcieranego w powierzchnię ciała osobom cierpiącym na podagrę²³¹. Określano je jako *psilothron podagrikon*. Ów wywar z ryżu był w nim używany obok *ptisane*. Lekarz uważał również ryż²³² za składnik efektywnych środków na dolegliwości skórne, których skutkiem jest swędzenie²³³. Rozdrabniano go wtedy i wraz z innymi składnikami uciecano na rodzaj maści, którą potem wcierano w czasie zabiegów przeprowadzanych na chorym w łaźni²³⁴. W końcu wypada dodać, że Paweł znał także inną maść, do sporządzenia której używano odchodów szpaków karmionych ryżem²³⁵, a która zalecana była

²²¹ *Ibidem*, V, 31, 1, 12.

²²² Paweł z Egiptu, *Epitome*, V, 31, 1, 1–18. Na temat wiedzy antyku o tym owadzie por. I.C. Beavis, *Insects and other invertebrates in Antiquity*, Exeter 1988, s. 168–171.

²²³ Paweł z Egiptu, *Epitome*, III, 63, 2, 9–10.

²²⁴ *Ibidem*, III, 63, 2, 9.

²²⁵ *Ibidem*, III, 63, 1, 1–2, 16.

²²⁶ *Ibidem*, III, 63, 2, 9.

²²⁷ *Ibidem*, III, 63, 2, 10–11.

²²⁸ *Ibidem*, V, 61, 1, 5.

²²⁹ *Ibidem*, V, 61, 1, 1–6.

²³⁰ *Ibidem*, VII, 13, 22, 6.

²³¹ *Ibidem*, VII, 13, 22, 1–11.

²³² *Ibidem*, IV, 4, 3, 8.

²³³ *Ibidem*, IV, 4, 3, 1–12.

²³⁴ *Ibidem*, IV, 4, 3, 8–12.

²³⁵ *Ibidem*, IV, 3, 1, 6; *ibidem*, IV, 6, 1, 1, 12–13.

przez niego zarówno na białe, jak i ciemne wysypki²³⁶. Jego dorobek wskazuje też, że specyfik wykonany na analogicznej bazie składników²³⁷ uważano za efektywny środek na liszaje²³⁸.

Także i autor *Epitome* zalecał spożycie ryżu w dietach leczniczych. Rozdział mówiący o cierpiących na krwotoki²³⁹ zawiera pod koniec fragment wyliczający pokarmy odpowiednie dla tych właśnie chorych²⁴⁰. Wzmiankowany jest tam również i ryż z dodatkiem *oksykraton*²⁴¹, a powodem, dla którego został tu wymieniony, są właściwości wysuszające i ściągające tego zboża²⁴². Paweł z Eginy pisał też, że ryż w (czy też raczej z dodatkiem) *oksykraton*²⁴³ winien być podawany kobietom osłabionym długotrwałymi i nazbyt obfitymi krwawieniami z narządów rodnych²⁴⁴. Rada ta powtarza *verbatim* ustalenia jego poprzedników. Fragment niniejszego artykułu dotyczący dorobku Pawła z Eginy w interesującym nas zakresie wypada zakończyć stwierdzeniem, że ten autorytet medyczny pisał także o gotowanym ryżu²⁴⁵ w rozdziale traktującym o leczeniu biegunki i innych chronicznych zakłóceń pracy przewodu pokarmowego, które definiował jako *koliake diathesis*²⁴⁶. Egineta przewidywał bowiem w takich przypadkach (gdy wydaliny owych pacjentów, czyli *koliakoi*, mają ostry posmak i inne cechy przypisywane żółci) podawanie cierpiącym pokarmów o właściwościach ściągających²⁴⁷, gotowanych z substancjami dodatkowo wzmacniającymi tę cechę pożywienia. Dlatego właśnie doradzał, żeby w czasie przyrządzania potraw, takich jak ryż, dodawać do niego gruszek, pigw, nieszpułek i temu podobnych dodatków²⁴⁸.

Powyższe dane pokazują, że ryż, będąc jednym z najmniej popularnych zbóż pod względem wielkości zajmowanego areалу upraw

²³⁶ *Ibidem*, IV, 6, 1, 1–4, 10.

²³⁷ *Ibidem*, IV, 3, 1, 6–7.

²³⁸ *Ibidem*, IV, 3, 1, 1–14.

²³⁹ *Ibidem*, III, 59, 9, 1–11, 8.

²⁴⁰ *Ibidem*, III, 59, 11, 1–8.

²⁴¹ *Ibidem*, III, 59, 11, 3.

²⁴² *Ibidem*, III, 59, 11, 2.

²⁴³ *Ibidem*, III, 62, 1, 9.

²⁴⁴ *Ibidem*, III, 62, 1, 1–3, 11.

²⁴⁵ *Ibidem*, III, 40, 5, 2.

²⁴⁶ *Ibidem*, III, 40, 1, 1–5, 11.

²⁴⁷ *Ibidem*, III, 40, 5, 3.

²⁴⁸ *Ibidem*, III, 40, 5, 3–4. Podsumowanie zastosowań ryżu w terapii por. N. Marinone, *op. cit.*, s. 25–39.

i liczby zastosowań w życiu codziennym ludzi zamieszkujących obszar basenu Morza Śródziemnego w czasach antyku i wczesnego średniowiecza, był jednak traktowany z uwagą przez ówczesnych lekarzy, poczynawszy od Dioskuridesa i Galena, a na Symeonie Sethu skończywszy. Specjaliści doceniali jego zbawienny wpływ na niektóre schorzenia, takie jak problemy z funkcjonowaniem przewodu pokarmowego, dyzenteria, krwotoki (również te związane z cyklem miesięcznym kobiet), a także istotne znaczenie dla zachowania zdrowego wyglądu skóry. Jednocześnie przestrzegali przed stosowaniem go w razie innych dolegliwości, spośród których najważniejsze wydają się kłopoty ze zbyt wolną pracą układu trawiennego. Zdecydowanie gorzej oceniali natomiast ryż jako produkt spożywczy, konstatując jego niską pożywność.

Stosunek do ryżu jako do pokarmu ulegał na przestrzeni stuleci zmianom na lepsze. Zboże to z upływem czasu „przeszczepiano” na kolejne terytoria, do czego przyczyniły się szczególnie nowe warunki zaistniałe po arabskich podbojach (tzw. arabska rewolucja rolnicza), choć, co istotne, już wcześniej, bo w VI w., zaczęło przybywać o nim wzmianek w greckich źródłach. Być może owo stosunkowo duże zainteresowanie medycyny omawianym zbożem winno być interpretowane jak symptom wzrastającej popularności ryżu na obszarach należących do Bizancjum na ponad stulecie przed spektakularnymi zwycięstwami Arabów.

Z analizowanych źródeł widać też jak mieszkańcy strefy śródziemnomorskiej odkrywali stopniowo zalety interesującego nas zboża. O ile piszący w wieku II Galen uznał ryż za pokarm mało pożywny, powodujący trudności trawienne i do tego niesmaczny, o tyle dla XI-wiecznego Symeona Setha, znającego dobrze ustalenia dietetyków minionych stuleci w tym względzie, zboże to było już umiarkowanie pożywnie, a do tego sprzyjało zachowaniu zdrowia i płodności. Niemniej pamiętać należy, że w interesującym nas okresie nie zdołał ryż osiągnąć w żadnej z krain dawnego *Imperium Romanum* pozycji zbliżonej do typowych dla tego rejonu pszenicy i jęczmienia, pozostając na, poszerzającym się wprawdzie, ale ciągle marginesie codziennego jadłospisu większości konsumentów, i to nawet na obszarach najbardziej odpowiadających jego uprawie pod względem klimatycznym, jak Dolina i Delta Nilu. Sytuacja ta nie uległa zmianie co najmniej do początku epoki nowożytnej.

Rice as a foodstuff and a medicament in ancient and Byzantine medical literature

The article discusses dietetic qualities of rice, its therapeutic applications and culinary recipes pertaining to the preparation of the cereal as described in ancient and Byzantine medical sources composed between I and VII c. AD (i.e. in the writings of Dioscurides, Galen, Oribasius, Anthimus, Alexander of Tralles, Aetius of Amida and Paul of Aegina). Although focused on the time span specified above, the authors of the study also make use of additional information present in the later literary medical tradition, composed as late as XI c. (up to the time of the compilation of Symeon Seths's *Syntagma de alimentorum facultatibus*). The evidence also includes purely culinary sources, i.e. *De re coquinaria* attributed to Apicius.

The article consists of three parts. The first chapter of the study is devoted to dietetic characterizations of rice and enlists features attributed to it over the ages. Accordingly, the authors maintain that the cereal is usually said to be hard to digest, not nourishing, astringent as well as slowing down the work of the alimentary tract (possibly leading even to constipation). The above-mentioned features were consistently made use of in ancient and Byzantine medical procedures.

The second part of the study tries to retrieve from medical and culinary writings main culinary guidelines according to which rice was prepared as food. The authors conclude that, as a rule, the cereal was not used for bread baking, though it is likely that it was utilized in preparing cakes. Rice usually was the basis for preparation thick, gruel-like dishes which were normally compared to *chondros* or *poltos*, less thick soups which were said to be similar to *ptisane*, and watery, thin concoctions called *chyloi*, created by diluting rice stock. The cereal was usually cooked in meat stocks and sometimes in milk (the sources maintain that in this way rice improved the dietetic characteristic of milk by means of reducing its flatulence, preventing it from affecting the liver as well as counteracting stone formation in the bladder).

The third chapter enumerates medical procedures which included rice and rice products. It is interesting that especially ample information on the subject comes from the VIth century, which could testify to a considerable popularity of rice in the field of medicine long before the time when it was finally introduced as a Mediterranean crop by the Arabs. Rice (due to its astringency) was mainly used

to prepare enemas, which were in turn supposed to cure dysentery and other ailments resulting in excessive excretion of fluids of the body. It was also utilized to reduce swellings and cure gout, put an end to hemorrhages, and employed in medicaments removing unwanted hair and skin irritations. Last but not least it was recommended in multiple diets usually prescribed by the doctors to those suffering from gastric problems.