

# Время трапезы



**Мойте руки, усаживайтесь поудобнее —  
сегодня мы будем трапезничать  
по нашему, по- средневековому.**

- **Свидетельствами здоровья и благополучия в те времена считался хороший аппетит, застолья и пиры.**

**Завтрак как обязательным прием пищи в литературе почти не упоминается, хотя, возможно, большинство простонародья начинало свой день с глотка эля, заедая его хлебом, но зато любители роскоши имели пристрастие к поздним ужинам».**

Привычного нам трехразового питания тогда еще не существовало. У простых людей день начинался очень рано. Обед, принимаемый до полудня, также был скуден: простое питье и легкая закуска, хотя для аристократов понятие «легкая» было весьма условным.

Ужин, проводившийся, в зависимости

от конкретного региона и периода средневековья, в очень широком диапазоне времени (от 3 часов дня до полуночи), при наличии финансовых возможностей становился настоящей «обжираловкой».

Причем это было не знакомое нам «первое-второе-чай», а многократные перемены блюд, когда на стол выставлялись десятки блюд



**Естественно, церковь относилась к чревоугодию крайне отрицательно. Церковь делала некоторые послабления для больных, стариков и детей.**

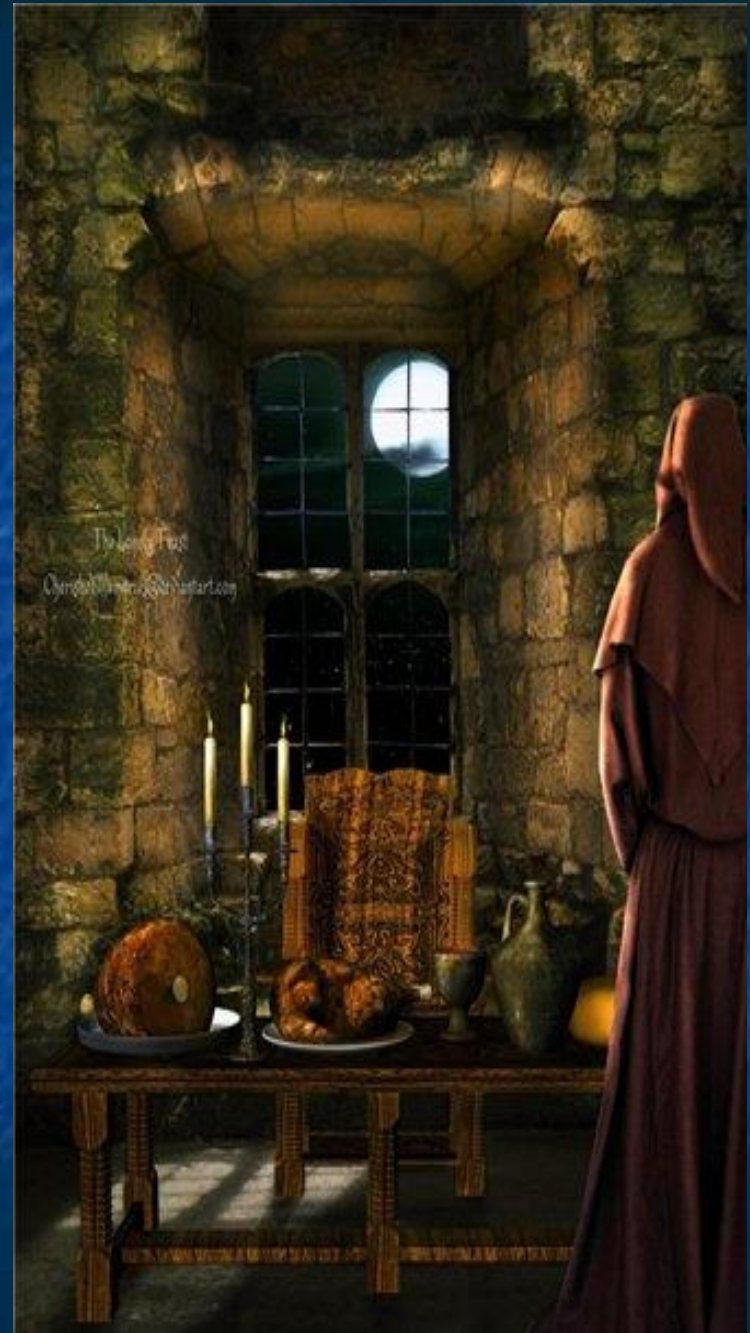
**В течение дня они могли питаться более основательно. Кроме того, работники, занятые тяжелым физическим трудом, устраивали регулярные «перекусы».**



**Пост в средневековье длился треть года, в пищу не разрешалось употреблять мясо, яйца, молоко и молочные продукты.**

**Помимо этого существовали постные дни - среда и пятница - в которые запрещалось есть мясо. Для отдельных групп населения, таких как например, члены духовных орденов, существовали отдельные правила.**

**Самые строгие ограничения в распорядке питания накладывал пост: Великий, рождественский, двенадцатидневный (у католиков и в англиканской церкви — по три дня четыре раза в год), по средам (предательство Иуды), по пятницам (распятие Христа), иногда даже по субботам ("что день субботний и святы его"). Если сложить все это вместе, то получается, что житель средневековой Европы должен был поститься около 1/3 года.**



**Кухня: самая крупная жилая комната, в центре которой (либо у стены, если она каменная) устроен очаг. Для сохранения продуктов их обычно провяливали на ветру, просушивали на солнце, либо изолировали от воздуха при помощи меда или жира.**

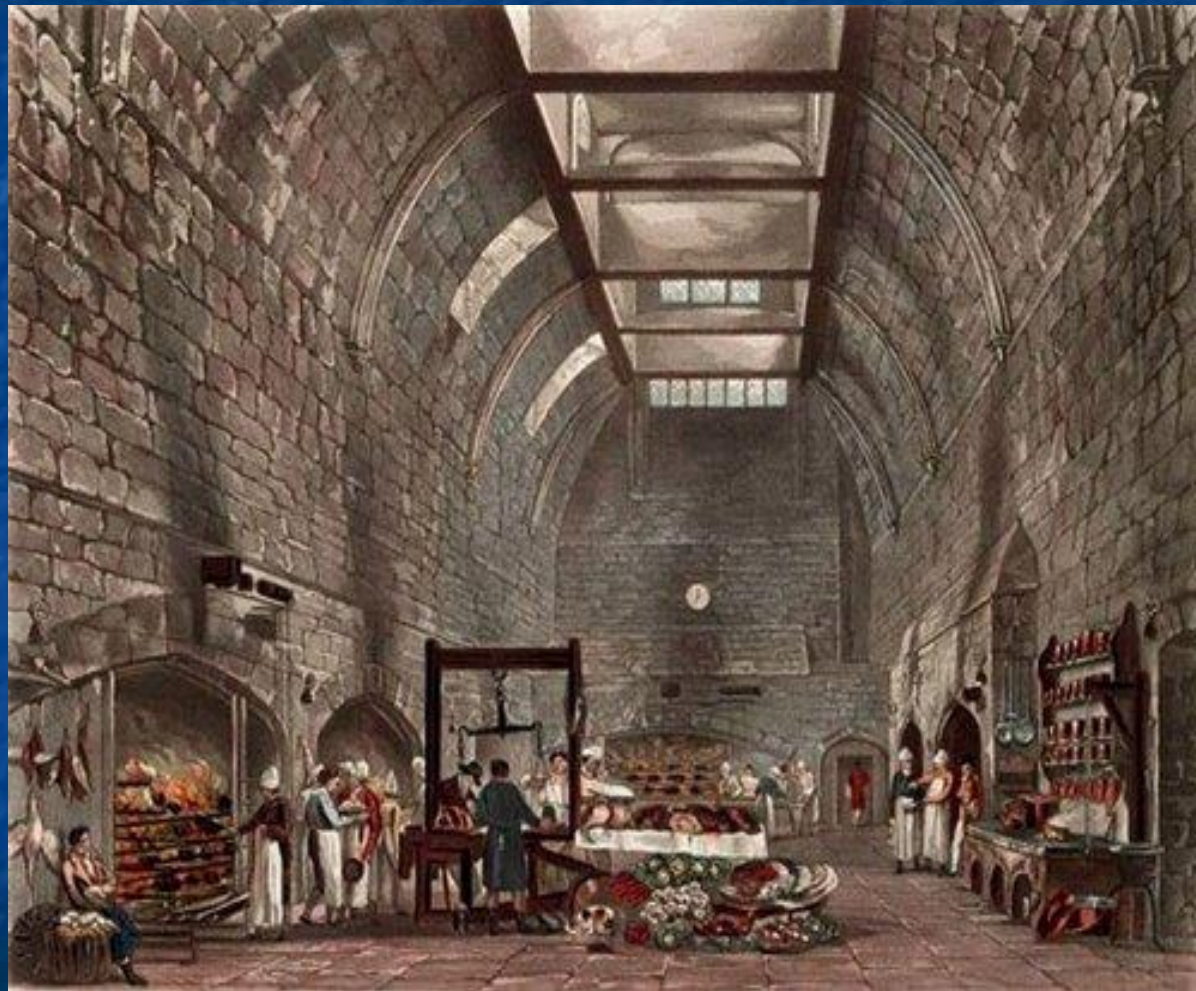
**Копчение применялось реже — к рыбе и колбасам. Молоко ферментировали в сыр, масло сильно солили; яйца, рыбу и овощи закатывали в горшки с солью и уксусной кислотой.**



**Кухня замка Gruyere. Берн 13в.**

**Вот так это приблизительно выглядело  
в целиковом  
виде.**

**Рисунок  
современный  
/с зарубежного  
сайта о замках/,  
видно какого  
Размера  
бывали  
кухонные  
помещения  
в замке.**





Звание королевского повара в средние века было очень престижным. В подчинении у него находилось от нескольких сотен человек, «низшее звено» средневековой кулинарии влачило существование на кухне. Поварята с обслугой редко покидали её, жили прямо там и спали на полу.

В молитве «Отче наш» люди просят Бога: «Хлеб наш насущный даждь нам днесь». Без всякого преувеличения, хлеб был главным пищевым продуктом средневековья. В Европе один человек употреблял приблизительно около 1,5 кг хлеба в день.



Мука тонкого помола шла на хлеб для господ. Тесто попроще делали из смеси пшеничной и ржаной муки. На севере был распространён хлеб из ячменя или овса. Самое низкое качество выпечки предполагало добавку отрубей, гороха, бобов и даже желудей.

**В неурожайные годы с полей собиралось все, что было хотя бы отдаленно походило на злаки.**

**В пищу шла даже самая плохая рожь, из-за чего происходили массовые эпидемии**

**ignis sacer (святого огня),**

**или «огня святого Антония»,**

**считавшегося покровителем заболевших.**

**Это была болезнь бедняков, которые травились алкалоидами**

**спорыньи — паразитического грибка, растущего на колосках ржи**

**(ergot — спорынья, отравление ею — «эрготизм»).**

**Симптомы — яркие галлюцинации, психозы, судороги, коллапс сосудов (с последующей гангреной).**

**Это было так похоже на бесноватость.**

**Белый хлеб оставался роскошью, недоступной большинству.**

**В XII в. в одном из стихотворении Гильома Аквитанского белый хлеб поставлен в один ряд с перцем (крайне дорогостоящим продуктом) и выдержанным вином: «белый хлеб, доброе вино и перец в изобилии».**

**А Умберто ди Романс в проповеди новообращенным цистерцианцам рассказывает крайне знаменательную историю. «Люди часто приходят в наш орден из бедного состояния, привлеченные надеждой улучшить свою участь. Случилось однажды, что человек, привыкший у себя дома есть черный хлеб, решил вступить в наш орден, чтобы попробовать белого. В день пострига, когда простерся он перед аббатом, его спросили: \"/>**

**И он ответил: \"/>**

**Похожим образом обстояли дела и с похлебками. Супы вываривались до густоты, успешно заменяя собой первое и второе блюдо. Наиболее распространенными были молочный, луковый и травяной (петрушечный). Рыбы было много. Северная сельдь добывалась и коптилась в таких огромных количествах. Говядина была жесткой и невкусной (коровы — ценный источник молока, забивались лишь в старости).**



**Гораздо проще было разводить овец, коз и свиней (последние питались чем ни попадя и по комплекции мало чем отличались от диких). Скотину выращивали до зимы, а осенью отправляли на убой. Главнейшим видом приготовления мяса была жарка. Зачастую жареное мясо доваривали в бульоне.**



**Средневековая каша конкурировала по популярности с хлебом, однако мало походила на современную.**

**Она была твёрдой.**

**Состав каши значения не имел — в нее зачастую шло все, что имелось в доме.**

**С фруктами в средневековье, дела обстояли плохо.**

**На севере ассортимент ограничивался яблоками, грушами, сливами и земляникой.**

**На юге были известны лимоны, горькие апельсины (называемые «севильскими» по месту их произрастания, сладкие же появились гораздо позже), гранаты и виноград.**

**Они были доступны лишь немногим.**

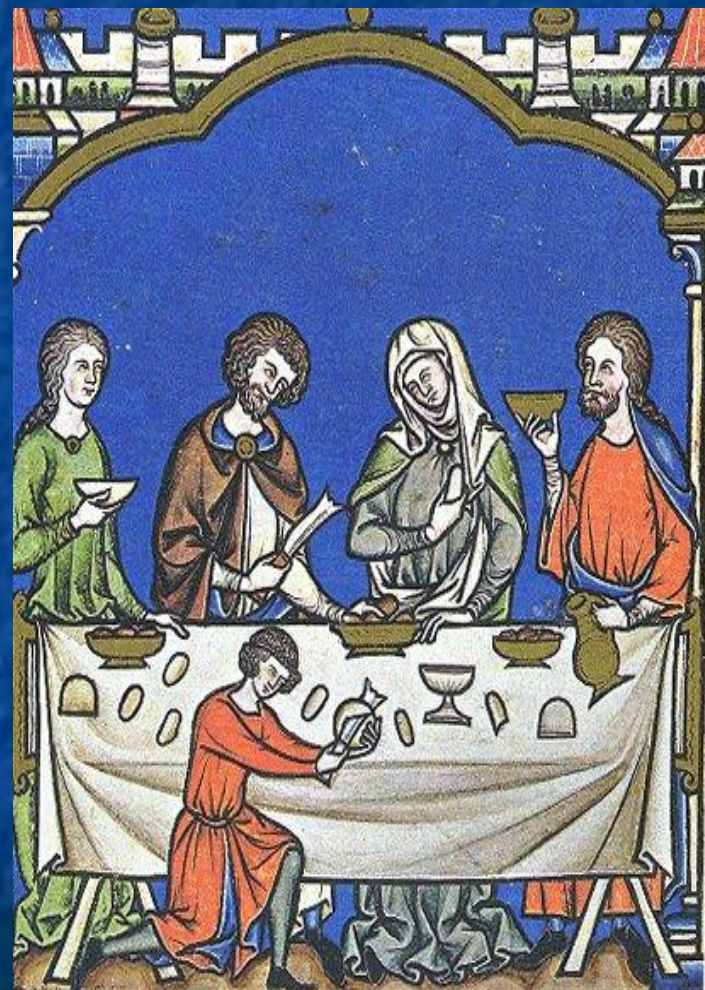


**Соль и перец были гораздо более популярными приправами. Соль добывалась в Европе с древнейших времен, ну а перец - завозился большими партиями, что был сравнительно доступен.**

**Соль добавляли в блюда щедро — настолько, что по современным меркам некоторые считались бы пересоленными.**

**Использовались и другие приправы — гвоздика, имбирь, корица, анис, мускатный орех. Мнение о том, что средневековые повара щедро перчили блюда, чтобы замаскировать их несвежесть, ошибочно!**

**Дешевле было найти свежие продукты, чем расходовать ценные специи. Избыточное количество специй свидетельствовало о достатке хозяина.**



**Семейный обед. Миниатюра Maciejowski Bible (с. 1250)**

**Масло считалось вредным для взрослых, если употреблять его после полудня, хотя детям масло давали и на завтрак, и на ужин.**

**А к 1500 году коровье молоко завоевало большую популярность, поскольку подоить одну корову было легче, чем 10 коз – для получения того же количества молока.**

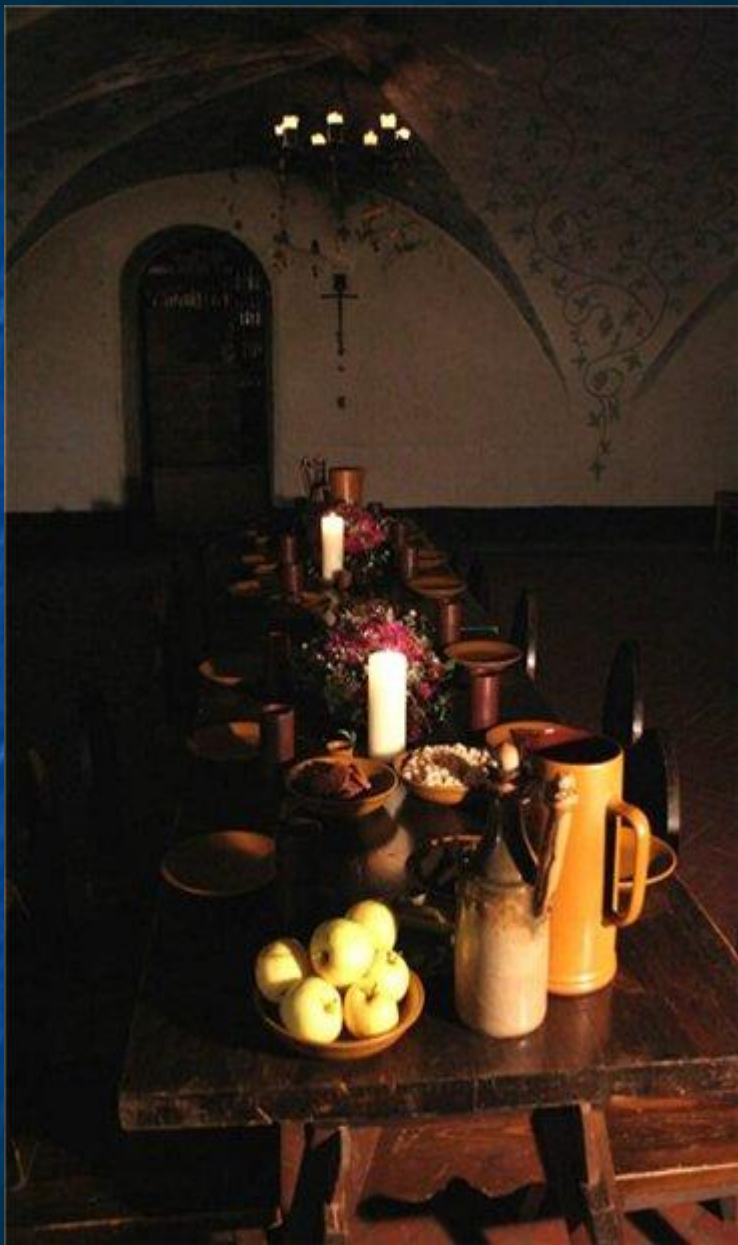
**Молоко, а также сливки, масло и сыр, изготовлявшиеся из молока, как и яйца, именовали «белым мясом».**

**Домашняя птица, пернатая и водная дичь были широко распространены, в особенности среди духовенства, которым разрешалось есть только мясо «двуногих» животных.**



**Еду в средние века подслащали медом.  
Хотя тростниковый сахар был известен в Южной  
Италии уже в VIII веке,  
остальная Европа узнала секрет его получения  
лишь в ходе Крестовых походов.  
Но и тогда сахар продолжал оставаться  
роскошью:  
в начале XV столетия шесть килограммов сахара  
стоили столько же сколько лошадь.**





Среди всех напитков наибольшее предпочтение отдавалось не воде (чистота которой была сомнительна), а алкоголю — более питательному и «полезному».

Жители активно налегали на вино, которое было принято сильно разбавлять водой. Дешевое вино второго или третьего отжима имело настолько паршивый вкус, что в него часто добавляли специи.

Северяне уважали пиво (эль), производимое без хмеля, менее «пьяное» и более мутное по сравнению с современным. Также в почете были соки, в том числе забродившие (яблочный сидр) и мед. Молоко пили только больные и дети.

**В отношении средневековых застольных манер есть множество заблуждений. Простолюдины могли вести себя «по-свински», однако у знати существовал сложный этикет.**

**Перед взятием еды из общей тарелки запрещалось засовывать пальцы в уши, вытирать их об голову, чесать срамные части тела. Ногти должны быть чистыми.**

**Запрещалось залезать руками глубоко в блюдо, пить с набитым ртом из общего кубка, ковырять в зубах ножом, шумно глотать, вытирать губы скатертью, дуть на горячую пищу, рвать мясо зубами или пальцами, оставлять столовые приборы грязным.**



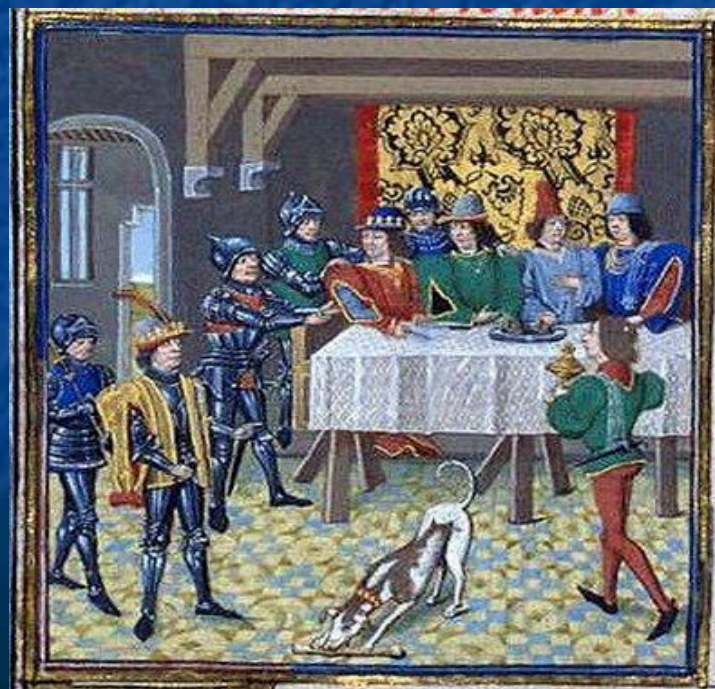
# О приёме пищи в господском доме расскажем поподробнее.

К обеду столы накрывали в 9 или 10 часов утра, а ужинать садились в 5 часов вечера. По этому поводу есть старый французский припев:

\\"Завтракай в пять, обедай в девять,  
Ужинай в пять, ложись спать в девять  
И проживешь лет девяносто девять\\"

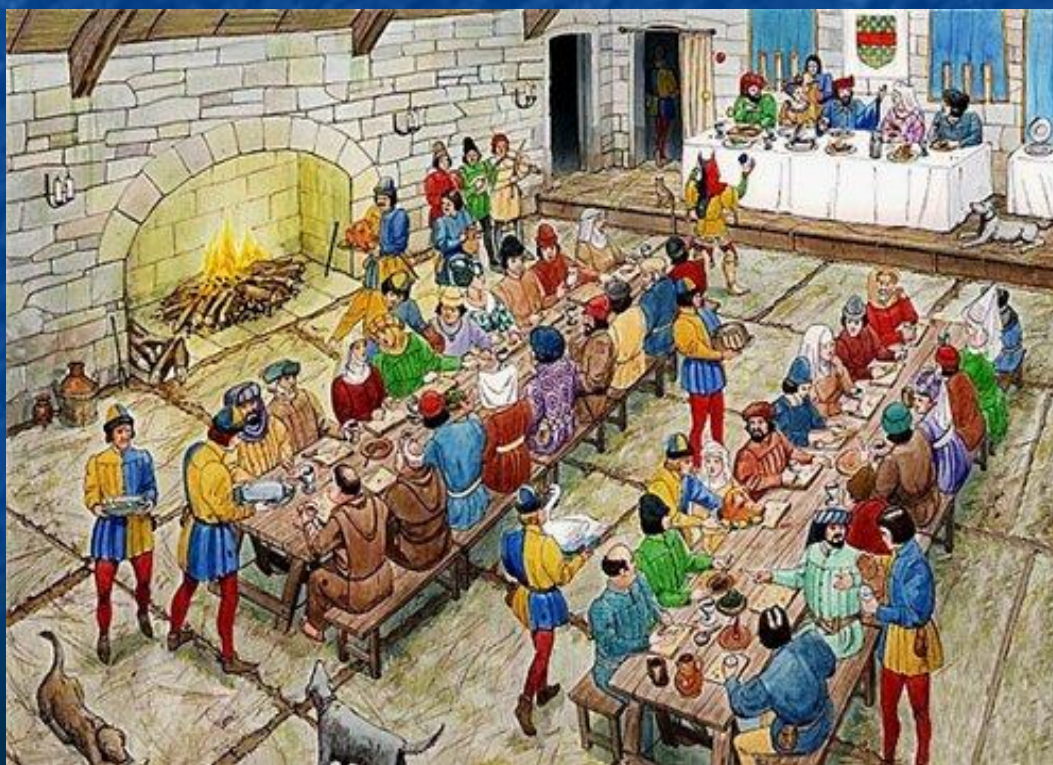


**За ужином стол освещали факелами или восковыми свечами; менестрели всегда присутствовали при вечерней трапезе, так как чтение вслух было любимым развлечением. В домах знати всегда был дурак, или шут, который во время трапезы веселил присутствующих остротами и различными проделками, либо те же менестрели рассказывали истории о деяниях знатных господ или курьезные анекдоты, а также они могли играть на различных музыкальных инструментах, главная партия обычно принадлежала волынке.**



**До и после еды читалась молитва, а перед пиром, начало которого возвещалось звуками трубы, слуги, или пажи, входили с тазиками, кувшинами и полотенцами, и гости мыли руки.**

**Хозяин и самые важные гости обедали за «высоким столом», обычно размещавшемся на возвышении, в то время как другие столы, стоявшие вдоль стен холла, предназначались для менее важных гостей.**



**Современная прорисовка.**

**Стол**ы накрывали скатертями, а тарелки обычно были деревянными или оловянными, и лишь в **ОЧЕНЬ** богатых домах — золотые или серебряные.

**Вплоть до середины XIV в.** за столом пользовались только ножами и ложками, но и они не были широко распространены.



Fig 95 — State Banquet — Serving the Peacock — Fac-simile of a Woodcut in an edition of Virgil, folio, published at Lyons in 1517

**Во время охоты и верховой езды мужчины носили свои ножи в специальных футлярах — ножнах и часто использовали их при еде. И ножи, и ложки, как и другие вещи того времени, обычно были весьма красивы.**



**Пир Парцифалья. Рукописная миниатюра 14в.**



**Одно блюдо предназначалось двум людям, и рыцарь и его дама или кто-то из его сотрапезников ели с одной тарелки и пользовались одним кубком, стоявшими между ними. Очень редко встречались кубки из стекла, их обычно делали из металла, кости или дерева. Главным украшением стола была большая солонка, красивой формы и обычно из дорогого материала. Ее ставили перед блюдом главного гостя или хозяина, который один пользовался ею, перед остальными стояли солонки поменьше.**



**Простолюдины ели руками, а кости и объедки бросали на пол,  
усланный соломой,  
где собаки грызлись и дрались за объедки.**

**Но изящный процесс поглощения пищи считался достоинством  
воспитанного человека. Вот как Чосера описывает трапезу у  
настоятельницы монастыря:**

**Она держалась чинно за столом:  
\ "Не поперхнетя крепкою наливкой,  
Чуть окуная пальчики в подливку,  
Не оботрет их о рукав иль ворот.  
Ни пятнышка вокруг ее прибора.  
Она так часто обтирала губки,  
Что жира не было следов на кубке.  
С достоинством черед свой выжидала,  
Без жадности кусочек выбирала \".**

**Но настоятельница, должно быть, была исключением из правила,  
или Чосер не посчитал бы достойным упоминания тот факт,  
что она не окунала свои пальцы в соус.**

**После того как убрали столы, зал наполнялся пестрой толпой слуг, которые спали вповалку на соломе, сгрудившись в центре холла.**

**Чосер в «Истории о сэре Томасе» рассказывает о рыцаре, который, перед тем как отправиться на поиски приключений, принимает пищу.**

**Он упоминает менестрелей и шутов, а также и mazer, или круговую чашу, в следующем отрывке:**

**...Покуда воинский убор  
Я надеваю, разговор  
Ведите меж собою  
Про королей, про папский двор,  
Про то, как у влюбленных взор  
Туманится слезою.  
Тут слуги, бывшие при нем,  
Поставили бокал с вином  
Пред юным господином.  
Он выпил все одним глотком  
И пряника вкусил потом,  
Обсыпанного тмином.**

## Несколько пунктов из «Книги жизни», 1470 год

- \* речной рак — лучшее средство от меланхолии..
- \* Тыква спасает от жажды.
- \* В яйце пригоден для еды лишь желток, хотя и может вызывать веснушки.
- \* Гусятина прибавляет храбрости.
- \* К сырым фруктам и овощам житель средневековья относился с подозрением, поскольку считалось, что они вызывают лихорадку и понос растройство желудка.

Однако дикие ягоды, например дикая вишня, употреблялись в пищу достаточно свободно. Виноград выращивали, в основном, для употребления в сыром виде, как и сливы и тернослив (мелкая черная слива). Яблоки и груши обычно запекали.



# Используемая литература:

<http://www.mirf.ru/articles.php?id=39>

Квеннелл Ч. и М.

Повседневная жизнь в Англии во времена англосаксов,  
викингов и норманнов



**Подготовила: ст. учитель технологии Е. Архипова**