

Зои Лионидас

Кухня Средневековья

Что ели и пили во Франции



История и наука Рунета

Зои Лионидас

**Кухня Средневековья. Что
ели и пили во Франции**

«Издательство АСТ»

2023

УДК 94(44):641.5
ББК 63.3(4Фра)4+36.99

Лионидас З.

Кухня Средневековья. Что ели и пили во Франции /
З. Лионидас — «Издательство АСТ», 2023 — (История и наука
Рунета)

ISBN 978-5-17-148132-2

Средневековая эпоха занимает огромный промежуток времени: от падения Рима до открытия Америки. Однако не стоит думать, что тысячелетняя эпоха была серой, скучной и однообразной. Средневековье было очень разным – ярким и жизнерадостным, смиренным и скучным, озорным и набожным, праведным и лживым... как сама жизнь во всех ее проявлениях. А уж если говорить о средневековой кулинарии – здесь и вовсе буйство красок и вкусов! Книга «Кухня Средневековья. Что ели и пили во Франции» познакомит читателя с целым списком продуктов, которые могли подаваться к столу средневекового француза. Информация, изложенная в книге, впервые публикуется на русском языке. А рецепты из средневековых кулинарных книг переведены со среднефранцузского языка самим автором. В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

УДК 94(44):641.5
ББК 63.3(4Фра)4+36.99

ISBN 978-5-17-148132-2

© Лионидас З., 2023
© Издательство АСТ, 2023

Содержание

Часть I	6
Глава 1	6
Земля	6
Климат	8
Глава 2	10
Время становления	10
Слияние	14
Время расцвета	16
Время чрезмерности	19
Глава 3	23
С точки зрения старинной медицины	23
В соответствии с религиозной доктриной	29
Пищевые каноны иудаизма	34
Питание в зависимости от сезона	36
Между сытостью и голодом	37
Местные предпочтения	40
Вкусовая палитра Средневековья	40
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Зои Лионидас

Кухня Средневековья. Что ели и пили во Франции

*Владиславу Шпилову, талантливому иллюстратору и другу с
печалью и благодарностью посвящает эту книгу*
Автор

© Зои Лионидас, текст, 2023

© ООО «Издательство АСТ», 2023

Часть I

Становление



Глава 1

Земля и климат

Земля

Средневековая кухня – есть кухня местная, именно потому, прежде чем приступить, собственно, к теме нашего рассказа, мы изначально остановимся на природных особенностях важнейших районов Франции.

Итак, страна эта, как всем известно, лежит между 42° и 51° градусами северной широты, гранича на северо-востоке с Бельгией и Люксембургом, тогда как к востоку располагается Германия (в то время, к которому относится наш рассказ, Священная Римская империя Германской нации). Южными соседями Франции являются Италия и Испания, а на западе, за узким проливом Па-де-Кале располагаются Британские острова. Все эти страны в той или иной мере (в частности, касательно кухни и привычного выбора каждодневных блюд) оказали заметное влияние на соседствующие с ними земли, хотя стоит признать, что изучение региональной кухни Средневековья едва лишь начато и может принести еще немало сюрпризов.

Впрочем, уже сейчас можно сказать, что на востоке, где вместе с французской зачастую звучит и германская речь, в местной кухне нашли себе место типично немецкие жареные колбаски с капустным гарниром, сыры (настолько схожие со знаменитыми швейцарскими, что последние пришлось защищать через посредство особого наименования), тогда как на южных землях получила распространение типично средиземноморская кухня с ее триадой хлеб-вино-оливковое масло, сильно напоминающая Италию или Северную Испанию. Здесь также распространен обычай подкислять пищу лимоном или гранатом, напроочь отсутствующий на севере,

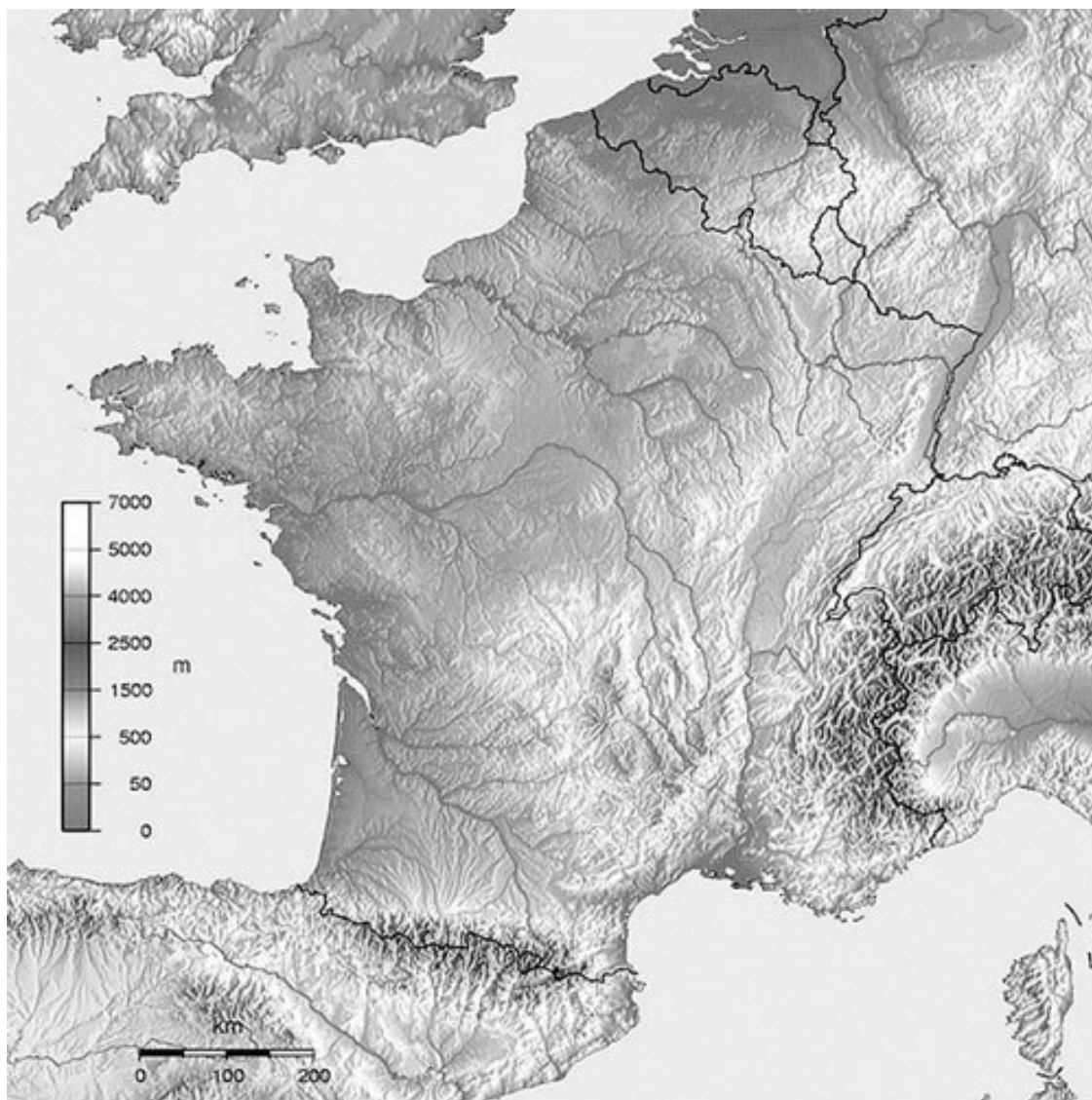
и еще некие региональные особенности, которые мы более предметно обсудим в следующих главах. Голландская или английская рыба – сушеная, соленая, вяленая – превратилась практически по всей стране в привычную пищу небогатого населения во время многочисленных постов... коротко говоря, влияние соседних стран еще во многом требуется изучить и представить в виде строгой системы.

Что касается водных ресурсов, страну эту омывает с запада Атлантический океан, переходящий к югу в широкий и округлый Бискайский залив, на юге – Средиземное море. Конечно же, многочисленные морские обитатели также не оставались без внимания тогдашнего населения, на побережье они превратились в неотъемлемую часть местной кухни, где их ели в первозданном, так сказать, виде, а также варили, жарили или пекли на углях. В центральные части страны рыба, моллюски а также мясо китов и морских свиной попадали солеными, сушеными или законсервированными через посредство иной, с позволения сказать, «технологии».

Впрочем, Франция не обделена также реками – полноводные Сена, Луара, Гаронна и множество рек и речушек поменьше несут свои воды в океан. Озер в этой стране много меньше, встречаются они в основном в горах – Альпах, Юрском массиве, – где их происхождение связано с таянием местных ледников. Озера не сыграли большой роли в становлении местной кухни, однако реки, переполненные пресноводной рыбой, вплоть до Позднего Средневековья будут составлять привычный источник питания для всех сословий французского населения, покуда к XIV веку хищнический вылов не приведет к тому, что речная рыба станет стремительно расти в цене, превращаясь в деликатес, доступный далеко не каждому, и основная масса небогатого населения волей-неволей будет вынуждена переключиться на морских обитателей.

Большая часть страны представляет из себя плоские равнины, среди которых самыми большими являются Парижская, Фламандская и Эльзасская, а также бассейн реки Луары. Эти сельскохозяйственные по своему типу районы освоены были с очень древних времен, для них характерны весьма плодородные бурые почвы, способные служить как пшеничными полями, так и пастбищами для многочисленных овец и коз. Посему нет ничего удивительного, что именно зерновые, а также мясо домашних животных и птиц будут составлять основу питания французов в течение всего средневекового тысячелетия. Единственным исключением является Средиземноморский регион, где преобладает достаточно тонкий и глинистый почвенный покров, что, конечно же, отразится и на типе сельского хозяйства и на местной кухне: здесь вместо северной пшеницы основой питания станет просо, а основным напитком – сладкое вино, в отличие от кислого и терпкого северного.

Кроме того, в искомое время французские равнины покрывали огромные леса – широколиственные и смешанные, где наряду с сосной и елью в огромном количестве встречались дубы, ясени, ивы и тополя. Как мы увидим, «лесная» пища также войдет в привычный рацион небогатого населения деревень и городов, тогда как грибы, орехи и лесные ягоды будут подаваться даже на королевский стол. Среди прочего, леса будут представлять собой отличную территорию для выкармливания свиной и, конечно же, для охоты. Олени, лоси, кабаны и даже медведи составят неотъемлемую часть аристократической трапезы, тогда как на долю крестьянского и городского населения придутся зайцы, кролики, прочая мелкая живность, а также птицы, охота на которых (за редким исключением) будет разрешена кому и когда угодно.



Физическая карта Франции

Впрочем, ко времени Позднего Средневековья вырубка лесов начнет достигать критической точки, и потому, желая сохранить за собой охотничьи угодья, аристократия озаботится о соответствующих законах и разрешениях.

И наконец – немногочисленные горные массивы – старые, сильно выветренные, как то Юра, Арденны, Вогезы, а также молодые в геологическом смысле этого слова Альпы и Пиренеи, где практически невозможно земледелие, будут славиться своей кухней на молочной и мясной основе. Именно из горных районов ведут свое происхождение некоторые сорта творога и сыра, уже в Новое время ставшие невероятно популярными не только в самой Франции, но и за рубежом. Такова в самых общих словах кулинарная карта страны, о которой у нас пойдет речь в этом издании.

Климат

Современная Франция считается теплой страной. Но средневековый климат в различные эпохи достаточно разительно отличался от современного.

Античность закончилась т. н. **римским климатическим оптимумом** – это было в высшей степени благодатное время, когда виноград вызревал даже в Нормандии, а британские

пшеничные поля кормили не только местных обитателей, но также города и солдатские гарнизоны соседней Галлии. Климат был достаточно жарким и влажным, что вызвало таяние ледников в Альпах и тем самым открыло путь для римской экспансии на север, но, с другой стороны, также привело в движение германские народы, одним из которых были салические франки – их потомки составят позднее ядро современной французской нации.

Собственно Средневековье начинается с постепенного снижения температуры, и прежнее благодатное время сменяется **похолоданием**, которое достигнет своего максимума около 535–536 гг. Для этого времени, сколь о том можно судить по скудным документам эпохи и материалам археологических раскопок, были характерны многочисленные наводнения, суровые зимы, неурожаи и неизбежные в подобных случаях эпидемии. Продолжительность жизни снизилась, возросла детская смертность. Вполне возможно, что это резкое похолодание также подхлестнуло переселение целых племен, в прежние времена с большим трудом отрывавшихся от привычных мест обитания.

Кухня этих веков также представляет собой по сравнению с утонченностью позднего Рима серьезный откат назад. Галлия практически забывает о хлебе, который плохо родится и выпекается разве что в очень немногих городах. Большинство населения питается куда более экономными, но в то же время грубыми кашами, в качестве основных напитков выступают пиво, молоко и вода, столь скудную диету знать дополняет мясом убитых на охоте крупных животных. Кулинарное искусство деградирует, можно сказать, практически исчезает, оставаясь единственно на страницах римских поваренных книг, одну из которых переписывают по личному приказу Теодориха Великого.

Новое потепление – т. н. **Средневековый климатический оптимум** – большей своей частью совпадает с высшим расцветом феодального общества, временем, которое в исторической науке принято называть Высоким Средневековьем. Именно в это время средневековая наука и техника достигают своих высот – внедрены в повседневную жизнь железный плуг, ветряная и водяная мельница, механические часы, ткацкие станки и прялки. Тогда же кулинария из простого средства выжить и набить живот (по возможности два-три раза в день) превращается вновь в поле для экспериментов и полета личной фантазии. Вновь возрождается интерес к сервировке стола, к заморским или экзотическим блюдам, застольной беседе, да и сама пища становится куда более аппетитной, радующей не только вкус и обоняние, но и глаза.

И наконец долгая эпоха заканчивается **«Малым ледниковым периодом»** – «три года без лета», когда поздние заморозки и проливные дожди на корню губили урожай, а вслед за неизбежным голодом в Европу пришла пандемия чумы. Однако сильно развившаяся в предыдущие времена экономика Средневековья сумела выдержать удар, и вместо скатывания к грубости этот период отличается, наоборот, чрезмерной пышностью и погоней за удовольствиями, будучи сходен в этом с Римом последних веков его существования.

Глава 2

Три эпохи

Средневековая эпоха занимает огромный промежуток времени – тысячелетие, протянувшееся от падения Вечного Города в V в. н. э. и закончившееся в 1500 году, уже после того, как Колумб совершит свое знаменитое открытие, а новая эпоха в истории человеческой культуры, известная как Возрождение, достигнет своего пика, подарив человечеству множество произведений искусства, философии и науки. Конечно же, не стоит думать, что Средневековое тысячелетие было чем-то однообразным и уж тем более темным и страшным. Оставьте подобную картинку создателям фильмов о вампирах и злобных обитателях полуразрушенных замков. Средневековье было очень разным – порой ярким и жизнерадостным, порой смиренным и даже скучным, озорным и набожным, праведным и лживым... как сама жизнь во всех ее проявлениях, с точки зрения чисто психологической мало изменившаяся с тех самых пор. Однако, если мы будем говорить конкретно об истории кулинарии и привычек в области пищи и питья, этот огромный временной промежуток принято делить на три неравные части. Итак,

Время становления

Задолго до рождения варварских королевств

Строго говоря, Римская республика познакомилась с варварскими цивилизациями уже в первые века своего существования, когда, постепенно увеличивая завоеванную территорию, римское влияние достигло Цизальпийской Галлии. Варвары были не только рабами, но и вполне себе уважаемыми гражданами своих собственных городов и провинций, правда, заметно отличающимися от римлян не только языком и платьем, но и кулинарными привычками. Рим не чурался добывать у этих самых варваров продовольствие – египетский хлеб и свиные туши из Галлии, азиатский мед – все это исправно поставлялось в Вечный Город и с удовольствием поглощалось не только высшими классами, но и людьми достаточно скромного достатка, пусть и не без столичного презрения к более простым и грубым варварским обычаям и их столь же непритязательной кухне.

К моменту, с которого начинается наш рассказ, то бишь к последним векам существования Римской империи, Галлия была вполне романизированной провинцией, где города строились или украшались с оглядкой на столицу, а латинский язык звучал на улицах едва ли не чаще, чем собственно галльская речь. Желание во всем равняться на метрополию распространялось и на кулинарную сферу. Галлы, вслед за римскими колонистами, воспитанные в римской культуре и получившие хорошее по тем временам образование, предпочитали также римский способ питания: столовые покои (или на латинский манер – триklinии), украшенные яркими фресками, где вокруг низеньких столов располагались *stibadia* – широкие полукруглые лежа, рассчитанные каждое на шесть человек, где равные по положению и образованию люди, хорошо воспитанные и сдержанные, за утонченной, и в то же время лишенной особых изысков трапезой могли вести неторопливую беседу о жизни... искусстве... философии...

Отметим сразу, что подобная картина, которую из раза в раз рисуют нам ностальгирующие авторы времен Раннего Средневековья, конечно же, далеко не всегда соответствовала действительности. В самом Риме роскошь и пьянство среди высших классов порой становились притчей во языцех, в чем может убедиться каждый, открыв прославленное описание пира у нувориша Тримальхиона. Вино в подобных случаях лилось рекой, столы ломились от снеди, не

столь изысканной, сколько «дорогой и богатой», и также не ощущалось недостатка в женщинах известного сор-та. Кроме того, привычки равенства и взаимного уважения, о которых также из раза в раз вздыхали радетели «любезной старины», постепенно уходили в прошлое. Гости все заметнее делились на категории, а блюда особенно лакомые могли быть поданы только приглашенным за хозяйский стол, а порой и вовсе – одному только хозяину. Вспомним, какой гнев возбуждает у Марциала тот факт, что кабана, огромное блюдо, «предназначенное для дружеской пирушки», подают исключительно хозяину дома. «*У тебя прекрасный собеседник*», – язвит поэт, но, как вы понимаете, дела это не меняет.

В любом случае, подобные излишества, как несложно догадаться, оставались прерогативой исключительно высших классов. Крестьянская пища была достаточно простой и грубой: каша, свежие или сушеные овощи, сыр, кислое вино, разведенное водой, и по сезону те или иные фрукты. В городах предпочитали хлеб и зачастую готовые блюда, которые можно было съесть в ближайшей таверне или купить у разносчика вместе с любимым соусом из рыбы – т. н. гарумом, который современному человеку напомнил бы вьетнамский нуок-мам. В тесных доходных домах – инсулах – зачастую не предусматривалось кухонь, возможность питаться домашними блюдами полагалась признаком зажиточности.

Надо сказать, что вслед за большинством кулинарных традиций Средиземноморского бассейна римская кухня основывалась на **триаде хлеб-вино-оливковое масло**, что также вполне подходило и для Римской Галлии. В Европе господствовал т. н. «Римский климатический оптимум», лето было жарким, зимы – короткими и теплыми, так что виноград выращивали даже в Нормандии и Британии, тогда как оливковое (или за неимением такового – ореховое) масло было вполне доступным для большей части населения.

Вынужденное соседство

Все вышеперечисленное закончилось, конечно же, не в один день. Империя дряхлела очень постепенно, все более поддаваясь варварскому натиску извне, и теряла провинции одну за другой. Но кем же были эти варвары, в глазах умирающего римского мира безусловные чудовища и невежды? Как ни парадоксально это может прозвучать, германские племена, покорившие страну, которая уже в скором времени станет Францией, вовсе не были низкопробными дикарями. Франки, бургунды, иже с ними, селились в крепких деревнях, умели возделывать землю и выпасать скот, владели оружием из металла и даже имели собственную поэзию и героические легенды. Без всякого сомнения, у них не было городов, однако эти завоеватели со всей готовностью были настроены на то, чтобы впитывать чужую культуру и активнейшим образом развиваться за счет знаний и умений, накопленных римским миром.

*Просишь ты, но мне, право, не под силу
Воспевать фесценнинскую Диону,
Раз живу я средь полчищ волосатых,
Принужденный терпеть германский говор
И хвалить, улыбаясь против воли,
Обожравшихся песенки бургундов,
Волоса умастивших тухлым жиром(...)
И глаза твои счастливы, и уши,
Да и нос назову я твой счастливым,
Коль с утра в твоём доме не рыгают
Чесноком отвратительным и луком*

(Сидоний Апполинарий. «К сенатору Катуллин, жалоба на враждебность варваров». Перевод Ф. А. Петровского)

Негодующему автору, пусть в несколько более сдержанных выражениях, вторит византиец Антим, или Антимус, автор книги «Размышления о пище» (лат. «De observatione ciborum»), лейб-медик на службе Теодориха Великого, воспитателя Теодориха I, старшего сына Хлодвиг, короля франков. Поучая своего воспитанника, Антим с неодобрением отзывается о пристрастии франков к жаркому вместо куда более «здоровой», по его мнению, вареной пищи и о склонности есть слишком много животного сала, причем сырого или жареного, и также пить холодное молоко и предпочитать оливковому маслу сливочное.

К недовольству светских вельмож присоединялась христианская церковь, со своей стороны предававшая анафеме варварское ячменное пиво, которое категорически полагалось напитком почитателей Одина и древних германских божеств. «Житие св. Ведаста» содержит эпизод, в настоящее время представляющийся скорее забавным: в пиршественном чертогесвятой крестит кружки с пивом, и все они лопаются одна за другой, потому что в каждой обрывается по черту.

Из этих и подобных им разрозненных сведений в настоящее время мы можем с достаточной уверенностью сделать вывод, что «варвары» – германцы, покорившие римскую Галлию, – были привычны строить свои кулинарные предпочтения вокруг собственной **триады – мясо-пиво-сало**, – для римлян и романизированных галлов, привыкших к легкой южной диете, казавшейся грубой и несносной. Опять же, сколь о том можно судить, основой питания для германской элиты было мясо крупных четвероногих, в идеале – добытое на охоте в противоборстве с раненым зверем, в каждодневности – мясо коров и свиней. Кроме чисто утилитарного, подобная пища представляла собой также символ мощи, силы, храбрости – коротко говоря, тех качеств, которыми следовало обладать хрестоматийному воину. Мясная диета дополнялась овощами, в частности столь нелюбимыми Аполлинарием луком, чесноком и редькой, а также пивом и всевозможными кашами.

О простолюдинах той эпохи известно куда менее, однако, памятуя о том, что эта часть общества отличалась особой консервативностью и привычки их практически не менялись в течение веков, возможно с высокой степенью вероятности предположить, что основой их рациона были густые супы с крупой и овощами, заправленные жиром, солониной или рыбой, а также всевозможные каши, щедро сдобренные маслом и салом, и неизменное пиво.

Вместо рафинированных римских застолий варвары предпочитали пиры, на которых одновременно могли присутствовать сотни людей, а неизменный котел, стоявший посередине залы, символизировал важнейшую обязанность германского вождя (позднее – короля) – кормить и обеспечивать свою дружину. О размахе подобных пиров можно судить по английскому Йеверингу, где в результате археологических раскопок на свет был явлен фундамент пиршественной залы площадью в 250 кв. м. с потолком пятиметровой высоты. Здесь римскому «идеальному» равенству противопоставлялась иерархия, вершиной которой выступал король, а близость к нему за столом соответствовала положению того или иного воина в общей системе, а королева, подчеркнуто гостеприимно, должна была обносить пивом и медом пирующих, показывая тем самым их принадлежность к общему целому и благоволение монарха к любому из них, безразлично к его сиюминутному положению.

*владыка данов, —
до дна он вытил,
радуясь трапезе,
добрый конунг;
затем гостей*

*обходила Вальхтеов
с полной чашей,
потчюя воинов,
старых и юных,
пока не предстала
жена венценосная,
кольцевладелица
с кубком меда
перед гаутским
войсководителем;
многоразумная
Бога восславляла,
ей по молитвам
в помощь пославшего
рать бесстрашную.*

*(«Беовульф». Перевод В. Г. Тихомирова, П. Н. Полевого,
И. П. Токмаковой)*

Сам пиршественный размах, общее количество и роскошь блюд на столе, скатертей и дорогой посуды были весьма наглядным способом продемонстрировать богатство и силу хозяина дома.

Такова была общая тенденция, однако за исключением тонкой прослойки эстетствующих сторонников «любезной старины», цеплявшихся за давно ушедший в прошлое мир, и далекой, почти недостижимой Византии, где греко-римское влияние еще сохраняло свою полную силу, существовала еще одна достаточно влиятельная сила, способная буквально веками удерживать древнюю традицию римского образа жизни. Это была христианская церковь, или еще точнее – многочисленные монастыри, щедро разбросанные по Франции св. Бенедиктом и его последователями. Надо сказать, что с самого своего рождения церковь представляла собой пассивную и в то же время достаточно заметную оппозицию действующей власти. Когда такой властью были римские императоры, тихое сопротивление было в первую очередь нацелено на защиту слабых и угнетенных против произвола администрации, избравшей своим постоянным пребыванием Вечный Город. Теперь, когда древняя империя рухнула под напором варварских племен, паству следовало защищать уже от этих новомодных (и, без сомнения, греховных) нравов. Как любая достаточно консервативная сила, церковь противопоставляла этим новым веяниям традиционный, и посему представлявшийся лучшим, проверенным временем, уклад. Конечно же, это был, так сказать, Рим идеальный, Рим слабых и беззащитных, ищущих спасения своего единственно на небесах, и потому римское (как и варварское) роскошество было отвергнуто с порога. Сохраняя вопреки всему римскую пищевую триаду (**хлеб-вино-оливковое масло**), церковь именно ее положила в основу своей обрядности. Хлеб и вино – тело и кровь Господня, масло – основа для елея, необходимого при миропомазании, соборовании и прочих обрядах.



Сцена пира. Римская мозаика, ок. 450 г. н. э., Невшатель (Швейцария), Замок Будри

Категорически отвергая мясо, ранняя церковь не только отмежевывалась от варварского мира, не представляющего себе иной трапезы, но также сознательно удаляла от себя идею власти, могущества, силы – всего того, что должна была символизировать пища подобного рода. Также категорически отвергалось варварское пиво, а монастырская трапеза, в отличие от светской, подчеркнуто символизировала равенство, союз, братство всех сидящих за одним столом. Иерархия допускалась едино по отношению к Богу, в момент, когда вкушение св. Даров являло собой приближение верующего к Божеству.

Таким образом начиналось время варварских королей.

Слияние

Варварский мир, как было уже сказано, относился к римской культуре с любопытством и приязнью – в частности, нам известно, что по приказу Теодориха Великого были переписаны римские кулинарные книги. Говоря о застольях этого короля, вновь обратимся к Сидонию Апполинарию:

Что касается его обедов, то обеды в будни ничем не отличаются от обедов частного человека. У него никогда не бывает, чтобы стол гнулся под нечищенным, пожелтевшим серебром, которое разносит у других задыхающийся раб. За обедом ничто не имеет столько значения, как сказанное слово, и потому все или молчат, или говорят о серьезных предметах. Убранство обеденного ложа состоит из пурпура или тонкого полотна. Кушаньям придает цену искусство, а не дороговизна; серебро более обращает на себя внимание блеском, чем весом. И кубки здесь не так часто подносятся гостям, чтобы можно было их обвинить в пьянстве. Одним словом, за столом Теодориха соединены греческая изящность,

галльское изобилие, итальянская быстрота, общественная пышность, частное внимание и королевский порядок. Что же касается до великолепных воскресных праздников (sabbatarius), то я не говорю о них, потому что они известны людям, живущим и в захолустьях.
(Сидоний Апполинарий «Письма, I, 2». Перевод М. Стасюлевича)

Впрочем, с V в. н. э. и далее в ситуацию начинает вмешиваться новый, как обычно, непрощенный, фактор – климат. Прежняя теплая погода сменяется холодными выюжными зимами и сравнительно коротким летом, наступает раннесредневековый климатический пессимизм, который продлится вплоть до середины VIII в. новой эры. Ареал оливковых деревьев начинает сокращаться, все более отступая на юг, так, что уже на широте Парижа оливковое масло становится доступным исключительно для высшей аристократии, и привозить его приходится теперь из Испании или южных французских провинций, виноградники на севере перестают плодоносить или дают вино столь низкого качества, что оно становится негодным для церковного обихода. Прежняя римская кухня все более уходит в прошлое, становясь недоступной с точки зрения финансов, причем это касается не только низшего и среднего класса, но даже королевской верхушки тогдашнего общества.

К сожалению, период от VI и до X в., за скудость и отрывочность письменных свидетельств получивший у историков наименование «Темные века», с точки зрения культурологической изучен еще весьма и весьма недостаточно. Однако мы можем с уверенностью предполагать, что VII–VIII века являются переломными. Именно в это время окончательно исчезает привычка принимать пищу лежа; в хозяйственных документах новой каролингской династии мы находим перечисление исключительно «скамей», причем это новшество на очень ранней стадии принимают также церковные круги. В точности ответа на вопрос о причинах произошедшего не существует. Обычно предполагается, что канувший в Лету Римский мир унес с собой также спокойствие и размеренность прежней жизни, сменившись тревогой и постоянным страхом перед нашествием и войной. И крестьянин, и воин, и женщина, и ребенок должны были быть готовыми в любой момент вскочить и действовать с лихорадочной поспешностью – хватаясь за оружие или, наоборот, ища спасения в бегстве. Как вы понимаете, расслабленное лежачее положение ни тому, ни другому не способствовало.

К началу царствования Карла Великого две триады окончательно сливаются вместе, образуя основу новой, средневековой кухни, которая будет господствовать на столах всех трех сословий вплоть до конца этого непростого периода. Бурно развивающееся сельское хозяйство вновь ставит во главу угла зерновые – каши, лепешки, и, наконец, хлеб, который станет основой питания всех классов средневекового общества от короля до последнего нищего. Вторую позицию прочно занимает мясо, от которого прежние варвары ни под каким видом не готовы были отказаться. И наконец, в качестве третьего ингредиента выступает опять же вино, тогда как пиво оттесняется на позицию вспомогательного, простонародного напитка, о котором городское население будет вспоминать, исключительно если виноград в конкретном году не вызрел или по причине войны и мора не был собран в срок. Касательно жиров, уходящих несколько на задний план, ситуация не получит окончательного решения и будет определяться каждый раз в зависимости от региона, церковного календаря и, наконец, сословных и личных пристрастий. Так, животное сало окажется на вершине иерархии и будет полагаться аристократическим и достаточно престижным, во время многочисленных постов аристократическая верхушка будет требовать для себя дорогого заграничного оливкового масла, а те, кто не в состоянии будет позволить себе ни того, ни другого, вынуждены будут использовать в пищу «плебейское» сливочное масло или выжимки из ореха, мака, плодов бука и т. д. в зависимости от конкретного региона.

«Капитулярий о поместьях», относящийся к эпохе Карла Великого, а также многочисленные хозяйственные записи того же времени изобилуют перечислениями мясного и молочного

скота: быков, коров, овец, коз, а также зерновых – пшеницы, овса, ячменя. Для лучшего вкуса и запаха блюд к ним неизменно добавляются душистые травы – мята, сельдерей, любисток и т. д. – конкретней мы поговорим об этом во второй части книги. У аристократов, монахов, крестьян пользуются доброй славой огородные культуры – порей, листовая свекла, капуста, чеснок. В качестве десертов по сезону может выступать вишня, слива, яблоки и наконец, мед, в то время как сахар еще остается исключительно дорогим и редким продуктом, который по большей части используется как лекарство.

Время расцвета

Все началось, как водится, очень медленно и постепенно со времени Каролингского Возрождения. В отличие от всем известной, скажем так, «второй» по порядку Эпохи Возрождения, малоизвестная «первая» отметилась не громкими достижениями в литературе, искусстве и философии, но прежде всего техническим прорывом, ставшим незыблемой основой для расцвета Высокого Средневековья.

Итак, все началось со скромного кружка Карла Великого – этот в высшей степени неординарный правитель дал первый толчок возрождению латинской учености и технических знаний ушедшей в прошлое античной эпохи. С легкой руки императора возникла т. н. Палатинская академия, куда потянулись выдающиеся умы не только из Франции, но из всей католической Европы. Именно с этого времени (конец VIII в. н. э.) начинается взлет средневековой науки; вместе с богословием – важнейшим направлением тогдашних исследований – начинается углубленное изучение уже полузабытого латинского языка, один за другим на свет Божий извлекаются научно-технические труды Греции и Рима.

Что было дальше? «Металлургическая революция», в результате которой железо, вплоть до того времени дорогое и редкое, становится в достаточной мере доступно для любого более-менее крепкого крестьянского хозяйства. Вместе с тем, вытесняя старинную соху, совершенно непригодную для тяжелых почв севера, в обиход все больше и больше входит тяжелый колесный плуг, урожаи начинают расти, и вслед за тем горячий и пышный хлеб окончательно вытесняет старинные каши, превращаясь в обыденную пищу любого француза (уже француза!) – от короля до последнего крестьянина. Конечно же, сеньоры и здесь не упускают собственной выгоды, вынуждая вилланов молоть зерно исключительно на «баналитетной» (принадлежащей сеньору) мельнице, выплачивая за это соответствующий налог, и давить свой виноград исключительно в «баналитетной» давильне. Однако все эти сложности компенсируются тем, что в погоне за собственной выгодой сеньоры – светские и духовные – одну за другой возводят водяные и ветряные мельницы – очень сложные и дорогостоящие сооружения по тем временам.

Для нашей темы эта первая, с позволения сказать, «индустриальная революция» интересна тем, что на столе у всех сословий оказывается также... суп; точнее, наваристая похлебка с овощами или мясом, в которую, чтобы сделать ее особенно сытной, бросаются толстые куски хлеба – *соурре* – на старофранцузском языке. Уже позднее это наименование перейдет на блюдо как таковое. Население растет, и вместе с тем волей-неволей сокращается площадь лесов, которые превращаются в хлебные поля и пастбища для скота. Касательно этого последнего момента удивляться также нечему; увеличившиеся урожаи позволяют держать скотину круглый год, не забывая ее, как в прежние времена при наступлении зимы, навоз, удобряя поля, еще более увеличивает урожаи... коротко говоря, мясо, в первоначальную эпоху достаточно дорогое и не слишком доступное для низших классов, постепенно начинает проникать в крестьянскую и городскую среду, превращаясь в пищу если не повседневную, то достаточно привычную. Конечно же, речь идет о мясе домашних животных; сократившаяся площадь лесов вынужденно приводит к сокращению охотничьих угодий и значительному уменьшению поголовья крупной дичи. Так, во Франции совершенно исчезают туры, сокращается медвежья

популяция, обеспокоенные подобным поворотом дела аристократы постепенно превращают леса в заповедники для охоты, разрешение на которую становится получить не слишком просто. Посему, если мелкая дичь (кролики, птицы), а также всевозможные ягоды и грибы по-прежнему остаются характерным блюдом крестьянского обихода, в рационе аристократов остается почти исключительно высокопрестижная крупная дичь (олени, медведи, и т. д.). Кроме того, стол простолюдина и простого монаха во многом дополняет и обогащает пресноводная рыба и морская рыба, которой буквально кишат многочисленные реки Франции. Аристократы и высшие церковные сановники полагают рыбную ловлю не слишком интересным для себя занятием, и посему оставляют для собственного стола исключительно крупные или деликатесные экземпляры.



Левит и его супруга. MS M.638, fols. fol. 15 r. (фрагмент) Библия Мациевского, ок. 1250 г., Библиотека Пирпонта-Моргана (Нью-Йорк)

Для Высокого Средневековья характерен также бурный рост городов – впервые со времен давно почившей в бозе Римской империи в стране начинает возрождаться городская культура вместе со старыми городами – еще галльской и римской эпох, а также появляются новые, которые начинают не менее активно расти и привлекать к себе население окрестных деревень. В этих городах, стиснутых со всех сторон крепостными стенами, волей-неволей возникает определенная теснота, земля растет в цене, и мелкий ремесленник или слуга вынужден ютиться в сравнительно скромных апартаментах, где кухня ради экономии больше не предусматривается. Впрочем, выход из положения находится быстро – в городах, опять же, в типично римской традиции, начинает развиваться сеть всевозможных харчевен, таверн и прочих заведений подобного рода, где за очень небольшие деньги можно угоститься сытным обедом. Кроме того, активно развивается, говоря современным языком, «индустрия фаст-фуда» – всевозможные уличные повара стоят на площадях возле небольших печей на колесах или переносных жаровен, тут же предлагая всех проходящим мимо свою нехитрую стряпню: колбаски, пирожки, вафли и т. д. Кроме того, холодную закуску можно в любой момент купить у мелкого торговца или разносчика, который, желая привлечь к себе внимание потенциального покупателя, шныряет даже по самым узким и отдаленным улочкам.

Как это обычно бывает, события, раз сдвинувшись с мертвой точки, нарастают как снежный ком, и вслед за индустриальной следует дорожная революция. Города и сеньоры, кровно заинтересованные во взимании торговых пошлин, за свой счет чинят старые, римские, и прокладывают новые дороги, стараются искоренить разбой, а также строят многочисленные торговые флотилии, привозящие в страну дорогой экзотический товар. Появляется и сразу принимает огромный размах новая мода – ярмарки, важнейшей из которых является Ланди в городке Сен-Дени, под Парижем, где ежегодно продаются многие сотни (а возможно, и тысячи) тонн вина и многочисленные товары из других областей Франции и даже других стран.

И конечно же, Высокое Средневековье осталось в истории как время Крестовых походов. После многих веков забвения Европа открыла для себя Восток и конечно же, не могла не подпасть под утонченное очарование этой цивилизации – далекой, но тем более притягательной. Впрочем, о влиянии арабской и персидской кухни на Францию времен Людовика Святого и позднейших царствований спор далеко не закончен, потому пройдемся лишь короткими штрихами по тем моментам, с которыми согласна большая часть соперничающих школ.

Без всякого сомнения, знакомство с Востоком обострило и во многом обновило наметившийся интерес к заморским пряностям. Справедливости ради следует сказать, что с ними была знакома еще Римская империя, однако именно в это время заново открывшиеся торговые пути позволили куда более широкие возможности импорта в Европу столь притягательного и экзотического товара. Более того, с веками цены на перец, имбирь, калган и т. д. медленно, но неуклонно стали снижаться, делая их вполне доступными для высшего класса и также для богатейших из купцов, причем не в виде особенной диковинки раз в несколько лет, но как привычный элемент, без которого стали непредставимыми королевские или епископские пиры. Более того, к концу эпохи Высокого Средневековья сахарные плантации начинают появляться в Южной Италии и на Сицилии, предвзявая собой резкий поворот во вкусах знати и духовенства, который мы будем наблюдать уже во времена заката феодального строя.

Францию в это время накрывает мода на все «арабское» и «восточное». Пусть Бруно Лорио, один из крупнейших специалистов по средневековой кулинарной истории, вполне убедительно доказал, что подобные блюда мало чем походили на подлинную мусульманскую кухню и представляли собой скорее прихотливые фантазии на тему, имевшие своим авторством людей, которые имели о реальном Востоке достаточно приблизительное впечатление, нет никакого сомнения, что именно в это время в простую и прежде грубую кухню Франции приходит разнообразие острого и пряного, причем к давно привычным экзотическим приправам добавляется типично арабский золотистый шафран, который в кратчайшие сроки взлетит

буквально на вершину моды, едва не потеснив собой «короля пряностей» – имбирь. Кроме того, вряд ли возможно отрицать, что в Европу также приходят новые, восточные по происхождению овощи и фрукты, самыми известными из которых являются абрикос и египетский латук, после многих веков забвения получающий на столах высших сословий буквально вторую жизнь. Франция в это время постепенно открывается миру, впитывая в себя внешние влияния и готовясь к своей будущей роли «кулинарного центра Европы».

Время чрезмерности

Суммируя сказанное, стоит лишь повторить устоявшуюся среди специалистов мысль, что Высокое Средневековье достигло, по сути дела, абсолютного потолка, создав и развив все, что было возможно при тогдашнем уровне науки и техники. Однако обширная земля, густонаселенная и покрытая сетью городов, могла бы медленно стагнировать в течение не одного столетия, но вновь вмешался никем не могущий быть предсказанный фактор – погода.

Ученые спорят о том, что стало причиной т. н. «Малого Ледникового периода», продолжавшегося без малого полтысячи следующих лет. Возможно, в этом сыграла какую-то роль аномальная вулканическая активность, поворот в течении Гольфстрима или, наконец, не до конца понятные процессы на Солнце – в любом случае, на Европу обрушились жестокие холода. «Три года без лета», когда ледяные дожди на корню губили урожай, морозные зимы, когда Сена в самом Париже покрывалась густой коркой льда, – все это привело к катастрофическому голоду 1315–1317 гг. Вслед за тем, не успела огромная страна хоть как-то прийти в себя от последствий хронического недоедания, в Европу пришла Черная Смерть, вторая пандемия чумы, по современным расчетам, унесшая в процентном отношении куда больше жизней, чем обе мировые войны взятые вместе.

И, наконец, Столетняя война, которую не смогли остановить ни чума, ни голод, более века бесконечных сражений и походов мародерствующей солдатни, через посредство которых два монарха – английский и французский – оспаривали друг у друга корону Св. Людовика. Вот на этот в высшей степени устрашающий фон наложились два последних века Средневековой эры.

Но человеческая психика устроена так, что даже самые жестокие испытания способны вызвать только еще более жгучее желание выйти из таковых победителем, насмеявшись над очередным несостоявшимся Апокалипсисом. Именно это произошло и сейчас – постоянно ощущение опасности, страха и неуверенности в завтрашнем дне, поселившееся в даже в королевских и герцогских дворцах, – все это породило истерическую погоню за удовольствиями, эдакую философию жизни здесь и сейчас, или на латинский манер – *ad hoc*. Сегодня, сейчас, не ожидая завтра, которое может и не наступить, угоститься самым лучшим, самым дорогим, самым экзотическим и редким.

Уменьшение населения в городах и селах приводит к тому, что уменьшаться начинают и посевные площади, прежние поля зарастают деревьями и кустами, причем с такой невероятной скоростью, что это шокирует даже тогдашних людей, отчего рождается и получает ход поговорка *«с англичанами вернулись леса»*.

Дичина, прежде редкая и лакомая, становится куда более доступной не только для городского, но и для сельского населения, в погоне за деньгами (а суммы налоговых сборов, как несложно понять, также уменьшаются с сокращением населения!) короли и сеньоры весьма охотно раздают охотничьи лицензии и разрешения на рыбную ловлю в обмен на оговоренную часть добычи или звонкую монету. Деньги в это время уже не редки и вполне доступны всем слоям населения, так что, собирая вкладчину будущее жалованье, крестьяне нанимают для себя булочников и колбасников. Леса и поля превращаются в место выпаса скотины, мясо – в особенности говядина, – тесня привычную в прежние века свинину, становится обычной

частью меню для небогатого населения города и деревни, так что раскопки последних лет обнаруживают настоящие залежи говяжьих костей.

Зато со столов постепенно исчезает пресноводная рыба, на которую во времена прежнего процветания находилось слишком много едоков. Короли волей-неволей вынуждены вводить эдакие «природоохранные» меры, запрещая чрезмерный вылов и особо опасные для рыбьего поголовья ловушки и сети. Посему на столах и городского, и сельского населения привычную в прежние времена речную и озерную рыбу вытесняют морские обитатели – вплоть до китов, дельфинов и всевозможных моллюсков, и конечно же, рыбы как таковой.

Кушанья отныне должны не только насыщать, но и удовлетворять также эстетическое чувство. Рецепты становятся сложными, изысканными, этому немало способствует постепенно снижающаяся стоимость экзотических пряностей, а также высоко ценимого сахара. Сицилийские и итальянские плантации исправно снабжают им города, и сладкий вкус, который постепенно становится все более и более доступным, начинает теснить кислую и пряную составляющую, характерную для прошлых веков. Процесс этот придет к своему логическому завершению уже в Новое время, а пока что сладкий вкус постепенно становится одним из основных, дополняя все прочие, привычные ранее.



Январь. Бревиарий Гримани. 1510–1520 гг. Ms. Lat. I 99 = 2138

Но мало того, в кулинарию приходят яркие краски, блюда окрашивают в разнообразные оттенки – золотой, серебряный, ярко-алый, зеленый и т. д., создавая настоящие кулинарные композиции. Повара соревнуются друг с другом в изобретении самых головоломных блюд, в том числе – несъедобных, на основе ткани, глины или подобных материалов, должны радовать исключительно глаза хозяев и их гостей. В это время впервые со времен Позднего Рима начинают создаваться кулинарные книги, и в те же века живут и творят великие кулинары средне-

вековой Франции – Гильом Тирель, прозванный Тальеваном при дворе французских королей, и мэтр Шикар, главный повар герцогов Савойских. И они сами, и их коллеги, оставившие нам еще несколько безымянных поваренных книг, буквально соревнуются в изобретательности, подавая к столам своих господ рыб в собственной коже, издали кажущихся живыми, павлинов в оперении с раскрытыми хвостами, сидящих на золотых и серебряных блюдах, цельные туши кабанов и оленей – наполовину изжаренные, наполовину вареные, говядину, неотличимую по вкусу от парной медвежатины, и многое, многое другое.

Этот период характерен также тем, что прежний феодальный порядок, построенный на вековом наследственном владении землей, начинает медленно, но совершенно необратимо сдавать свои позиции в пользу нарождающегося капитала – ремесленного и торгового. Аристократы разоряются, не в состоянии больше поддерживать реноме, полагающееся им по статусу, в свою очередь купцы и старшины богатейших цехов желают сравняться с прежними хозяевами жизни в богатстве и роскоши; посему поваренные книги становятся ходким товаром, новомодные печатные издания буквально не справляются с заказами. Те, кто может себе это позволить, обучают по ним собственным поваров, все прочие – могут хотя бы почитать и проникнуться духом чужой роскоши и веселья.

Власть раз за разом предпринимает попытки сохранить привычное положение, выпуская многочисленные «законы о роскоши», должны регламентировать количество и качество блюд, разрешенных для каждого сословия, а также количество гостей и размах пиров, однако никаких видимых результатов добиться так и не удается. Новая власть, власть денег, все сильнее заявляет о себе как первое, еще очень далекое предвестие будущей Революции.

И наконец, завершающие годы Средневековья совпадают с новой эрой в истории Европы, да пожалуй, и всего человечества: эрой Великих географических открытий. Португальцы прокладывают путь в Индию, откуда на европейские столы уже не прежним тоненьким ручейком, а полноводной рекой устремляются всевозможные экзотические продукты, способные пережить долгое путешествие на корабле или караванном пути. Новые, колониальные овощи и фрукты из едва только открытой Америки – картофель, помидоры, тыквы, фасоль – начинают теснить прежние культуры, причем процесс этот приобретет такой размах, что многие продукты, в течение сотен лет составлявшие неизменную принадлежность европейского стола (такие, как вигна, сахарный корень или смирния), окажутся столь радикально забыты, что в скором времени вернутся в дикое состояние. Но это случится уже позднее. А мы начинаем наше неспешное путешествие по кулинарной карте Франции в пространстве и во времени...

Глава 3

Введение в средневековую диетологию

С точки зрения старинной медицины

Общие понятия

Средневековая медицина корнями своими уходит в греко-римскую древность, основой ее учения стали труды великих классиков прошлого – Гиппократ, Гален, Аристотель и арабских медиков Раннего Средневековья. Проникшее во многие работы представление о косности, невежестве и беспомощности тогдашних врачей, как любой миф, совершенно не соответствует действительности. Несомненно, тогдашние возможности стократно уступали нынешним, однако врачи прекрасно знали свойства «зеленой аптеки» и умело пользовались пациентами с помощью лекарств на растительной и животной основе. Также уверенно справлялись они с ранами, вывихами, переломами и даже простейшими операциями, используя для того примитивные формы наркоза – одурманивающее питье, сдавливание нервов, замораживание пораженного участка тела с помощью снега и льда¹.

Слабость старинной медицины проявлялась не столько на практике, сколько в любых попытках сформулировать общие теоретические представления о здоровье и болезни и в дальнейших попытках извлечь из этой умозрительной системы некие практические выводы. Удивительного в том ничего не было – человеческое тело представляет из себя сложнейшую биологическую систему, которую едва лишь стали понимать в Новейшее время. Кроме того, медицина в Греции и Риме была неотделима от философии – смелой, но практически невозможной попытки составить мироздание из немногих конкретных элементов, связав в единое целое микрокосм (человеческое тело) и макрокосм (Вселенную). С этим багажом медицина пришла в Средневековье, несколько развившись за счет учения арабских медиков, но основы, заложенные Гиппократом, Галеном и Аристотелем, остались неизменными. Можно сказать, что и в этом не было особой беды, если бы шли споры и отбрасывались не оправдавшие себя гипотезы. Но неизменность канона, слепая приверженность теории, освященной великими именами, на страже которой стояла как светская, так и духовная власть, породила более чем странную картину: над динамично развивающейся «низовой» практикой возвышалось уродливое здание давно изживших себя концепций².

¹ Справедливости ради следует также упомянуть о гениальной догадке Лукреция, о «контагии», то есть заражении, согласно которому болезнь вызывается некими невидимыми глазу «скотинками», проникающими в тело. Сформировавшаяся на основе этого учения школа «контагионистов», предписывавшая для избавления от эпидемии длительные карантин и строгое разделение больных и здоровых, просуществовала до Нового времени, но подлинную жизнь получила исключительно после открытия микроскопа.

² Несомненно, мы несколько упрощаем картину; так, в «низовой» практике рациональные методы лечения и накопленный многими поколениями опыт причудливо смешивались с многочисленными колдовскими обрядами. И все же именно в этих «низших» практиках шел поиск и шло развитие, в то время как университетская медицина того времени раз и навсегда застыла в традиции, освященной авторитетом древних.



Неизвестный художник. Лечение больного посредством овсяного отвара – Tacuinum Sanitatis (Codex Vindobonensis), series nova, 2644 f. 44v., конец XI

С этими теориями стоит познакомиться поближе. Немногочисленные элементы, которые, смешиваясь между собой в тех или иных количествах, образуют живые и неживые объекты и весь видимый мир как таковой, – основа основ философии древних. До логического конца ее довел Эмпедокл из Акраганта, учивший, что этими первоэлементами являются вода, земля, воздух и огонь. Неудивительно, что знаток и горячий приверженец философии Эмпедокла Гиппократ пошел по тому же пути, в своем сочинении «О природе человека» предположив, что здоровье и болезнь зависят от взаимной гармонии четырех «гуморов» (или, как порой переводят, «жидкостей», или «соков») омывающих внутренние органы. Это кровь, слизь (или флегма), черная желчь³ и желтая желчь. Если их количества в организме соответствуют

³ В среде историков медицины этот странный компонент так и не нашел себе окончательного понимания. Иногда предполагается, что речь идет о более темной венозной крови или черных раневых выделениях, которые могли приниматься за нечто присутствующее в организме и выходящее наружу только в критических случаях.

норме, и гармонично соотносятся между собой, человек здоров. Любое нарушение (избыток или недостаток одного из гуморов) неизбежно ведет к болезни.

Четыре элемента Эмпедокла и четыре основные качественные характеристики мироздания, которые они несут в себе (холод, жар, сухость и влагу), вполне последовательно продолжались в четырех гуморах «отца медицины», порождая картину, по выражению Эриха Бирна, посвятившего специальную работу состоянию средневековой медицины, «*логичного, убедительного – и ничего общего не имеющего с реальностью*». Трудями позднейших продолжателей дела Гиппократов, попытавшихся увязать теорию гуморов с астрологией, а также чисто умозрительно (не будем забывать, что церковь долгое время запрещала вскрывать человеческие тела) с органами, якобы «порождавшими» тот или иной гумор, окончательная картина функционирования человеческого тела приобрела следующий вид:

Четыре гумора и их соответствия в микро- и макрокосме				
Гумор	Кровь	Слизь	Желтая желчь	Черная желчь
Элемент	Воздух	Вода	Огонь	Земля
Орган	Печень	Мозг/Легкие	Желчный пузырь	Селезенка
Время года	Весна	Зима	Лето	Осень
Качество	Жар/Влага	Холод/Влага	Жар/Сухость	Холод/Сухость
Темперамент	Сангвиник	Флегматик	Холерик	Меланхолик
Планета	Юпитер	Луна/Венера	Солнце/Марс	Сатурн

Питание здоровых

И все же врачи того времени зачастую были совершенно бессильны побороть недуг. Ни травяные, ни животные лекарства, ни хирургический нож не могли помочь больному чумой, проказой или черной оспой. Тот же Гиппократ советовал своим последователям, что болезнь куда легче предупредить, чем излечить (мудрость, опять же не потерявшая своего значения до нынешнего времени). Для поддержания телесного здоровья основными его советами были: здоровый сон, здоровая среда обитания (вдали, например, от болот с их ядовитыми испарениями), физические упражнения и по возможности – отсутствие жестоких нервных потрясений, губительно влияющих на соотношение гуморов. Кроме того, не последнюю роль в поддержании здоровья играла диета. В самом деле, если гуморы порождались съеденным и выпитым, все входящее в организм должно было быть строго дозировано между собой, чтобы поддержать здоровое соотношение гуморов. Излишества, как и недостаток в пище и питье, вели к болезни.

Однако диета должна была в свою очередь учитывать естественные свойства каждого человека. Опираясь на свою теорию, Гиппократ вывел на ее основе классификацию людей по четырем темпераментам:

- Преобладание крови (лат. *sanguis*, *сангвис*, «кровь») делает человека подвижным и веселым – **сангвиником**. Это, как правило, жизнерадостные, полнокровные люди со здоровым цветом лица, постоянно хорошим настроением и отменным аппетитом.
- Преобладание желчи (греч. *χολή*, *хале*, «желчь, яд») делает человека импульсивным, «горячим» – **холериком**. Для холерика характерны желтоватость кожи, язвительный и злой характер.

- Преобладание слизи (греч. φλέγμα, *флегма*, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным – **флегматиком**. Флегматик мягок и рыхл и мало подвержен эмоциональным потрясениям.

- Преобладание чёрной желчи (греч. μέλαινα χολή, *мелэна холе*, «чёрная желчь») делает человека грустным и боязливым – **меланхоликом**. Темный и мрачный меланхолик, как правило, худ, физически не слишком силен и зачастую способен впасть в пессимизм и мрачное настроение.

Таким образом, сангвиникам особенно полезна птица, горячая и влажная, соответствующая их собственному типу, флегматикам – холодная и влажная рыба и т. д. Уже в средневековую эпоху теория диетического питания на основе гуморальных соотношений была доведена до логического совершенства. Так, арабский врач XI века Абу Ибн Бутлан в своем сочинении «Таблицы здоровья» (*Tasiniim sanitatis*) предлагал сложную систему соотношений, которыми пища и питье способны дать человеческому организму нужное ему качество. Система эта, как было и принято в те времена, являлась совершенно умозрительной, в чем автор сам признается в своем сочинении, передвигая, к примеру, «влажный» лук в сторону «сухости», что кажется ему более рациональным.

Эти предписания отнюдь не оставались мертвой буквой; наоборот, они легли в основу регламентации обеда, порядка подачи блюд, сопровождения их напитками; всего, что составляет застольный обычай Средних веков, с точки зрения нашего времени достаточно необычный. Так, желудок полагался неким котелком, в котором пища в буквальном смысле переваривалась, подвергаясь вторичной обработке, чтобы затем, пройдя еще несколько стадий, превратиться в материю для построения человеческого тела: костей, мышц, кожи и конечно же, гуморов. Таким образом, вареная или жареная пища полагалась куда легче усвояемой, чем сырая (рассуждение достаточно здравое). Холодная пища в свою очередь требовала от желудка дополнительных усилий по ее подогреву; таким образом, холодные и влажные блюда, как то сочные фрукты или арбузы, полагалось есть в начале обеда, чтобы дать желудку время справиться с дополнительной нагрузкой. Кроме того, содержащийся в них холод предписывалось нейтрализовывать жаром вина или же соли. И наоборот, твердый сыр полагался «жарким» и достаточно тяжелым для желудка, так что его следовало обязательно съедать напоследок, в противном случае он рисковал остаться непереваренным. Вообще, начинать обед врачи рекомендовали с легких, почти невесомых закусок, не составлявших сложности для пищеварительных органов, а затем, несколько натренировав последние таким образом, переходить к более трудной для внутренней работы пище.

Диетических систем было множество, зависели они исключительно от воззрений своих авторов и доходили порой до невероятной головоломности. Так, к примеру, горячей и влажной птице обжаривание придавало сухость, а добавление уксуса, наоборот, увеличивало содержание влаги. Зеленые финики полагались холодными и сухими, созревая же, они переходили в разряд горячих и влажных блюд – короче, сориентироваться в подобном многообразии мог либо многоопытный повар, либо высокоученый медик. Для того, чтобы продемонстрировать, как это выглядело в практическом приложении, давайте посмотрим на таблицу гуморов из *Tasiniim sanitatis* – сочинения, достаточно известного в Позднее Средневековье.

Питание больных

Но если болезнь все же пришла и по какой-то причине правильное соотношение гуморов нарушилось, одной из возможностей лечения больного также представлялась правильная диета. Средневековые врачи следовали правилу излечивать патологию ее противоположностью: так, «горячие и влажные» лихорадочные состояния, вызванные, по воззрениям того времени, избытком в организме горячей и влажной крови, вместе с необходимостью избавиться

от этого излишка посредством кровопускания под контролем врача дополнялись также диетой из «холодных» салатов и тыкв, способных восстановить в организме утеранный баланс.

Специальная диета существовала буквально для любого недуга – так, Жан Ле Льевр во время жестокой эпидемии Черной смерти предписывал больным чумой или тем, кто волею судеб оказывался в зараженном районе, воздерживаться от горячих и влажных блюд, способных поощрить возникновение чумного жара, – птицы, особенно жгучих пряностей (имбиря, гвинейского перца), старых вин, а также всего «горячащего кровь» и уже потому способного сделать человека более уязвимым (гнева и раздражения, физических упражнений и даже физической любви). Ввиду того, что по тогдашним медицинским учениям эпидемия воспринималась как облако отравленного воздуха, поднявшегося из болота или иного «нездорового» места, и ядовитые «миазмы», как полагали, способны оседать на пищу и растворяться в питье, рекомендовалось отказываться от легко портящихся продуктов – молока, бараньего жира, фиг, земляники, слив, – в особенности если они доставлялись из района, пораженного эпидемией.

Распределение продуктов питания по приносимым организму качествам (по кн. Tacuinum Sanitatis)									
	Степень сухости			←	0	→			Степень влажности
	4	3	2	1	0	1	2	3	4
Степень жара									
	4	Чеснок						Лук, баклажан	
	3	Горчица, иссоп, майоран, мята, рута, анис, свежая рыба	Каперсы, лук-порей, земляной миндаль, фенхель, хрен			Лесной орех	Дикий подсолнечник		
	2	Соль, сушеное или соленое мясо, старое вино	Миндаль, укроп, петрушка, сельдерей, пшеничная каша, овсяный отвар, каши, курятина, мясо газели, зайчатина, говядина, сердце, селезенка, соленая рыба, молодое вино, мед	Бasilik, цитрусы, сосновые орешки	Лакрица, белый хлеб, черный хлеб, куropатка, фазан, свежепожаренное мясо	Лумбанг, бананы, паcтернак	Спелые финики, сладкие яблоки, изделия из теста, пшеница, голуби, утки, гуси, фазаны, баранина, голова, тестикулы, печень, жир	Сахарный тростник	

	1			Каштаны, незрелые финики, капуста, шалфей, редис	Свекла, петрушка, шафран, сушеный инжир		инжир, спаржа, руккола, кресс-салат, лакрица, нут, вигна, изюм, козлятина, телятина	изюм, гранат, грецкие орехи, твердый сыр, сахар		
	0				Оливки	Полба, молоко				
	1		Уксус	Пшено, бобы	Рубец		Шпинат, рыба вареная и маринованная	Слива, груша, свинина		
	2		Померанец, желузь, лимон	Дикий финик, айва, кислые яблоки, мушмула, ячмень, рис, галантин, жареная маринованная рыба		Пресные лепешки, соленое жареное мясо	Краб, базилик, гвоздика	Абрикос, дыня, тыква, огурец, трюфеля, латук, мозг, миноги, горячая вода	Персик, черешня, сладкий арбуз, кислый гранат	
	3		Камфара	Кислая вишня, сок незрелого винограда					Индийский арбуз, снег, лед	
Степень холода	4									Ключевая и дождевая вода

С другой стороны, «холодный» и «сухой» уксус почитался в высшей степени благотворным, врачи рекомендовали полоскать им рот, смазывать под мышками и в паху (то есть в тех местах, где могли появиться или уже появились чумные бубоны), а также дышать через смоченную уксусом губку⁴.

Не меньше внимания уделялось правилам питания прокаженных, болезнь которых полагалась возникшей по причине «разгула» в организме черной желчи⁵. Им, соответственно, предписывалось избегать «меланхолических» блюд, как то чечевицы, говяжьего мяса или старых гусей, способных «иссушить» и без того сухой от болезни организм. Не стоило также есть диких животных и птиц, так как ослабевшему желудку было бы сложно справиться с содержащимся в них избытком крови, что, в свою очередь, могло только усилить начавшееся внутреннее гниение. Также представлялось совершенно необходимым поддерживать силы больных за счет обильной и сытной пищи, поэтому в лепрозории Гран-Больё монашкам, заболевшим проказой, полагался рацион и количеством, и качеством пищи превосходящий рацион здоровых, вплоть до того, что в дни самого строгого поста им полагалось выдавать «половину четверти бараньей туши» и 10 буханок (то есть 14 кг) белого хлеба в неделю, бобовый или гороховый суп, вино, по куску сала в месяц и, наконец, по пятницам и субботам – коровий рубец. Бруно Лорио специально подсчитал, что подобная пища давала до 4 тыс. калорий в день.

Сохранившиеся записи больничных расходов свидетельствуют о том, что для больных закупались курятина, сахар, яйца и хлеб – с точки зрения тогдашней медицины продукты легкоусвояемые, «*близкие по природе своей человеческому телу*», не отягощающие ослабленный желудок. Особенно подобная диета рекомендовалась выздоравливающим; однако в режим

⁴ Вера в защитную силу уксуса оказалась столь живучей, что даже в XVIII веке российские медики советовали во время чумных эпидемий как можно чаще мыть им лицо и руки, а также пропитывать белье уксусными парами.

⁵ Этот «разгул» в свою очередь полагался расплатой за сексуальную неводержанность. Обоснование тому было вполне в средневековом духе: символом блуда в те времена выступал заяц, а «заяц, спасающийся (от орла)» (*lepus oge*), хорошо известный средневековому читателю из героической поэмы Силия Италика «Пуника», по звучанию подозрительно напоминал *leprosum* – «пораженный проказой»!

любого пациента в обязательном порядке должны были входить куриный бульон и овсяный отвар.

Впрочем, не следует считать, что средневековая диетология была совершенно беспомощна. Наряду с рецептами, родившимися исключительно в университетских кабинетах, как то обычно бывает, соседствовали вполне здравые рекомендации. К примеру, итальянец Майно де Майнери советовал толстякам, желающим похудеть, отдавать овощам предпочтение перед мясом и подолгу поститься, чтобы научиться переносить голод⁶.

В соответствии с религиозной доктриной

Католическое учение и его отношение к пище

В «Деяниях апостолов» описано видение Св. Петра, в котором ему является множество животных и птиц, среди которых находятся и те, что запрещены к употреблению иудейскими канонами, и голос с небес напутствует, *«что Бог очистил, того ты не почитай нечистым»* (Деяния Апостолов X, 10–15). Ту же мысль еще раз подтверждает Первое послание к Коринфянам: *«Все, что продается на торгу, ешьте без всякого исследования, для спокойствия совести; ибо Господня земля, и что наполняет ее»* (X, 26). Опираясь на это, а также на слова апостола Павла что *«нет ничего в себе самом нечистого»* (Послание к римлянам, XIV, 14), христианская религия решительно отвергла пищевые запреты иудаизма. Современные исследователи предполагают, что в основе подобного решения лежало стремление обратиться в новую веру греко-римских язычников, для которых сложные иудейские запреты могли стать непреодолимой к тому преградой.

Так или иначе, подобное воззрение было еще раз подтверждено Иерусалимским апостольским собором (Деяния, XV, 29)⁷ и наконец уже окончательно закреплено решениями Антиохийского собора (III век н. э.), в которых святые отцы сочли нужным специально отметить, что христиане едят все, *«вплоть до свинины»*. Теоретически разрешенной стала любая пища, ограничения сводились к обычаям и вкусам конкретного региона, однако религия в этом уже не принимала участия. И, наконец, в IX веке папство сочло необходимым отвергнуть последний иудейский запрет, принятый учениками Христа, – не есть «удавленины» (то есть животного, попавшегося, например, в ловушку-петлю или же удушенного в ритуальных целях) или животного, чья кровь не до конца была выпущена из тела.

Христианские запреты касались исключительно разделения «поста» и «мясоеда» – особых периодов, когда верующим следовало воздерживаться от потребления животной пищи, – и прочего времени, когда выбор блюд зависел исключительно от индивидуального вкуса и толщины кошелька.

Форма сорокадневного поста (в современности называемого Великим) складывалась постепенно. Основой ее были библейские указания, что Моисей постился сорок дней и сорок ночей, прежде чем получил от Бога скрижали с десятью заповедями. Христос тоже удалялся в пустыню для поста и молитвы на сорок дней⁸. Предполагается, что предпасхальный пост практиковался уже в раннюю эпоху существования христианства, быть может, первоначально распространяясь исключительно на тех, кто готовился принять крещение (в те времена производившееся над взрослыми и приурочивающееся, как правило, к пасхальным праздникам). Для остальных пост был обязателен в канун Пасхи, но правила его проведения разнились от

⁶ Майнери советует им также принимать «лекарства для похудения», но о чем конкретно идет речь, установить не удастся.

⁷ В настоящее время историчность Иерусалимского собора подвергается сомнению.

⁸ К «сорокаднью», или по-латыни *quadagesima*, восходит современное французское обозначение поста – *carême*.

одной общины к другой. Понадобилось постановление Никейского собора (325 г.), окончательно утвердившее традицию Великого поста – шести предпасхальных недель, или 36 дней, так как по воскресеньям поститься не полагалось. В конечном итоге цифру округлили – в VII веке н. э. к периоду поста добавлены были еще четыре дня, так что Великий пост отныне стал начинаться с Пепельной среды – на седьмой неделе перед Пасхой, и традиция эта дошла до нашего времени. Еще один длительный пост приходился на время адвента – четырех недель, предшествующих празднику Рождества, когда церковь требовала от своей паствы воздерживаться от скоромной пищи не менее строго, чем то полагается во время сорокадневья.

Кроме того, у ранних христиан постными днями считались среда и пятница, что отражено в «Дидахе» или «Учении двенадцати апостолов». Около 400 года для западной церкви вошло в обычай вместо пятниц поститься по субботам, что позднее привело к очередному разногласию с восточным христианством, которое видело в правиле субботнего поста скрытое празднование еврейского шаббата. Впрочем, субботний пост не сумел удержаться в каноне, несмотря на все усилия средневековых пап, местные традиции оказывались сильнее, и наконец Иннокентий III вынужден был в 1206 году окончательно позволить по субботам *«соблюдать обычаи своей земли»*, и второй день поста окончательно утвердился в пятницу, в день памяти Страстей Христовых.

Также принято было воздерживаться от мясной пищи в кануны великих праздников и праздников, посвященных апостолам и значимым местным святым (Св. Марку, Св. Иоанну, почитаемому во Франции Св. Лаврентию и т. д.) а также в среду и пятницу недели, начинающей новое время года (т. н. Пост Четырех Времен года). Кроме того, к общеобязательным постным дням прибавлялись принятые в качестве таковых в конкретной «земле» – баронстве, герцогстве или графстве. В общей сложности, по подсчетам Бруно Лорио, средневековый христианин вынужден был (в зависимости от места проживания) поститься от ста до двухсот дней в году. По всей видимости, свой окончательный вид система ежегодных постов приняла в начале XIII века. Не стоит забывать, что кроме этих «обязательных» постов благочестивые люди порой предавались посту добровольному, посредством которого пытались отвести несчастье от себя и своих близких или же смягчить уже разразившийся гнев Божий (так, многие постились во время чумных эпидемий, надеясь подобным образом спасти свои семьи).

Ранние христиане придерживались правил максимально строгого поста – когда из списка разрешенных продуктов исключались мясо, рыба, яйца, жиры, – однако с превращением христианства в мировую религию подобные строгости в скором времени были отставлены. Запрещение мяса и птицы удержалось до нашего времени, объяснением тому полагалось, что эта «горячая и влажная пища» разжигает жар в крови, способствует дурным мыслям и физическому влечению, которое во время поста требовалось совершенно в себе подавить⁹. Яйца и молоко запрещались во время адвента и сорокадневья (по причине того, что они происходили от тех же птиц и животных)¹⁰, но позволялись в остальные постные дни. Что касается рыбы, она стала важнейшим постным блюдом, скрашивая собой однообразную овощную диету. Эта «холодная и влажная пища», по мнению отцов Церкви, никоим образом не могла потворствовать «разгулу плоти».

Круговорот поста и мясоеда стоит проиллюстрировать еще одной таблицей, созданной по сохранившимся документам лепрозория Гран-Больё в Аррасе. Лепрозорий полагался благотворительным учреждением, устав которого был близок к монастырскому, и потому порядок религиозных установлений имеет наиболее правильную форму:

⁹ Самым недвусмысленным образом на эту тему выразился Исидор Севильский (VII в.), объявив, что *«мясная пища потворствует роскоши и прихотям плоти, она горячит кровь и тем самым питает все пороки»*.

¹⁰ Так, например, Св. Фома Аквинский, поясняя этот запрет, полагал, что подобная пища *«наиболее вкусна и притягательна»* – иными словами, способна отвлечь христианина от выполнения его религиозного долга.

Еженедельное питание в лепрозории Гран-Больё (вторая половина XIII столетия)				
Дни/Периоды	Мясоед	Великий пост	Адвент	Кануны праздников
Воскресенье	Мясо (1 порция)	Сельдь/ сушеная рыба ¹	Сельдь	—
Понедельник	Суп ²	Сельдь	Сельдь	Сыр/Яйца
Вторник	Мясо (половина порции)	Сельдь/сушеная рыба	Сельдь	Сельдь/рыба и бобы
Среда	Суп	Сельдь	Сельдь	Сыр/Яйца
Четверг	Мясо (1 порция)	Сельдь/сушеная рыба	Сельдь	Сельдь/Рыба и бобы
Пятница	Суп	Сельдь	Сельдь	Сыр/Яйца
Суббота	Суп	Сельдь	Сельдь	Сыр/Яйца

¹ Сушеная рыба в добавление к порции из сельди, по всей видимости, полагалась прожженным.

² Состав неизвестен.

Подобные же сведения содержатся в документах и счетах провансальцев. Так, во время Великого поста все христианские бойни¹¹ были закрыты и мясо не продавалось на рынке, кроме того, мясникам не полагалось работать по средам, пятницам и субботам (которые также считались на юге постным днем). Закупки мяса приходились на вторник, четверг и, в особенности, на воскресенье.

И наоборот, согласно сохранившемуся договору, датируемому 1448 годом, двое зажиточных рыбаков, имевших во владении собственные ладьи, должны были выходить в море трижды в неделю (по всей видимости, в «постные дни» – среду, пятницу и субботу), с начала ноября и вплоть до Пепельной среды – первого дня Великого поста. В течение же сорока-дневья им вменялось в обязанность вести лов ежедневно, снабжая граждан Э-ан-Прованс угрями, кефалю, муреновыми – и прочими обитателями морских глубин.

Но если знать даже во время поста могла позволить себе роскошные рыбные обеды, прочее население, для которого пост по сути своей превращался в унылую многодневную диету из сельди с гороховым пюре и овощным или рыбным бульоном, заметно тяготилось этим установлением, рассматривая его в качестве лишения и даже наказания. Впрочем, к последнему причины были: церковь действительно использовала дополнительные постные дни как средство наказания (порой – пожизненного) для преступников, уличенных в том или ином деянии, подвластном епископскому суду. Так, некий Луи Кестело из Турне, обесчестивший юную золовку, в 1474 году осужден был на то, чтобы в течение года поститься по субботам. Еще один растлитель – Бодуэн де Скеппер, «познавший телесно» двух собственных сестер и вслед за тем еще и племянницу, – осужден был на то, чтобы в течение всей своей жизни поститься в день Св. Апостола Фаддея.

Крестьяне, а уж в особенности здравомыслящее городское население искали и находили поводы, чтобы уклониться от столь тягостного обязательства. Действительно, церковные статуты разрешали есть скоромное тем, кто «*по возрасту или слабости телесной*» не был в состоянии выдержать ограничения, сопутствующие постному времени. Так, от поста освобождались

¹¹ Оговорка необходима – евреи продолжали торговать мясным, что было причиной постоянной к ним враждебности со стороны христианского населения.

дети и подростки до 14 лет, больные (а кое-кто спешил заявить о своей «телесной немочи», получая от сговорчивого священника нужное разрешение), а также те, кто находился в пути или был занят тяжелой физической работой. Кроме того, в неурожайные годы стало обычаем де-факто закрывать глаза на подобные нарушения, альтернативой которых стала бы смерть, и сам папа в конечном итоге предписал *«не наказывать тех, кто действует таковым образом по крайней необходимости»*.

Отношение мирского населения к посту хорошо иллюстрируется на примере многочисленных ярмарочных представлений «Войны между постом и мясоедом», ставшей неотъемлемой частью французского фольклора (древнейший из сохранившихся списков этого действия датируется XIII веком). Представление разыгрывалось в Жирный вторник (*mardi gras*), – последний день мясоеда, за которым наступал сорокадневный Великий пост, в последний раз позволяя зрителям, по выражению Бруно Лорио, *«вздохнуть о жирных каплунах и жареной ягнятине, а также горячих пирогах с хрустящей корочкой»*. Само же представление заключалось в том, что легионы Поста (вонючая селедка и груды тухлой морской рыбы – достаточно красноречивое свидетельство отношения мирян того времени к посту – не правда ли? – вкупе с горохом, бобами, пюре, печеными яблоками, овсом, рисом и прочей постной едой) ведут военные действия против Мясоеда, на стороне которого пироги, мясо и птица. Потешный бой заканчивался победой Мясоеда, и пост был оттеснен со своих позиций до такой степени, что его обязывали не выходить за пределы *«шести недель и еще трех дней в течение года»*. В самом деле, не будучи в состоянии полностью отменить укоренившуюся традицию даже в своем воображении, можно было хотя бы попытаться ее четко ограничить.



Питание здоровых. Ги Маршан. Январь. Пастушеский календарь, BM-SA 3390, f. 008 v., 1493 г., Муниципальная библиотека, Анжер, Франция

Также для любителей мясного существовало и несколько любопытных способов удовлетворить свою слабость, не впадая в глазах церкви в смертный грех. Одним из них был бобрый хвост. По распространенному в те времена представлению, он должен был оставаться постоянно опущенным в воду – попытка вынуть хвост из воды и тем более продержать его в подобном состоянии долгое время приводила к смерти бобра. Таким образом, искомый хвост полагался «рыбным», и есть его можно было на совершенно законных основаниях, в то время как остальная часть бобра полагалась «мясом» и подлежала запрещению¹². Вторым

¹² В основе этого странного для нас поверья лежало то, что бобрый хвост покрыт крупной чешуей, по виду напомина-

была казарка (bernache) – причиной тому было довольно забавное суеверие, державшееся в умах на протяжении всей средневековой эры. Согласно ему, казарка представлялась «фруктом», растущим на особом «гусином» дереве и по созреванию падавшим в воду. Полагают, что поверье это происходит от простейшей словесной путаницы: казарка (bernache) по своему французскому названию омонимична одному из видов морских моллюсков – морской утке (bernache), более того, на изломе раковины этой последней можно разглядеть рисунок, чем-то напоминающий казарку в миниатюре. Так или иначе, «казарку-фрукт» ели во время поста, не считая подобное грехом¹³.

Пищевые каноны иудаизма

Иудейские общины в средневековой Франции были достаточно многочисленны, но об иудейской кухне того времени мы знаем, как это ни может показаться странным, из судебных дел инквизиции. Строго говоря, граждане иудейского вероисповедания не могли преследоваться по христианским законам и не попадали под юрисдикцию инквизиционного суда, но ввиду того, что часть из них (особенно в Испании), спасаясь от смерти или изгнания, притворно приняла католичество, доносчикам из числа инквизиторов или их добровольных помощников вменялось в обязанность выслеживать подобных «еретиков». Соответствие их питания иудейским канонам играло в подобных изобличениях немалую роль.

Кашрут – правила питания для религиозных евреев, изложенные в библейских книгах «Левит» и «Второзаконие» и далее подвергшиеся многочисленным толкованиям со стороны ученых раввинов, – постепенно превратились в достаточно сложную и изощренную систему, требующую специального изучения. Исконные библейские запреты объявляют «нечистыми» и потому непригодными для еды четвероногих, не обладающих рогами, раздвоенными копытами и не жующих жвачки (в частности – свинью, этот запрет, как известно, был унаследован исламом), зайца и прочих зверей. Среди морских обитателей разрешены для еды исключительно те, что имеют плавники и покрыты чешуей. Также запрещены некоторые птицы и все «безногие» существа, иными словами – беспозвоночные, моллюски и змеи.

Что касается «чистых» животных, то их следовало подвергнуть забою особым ритуальным образом, в частности выпустить на землю всю кровь (для того, чтобы смыть кровь наверняка, в обычай вошло погружать мясо в специальный рассол со специями – *meliha*), вырезать жир (в древние времена употреблявшийся в качестве жертвы Богу Израиля) и, наконец, удалить подколенные сухожилия в память о том, как Иаков боролся с Богом и охромел из-за стянувшегося чудесным образом сухожилия (Бытие, XXXII, 32). Мясник должен был обязательно исповедовать иудаизм и быть профессионалом в своем деле, уметь орудовать ножом и знать законы ритуального забоя, по которым его порой обязывали сдать специальный экзамен (до наших дней сохранились любопытные пособия, призванные готовить к нему кандидатов, в частности пособие Вениамина бен Ицхака, датированное 1370 годом).

В случае, если туша по той или иной причине подлежала выбраковке, ее по дешевой цене продавали иноверцам. Подобная конкуренция не могла не настроить против евреев мясников-христиан, имевших в средневековом обществе значительный вес и влияние. Кроме того, особенное раздражение христианского большинства вызывал тот факт, что во время Великого поста еврейские бойни, в отличие от христианских, были по-прежнему открыты, и еврейские

ющей рыбой. Так как «гибридные» животные были вполне привычны для европейского мировоззрения, начиная с античных кентавров, а биология как наука еще не успела возникнуть, нетопырь полагался гибридом мыши и птицы, а бобр соответственно – зверя и рыбы, так что «рыбную» его часть можно было без всяких последствий есть во время поста.

¹³ В это же время иудейские раввины также вели горячий спор касательно казарки. В самом деле, если это фрукт – его можно есть, ни о чем не думая, если птица – она подлежит ритуальному забою, а если моллюск – правоверному еврею подобная еда запрещена!

купцы бойко торговали мясом, бывшим излюбленным компонентом многих привычных им блюд. Так, по сохранившимся документам удалось подсчитать, что домочадцы богатого купца Самюэля да Риети из Фолиньо за одну неделю Великого поста (то есть время, когда благочестивые христиане перебивались рыбой и овощным рагу) сумели употребить 25 кг говядины, 20 кг телятины, полтора ягненка, 6 голубей и два каплуна.

Что касается приготовления хлеба, особых требований к тому не было, за исключением опресноков или мацы – ритуального кушанья во время Пасхи. Опресноки представляют из себя хлеб из воды и муки с небольшим добавлением соли и должны напоминать верующим иудеям об Исходе из Египта и пресном хлебе, которым поневоле приходилось питаться их предкам в пустыне. Руководствуясь сеньориальными или муниципальными законами, выпекать его приходилось в общей печи. Это шло вразрез с иудейским законом, но выхода не было, и потому раввины сумели выработать компромиссное решение, требуя, чтобы верующий еврей бросал в огонь дополнительное полено, «очищая» его таким образом от христианского влияния. Подобное действие также не осталось незамеченным, и слухи, что *«евреи отравляют христианский хлеб»*, также добавили к ним враждебности, в полной мере выплеснувшейся во время эпидемии Черной Смерти.

Для фруктовых деревьев законы кашрута запрещают собирать плоды ранее, чем пройдет три года с момента посадки ростка. Что касается вина, необходимого в иудейском ритуале, в Средневековье верующим евреям волей-неволей приходилось использовать «христианское» вино, за неимением другого.

Готовить еду для евреев мог исключительно единоведец, строго соблюдая определенные правила, – так, к примеру, категорически запрещалось смешивать молочную и мясную пищу, для той и другой полагалась разная посуда и по возможности даже разные скатерти на столе.

Лже-обращенные выдавали себя типично восточными блюдами, прочно вошедшими в привычку и религиозный ритуал франко-испанского региона. Так, «субботний отдых» обязательно требовал, чтобы на столе присутствовал «хамин» (*hamin*) – суп с мясом и крутыми яйцами. Ввиду того, что суббота в Провансе считалась «постным» днем, тайно исповедовавшие иудаизм шли на хитрость, заменяя мясо куском сардины.

Однодневный пост, предшествующий празднику Йом-Кипур (первый день после сентябрьского новолуния), полагалось предварять легкой закуской из птицы, при том что запрещалось добавлять к ней пряности или пить вино. И наоборот, разговение знаменовалось пышным обедом, на котором обязательным блюдом был густой суп, в который добавлялись сваренные вкрутую яйца, мед, миндаль, сушеные фрукты, сушеные каштаны, сосновые или кедровые орешки, подливка, растительное масло и «прочее в том же роде», возмущается сарагосский инквизитор, сохранивший для нас этот рецепт. Это блюдо варилось в течение двух-трех часов и затем подавалось на стол.

Во время семидневного празднования Суккот полагалось угощаться сладостями, на праздник Пурим обязательно следовало приготовить кассату – нежный творожный торт, для которого в огромном количестве скупался мягкий сыр-«рикотта».

Кроме собственно религиозных праздников, существовали и чисто семейные традиции – так, рождение ребенка отмечалось угощением из пирожных, в которые обязательно следовало добавить (по возможностям семьи) как можно больше сахара, меда или иного подсластителя. Похороны, наоборот, сопровождалась отказом от мяса и всех напитков, кроме чистой воды; привычными для еврейского траура блюдами также являлись яйца, сваренные вкрутую, и зеленые овощи, причем принимать пищу полагалось обязательно сидя на земле. И наконец, шумная еврейская свадьба, продолжавшаяся не менее недели, требовала многочисленных легких закусок и сладостей, особо пышного ужина, предшествующего первой брачной ночи, и наконец, рыбных блюд в завершение торжества.

Питание в зависимости от сезона

Большие расстояния, для преодоления которых даже конному гонцу требовались порой недели, а также скверное состояние дорог, затруднявшее подвоз чужеземных продуктов, – все это вело к тому, что все средневековое общество, от короля до последнего крестьянина, в выборе продуктов зависело от времени года. Так, известно, что король Испании Педро Церемонный угощался абрикосами и баклажанами исключительно в период их созревания – в мае-июне – и остальную часть года вынужден был обходиться без любимых продуктов.

До наших дней сохранился договор, заключенный в ноябре 1421 года между садовником Николя Бартоломи и монахами марсельского монастыря Сен-Виктор, по которому садовник в зависимости от сезона созревания тех или иных овощей обязывался поставлять их к монастырскому столу. Памятуя о том, что монахам по данному им обету запрещалось питаться мясом¹⁴, результаты его работы представлялись для монастыря исключительно важными. Так как распределение овощей по сезонам характеризует состояние питания всей Южной Франции, стоит привести его здесь:

Календарь созревания овощных культур в Провансе							
	Капуста	Лук-порей	Шпинат	Травы	Тыква-горлянка	Лук	Петрушка
Январь:	да	да	—	—	—	да	да
Февраль	да	да	да	—	—	да	да
Март	—	—	да	да	—	да	да
Апрель	—	—	—	да	—	да	да
Май	—	да	—	да	—	да	да
Июнь	—	—	—	да	да	да	да
Июль	—	—	—	—	да	да	да
Август	—	—	да	—	да	да	да
Сентябрь	—	—	да	—	—	да	да
Октябрь	да	—	—	—	—	да	да
Ноябрь	да	да	—	—	—	да	да
Декабрь	да	да	—	—	—	да	да

Таким образом, петрушка и лук, необходимые для изготовления любимого в Средние века овощного рагу (на языке того времени «порé» (porée)), а также для приправы к многочисленным соусам и супам, были доступны круглый год, в то время как капуста представляла собой важнейший зимний продукт, шпинат являлся основной пищей во время Великого поста, а тыква-горлянка была куда характерней для юга Франции, чем для Парижа или северных районов.

«Парижское домоводство» – один из ценных источников по кулинарии Позднего Средневековья – также подтверждает, что капуста представляла собой зимне-весенний овощ, блюда

¹⁴ На деле этот запрет нарушался под самыми разнообразными предлогами.

из нее принято было готовить с начала января и вплоть до Пасхи, в феврале начинался сезон шпината и свеклы, в марте на оттаявший грунт высаживали петрушку, и через десять дней появлялись первые ее ростки. Апрель радовал едока миланской капустой, порой слегка прихваченной поздним морозцем и оттого особенно хрустящей и приятной на вкус. В конце августа поспевала белокочанная капуста, тогда же, по завершении сезона сбора винограда, появлялись и ранние яблоки, и так далее.

Не следует думать, что диктату времен года подчинялась исключительно растительная пища, – сохранившиеся счета боен в провансальском городе Карпентра показывают, что в марте основным мясным продуктом становилась ягнятина, составлявшая до 94 % от общего количества забитого скота, в апреле ее доля падала до 51 %, в мае до 38 % и, наконец, в июне этот тип мяса полностью исчезал из рациона. Напротив, свинина, слишком жирная для весны и лета, становилась основным блюдом в ноябре-декабре, когда ее доля доходила до 15 % от общего количества проданного мяса.

Кроме того, не стоило забывать и о врачебных предписаниях – сухой и холодной зиме куда лучше соответствовали «жаркие» мясо и птица, лету, наоборот, «холодные» овощи.

Между сытостью и голодом

Миф о том, что средневековый крестьянин постоянно недоедал и едва ли не шатался от голода, стоит ровно столько же, сколько и остальные мифы о Средневековье. Создатели подобных вымыслов не задумываются об одном: ослабленный постоянным недоеданием человек не в силах выполнять тяжелую физическую работу, как то ходить за плугом, жать или боронить. На деле, конечно же, крестьянский стол был скуднее господского в плане выбора и разнообразия блюд и, несомненно, менее сбалансирован в том, что касалось получения необходимых витаминов и микроэлементов; однако в обычные годы еды хватало на всех. По сохранившимся документам, в конце средневековой эпохи (1480 году) крестьянин в Лангедоке потреблял около 4 тыс. калорий в сутки – иными словами, вдвое больше, чем современный человек, – но из-за тяжелых физических нагрузок (повторимся) все это сгорало без следа.

Если обратиться к началу средневекового тысячелетия, мы столкнемся с сельскохозяйственной революцией, собственно и обеспечившей эту относительную сытость для любого способного и желающего добывать пропитание своим трудом. Успехи в металлургическом и кузнечном деле, характерные для IX–XIII веков, сумели обеспечить среднестатистического крестьянина железными орудиями, ранее редкостными и дорогими. Вызванный их массовым распространением рост урожаев позволил крестьянам, в свою очередь, увеличивать стада, используя навоз для повышения плодородия полей.

Средневековая сельскохозяйственная революция не обошла стороной конскую и бычью упряжь – тяжелые хомуты прошлых времен, душившие животное и не позволявшие ему тянуть плуг с достаточной силой, заменились на прочные и легкие ярма (вначале привязывавшиеся к рогам быков, а затем окончательно утвердившиеся на шее). Появившись в VIII веке, эта новая, с позволения сказать, технология в течение двухсот лет распространилась по всей стране, позволив лошадям, мулам, быкам и ослам с большей силой тянуть за собой плуг или борону и в свою очередь к началу XIII века полностью заменить старинный легкий плуг (*ogaire*) тяжелым, с железным лемехом и отвалом, взрыхлявшим землю куда лучше прежнего¹⁵. Тогда же, в средневековую эпоху, в обычай вошло подковывать лошадей и быков, чьи копыта перестали, как то было ранее, изнашиваться от постоянной необходимости топтать каменистую почву. Срок жизни и службы животных таким образом возрастал, следовательно, и в тяжелый плуг

¹⁵ В особенности в северных районах, в южной части страны, где почвы рыхлее и мягче, соха продолжала использоваться и далее.

можно было впрягать уже не одну, а несколько пар лошадей и быков, что также положительно влияло на результат. По расчетам специалистов-сельскохозяйственников, к концу XIII века урожайность возросла вдвое – с 3 до 6 центнеров с гектара, – так что 20 млн человек (каковым было население Франции к концу XIII века) в обычных условиях могло жить, не испытывая чувства голода.

Можно сказать, даже наоборот, эта относительная сытость и столь же определенная уверенность в завтрашнем дне, позволявшая населению вплоть до конца Высокого Средневековья постоянно увеличиваться, постепенно осваивая менее плодородные земли, которые в условиях прежних «технологий» не поддавались обработке, и новые районы, сыграла свою отрицательную роль в менталитете средневекового человека. В самом деле, постоянство, предсказуемость будущего, возможность хотя бы как-то перебиться до нового урожая приводила к определенной инертности и той консервативности мышления и упрямой приверженности к патриархальной старине, которую мы считаем одним из важнейших аспектов средневекового строя. В правильно работающем механизме, где сын естественно становился на место отца, где одни и те же земли обрабатывались с незапамятных времен и одни и те же подати испокон веков платились все тому же господскому семейству, по сути, не было места новаторской мысли. Несомненно, стоит оговориться, что сельскохозяйственная революция не была единственной причиной тому, однако она без сомнения сыграла свою роль в процессе становления средневекового общества.

Так или иначе, несомненно то, что к началу XIV века Европа оказалась в «мальтузианской ловушке» – перенаселение, замедлившиеся процессы развития в технологии, характерные для этого времени, полная незащищенность перед любым историческим или природным капризом должны были рано или поздно закончиться жесточайшей трагедией. Она, как водится, не заставила себя ждать. Около 1320–1450 гг. резкое ухудшение климата, известное под именем «малого ледникового периода», жесточайшим образом заставило средневековое общество очнуться от спячки. Великий голод 1315–1317 гг., когда из раза в раз посеянное зерно гнило на корню, уничтоженное поздними заморозками, сковывавшими почву коркой льда, три года «без лета», когда солнце почти не показывалось из-за туч, а холодные дожди губили все, что удавалось посеять, стал первой страшной катастрофой для средневековой Европы. Ситуация осложнялась еще тем, что дороги оставляли желать лучшего, так что вычужный мул, лошадь или осел мог пройти не более 20 км в сутки. Доставить пищу из районов, пощаженных бедой, становилось, таким образом, почти невозможно.

Справедливости ради следует сказать, что и в прежние времена погода также могла не радовать земледельца, однако это не выливалось в глобальную катастрофу. Действительно, из года в год беднейшие крестьяне вынуждены были брать зерно взаймы из господских или монастырских запасов, зачастую покупая его втридорога под залог будущего урожая, но, как правило, это не приводило к повальному голоду. Неурожай для французского земледельца значил в первую очередь невсхожесть пшеницы – основной зерновой культуры этого региона. Однако для подобных случаев существовали средства – при недостатке пшеницы до нового урожая питались рожью, ячменем, который в обычных случаях употреблялся для варки пива, в муку мололи бобы, каштаны, горошек, на худой конец – желуди, в урожайные годы шедшие на корм свиньям. Количество этого суррогата в особо тяжелых условиях возрастало настолько, что хлеб скорее напоминал глину, и все же это позволяло хоть как-то дотянуть до лучших времен.

Кроме того, неурожай пшеницы вовсе не означал исчезновения всех средств к существованию, питаться можно было с огорода, вплоть до того, что корни алтея спасали многих бедняков от голодной смерти. Жители прибрежных районов могли ловить рыбу, прочие – браконьерствовать в господских лесах, рискуя попасть на виселицу, но при удаче – добыть мяса и сала. В конце концов, всегда было возможно собирать съедобные корни, грибы и ягоды, в самом отчаянном случае оставались крысы и мыши. Пищу умели запасать впрок – солить, сушить,

в голодное время эти запасы также служили немалым подспорьем. Другое дело, что в погоне за пищей не приходилось слишком уж разбирать, что попало сегодня в котелок, и в нем зачастую вместе с мукой оказывались плевелы – вызывавшие помрачение сознания и состояния, близкие к опьянению¹⁶, – а то и спорынья, «ржанные рожки», вызывавшая жестокие конвульсии и помрачение рассудка (антонов огонь), а порой и мучительную смерть. Все это полагалось печальным, но неизбежным следствием незыблемого устройства мира, так же как и вызванный недоеданием рахит, навсегда уродовавший детей, и ксерофтальмия, поражавшая глаза. Все это было еще можно пережить, однако Великий Голод положил конец хрупкому равновесию.

Бургундский монах Рауль Глабер оставил нам страшные сцены безумия и преступлений, которым предавались отчаявшиеся люди:

Когда же съели диких зверей и птиц, всепожирающий голод вынудил людей приняться за падаль и прочие вещи, о каковых страшно даже помыслить. Кто-то, пытаясь найти избавление от неминуемой смерти, принялся есть лесные корни и водяные травы. Свирепый голод понудил людей питаться также человеческой плотью. Путников умыкали прочь, расчленили их тела, варили на огне и затем съедали... Многие также заманивали детей в укромные места, показывая им издали яйцо или фрукт, после чего убивали и пожирали их тела. Во многих местах из земли вырывали также тела умерших, каковые в свою очередь служили средством успокоить голод...

Великий голод был первым, но, к сожалению, далеко не последним в эпоху Позднего Средневековья. Бедствия голода стали с завидным постоянством повторяться буквально через каждое десятилетие. Не успела Франция оправиться от первого страшного бедствия, как несколькими годами позднее ее посетила Черная Смерть – одна из величайших эпидемий чумы в истории человечества. Ко всему прочему, Столетняя война приводила к дополнительному, уже рукотворному голоду, так как враждующие стороны, стремясь ослабить друг друга, жгли на корню хлеб, вырубали фруктовые сады и виноградники, угоняли скот. Муки голода становились нестерпимы во время осад, когда очередная армия, стремясь поскорее вынудить к сдаче ту или иную крепость, отрезала ее от источников снабжения. Так, в страшном 1438 году в Париже не стало даже зелени для супа, цены на хлеб взлетели до умопомрачительных высот. Безымянный Парижский Горожанин записал в своем «Дневнике», что «в продажу шли мальва... крапива, щавель, и бедняки варили все это без масла, в одной лишь подсоленной воде, и поедали без хлеба».

Население Европы в последние столетия средневековой эпохи уменьшилось вдвое – с 20 до 10 млн человек, во Францию возвращалась дикость – люди покидали свои дома, бежали прочь от голода, чумы и мародерствующих солдат, леса кишели разбойниками, по дорогам нельзя было путешествовать без внушительного воинского эскорта, поля зарастали травой и кустарником. В расстроенном воображении того времени Антихрист уже родился, его появления ждали со дня на день, примеривая эту роль то одному, то другому военачальнику, особенно ненавидимому за жестокость. Истерия искала выхода – толпа жаждала крови «злодеев», виновных в обрушившихся бедствиях, и этими злодеями последовательно становились евреи, еретики и, наконец, ведьмы. По средневековой системе и средневековому менталитету нанесен был такой удар, от которого они уже не сумели оправиться. Пути патриархальной покорности были порваны, в Европу пришло Возрождение.

¹⁶ Отсюда французское название плевел – ivrege – пьянящие.

Местные предпочтения

«Немцы уверяют, что французы подвергают себя великой опасности, употребляя в пищу едва-едва проваренных карпов, – читаем мы в «Парижском домоводстве», одной из книг Позднего Средневековья, содержащей, среди прочего, кулинарные рецепты. – И также между французами и немцами так случается, что ежели у кого из немцев на службе состоит повар-француз, каковой готовит им карпов на французский манер, немцам приходится после него доваривать рыбу до готовности». Подобные вкусы продержались вплоть до Возрождения, так, например, Бруйерен Шампье, медик той эпохи, замечает, что *«французы отдают предпочтение крепкой рыбьей плоти и не выносят рыбы слишком мягкой».*

Подобные симпатии или антипатии не объяснимы ничем – ни религия, ни медицина не принимали в подобном выборе ни малейшего участия. Столь же неясно, почему французы, в отличие, например, от своих островных соседей – англичан, – отрицательно относились к говядине, считая ее слишком грубой и годной исключительно для супа¹⁷. Возможно, всему этому были причины – рациональные или суеверные, но за давностью лет восстановить их представляется невозможным.

Но, к счастью, подобные моменты остаются все же исключением из правила. В большинстве случаев объяснение можно найти – например, в доступности того или иного продукта (не будем забывать, что из-за плохих дорог и невысокой скорости коня или мула с тюком на спине скоропортящиеся продукты невозможно было доставить даже из самых географически близких стран). До потребителя экзотические продукты добирались солеными, сушеными, копчеными или обработанными другим образом, при том что их доставка и хранение выливались в нешуточную цену, заплатить которую мог позволить себе далеко не каждый.

По этой причине (а также из соображений престижа, требовавших в жестко разделенном на сословия обществе, чтобы еда аристократов как можно сильнее отличалась от еды простолюдинов), большинство региональных вкусов и пристрастий, образовавших средневековую кухню в том виде, в котором она отразилась в иконографии и кулинарных трудах того времени, формировалось вокруг соображений доступности того или иного продукта, и его положения в иерархической лестнице едоков. Также не последнюю роль играла внешняя привлекательность пищи – в Средние века любили яркие цвета, резкие вкусы и сильные запахи, все, что волнует и будоражит, и вырывает человека из серости повседневного быта.

Вкусовая палитра Средневековья

Сохранившиеся до нашего времени английский и флорентийский трактаты о приготовлении пищи согласно различают три основных вкуса: «сильный» (или пряный), «сладкий» и «кислый». Горечь не пользовалась таким успехом – так, уже упоминавшийся английский трактат советует заглушать «ореховую горечь» сахаром. И наконец, что касается соли, ее использовали, по-видимому, куда скромнее, чем сейчас. Причиной тому была и высокая цена, и тяжелый соляной налог (габель), весьма непопулярный во французском обществе. Исключением был только Сентонж и несколько других местностей, где, собственно, и шла соледобыча, позволявшая местным жителям подсаливать хлеб, и это неизменно вызывало удивление путешественников.

Что касается «сильного» вкуса, ситуация совершенно ясна: его создавали пряности, которые в те времена щедро сыпали в большинство готовящихся блюд. Средневековые врачи осо-

¹⁷ Для последнего пункта кое-какое объяснение хотя бы с натяжкой можно найти. Коров и быков принято было принято резать уже в преклонном возрасте, когда они более не могли служить человеку, и мясо, конечно же, оказывалось грубым и не слишком вкусным.

бенно обращали внимание на перец (единственный из всех продуктов земли относящийся к высшей, четвертой, степени жара). Гвоздика соответствовала третьей, корица – второй, и, наконец, шафран – самой скромной, первой. Сладкий вкус создавался тростниковым сахаром – продуктом достаточно дорогим и потому не всем доступным, а также изюмом, черносливом, инжиром, финиками и, конечно же, медом. Местные предпочтения сказались и тут – если Англия и Пиренейские страны безусловно отдавали предпочтение сладкому, смягчая медом и сахаром жгучесть перца и кислоту вина, французы, наоборот, почитали важнейшими кислый и «сильный» вкусы, резко выделяясь в этом плане из прочих европейских стран. Повара вельмож и прелатов без колебаний отдавали предпочтение сочетаниям кислого и пряного, из которых, собственно, и получали оттенок, желаемый для конкретного блюда. Для того, чтобы добиться подобного эффекта, в дело шел длинный или гвинейский перец (второй из них вошел в моду во времена Позднего Средневековья). Дело доходило до того, что в чересчур «сладкую» корицу сыпали жгучий имбирь, а уксус, как слишком «слабый» для французского вкуса, заменялся едким соком незрелого винограда или зеленых яблок (т. н. «вержюсом»), который охотно добавляли к овощным или мясным блюдам.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.