

4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

ΑΝΤΩΝΗΣ ΜΠΑΣΑΚΗΣ

ΦΑΝΗ ΛΑΖΑΡΟΥ - ΤΡΑΝΟΥ

ΑΝΝΑ ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ

1^ο ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

2014-15

4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΎΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΆ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΊ

1. Ποιά ήταν η διατροφή των φτωχών πληθυσμών;

Έτρωγαν λίγο Κρέας, πολλά Όσπρια, Σούπες και Λαχανικά.

1.1 Από πού προμηθεύονταν τα τρόφιμα τους;

Τα τρόφιμα τους τα προμηθεύονταν από απόμακρες περιοχές της Αυτοκρατορίας.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

2. Πώς ονόμαζαν τα σταφύλια και γιατί;

Τα σταφύλια τα ονόμαζαν Κρυστάλλινα, γιατί ήταν διαφανή οι ρόγες του και έμοιαζαν με κρυστάλλους.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

3. Τι λαχανικά καλλιεργούσαν;

Όλοι οι άνθρωποι του τότε καιρού, είτε έμεναν στην πόλη είτε στην εξοχή, είχαν ένα μικρό λαχανόκηπο όπου καλλιεργούσαν μαρούλια, λάχανα , σπανάκι, κρεμμύδια, σκόρδα, μανιτάρια, καρότα, πράσα και αρωματικά φυτά: άνηθο, δυόσμο, θρούμπι και ρίγανη.

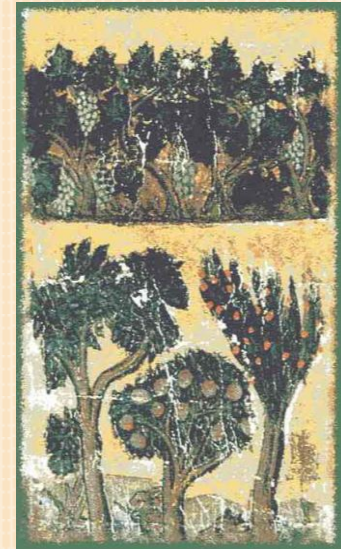


4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

4. Υπήρχαν στη
διατροφή οι
ντομάτες και οι
πατάτες;

Λαχανικά όπως οι
ντομάτες και οι
πατάτες ήταν
άγνωστα στους
Βυζαντινούς.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΫΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

5. Πώς ονόμαζαν τα
ροδάκινα;

Τα ροδάκινα οι Βυζαντινοί
τα ονόμαζαν μήλα.

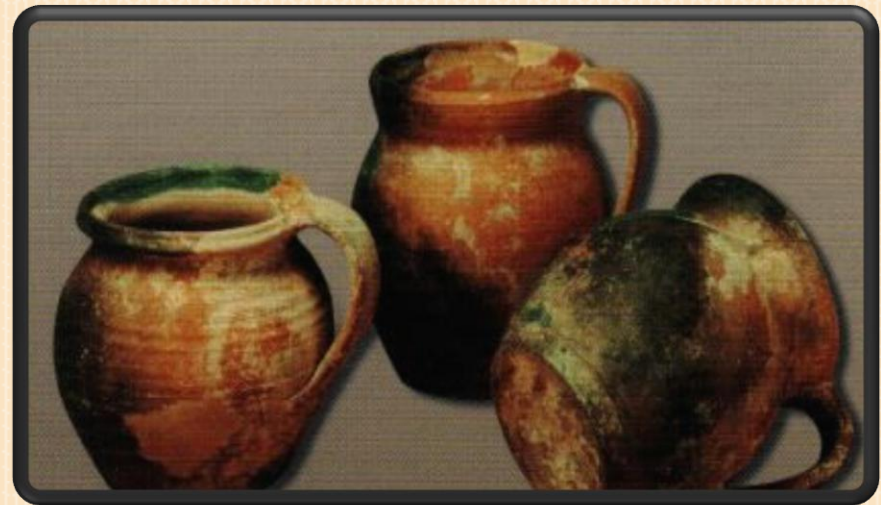


4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

6. Πώς αποθήκευαν το κρασί και πού;

Η τελική αποθήκευση του κρασιού γινόταν σε μεγάλα ξύλινα βαρέλια τα βαγένια που τα τοποθετούσαν σε υπόγειους δροσερούς χώρους.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

7. Έτρωγαν ξηρούς καρπούς; Από πού τους προμηθεύονταν;

Οι Βυζαντινοί έτρωγαν πολλούς ξηρούς καρπούς τους οποίους προμηθεύονταν από τα νότια παράλια του Πόντου.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

8. Τι έτρωγαν στις νηστείες;

Σε πολυήμερες νηστείες (πριν τα Χριστούγεννα, το Πάσχα και τον Δεκαπενταύγουστο) αλλά και κάθε Τετάρτη και Παρασκευή ο κόσμος έτρωγε μόνο λαδερά, όσπρια και σαλάτες.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

9. Έτρωγαν φρούτα οι βυζαντινοί;

Οι Βυζαντινοί έτρωγαν
πολλά φρούτα όπως:

μήλα, αχλάδια, σύκα, ρόδια,
κεράσια, ροδάκινα,

πεπόνια, μούσμουλα
σταφύλια, δαμάσκηνα,

βερίκοκα, κυδώνια, κούμαρα
και χουρμάδες.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

10. Πώς και πού
διατηρούσαν τα
φρούτα τους;

Μερικά φρούτα όπως
τα σύκα και τα
σταφύλια τα
αποξηράναν.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΫΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

11. Ποια δέντρα δεν
ευδοκιμούσαν στην Θράκη
και γιατί;

Στη Θράκη τα δέντρα που
δεν ευδοκιμούσαν ήταν
πολλά όπως, συκιές τις
οποίες δεν μπορούσε να
βρει κανείς εκεί.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΫΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ , ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

12. Ποιά ήταν η διαφορά των κρασιών της Θράκης από της Χαλκιδικής;

Αντιγραφή από πηγή:

Τον 14ο αιώνα ο Θεόδωρος Μετοχίτης από το Διδυμότειχο, όπου βρισκόταν εξόριστος σε έναν χαιρετισμό είπε στον κύριο Μεθόδιο «...ο Θεός να σου ανταποδώσει την ευεργεσία σου, καλέ μου άνθρωπε.....

...Πράγματι, το κρασί που μου έστειλες έφτασε σε καλή κατάσταση. Μου είναι πολύ χρήσιμο αυτή την περίοδο της ασθένειας και της κακουχίας που περνάω εδώ: όχι μόνο γιατί το κρασί από τα Στάγειρα είναι ιδιαίτερα γλυκό και γνωστό για την εξαιρετική του ποιότητα, αλλά και επειδή μου είναι ιδιαίτερα δύσκολο να πιω το ντόπιο κρασί της Θράκης. Με το που φτάνει ο Μάιος όλα τα ντόπια κρασιά ξινίζουν και δεν πίνονται»!

4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΫΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

13. Τι είναι τα μαγαρικά;

Τα μαγαρικά ήταν πήλινα αχλαδόσχημα δοχεία. Το σχήμα τους διευκόλυνε στην φόρτωση τους στα αμπάρια των πλοίων.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

14. Τι ήταν το «κονδίτων»;

Το κονδίτον ήταν το παλαιό
κρασί που κάποιες φορές
αναμειγνύονταν με μέλι και
πιπέρι.



4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΪΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

Πηγές

ΒΡΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΙΕΣ

(ΕΚΔΟΣΗ ΥΠ.ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΒΥΖΑΝΤΙΝΟ
ΚΑΙ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ)

ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΙΑ

(ΕΚΔΟΣΗ ΥΠ.ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΠΡΑΚΤΙΚΑ
ΗΜΕΡΙΔΑΣ)

ΔΗΜΟΣΙΟΣ ΚΑΙ ΙΔΙΩΤΙΚΟΣ ΒΙΟΣ ΤΩΝ ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ

(TAMARA TALBOT RICE)

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΣΤΟ ΒΥΖΑΝΤΙΟ

(Π. ΚΑΛΑΜΑΡΑ)

Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΖΩΗ ΣΤΟ ΒΥΖΑΝΤΙΟ

(GERALD WALTER)

ΚΟΥΖΙΝΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ -

ΒΥΖ. ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΙΕΣ

-

(ΕΦ. ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ)

Οι νηστήσιμες τροφές στην ελληνική
παραδοσιακή διατροφή

(ΔΙΚ. ΠΟΛΥΜΕΡΟΥ, Ε. ΚΑΡΑΜΑΝΕΣ)

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΓΕΥΜΑ

(ΕΛ. ΣΤΑΜΠΟΓΛΗ - ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ
ΤΟΥ ΒΥΖΑΝΤΙΟΥ)

ΒΥΖΑΝΤΙΝΩΝ ΓΕΥΣΕΙΣ

-

(ΕΦ. ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ)

4^Η ΟΜΑΔΑ

ΓΕΩΡΓΙΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΛΑΔΙ, ΚΡΑΣΙ

ΑΝΤΩΝΗΣ ΜΠΑΣΑΚΗΣ

ΦΑΝΗ ΛΑΖΑΡΟΥ - ΤΡΑΝΟΥ

ΑΝΝΑ ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ

1^ο ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

2014-15