

**Зои Лионидас**

# **Кухня Средневековья.**

**Что ели и пили во Франции**



Издательство АСТ  
Москва

УДК 94(44):641.5  
ББК 63.3(4Фра)4+36.99  
Л60

**Лионидас, Зои**

Л60 Кухня Средневековья. Что ели и пили во Франции / Зои Лионидас. — Москва: АСТ, 2023. — 432 с. — (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.

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

ISBN 978-5-17-148132-2

© Зои Лионидас, текст, 2023  
© ООО «Издательство АСТ», 2023

# Оглавление

## ЧАСТЬ I СТАНОВЛЕНИЕ

ГЛАВА 1. ЗЕМЛЯ И КЛИМАТ .....	8
ГЛАВА 2. ТРИ ЭПОХИ .....	13
ГЛАВА 3. ВВЕДЕНИЕ В СРЕДНЕВЕКОВУЮ ДИЕТОЛОГИЮ.....	29
ГЛАВА 4. ГРЕХ ЧРЕВОУГОДИЯ .....	69

## ЧАСТЬ II ОСНОВНЫЕ ПРОДУКТЫ

ГЛАВА 1. ХЛЕБ.....	86
ГЛАВА 2. МЯСО — ПИЩА БОГАТЫХ И СИЛЬНЫХ .....	144
ГЛАВА 3. ПТИЦА, ДОМАШНЯЯ И ДИКАЯ.....	193
ГЛАВА 4. РЫБА И ПРОЧИЕ ОБИТАТЕЛИ ГЛУБИН.....	231
ГЛАВА 5. МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ .....	270

ГЛАВА 6. ОВОЩИ .....	317
ГЛАВА 7. ТРАВЫ .....	362
ГЛАВА 8. ФРУКТОВЫЙ САД .....	382
ГЛАВА 9. ДАРЫ ЛЕСА .....	412
Список основной использованной литературы .....	425

Владиславу Шипилову, талантливому  
иллюстратору и другу  
с печалью и благодарностью посвящает эту книгу

Автор





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 признаться, что изучение региональной кухни Средневековья едва лишь начато и может принести еще немало сюрпризов.

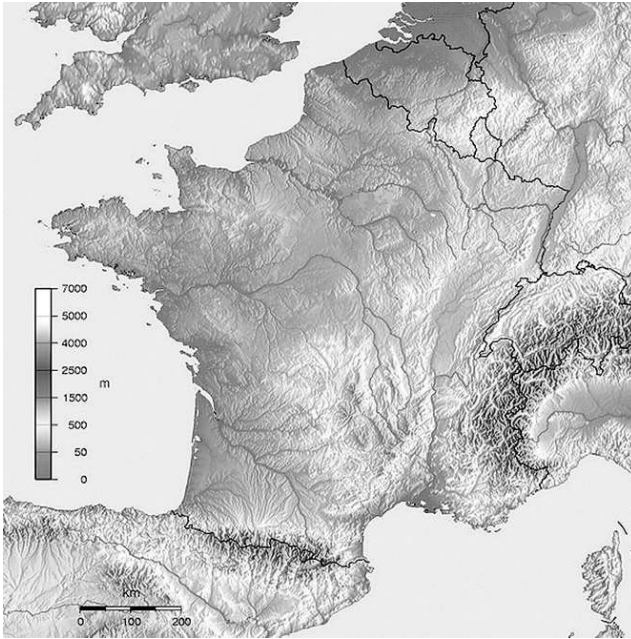
Впрочем, уже сейчас можно сказать, что на востоке, где вместе с французской зачастую звучит и германская речь, в местной кухне нашли себе место типично немецкие жареные колбаски с капустным гарниром, сыры (настолько схожие со знаменитыми швейцарскими, что последние пришлось защищать через посредство 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, напрочь 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 свиней 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 лес-



Физическая карта  
Франции

ные ягоды будут подаваться даже на королевский стол. Среди прочего, леса будут представлять собой отличную территорию для выкармливания свиней и, конечно же, для охоты. Олени, лоси, кабаны и даже медведи составят неотъемлемую часть аристократической трапезы, тогда как на долю крестьянского и городского населения придется зайцы, кролики, прочая мелкая живность, а также птицы, охота на которых (за редким исключением) будет разрешена кому и когда угодно.

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, неурожай 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 жи-

вот (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 распространилось 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 — триклинии), 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 сорта. 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 дряхлая 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 среди 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 Катуллину,  
жалоба на враждебность варваров».  
Перевод Ф. А. Петровского)