

Κεφάλαιο 1

Τα δημητριακά στη διατροφή των κατοίκων της προϊστορικής Ελλάδας

*Σουλτάνα Μαρία Βαλαμώτη, Ευγενία Γκατζόγια,
Αγγελική Καραθάνου, Χρύσα Πετρίδου*

Εισαγωγή

Με την αρχή της γεωργίας στην Ελλάδα κατά την 7η χιλιετία π.Χ. η καλλιέργεια μιας ποικιλίας ειδών σιταριού και κριθαριού παρείχε, μαζί με τα όσπρια, τις πρώτες ύλες της διατροφής των προϊστορικών κατοίκων της περιοχής, που σε συνδυασμό με τα φρούτα και καρπούς ακρόδρυων διαμόρφωναν έναν εντυπωσιακό πλούτο φυτικών διατροφικών συστατικών (π.χ. Valamoti 2023). Η έρευνα των δημητριακών ως συστατικών της διατροφής κατά τη Νεολιθική (6800-3300 π.Χ. περίπου) και την Εποχή του Χαλκού (3300-1050 π.Χ. περίπου) βασίζεται στα ίδια τα κατάλοιπα σπόρων δημητριακών από αρχαιολογικές θέσεις καθώς και καταλοίπων σκευασμάτων με βάση τα δημητριακά. Αυτά τα κατάλοιπα προέκυψαν από τη χρήση τους μέσα στους προϊστορικούς οικισμούς για την κάλυψη ποικίλων αναγκών, διατροφικών και άλλων, και αντιστοιχούν σε ό,τι για διάφορους λόγους δεν καταναλώθηκε, και είτε τυχαία είτε σκόπιμα απανθρακώθηκε και ενσωματώθηκε στις αρχαιολογικές αποθέσεις. Για την Ύστερη Εποχή του Χαλκού κάποια στοιχεία για τα δημητριακά που απασχολούσαν τα ανακτορικά αρχεία της νότιας Ελλάδας προκύπτουν και από τα κείμενα της Γραμμικής Β, ενώ για μεταγενέστερες περιόδους τα αρχαιοβοτανικά κατάλοιπα απανθρακωμένων σπόρων συνδυάζονται με τα αρχαία κείμενα και αποκαλύπτουν άλλες πτυχές της σχέσης των ανθρώπων με τα δημητριακά στο πλαίσιο της διατροφής (Valamoti κ.ά. 2022α). Η παρούσα εργασία συμβάλλει σε αυτόν τον τόμο με αρχαιολογικές γνώσεις για τα δημητριακά που χρησιμοποιούσαν οι προϊστορικοί κάτοικοι της Ελλάδας, αντλώ-

ντας πληροφορίες από το αρχαιοβοτανικό αρχείο. Στηρίζεται στην επισκόπηση των βιβλιογραφικών δεδομένων για τα είδη των δημητριακών που απαντούν σε οικισμούς της προϊστορικής Ελλάδας καθώς και στα αποτελέσματα πρόσφατων ερευνών για τα κατάλοιπα σκευασμάτων με βάση τα δημητριακά που έχει εντοπίσει η έρευνα στην προϊστορική και αρχαία Ελλάδα (π.χ. μέσα από την έρευνα του PlantCult, <http://plantcult.web.auth.gr/en/>). Παρουσιάζονται τα είδη των δημητριακών και διαφοροποιήσεις στο χρόνο που εντοπίστηκαν στο δημοσιευμένο αρχαιοβοτανικό υλικό από την Ελλάδα καθώς και συνταγές όπως προκύπτουν από το αρχαιοβοτανικό υλικό. Η προσέγγισή μας επιχειρεί παράλληλα μία σύνδεση του πλούσιου αρχαιοβοτανικού υλικού των προϊστορικών χρόνων με αυτό μεταγενέστερων περιόδων που, παρόλο που είναι πολύ αποσπασματικό, επιτρέπει να διαπιστωθούν κοινά στοιχεία και διαφοροποιήσεις μεταξύ των προϊστορικών και των ιστορικών χρόνων. Σε αυτή την προσπάθεια πολύτιμη είναι και η συμβολή των αρχαίων κειμένων (Valamoti κ.ά. 2022α). Μέσα από τη σύνδεση των αρχαιοβοτανικών δεδομένων και των πληροφοριών που αντλούνται από τα αρχαία ελληνικά κείμενα επιχειρείται η τεκμηρίωση των δημητριακών που ήταν διαθέσιμα στον αρχαίο κόσμο και που απεικονίζονται σε παραστάσεις αγγείων και άλλων αντικειμένων, θέμα που εξετάζεται στο πλαίσιο του ΣΙΤΩ από την επόμενη εργασία (βλ. Δημακόπουλος, Παπαμαρτζιβάνου, Μανακίδου, Κεφ. 2 του βιβλίου).

Τα είδη των δημητριακών στην Ελλάδα κατά τη Νεολιθική και την Εποχή του Χαλκού

Το αρχαιοβοτανικό υλικό από θέσεις της προϊστορικής Ελλάδας έχει συλλεχθεί κυρίως με τη μέθοδο της επίπλευσης (Βαλαμώτη 2009, 2011) αν και σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί το υλικό να συλλέγεται απευθείας, π.χ. από ένα αγγείο γεμάτο με σπόρους ή χωρίς μία συστηματική στρατηγική δειγματοληψίας [εικ. 1.1]. Η μελέτη του υλικού στο εργαστήριο πραγματοποιείται με τη χρήση στερεοσκοπίων (X8-X40), τα οποία επίσης βοηθούν στον μορφολογικό προσδιορισμό του είδους/γένους των σπόρων ή άλλων φυτικών μερών, σε συνδυασμό με τη χρήση συλλογής αναφοράς [εικ. 1.2]. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ωστόσο, χρησιμοποιείται και το ηλεκτρονικό μικροσκόπιο σάρωσης το οποίο αποκαλύπτει με λεπτομέρεια τυχόν επεξεργασία των σπόρων όπως η άλεση ή μίξη υλικών (βλ. παρακάτω). Το αρχαιοβοτανικό υλικό στην Ελλάδα διατηρείται κυρίως μέσω της απανθράκωσης, όταν δηλαδή οι σπόροι έρχονταν σε επαφή με τη φωτιά είτε μέσω μαγειρικών ατυχημάτων ή κατά την καταστροφή ενός σπιτιού ή οικισμού από πυρκαγιά είτε τέλος μέσω της συμβολικής καύσης/προσφοράς σπόρων, π.χ. στο πλαίσιο μιας ταφικής πρακτικής (π.χ. Βαλαμώτη 2011) [εικ. 1.3]. Στην παρούσα εργασία αποτυπώνεται



Εικόνα 1.1 Μηχανή επίπλευσης αρχαιοβοτανικών δειγμάτων στο Αρχαιολογικό Μουσείο Χώρας στη Μεσσηνία, σε λειτουργία από τις μεταπτυχιακές φοιτήτριες του ΑΠΘ Μάρθα Κοκκίδου και Κατερίνα Καρατασάκη, Αύγουστος 2015. Φωτογραφία: Σ.Μ. Βαλαμώτη



Εικόνα 1.2 Η συλλογή αναφοράς σπόρων του Εργαστηρίου Διεπιστημονικής Αρχαιολογικής Έρευνας (ΕΔΑΕ/LIRA) του Τομέα Αρχαιολογίας του ΑΠΘ. Φωτογραφία: Σ.Μ. Βαλαμώτη



Εικόνα 1.3 Απανθρακωμένοι σπόροι από τη θέση Μαυροπηγή-Φυλλοτσαίρι της Κοζάνης βρέθηκαν στην ίδια περιοχή με μία ανθρώπινη ταφή της Αρχαιότερης Νεολιθικής (μέσα 7ης χιλιετίας π.Χ.). Από Valamoti κ.ά. 2022α. Φωτογραφία Σ.Μ. Βαλαμώτη

μόνον η παρουσία των ειδών δημητριακών και οι αλλαγές τους στο χρόνο και δεν επιχειρείται μία γεωγραφική σύγκριση ή μία αποτίμηση της συμβολής κάθε είδους στη διατροφή των κατοίκων κάθε οικισμού. Μια τέτοια προσπάθεια απαιτεί τη χρήση αναλυτικών δεδομένων για κάθε δείγμα από κάθε προϊστορικό οικισμό και ξεφεύγει από τους στόχους που τέθηκαν στο ΣΙΤΩ, αποτελεί ωστόσο εργασία σε εξέλιξη στο πλαίσιο του PlantCult (π.χ. Valamoti κ.ά. 2022β για τη Νεολιθική βόρεια Ελλάδα).

Μέσα από την έρευνα 124 θέσεων από όλη την Ελλάδα διαπιστώνεται ότι τα είδη των δημητριακών που χρησιμοποιούνται κατά τη Νεολιθική και την Εποχή του Χαλκού είναι κυρίως τα ντυμένα και γυμνά σιτάρια καθώς και το κριθάρι. Από τα ντυμένα σιτάρια, τα είδη που έχουν βρεθεί στην Ελλάδα είναι το μονόκοκκο (*Triticum monococcum* L.) [εικ. 1.4], το δίκοκκο (*T. dicoccum* Schübl.) [εικ. 1.5] και το σιτάρι *Timopheevii* (*T. timopheevii* Zhuk.) [εικ. 1.6], το οποίο μέχρι πρόσφατα αποκαλούσε η επιστημονική κοινότητα ως σιτάρι νέου τύπου (Jones κ.ά. 2000). Πρόσφατες αναλύσεις DNA αποκάλυψαν ότι το σιτάρι αυτό είναι το *Triticum timopheevii* (Czajkowska κ.ά. 2020). Το γυμνό σιτάρι (*T. aestivum* L./*durum* Desf./*turgidum* L. [εικ. 1.7] έχει βρεθεί ήδη από τη Νεολιθική στην Ελλάδα (Κρήτη, Πελοπόννησος, Μακεδονία και Θράκη) αλλά η παρουσία του βάσει πρόσφατων σε εξέλιξη μελετών είναι αρκετά πιο περιορισμένη, ιδίως στη βόρεια Ελλάδα από όπου έχουμε και τα περισσότερα δεδομένα (Valamoti κ.ά. 2022β). Όσο για το κριθάρι (*Hordeum vulgare* L.) [εικ. 1.8], αυτό είναι πολύ συχνό στα αρχαιοβοτανικά ευρήματα της Νεολιθικής (Βαλαμώτη 2009· Valamoti κ.ά. 2022β). Φαίνεται λοιπόν, ότι οι πρώτοι γεωργοί φέρνουν κατά πάσα πιθανότητα από τη Μέση Ανατολή τους σπόρους των δημητριακών μαζί με τη γνώση της καλλιέργειάς τους, και σε κάθε οικισμό καλλιεργούνται διαφορετικά είδη. Στο βαθμό που τα δεδομένα το επιτρέπουν, παρατηρούνται κάποιες διαφοροποιήσεις ως προς τη γεωγρα-



Εικόνα 1.4 Σπόροι μονόκοκκου σιταριού από το Ντικιλί Τας, 4300 π.Χ. (Νεότερη Νεολιθική). Φωτογραφία Σ.Μ. Βαλαμώτη



Εικόνα 1.5 Σπόροι δίκοκκου σιταριού από τον Κύνο της Ύστερης Εποχής Χαλκού. Φωτογραφία Α. Καραθάνου



Εικόνα 1.6 Βάσεις λεπτύρων σιταριού *Triticum timopheevii* από την Τούμπα Θεσσαλονίκης της Ύστερης Εποχής Χαλκού. Φωτογραφία Α. Καραθάνου



Εικόνα 1.7 Σπόροι γυμνού σιταριού από τη νησίδα Μήτρου της Ύστερης Εποχής Χαλκού. Φωτογραφία Α. Καραθάνου



Εικόνα 1.8 Σπόροι κριθαριού από το μυκηναϊκό ανάκτορο του Αγίου Βασιλείου. Φωτογραφία Α. Καραθάνου

φική κατανομή των διαφόρων ειδών σιταριού. Έχει υποστηριχθεί ότι αυτές οι διαφοροποιήσεις ίσως υποδηλώνουν τη διαφορετική καταγωγή των ομάδων των πρώτων γεωργών που εγκαταστάθηκαν στην Ελλάδα (Valamoti 2004, 2017, 2023), ωστόσο απαιτούνται πολύ περισσότερα δεδομένα για την ασφαλέστερη τεκμηρίωση αυτών των υποθέσεων. Οι όποιες συγκρίσεις μεταξύ διαφορετικών περιοχών της Ελλάδας, π.χ. βορρά και νότου, για τη Νεολιθική περίοδο μαζί με τις όποιες διαφοροποιήσεις εντοπίζονται, απαιτούν συγκρίσιμα δεδομένα, συλλεγμένα με αυστηρά πρωτόκολλα δειγματοληψίας και επεξεργασίας, κάτι που δυστυχώς δε συμβαίνει σε όλη την ελληνική επικράτεια (π.χ. Sarpaki 2000· Βαλαμώτη 2009· Valamoti κ.ά. 2022β).

Στη διάρκεια της Εποχής του Χαλκού εμφανίζονται νέα είδη δημητριακών. Πρόκειται για ένα ντυμένο σιτάρι, το σιτάρι σπέλτα (*Triticum spelta* L.) και ένα άλλο είδος δημητριακού με πολύ διαφορετικό σπόρο από το σιτάρι και το κριθάρι, το κεχρί (*Panicum miliaceum* L.) [εικ. 1.9]. Είναι πιθανό το σιτάρι σπέλτα να φτάνει στην Ελλάδα μέσω δικτύων επικοινωνίας με την κεντρική Ευρώπη που συνδέουν τους οικισμούς της βόρειας Ελλάδας με περιοχές βορειότερα στη Βαλκανική και την Κεντρική Ευρώπη όπου εμφανίζεται νωρίτερα από την Ελλάδα, ενώ η παρουσία του στη νότια Ελλάδα είναι εξαιρετικά περιορισμένη με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία (Valamoti 2007, 2023).



Εικόνα 1.9 Σπόροι κεχριού από την Τούμπα Θεσσαλονίκης, Ύστερη Εποχή του Χαλκού. Φωτογραφία Α. Καραθάνου

Το κεχρί εξημερώνεται στη Νεολιθική Κίνα και από εκεί ταξιδεύει, μέσω της Κεντρικής Ασίας, δυτικά στις στέπες της ανατολικής Ευρώπης, της Βαλκανικής, του Αιγαίου και στη συνέχεια της υπόλοιπης Ευρώπης (Valamoti 2016· Filipovic κ.ά. 2020). Στην Ελλάδα η παρουσία του είναι έντονη κατά το δεύτερο μισό της 2ης χιλιετίας, στην Ύστερη Εποχή του Χαλκού, ενώ πρωιμότερες ενδείξεις της παρουσίας του απαιτούν ασφαλέστερη τεκμηρίωση με ραδιοχρονολογήσεις των ίδιων των σπόρων (Valamoti 2016). Η παλαιότερη εμφάνιση του κεχριού στην Ευρώπη χρονολογείται περίπου στα 1500 π.Χ. (Filipovic κ.ά. 2020). Το ζήτημα αυτό βρίσκεται ακόμη υπό διερεύνηση για την Ελλάδα (Valamoti 2023· Βαλαμώτη κ.ά. υπό προετοιμασία).

Η επεξεργασία των δημητριακών για τροφή στην προϊστορική Ελλάδα: από τον καθαρισμό του σπόρου στο μαγείρεμα μέσα από τα αρχαιοβοτανικά κατάλοιπα

Μέσα από τα απανθρακωμένα κατάλοιπα που έρχονται στο φως σε αρχαιολογικές ανασκαφές, με τη βοήθεια της εθνοαρχαιολογίας και της πειραματικής αρχαιολογίας μπορούμε να δούμε τους τρόπους που οι άνθρωποι επεξεργάζονταν τα δημητριακά για να τα μετατρέψουν σε τρόφιμα (π.χ. Hillman 1984, 1985· Samuel 1989· D'Andrea και Haile 2002· Valamoti κ.ά. 2008, 2021, González Carretero κ.ά. 2017· Berihuete-Azorín κ.ά. 2020).

Η επεξεργασία των ντυμένων σιταριών, που φαίνεται να κυριαρχούν στην προϊστορική Ελλάδα, θα απαιτούσε τη χρονοβόρα απομάκρυνση των λεπύρων που περιβάλλουν τους σπόρους. Με βάση εθνογραφικές και πειραματικές έρευνες, αυτή η διαδικασία γινόταν πιθανότατα με τη σύνθλιψη των σταχυιδίων (σπόρος με το περίβλημα των λεπύρων) σε ξύλινα γουδιά που δεν έχουν σωθεί σε αρχαιολογικές αποθέσεις από την Ελλάδα λόγω της φθαρτής πρώτης ύλης με την οποία πιθανότατα κατασκευάζονταν. Ο σπόρος θα έπρεπε στη συνέχεια να διαχωριστεί από τα λέπυρα με μια σειρά από κοσκίνισματα και λιχνίσματα (π.χ. Hillman 1984). Στα γυμνά σιτάρια η διαδικασία καθαρισμού του σπόρου ήταν πιο απλή και εύκολη καθώς ο σπόρος καθαριζόταν με λιγότερα στάδια επεξεργασίας (π.χ. Jones 1983, 1984· Hillman 1985). Το κριθάρι έχει την ιδιαιτερότητα να συμπεριφέρεται ως γυμνό καθώς μεγάλο μέρος των μη βρώσιμων μερών του σταχυού απομακρύνεται με τις εργασίες στο αλώνι (λίχνισμα/κοσκίνισμα), ωστόσο στις ποικιλίες που είναι ντυμένος ο σπόρος, η απομάκρυνσή του χιτώνα και της λεπίδας θα απαιτούσε επιπλέον εργασίες.

Ο σπόρος των ντυμένων σιταριών θα μπορούσε να αποθηκευτεί είτε με τη μορφή σταχυιδίων είτε με τη μορφή καθαρισμένου σπόρου, ωστόσο το πρώτο



θα ήταν προτιμότερο λόγω της αντοχής του σπόρου σε προσβολές εντόμων και τρωκτικών, κάτι που παρατηρείται ως πρακτική στη Νεολιθική Ελλάδα (Valamoti 2004).

Οι πλήρως καθαρισμένοι σπόροι που θα ήταν έτοιμοι για κατανάλωση θα μπορούσαν στη συνέχεια να αλεστούν με τη βοήθεια των λίθινων εργαλείων άλεσης που εντοπίζονται στις αρχαιολογικές θέσεις της προϊστορικής Ελλάδας (Bekiaris κ.ά. 2020). Πρόσφατες έρευνες των ιχνών χρήσης των εργαλείων άλεσης από την περιοχή φανερώνουν ότι επεξεργάζονταν σπόρους όπως είναι π.χ. το ντυμένο κριθάρι ή σιτάρια όπως το μονόκοκκο και το δίκκοκο που έφεραν ακόμη τα λέπυρά τους, με συγκεκριμένα εργαλεία, ενώ με άλλα επεξεργάζονταν καθαρισμένους σπόρους (Chondrou κ.ά. 2021). Με την άλεση οι προϊστορικοί άνθρωποι θα μπορούσαν να πάρουν είτε χονδραλεσμένα δημητριακά, όπως είναι σήμερα για παράδειγμα το πλιγούρι ή το ποντιακό κορκότο, είτε αλεσμένα σε πολύ μικρούς κόκκους, όπως είναι σήμερα το αλεύρι ολικής άλεσης περίπου. Δε γνωρίζουμε για τα προϊστορικά χρόνια αν κοσκίνιζαν το αλεύρι για να αφαιρέσουν το πίτυρο, ωστόσο η παρουσία αλευρώνης σε μάζες δημητριακών από την προϊστορική Ελλάδα και τα Βαλκάνια φανεώνει ότι τα άλευρα ήταν πιτυρούχα (Valamoti κ.ά. 2019).

Ένας τρόπος επεξεργασίας του σπόρου των δημητριακών που έχει εντοπιστεί στο αρχαιοβοτανικό υλικό της προϊστορικής Ελλάδας είναι το προμαγείρεμα των σπόρων και η άλεσή τους, κάτι σαν το σημερινό πλιγούρι ή τον σταρένιο τραχανά (Valamoti 2011· Valamoti κ.ά. 2021). Με βάση εθνογραφικές παρατηρήσεις και πειραματική έρευνα είναι δυνατή η διάκριση του απλού αλεσμένου σιταριού από αυτό που έχει βράσει σε νερό ή γάλα, χωρίς ωστόσο να είναι δυνατή η διάκριση του υγρού στο οποίο οι σπόροι είχαν βράσει (Valamoti κ.ά. 2021). Έτσι, στο Αρχοντικό Γιαννιτσών και τη Μεσημεριανή Τούμπα, οικισμούς της πρώιμης Εποχής του Χαλκού στη Μακεδονία, έχουν βρεθεί αλεσμένοι σπόροι δημητριακών που στην περίπτωση της Μεσημεριανής Τούμπας φάνηκε πέρα από κάθε αμφιβολία ότι είχαν βράσει και στη συνέχεια υποστεί άλεση (Valamoti 2002· Valamoti κ.ά. 2008, 2021). Ένας άλλος τρόπος επεξεργασίας δημητριακών που έχει εντοπιστεί στην προϊστορική Ελλάδα είναι η βυνοποίηση. Η παρουσία βύνης έχει αναγνωριστεί σε απανθρακωμένα κατάλοιπα φυτρωμένων σπόρων από την Άργισσα στη Θεσσαλία και το Αρχοντικό Γιαννιτσών στη Μακεδονία που χρονολογούνται στο τέλος της πρώιμης Εποχής του Χαλκού (Valamoti 2018). Η βύνη θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για την παρασκευή ενός αλκοολούχου σκευάσματος όπως περίπου η σημερινή μύρα, χωρίς να μπορούν να αποκλειστούν και άλλες χρήσεις της (Valamoti 2018, 2023· Βαλαμώτη και Πετρίδου 2022).

Από τα παραπάνω φαίνεται ότι τρόφιμα με βάση τα δημητριακά, που ακόμη και σήμερα υπάρχουν στη διατροφή των κατοίκων της Ελλάδας όπως το πλιγούρι και ο τραχανάς, έχουν μια μακραίωνη παράδοση στην περιοχή μας. Για την ώρα είναι δύσκολο να εντοπίσουμε στο αρχαιολογικό υλικό διαφορές που θα βοηθούσαν να διακρίνουμε χυλούς από ψωμιά ή ψωμιά με ή χωρίς προζύμι, ωστόσο η ανάπτυξη της μεθοδολογίας αυτής βρίσκεται σε εξέλιξη στο πλαίσιο του ερευνητικού προγράμματος PlantCult και άλλων ερευνών στην Ευρώπη.

Καθημερινά και τελετουργικά σκευάσματα με βάση τα δημητριακά: από την προϊστορική Ελλάδα στο σήμερα

Τα αρχαιοβοτανικά κατάλοιπα μάς πληροφορούν για πλήθος ειδών δημητριακών και σκευασμάτων στην προϊστορική Ελλάδα με αλλαγές στο πέρας του χρόνου, όπως η προσθήκη του σιταριού σπέλτα και του κεχριού κατά την Εποχή του Χαλκού. Η δυσκολία να διαβάσουμε πίσω από τους απανθρακωμένους σπόρους της προϊστορικής Ελλάδας τα νοήματα που είχαν τα διάφορα είδη δημητριακών και τα σκευάσματα από αυτά για τους κατοίκους της Νεολιθικής και της Εποχής Χαλκού είναι ανυπέρβλητη και μόνο σε ιδιαίτερες περιπτώσεις όπως π.χ. οι σπόροι της 7ης χιλιετίας π.Χ. που συνόδευαν την ταφή στη Μαυροπηγή Φυλλοτσαίρι στη δυτική Μακεδονία (Βαλαμώτη 2011), αποκαλύπτουν αποσπασματικά πτυχές αυτής της διάστασης της τροφής. Ωστόσο, αν στραφούμε στις πινακίδες της Ύστερης Εποχής του Χαλκού και στη γραμματεία των μεταγενέστερων αιώνων, μπορούμε να διαπιστώσουμε το σημαντικό ρόλο που έπαιζαν συγκεκριμένα είδη δημητριακών για ειδικές περιστάσεις κατανάλωσης τροφής, όπως ήταν οι τελετές και οι θρησκευτικές γιορτές. Από τη Γραμμική Β διαπιστώνουμε ότι το σιτάρι και το κριθάρι, παρόλο που ακόμη η έρευνα δεν έχει καταλήξει ομόφωνα στα ιδεογράμματα που αντιστοιχούν στα δύο αυτά είδη (βλ. Palmer 1992, 2008· Halstead 1995· Killen 2004· Halstead κ.ά. 2022), προσφέρονταν σε θεότητες και σε ιερά για συγκεκριμένες εκδηλώσεις με τη μορφή συλλογικών γευμάτων, παράλληλα με τη διανομή τους με τη μορφή σιτηρεσίου σε άτομα εξαρτώμενα από τα ανάκτορα.

Από την αρχαιοελληνική γραμματεία μαθαίνουμε ότι η προσφορά στη θεά Δήμητρα γινόταν με το κριθάρι (ουλαί), ενώ μια μεγάλη ποικιλία αρτοσκευασμάτων φαίνεται να συνδέεται με τελετουργικές πρακτικές και συγκεκριμένες θεότητες (π.χ. Dalby 1996· Valamoti κ.ά. 2022α). Το κριθάρι θεωρείται ως το πρώτο δημητριακό που εξημέρωσε ο άνθρωπος, διαφοροποιούμενος από την άγρια κατάσταση κατά την οποία κατανάλωνε βελανίδια (Valamoti κ.ά. 2022α). Το κριθάρι ήταν βασικό είδος διατροφής

[εικ. 1.10], το συστατικό της μάζας στην αρχαία Ελλάδα, ενώ το γυμνό σιτάρι είναι κυρίαρχο σε μια σειρά αρτοσκευασμάτων από ψωμιά μέχρι τηγανίτες. Στην αρχαιοελληνική γραμματεία εντοπίζουμε και τα ντυμένα σιτηρά, αυτά που ήταν κυρίαρχα στην προϊστορική περίοδο. Αν και είναι δύσκολο να συνδέσουμε με ακρίβεια τις αρχαίες λέξεις με σύγχρονα βοτανικά είδη, μπορούμε να διαπιστώσουμε τη χρήση τους στη διατροφή καθώς και μεταβαλλόμενες αντιλήψεις για τις διατροφικές τους ιδιότητες. Το κεχρί και η μύρα που εντοπίζονται στο αρχαιοβοτανικό υλικό φαίνεται να είναι τρόφιμα που δε συνδέονται με τον αρχαιοελληνικό κόσμο αλλά με πληθυσμούς που ζουν στις παρυφές του (Valamoti κ.ά. 2022α). Αυτό το στοιχείο είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρον καθώς μας επιτρέπει να αναζητήσουμε ανάλογες διαφοροποιήσεις και την έκφραση πολιτισμικών ταυτοτήτων μέσα από τα είδη των δημητριακών που επιλέγονταν για κατανάλωση, διαχρονικά από τα προϊστορικά χρόνια ως την αρχαία Ελλάδα. Ειδικότερα το κεχρί παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον καθώς είναι ένα 'ξένο' είδος, έρχεται από τις στέπες της Κεντρικής Ασίας, ενδεχομένως ως το δημητριακό πληθυσμών με διαφορετικές διατροφικές παραδόσεις και μαγειρικές πρακτικές (π.χ. Valamoti 2016, 2017, 2023).

Στα ιστορικά χρόνια τα αρχαιοβοτανικά δεδομένα είναι αρκετά αποσπασματικά για να επιτρέψουν μία διαχρονική εικόνα και συγκρίσεις μεταξύ διαφορετικών περιοχών (Kroll 2000· Megaloudi 2006· Livarda 2012· Margaritis 2015· Valamoti κ.ά. 2018· Gkatzogia και Kotjabopoulou 2019· Γκατζόγια και Βαλαμώτη 2021). Σε συνδυασμό όμως με την εξέταση των αρχαίων κειμένων προκύπτουν ενδιαφέροντα στοιχεία για συνέχειες και ασυνέχειες, καθώς και για γεωγραφικές διαφοροποιήσεις ως προς την επιλογή των δημητριακών που καταναλώνονταν και τους τρόπους παρασκευής τους σε ειδικά σκεύσματα. Τα ντυμένα δημητριακά είναι γνωστά στην αρχαιοελληνική γραμματεία αν και υπάρχει σχετική ασάφεια για τα συγκεκριμένα βοτανικά είδη που αντιστοιχούν στους όρους που οι αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν γι' αυτά (Jardé 1925· Dalby 1996· Valamoti κ.ά. 2022α). Συχνότερες αναφορές γίνονται στο γυμνό σιτάρι και στο κριθάρι που φαίνεται ότι αποτελούσαν τα βασικά δημητριακά στην αρχαία Ελλάδα. Το κεχρί ήταν γνωστό αλλά όχι ιδιαίτερα αγαπητό, σε αντίθεση με τη βόρεια Ελλάδα της Εποχής του Χαλκού, ενώ ο



Εικόνα 1.10 Σπόροι κριθαριού από την Πολίχνη των αρχαίων χρόνων. Φωτογραφία Ε. Γκατζόγια