



Joaquim Pinheiro  
Carmen Soares  
(coords.)

# PATRIMÓNIOS ALIMENTARES DE AQUÉM E ALÉM-MAR

IMPRESA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA  
COIMBRA UNIVERSITY PRESS

ANNABLUME

**COZINHA SIMPLES, MESA FARTA.  
OS REQUINTES DA GASTRONOMIA MEDITERRÂNEA  
GREGA ANTIGA (ARQUÉSTRATO, SÉC. IV A. C.)**

**Plain cooking, plentiful fare.**

**The pleasures of ancient Greek Mediterranean  
gastronomy (Archestratus, 4<sup>th</sup> century BC)**

CARMEN SOARES

Universidade de Coimbra, Faculdade de Letras  
Centro de Estudos Clássicos e Humanísticos  
Projeto DIAITA: Património Alimentar da Lusofonia  
(cilsoares@gmail.com)

**RESUMO:** A leitura que fazemos dos fragmentos do poeta siciliano Arquéstrato visa demonstrar que o autor se distingue de práticas culinárias contemporâneas, que davam fama de cozinheiros requintados a outras figuras oriundas da Magna Grécia. Com base na análise das informações que, nessas obras e nos testemunhos que sobre elas nos chegam, colhemos sobre pratos, serviço e ambiente do banquete somos levados à conclusão de que o catálogo gastronómico de Arquéstrato pode ser interpretado como uma proposta gastronómica inovadora no contexto do séc. IV a. C. A apologia da simplicidade (visível na elaboração de preparados pouco condimentados) e da aposta numa cozinha natural (apoiada sobretudo em ingredientes de qualidade) ressalta dos versos do gastrónomo grego como evidência de uma mesa de delícias, bem diversa da então conhecida “variedade siciliana”. Dividimos o presente estudo em quatro partes distintas e capazes de demonstrar a razoabilidade da nossa proposta de interpretação: 1. Introdução; 2. Retratos literários das “mesas de delícias”; 3. A “mesa de delícias” de Arquéstrato: tradição e inovação; 4. Conclusão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gastronomia, Arquéstrato, Grécia Clássica, estoicismo, epicurismo, mesas de delícias, mesas de sobrevivência, Platão, Livros de Culinária.

**ABSTRACT:** The reading we make of the Sicilian poet Archestratus’ fragments aims to demonstrate that the author is distinguished from contemporary culinary practices which gave fame for fine cooks to other figures coming from the Magna Graecia. Drawing on the analysis of these pieces of information learnt from these works and the testimonies gathered about them, on plates, meal service and banquet environment, we are led to conclude that Archestratus’ gastronomic catalogue may be interpreted as an innovative gastronomic proposal in the context of the 4<sup>th</sup> century B.C. The apology of simplicity (evidenced in little spicy recipes) and natural cooking (supported mainly on quality ingredients) stands out from the verses of the Greek gourmet as evidence of a table of delights, quite different from the so-called “Sicilian variety”.

Our study is divided into four distinct parts likely to demonstrate the reasonability of our proposal for interpretation: 1. Introduction; 2. Literary portraits of the “table of delights”; 3. Arcestratus’ “table of delights”: tradition and innovation; 4. Conclusion.

KEYWORDS: Gastronomy, Arcestratus, Classical Greece, stoicism, epicureanism, table of delights, table of survival, Plato, Cookbooks.

## I. INTRODUÇÃO

O título e subtítulo do presente estudo suscitam uma reflexão prévia sobre conceitos-chave em termos de enquadramento teórico à análise da fonte literária sobre a qual nos propomos debruçar: os fragmentos do poema de temática gastronómica *Iguarias do Mundo Grego* do siciliano Arquétrato<sup>1</sup>.

“Cozinha” remete-nos para produtos-ingredientes, utensílios e técnicas culinárias.

“Mesa” cobre tanto o serviço e consumo dos bens alimentares (quer os “cozinhados” quer os consumidos crus), como códigos de comportamento e sentidos dos atos de “servir”, “servir-se” e “ser servido” (à mesa).

“Gastronomia”, termo de origem grega, precisamente usado como um dos títulos que na Antiguidade (segundo o testemunho de Ateneu, compilador dos fragmentos a chegarem aos nossos dias) a obra de Arquétrato recebeu, significa, literalmente, “estudos do estômago”. Note-se, no entanto, que o termo *gastronomia* era um neologismo, construído a partir da junção do sufixo *-nomia* (equivalente ao sufixo *-logia*), de valor científico reconhecido<sup>2</sup>, ao nome comum *gaster* (“estômago”). O sarcasmo subjacente a este título residia em equiparar os conhecimentos sobre os prazeres da comida e da bebida a uma ciência. Ou seja, quando nasce, no séc. III a. C., presumivelmente da autoria do filósofo estóico Crisipo, a palavra gastronomia vem envolta numa

---

<sup>1</sup> Sobre os diversos títulos que a obra recebeu na Antiguidade, leia-se *Testimonia* 2, 5 e 7 Olson-Sens. A justificação para a tradução que propomos do título grego mais consensualmente aceite entre os seus comentadores contemporâneos (*Hedypatheia*) já a apresentámos noutra lugar (Soares 2012a: 35). É da conjugação do sentido literal do termo grego (significando à letra ‘experiência dos prazeres’) com a temática da obra (identificada no frg. 3 com ‘a melhor comida e bebida’, a que os Gregos da Europa e da Ásia têm acesso, segundo indicações dos frgs. 1 e 2) que chegamos à tradução livre “Iguarias do Mundo Grego”. Note-se que, relativamente a estudos anteriormente publicados (em que propusemos o título português “Iguarias do Mundo”), entendemos acrescentar o adjetivo étnico “grego” à tradução livre por nós sugerida para o título da obra, por forma a não induzir o leitor moderno em erro. Impõe-se, neste caso, clarificar para os não entendidos em História da Grécia Antiga, que os limites geográficos do mundo grego de então (séc. IV a. C.) eram bem mais alargados que os da Grécia atual (abrangendo a região do Mar Negro, Turquia, Egipto, Itália do sul e Sicília – apelidadas estas duas com a designação de Magna Grécia).

<sup>2</sup> Com esse valor servira para designar o poema pseudo-hesíodico *Astrologia*, ou seja a “Ciência das estrelas” (Olson-Sens: xxiii).

conotação pejorativa<sup>3</sup>. Não obstante o sentido que à época o termo *gastronomia* adquiriu nesse meio intelectual e filosófico em que se empregou, a verdade é que a valorização do “prazer, gosto ou fruição”, obtidos não apenas do consumo, mas também do ambiente (material e humano) que envolve a refeição, surgem já nos fragmentos da obra de Arquéstrato como princípio fundacional da sua relação com a “mesa”. Estamos, por isso mesmo, perante um autor que no séc. IV a. C. procede ao canto da gastronomia como ela hoje é assumida. A receção de uma obra desse género não reuniu consensos na Antiguidade, não esperemos, por isso, que sobre ela (em particular sobre a sua tipologia), para mais sendo uma obra tão fragmentada, possam hoje os comentadores estar de acordo<sup>4</sup>.

Mas o facto de ser uma obra polémica, i. e., capaz de gerar opiniões tão diversas, deve ser por nós sublinhado como uma evidência clara de que se tratou, na sua época, de um produto literário disruptivo. É nesse seu perfil contrastivo com mentalidades e práticas vigentes que residem, conforme procuraremos demonstrar no seguimento da nossa análise, as causas para as apreciações pejorativas que Ateneu (no séc. III d. C.) e as fontes próximas do autor (dos sécs. IV e III a. C.) tecem a seu respeito e da influência da sua obra nos meios intelectuais contemporâneos. Perceberemos, no entanto, que são alguns desses “defeitos” que tornam, para o público dos nossos dias, as *Iguarias do Mundo Grego* uma obra precursora em aspetos hoje particularmente valorizados em correntes/movimentos/tendências/modas gastronómicas apostadas na promoção de uma cozinha natural e simples e de uma gastronomia requintada (em que a fruição deriva do consumo de produtos regionais demarcados e de ambientes diferenciados).

O objetivo da nossa investigação consiste em demonstrar o carácter substancialmente inovador dos conteúdos da mensagem de Arquéstrato em relação a um padrão alimentar vigente e o seu contributo para a afirmação dos prazeres da mesa como uma expressão cultural “aceitável”, porque pautada pelos tradicionais e respeitados princípios clássicos do “nada em excesso” (consagrada na expressão esquiana *meden agan*), da “excelência” (ou *arete*), capaz de aproximar os seres humanos dos deuses, e da “justa medida” (ou *metron*). Considerando que esta leitura da obra de Arquéstrato não confere ao autor um estatuto de pioneiro, mas sim de potenciador de práticas e mentalidades atestadas em autores anteriores, contemporâneos e posteriores,

<sup>3</sup> Cf. *testimonia* 2 e 5 de Olson-Sens.

<sup>4</sup> São as seguintes as principais interpretações dos comentadores quanto ao género do poema de Arquéstrato: paródia épica (Wilkins-Hill 2011: 13-15) ou paródia gastronómica (Montanari 1999: 67), catálogo gastronómico (Dalby 1995: 402; Olson-Sens 2000: xliii), combinação entre o género didático e o relato de viagens (García Soler 2001: 30), guia gastronómico (Soares 2012a: 36-37 e n. 20; leitura questionada por Olson-Sens 2000: xxix-xxx).

decidimos preceder a análise dos fragmentos e da obra de um levantamento de reflexões idênticas, patentes noutros autores (ponto 2: *Retratos literários das “mesas de delícias”*). Só depois de munidos deste “enquadramento”, poderemos avançar para a proposta literária de uma gastronomia requintada, apoiada numa cozinha simples, mas capaz de ‘satisfazer plenamente’ (i. e., “fartar”) a mesa das elites privilegiadas pelos dons da fortuna (ponto 3: *A “mesa de delícias” de Arquêstrato: tradição e inovação*).

## 2. RETRATOS LITERÁRIOS DAS “MESAS DE DELÍCIAS”

O propósito desta nossa busca de outras fontes não reside em identificar o subgénero literário em que se filiara o poema de Arquêstrato (missão que, entre outros<sup>5</sup>, os editores Olson-Sens cumpriram no seu comentário à obra<sup>6</sup>), mas sim em demonstrar que há uma tradição de refletir sobre padrões alimentares requintados (as chamadas “mesas de delícias”) através do confronto com padrões alimentares modestos (que poderíamos designar por “mesas de sobrevivência”). A nomenclatura que propomos para esta última categoria, conforme sugere a própria terminologia adotada, decorre do facto de os alimentos que compõem as ditas “mesas de sobrevivência” corresponderem a uma oferta elementar e sem qualquer referência à determinação que o gosto/prazer possa ter tido nessa composição.

Devemos, no entanto, desde já advertir que esta bipolarização em dois tipos de práticas de mesa não permite concluir que, para cada uma das duas categorias por nós estabelecidas, os textos dos Antigos nos apresentam uma conceção única e universal. Muito pelo contrário! Veremos que, em resultado

---

<sup>5</sup> Cf. nota anterior.

<sup>6</sup> No § III da introdução (Olson-Sens 2000: xxviii-xliii), os comentadores comparam o conteúdo e estilo do texto de Arquêstrato a obras anteriores ou contemporâneas que, em alguma medida, com ela tenham pontos de contacto. A proximidade com as *Histórias* de Heródoto e, eventualmente, do seu antecessor Hecateu de Mileto, deriva do seu perfil periegético (pela referência às viagens que fez para ‘averiguar/investigar’ onde encontrar determinadas especialidades gastronómicas). A épica paródica de figuras como Hégemon de Tasos, Eubeu de Paros e Mátron de Pítane (*Supplementum Hellenisticum* 534-540, num total de 144 versos) explora o filão do luxo dos banquetes, mas numa linha de sátira do género épico ausente da escrita de Arquêstrato, destinada a ser representada em público, o que não seria o caso do poema do Siciliano. É com os livros de culinária, em prosa, dos seus conterrâneos (com destaque para Miteco, séc. V a. C.) e com a poesia de catálogos de gastronomia (como Filóxeno de Leucas, frg. 836 Page, e frg. 189 da peça *Fáon* de Platão, o Cómico, datada de 391 a. C. pelo Escólio de Aristófanes, *Pluto*, v. 179) que as afinidades aumentam. Na opinião dos dois comentadores, as *Iguarias do Mundo Grego* constituem, juntamente com o frg. de Filóxeno, os exemplares sobreviventes de um subgénero lírico de catálogos gastronómicos em hexâmetros dactílicos, inspirados numa tradição culinária siciliana requintada. Sobre os autores de literatura gastronómica anteriores e contemporâneos de Arquêstrato, vejam-se os trabalhos de Degani, precursor do interesse subsequente de estudiosos pela literatura gastronómica: 1975, 1982, 1990, 1991.

de mentalidades diferentes dos autores, os critérios usados para considerar determinado padrão alimentar requintado e os preparados que o compõem “delícias” pode variar significativamente.

Porque o que pretendemos é compreender em que medida as mesas propostas por Arquêstrato replicam ou contradizem um padrão gastronómico elevado, comecemos por recordar, em traços gerais, qual era o estereótipo vigente da culinária siciliana, sua terra natal. Evoquemos o testemunho de um autor ateniense contemporâneo do nosso poeta, cuja cidade era invadida pelos modismos da “comida à siciliana”, Platão. A propósito da dieta alimentar dos Guardiães, atletas guerreiros de Calípolis, advoga-se uma cozinha o mais despojada possível, quer nos métodos de confeção – o que dita a preferência por grelhar em vez de cozer (já que este método exige uma bateria de panelas, ao passo que aquele não) – quer nos ingredientes usados (reduzidos ao básico, no caso dos heróis homéricos, chamados à colação, a carne, e dispensada a adição de condimentos). Estamos perante o retrato de uma clara “mesa de sobrevivência”, tanto mais que a sua composição contribui para a boa forma física (a saúde, ou, como diz o texto grego, ‘para que venha a ter o corpo em bom estado’<sup>7</sup>), como se depreende do passo 404c-d da *República*:

- Tão pouco Homero faz alguma vez referência a condimentos, julgo eu. Os outros atletas sabem isso bem, que um corpo que queira estar em forma tem de se abster de tudo isso?

- É com razão que o sabem e se abstêm.

- Não honrarás, amigo, ao que parece, a mesa de Siracusa e a variedade de pratos siciliana, uma vez que te parecem certos estes princípios.

(Trad. M. H. Rocha Pereira<sup>8</sup>)

Nos antípodas dessa culinária simples, coloca a personagem do diálogo uma culinária apoiada em temperos<sup>9</sup> e apostada na confeção de uma grande variedade (*poikilia*) de ‘condutos’ (*opsa*<sup>10</sup>). A essa cozinha tão diversificada aplicam-se os estereótipos do luxo gastronómico oriundo da Magna Grécia<sup>11</sup>, contidos nas expressões “mesa de Siracusa” e “variedade siciliana”.

<sup>7</sup> *Resp.* 404 c: τῶι μέλλοντι σώματι εὖ ἔξειν.

<sup>8</sup> Rocha Pereira 2010: 138.

<sup>9</sup> Sobre o uso de temperos na cozinha grega, vd. García Soler (1997: 136-137; 2001: 323-61).

<sup>10</sup> Termo genérico, usado para designar tudo o que acompanha a base da alimentação grega: as papas de cereais, o pão e o vinho. Já tratámos da nítida distinção que os antigos Gregos estabeleciam entre os alimentos básicos e os seus suplementos noutra estudo (vd. Soares 2012b: 37).

<sup>11</sup> Sobre a fama do luxo da cozinha siciliana, vd. Dalby (1996: 113-129), Collin-Bouffier (2000), Olson-Sens (2000: xxxvi-xxxviii) e García Soler (2001: 37-38; 2008: 147-148).

Bastará ter presente que os magros fragmentos que nos chegaram de autores de *Livros de Culinária* (ὄψαρτυτικὰ βιβλία)<sup>12</sup>, resgatados do oblívio por Ateneu de Náucrates, confirmam essa moda siciliana, pois apresentam receitas elaboradas a partir de uma elevada variedade de produtos e temperos, como é o caso dos “cubinhos de pão” de Heraclides de Siracusa (condimentados com anis, queijo e azeite<sup>13</sup>), do *myma* de Epeneto<sup>14</sup>, de um molho para carne assada (feito à base de sangue, o que justifica a denominação por que era conhecido – *hyposphagma*<sup>15</sup>) e do *kandaulos*. Tratava-se, este último, de um prato de origem lídia, atribuído à obra de Hegesipo de Tarento, a que chamaríamos “sopas de carne”, na medida em que a carne se serve acompanhada de pão ensopado no seu caldo, prato que, na linha das receitas já mencionadas, se apresenta, uma vez mais, adubado com sabores fortes (de um queijo importado, da Frígia, e de uma planta aromática nativa, o funcho<sup>16</sup>).

Desta descrição de pratos de autores da Magna Grécia depreendemos que estamos perante um padrão de requinte gastronómico baseado, por um lado, na assinalável variedade de ingredientes reunidos na preparação de um único prato, pelo outro, na indispensável presença de temperos que, pela sua intensidade, alteram o gosto natural dos produtos básicos (nestes casos, o pão e as carnes). Note-se que a própria etimologia do vocábulo grego para ‘tempero’ (*bedysma*), palavra formada da raiz *bedy* - (comum aos nomes ‘prazer’/*hedone*) e ‘doce’ (*hedy*), confirma que esses ingredientes se destinavam, antes de mais, a dar um gosto ‘agradável’ (*hedy*) aos pratos. Aliás, Platão deixara bem clara essa relação estreita entre temperos e ‘arte culinária’ (*techne mageirike*) na

<sup>12</sup> Sobre os livros de culinária gregos, vd. Soares 2010, Dalby (1996: 109-111, 160-167; 2003: 97-98).

<sup>13</sup> Ath. 3. 114 a.

<sup>14</sup> Hápax usado para designar um prato feito de carnes vermelhas e de aves picadas, vísceras e um sem fim de temperos e ervas aromáticas – vd. Ath. 14. 662 d: *Quanto a Epeneto, afirma no seu Livro de Culinária o seguinte: o myma faz-se com carnes de todo o tipo de gado e aves, mas é preciso preparar pequenos pedaços de carnes tenras, as vísceras, as tripas e o sangue, tudo bem amassado e temperado com vinagre, queijo grelhado, sílfio, cominho, tomilho fresco e seco, segurelha, coentros frescos e secos, cebolinha-verde, cebola sem casca grelhada ou sementes de papoila, passas de uva ou mel, e sementes de romã amarga.*

<sup>15</sup> O sangue misturava-se com mel, queijo, sal, cominho e sílfio, preparado cozido com vinagre – Ath. 7. 324 a. Segundo aí esclarece o Naucratis, o mesmo nome reservava Glauco de Locros (outro Siciliano) não ao molho (como sucedia no livro de culinária de Erasítrato), mas ao prato feito de sangue, sílfio, carne cozida, mel, vinagre, leite, queijo e ervas aromáticas picadas. O sentido literal do termo grego, formado por composição, é o de “derivado” (do prefixo *hyp-*) do “sacrifício de sangue” (do verbo *sphazo*).

<sup>16</sup> Ath. 12. 516 f. Identificar com os Lídios a origem do *kandaulos* (cujo nome apresenta óbvias semelhanças fonéticas com o nome do último soberano da dinastia sandinida, Candaulus) não deixa de ser um recurso discursivo denunciador do sentido de luxo gastronómico, uma vez que os Lídios gozavam, entre os escritos da Época Clássica e posteriores, da fama de serem um dos povos orientais mais sofisticados e dados ao deleite.

*República* (332 c-d), dizendo que a sua função é produzir adubos (*adysmata*) para as comidas (*opsa*).

Discretamente, entre os inúmeros ingredientes utilizados na preparação das *supra* mencionadas receitas de picado de carnes e de molho de sangue, foi referido o único adoçante consumido e produzido na Europa da época, o mel. Já nos idos séculos V e IV a. C. os doces eram concebidos como alimentos, na sua essência (que é ‘o doce’, τὸ ἡδύ), responsáveis por dar ‘prazer’ (*hedone*) ao consumidor. Retomando o passo da *República* de Platão sobre o regime alimentar dos Guardiães, todo ele voltado para uma “mesa de sobrevivência” (leia-se despojada dos luxos da culinária siciliana tão em voga na época), compreendemos que se enfatize a necessidade de repudiar as, igualmente *renomadas, delícias da pastelaria ateniense*<sup>17</sup>.

A mentalidade do aristocrata Gláucon, interlocutor de Sócrates no diálogo platónico, não lhe permite aceitar placidamente uma proposta de *diaita* (‘modo de vida’) que, pela sua extrema simplicidade – espelhada num regime alimentar tão humilde – lhe merece a denominação de “forragem”, paradigma que, ainda segundo as suas palavras, se adequaria a uma “cidade de porcos” (372 d). A esta leitura depreciativa terá, sem dúvida, levado a inclusão de bolotas torradas, entre o elenco de sobremesas que teriam ao seu dispor. Esse é, na perspectiva de um jovem ateniense da alta sociedade, um modelo ultrapassado, não compaginável com os tempos modernos. Apela, por isso, a Sócrates para que descreva uma Calípolis em que se adotem os hábitos de mesa do presente.

O filósofo não só percebe que o que o seu interlocutor entende por “condutos e sobremesas que atualmente se servem” são *pratos e doces variados* (ὄψα...καὶ πέμματα, καὶ ἕκαστα...παντοδαπά, 373 a), como entende que o ambiente que se coaduna com o consumo de tais iguarias se caracteriza pelo requinte. Este outro tipo de prazeres obtém-se, como se depreende, quer do conforto do mobiliário das salas de banquete (leitos e mesas), quer dos estímulos dos perfumes e incenso que marcam a experiência sinestésica do convívio. Como bem resume Sócrates, essa é, pois, uma “cidade de luxo” (*tryphos an polin*, 372 e), na qual, acrescentamos nós, só tem cabimento uma “mesa de delícias”.

As posições contrárias assumidas pelas duas personagens platónicas revelam como a mesa assume na literatura grega o sentido de metáfora de valores e comportamentos. Se a multiplicidade de pratos e temperos pode ser metáfora de excessos, reverso da desejável ‘moderação’ (*sophrosyne*) a que deve aspirar quem almeja a ‘virtude/excelência’ (*arete*), o que percebemos da leitura da obra de Arquéstrato é que, ao invés do que sugere a interpretação

<sup>17</sup> Cf. 404 d: Ἀττικῶν πεμμάτων τὰς δοκούσας εἶναι εὐπαθείας.



literal da apologia de Sócrates de uma “mesa do passado”, com uma dieta alimentar essencialmente cerealífera e à base de vegetais e frutos (padrão que a pobreza continuava a impor a alguns), é possível compatibilizar o requinte gastronômico com um modo de vida virtuoso.

Conforme demonstraremos na análise subsequente da equação que, no poema do Siciliano, se estabelece entre prazer, simplicidade, moderação, fartura e requinte, o que Ateneu nos legou da obra do nosso autor afasta-o, no geral, de uma leitura estandardizada da culinária da Magna Grécia, assente apenas em receitas de complexa elaboração e fortemente temperadas.

### 3. A “MESA DE DELÍCIAS” DE ARQUÉSTRATO: TRADIÇÃO E INOVAÇÃO

Os estudos que os comentadores modernos podem fazer sobre a obra do Siciliano padecem de constrictões relacionadas com os processos de transmissão e recepção do texto e do autor. Diferentemente do que sucedeu com a produção literária dos géneros maiores da literatura (em especial a épica, o drama, a prosa histórica e a filosófica), o catálogo de iguarias de Arquêstrato não mereceu o interesse de ser copiado na íntegra por sucessivas mãos. Assim, qualquer exercício hermenêutico sobre ele deve ter em conta que não é possível conhecer o produto literário do poeta, mas apenas o recorte que dele nos legou Ateneu, à volta de 200 d. C., ou seja, quase seis séculos mais tarde<sup>18</sup>. Não só não podemos avaliar, com uma margem mínima de segurança, qual o volume da obra preservado, como procurar definir a sequência pela qual os fragmentos originariamente figuravam na obra, hoje dispersos nos *Sábios à Mesa* do Naucratis, consiste num exercício especulativo de edição, passível, como tal, de resultar em ordenações divergentes<sup>19</sup>. Tão ou mais limitativo que estas restrições formais é estarmos condicionados pelo filtro ético do transmissor da obra. Não basta a seleção dos passos resultar da subjetividade de quem escolhe, há ainda que “conviver” com os comentários valorativos

---

<sup>18</sup> Olson-Sens (2000: xxi-xxii e n. 5) situam a sua redação algures nos primeiros dois terços do séc. IV a. C. Dalby (1995: 403-404), por seu turno, com base em referências a determinadas cidades, propõe um intervalo mais estreito de redação da obra: ca. 360-348 a. C. As recomendações para a aquisição de pescado de qualidade na região dos estreitos de Messina (frg. 7, 10, 17, 18, 41) faz sentido em data posterior à morte do tirano de Siracusa, Dionísio I, em 367, altura a partir da qual as cidades da zona voltaram a viver um clima de paz e prosperidade, atrativo para os viajantes as procurarem em condições de segurança. Por outro lado a data de 348 a. C. corresponde ao ano da destruição de Olinto por Filipe da Macedónia, cidade mencionada por Arquêstrato como indicada para a aquisição de uma espécie de tainha de qualidade, o *glaukos* (frg. 20).

<sup>19</sup> Basta compararmos a ordem estabelecida pelos editores e/ou tradutores da obra (Ribbeck 1877, Brandt 1888, Montanari 1983, Olsen-Sens 2000, Wilkins-Hill 2011) para detetarmos essas diferenças de ordenação dos fragmentos.

que o mesmo faz aos textos selecionados e com a transmissão de uma série de testemunhos antigos de tom depreciativo.

Ainda que brevemente, importa mencionar que as críticas de Ateneu e de figuras contemporâneas ou muito próximas do nosso autor, evocadas como testemunhos pelo enciclopedista - como é o caso do filósofo peripatético Clearco (séc. IV a. C.) e do estóico Crisipo (séc. III a. C.) - se baseiam na interpretação epicurista da obra<sup>20</sup>.

Ou seja, se somarmos a estes testemunhos a tendência, revelada em escritos dos sécs. V e IV a. C. (de que evocámos o caso de Platão no ponto 2), para identificar a culinária oriunda na Magna Grécia e, em especial, a siciliana com uma gastronomia sofisticada, somos impelidos a uma abordagem pré-conceituosa da obra, isto é, baseada em juízos formados previamente por terceiros. A leitura que propomos fazer, sem ignorar todo este enquadramento de época e de receção da obra, procurará averiguar em que medida o que nos chega de Arquéstrato legitima a identificação do poeta como um seguidor dessas ditas “mesa siracusana” e “variedade siciliana” ou como o promotor de uma gastronomia requintada, mas seguindo uma tendência que se procura demarcar dessa moda difundida por outros conterrâneos seus.

Dos 60 fragmentos preservados do poema, cerca de um terço contém informações sobre modos de preparação de alimentos<sup>21</sup> e apenas quatro não fazem menção a produtos alimentares. Dos 56 fragmentos referentes a alimentos passíveis de serem servidos à mesa, o conduto (*opson*) mais representado é o pescado (nas mais diversas categorias: peixe, marisco e moluscos), pois figura em 46 passos (frgs. 10-56), cabendo à carne (caça e capoeira) apenas duas ocorrências (frgs. 57-58). Residual é também a menção ao alimento básico da alimentação grega, presente ao longo de toda a refeição (das primeiras às segundas mesas), o pão (frg. 5), e à bebida eleita, o vinho (frg. 59). Devemos entender esta predominância de pratos de peixe não como uma evidência de que no poema essa seria, garantidamente, a comida mais retratada, mas como mais um indício (a somar aos já mencionados juízos valorativos de Ateneu e de outros testemunhos por ele evocados) de que um recorte da obra que, no

<sup>20</sup> Clearco censura a moda, entre os seus contemporâneos, de tomarem por tema de discussão dos banquetes o prazer decorrente do consumo de peixe e as épocas do ano em que esse alimento é mais saboroso, temáticas presentes na obra de Arquéstrato, o que justifica a atribuição do título depreciativo “devotos de Arquéstrato” (cf. *testimonium* 4 Olson-Sens) a quem se filia nesta nova voga (hedonista e materialista) de reflexão. Ateneu coloca na boca de Crisipo a denúncia de ser Arquéstrato o poeta predileto dos epicuristas, insultados com o epíteto de ‘glutões’ (*gastrimargoí*) - cf. *testimonium* 6 Olson-Sens. O próprio Ateneu adota o mesmo discurso, ao chamá-lo, em três ocasiões, por outro sinónimo grego de ‘glutão’ - *tévθης* (cf. *testimonium* 8, frgs. 6 e 22 Olson-Sens) - ou recorrendo a uma terminologia menos acintosa, mas, ainda assim, clara na denúncia da filiação epicurista do escritor: ‘filósofo hedonista’ (ὁ ἡδονικὸς φιλόσοφος, frg. 17).

<sup>21</sup> Disponíveis em tradução portuguesa em Soares 2012a. Tradução revista, anotação e estudo de todos os fragmentos (Soares: no prelo).

seu conjunto, privilegia a presença de pescado fresco à mesa (em particular de elevada qualidade e porte) condiz com a imagem de um Arquêstrato de gostos que, aos ouvidos da maioria da população grega, soariam requintados<sup>22</sup>. A exceção das populações costeiras ou ribeirinhas e das elites endinheiradas, no geral os Gregos não consumiam pescado fresco. Consequentemente, desconheciam o gosto e o prazer gustativo que lhe estavam associados. Semelhante ignorância pode levar a resultados desastrosos do ponto de vista culinário – que é a perspectiva sob a qual nos interessa agora analisar os fragmentos de Arquêstrato. Se a arte culinária, como vem definida por Platão acima (ponto 2), consiste em saber potenciar o bom gosto dos condutos através de temperos, é necessário conhecer as combinatórias e quantidades corretas de ingredientes para não se arruinar um prato.

A preocupação sobre como preparar bem a comida, por forma a potenciar o prazer que se retira da sua ingestão, é um *topos* estruturante no *corpus* sobrevivente da obra de Arquêstrato. A forma como o poeta o desenvolve, sob perspectivas complementares, em vários dos seus versos permite-nos defender que há um nítido propósito didático subjacente à sua escrita. Não se trata apenas de ensinar a distinguir a boa da má comida (frg. 36, vv. 4-5), mas de desmitificar a ideia corrente de que o requinte gastronómico (siciliano) se resume à confeção de preparados complexos e fortemente temperados.

Essa intencionalidade de se distanciar do estigma de uma culinária de excessos (da variedade de ingredientes e das quantidades de temperos) surge repetidas vezes nos fragmentos sobreviventes, quer relativos a receitas de pescado quer nos únicos dois de carne. A demarcação tanto a obtém o autor pelo recurso a vocabulário com o sentido de “simples” (adv. ἁπλῶς, μόνον) e “natural” (subst. φύσις), como a termos com valor semântico contrários a estes (i. e. “rebuscado”/adj. περιεργός, “excessivo”/adv. λίην e “múltiplo”/adj. πολὺς, παντοῖος), aplicados a práticas que repudia.

No frg. 37, a propósito dos temperos indicados para obter um bom sargo grelhado, o autor aproveita para dar a entender que a hierarquia correta entre ingrediente base (neste caso o peixe, noutros, como veremos mais adiante, a carne e os vegetais<sup>23</sup>) e temperos é esta mesma. Ou seja, são as características organolépticas do ingrediente que determinam a escolha dos temperos, nunca o inverso! A saber: os ingredientes que forem naturalmente agradáveis ao paladar dispensam a adição de adubos de sabor intenso (como o queijo, o sílfio e o vinagre), bastando retocá-los com os *hedysmata* básicos da culinária

<sup>22</sup> Sobre a conceção do pescado como iguaria gastronómica por excelência, na poesia arcaica elegíaca e iâmbica, vd. García Soler 1997: 133-134; para a comédia grega, vd Davidson 1993, García Soler 1996.

<sup>23</sup> Frgs. 57, 58 (lebre e gansinho) e 9 (bolbos e caules).

mediterrânea: o azeite e/ou o sal. Entre o final do outono e o início do inverno, o sargo grelhado é para ser comido:

*(...) bem temperado (κατάπαστον) com queijo, com um bom tamanho, ainda quente e cortado com um vinagre bem forte, pois trata-se de um peixe rijo por natureza (φύσει). A todo o peixe que for duro, o que recomendo é que te lembres de o tratar desta maneira. Mas o que é por natureza (φύσει) saboroso (ἀγαθόν), tenro e gordo da carne, esfrega-os apenas (μόνον) com umas pedras de sal e azeite. A verdade é que contém em si mesmo a essência do prazer (τὴν ἀρετὴν...τῆς τέρψις).*

(frg. 37 Olson-Sens, apud Ateneu 7. 321c-d)

A última frase, ao colocar a tónica na fruição que a comida proporciona, não deixa margem para dúvidas de que Arquéstrato é um verdadeiro gastrónomo *avant la lettre*, vanguardismo que lhe valeu a aproximação à corrente filosófica emergente do epicurismo e o sarcasmo dos opositores a toda e qualquer expressão de apreço pelos prazeres dos sentidos (os já referidos Clearco e Crisipo). Na sua poesia, conforme desenvolveremos mais adiante, são frequentes as remissões para as ‘delícias’ (‘as coisas boas’ – τὰ ἀγαθὰ – e ‘os prazeres’ – αἱ ἡδοναί) da mesa (na dupla aceção de comida e ambiente). Por ora atentemos no contraste entre duas formas bem distintas de colocar os temperos ao serviço da valorização do sabor da comida preparada para acompanhar o pão. À adição “abundante” (implícita no adj. composto pelo prefixo *κατα-*, de valor intensificador, a significar ‘totalmente/completamente’) dos sabores marcantes da gordura que é o queijo e da acidez de um vinagre forte, opõe-se uma preparação minimalista (denunciada no emprego do adv. *μόνον*, ‘somente/apenas’). Note-se que o poeta-gastrónomo não considera uma forma de cozinhar melhor do que a outra, apenas esclarece que têm contextos diferentes.

Porém, quando não se conhece este princípio elementar da harmonização dos temperos com o alimento básico do conduto, arruína-se o que poderia ser uma iguaria, se bem preparada. Dessa má prática culinária não deixa o poeta de dar conta, nos versos em que ensina a cozinhar outro peixe “naturalmente saboroso” (a avaliar pelas indicações que apresenta quanto à forma de prepará-lo), o atum:

*Pega num rabo de atum fêmea – estou a falar de um grande atum fêmea, cuja terra mãe é Bizâncio. Depois de bem partido, grelha todas as postas, depois de esfregados apenas (μόνον) com umas pedras de sal e azeite. Come-as quentes, ensopando-as num molho salgado bem forte. Se quiseres comê-las secas (ξηρά), também são boas, semelhantes aos deuses imortais em natureza (φυσὴν) e aspecto. Porém, se as servires regadas com vinagre, o prato fica estragado (ἀπόλωλεν).*

(frg. 38 Olson-Sens, apud Ateneu 7. 303e-f)

Além de se repetir o *topos* de uma confeção “simples” (reduzida aos temperos básicos), praticamente “ao natural”, não podemos deixar de assinalar que os traços de *connaisseur* de Arquéstrato não lhe inibem a sensibilidade para a variação de gostos em matéria de gastronomia. A observação de que as postas grelhadas de atum são deliciosas, tanto comidas com um molho salgado, como sem mais nada (ideia no texto vertida pelo adj. ξηρά, que significa “secas”), condiz com o comentário que oferece no frg. 15 sobre uma espécie de peixe que se julga ser a pescada (gr. ὄνος): *uma pessoa gosta deste tipo de coisas, outra daquele* (v. 4)<sup>24</sup>.

No que se refere às carnes grelhadas, em ambas as únicas duas menções citadas por Ateneu, insiste-se na simplicidade do prato. Do gansinho diz-se que a preparação culinária é *simplesmente* grelhada (ὀπτὸν ἀπλῶς, frg. 58, v. 2); da lebre no espeto que deve ser *simplesmente* temperada com sal (ἀπλῶς ἀλίπαστον, frg. 57, v. 5). No caso desta última, o poeta é, uma vez mais, bem claro no repúdio de receitas ‘rebuscadas’ (gr. περίεργοι), sinónimo de adição de molhos gordos e de sabor intenso (a queijo), conforme declara (vv. 7-9):

*Quanto às outras formas de preparação da lebre, na minha opinião, são todas demasiado* (διὰπαντός) *rebuscadas* (uns molhos) (καταχύσματα) *gordurosos* (γλοιῶν), *empesados de queijo* (κατάτυρα) e *de azeite* (κατέλαια), *como se fossem confeccionados para uma doninha*.

(apud Ateneu 9. 399e)

A escolha vocabular do autor, ao insistir aqui na noção do excesso das quantidades e, como vimos noutros fragmentos, admitir que os temperos melhoram determinados pratos, revela, sem margem para hesitações, que a culinária requintada por ele retratada não é a que exclui da mesa os adubos, mas a que pugna pelo seu uso seletivo e moderado. Neste frg. sobre a preparação de lebre assada no espeto, reaparece o uso de adjetivação composta com o prefixo intensificador *kata-*, a significar ‘totalmente coberto’<sup>25</sup>. Como se não bastasse combinar duas gorduras (o queijo e o azeite), contrariando o que foram as indicações atrás referidas sobre a preparação de molhos adequados a peixes (em que percebemos que se usa um ou outro), abusa-se das quantidades. O emprego do adv. λίην (‘excessivamente’<sup>26</sup>) no termo da sequência *molhos gordos, completamente cobertos de queijo e azeite em excesso*<sup>27</sup>

<sup>24</sup> Χαίρει γὰρ ὁ μὲν τούτοις, ὁ δ’ ἐκείνοις.

<sup>25</sup> Sobre o uso deste vocabulário em Arquéstrato, vd Rodrigues Amado 2010: 19.

<sup>26</sup> Forma poética que viria a ser substituída por *agan*, bem conhecida na expressão comum para designar o ideal de moderação clássica, o famoso *meden agan* (‘nada em excesso’).

<sup>27</sup> Trad. literal do grego γλοιῶν καταχύσματα καὶ κατάτυρα / καὶ κατέλαια λίην, vv. 8-9.

serve de perfeito corolário de uma expressão em que assistimos à acumulação de vocábulos com o sentido de excesso.

Não obstante a percepção de que há, da parte de Arquéstrato, uma certa tolerância para as particularidades gustativas que distinguem os indivíduos, consideramos que o Siciliano do séc. IV a. C., se afasta do estereótipo dos seus pares da Magna Grécia, pois prefere uma culinária requintada simples, apostada na preservação dos sabores genuínos dos alimentos e, como tal, avessa à presença (obrigatória e/ou impositiva) de temperos intensos, que advoga dever serem usados em “quantidades modestas” (linguagem que modernamente se poderia fazer equivaler ao q.b. – ‘quanto baste’ – das receitas de cozinha).

O próprio denuncia o seu afastamento em relação a esse padrão de requinte apostado no excesso de molhos e temperos, que tem por expoentes máximos os Siracusanos e os Italianos do sul da península, território colonizado pelos Gregos desde o séc. VIII a. C. Disso nos dá conta o frg. 46, em que escreve, a propósito da preparação do *kephalos*, uma espécie de tainha por identificar, e do robalo:

*Não deixes que se aproxime de ti nenhum tipo de Siracusa, nem de Itália, quando estiveres a confeccionar esse prato. A verdade é que não sabem preparar os melhores peixes (χρηστούς...ἰχθῦς); antes os estragam por completo (διαφθειρουσι), pois têm o mau gosto (κακῶς) de acompanhar toda e qualquer (ἅπαντα) comida de queijo e regam-na com uns salpicos de vinagre e um molho salgado enriquecido com sílfio. No entanto são, de todos, os que melhor sabem arranjar os malditos peixes de terceira (ἰχθυδίων), criados nas rochas, e conseguem acompanhar um banquete de todo o tipo de comidinhas (ὀψαρίων) pegajosas (γλίσχρων) e mal condimentados (ἡδυσματολήρων).*

(apud Ateneu 7. 311a-c)

É nítido o contraste entre uma verdadeira culinária requintada, apoiada em ingredientes de elevada qualidade, e uma culinária pseudo-requintada, em que se tenta disfarçar a falta de qualidade dos ingredientes pelo uso excessivo de gorduras e condimentos intensos. Repare-se que, do ponto de vista linguístico, o poeta se vale repetidamente do uso de diminutivos para transmitir um sentido depreciativo ao seu discurso. Assim sucede primeiro com o substantivo ἰχθυδίων (‘peixinhos’), que preferimos traduzir de forma livre, mas mais fiel ao valor pejorativo que comporta, por ‘peixes de terceira’ (sc. ‘qualidade’), de seguida com o nome ὀψαρίων (‘comidinhas’). No seu desprezo por uma cozinha à base de ingredientes menores, o poeta retoma motivos que já anunciou atrás como característicos dessa falsa mesa de delícias, a saber: a sobrecarga de gorduras (‘pegajoso’/γλίσχος é sinónimo de ‘gorduroso’/γλοιός do frg. 57, v. 8) e a supérflua presença de temperos (ideia contida no *hapaxlegomenon* ἡδυσματολήρων, composto do substantivo ‘tempero’/ἡδυσμα e do adj. ‘fútil’/λήρος do frg. 25, v. 1).

Nota-se, ainda, neste discurso, traços que confirmam ser clara, para o gastrónomo, a identificação da arte culinária com uma forma de conhecimento, ou seja, uma *techne* com regras próprias. Só quem souber que a harmonização correta entre produtos e temperos (essência da arte culinária) leva a uma variedade de formas de preparo, condicionadas pelas propriedades (i. e. ‘natureza’, gr. *physis*) dos primeiros, produzirá as “mesas de delícias” da gastronomia mediterrânea cantada por Arquétrato. Não se incluem nesse grupo de *connaisseurs* indivíduos que, desrespeitando os particularismos de cada produto, aplicam um único e mesmo método *a todo e qualquer* (ἅπαντα) prato. É caso para dizer que a arte da gastronomia não é compatível com a homogeneização de técnicas de confeção.

Nos conselhos que dá ao seu interlocutor poético, o amigo Mosco, sobre *a mais deliciosa* (i. e., merecedora do atributo *ariste* ‘a melhor’) maneira de preparar um conduto de qualidades organolépticas tão excepcionais que se torna impossível arruiná-lo, o bonito (frg. 36), deparamos com os motivos recorrentes na sua escrita para definir uma mesa de delícias, ao mesmo tempo simples e farta. Simples porque rejeita tudo o que é supérfluo (com particular referência para o queijo); farta, porque satisfaz plenamente o consumidor (realização dos sentidos perceptível na adjetivação laudatória do preparado) e não porque o enfarta. A ênfase na moderação remete o leitor-intérprete para essa ideia de que o prazer gastronómico é avesso à saturação e excessos alimentares. Atentemos nos termos em que Arquétrato evidencia essa sua veia de *gourmet* virtuoso:

*Quanto ao bonito, no termo da época das colheitas, quando as Pléiades se começam a pôr, prepara-o de todas as maneiras (πάντατρόπον). Por que haveria eu de te fazer um relato pormenorizado sobre outras formas de prepará-lo? A verdade é que não serás capaz de arruinar (διαφθείρης) o prato, nem que queiras. Contudo se, mesmo assim, desejás saber, meu caro Mosco, qual é a melhor forma de arranjá-lo, ei-la: em folhas de figueira, com orégão não em grande quantidade (οὐ μάλα πολλῆν). Nada de queijo (μὴ τυρόν), nem de outras futilidades (μὴ λήρον). Trata-o, antes deste modo (ἀπλῶς δ’ οὕτως): faz um embrulho de folhas de figueira, atado em cima com um junco, depois coloca-o sob o calor das cinzas, atento ao momento em que está assado – e vê lá não o deixes queimar!* (apud Ateneu 7. 278a-d, 7. 313e-314a)

O poeta, na verdade, lança mão a vários recursos estilísticos para enfatizar esta condenação do excesso das quantidades de temperos adicionados aos ingredientes base. Se neste passo recorre à lítotes, quando em grego escreve *com orégão não em grande quantidade*, lembremos, noutro passo (frg. 32) o uso que faz da metáfora. Aí a junção de uma *boa porção* (πολύς) *de queijo e de azeite* ao peixe-cítara grelhado leva o autor a apelidar o animal de ‘esbanjador’ (ἀκόλαστος), pois *agrada-lhe ver as pessoas a gostar dinheiro* (δαπανῶντας).

Este é um nítido caso de transferência para o produto do comportamento perdulário do seu consumidor. Embora seja o próprio poeta a recomendar que se adote esta preparação, a mesma só vem no termo da apresentação de outro método mais “simples”: cozido em água salgada (εις ἄλμη) *pura* (καθαρήν), juntamente com *umas poucas* (βαιά) *de folhas* (φύλλα). Por ‘pura’ entende-se sem temperos, como se pode depreender da referência que encontramos no frg. 23 à forma de cozer a cabeça do peixe-porco, onde se diz (vv. 3-4):

*Coze a cabeça, sem lbe adicionar qualquer / tempero* (μηδὲν...ἥδυσμα); *coloca-a em água, sem mais* (μὸνον)...

Ou seja, em Arquéstrato o método de confeção por excelência simples é o cozido. Idêntico processo de cozedura, só em água e sal e com ervas verdes (que traduzimos, nesse sentido, por “frescas”), vem referido para a cabeça de outro peixe, o congro:

*Em Sición, meu caro, pega numa cabeça de congro gordo, bem constituído e grande, bem como em toda a parte da barriga. A seguir coze-o lentamente, em água temperada com sal* (ἐν ἄλμη) *e salpicado* (περίπαστον) *de ervas frescas* (χλόη). (frg. 19 Olson-Sens, apud Ateneu 7. 293e-f)

Mais elaborada e a requerer a presença de condimentos variados é confeção de um estufado. Aliás, não há em grego um verbo diferente para os métodos que em português designados de ‘cozer’ e ‘estufar’. Utiliza-se sempre o verbo *hepso*, com o sentido de cozinhar líquidos<sup>28</sup>. Quando esse cozinhado conta com a presença de azeite (além de outros temperos), somos autorizados a traduzir por “estufar”. Daí a insistência, nos fragmentos que acabámos de analisar sobre a confeção de cabeças de peixe, na presença de água (simples ou salgada), sem adição de gordura. É apenas quando esta última comparece que estamos perante um processo de cozedura com líquidos, a que moderadamente chamamos ‘estufado’<sup>29</sup>.

<sup>28</sup> O outro verbo grego usado para indicar a “cozedura” de alimentos é *optao*, sempre que o processo é “seco” (daí traduzir-se por “grelhar” e “cozer”, aplicado ao pão/bolos). Arquéstrato regista para três peixes o contraste de sentidos no emprego dos dois verbos, a saber: peixe-porco, frg. 23 (vv. 3-4: ‘cozer’ a cabeça *versus* v. 8: ‘grelhar’ o resto do peixe); cação, frg. 24 (v.3: ‘grelhar’ a barriga *versus* vv. 7 e 11: ‘estufar’ o resto do peixe); peixe-cítara, frg. 32 (v. 4: ‘grelhar’ os exemplares maiores *versus* v. 3: cozer os outros).

<sup>29</sup> Sobre o sentido de “estufar”, escrevem Pereira e Pericão (2015: 237): “guisar, assar em estufa ou vaso fechado. Tipo de técnica culinária, utilizada para cozinhar carne ou legumes, com uma gordura e pouca água e que é feita em recipiente fechado e a baixa temperatura”. Note-se que, se comparada esta definição com a de “guisar” do mesmo *Vocabulário gastronómico*, depreende-se que as principais diferenças residem em que no estufado se cozinha em recipiente tapado e que aos ingredientes se junta um líquido, enquanto no guisado não (cf. p. 278: “guisar:



No caso do estufado, importa notar que o autor dá conta de que, consoante o tipo de peixe, assim a harmonização com os temperos pode ditar divergências ao nível das opções a fazer. As receitas de estufado de tremelga (frg. 49) e de cação (frg. 24, vv. 7-10) são bem o exemplo dessa diversidade:

*E uma tremelga, cozida em azeite (ἐν ἐλαίῳ) e também em vinho (οἴνῳ) e ervas verdes aromáticas (χλόητι εὐώδει) e um pouco (βαιῶι) de queijo ralado.*

(apud Ateneu 7. 314d)

*Quanto às outras partes do peixe [cação], se os cozinhares numa caçoila, não lhes juntes água alguma da fonte, nem vinagre de vinho, mas tão só (μόνον) azeite (ἔλαιον) e, por cima, cominho seco e algumas folhas de ervas aromáticas (εὐώδεα φύλλα).*

(apud Ateneu 7. 310a, b-e)

Da comparação das duas receitas resulta notória a obrigatoriedade, num estufado, da comparência de azeite e de aromáticas (frescas ou secas), cabendo ao vinho, à água e ao queijo o estatuto de ingredientes opcionais, escolha que, como se deduz do que já percebemos ser o determinismo das características organolépticas do ingrediente principal, depende do prato em apreço. Ou seja, no caso do preparado de cação, por se tratar de um peixe que sob o efeito da cozedura solta água, dispensa-se a sua junção aos restantes ingredientes-base do estufado. Já na confeção do estufado de tremelga (frg. 49), peixe de carne seca, torna-se necessária a junção de um líquido, o vinho, que seria adicionado também pelas suas qualidades em termos de gosto acrescentado ao cozinhado. Neste caso, repare-se, ainda, na recomendação para o uso parcimonioso de queijo, ingrediente indispensável (em maior ou menor quantidade) para cozinhar os peixes magros. Nestas situações, uma menor riqueza gustativa do produto-base justifica um reforço dos temperos, que não se limitam à oferta das aromáticas locais, mas pedem, em nome do sempre buscado “prazer da mesa”, a presença da planta exótica de cheiro e sabor acre intenso, natural de Cirene, o sílfio (no frg. 50, de estufado de raia)<sup>30</sup>. Nunca submetida ao cultivo doméstico, esta é a aromática mais dispendiosa da culinária grega (como posteriormente da romana), luxo ao alcance de poucos e reservado, pelo poeta-gastrónomo, a preparações em que o conduto não apresenta em si a essência do prazer, precisando de “adereços” (os temperos) que o estimulem. Só nessas situações, de qualidade natural inferior do produto, a arte culinária deve lançar mão de condimentos mais intensos. Esse é um esclarecimento que, a propósito do já aludido estufado de raia (frg. 50), Arquétrato apresenta:

---

frigir em cebola e alho dourados em gordura quente, aos quais se juntam tomates e outros temperos. O mesmo que refogar”).

<sup>30</sup> Sobre o uso culinário desta aromática, leia-se Ardnt 1993 e Dalby 1993 e 2003: 303-304.

*Come raia estufada também em meados do inverno, acompanhada não só de queijo, mas também de sílfio. Qualquer criatura do mar que não tenha a carne suculenta, é preciso prepará-la deste modo. Já é a segunda vez que te faço esta recomendação*<sup>31</sup>.

(apud Ateneu 7. 314d)

Após esta detalhada análise sobre o requinte do que se serve à mesa, e para percebermos como, já na época, o requinte (ou a falta dele) é uma qualidade que se exprime a outros níveis da experiência do convívio em torno da refeição, teremos que ter em conta as, ainda que breves, mas ainda assim esclarecedoras, menções do poeta ao protocolo de mesa e ao ambiente (material e humano) do ato de comer e beber acompanhado.

Tal como sucede com as descrições das receitas, a moderação (leia-se o não excesso) continua a ser uma marca de bom gosto, que se reflete quer no mobiliário da sala de refeições, quer no número de convivas, quer mesmo nos serviços de mesa que compõem um banquete. A alusão expressa a uma *elegante mesa individual* (ἄβρόδαιτι τραπέζην, frg. 4, v. 1), colocada diante de cada um dos participantes do convívio, é o reflexo material de um ambiente refinado de refeições, aquele em que se limita o número de participantes (a *não mais* – μὴ πλείους – de cinco, *ibidem*, v. 3), por forma a manter a desejável urbanidade e comunhão entre todos. A forma literária que o poeta encontrou para manifestar o seu repúdio por “multidões” à mesa foi usar uma imagem bem expressiva do ambiente oposto ao ideal de elegância apresentado. Para tal compara os convívios que excedam esse quantitativo sensato de participantes a uma *messe de soldados mercenários, uns rufias* (*ibidem*, v. 4).

O comedimento estende-o o poeta ao número de serviços oferecidos durante uma refeição. Partidário da tradicional divisão entre primeiras mesas e segundas mesas - as primeiras reservadas sobretudo à ingestão de pratos salgados, que constituem a parte substancial da comida servida, e as segundas à ingestão do vinho, acompanhado por sobremesas variadas (tanto salgadas como doces) – Arquéstrato dispensa, uma vez mais, o que considera supérfluo, neste caso o serviço de aperitivos. É essa rejeição que retiramos do frg. 9: *Às taças com molhos de bolbos e de caules digo adeusinho, bem como a todo o tipo de aperitivos*. Importa sublinhar que a palavra grega traduzida por ‘aperitivo’ (παροψίς) é um composto da preposição *para-* (‘ao lado de, para lá de’) e do substantivo *opson* (‘conduto’). A etimologia do termo aponta para o sentido de ‘comida que está para além do conduto’. Ou seja, enquanto o conduto é o complemento natural da base da refeição (o pão ou as papas de cereais) e as guloseimas (*tragemata*), servidas à sobremesa, mesmo na versão platónica da dieta dos Guardiães da Calípolis desenhada por Sócrates, têm presença

<sup>31</sup> Provável remissão para o frg. 37 (sobre o sargo), considerado *supra*.

obrigatória num serviço completo de mesa, esses ‘suplementos’ aos condutos são vistos como um excesso descartável.

#### 4. CONCLUSÃO

Em suma, uma mesa requintada, para ser farta, o mesmo é dizer, para satisfazer plenamente os que a ela se reúnem, não deve enfartar, mas tão só proporcionar a fruição moderada dos prazeres. Quando uma certa moda gastronómica reside em pratos condimentados, pode confundir-se fartura com esses “excessos”. O que os fragmentos de Arquétrato, que sobreviveram, nos permitem perceber é que a fartura/riqueza da mesa não deriva do excêntrico. O requinte pode residir numa cozinha de métodos simples, mas que, por recorrer a produtos de elevada qualidade e inacessíveis aos consumidores em geral, se reveste dessa aura de requinte.

Assim, a leitura que propusemos da obra do poeta-gastrónomo siciliano condiz com um ideal de *diáita* (‘modo de vida’) que ao longo das épocas arcaica e clássica se vai afirmando em diversos quadrantes literários gregos: o do nada em excesso, da justa medida. Porque o aplica a uma realidade da vida humana tida durante séculos como “arte menor”, a gastronomia, Arquétrato foi alvo de leituras pré-concebidas e preconceituosas, na sua época e em séculos seguintes.

O que procurámos demonstrar com a nossa proposta de releitura foi como, sendo um vanguardista mal interpretado, o poeta continua a merecer ser revisitado.

#### BIBLIOGRAFIA

##### Fontes

- Brandt, P. (ed.) (1888), *Parodorum Epicorum Graecorum et Arcestrati Reliquiae*. Leipzig.
- Lloyd-Jones, H. and Pearson, P. (eds.) (1983), *Supplementum Hellenisticum*. Berlin and New York.
- Montanari, O. (ed.) (1983), *Arcestrato di Gela*, vol. 1: *Testimonanze e frammenti*. Studi di filologia greca I. Bologna.
- Olson, S. D. and Sens, A. (2000), *Arcestratos of Gela. Greek Culture and Cuisine in the Fourth Century BCE*. Oxford.
- Rocha Pereira, M. H. da (2010), *Platão, A República*. Introdução, tradução e notas. Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa, 12ª ed.
- Ribbeck, W. (ed.) (1877), *Arcestrati Syracusii siue Gelensis Quae Feruntur apud Athenaium Reliquiae*. Berlin.

##### Estudos

- Ardnt, A. (1993), “Silphium”, *Spicing up the Palate. Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery 1992*. Totnes, Devon, 28-35.

- Collin-Bouffier, S. (2000), “La cuisine des Grecs d’Occident, symbole d’une vie de tryphé?”, *Pallas. Revue d’études antiques* 52: 195-208.
- Dalby, A. (1993), “Silphium and Asafoetida: evidence from Greek and Roman writers”, *Spicing up the Palate. Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery 1992*. Totnes, Devon, 67-72.
- Dalby, A. (1995), “Archestratos: Where and When?”, in J. Wilkins, D. Harvey, M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*. Exeter, 400-412.
- Dalby, A. (1996), *Siren feasts. A history of food and gastronomy in Greece*. London and New York.
- Dalby, A. (2003), *Food in the Ancient world. From A to Z*. London and New York.
- Davidson, J. (1993), “Fish, sex and revolution in Athens”, *Classical Quarterly* 43: 53-66.
- Degani, E. (1975), “Note di parodi greci”, *Sileno* 1. 2, 157-174.
- Degani, E. (1982), “Appunti di poesia gastronomica greca”, *Prosimetrum e spoudogeloion*, Istituto de Filologia Classica, Università degli Studi di Genova, 29-54.
- Degani, E. (1990), “La poesia gastronomica greca (I)”, *Alma Mater Studiorum* 3, 33-50, versão inglesa nas pp. 51-63 (repr. in M. G. Albiani et alii, *Filologia e storia: scritti di Enzo Degani*. Hildesheim, 2004, 529-546).
- Degani, E. (1991), “La poesia gastronomica greca (II)”, *Alma Mater Studiorum* 4, 147-163, versão inglesa nas pp. 164-175 (repr. in M. G. Albiani et alii, *Filologia e storia: scritti di Enzo Degani*. Hildesheim, 2004, 547-563).
- García Soler, M. J. (1996), “El pescado en la comedia griega”, in A. López Eire, *Sociedad, política y literatura: Comedia Griega Antigua. Actas del I Congreso Internacional*. Salamanca, 279-285.
- García Soler, M. J. (1997), “La alimentación en la época arcaica según la elegía y el yambo”, *Veleia. Revista de Prehistoria, Historia Antigua, Arqueología y Filología Clásicas* 14: 131-143.
- García Soler, M. J. (2001), *El arte de comer en la antigua Grecia*. Madrid.
- García Soler, M. J. (2008), “El cocinero cómico: Maestro de los fogones y de la palabra”, *Estudios griegos e indoeuropeos* 18, 145-158.
- Montanari, O. (1999), “I pesci di pregio nella Vita di delizie di Archestrato di Gela”, *Mélanges de l’Ecole Française de Rome. Antiquité* 111. 1, 67-77.
- Pereira, A. M., Pericão, M. da G. (2015), *Do comer e do falar... Vocabulário gastronómico*. Lisboa
- Rodríguez Amado, M. T. (2010), “Originalidad léxica en los fragmentos de Arquéstrato de Gela”, *Humanitas* 62, 11-21.
- Soares, C. (2010), “História da alimentação na Antiguidade Clássica: os primeiros Livros de Culinária”, *BEC* 54 (Dezembro): 43-52.
- Soares, C. (2012a), “Receitas do mais antigo Guia Gastronómico: *Iguarias do Mundo de Arquéstrato*”, in Cândido, M. R. (org.), *Práticas Alimentares no Mediterrâneo Antigo*. Rio de Janeiro, 64-92.

- Soares, C. (2012b), “Arte culinária em Xenofonte, Platão e Aristóteles”, in C. Soares, P. B. Dias (coords.), *Contributos para a História da Alimentação na Antiguidade*. Humanitas-Supplementum, Coimbra, 35-47.
- Wilkins, J. M. and Hill, S. (2011), *Archestratus: Fragments from The Life of Luxury*. Totnes.