

Alimentación y Riqueza en Grecia Antigua: una mirada sobre Arquéstrato

LEANDRO HECKO
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – Brasil
leandro.hecko@ufms.br

Resumen

El presente trabajo, oriundo de un proyecto de investigación sobre Historia y Cultura de la Alimentación en las Antigüedades, busca problematizar un importante aspecto de la alimentación del mundo griego antiguo: la cuestión de las fuentes de investigación y sus posibilidades. ¿Qué material tiene el historiador a su disposición para investigar en el mundo griego antiguo la forma cómo se alimentaban héroes, gobernantes, soldados, personas ricas y pobres, hombres y mujeres? ¿Es posible acceder a los diversos segmentos sociales del mundo griego y saber sobre sus hábitos alimentarios? ¿Es posible comprender de hecho cómo se daban las comidas, los banquetes y la relación entre el alimento y ciertos ritos? Observamos, a partir de estas cuestiones y otras, la existencia de límites de posibilidades investigativas que, no obstante, no nos impiden conocer un poco sobre la mesa de ese pasado tan lejano. Para ello seguiremos el siguiente camino: observaremos, primero, algunos aspectos generales de la alimentación griega, para observar posibilidades temáticas dispersas en la tradición escrita; a continuación, se abordarán aspectos referentes a la cultura material, de donde se incautan elementos de la cultura alimentaria griega; finalmente reflexionamos sobre una fuente *sui generis* sobre la alimentación entre los griegos antiguos a los que tenemos disponible: la poesía de Arquéstrato, que en gran parte está dedicada a hablar sobre la cocina a partir de productos, métodos culinarios, utensilios, mobiliario y agentes de producción que se ligan probablemente a la cultura de una elite griega con más recursos para una alimentación más elaborada.

Palabras clave: Grecia antigua - cultura alimentar - Arquéstrato

Abstract

The present work, originating from a research project on History and Culture of Food in Antiquities, seeks to problematize an important aspect of food in the ancient Greek world: the question of the sources of investigation and their possibilities. What material does the historian have at his disposal to investigate in the Greek world how heroes, rulers, soldiers, rich and poor people, men and women were fed? Is it possible to access the different social segments of the Greek world and find out what food, banquets and the relationship between food and certain rites were like? We observe, from these questions and others, the existence of limits of investigative possibilities that, nevertheless, do not prevent us to know a little about the table of this distant past. For this, we will follow the following path: first, we will observe some general aspects of Greek food, to observe thematic possibilities dispersed in the written tradition; in continuity, aspects related to material culture, from which elements of Greek food culture are found; finally, we will reflect on a *sui generis* source on food among the ancient Greeks that we have available: the poetry of Arcestratus, which is largely dedicated to talking about the kitchen from products, culinary methods, utensils, furniture and agents of production that are probably linked to the culture of a Greek elite with more resources for a more elaborate diet.

Keywords: ancient Greece - food culture - Arcestratus

Alimentación y Riqueza en Grecia Antigua: una mirada sobre Arquéstrato

LEANDRO HECKO

Introducción

Al historiador se le delegan innumerables demandas de la sociedad para dar sentido a los aspectos del pasado encerrados en el tiempo, como si fuera solo una cuestión de diferencia temporal, con un pasado bloqueado y casi inalcanzable, sin relación con nosotros, con el tiempo presente. Sin embargo, la mirada del investigador sobre esta demanda social se convierte, de dos maneras, en la posibilidad de enseñar a la sociedad las conexiones existentes entre el pasado y el presente, las preocupaciones comunes entre ayer y hoy, las necesidades básicas comunes a los pueblos en el tiempo y en el espacio. Así, cómo vivían los pueblos del pasado, cómo habitaban, cómo se vestían, cómo pensaban lo sagrado, cómo explicaban el mundo, cómo luchaban, cómo resolvían sus problemas políticos o cómo se alimentaban se convierten en preguntas importantes para las reflexiones del historiador.

En este texto, pensaremos específicamente uno de estos aspectos: la comida. Más precisamente, lo que se puede saber sobre la alimentación griega, su importancia material para la existencia de los antiguos griegos,

y también las posibilidades de conocer tales aspectos de esta antigua civilización, a partir de fuentes fragmentadas espacial y temporalmente. En otras palabras, daremos algunas opiniones generales y algunas específicas sobre el acto de comer en el mundo griego, frente a lo que es posible a partir de las evidencias que hemos elegido.

Sin embargo, antes de seguir, son necesarias algunas consideraciones importantes sobre el campo en que se inserta esta investigación, la llamada Historia y Cultura de la Alimentación. En primer lugar, vale la pena mencionar el papel de los alimentos en la historia, que va desde los siglos XIX al XXI desde una mera taxonomía alimentaria hasta, desde la década de 1970, convertirse en objeto de estudios interdisciplinarios que buscan comprender aspectos simbólicos en torno a la comida y el acto de comer. El lugar de la comida en la historia se puede pensar desde el siglo XX, por ejemplo, con Braudel:

Fue con Braudel, heredero de Febvre y Bloch, a través de los conceptos de cultura material, que la Historia de la Alimentación obtuvo una fisonomía definitiva en el campo de la investigación histórica. Inspirado por los textos de Lucien Febvre sobre la distribución regional de grasas y fondos de cocina, Braudel, como el más grande representante de la segunda generación de *Annales*, trabajó en el concepto de cultura material, abarcando los aspectos más inmediatos de la supervivencia humana: comida, vivienda y vestimenta. (SANTOS, 2011, p.108)

Y, en esta línea de razonamiento, observando la historiografía de origen francés, en la década de 1970, el lanzamiento de una colección, *Faire de l'histoire*, traducida en Brasil como *História: novos problemas, novas abordagens, novos objetos*, sacó a la luz nuevos paradigmas de la historia (SANTOS, 2011, p. 108). Según Carlos Santos (2011):

A partir de ahí, historiadores como Jean Paul Aron, Jean Louis Flandrin y Flandrin y Montanari cambiaron el enfoque de la historia a las migajas para el comer y para aquél que come. A través de estos nuevos paradigmas, la enseñanza de los *Annales* era que los historiadores tomaran en serio la comida. (SANTOS, 2011, p.109)

Bueno, en este orden de ideas, Santos continúa: “... lo que comes es tan importante como cuándo comes, dónde comes, cómo comes y

con quién comes. De todos modos, este es el lugar de la comida en la historia. ” (SANTOS, 2011, p.108). Es desde este lugar de la comida en la historia que observaremos el tema propuesto en este texto, que es el resultado de un proyecto de investigación en el área de Historia y Cultura de la Alimentación en las Antigüedades. Para hacerlo, seguiremos el siguiente guión: observaremos aspectos generales sobre la comida griega antigua; a continuación, observaremos algunos elementos de la cultura material que dicen un poco acerca de la alimentación entre los griegos; finalmente, volveremos nuestra mirada a un estudio de caso sobre la figura de Arquéstrato.

Aspectos generales de la alimentación griega antigua

Cuando pensamos en los antiguos griegos, claramente, uno de los primeros puntos a considerar es la diversidad: diversidad política, diversidad de poleis, diversidad regional, a pesar de que los helenos significan, sobre todas las formas, identidades comunes en torno al lenguaje y religión que, entre otros aspectos culturales, son muy importantes.

Sin embargo, a pesar de que ha habido una gran diversidad en el orden de los alimentos, vale la pena señalar lo que puede ser común y es reconocible como un elemento importante de la cultura griega antigua. Aquí hablaremos básicamente de tres aspectos: primero, de una tipología alimentaria; segundo, el tema del banquete; tercero, relacionado con el banquete, el llamado symposion.

La pregunta general y común que reciben los historiadores cuando hablan del mundo griego es, precisamente, ¿qué comieron los antiguos griegos? Quizás casi tan terrible como preguntarse ¿qué comen los brasileños? O ¿qué comen los argentinos? Bueno, una pregunta general siempre se responde también en general: o se problematiza en el sentido de querer pensar en todas las regionalidades o se generaliza en el sentido de establecer recurrencias, conductas alimentarias comunes identificables.

De esta manera, la comida griega se ajusta a los datos recurrentes de la antigua comida mediterránea, que comprende objetivamente: cereales, varios tipos de animales, productos lácteos, aceite de oliva, sal y bebidas alcohólicas (vino y cerveza), entre otros componentes pequeños (AGUILERA, 2001, pp. 14-23). Tales productos, fruto de especificidades regionales e intercambios culturales y económicos,

estuvieron presentes entre el mundo egipcio, griego y romano, así como entre los pueblos y localidades que recibieron sus influencias en varios períodos históricos. Por lo tanto, cuando observamos una tipología entre los griegos, vemos una amplia variedad de alimentos que refleja gran parte del resto del Mediterráneo: pan, aceite de oliva, vino, diversas verduras, frutas, carne (un poco más raro) y pescado (también raro, ya que generalmente no eran buenos los pescadores griegos), como comenta Batchelor (2012) en un trabajo de popularización de la cultura griega antigua.

Una vez resumidas estas ideas, vale la pena mencionar otro elemento que, además de una tipología alimentaria de lo que comieron los griegos, es extremadamente importante para entender la comida en el mundo griego antiguo: la comensalidad (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p.108). El acto de “comer juntos” es un elemento primordial de identidad para el mundo griego, ya que separa el mundo bárbaro del mundo civilizado, es un elemento de sociabilidad, un acto cargado de fuerte contenido social y gran poder de comunicación (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p.108). Así, en el mundo griego, lo que se conoce como banquete y *symposion* lleva elementos simbólicos, jerarquía social (estar incluidos o no en estas ocasiones) entre grupos políticos y poder económico. En este orden de ideas:

El banquete es, por lo tanto, no solo el espacio por excelencia donde se expresan las identidades, sino también el del cambio social, de acuerdo con el conocido mecanismo antropológico del regalo y su contraparte, que da al suministro de alimentos, valores siempre diferentes según la posición que ocupa el oferente: de arriba hacia abajo, la oferta denota indulgencia generosa y preeminencia social, de abajo hacia arriba, denota veneración y sujeción, en el plano horizontal simplemente pertenencia común (que puede ser ocasional) a un grupo. (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p.109)

Por lo tanto, tiene una intencionalidad en cualquier sentido de oferta, ya sea vertical u horizontal. Sin embargo, al ser un banquete más o menos rico, siempre es la acción de comer juntos, creando sentimientos de grupo, familia, vínculo social y pertenencia. Del mismo modo, el *symposion*, un rito colectivo durante el cual los invitados beben vino después del banquete, se construye como otra manifestación importante de cohesión social y pertenencia a la civilización, de cierta

sacralidad en relación con el vino, y es un elemento que se constituirá a sí mismo (el vino) como un símbolo de la civilización (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p.110).

Hasta ahora hemos visto un poco sobre el significado y la amplitud de la acción de comer dentro de la Historia y Cultura de la Alimentación. También vimos, en términos generales, una breve tipología de lo que comían los antiguos griegos. Además, vimos la sensación de comer juntos, colocada entre el banquete y el *symposion* como un elemento importante de identidad para el mundo helénico. Ahora vale la pena observar algunos aspectos en los que se puede vislumbrar la historia y la cultura de los alimentos entre los griegos. Lo que se muestra aquí son elementos básicos, entre la cultura material y la literatura, que se encuentra en un estudio de caso.

La alimentación griega antigua: en la cultura material los señales indiciarios

A partir de lo que se puede observar principalmente en la cultura material, veamos dos elementos bien conocidos: la constitución física de la ciudad-estado y la tipología de los vasos griegos. Básicamente, en la constitución física de la ciudad-estado, tenemos los espacios tradicionales que dan forma al deseo de vivir juntos uniéndonos en espacios comunes de identidad, sea urbanos o en el campo, o en la integración de ambos. En una organización espacial particular que señalamos aquí cerca de Hirata (2009), el núcleo central “urbano” llamado ásty se une a otra parte territorial, llamada *khóra*, destinada a actividades agrícolas, esenciales para la subsistencia, y la práctica religiosa es esencial en santuarios urbanos o santuarios fronterizos. En el momento de las prácticas religiosas, el sacrificio y la comida ritual comunitaria reforzaban los lazos grupales, herramientas importantes para la constitución de una identidad griega.

En el ámbito del espacio físico, entonces, cuando pensamos en la relación entre cultura y actividad humana, es productivo considerar el esquema propuesto por Rapoport, que sistematiza la cultura (expresiones sociales más concretas y potencialmente observables: familia, parentesco, estructuras, instituciones, estatus, papeles sociales), su relación con la cosmovisión, los valores, los estilos de vida y los sistemas de actividad (RAPOPORT apud ALDROVANDI, 2009, p.17). Cuando dicho modelo se aplica a la ciudad griega, entre el continente, las islas y las colonias, lo que se observa son formas de aplicación del

modelo griego culturalmente difundido por sus regiones de influencia. En términos de espacio físico, ¿dónde se come, por lo tanto? Más extendido, quizás obviamente, en salones de banquetes, en el espacio de la cocina, en los espacios de la casa, en los gimnasios o en algún ambiente improvisado al aire libre (PANTEL, 1998, p.162). En este sentido, también, se insertan los vasos griegos, que se encuentran en los espacios más diversos del mundo griego antiguo.

Con respecto a los vasos griegos, si solo recordamos sus funcionalidades prácticas, entre la iconografía y su constitución física, la comida y la identidad son bastante didácticas. Entre los principales recipientes que dejan espacio para almacenar alimentos, o incluso en banquetes y simposios, se encuentran: ánforas (para diversas bebidas), hidria (para agua), cántaros (para diversas bebidas), cráteres (para mezcla de agua y vino, Imagen 1), las copas (para vino, Imagen 2), los enocoas (para vino) y los psícteres (para vino). Estos, a su vez, estaban cargados de pinturas, con temas típicos de banquetes, escenas deportivas, escenas homéricas, dioses y otros motivos mitológicos. En la ilustración de los vasos tenemos, fuertemente presentes, elementos de la cultura griega difundidos por sus regiones de influencia.

Finalmente, en un diálogo entre el espacio de las ciudades y el material disponible de cerámica, lo que podemos percibir es precisamente el conjunto de signos que dan voz a varios elementos relacionados con la



Imagem 1¹: Crátera en Cálice, Italiota. Siglo IV a.C. Italia Meridional, Campânia. La escena representa el combate entre los dos guerreros Etócles y Polinices. Un pájaro entre ellos lleva una cinta de victoria (tenia). A la izquierda, una mujer sentada sostiene una bandeja de ofrendas. En la decoración superior, una cara frontal femenina está flanqueada por un grifo y una pantera. Estos se usaron para mezclar agua y vino, dependiendo de la ocasión y la necesidad.

¹ Imagen de Museu Nacional da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Retirada de <http://www.museunacional.ufrj.br/dir/exposicoes/arqueologia/culturas-mediterraneo/arqcm05.html> con acceso en 10/07/2019.

Imagem 2² : Cílice. Siglo VI a.C. Hecho en Ática, encontrado en Italia (Viterbo). El combate de Menelao con París, mención de la Guerra de Troya. Para beberse el vino, trayendo la bebida a la boca.

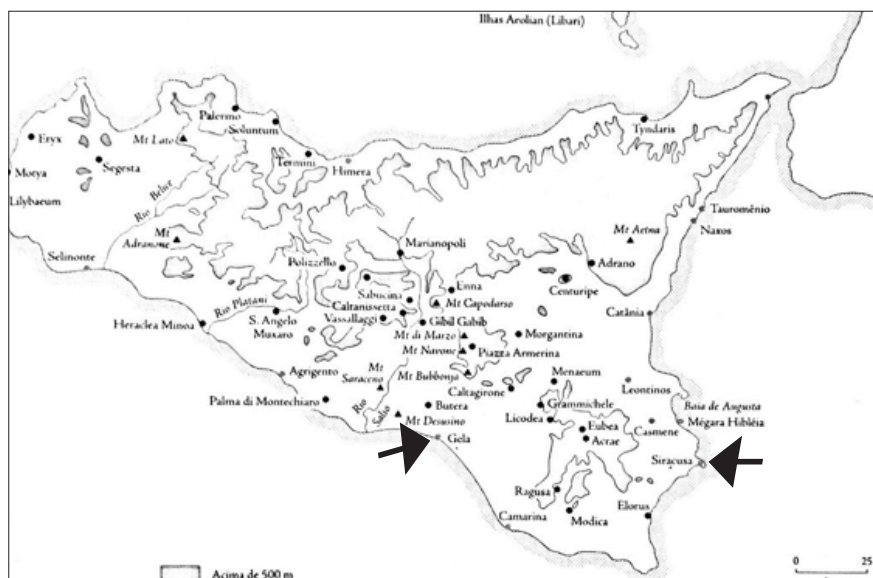


Imagen 3: Mapa de Sicilia donde se destacan (nuestra edición) las ciudades comentadas cerca el origen de Arquéstrato (HIRATA, 2009, p.123).

comida entre los griegos: la cuestión de la identidad, la organización social, la influencia difundida por sus espacios de dominio, diversos aspectos de la cultura, un modelo de civilización (entre la organización del espacio y la cerámica) y la forma de estar en el mundo. Pasemos ahora a una mirada más específica dentro de la literatura, en un tiempo y espacio más precisos.

Alimentación y poesía antigua: apuntes de Arquéstrato cerca de lo que comen los ricos

Sobre Arquéstrato necesitamos decir algunas palabras sobre su origen y sobre lo que tenemos acceso desde sus escritos. Luego,

² Imagen de la colección on line del British Museum, retirada de https://www.britishmuseum.org/research/collection_online/collection_object_details/collection_image_gallery.aspx?assetId=277512001&objectId=399250&partId=1 con acceso en 10/07/2019.

observando lo que está presente en su trabajo, contemplaremos una tipología alimentaria identificable, que en cuanto a su origen parece provenir de clases más favorecidas; finalmente, destacaremos otros elementos que pueden ser importantes para entender la comida griega en el contexto en el que escribe Arquéstrato.

El origen del griego Arquéstrato (siglo IV a. C.), cuyo nombre no aparece en gran parte de los diccionarios biográficos básicos (véase, por ejemplo, BOWDER, 1982), es coherente cuando se dice que tiene un origen siciliano (Magna Grecia - ver mapa en Imagen 3) pero hay dudas sobre la ciudad, precisamente, si sería Gela (sur de la isla) o Siracusa (este de la isla). Sin embargo, hay simpatía en aceptar su origen como siendo de Gela, ya que en un pasaje de sus fragmentos nos dice “Olvídate de los caminos de estas personas de Siracusa, quienes, como las ranas, simplemente beben sin comer” (frg .60) como lo destaca Carmen Soares (2016, p.18). En lógica, no criticaría a su ciudad natal y, por exclusión se puede decir que es de Gela.

Al igual que el origen del literato de la gastronomía, su obra se conoce parcial e indirectamente a través del romano Ateneo (entre los siglos II y III aC; BOWDER, 1982, p.40), en citas atribuidas al gastrónomo. Ateneo, a quien a veces se le atribuye el apodo del mayor enciclopedista de la Antigüedad clásica, menciona a Arquéstrato en su *Deipnosophistai* (Sabios a la mesa), compuesto por 15 libros (SOARES, 2016, pp.20-21). ¿Cuáles son los fragmentos de Arquéstrato en este conjunto? «El número total de versos citados por Ateneo corresponde a aproximadamente 334 hexámetros dactílicos, distribuidos en 60 fragmentos» (SOARES, 2016, p.24), que poseen todos los contenidos de los cuales se puede aprender sobre la cocina griega antigua con algunos ejemplos muy precisos.

Dentro de este contexto, ¿de qué se trata realmente el trabajo? En la traducción y el estudio dirigido por Carmen Soares, ella delimita algunos campos temáticos diciendo que 1/3 contiene lo que se puede llamar recetas culinarias y en al menos en 90% del trabajo hay productos alimenticios, orígenes, cuáles son las mejores, técnicas de cocina/preparación/consumo (SOARES, 2016, p.24). En su propia traducción, la investigadora portuguesa divide el trabajo en: Presentación de la Guía gastronómica, Reglas de comodidad y etiqueta, Pan – El Rey de la mesa del Mediterráneo, Aperitivos, Platos de pescado, Platos de carne, Vino - El Rey del Simposio y Aperitivos , Frutas y dulces (SOARES, 2016, pp.38-61), respetando una tipología temática identificable en

fragmentos. Y por la variedad y extensión de lo que se dice sobre los alimentos y el proceso de alimentación, se entiende que la sofisticación no se trataba de la vida cotidiana de ningún griego, sino específicamente de personas con buenos recursos financieros (capaces de comprar y organizar banquetes y simposios) e intelectuales. Echemos un vistazo a algunos fragmentos, recortando estos signos que nos muestran una cocina que puede considerarse de élite.

Después de la presentación del trabajo, Arquétrato nos cuenta informaciones sobre los invitados, la cantidad y los límites: “Todos deberían comer de una elegante mesa individual. En cuanto al total recomendado de [invitados] es tres o cuatro, ¡nunca más de cinco! Porque, en este caso, sería ante una mesa de soldados mercenarios, algunos matones” (SOARES, 2016, FRG.4) La selectividad en cantidad (de 3 a 5 invitados), la provisión de una mesa con comida para cada individuo y la mención de los soldados / mercenarios rufianes (idea de exclusión u otra categoría de ocasión de comida) son bastante indicativos de lo que se propone como ideal en el banquete, generalmente entendido aquí como elite. Y esta información puede complementarse en ocasiones cuando se trata de los ingredientes, sus orígenes, dónde están los mejores y también si se tienen o no los recursos para comprar. Tal precisión y conocimiento de los detalles nos lleva a regiones de Magna Grecia, diversas islas, tierras continentales e islas griegas en todo el Mediterráneo, mostrando la experiencia de viaje de Arquétrato, pero también ayudando a afirmar que si alguien quiere tener un buen festín con buenos ingredientes, debe conocer lo mejor y tener los recursos para obtenerlos. Además, la presencia muy sustancial de peces es un hecho importante, ya que los peces no eran tan comunes en la mesa griega a gran escala. Arquétrato nos cuenta, por ejemplo, sobre la anguila:

En cuanto a la anguila, alabo a cualquiera, aunque con mucho lo mejor está atrapado frente al estrecho del Mar Regio. Luego, tú, un mesiánico, ganas a todos los mortales poniéndote esa comida en la boca”.

Sin embargo, debido a su calidad excepcional, tienen una gran corona y anguilas, realmente grandes y admirables por su corpulencia. Independientemente de todo esto, considero que la anguila es la reina de todas las fiestas y ocupa el primer lugar entre los manjares, que, por naturaleza, es el único pez con una columna mínima. (SOARES, 2016, FRG.10)

Por lo tanto, la idea de la calidad y el prestigio del ingrediente, que con un buen ingrediente, en este caso la mejor anguila, “ganó a todos los mortales” y el conocimiento de ese sabor demuestran ser posibles estos refinamientos para pequeños grupos y condiciones de acceder a materiales para ellos. Sin embargo, pasemos a información y datos importantes con respecto a la tipología de alimentos presente en los fragmentos de Arquéstrato. Del fragmento 5 al 60 se catalogan: panes (y dónde están los mejores granos y se hacen los mejores panes), aperitivos (mariscos, aceitunas, salsas - aceite de oliva), pescado (más de 40 tipos de pescado), carnes (conejo y ganso), vino (y cuáles son los mejores: Lesbos, Fenicia, Tássio) y bocadillos / frutas / dulces (carne de cerdo, aves, manzanas, higos, miel).

Listados tales alimentos, la sofisticación aún trasciende la preparación para el banquete, mostrando elementos muy sutiles entre el vestido y el espacio en el que se realizará el banquete:

Durante una fiesta siempre se corona la cabeza con coronas de flores de todas las variedades que ofrecen las fértiles llanuras de la tierra, perfuman el cabello con gotas de perfumes finos y, durante todo el día, se somete al débil fuego de la mirra ardiendo e incienso, fruta fragante de Siria. (SOARES, 2016, FRG.60)

En el pasaje, es evidente la preparación necesaria para el banquete que va más allá de la necesidad de comida y también requiere la composición de una escena: como vimos, inicialmente, una cantidad entre 3 y 5; la necesidad de mesa individual con comida; y, arriba, la sugerencia de coronas, perfumes e incienso.

Conclusiones parciales

Al final de esta breve exposición, es importante enumerar algunos puntos importantes para comprender el mundo alimentario de los antiguos griegos, entendiendo en parte lo que era fundamental para su forma de ser:

- La alimentación era una fuerte cuestión de identidad;
- El acto de comer tenía una relación social, política y económica;
- La cuestión de lo que se comía en el mundo griego, si pensamos en pan, vino y aceite de oliva, es perceptible entre el continente, las islas y sus colonias, respetando, por supuesto, los pequeños regionalismos;

- La cultura material nos da breves testimonios de la Historia y Cultura de los Alimentos de los antiguos griegos.
- En la literatura, de manera fragmentaria, podemos pintar varios elementos de la dieta de los antiguos griegos, incluida la identificación / diferenciación de los que están en mejor situación, los manjares más deliciosos y los tipos de sabores alimentarios de los que están mejores condiciones.

Todo esto, de una manera muy inspiradora, nos acerca un poco más al modo de vida entre lo que era la diversidad de los antiguos griegos y también lo que se les acercaba. Además, con bastante sensatez, nos permite experimentar de manera imaginativa el pasado y el presente que de alguna manera heredamos de los antiguos griegos, que es el placer de compartir la mesa con quienes queremos, de establecer las relaciones más diversas durante el acto de comer, apreciar los buenos vinos y la buena comida, cómo pensaban y sentían profundamente los antiguos griegos.

Referencias bibliográficas

- AGUILERA, C. (2001). *História da Alimentação Mediterrânica*. Lisboa: Terramar.
- ALDROVANDI, C. E. V. (2009). Arqueologia do Ambiente construído. *En Florenzano, M. B. B. y & Hirata, E. F. V. (eds). Estudos sobre a Cidade Antiga*. São Paulo EdUSP/FAPESP.
- AMOURETTI, M. C. (1998). Cidades e campos gregos. *En Flandrin, J. L. y Montanari, M. (eds.). História da Alimentação*. São Paulo: Estação Liberdade.
- BATCHELOR, S. (2012). *Os Gregos Antigos para leigos*. Rio de Janeiro: Alta Books.
- BOWDER, D. (1982). *Quem foi quem na Grécia Antiga*. São Paulo: Art Editora.
- BOWDER, D. (1982). *Quem foi quem na Roma Antiga*. São Paulo: Art Editora.
- CÂNDIDO, M. R. (2012). *Maria Regina. Práticas Alimentares no Mediterrâneo Antigo*. Rio de Janeiro: NEA/UERJ.
- HIRATA, E. F. V. (2009). *A cidade grega antiga: a polis*. LABECA – MAE/USP.
- PANTEL, P. S. (1998). As refeições gregas, um ritual cívico. *En Flandrin, J. L. y Montanari, M. (eds.). História da Alimentação*. São Paulo: Estação Liberdade.
- SANTOS, C. R. A. DOS. (2011). A comida como lugar de história: as dimensões do gosto. *.História: Questões & Debates, Curitiba, n. 54, p. 103-124.*
- SOARES, C. (2016) *Arquéstrato. Iguarias do Mundo Grego: Guia Gastronómico do Mediterrâneo Antigo*. Coimbra: Universidade de Coimbra.
- VETTA, M. (1998). A cultura do *symposion*. *En Flandrin, J. L. y Montanari, M. (eds.). História da Alimentação*. São Paulo: Estação Liberdade.