



■ Του ΧΑΡΗ ΣΤΡΑΤΙΑΔΑΚΗ*

Αναδιφώντας το χθες 75 Η τροφή του Ρεθύμνου.

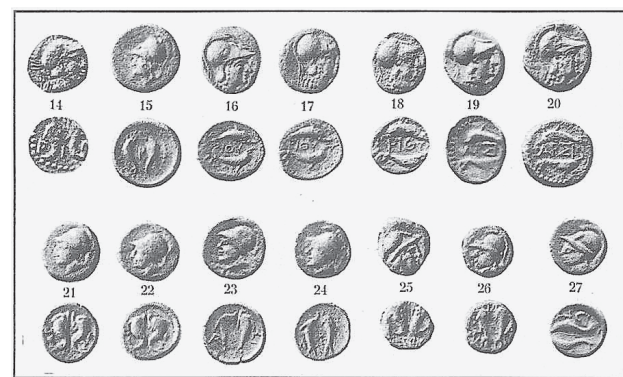
Διατροφικές συνήθειες και γευστικές μνήμες



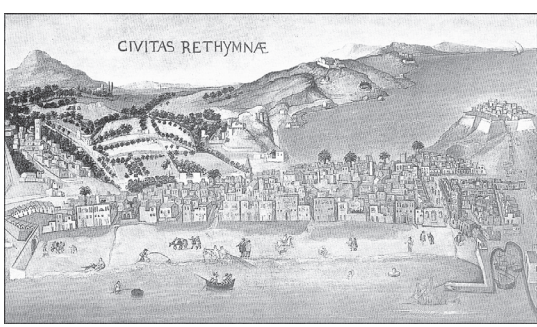
Στις σημερινές «Αναδιφσεις» θα προσπαθήσουμε να δημιουργήσουμε μια σύντομη ιστορική γραμμή της ρεθεμνιώτικης διατροφής. Κι αυτό επειδή την προσεχή **Δευτέρα 8 Οκτωβρίου, στις 6.00 μ.μ.** θα πραγματοποιήσουμε μια ξενάγηση διαφορετική από τις συνηθισμένες, με αφητήρια τον Αγνωστο Στρατιώτη, στα πλαίσια των «Ημερών Ρεθύμνου 2018». Ο τίτλος της είναι **Ανιχνεύοντας τη ρεθεμνιώτικη διατροφική ιστορία** και κατά τη διάρκειά της θα προσπαθήσουμε να πάρουμε απαντήσεις σε ερωτήματα, όπως τι έτρωγαν οι Μινωίτες πρόγονοί μας, πώς εκμεταλλεύονταν τον θαλάσσιο πλούτο οι Ρεθεμνιώτες επί Βενετοκρατίας και ποιες ήταν οι διατροφικές συνήθειες που επιβίωναν από τον 18^ο αιώνα μέχρι σήμερα. Κι ακόμη θα συναντήσουμε γιορτές διατροφικής ευχίας, περιόδους διατροφικού λιμού, «βενιζελικούς» και «λαϊκούς» τόπους εστίασης, διατροφή του ποδαριού, τις πρώτες εμφανίσεις τροφών, τα λαϊκά εστιατόρια των μεριδών της αφθονίας, τη διαχρονική εστίαση των ενδών και τους διατροφικούς θησαυρούς του Ρεθύμνου.



Υστερομινωική περίοδος (1450-1000). Οι Μινωίτες που ζούσαν στην ευρύτερη περιοχή του Ρεθύμνου, στους Αρμένους και στο Χαμαλεύρι, περιλάμβαναν στη διατροφή τους θαλασσινές τροφές, όπως ψάρια, χταπόδια, σουπιές, θαλάσσια σαλιγκάρια και πεταλίδες. Τρέφονταν επίσης με κρέας ζώων, τα οποία εξέτρεφαν ή κυνηγούσαν: κατσίκια, πρόβατα, λαγούς, χοίρους και βοοειδή. Έτρωγαν, φυσικά, φρούτα και καρπούς, κατανάλωναν ελαιόλαδο και έπιναν κρασί και ένα πρόδρομο είδος μύρρας. Από δημητριακά, χρησιμοποιούσαν σιτάρι και κριθάρι, και από όσπρια, φακή, φάβα και μαυρομάτικα φασόλια. Τα υπόλοιπα είδη λευκών φασολιών εισήχθησαν στην Κρήτη πολύ αργότερα, από τους Βενετσιάνους.



Κλασική, ελληνιστική και ρωμαϊκή περίοδος (480-69 π.Χ.). Η προσωρινή Εκθεση του Αρχαιολογικού Μουσείου προσφέρει αρκετά εκθέματα που συνιστούν τεκμήρια διατροφικής ιστορίας, απαραίτητα προκειμένου να απαντήσουμε στο ερώτημα τι έτρωγαν οι αρχαίοι πρόγονοί μας από το 480 μέχρι το 69 π.Χ.. Αυτά είναι περισσότερο αγγεία και πήλινα σκεύη μαγειρέματος και σερβιρίσματος. Οι παραστάσεις σ' αυτά που παραπέμπουν σε κατανάλωση θαλασσινών τροφών είναι πολλές, όπως άλλωστε και τα θαλασσινά σύμβολα στα νομίσματα της Ρίθυμνας. Είναι άλλωστε χαρακτηριστικό το γεγονός ότι ακόμη και φάρμακα κατασκευάζαν οι Ριθύμνιοι από θαλασσινές τροφές, όπως εκείνο για τη λύσσα, για το οποίο χρησιμοποιούσαν τη σάρκα των ιπποκάμπων!



Ενετική κατοχή (1204-1646). Στον πίνακα «Civitas Rethymnae», των αρχών του 17ου αιώνα, που φιλοξενείται στο Δημαρχείο της πόλης, εντοπίζονται εύκολα οκτώ Ρεθεμνιώτες, να ψαρεύουν με τέσσερις διαφορετικούς τρόπους, στην αμμώδη ακτή (sabbionara) της πόλης

οι μισοί, και στα αβαθή νερά μπροστά της οι υπόλοιποι. Πέραν των θαλασσινών τροφών, οι Ρεθεμνιώτες της Βενετοκρατίας έτρωγαν πολύ ψωμί και μάλιστα κριθαρένιο, πλιγούρι, τραχανά, φακές και φασόλια και πολύ σπάνια -ουσιαστικά στις μεγάλες γιορτές- κρέας, από κατσίκια, πρόβατα, χοίρους και πουλερικά. Νοσείται ότι δεν περιφρονούσαν το κυνήγι άγριων ζώων, όσον μπορούσαν να τοξεύσουν ή να αιχμαλωτίσουν με τις παγίδες της εποχής εκείνης, αλλά και τα αγριόχορτα, που από τότε συνιστούσαν σημαντικό τμήμα της διατροφής τους.



Οθωμανική κατοχή (1646-1898). Στο Λαογραφικό Μουσείο εκτίθεται ένα πρωτότυπο γραπτό διατροφικό τεκμήριο, χρονολογημένο στα 1740. Πρόκειται για έναν έμμετρο «εμπορικό οδηγό» της πόλης, προορισμένο μάλλον να εκφωνείται από τους τελλήδες της εποχής, εν είδει διαφήμισης. Το στιχούργημα παρέχει πλήθος

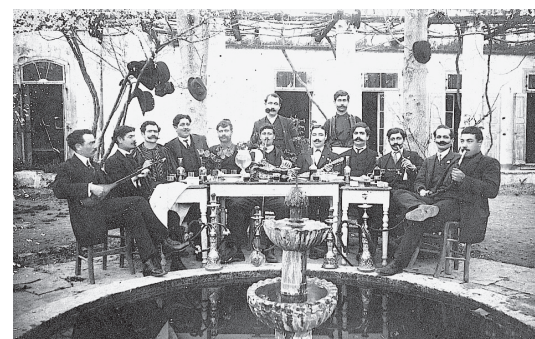
πληροφοριών για την αγορά της εποχής, μεγάλο μέρος των οποίων αφορά στη διατροφή. Αποδίδεται σε Αρμενικής καταγωγής Ρεθεμνιώτη ριμαδόρο και αναφέρει ονομαστικά ιδιοκτήτες καταστημάτων της πόλης, τη θέση των καταστημάτων αυτών, με τα προϊόντα και τις υπηρεσίες που προσέφεραν. Περιλαμβάνονται περί τα 35 καταστήματα συνολικά, μεγάλο ποσοστό των οποίων αφορούν σε είδη διατροφής: μαπακάκια, εστιατόρια, φούρνοι, καφενεία, ακόμα κι ένα αχτάρικο.



Κρητική Πολιτεία (1898-1913). Το έτος 1898 το Ρέθυμνο κατελήφθη από Ρωσικά στρατεύματα. Όπως ήταν φυσικό, ο μεγάλος αριθμός των στρατιωτών και των αξιωματικών τους, δημιούργησε νέες και επείγουσες ανάγκες στην πόλη (διαιμόνη, διασκέδαση, σεξουαλική εκτόνωση κ.λπ.), και βέβαια διατροφικές, οι οποίες λειτούργησαν ως καταλύτης για τη δημιουργία μιας σειράς νέων καταστημάτων. Ανάμεσά τους, επιφανέστερο ήταν εκείνο των αδελφών Περάκη, που λειτούργησε στην οδό Τσάρου (Αρκαδίου). Διέθετε πρωτόγνωρα για την πόλη προϊόντα, όπως σοκολάτα, κακάο, χαβιάρι, αλλαντικά, γαλλικά κρασιά και άλλα ευρωπαϊκά ποτά, όπως βερμούτ, αλλά και τις πρώτες σαμπάνιες που ανοίχτηκαν στην ιστορία του Ρεθύμνου. Αυτά, βέβαια, απευθύνονταν, ως επί το πλείστον, στα στρατεύματα κατοχής. Η διατροφή του τοπικού πληθυσμού παρέμενε δύσκολη, όπως μαρτυρεί και η φωτογραφία, στην οποία εικονίζονται Ρώσοι στρατιώτες να μοιράζουν άλευρα σε αναξιοπαθόντες Ρεθεμνιώτες.



Περίοδος Εθνικού Διχασμού (1914-1917). Ο Εθνικός Διχασμός, που ξεκίνησε από την αντίθεση του πρωθυπουργού Ελευθερίου Βενιζέλου με τον βασιλιά Κωνσταντίνο Α', συνεχίστηκε και την περίοδο 1917-22 και δεν άφησε αλώβητο το Ρέθυμνο, παρότι οι «Λαϊκοί» της πόλης αποτελούσαν μια μικρή μειοψηφία. Η αντίθεση αυτή δεν θα μπορούσε να αφήσει ανέγγιχτους και τους τομείς της κοινωνικής συναναστροφής και του φαγητού. Έτσι, οι «Βασιλικοί» έτρωγαν στο εστιατόριο του Βαρούχα, ενώ οι «Βενιζελικοί» σ' εκείνο του Λαμπάκη (φωτογραφία) και του Ζαμπράκου. Αντίστοιχα, διασκεδάζαν στα καφενεία Κουτσουράκη («Πανελλήνιον») και Κουτσουρούμπη. Το εστιατόριο του Αντώνη Λαμπάκη ήταν το πρώτο που ξεκίνησε να βγάξει, το καλοκαίρι, τραπέζια προς τη θάλασσα, η οποία την εποχή εκείνη απείχε ελάχιστα μέτρα από τα παραλιακά κτήρια.



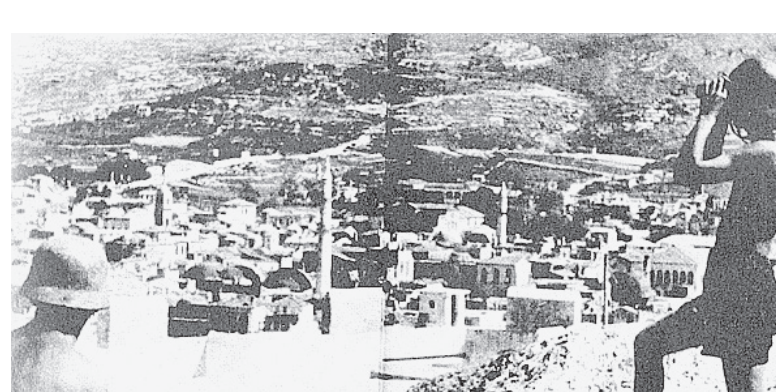
συχνη αντικατάσταση του αγωγόμενου από το γαιοούρι, το μαγειρέμα σε σιγανή φωτιά, η περιορισμένη χρήση του κρέατος των πουλερικών και η κεντρική θέση των ψαριών στο τραπέζι. Οι πρόσφυγες εισήγαγαν στο Ρέθυμνο και την κατανάλωση του ούζου, ενώ οι Μικρασιάτισσες εισήγαγαν τη μεταποίηση, σε γλυκά κουταλιού, καρπών που δεν συνηθίζονταν εδώ μέχρι τότε, αλλά και τη συντήρηση, σε τουριστά, των πλεονασμάτων των καλοκαιρινών λαχανικών.

Οι πρόσφυγες της Μικρασίας (1917-1925). Η εισαγωγή της βαριάς ανατολικής κουζίνας από τους Μικρασιάτες πρόσφυγες, πέραν της γενικής επιρροής που άσκησε πανελληνία στη μαγειρική τέχνη, συνοδεύτηκε στο Ρέθυμνο από μεταβολές μαγειρικών πρακτικών, όπως η συχνή αντικατάσταση του αγωγόμενου από το γαιοούρι, το μαγειρέμα σε σιγανή φωτιά, η περιορισμένη χρήση του κρέατος των πουλερικών και η κεντρική θέση των ψαριών στο τραπέζι. Οι πρόσφυγες εισήγαγαν στο Ρέθυμνο και την κατανάλωση του ούζου, ενώ οι Μικρασιάτισσες εισήγαγαν τη μεταποίηση, σε γλυκά κουταλιού, καρπών που δεν συνηθίζονταν εδώ μέχρι τότε, αλλά και τη συντήρηση, σε τουριστά, των πλεονασμάτων των καλοκαιρινών λαχανικών.



μάραθα καθαρίζουν, τσι βρούβες τσι πουλιούνε. Κι αν-ε ρωτάς, Κεμάλ Πασά, στη Τζούντα [Μοσχονήσι] πώς περνούνε, τσι βρούβες καθαρίζανε, τσι μάραθα πουλούσαν..

Οι πρόσφυγες Τουρκορεθύμνιοι (1898-1925). Οι χιλιάδες Τουρκορεθύμνιοι πρόσφυγες που άρχισαν να αναχωρούν από το διαμέρισμα Ρεθύμνης το 1898, με αποκορύφωμα τους 3500 που εκπατρίστηκαν με την Ανταλλαγή των Πληθυσμών μετά το 1923, δεν θα μπορούσαν παρά να αφήσουν τις διατροφικές τους παραδόσεις στον τόπο στον οποίο κάποτε πλειοψηφούσαν αριθμητικά. Μια τέτοια παράδοση ήταν εκείνη των γαλακτοπυλίων, με επιφανέστερο εκείνο του Σουλεϊμάν στον Πλάτανο. Μια άλλη παράδοση ήταν εκείνη των αγριόχορτων, η οποία συνεχίστηκε στους τόπους υποδοχής τους, όπως δείχνει και το σχετικό στιχούργημα: *Αν-ε ρωτάς, Κεμάλ Πασά, στη Τζούντα [Μοσχονήσι] πώς περνούνε, τσι βρούβες καθαρίζανε, τσι μάραθα πουλούσαν..*



Η Γερμανοκατοχή (1941-1944). Η κατοχική πείνα αντικατοπτρίζεται στους αυξημένους θανάτους της περιόδου εκείνης. Όσοι από τους Ρεθεμνιώτες μπορούσαν, είχαν καταφύγει στα χωριά της καταγωγής τους, όπου καταγίνονταν με την πρωτογενή παραγωγή. Άλλοι επιβίωναν με τα τρόφιμα που διανεμόνταν με δελτία, ενώ ορισμένοι διαποιούνταν, όπως - όπως, στα κατοχικά συσσίτια, το κεντρικό από τα οποία λειτουργούσε στη γωνία των οδών Καστρινογιαννάκη και Τσουδερών. Οι θάνατοι λοιπόν στον Δήμο Ρεθύμνης -ο οποίος είχε, τότε, 10.792 κατοίκους- περισσότεροι μάλλον από πείνα, παρά λόγω εκτελέσεων και μεταδοτικών ασθενειών, αποτυπώνονται και στατιστικά, εμφανιζόμενος το υψηλότερο ποσοστό τους το έτος 1942. Έτος 1940: θάνατοι 95 | έτος 1941: θάνατοι 164 | έτος 1942: θάνατοι 250 | έτος 1943: θάνατοι 134 | 1944: θάνατοι 118.



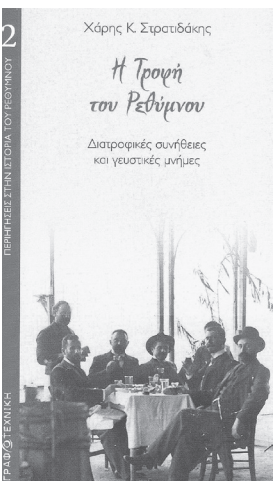
με τους ναργιλέδες. Ήταν αυτό που συνέχισε την πορεία του και στις δεκαετίες του 1970 και 1980, με τον Ρούλη Ηλιάκη και τα αδελφία του, συγκεντρώνοντας ηλικιωμένους σκακιστές και ποκαδόρους με τα βραστάρια τους, σε αγαστή συνύπαρξη με εξεγερμένους ροκάδες με τα σκληρά ποτά τους, και όχι μόνο. Οι πολύ παλιοί θυμούνται ακόμα με νοσταλγία τα εστιατόρια Μαρνιέρου, Ζαμπράκου, Λαμπάκη και Κυριανιτάκη, το ζαχαροπλαστείο «Εθνικών» και το ουζερί Ηλιάδη, με τα αποξηραμένα στον ήλιο μοσχοχτάποδα. Οι λιγότερο παλιοί θυμούνται τους πρώτους στην πόλη φοιτητές, να τρώνε στο εστιατόριο του Τάσου Τσακάλη και στη «Σαμαριά» και, αργότερα, στο «Δελφίνι».

Οι δύσκολες μεταπολεμικές δεκαετίες. Οι παλιότεροι Ρεθεμνιώτες δεν ξεχνούν τις μεταπολεμικές πολύ δύσκολες συνθήκες αλλά όμως θυμούνται με νοσταλγία την Προκομαία, με τα καφενεία, τα ουζερί και τα εστιατόρια της Προκομαίας. Θυμούνται τα καφενεία Ανυφαντάκη και Ψυχάρακη, με τα σαλιγκάρια, τους τσίρους και τα τηγανητά πατατάκια και το προπολεμικό καφενείο Κουτσουρούμπη, με τους ναργιλέδες. Ήταν αυτό που συνέχισε την πορεία του και στις δεκαετίες του 1970 και 1980, με τον Ρούλη Ηλιάκη και τα αδελφία του, συγκεντρώνοντας ηλικιωμένους σκακιστές και ποκαδόρους με τα βραστάρια τους, σε αγαστή συνύπαρξη με εξεγερμένους ροκάδες με τα σκληρά ποτά τους, και όχι μόνο. Οι πολύ παλιοί θυμούνται ακόμα με νοσταλγία τα εστιατόρια Μαρνιέρου, Ζαμπράκου, Λαμπάκη και Κυριανιτάκη, το ζαχαροπλαστείο «Εθνικών» και το ουζερί Ηλιάδη, με τα αποξηραμένα στον ήλιο μοσχοχτάποδα. Οι λιγότερο παλιοί θυμούνται τους πρώτους στην πόλη φοιτητές, να τρώνε στο εστιατόριο του Τάσου Τσακάλη και στη «Σαμαριά» και, αργότερα, στο «Δελφίνι».



μα και αντικατέστησε την ψησταριά με κάρβουνα με αντίστοιχη ηλεκτρική. Η πίτσα πρωτοεμφανίστηκε στο κατάστημα του Μανόλη Αγγελιδάκη στην οδό Μοάτσου, ο οποίος την είχε γνωρίσει ως μετανάστης στην Αμερική. Η Coca Cola εισήχθη στην πόλη το 1970 από τους αδελφούς Αγγελιάκη.

Νεότερα χρόνια. Η κατάρρευση των μαπακάκιων και στη συνέχεια των μανάβικων του Ρεθύμνου ήταν ραγδαία. Τα πρώτα super markets τροφίμων, με τα ονόματα «Μαριολέτ», «Ψηλορείτης» και «Χατζηδάκης» άνοιξαν τη δεκαετία 1975-1985 από τις οικογένειες Μαριόλου, Μαμαλάκη και Χατζηδάκη. Παράλληλα στην πόλη εισήχθησαν νέες τροφές και ποτά. Η εισαγωγή της πίτσας στο σουβλάκι έγινε από τον Αντρέα Σπανουδάκη, ο οποίος αρχικά χρειαζόταν να τις εισάγει από φούρνο των Χανίων με το λεωφορείο της γραμμής. Ο γύρος πρωτοπαρουσιάστηκε από τον Γιώργη Κυριανιτάκη, που ήταν ο ίδιος που έφερε στην πόλη σχετικό περιστροφικό μηχανήμα και αντικατέστησε την ψησταριά με κάρβουνα με αντίστοιχη ηλεκτρική. Η πίτσα πρωτοεμφανίστηκε στο κατάστημα του Μανόλη Αγγελιδάκη στην οδό Μοάτσου, ο οποίος την είχε γνωρίσει ως μετανάστης στην Αμερική. Η Coca Cola εισήχθη στην πόλη το 1970 από τους αδελφούς Αγγελιάκη.



Αυτά και άλλα πολλά θα δούμε στην ξενάγηση της προσεχούς Δευτέρας. Ελάτε μαζί μας να μάθουμε για την πρόοδο του ψησίματος από τα ξύλα στα κάρβουνα, και απ' αυτά στη γκαζιέρα, στο πετρογάτζ και στον ηλεκτρισμό, για τις διατροφικές απαγορεύσεις που υπαγόρευαν οι τρεις θρησκείες των Ρεθεμνιωτών, για το επίσημο και το ανεπίσημο κρέας, για το καθαρό και το ακάθατο νερό, για τις αφανείς γυναίκες της ρεθεμνιώτικης διατροφής, για τον «παράδεισο» του αλκοόλ, για την «ιερή» εικοσάδα των αγριόχορτων, για τον έρωτα στην τετράδα «κουκιά-αγκινάρες-παπούλες-σαλιγκάρια» και για πολλές ακόμη διατροφικές συνήθειες και απολαυστικές γευστικές μνήμες του Ρεθύμνου.

Στις **7.00** η ώρα θα καταλήξουμε μπροστά στο Παλιό Λιμάνι, δίπλα στην Αποβάθρα, όπου θα παρακολουθήσουμε την παρουσίαση του βιβλίου των Εκδόσεων Γραφοτεχνική «Η Τροφή του Ρεθύμνου» από την αρχαιολόγο και ιστορικό της ελληνικής διατροφής **Μαριάννα Καβρουλάκη** και από την ιδιοκτήτρια του πολυβραβευμένου εστιατορίου «Αυλή» **Κατερίνα Ξεκάλου**. Θα ακολουθήσει η προβολή του υπογράφόμενου με τα παραλείπόμενα του βιβλίου. Την εκδήλωση θα συντονίσει ο Πρόεδρος του Συλλόγου Κατοίκων Παλιάς Πόλης **Θωμάς Κρεβετζάκης**, ενώ σε περίπτωση κακοκαιρίας αυτή θα πραγματοποιηθεί στο «Σπίτι του Πολιτισμού». Το βιβλίο, το οποίο κυκλοφορεί με επιτυχία από τις αρχές του καλοκαιριού, έχει επιμεληθεί η **Αγγελική Βλαχοπούλου**, όπως άλλωστε και το προηγούμενο της σειράς «Το Ρέθυμνο του τρόμου», το οποίο έχει εξαντληθεί.

* Ο Χάρης Στρατιδάκης είναι Δρ Παιδαγωγικής-ιστορικός ερευνητής-συγγραφέας strtharis@yahoo.gr, 2831055031