Хранене и диететика във византийско-балканския свят

Йоанна Бенчева

В курса ще бъдат разгледани особеностите на храненето и диететиката на Балканския полуостров през средновековието. Ще бъдат анализирани извори с различен произход (византийски, славянски, западноевропейски) и вид (закони, грамоти, данъчни описи, истории, хроники, медицински трактати, итинерари, сатири и др.), даващи сведения за особеностите на византийската диететика и нейното влияние върху съседните балкански общества. Ще бъдат разгледани и основните храни (зърнени култури, месо, яйца, плодове, зеленчуци, подправки, подсладители) и напитки (вино, вода, плодови сокове и др.) като съвкупност от диетичните им качества, приложението им в медицината и влиянието им в ежедневието на населението, така че те да допринесат за възможно най-здравословен начин на живот съобразно тогавашните медицински познания; Тъй като храненето на отделните социални групи във византийско-балканското средновековие се отличава помежду си било заради различни, по-високи, финансови възможности (владетелите), по-стриктно спазване на религиозните забрани (монасите), различният достъп до храна (жителите на града и селото), изискванията към енергийната стойност на храната (децата и войниците), затрудненията в намирането и приготвянето й (пътниците), културните и религиозни специфики (евреи, номади, османци), познатият/непознат съсед (българите) ще бъдат проследени и изискванията към храната на всяка една от тези социални общности.