METODY KONSERWACJI ŻYWNOŚCI ORAZ RECEPTURY NA KONFITURY ZAWARTE W „TRAITÉ DES FARDEMENTS ET DES CONFITURES” (LYON, 1522) AUTORSTWA MICHELA DE NOSTREDAME

Aleksander Karol Smakosz

Aleksander Karol Smakosz
Uniwersytet Medyczny im. Piastów Śląskich we Wrocławiu
Wydział Farmaceutyczny z O.A.M.
e-mail: Aleksander.smakosz@gmail.com

Michela de Nostredame zwanego Nostradamusem współcześni kojarzą jako astrologa i wróżbitę albo autora sławnych „*Les Prophéties*". Mniej znanym aspektem jego życia jest kariera aptekarza, lekarza, autora książek medycznych i poświęconych egiptologii. Jedną z najciekawszych pozycji tego nieprzeciętnego człowieka jest receptariusz „*Traité des fardements et des confitures*", czyli „Traktat o kosmetykach i konfiturach". Dzieło składa się z dwóch części: kosmetyczno-farmaceutycznej (23 rozdziały, tyle samo przepisów) oraz kulinarnej (32 przepisy w 30 rozdziałach), w nich Nostradamus zawarł najważniejsze i najpopularniejsze przepisy stosowane przez aptekarzy jego pokolenia. W mojej pracy chciałbym omówić przepisy i składniki pochodzące z ostatniej części receptariusza, a także ocenić ich użyteczność praktyczną i porównać z dzisiejszym sposobami wykonywania tego typu produktów.

Rys biograficzny Michela de Nostredame

Nostradamus urodził się w 1503 roku w Saint-Rémy-de-Provence. W wieku 16 lat rozpoczął studia na uniwersytecie w Awinionie, lecz wkrótce przerwał je ze względu na szerzącą się epidemię dżumy. Dziesięć lat później podjął dalszą naukę na uniwersytecie w Montpellier, ale został z niego wydalony: wykonywał zawód aptekarza, zakazany przez obowiązujące wówczas statuty uniwersyteckie. Według niektórych źródeł zdołał ukończyć tam studia medyczne, w wyniku czego odebrał prawo do wykonywania zawodu lekarza z rąk biskupa Montpellier, a nawet obronił doktorat. Nie porzucił jednak pracy w aptece, przyjął także rolę podróżnego lekarza słynącego z leków przeciwko dżumie. Jedna z jego receptur na tę chorobę wygląda następująco: weź uncję trocin z drewna cyprysowego, sześć uncji korzenia kosaćca bródkowego, trzy uncje goździków, trzy drachmy kłączy tataraku zwyczajnego oraz

sześć drachm drewna agarowego°. Wszystkie surowce rozdrabniało się w moździerzu na proszek wraz z trzystoma lub czterystoma kwiatami róż i formowało pigułki do ssania.

W 1550 roku wydał pierwszy tom swoich przepowiedni. Ze względu na ich dużą popularność kontynuował karierę wróżbity i w kolejnych latach wydał dwanaście almanachów, w których zawarł ponad sześć tysięcy przepowiedni. Jego kolejnym projektem była „*Centuria*" zawierająca tysiąc przepowiedni na lata 1555—3797. Dzieło wydano m.in. w języku prowansalskim, włoskim, łacińskim, greckim i francuskim. Tego rodzaju publikacje w świecie powszechnie uznającym astrologię były rozchwytywane, więc księga szybko uzyskała duży rozgłos. Wkrótce członkowie rodzin i dynastii królewskich zaczęli zapraszać Nostradamusa na swe dwory — był gościem Katarzyny Medycejskiej° i Henryka II; został również mianowany nadwornym lekarzem Karola IX°. W 1552 roku opublikował opisywany przeze mnie traktat farmaceutyczno-kucharski „*Traité des Fardements et des Confitures*". Michel de Nostredame zmarł w 1557 roku na powikłania spowodowane dną moczanową.

„Traité des Fardements et des Confitures"

To mało znane dzieło Nostradamusa wydrukowano po raz pierwszy w Lyonie w 1552 roku pod tytułem „*Le vray & parfaict embellissement de la Face, & la maniere de faire des confitures*" — „Prawdziwe i wspaniałe kosmetyki stosowane na twarz oraz sposoby wykonywania konfitur". Drugie wydanie opublikowano trzy lata później jako „*Excellent & moult utile Opuscule*", czyli „Wspaniałe i najbardziej przydatne receptury"; w tym samym roku wydano kolejną wersję pod zupełnie nowym tytułem „*Les secretz de Nostradamus*" — „Sekrety Nostradamusa". Wydanie czwarte oraz piąte pojawiło się w obiegu w Lyonie i Paryżu w 1556 roku. Ostatnia edycja wydana za życia autora (1557) nosiła pierwotny tytuł, jednakże pozbawiony członu dotyczącego konfitur. W 1572 roku receptariusz przetłumaczył na język niemiecki augsburski lekarz, doktor Hieremias Martius. Pierwsze wydanie niemieckie nosiło tytuł „*Zwey Bücher, darinn warhafftiger, gründtlicher, und volkomner bericht gegeben*

wirt”. Dopiero w 1995 roku dokonano przekładu na język angielski, posiłkując się edycją niemiecką, jednak istnieją duże różnice w porównaniu z oryginałem np. *roses rouges incarnées* — rozwinięte czerwone róże przetłumaczono jako *black orchids*, czyli czarne orchidee. Poniżej zamieszczam tytuły rozdziałów z obydwu ksiąg „*Traité Des Fardements Et Des Confitures*”. Brak niektórych tytułów wynika z niepewnego przekładu.

Księga pierwsza

I: Na przygotowanie sublimatu | II: Inny dobry przepis na przygotowanie sublimatu | III: Na wykonanie pomady o wspaniałym zapachu | IV: Sposób na wykonanie oleju benzoinowego | V: Inny sposób na wykonanie oleju benzoinowego | VI: Przygotowanie drogiego oleju z gałki muszkatołowej | VII: Inny sposób na wykonanie oleju aromatycznego | VIII: Na przygotowanie pierwotnej materii | IX: Na przygotowanie proszku z fiołków | X: Na słodko pachnącą, długo utrzymują się pastę | XI: Inny sposób na wykonanie aromatycznych kulek | XII: Na wykonanie aromatycznych kulek | XIII: Proszek do czyszczenia zębów | XIV: Inny sposób wykonania proszku do czyszczenia zębów | XV: Sposób na wykonanie wody aromatycznej | XVI: | XVII: Na wykonanie drogiego oleju | XVIII: Na mieszankę wywołującą miłość | XIX: | XX: Sposób na przygotowanie mydła muszkatołowego | XXI: Inny sposób na przygotowanie mydła muszkatołowego do brody | XXII: Na sztuczny boraks | XXIII:

Księga druga

I: Na kandyzowaną skórkę pomarańczową | II: Metoda konserwacji dyni | III: Na konfiturę pomarańczową z cukrem | IV: Na konfiturę pomarańczową | V: Metoda konserwacji orzechów włoskich | VI: Na wykonanie wina, które Marcus Varro nazywa *defritum* | VIIa: Na wykonanie konfitury | VIIb: Metoda klaryfikacji cukru | VIIIa: Na wykonanie konfitury ze słodkich wiśni | VIIIb: Na wykonanie galaretki ze słodkich wiśni | IX: Na powyższe, o niezwykłej jakości | X: Inny sposób na wykonanie galaretki ze słodkich wiśni | XI: Metoda konserwacji zielonego imbiru | XII: Na wykonanie wody imbirowej | XIII: Metoda konserwacji korzeni mikołajka polnego | XIV: Metoda konserwacji niedojrzałych migdałów | XV: Na wykonanie galaretki z pigw | XVI: Inny

sposób na wykonanie galaretki z pigw | XVII: Inna dobra metoda na galaretkę z pigw | XVIII: Metoda konserwacji cytryn i pomarańczy | XIX: Na konfiturę z pigw | XX: Metoda konserwacji pigw w winie | XXI: Na wykonanie galaretki (z pigw) | XXII: Inny sposób wykonania konfitury z pigw | XXIII: Metoda konserwacji kory farbownika lazurowego | XXIV: Na wykonanie konfitury z gruszek | XXV: Na wykonanie słodkości z cukru | XXVI: Przepis na konfekt z orzeszków piniowych | XXVII: Na wykonanie ciastka z marcepanem | XXVIII: Na wykonanie cukrzonej pałeczki | XXIX: Przepis na różany syrop przeczyszczający | XXX: Inny sposób na różany syrop przeczyszczający

Historyczne metody utrwalania żywności

Konserwacja żywności metodami chemicznymi w czasach, gdy nie istniały lodówki oraz efektowne opakowania ochronne była kluczem do urozmaiconej diety. Jednym z najdawniejszych źródeł zapisków dotyczących utrwalania pożywienia jest rzymska książka kucharska „*De re coquinaria*”, czyli „O sztuce kulinarnej”, autorstwa Apicjusza (Marcus Gavius Apicus). W księdze pierwszej, noszącej nazwę *Epimeles* (zapobiegliwy gospodarz), można znaleźć różne opisy konserwacji owoców i warzyw m.in.: „*Ut mala et mala granata diu durent*” — „Aby jabłka oraz granaty zachowały długo świeżość” albo „*Rapae ut diu serventur*” — „Aby rzepy długo zachowały świeżość”.

Jabłka i granaty zalecano przetrzymywać w naczyniach, zanurzone w chłodnej wodzie, natomiast rzepę konserwowano mieszaniną owoców mirtu bądź gorczycy, octu, miodu oraz soli. Z perspektywy mojego opracowania, ważny jest przepis dziewiętnasty z księgi Epimeles: „*Ut mala cydonia diu serventur*” — „Aby pigwy pozostały długo świeże”. Apicjusz poleca wybranie pigw najwyższej jakości i umieszczenie ich w miodzie zmieszanym z *defritum*, czyli odparowanym moszczu winnym. Przepis jest bardzo podobny do receptury, którą Nostradamus zamieścił w swym traktacie (2/XX: Metoda konserwacji pigw w winie) z tą różnicą, iż polecał gotowanie pigw z winem albo zagęszczonym moszczem winogronowym oraz cukrem. Ta metoda konserwacji z niewielkimi zmianami była stosowana przez ponad 1500 lat.

Receptury opisane poniżej nie są wiernym tłumaczeniem, a swego rodzaju autorską parafrazą, ułatwiającą zrozumienie tekstu przez współczesnych czytelników.

Galaretka	Z wiśni: VIII, X	Z pigw: XV, XVI, XVII, XIX, XXI, XXII		
Konfitury	Pomarańczowa: III, IV	Z wiśni: VIII, IX	Z gruszek: XXIV	
Konserwacja	Dynii: II	Orzechów włoskich: V	Korzeni mikołajka polnego: XIII	
	Niedojrzałych migdałów: XIV	Cytryn i pomarańczy: XVIII	Pigw w winie XX	Kory z farbownika lazurowego: XXIII
Kandyzowanie	Skórki pomarańczowej: I	Imbiru: XI		
Inne	Defrutum: VI	Klaryfikacja cukru: VII	Woda imbirowa: XII	Słodkość z cukru: XXV
	Konfekt z orzeszków piniowych: XXVI	Ciastko z marcepanem: XXVII	Cukrzona pałeczka: XXVIII	Różany syrop: XXIX, XXX

Podział rodzajów księgi drugiej „Traité des Confitures…" według rodzaju i surowców

Galaretki i konfitury

Współcześnie stawia się znak różności pomiędzy żelem a galaretką (*gelée*). Jeżeli przyrównamy je do konfitur (*confiture, confit*), wyróżnimy następujące cechy i różnice tych przetworów:

1) Żel jest klarowny; wytwarza się go z soku owocowego.

2) Galaretka swoją strukturę zawdzięcza pektynom.

3) Konfiturę robi się z całych owoców gotowanych z dodatkiem cukru i wody.

4) Mianem *confiture* określa się również owoce zanurzone w syropie cukrowym.

Pomarańcza — Citrus sinensis (L.) Osbeck i inne gatunki

W „*Traité des Confitures*…" możemy wyróżnić kilka podobnych przepisów na konfitury i galaretki wykonane z tych owoców. Pierwsza (2/III) opisuje przepis na konfiturę, czy też marmoladę z gorzkich pomarańczy. Pracę rozpoczynano od usunięcia resztek pędów, następnie owoce krojono i pozbywano się z nich nasion. Cząstki umieszczano w soli w celu usunięcia goryczy. Skórkę (*Pericarpium Citri Auranti*) i miąższ gotowano w syropie cukrowym, po czym przekładano do pojemnika w celu ostygnięcia. Po pewnym czasie znów je obgotowywano; czynność zalecano powtarzać kilkukrotnie. W rozdziale 2/IV postępowano podobnie, lecz przed gotowaniem owoce macerowano w słodkim syropie przez piętnaście dni.

Wiśnia — Cerasus Mill

W rozdziale 2/VIII znajdują się dwie receptury na przetwory z wiśni: na galaretkę oraz na konfiturę. Pierwszy wyrób przyrządza się dzięki gotowaniu w syropie wiśniowym wydrylowanych owoców, natomiast drugi poprzez redukcję osłodzonego soku.

Rozdział 2/IX zawiera przepis na „galaretkę przejrzystą i czerwoną niczym rubin". Do materiałowego worka wsypywano wiśnie najlepszej jakości, który następnie umieszczano w glinianym naczyniu z cukrem. Według autora jest bardzo istotne, aby nie było ono miedziane, mosiężne ani cynowe, gdyż wówczas sok straciłby swój kolor. Cukier absorbuje

wyciekający płyn, ale do przyrządzenia galaretki należy użyć jak najmniejszej jego ilości. Uzyskany sok należy zredukować na ogniu do odpowiedniej konsystencji. Nostradamus zalecał przetwór cierpiącym na gorączkę, choć podkreślał, iż ta galaretka jest tak szlachetna, że nadaje się nawet na prezent dla księcia.

Jeszcze szlachetniejszy i delikatniejszy wyrób opisano w rozdziale 2/X. Naczynie wypełnione cukrem i rozdrobnionymi wiśniami ogrzewa się przez dłuższy czas; zawartość filtruje przez lniany materiał. Uzyskany sok podgrzewa się na małym ogniu do uzyskania pożądanej gęstości. Ta galaretka była przeznaczona tylko dla szlachetnie urodzonych.

Pigwa — Cydonia oblonga Mill

Omawiany przeze mnie traktat zawiera receptury na cztery rodzaje galaretek z pigw oraz trzy przepisy na konfitury. Receptura z rozdziału 2/XV zaleca pokroić nieobrane pigwy na pięć albo sześć cząstek. Kawałki owocu umieszcza się w wodzie i gotuje dopóty owoce nie rozpadną się na pulpę. Zawartość naczynia przenosi się na kawałek lnu, dzięki czemu zostaje usunięty sok. Miazgę przekłada się do garnka i ponownie gotuje — tym razem wraz z cukrem. Ta galaretka ma kolor orientalnego rubinu i jest odpowiednia dla osób chorych.

Do przepisu 2/XVI pigwy należy obrać i podzielić na osiem lub dziesięć kawałków. Podczas gotowania należy stale uzupełniać wodę i stopniowo dosypywać cukier. Po odpowiednim czasie płyn odsącza się, przelewa do naczynia, podgrzewa i redukuje do odpowiedniej postaci. Taką galaretką Nostradamus obdarował króla Francji Franciszka I° oraz Wielkiego Mistrza Zakonu Joannitów.

Grusza — Pyrus L

Konfekt opisany w rozdziale 2/XXIV według autora także jest godny księcia. Obrane gruszki gotuje się w czystej wodzie, a następnie odsącza się na lnianej tkaninie. Potem przygotowuje się syrop cukrowy, podgrzewa go i zalewa nim ugotowane gruszki, uprzednio wyłożone do ozdobnych pojemników.

Kandyzowanie

Imbir — Zingiber officinale Roscoe

Rozdział 2/XI zawiera w sobie sekret konserwacji imbiru. Do tego potrzeba kłączy odpowiedniej jakości — najlepsze pochodzą z Mekki. Należy moczyć je kilka dni w wodzie, a następnie gotować w ługu wykonanym z popiołu pozostałego po spaleniu pędów winorośli. Po kilkukrotnym powtórzeniu tej czynności imbir miesza się z miodem, jednocześnie bacząc, aby nie był ani ostry, ani nie było czuć smaku ługu. Po kolejnym wygotowaniu *Rhizoma Zingiberis* przenosi się do naczynia i kilkukrotnie obgotowuje w miodzie bez użycia dodatkowego cukru. Tak przygotowany kandyzowany imbir przenosi się do zamkniętego pojemnika.

Pomarańcza (skórka) — Citrus sinensis (L.) Osbeck i inne gatunki

Przepis z rozdziału 2/I jest następujący: miąższ i naowocnię cytrusów umieszcza się w wodzie z solą na 9 dni, przy czym codziennie się ją wymienia. Przygotowane wcześniej fragmenty owocu umieszcza się we wrzącym syropie. Po dłuższym czasie oddziela się je, suszy i ponownie obgotowuje.

Konserwacja owoców i warzyw oraz inne przetwory

Michel De Nostredame wyróżniał następujące metody utrwalania żywności: konserwację w winie, w cukrze, w miodzie oraz suszenie, przy czym zabezpieczenie poprzez cukier uważał za sposób najszlachetniejszy.

Dynia — Cucurbita L

Jak głosi treść rozdziału 2/II „ten pokarm może służyć do obniżania wewnętrznych gorączek". Autor poleca użyć dyni podłużnej (np. piżmowej — *C. moschata*) albo okrągłej (*C. maxima*, kultywar *Muscat de Provence* — podobne były stosowane w okresie odrodzenia i baroku). Dynie po zbiorze powinny być odłożone na miesiąc, aby mogły dojrzeć. Po tym czasie owoce należy pokroić w kostkę, usunąć egzokarp (skórkę) i umieścić w naczyniu z solą. Po kilku dniach fragmenty opłukuje sie i gotuje do miękkości. Ochładza się je zimną wodą i rozkłada na płótnie do wyschnięcia. Kolejnym krokiem jest przygotowanie syropu, w którym umieszcza się kawałki dyni. Po pewnym czasie wyjmuje się fragmenty, odsącza i posypuje cukrem.

Cytrusy — Citrus L

Zielone owoce cytrusów (pomarańczy, cytryn, limonek itd.) gotuje się w wodzie przez cztery dni, po tym czasie do wody dodaje się sól. Następnie wyrabia się syrop cukrowy i umieszcza w nim tak przygotowane cytrusy. Codziennie przez sześć kolejnych dni należy go podgrzewać i zalewać nim owoce.

Orzech włoski — Juglans regia (L.)

Jest to metoda konserwacji orzechów włoskich, ale może być podobnież wykorzystana do zabezpieczenia innych owoców. Nostradamus opisał ją niezwykle lakonicznie: należy użyć „wspaniałej ciepłoty i promieni słońca”. Jakość i trwałość uzyskanego w ten sposób produktu miała być porównywana do wyrobów zakonserwowanych cukrem.

Migdały — Prunus dulcis (Mill) D.A.Webb

Należy obrać i ugotować w wodzie miękkie, niedojrzałe (*immaturus*) migdały. Po odsączeniu i wysuszeniu zalewa się je gorącym syropem cukrowym, który odsącza się po kilku dniach. Następnie płyn znów należy podgrzać i ponownie zalać nim migdały. Autor zaleca kilkukrotnie wykonanie tego procesu, przy czym nadmienia, iż niektórzy w celu polepszenia smaku dodają do syropu goździków i cynamonu.

Sosna pinia — Pinus pinea (L.)

Jest to receptura na konfekt z orzechów piniowych. Nasiona należy uprażyć w suchym naczyniu, a następnie umieścić w koszyku nieopodal źródła ognia na kilka dni. Po tym czasie przekłada się je do roztworu cukru w wodzie różanej i gotuje, aż do otrzymania swego rodzaju galaretki. Wówczas ubija się z białkiem jajka kurzego. Otrzymaną masę winno się podgrzewać aż do denaturacji białek. Wtedy dodaje się dodatkowe, nieugotowane orzeszki piniowe. Otrzymany wyrób należy podzielić na mniejsze porcje za pomocą noża.

Mikołajek polny — Eryngium campestre (L.) / Oset kędzierzawy — Carduus crispus (L.)

Korzenie obu roślin (zwłaszcza pierwszej) były używane jako półprodukt do wyrobu słodyczy i żywności różnego typu. Najlepszej jakości są części podziemne zebrane zimą. Po usunięciu skórki i pokrojeniu na kawałki należy ugotować je w wodzie z dodatkiem goździków lub imbiru. Potem suszy się je na płótnie i gotuje w syropie, uprzednio posypując zmielonym imbirem i białym pieprzem. Po kilku dniach fragmenty odsącza się i suszy.

Farbownik lazurowy — Anchusa azurea Mill

Do tego przetworu wykorzystuje się skórkę z korzeni farbownika — należy ją zebrać, wymyć i pokroić w paski. Obranych korzeni używa się po uprzednim ugotowaniu w wodzie z torfem. W wodzie w której gotował się surowiec, należy rozpuścić cukier, aż otrzyma się konsystencję syropu — wówczas wkłada się do niego ugotowaną skórkę i zostawia na całą dobę. Analogicznie jak w innych przepisach: syrop zlewa się, podgrzewa do zawrzenia i znów zalewa nim surowiec: tym razem na trzy dni.

Współczesne wersje galaretek i konfitur

Warto zadać sobie pytanie: „Czy metody preparacji różnego rodzaju przetworów owocowych zaproponowane przez Nostradamusa są aktualne po dziś dzień?” Postanowiłem sprawdzić tę kwestię, porównując jego receptury z przepisami zawartymi w książce „*Le Guide culinaire*” (1903) napisanej przez Georgesa Auguste Escoffiera: autora wielu ważnych książek kucharskich i reformatora klasycznej kuchni francuskiej. Jego *opus vitae* jest źródłem inspiracji i natchnienia dla kolejnych pokoleń kucharzy i smakoszy.

Galaretka z pigw

W przepisie Escoffiera nr 2964 należy obrać i pokroić na kawałki pigwy, po czym umieszcza się je w wodzie i gotuje. Po pewnym czasie oddziela się ciecz od pigw, którą przenosi się do naczynia. Do płynu dodaje się cukier i redukuje do odpowiedniej konsystencji. Przepis ten jest identyczny z recepturą 2/XV i 2/XVI Nostradamusa.

Konfitura (marmolada) z pomarańczy

Pomarańcze należy ponakłuwać i gotować w wodzie przez 30 minut, a następnie wrzucić do zimnej wody, gdzie muszą spędzić dwanaście godzin. Proces ten umożliwia usunięcie goryczy z cytrusów. W kolejnym kroku pomarańcze kroi się na mniejsze kawałki i rozdrabnia do otrzymania purée. Następnie w naczyniu umieszcza się cukier, fragmenty pomarańczy i sok jabłkowy, a całość podgrzewa do odpowiedniej konsystencji. Przepis ten (nr 2959) jest całkowicie inny od tego zaproponowanego w „*Traité des Confitures*…”. W nim (2/III) gorycz usuwało się poprzez umieszczenie pomarańczy w soli, a ich cząstki gotowało się bez dodatku soku jabłkowego.

Konfitura z wiśni

Wiśnie z usuniętymi pestkami przekłada się do naczynia z syropem; dodaje się również sok z czarnych porzeczek. Całość ogrzewa się do odpowiedniej konsystencji (przepis nr 2957) Od razu widać różnicę między tym przepisem a recepturą Nostradamusa opisywaną przeze mnie wyżej — polecał on ogrzewanie wiśni bez pestek w syropie wykonanym przez rozpuszczenie cukru w czystym soku wiśniowym, bez dodatku soku z innych owoców.

Podsumowanie

• Receptury na konfitury i metody konserwacji żywności mają swoje źródło w dziełach starożytnych kucharzy.

• Przepisy na przetwory roślinne tego rodzaju, uległy niewielkim zmianom w rozpatrywanej długiej perspektywie czasowej.

• Receptury Nostradamusa reprezentują niezwykle różnorodne metody preparacji oraz duży wybór owoców poddawanym konserwacji.

• Ilość cukru w „*Traité Des Confitures*" jest mniejsza, niż stosowana współcześnie; jeżeli cukier był brązowy, polecało się go oczyszczać, czyli klaryfikować.

• Do przetworów często polecano dodawać przyprawy korzenne.

• Współcześnie (w przeciwieństwie do czasów oświecenia) podczas przyrządzania konfitur i dżemów używa się również soków z innych owoców.

Bibliografia

1. Nostradamus. (1995). *The Elixirs of Nostradamus: Nostradamus' Original Recipes for Elixirs, Scented Water, Beauty Potions and Sweetmeats*. Bloomsbury.

2. Nostradamus (1557). *Paraphrase de C. G A L E N, S V S L ' E X O R- tation de Menodote, aux estudes des bonnes Artz, mesmement Medi- cine : Traduict de Latin en Francoys, par Michel Nostradamus*. Lyon: Ches Antoine du Rosne

3. Guinard, P. (2006) *Nostradamus:Des notes hieroglyphiques d'Orus Apollo* http://ekladata.com/vDZMJHMekOS3TQ6UzQbn2gY_EDw/608Aorus.pdf

4. Godwin, W. (1876). *Lives of the Necromancers; Or, An Account of the Most Erminent Persons in Successive Ages who Have Claimed for Themselves, Or to Whom Has Been Inputed by Other, the Exercise of Magical Power*. Piccadilly: Chatto and Windus

5. Lemesurier, P. (2010). *Nostradamus, Bibliomancer: The Man, the Myth, the Truth*. Career PressInc

6. Guinard, P. (2006). *Le Traité des Fardements et des Confitures (Bibliographie 1552-1572). http://cura.free.fr/dico3/603A-TFC-bib.html*

7. Nostradamus. (1555). *Excellent & moult utile Opuscule à touts necessaire, qui desirent avoir cognoissance de plusieurs exquises Receptes, divisé en deux parties. La premiere traicte de diverses façons de Fardemens & Senteurs pour illustrer & embellir la face. La seconde nous monstre la façon & maniere, de faire confitures de plusieurs sortes, tant en miel, que succre, & vin cuict, le tout mis par chapitres, comme est fait ample mention en la Table. Nouvellement composé par maistre Michel de Nostredame docteur en Medicine de la ville de Salon de Craux en Provence, & de nouveau mis en lumiere*. Lyon: Antoine Volant

8. Apicjusz, Mikołajczyk, I., Wyszomirski, S. (2012). *Apicjusz. O sztuce kulinarnej. Ksiąg dziesięć.* Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika

9. Jh. Apicius, Flower, B., Rosenbaum, E., & Wilczynski, K. (1958). *The Roman cookery book: a critical translation of the art of cooking by Apicius; for use in the study and the kitchen.* Harrap.

10. Herbstreith & Fox, (?) *Jams, Jellies and Marmalades,* http://www.herbstreith-fox.de/fileadmin/tmpl/pdf/broschueren/Konfituere_englisch.pdf

11. Stanchi, G. (1645-1672) *Brak tytułu* [obraz olejny przedstawiający owoce i warzywa tj. arbuzy, dynie, brzoskwinie, gruszki i inne]. Christie's , New York

12. Christe's. (2014). *Old Master Paintings Part I. https://www.christies.com/lotfinder/paintings/giovanni-stanchi-watermelons-peaches-pears-a-5765893-details.aspx#top*

13. Fuchs, L. (1549). *Plantarum effiges.* Lyon: Chez Balthazar Arnoullet

14.Escoffier, A. (1907). *A guide to modern cookery.* London: W.Heinemann

Rycina 2. Dynia podłużna wg. *Plantarum effiges* (1549) [13]

Rycina 3. XVII-wieczne dynie okrągłe widoczne na fragmencie obrazu G. Stanchiego [11-12]