

# **SZAFRAN, MASTYKS I FIGA.**

**GRECKIMI DROGAMI**

Copyright © 2026 by Tomasz Piotr Kozłowski  
Copyright © 2026 by Powergraph  
Copyright © 2026 for the cover by Jan Kosik  
Copyright © 2026 for illustrations by Jan Kosik  
Copyright ©2026 for book composition by Jan Kosik  
Wszelkie prawa zastrzeżone.  
All rights reserved.

Redaktorzy prowadzący: Jakub Kuza i Julia Kosik  
Redakcja: Kasia Sienkiewicz-Kosik  
Korekta: Maria Aleksandrow  
Opieka merytoryczna: dr hab. Irena Argiro Tsermegas, prof. ucz.  
Projekt graficzny okładki: Jan Kosik  
Ilustracje: Jan Kosik  
Projekt graficzny książki, skład, łamanie: Jan Kosik

Wydawca:  
Powergraph Sp. z o.o.  
ul. Ceglowska 16/2, 01-803 Warszawa  
tel.: +48 22 834 18 25  
powergraph.pl  
e-mail: powergraph@powergraph.pl



Wyłączny dystrybutor:  
Dressler Dublin Sp. z o.o.  
ul. Poznańska 91, 05-850 Ożarów Mazowiecki  
tel. (+ 48 22) 733 50 31/32  
e-mail: dystrybucja@dressler.com.pl  
www.dressler.com.pl

ISBN 978-83-68599-14-5  
Nr 20260209/AB/W1/01

Druk: Abedik Sp. z o.o.  
Printed in Poland, EU

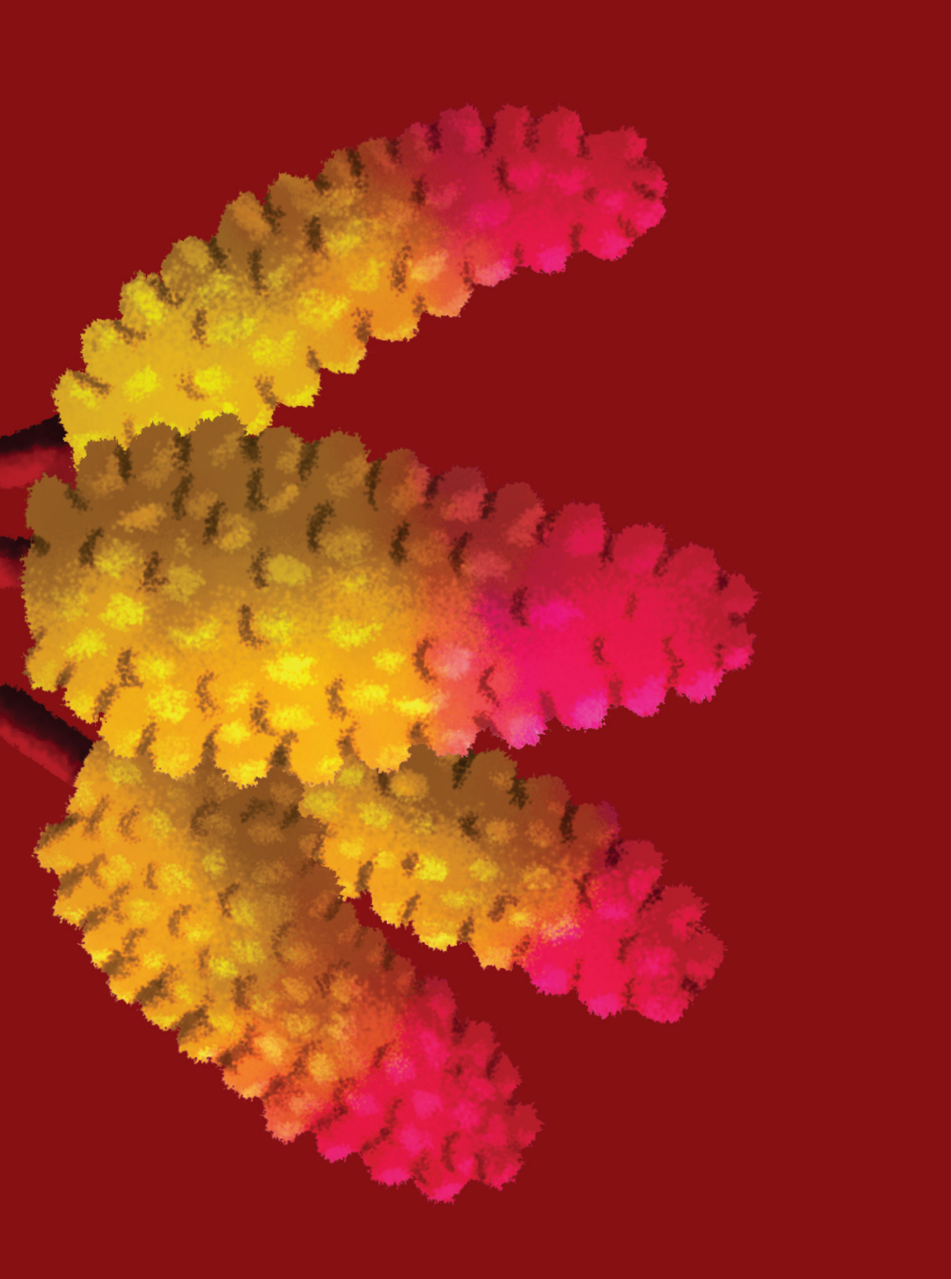
TOMASZ PIOTR KOZŁOWSKI

**SZAFRAN,  
MASTYKS  
I FIGA.  
GRECKIMI DROGAMI**



**powergraph**

Warszawa 2026



# CHLEB ŚWIĘTOJAŃSKI

## ΧΑΡΟΥΠΙΑ [charupiá]

### I „UTKANI Z ROSY”

Zamek we Frangokastelo (co po grecku oznacza „Zamek Franków”) jest interesującym przykładem twierdzy stojącej przy morzu, obok plaży. To historyczny region Sfakia na południowym zachodzie Kreta, w ostatnich wiekach znany z historii ruchów partyzanckich. Okazały zamek na planie czworoboku zbudowali w XIV w. Wenecjanie, po części, aby stawiać czoła grasującym na morzu piratom, ale także, by lepiej kontrolować krnąbrnych Sfakiotów. Twierdza nie odegrała w historii większej roli, aż do 1828 r., gdy podczas greckiej rewolucji przeciwko Osmanom budowlę zajął – wraz z przeszło 600 żołnierzami – jeden z działających tu przywódców rebelii, Chadzimichalis Dalianis. 17 maja miało miejsce decydujące krwawe starcie z wojskami tureckimi. Siły greckie zostały pokonane, a ponad 300 powstańców zginęło. Zabitych zostało też więcej niż 800 żołnierzy osmańskich.

Echem tamtych wydarzeń jest żywa do dziś legenda. Podobno w niektóre dni końca maja lub początku czerwca, we wczesnych godzinach porannych pojawiają się tu cienie wędrujących postaci. Zmierzają od Kościoła Świętego Charalambosa (Haralampiusza) do wioski Frangokastelo. Konno lub pieszo, ubrane w czerni i uzbrojone. To Drosulites, „utkani z rosy”, powstańcy Dalianisa, którzy polegli za wolność





Kreta. Wielu miejscowych twierdziło, że widziało to zjawisko. Próbowano się doszukiwać jego naukowych wyjaśnień, sięgając po opisy złudzeń optycznych typu fatamorgana. Nikt jeszcze nie sfotografował ani nie sfilmował Drosulites. W jednej ze swoich piosenek uwiecznił ich za to wybitny pieśniarz kretański, Ludowikos ton Anojion.

Przy zamku we Frangokastelo nie spotykam cieni wojowników, lecz dostrzegam stare drzewo. To piękny okaz szarańczyny strąkowego (*Ceratonia siliqua*), zwanego też drzewem karobowym lub drzewem chleba świętojańskiego, a po grecku *charupia* czy (*ksilo*)*kieratia*. W wielu regionach Grecji, a szczególnie na Krecie, była to roślina wielu zastosowań. Pod koniec XX w. nieco zapomniana, obecnie powraca do łask. Jest zimozielonym i długowiecznym drzewem rodzimym, spotykanym zarówno w stanie dzikim, jak i w niewielkich gajach, zakładanych przez ludzi od tysięcy lat.

Strąki chleba świętojańskiego (karob) rozwijają się z kwiatów żeńskich jesienią i wczesną zimą. Zawierają do 50% naturalnych cukrów, są również bogate m.in. w błonnik, witaminy z grupy B, antyoksydanty, wapń i magnez. To produkt bezglutenowy, niskotłuszczowy i hipoalergiczny, o niskim indeksie glikemicznym, zalecany w różnych rodzajach diet.



Nasiona o zbliżonej do siebie masie około 200 mg, posłużyły za jubilerski wzorzec wagi... karatu, którego określenie pochodzi od starogreckiej nazwy nasiona drzewa, *keration* (a ta od słowa *keras* – róg, co nawiązuje do rożkowego kształtu owoców szarańczyny). I już antyczni Grecy używali tych nasion jako najmniejszych odważników, stosowanych w jubilerstwie (do precyzyjnego odmierzania masy kamieni szlachetnych), a także w medycynie. Praktykę tę przejęli Rzymianie, nazywając odważnik *siliqua Graeca* (obydwa słowa stworzyły współczesną nazwę naukową drzewa – *Ceratonia siliqua!*). Jednostkę wagi używali nadal Bizantyjczycy, od których zapożyczyli ją Arabowie. Arabski *qirat* przeniknął zaś szlakami handlowymi do zachodniej Europy, gdzie powstało współczesne słowo karat – miara wagi diamentów i kamieni szlachetnych oraz miara czystości złota. Ilość złota w jego stopie (czyli czystość stopu) również odmierza się bowiem w karatach. Historia ta zaczyna się jeszcze za czasów rzymskiego cesarza Konstantyna I Wielkiego (to on przeniósł siedzibę Imperium Romanum do Konstantynopola), gdy złota moneta ważyła 24 *siliquae*, a zarazem *kerationy*. Obecna, najczystsza i najbardziej miękka postać tego metalu (odpowiadająca najwyższej próbie) to także złoto 24-karatowe.



Współczesna biologia potwierdziła, że tak naprawdę zmienność wagi nasion szarańczynu, wynosząca około 23%, nie różni się wiele od innych badanych drzew. Ale dla ludzkiego oka twarde, regularnego kształtu nasiona zdają się bardzo podobne do siebie wielkością, co udowodniono doświadczalnie. To więc człowiek na podstawie swojego subiektywnego wrażenia wyróżnił je spośród innych, tworząc ten karobowo-karatowy standard wagowy\*. Ale to nie koniec zastosowań.

Z nasion drzewa otrzymuje się mączkę chleba świętojańskiego (tzw. gumę karobową), jasny, polisacharydowy proszek, używany jako zagęstnik w produktach spożywczych. Całe wysuszone i zmielone owocnie strąków (bez nasion) dostarczają ciemnego proszku karobowego, zwanego przez Greków *charupalew-ro*. Stosowany jest jako substytut kakao (słodszy, lecz mniej kaloryczny), składnik żywności dietetycznej, deserów, a także jako środek łagodzący zaburzenia gastryczne, w tym u dzieci. W tradycji Krety proszek znajduje zastosowanie w licznych wypiekach, takich jak smaczne rogaliki, a także... chlebek karobowy (gr. *charupopsomo*).

Z rozdrobnionych, gotowanych w wodzie strąków szarańczynu otrzymuje się – zarówno w warunkach przemysłowych, jak domowych – melasę karobową / syrop karobowy (gr. *charupomelo*), jeden ze zdrowszych produktów słodzących świata. Niegdyś podstawowy słodzik kretańskiej prowincji. Grecy często używają go jako alternatywy dla miodu oraz popularnych w kuchni słodkich syropów na bazie cukru. Produktowi temu przypisuje się m.in. działanie obniżające poziom tzw. złego cholesterolu oraz wspomagające trawienie i odporność. Zawiera też niemal trzykrotnie więcej wapnia niż mleko. Inne produkty spożywcze otrzymywane z karobu to choćby likier karobowy, krem do smarowania pieczywa, „kawa” karobowa (gr. *charupokafes*), różnego rodzaju ciastka, batony i słodczyce oraz miód z kwiatów szarańczynu.

W regionie śródziemnomorskim od tysiącleci chleb świętojański był pokarmem ludzi, szczególnie w okresach biedy i wojen, a także karmą dla zwierząt. W XX w. szarańczyn uratował tysiące osób podczas głodu II wojny światowej, w czasie gdy na greckiej prowincji naziści konfiskowali niemal całe zapasy żywności. Poza znaczeniem kulinarnym, drzewo odgrywało istotną rolę w lokalnym meblarstwie, bednarstwie i rzeźbiarstwie, za sprawą twardego i ciężkiego drewna.

\* W przeszłości jednostka karatu wykazywała lokalne różnice, dopiero na paryskiej konferencji w 1907 r. uzgodniono tzw. karat metryczny, oznaczający 200 mg.

Po II wojnie światowej uprawy podupadły, roślina zbyt silnie kojarzyła się z czasem niedostatku. Od drugiej dekady XXI w., m.in. za sprawą mody na zdrową żywność, uprawa drzew karobowych przeżywa renesans, szczególnie na Krecie. Rośnie ich tu ponad 400 tys.! Drzewa te przystosowane są do skalistego podłoża oraz suchego i gorącego klimatu dużej części wyspy (roślina wytwarza silne i długie korzenie), stanowiąc jedną z nadziei miejscowego rolnictwa w epoce zmiany klimatycznej. A także jedną z alternatyw dla zalesień. Jedynym wyzwaniem zdaje się niższa niż np. u oliwki odporność na chłód, co ma znaczenie w przypadku rozszerzania upraw na obszary podgórskie.

Drzewo chleba świętojańskiego owocuje obficie. Osiągając pełną dojrzałość po około 25 latach życia, może dostarczać nawet przeszło pół tony owoców rocznie. W 2012 r. Grecja była czwartym producentem strąków karobowych na świecie, po Hiszpanii, Włoszech i Portugalii, a grecka produkcja systematycznie rośnie. Ze znakomitej jakości produktów z karobu znana jest również kultura kulinarna Greków cypryjskich. Wszystko wskazuje na to, że dobra *passa charupii* będzie trwać także w kolejnych dekadach.



# SPIS TREŚCI

KWIATEK Z AKROPOLU. ZAMIAST WSTĘPU .....	6
MASTYKS Z CHIOS. OD GUMY DO ŻUCIA DO KOLUMBA I CARAVAGGIA .....	14
CHLEB ŚWIĘTOJAŃSKI I „UTKANI Z ROSY” .....	44
FIGA. OD KUCHNI I OD ŚWIĘTA .....	50
STORCZYKI. OD NAPOJU Z LISICH JĄDER PO KWITNĄCE MURAWY .....	70
NA LAIKI, GRECKIM TARGU I .....	84
MARZANA. CZERWONE ZŁOTO GÓRY KISAWOS .....	100
„ŚWIATOTWÓRCZA OLIWKA” .....	108
EGINA. KRÓLESTWO ORZESZKÓW PISTACJOWYCH .....	154
ZIEŁONE SACRUM .....	162
NA LAIKI, GRECKIM TARGU II .....	188
SZAFRAN OKOLIC KOZANI. ZŁOTO WYŻYN .....	202
BIAŁE ZŁOTO. GRECKA... POTĘGA BAWĘŁNIANA .....	220
W CIENIU ŻYWICZNYCH PUSZCZ. GRECJA MNIEJ ZNANA .....	226
MIASTO MORWY I JEDWABIU .....	246
KASZTANOWY MAJESTAT .....	272
KAWA GREKÓW. ELIKSIR DNIA CODZIENNEGO .....	278
NA LAIKI, GRECKIM TARGU III .....	302
WINOROŚL. OD NIEDŹWIEDZICH GÓR PO WULKANY .....	314
„FLORA GRAECA” .....	338
CYTRUSY. AROMAT AZJI W ŚRÓDZIEMNOMORZU .....	364
TYTOŃ. MINIONA ŚWIETNOŚĆ .....	374
GRANAT. OWOCE POMYŚLNOŚCI .....	390
BIBLIOGRAFIA .....	406
SPIS ŹRÓDEŁ FOTOGRAFII .....	418