

Smullen van vosnoot en olifantenslurf

Eten in de prehistorie

'Wat eten we vanavond?' was vast niet de geijkte vraag die een kind in de prehistorie aan zijn ouders stelde. De prehistorische mens mocht blij zijn met het voedsel dat voorradig was.

Ben Vriesema is hoofdredacteur van Kleio.

Het is geen sinecure om erachter te komen wat men in de prehistorie zoal at. De bronnen zijn logischerwijs schaars en er was tijdens de zeer lange prehistorie nogal een grote verscheidenheid aan voedselverzameling en -verwerking tussen de verschillende groepen en (mensen)soorten die er leefden en dan ook nog eens op verschillende plaatsen in de wereld. Een opsomming kan het dus niet worden; wel blijkt uit archeologische opgravingen een aantal overeenkomsten. Zo at de prehistorische mens veel noten, zaden, fruit, knollen, groenten en wortels. In een studie die een half decennium geleden verscheen van de hand van Israëliische onderzoekers (Bar-Ilan Universiteit in Ramat Gan) wordt het paleolithische 'diner' van bijna 800.000 jaar geleden beschreven. Dat 'diner' (overigens kunnen we dat woord wel schrappen, want men zal geen vaste eettijden hebben gebruikt) bestond niet uit veel vlees of vis, maar wel uit eetbare planten. De onderzoekers onderscheiden maar liefst 55 verschillende eetbare planten die op het menu konden staan.

Vosnoten (de zaden van een waterlelie) waren erg populair; niet zo gek, want ze waren rijk aan koolhydraten. Voor de *Homo erectus* was dit de macaroni van de prehistorie. De onderzoekers

staat ver af van de puur-natuurmaaltijden die de prehistorische mens tot zich nam. Met alle gevolgen van dien, althans als we nog steeds de theorie volgen van de paleodiëtisten van 2021. Diabetes, hart- en vaatziekten zijn een gevolg van het eten dat we in onze mond stoppen. Terug dus naar de tijd van de oermens! Die at veel vlees en vis. Het paleodieet bestond volgens de goeroes verder vooral uit eieren, fruit, zaden en noten. Maar uit onderzoek (naar onder andere het tandsteen in gevonden gebitten) blijkt dat er helemaal geen sprake was van een overdaad aan vlees en vis. Noten en zaden kunnen kloppen, maar veel vlees en vis is in de meeste gevallen niet waarschijnlijk. Het paleodieet van nu is dus niet het paleodieet van de naamgevers.

Neushoornvlees

Zoals gezegd verschilde het dieet in de prehistorie van plaats tot plaats, van soort tot soort en van periode tot periode. Dit blijkt uit een ander onderzoek. Onder leiding van een Australisch on-

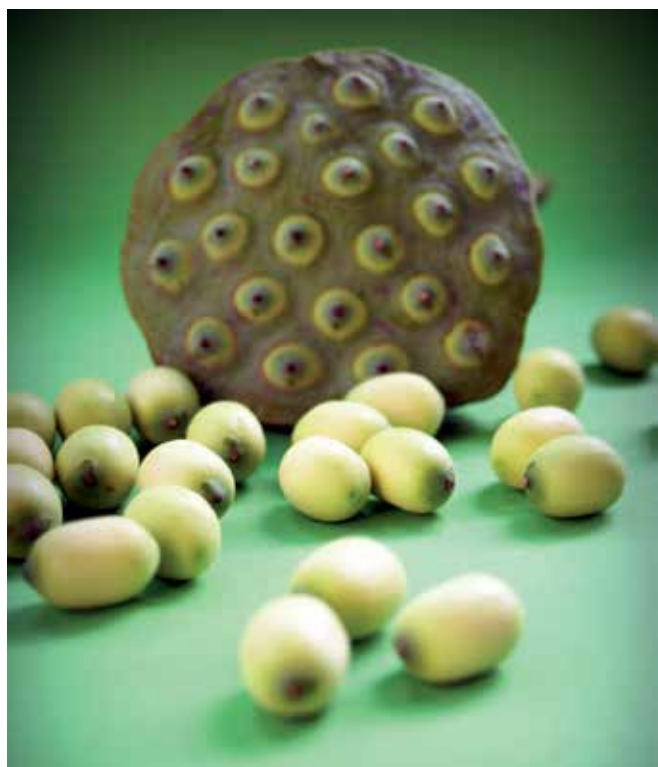
'Vosnoten waren de macaroni van de prehistorie'

beweren niet dat de prehistorische mens in de door hen onderzochte Hula-vallei in Noord-Israël nooit een stukje vlees at. Er werden wel degelijk resten gevonden op de oude slachtplaatsen; resten van damherten en zelfs resten van een olifant. De slurf was eeuwen later tijdens het Beleg van Parijs (1871) het duurste stukje vlees van de olifant, dus – mits goed bereid – zal die ook de prehistorische mens mogelijk goed hebben gesmaakt.

Paleodieet

Tegenwoordig is het paleodieet nogal populair bij bepaalde groepen mensen in de westerse wereld. De gedachte van deze mensen is dat je net zo 'gezond' zou moeten eten als de oermens. Ons eten tegenwoordig is bewerkt en geproduceerd en

Vosnoten zijn de zaden van de waterlelie. In Azië staan ze nog steeds op het menu.





1 *Journal of Human Evolution* 83 (2015), p. 170-189.



Boven: Reconstructie van een wolharige neushoorn, die in de prehistorie in Europa leefde. Foto: Ecomare/Salko de Wolf.
Onder: Dit schedelfragment uit de prehistorie (14.700 jaar oud) is gevonden in Gough's Cave in Engeland. De snijsporen op de tanden wijzen op kannibalisme. Foto: Nicolas Perrault III. Natural History Museum, Londen.

derzoeksteam werd geconcludeerd dat een andere mensensoort (de neanderthalers die zo'n 40.000 jaar geleden in gebieden niet ver bij ons vandaan leefden) juist wel veel vlees aten. Met name schapevlees en het vlees van de wolharige neushoorn. Maar deze 'Belgische' neanderthaler at iets anders dan zijn verre neef, de 'Spaanse' *Homo sapiens*. Uit het DNA, gewonnen uit tandsteen, blijkt dat de 'Spanjaard' een meer plantaardig dieet had: pijnboompitten, paddenstoelen en zelfs de bast van een boom. Van die bast is niet geheel duidelijk of die nou werkelijk onderdeel van een maaltijd was of dat deze persoon wellicht kiespijn had. De bast van de populier heeft namelijk een pijnstillende werking, wellicht was het een soort prehistorische paracetamol.

Voedselverwerving, voedselbereiding en de verschillende soorten van voedsel zijn per plaats, per periode en per migrerende groep mensen dus anders. Maar omdat het over de prehistorie gaat, berust veel op speculatie. We kunnen weinig met zekerheid zeggen. Wat we wél zeker weten, is dat in Gough's Cave in Engeland prehistorische rendierjagers (die ongeveer 18.000 jaar geleden leefden) andere mensen opaten. Deze mensen behoorden tot dezelfde 'groep' die we kennen van de prachtversieringen van Lascaux. Uit onderzoek in de diepe Gough's Cave blijkt dat er nogal wat aangevreten menselijke overblijfselen zijn achtergelaten in de achterste kamers van deze woonstek in Engeland.¹ Kannibalistische prehistorische mensen dus. Maar waarom de ene de andere oppeuzelde is tot op heden reden voor speculatie. Had het met honger te maken (dat lijkt vreemd in een periode van relatieve overvloed), had het te maken met een oorlog of was het wellicht een bepaalde initiatierite? Daarnaast rijst de vraag of

dit kannibalisme slechts een regionaal fenomeen was, of dat er op meerdere plekken menseneters hebben geleefd. In plaats van 'Wat eten we vanavond?' was de vraag daar misschien 'Wie eten we vanavond?' ■



In de klas: proef de prehistorie

Leerlingen de prehistorie laten proeven, dat is geen eenvoudige opgave. Toch is het volgende experiment de moeite van het proberen waard. Kook thuis wat linzen, vermeng die met enkele (ongebrande) gehakte noten. Leg dat gerecht op een schoteltje in de klas en laat de leerlingen al etend kijken naar fragmenten van de prehistorische mens op zoek naar vuur in de prachtfilm *Quest for Fire*. (Een aantal fragmenten is niet geschikt voor de middelbare scholierenpopulatie; met de vlucht voor de sabeltandtijger en de boomscène kunt u echter geen fouten begaan.) Na het zien van het eten van boombladeren en het proeven van het door u gemaakte gerecht zullen ze na de lesdag hun ouders dankbaar zijn dat er iets anders op tafel komt dan een prehistorische maaltijd.