Dieta gladiatorów

„Nie jest prawdą, jakoby gladiatorzy lubowali się w obżarstwie. Wręcz przeciwnie – większość z nich odmawiała jedzenia mięsa. Jako wegetarianie doczekali się nawet przezwiska 'żrących jęczmień'. Taki sposób odżywiania naukowcy tłumaczą tym, że dieta złożona ze zbóż (przede wszystkim z kaszy jęczmiennej) i z roślin strączkowych (bogatych w sacharydy) sprzyja rozrostowi mięśni”. (Krzysztof Pochwicki, *Rzymscy gladiatorzy nie walczyli na śmierć i życie*, [w:] *„21. Wiek”* 2009, nr 04, s. 35).