



Gastronomía Medieval

Déborah López

Se trata de un período
histórico del que existen
muchas ideas preconcebidas
en el imaginario colectivo,
que no siempre coinciden con
la realidad.



Para empezar:
CINCO COMIDAS DE LA EUROPA
MEDIEVAL
QUE NO TE ESPERABAS:

El historiador George Dobbs ha recogido varias de las recetas de cocina que aparecen en libros medievales ingleses para mostrarnos cómo algunos de esas delicias culinarias no desentonarían mucho en nuestras mesas.

I. CONEJO AGRIDULCE:

Entre los platos cortesanos medievales se encontraba una curiosa receta de conejo agridulce que recuerda mucho el estilo de los platos de la cocina china.

En un manuscrito del siglo XIV titulado *Curye on Inglysh* se recoge esta receta que se remonta al siglo XIV y concretamente a algún momento tras la conquista normanda.

Una época en la que el conejo era novedad y aún un plato exótico ya que acababa de ser introducido en Inglaterra desde la Europa continental.

La salsa que acompaña al conejo tiene como ingredientes: vino tinto, pasas, jengibre, cebolla, canela y pimienta.

2. PLATOS DE PASTA



En el mismo manuscrito se encuentran reseñadas las instrucciones de cómo hacer pasta con harina refinada. Un plato que se conoce en inglés como "losyns", que consta de varias capas de pasta con salsa de queso, parecido a lasaña; se solía servir al final de las comidas a fin de que ayudase en la absorción del alcohol que acompañaba a las grandes comidas de las celebraciones, por su alto contenido calórico.

En otros libros de recetas del siglo XV también pueden encontrarse otras recetas de pasta como la de los raviolis, o la de los "fries lesenge", una especie de rosquilla con azúcar y azafrán que aún en día se consume en Italia y se conoce como castagnole. Hay una gran variedad de recetas medievales recogidas online en la base de datos de la Universidad de Michigan.

3. PLATOS DE ARROZ

El arroz, que empezó a cultivarse en el siglo VIII en el Levante español, paso a producirse en cantidad en el siglo XV en toda España e Italia.

Se exportaba a toda Europa en grandes cantidades y pronto se registró una gran variedad de recetas que tenían el arroz como ingrediente principal.

Una de estas recetas medievales es el blancmager, un plato de arroz con pollo o pescado y acompañado con especias, una especie de pudin de arroz de sabor suave que solía utilizarse como plato para personas convalecientes.

Otro plato de arroz dulce era el prymeroze, un plato en el que se combinaba el sabor de la miel y las almendras con el de la harina arroz para elaborar un pudin de arroz.

4. EMPANADILLAS

En la pastelería de época medieval abundan los platos en los que se envolvían distintos ingredientes con diferentes masas. Las populares empanadillas eran una forma de cocer carnes y otros ingredientes en los hornos de piedra sin que se quemasen o se quedasen manchados por el hollín.

Las masas exteriores de este tipo de pasteles solían decorarse profusamente para mostrar el estatus social del anfitrión.

Una de las recetas medievales más curiosas procede de París unas empanadas rellenas de queso y setas en el que se dan incluso las instrucciones de cómo y cuándo se ha de recoger los ingredientes para lograr un sabor especial.

5. Chuches!!!

Los dulces y caramelos de época medieval solían ser platos muy elaborados que se servían al final de las comidas y no tenían la connotación de algo lúdico y casi de premio que tienen las cuchерías y caramelos hoy en día.

Los caramelos solían elaborarse con almendras y azúcar o piñones, miel y pan rallado, una especie de caramelo masticable.

Las almendras estaban muy presentes en la cocina medieval e incluso la leche de almendras, tan recomendada en la actualidad por saludable, era una bebida habitual entonces.

EDAD MEDIA

Inicio
476 d.C.

Caída del Imperio Romano de Occidente

Caída de Roma

EUROPA OCCIDENTAL:
Reinos Bárbaros
Imperio Carolingio
Feudalismo
Las Cruzadas
Revolución Comercial

EUROPA ORIENTAL:
Imperio Romano de Oriente
(Imperio Bizantino)

ASIA:
Expansión del Islam
Invasión turca
Imperio Mongol
Ruta de la Seda

Término
1453 d.C.

Caída del Imperio Romano de Oriente

Caída de Constantinopla

La Edad Media abarca desde la caída del Imperio Romano hasta el descubrimiento de América en 1492.

LA PENÍNSULA IBÉRICA DE LAS TRES CULTURAS



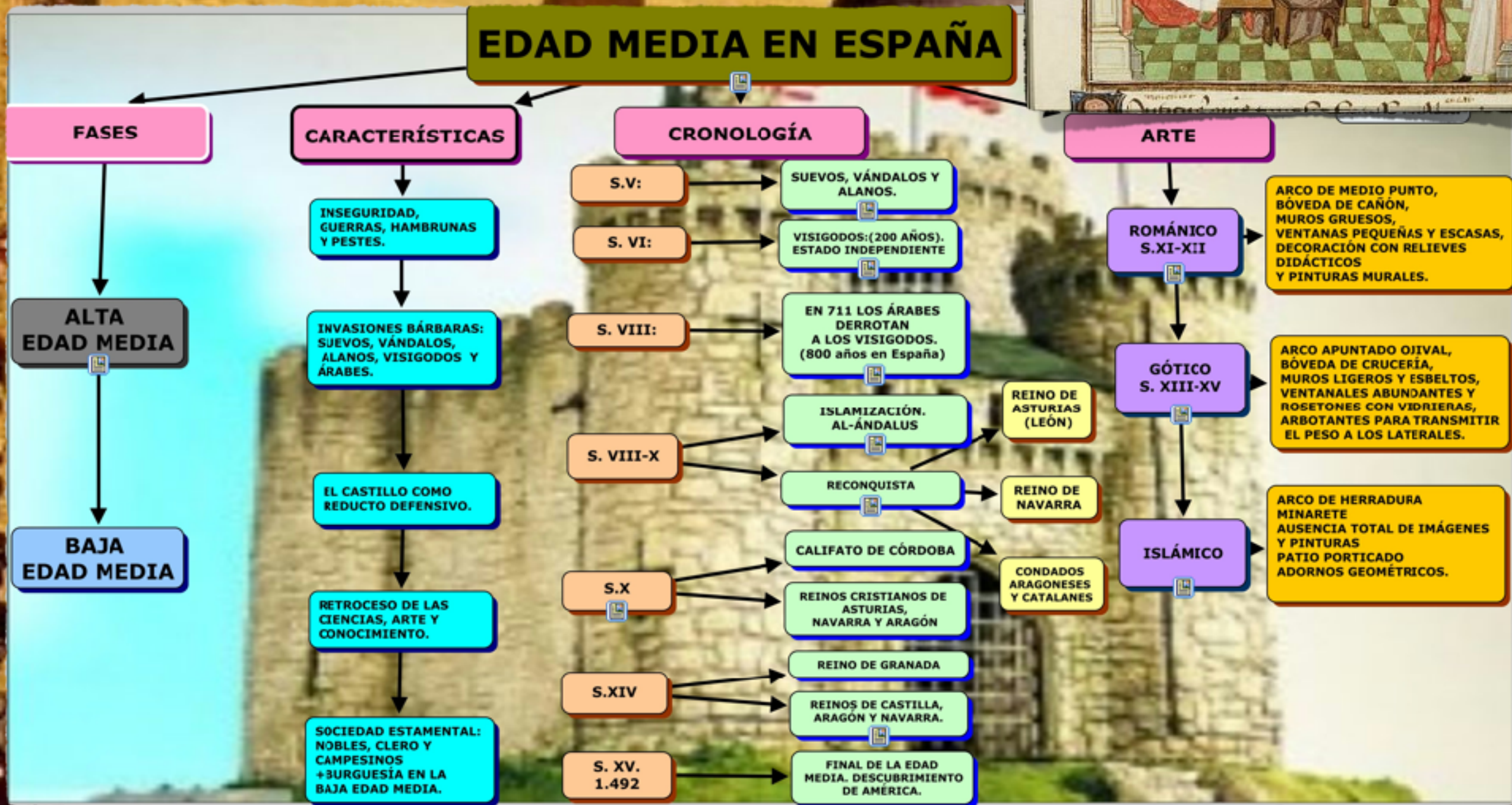
En la Península Ibérica, este período supone un enriquecimiento de nuevas técnicas y productos procedentes de tres culturas, tres religiones, tres planteamientos de vida: la cristiana, la judía y la árabe, conviviendo, lo que aporta a la península ibérica gran peculiaridad respecto al resto de los países europeos, cuyo único contacto con el exterior se producía por medio de las cruzadas.

Son trata de tres culturas, con tres religiones diferentes, con normas dietarias diferentes impuestas por sus religiones.

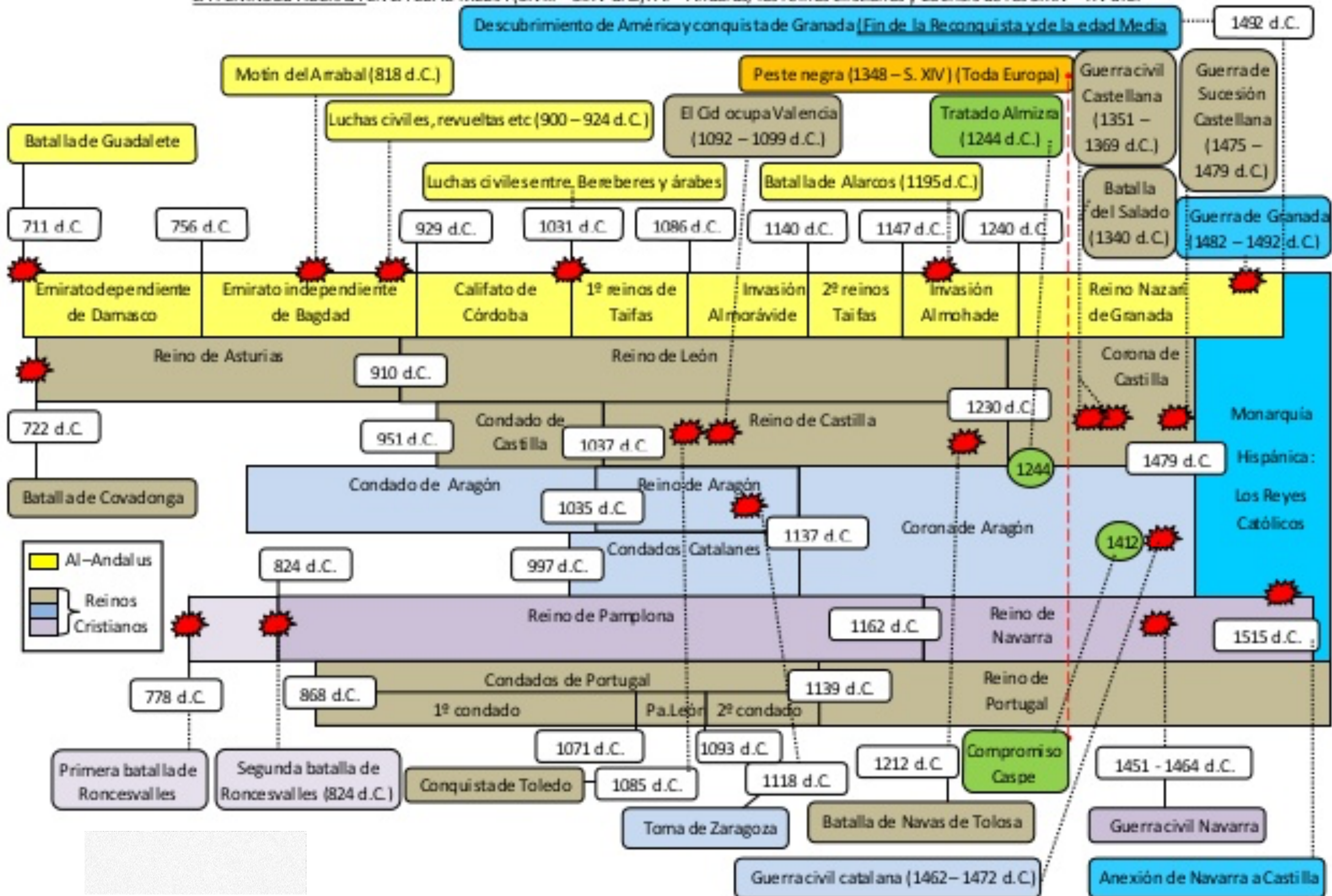


Tres formas de alimentación diferentes que al convivir generaron una diversidad culinaria en el territorio peninsular única en Europa.

EDAD MEDIA EN ESPAÑA



LA PENÍNSULA IBÉRICA EN LA EDAD MEDIA (S.VIII –S.XV d.C.): Al – Andalus, los reinos cristianos y La crisis de los S.XIV – XV d.C.



ALTA EDAD MEDIA EN EUROPA OCCIDENTAL

es

PERÍODO DE LA HISTORIA
(siglos V-XI)

se caracteriza por

Ser un MUNDO
RURALIZADO

OLEADAS DE
INVASIONES

INSEGURIDAD

se distinguen
dos etapas

CRISIS AGRARIA
(siglos V-IX)

EXPANSIÓN AGRARIA
(siglos IX-XI)

- DISMINUCIÓN DE LA POBLACIÓN
- ABANDONO DE LAS TIERRAS DE CULTIVO
- CRISIS AGRARIA

- AUMENTO DE LA POBLACIÓN
- ROTURACIÓN DE NUEVAS TIERRAS
- MEJORAS TÉCNICAS EN LA AGRICULTURA

- PUEBLOS GERMÁNICOS siglo V
- MUSULMANES siglo VII
- VIKINGOS siglos VIII-XI

genera

RELACIONES DE
DEPENDENCIA PERSONAL

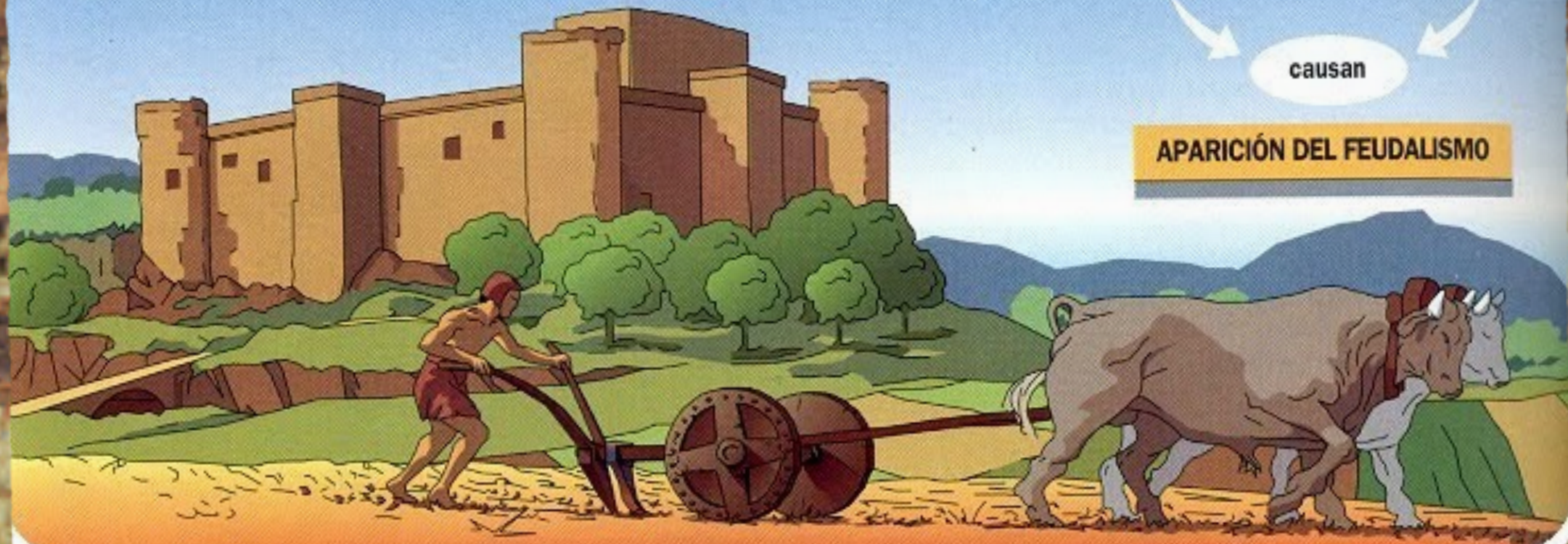
entre

SEÑORES
Ofrecen protección

VASALLOS
Juran fidelidad

causan

APARICIÓN DEL FEUDALISMO



La sociedad en la Edad Media



El Rey



Duques, condes, altos prelados



Caballeros, señores, obispos, abades



Soldados, campesinos, siervos

EL CASTILLO



COMIDA

- variada
- especias
- pan
- verduras
- cerdo

VIDA

- guerrera
- torneos
- caza
- fiestas
- ceremonia del homenaje

COMIDA

- (pasaban hambre)
- pan
- papillas
- sopa
- legumbres



LA ALDEA

VIDA

- Construían su casa
- Fabricaban los muebles y aperos
- Sufrían frecuentes enfermedades
- Labraban sus escasas parcelas
- Labraban la tierra de su señor
- Pagaban el diezmo a la iglesia

LA SOCIEDAD FEUDAL S. VI-XI ALTA EDAD MEDIA

- Invasiones bárbaras
- inseguridad
- Guerras y hambre
- Retroceso de la cultura

EL MONASTERIO



VIDA

- oración
- trabajo
- estudio
- Copiar libros
- Sujetos a la regla



- Protección económica (FEUDO)
- Protección militar



- fidelidad
- consejo
- auxilio militar

- protección
- consejo



- fidelidad
- trabajo
- impuestos
- servidumbre

LA SOCIEDAD

LA MAYOR PARTE DE LAS PERSONAS VIVÍA EN EL CAMPO, LA DENSIDAD DE POBLACIÓN ERA MUY BAJA.




Disponían de cereales (frecuentemente avena fresca), por lo que el alimento base era el pan, o las gachas, (elaboradas con cereales o frutos secos), y disponían de cerveza.

Tenían carne (la conservaban seca o curada), aves de corral (gansos, patos, palomas); frutas, verduras y quesos de la zona y de temporada; se consumía pescado si podía obtenerse cerca.

MUCHOS ERAN APICULTORES POR LO QUE DISPONÍAN DE MIEL.



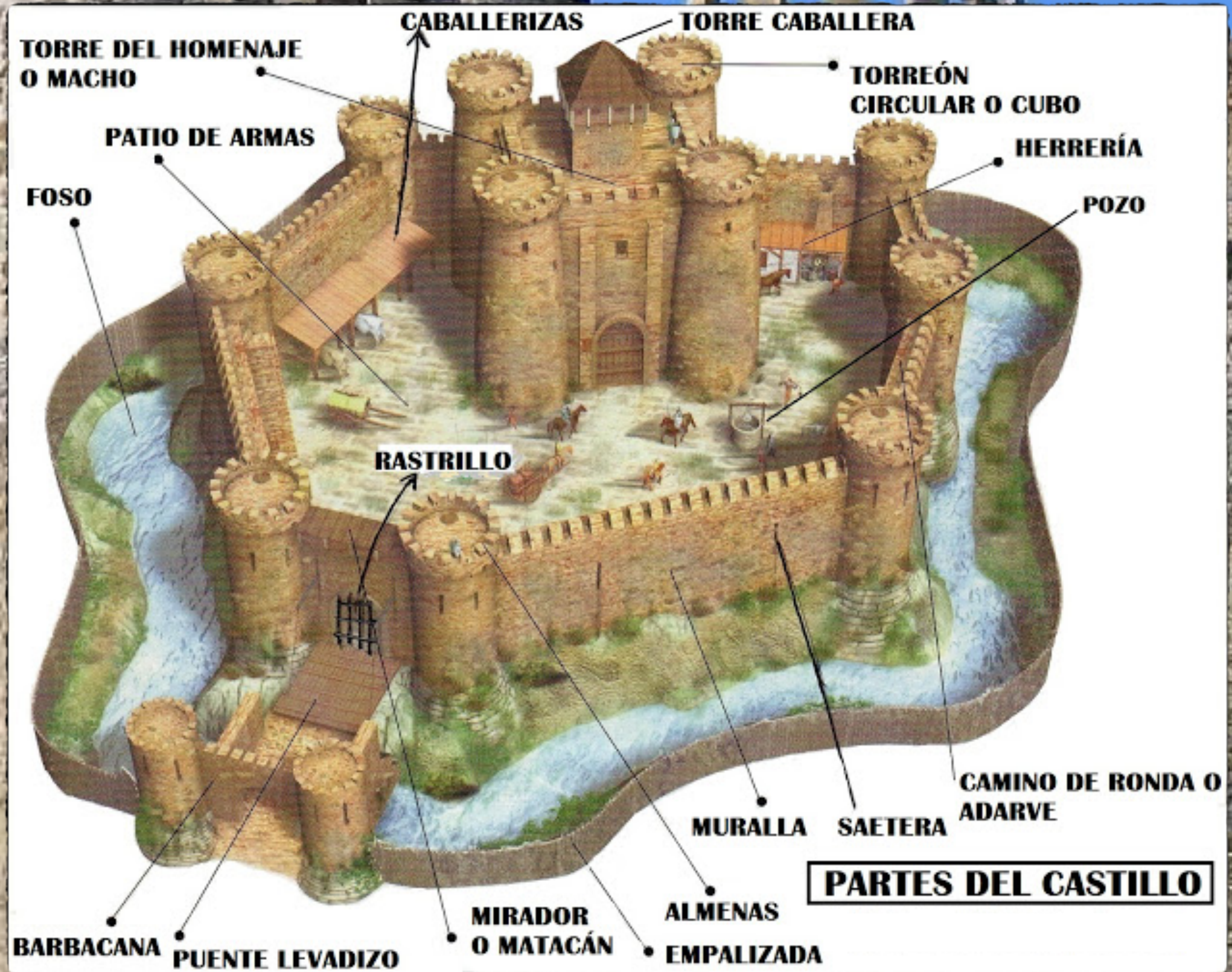
Los métodos de conservación de alimentos eran escasos, prácticamente se reducían a las salazones, técnica ya conocida antes de los romanos.



LAS CLASES
ALTAS PODÍAN
ACCEDER A LOS
PRODUCTOS DE
LUJO DEL
momento, y
en
ABUNDANCIA:

ESTOS
PRODUCTOS ERAN
LA TERNERA, EL
CORDERO, Y SOBRE
TODO, LAS
ESPECIAS.

La moral cristiana de la época, transmite la idea de que no debe verse el comer como una actividad placentera, por lo que todo se traduce en estilos toscos y poco refinados en la mesa.



Se reduce la actividad comercial, por lo que la disponibilidad de productos es menor que en la época romana.



LA DEPENDENCIA DE
LOS PRODUCTOS
LOCALES SE TRADUCE
EN LA PRÁCTICA, EN
UNA VIDA
DEPENDIENTE DE LAS
COSECHAS, TENIENDO
AÑOS DE BONANZA Y
AÑOS DE HAMBRIUNAS.

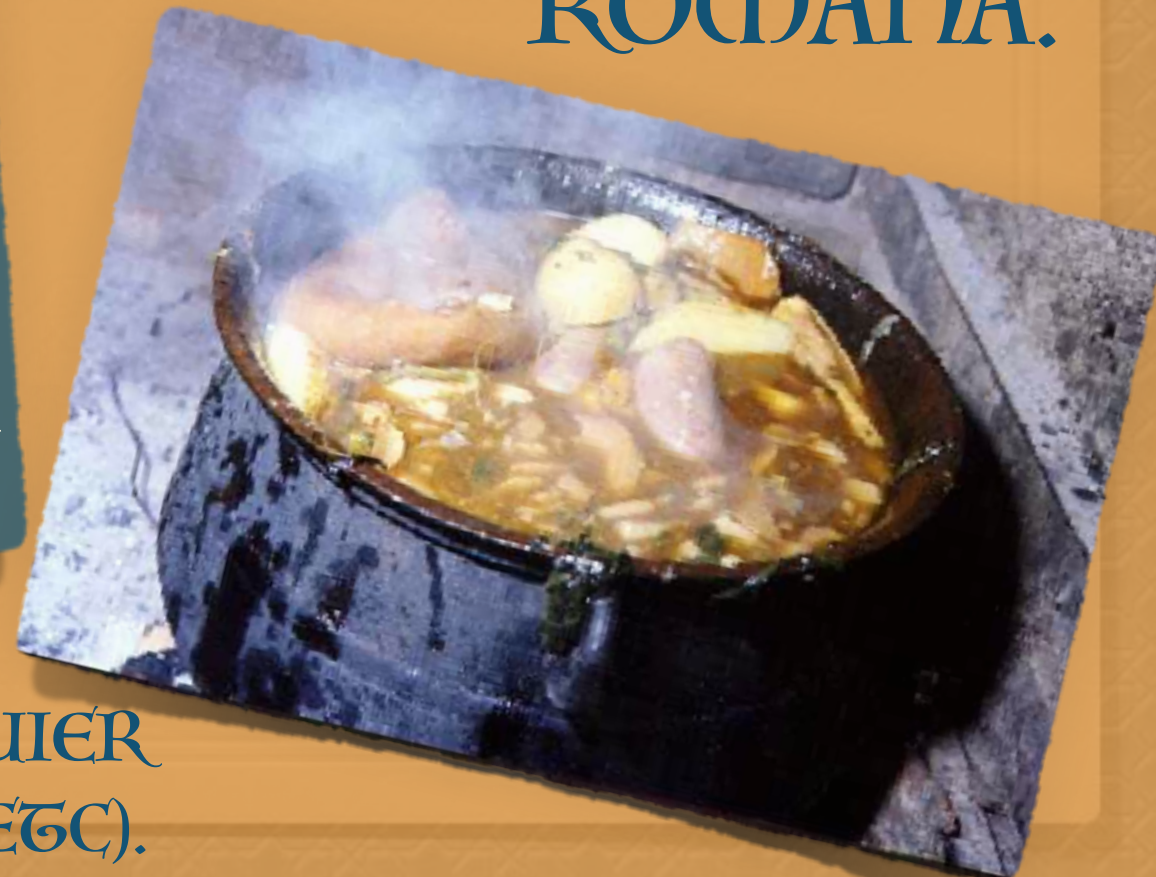
ORIGEN DEL "CUCHARERO"



-LAS GACHAS (DE HARINA TOSCAMENTE MOLIDA Y REMOJADA) ERAN UN ALIMENTO COTIDIANO DESDE LA ÉPOCA ROMANA.

DERIVAN EN LOS PRIMEROS POTAJES QUE TENÍAN LOS CEREALES COMO INGREDIENTE BASE, E IRÁN INCORPORANDO VERDURAS DE TEMPORADA, Y LEGUMBRES, QUE AL NO SER PANIFICABLES SE AÑADEN MOLIDAS A LOS POTÉS.

LLAMABAN SOP, A REMOJAR PAN EN CUALQUIER ALIMENTO LÍQUIDO (VINO, CALDO, ETC).

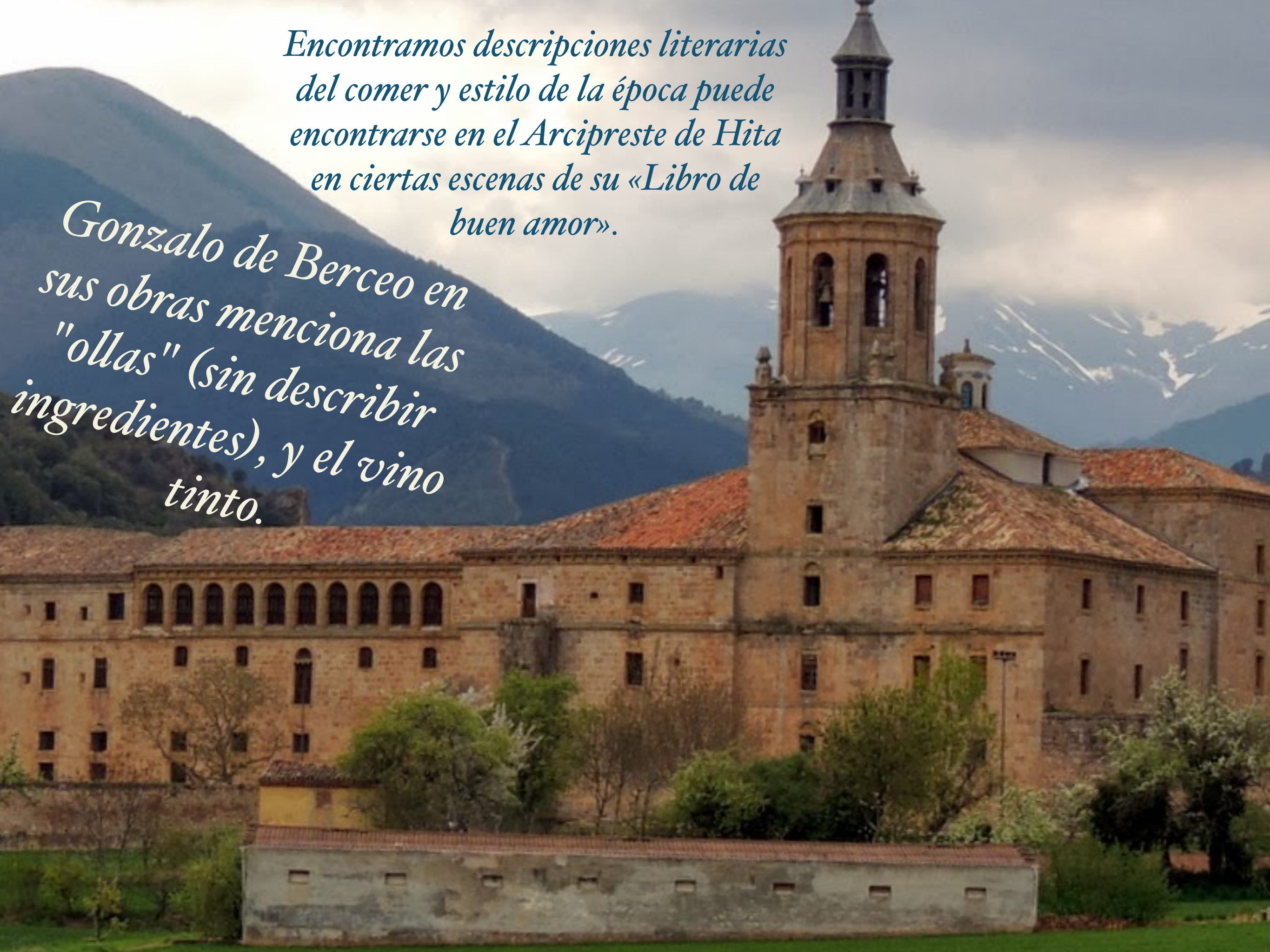


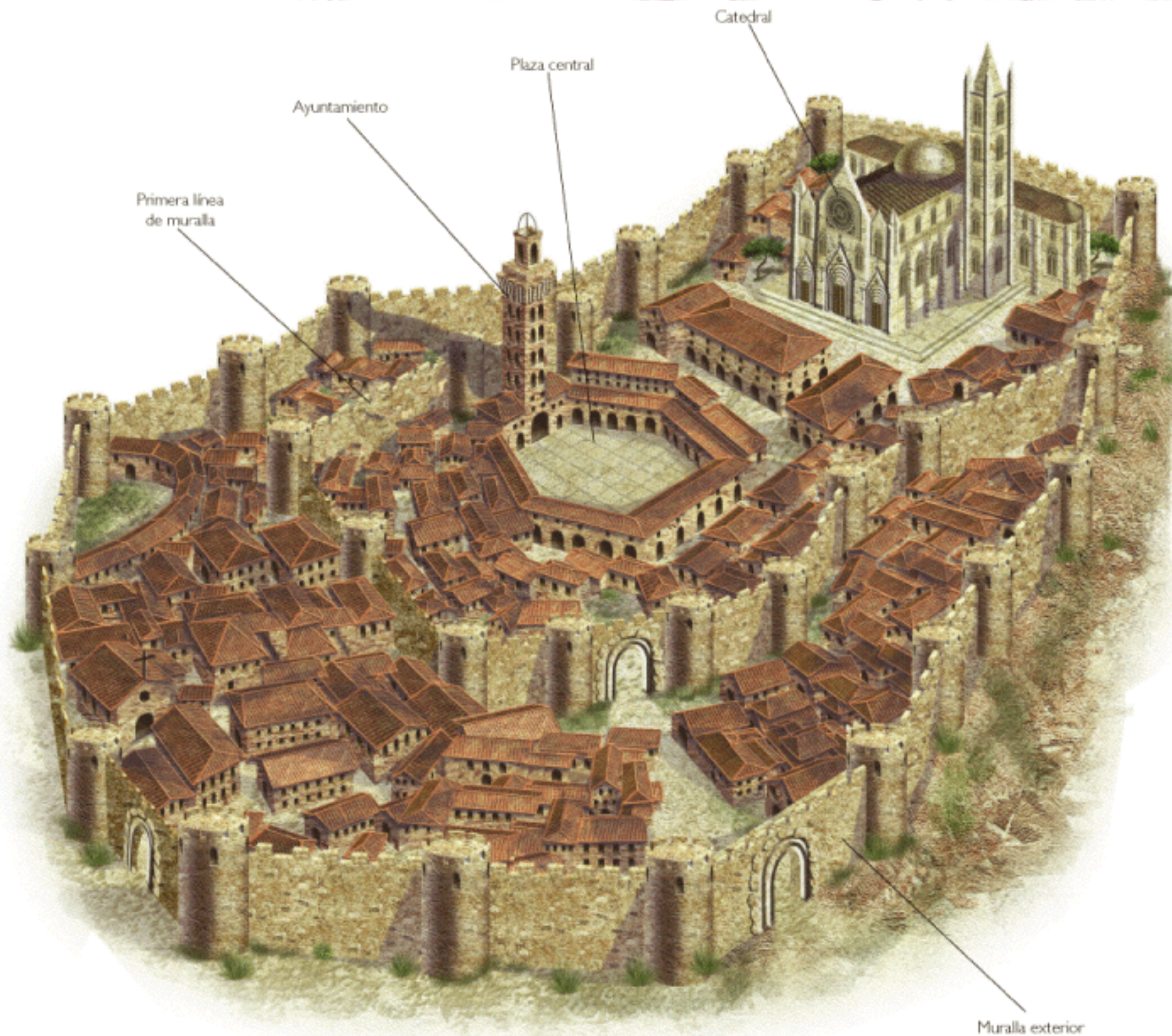
Algunos detalles de la cocina española de la época se pueden ver en poemas literarios de la época como el *Cantar de mio Cid* en el que los caballeros cristianos adoban el conducho, pan y vino mezclado con algún grano de trigo.



*Encontramos descripciones literarias
del comer y estilo de la época puede
encontrarse en el Arcipreste de Hita
en ciertas escenas de su «Libro de
buen amor».*

*Gonzalo de Berceo en
sus obras menciona las
"ollas" (sin describir
ingredientes), y el vino
tinto.*





En las ciudades se desarrollan los gremios, produciéndose una primera especialización en la elaboración de alimentos, algunos, muy destacados, como el gremio de panaderos o de charcuteros.



En el seno de estas organizaciones artesanales, se producen avances esenciales en los métodos de elaboración, que pueden considerarse como un precedente de los actuales criterios de calidad.

Los gremios y los oficios medievales

Durante toda la Edad Media, la producción industrial fue escasa principalmente porque se redujo al mínimo la producción que pasó a ser de tipo artesanal, sólo en los últimos siglos de este largo periodo de la historia tuvieron relevancia los gremios y los cofradías como organizaciones de fabricantes que potenciaron en cierta forma la producción.

El gremio era esencialmente una asociación de productores y/o comerciantes que se agrupaban para defender sus oficios o intereses económicos. Se concentraban por sectores y actividades productivas en áreas determinadas dentro de las ciudades, no es raro encontrar en nuestros ciudades calles como hilanderas, zapateras, o curtidores, que recuerdan estas antiguas agrupaciones.



La base de los gremios eran los diferentes oficios y para formar parte de ellos era imprescindible demostrar el dominio de un oficio con una "obra maestra". Para incorporarse al gremio los aprendices se ponían al mando de un maestro que les enseñaba todas las fases del oficio en cuestión. Esto comprendía también la fabricación de las propias herramientas y útiles necesarios para llevarlo a cabo.

El papel determinante de los oficios en esta época hace que muchas ciudades actuales de origen medieval muestren orgullosas su pasado a través de artesanía y oficios desaparecidos en otras zonas. Los oficios desaparecen definitivamente con la llegada de la Revolución Industrial con sus grandes fábricas y la especialización y división del trabajo.

Las cofradías eran agrupaciones de carácter benéfico-religioso que agrupaban a trabajadores de diferentes gremios y que estaban representados en la figura de un santo patrón que, en cierta forma, ha perdurado hasta nuestros días, en las conocidas como fiestas patronales.

UN NOMBRE PROPIO

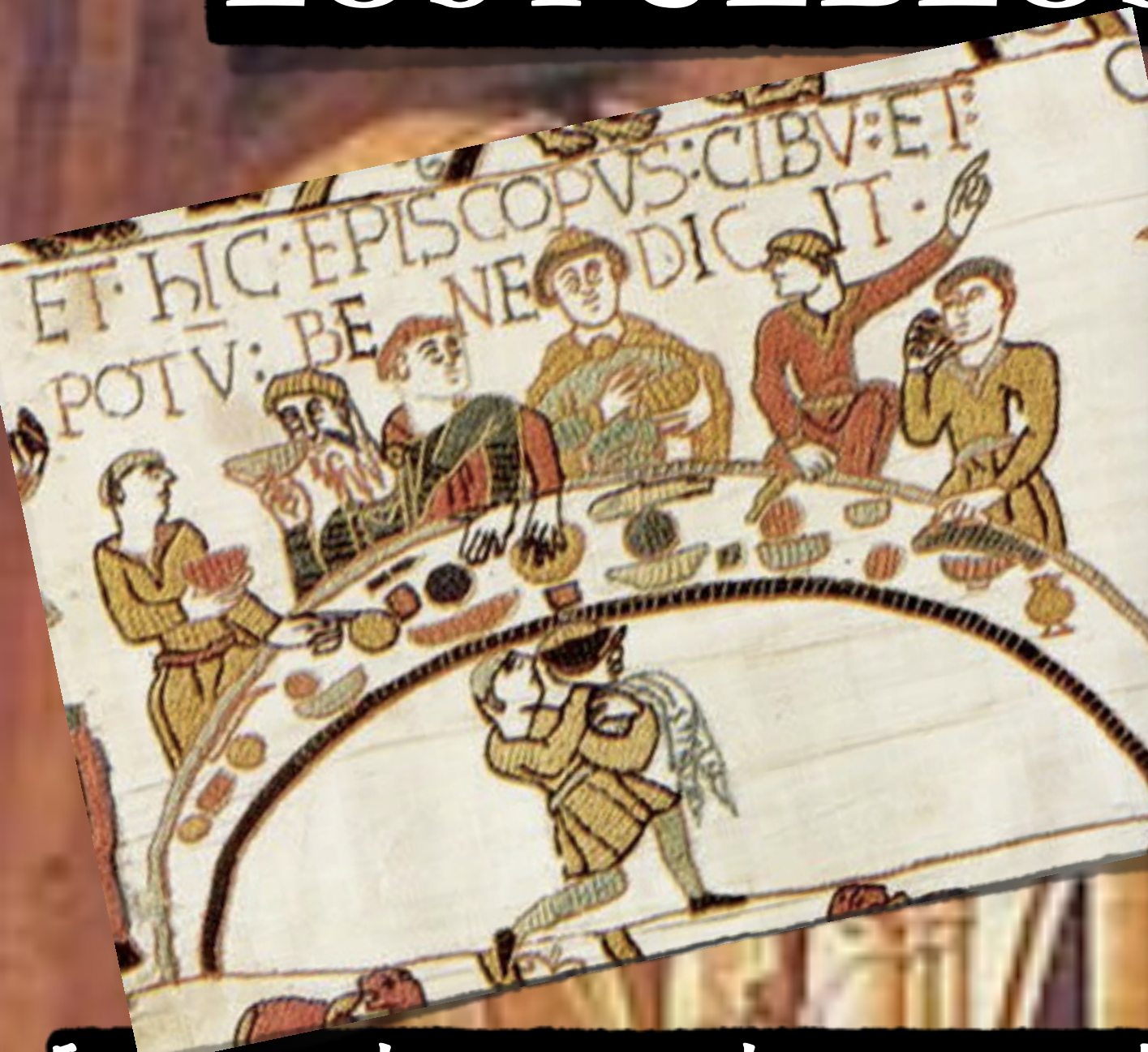
Marco Polo (1254-1324)

*Marco Polo era un mercader y explorador veneciano. Junto a su padre, fueron de los primeros occidentales que viajaron por la ruta de la seda a **China**; allí vivió durante dieciséis años.*

*Se cree que, como consecuencia de estos viajes, la cocina occidental se vio influenciada por la oriental, sobre todo con la aportación de las **especias** ya en el siglo XIII, y por ello se le considera un precursor de la **cocina de fusión**.*



LOS PUEBLOS BÁRBAROS



Los pueblos bárbaros eran para los griegos todos los pueblos no incluidos en su civilización.

Más tarde, los romanos adoptaron esta misma denominación para aquellos pueblos ajenos al imperio: godos, suevos, francos, vándalos, alanos, germanos, etc.

Eran pueblos rudos, algunos eran nómadas y otros fueron obligados a asentarse en territorios propicios e impuestos por los propios romanos.

Eran cazadores, ganaderos y recolectores, cuando no guerreros y expoliadores.

Los que practicaban la agricultura, era muy rudimentaria y cultivaban avena, cebada y, más tarde, el trigo.

Aprendieron las técnicas de panificación y elaboraban de distintos tipos de cerveza.

Dominaban el arte de salar y ahumar las carnes, sobre todo de cerdo, y elaboraban jamones muy apreciados en Roma.



El cocinado de las carnes se hacía colocando las piezas en un palo y calentándolo al fuego o directamente sobre las brasas y acompañándolo con un poco de pan y mucha cerveza. En las zonas fluviales o costeras, los pescados también formaban parte de la dieta.







Perdonad el anacronismo (Axtérix está ambientada en el siglo II aC), pero los usos gastronómicos que retrata en los galos del momento recuerdan mucho a lo que aprendemos de los medievales.



Con la caída del Imperio romano, sobrevino la invasión de su territorio por parte de los hunos, los ostrogodos, los suevos, los vándalos, los alanos, etc., que se dedicaron conquistar, saquear, arrasar territorios y luchar entre ellos, con lo que sembraban el caos y la destrucción por donde pasaban.

Finalmente, hubo una nueva invasión: la de los visigodos, que a veces actuaban como aliados de Roma y otras, como enemigo.



HISPANIA VISIGODA



LOS VISIGODOS

Con influencias con la cultura romana, se asentaron sobre los territorios de la península ibérica. En el año 589, el rey Recaredo abrazó el catolicismo, lo que determinó la unidad religiosa del reino. Los visigodos mantuvieron las instituciones del pueblo hispanorromano, sobre todo la Iglesia.



Para la llegada de los visigodos, se había producido la vuelta de la gente al campo, (lo contrario que había pasado con la romanización), por la inestabilidad; buscando protección, la población se entabló relaciones de vasallaje, dando lugar a la sociedad feudal, que caracterizó a la Edad Media europea.



TRAJES, ARMAS Y JOYAS DE LOS VISIGODOS
Y DE EGIPTO POSTERIOR HASTA EL SIGLO V

W. Siegel, editor

ORGANIZACIÓN POLÍTICA E INSTITUCIONAL DE LA ESPAÑA VISIGODA

Desde la
diversidad

VISIGODOS



HISPANORROMANOS

Hacia la
unidad

TERRITORIAL

POLÍTICA

RELIGIOSA

JURÍDICA

capitalidad

Toledo

dominio sobre

suevos

vascos,
cántabros y
astures

bizantinos

francos

basada en
instituciones

monarquía
electiva

Aula Regia

Concilios
de Toledo


conversión
al
Cristianismo
(589)

derogación
de la
prohibición
de
matrimonios
mixtos

Liber
Iudiciorum
(Fuero
Juzgo)



- La España visigótica desarrolla la ganadería y el gusto por productos que los invasores traían de sus lugares de origen.
- El cerdo ibérico, alimentado con bellota, aunque más rústico y delgado que el sonrosado de los países nórdicos, pero de sabor espectacular supone todo un descubrimiento para los visigodos.
- Introducen el cultivo de las hortalizas europeas (rábanos, espinacas, alcachofas, melocotones, ciruelas, peras, nísperos, cerezas, etc).
- En el huerto se cultivaban básicamente puerros, habas, guisantes, lentejas, garbanzos, altramuces, lechugas, achicorias, acelgas, calabazas, calabacín, berenjena.



INTRODUCEN EN LA PENÍNSULA EL
EL LÚPULO, Y POR LO TANTO,
MEJORAN LA ELABORACIÓN DE LA
CERVEZA.



<http://amadorcuniterofotografico.blogspot.com/>

- En la Hispania visigoda, se comía lo mismo que en la época romana y los cereales eran la base de la alimentación para elaborar papillas, gachas con legumbre y harina y diversos tipos de panes.
- Preparaban el **PULTE**, un puré a base de harina de trigo o de mijo a la que añadían legumbres machacadas.
- Su afición por la carne les hacía tener, en orden de importancia, cerdos, ovejas y vacas, además de aves cebadas.
- Al igual que otros pueblos bárbaros, no se acostumbraron al aceite de oliva y preferían las grasas de origen animal.

- En los conventos, se rendía culto al buen comer y se recogían recetarios escritos en pergaminos, estructurados según épocas del año.



-Se tienen descripciones documentadas del siglo VII en las «Originum sive etymologiarum libri viginti» (denominado de forma abreviada como: Etimologías) de Isidoro de Sevilla en el libro XX titulado: "Acercas de las provisiones y de los utensilios domésticos y rústicos" menciona las costumbres así como algunas preparaciones culinarias, como la elaboración cocidos y potajes con legumbres (denominadas FASELUM).

EDUCACIÓN EN LA BAJA EDAD MEDIA



BAJA EDAD MEDIA EN EUROPA OCCIDENTAL

es

FINAL DE LA
EDAD MEDIA

se distinguen
dos etapas

se caracteriza por

CRECIMIENTO
(siglos XII-XIII)

CRISIS
(siglo XIV)

CAMBIOS
POLÍTICOS

- AUMENTO DEL PODER REAL
- APARICIÓN DE LOS PARLAMENTOS

EXPANSIÓN DE
LA CRISTIANDAD

CRUZADAS

son

EXPEDICIONES PARA
LIBERAR LOS SANTOS
LUGARES

causan

- CREACIÓN DE LOS REINOS LATINOS
- APARICIÓN DE LAS ÓRDENES MILITARES
- AUMENTO DEL COMERCIO ENTRE ORIENTE Y OCCIDENTE

DESARROLLO DE
LAS CIUDADES

son

CENTROS DE
ACTIVIDAD
ECONÓMICA

- ARTESANÍA: aparición de los gremios
- COMERCIO: desarrollo de las ferias

CENTROS DE
ACTIVIDAD CULTURAL
Y ARTÍSTICA

- NACIMIENTO DE LAS UNIVERSIDADES
- CONSTRUCCIÓN DE CATEDRALES

causas

- MALAS COSECHAS: debilitamiento físico de la población
- BROTE DE PESTE PROCEDENTE DE ORIENTE

consecuencias

- DESCENSO DEMOGRÁFICO
- CRISIS DE VALORES: nueva religiosidad

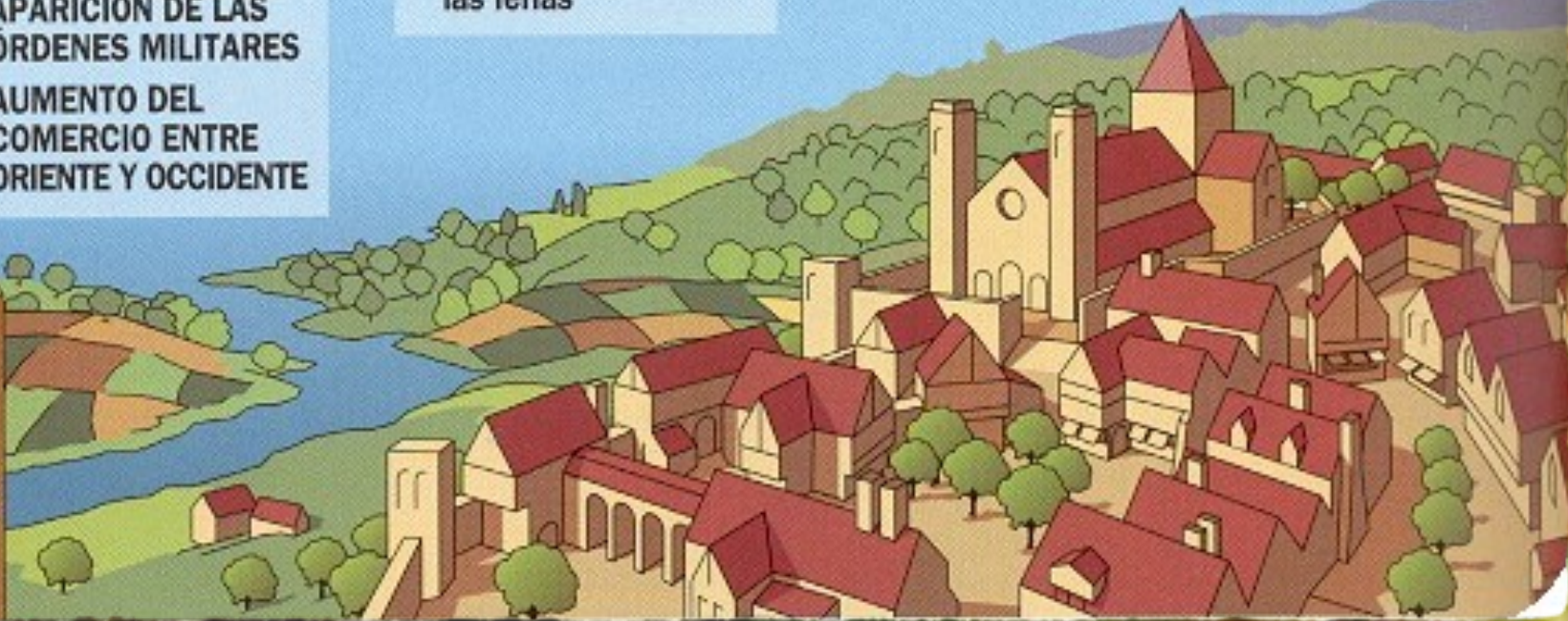
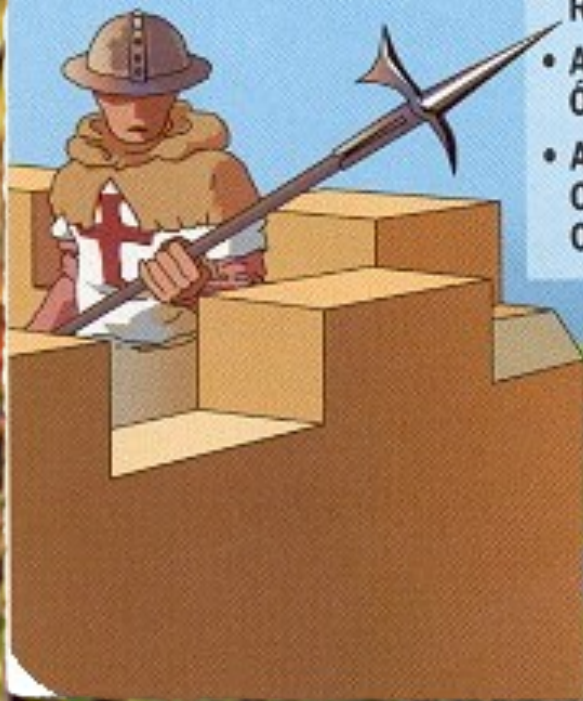


Diagrama de un castillo con sus partes etiquetadas:

- EL CASTILLO
- Pináculo
- Torre esquinera
- Patio de armas
- Castillo
- Torreña
- Torre del Homenaje
- Capilla
- Almena
- puntalamiento
- Camino de ronda
- Empalizada
- Garita
- Foso
- Camisa
- Pasarela
- Torre flanqueante
- Adarve cubierto
- Cuartel de la guardia
- Barbacana
- Puente levadizo
- VIVEN E
- querrera

**LA SOCIEDAD
ESTAMENTAL S.XI-XV
(BAJA EDAD MEDIA)**

[illegible]

VIDA

1

1

1

1

PRIVILEGIADOS

CLERO

banqueros

Comerciantes

estudiantes

artesanos

BURGUESES

VIDA

1

D

DA



V
I
D
A

V

1

12

D

A

1

VIDA

Y

2

1

D

A

LA CIUDAD

LA ALDEA

1

2

4

100

KCS

LA “ZONA CRISTIANA”

En el año 718 en un lugar del norte de la península Ibérica se rebelan rechazando en Covadonga a las órdenes de Don Pelayo las tropas sarracenas apenas siete años después de que atravesaran el estrecho de Gibraltar.

El territorio estaba dividido en una frontera cambiante de zonas cristianas, musulmanas y sefarditas.

Este mestizaje causó un cambio en las costumbres culinarias de las tres culturas. Los cristianos eran herederos de las costumbres culinarias de los visigodos, y éstos de los romanos.



-El sistema de comidas copiosas llega a verse denunciado por Alfonso X al recomendar la templanza en los manjares y bebidas.



- Se sabe que era típico en aquella época comer sentado en mesas plegables y empleando escudillas de madera y no se empleaba el tenedor, siendo habitual comer con los dedos.
- El “menjar blanc” estaba en las salsas y preparaciones más habituales.



-El Honrado Concejo de la Mesta de Pastores (el primer gremio ganadero) fue creado en el año 1273 por Alfonso X el Sabio.



-Reunía a todos los pastores de León y de Castilla en una asociación nacional y otorgándoles importantes prerrogativas y privilegios tales como eximirles del servicio militar, de testificar en los juicios, y les concede derechos de paso y pastoreo, etc.



INTERCAMBIOS CULTURALES EN LA PENÍNSULA IBÉRICA

-En el año 1209 nace la primera universidad en España, la Universidad de Palencia dando paso a los intercambios culinarios regionales de mayor interés.

-Cuando Sancho III unifica el Reino de Navarra abre el paso a la Ruta Jacobea y este camino se convierte en un trasiego de personas de diferentes regiones de Europa.

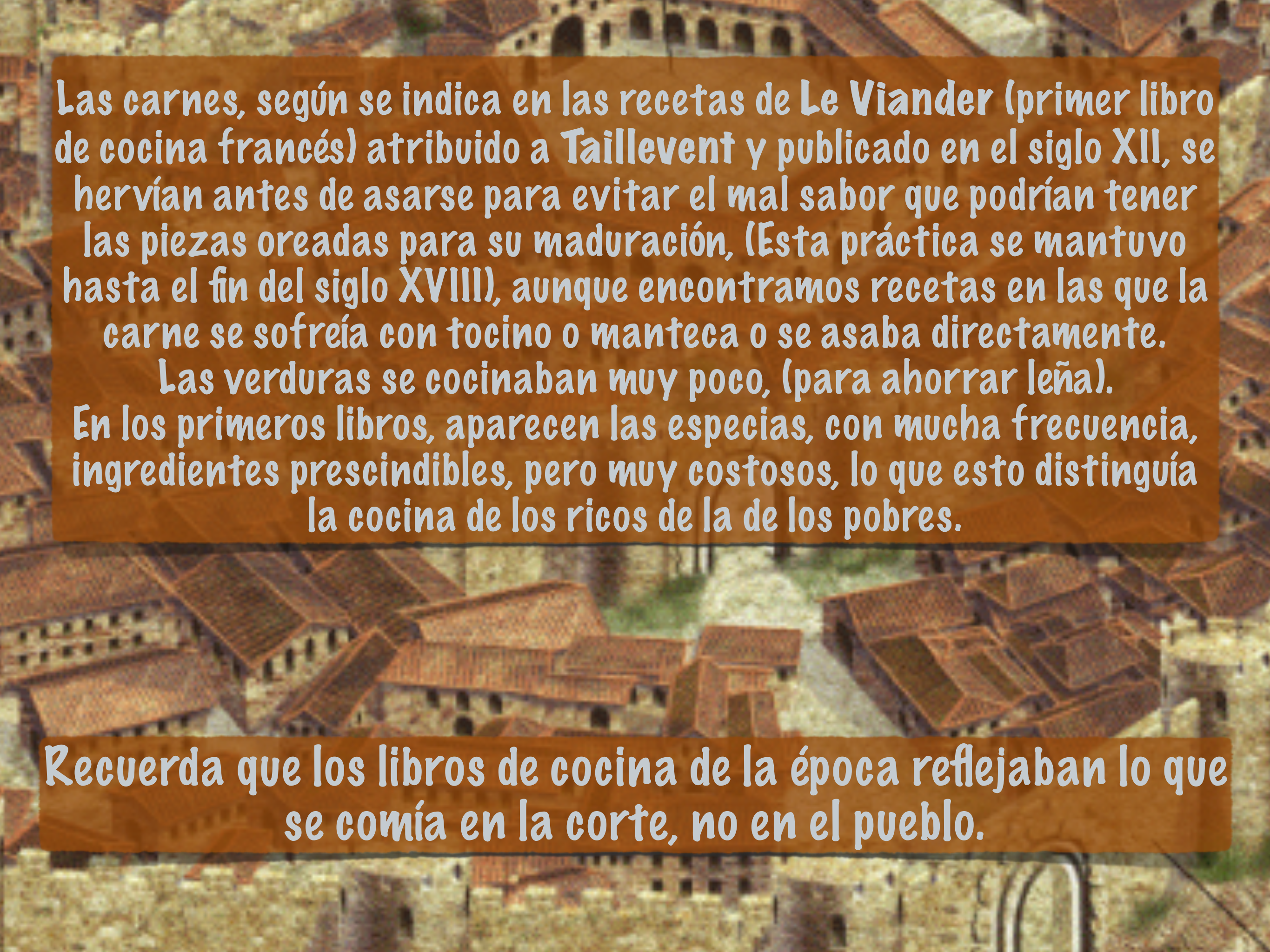
-La Reconquista que acabó a finales del siglo XV dio lugar a un gran movimiento de personas a lo largo de la península ibérica, lo que originó un gran intercambio de experiencias culinarias.

LOS PRIMEROS LIBROS DE COCINA



En el siglo XIII, comienzan a aparecer los libros de cocina. El manjar blanco aparece en todas las culturas, unos con pollo, otros con pescado, conocido también como caldo alemán, etc.

El Libre de **Totes les Maneres de Potajes de Menjar**, conocido como **Libre de Sent Soví**, atribuido a un noble o a un miembro del clero y datado en 1324 o 1024, es un recetario escrito en catalán con recetas de origen romano, griego, árabe y judío.

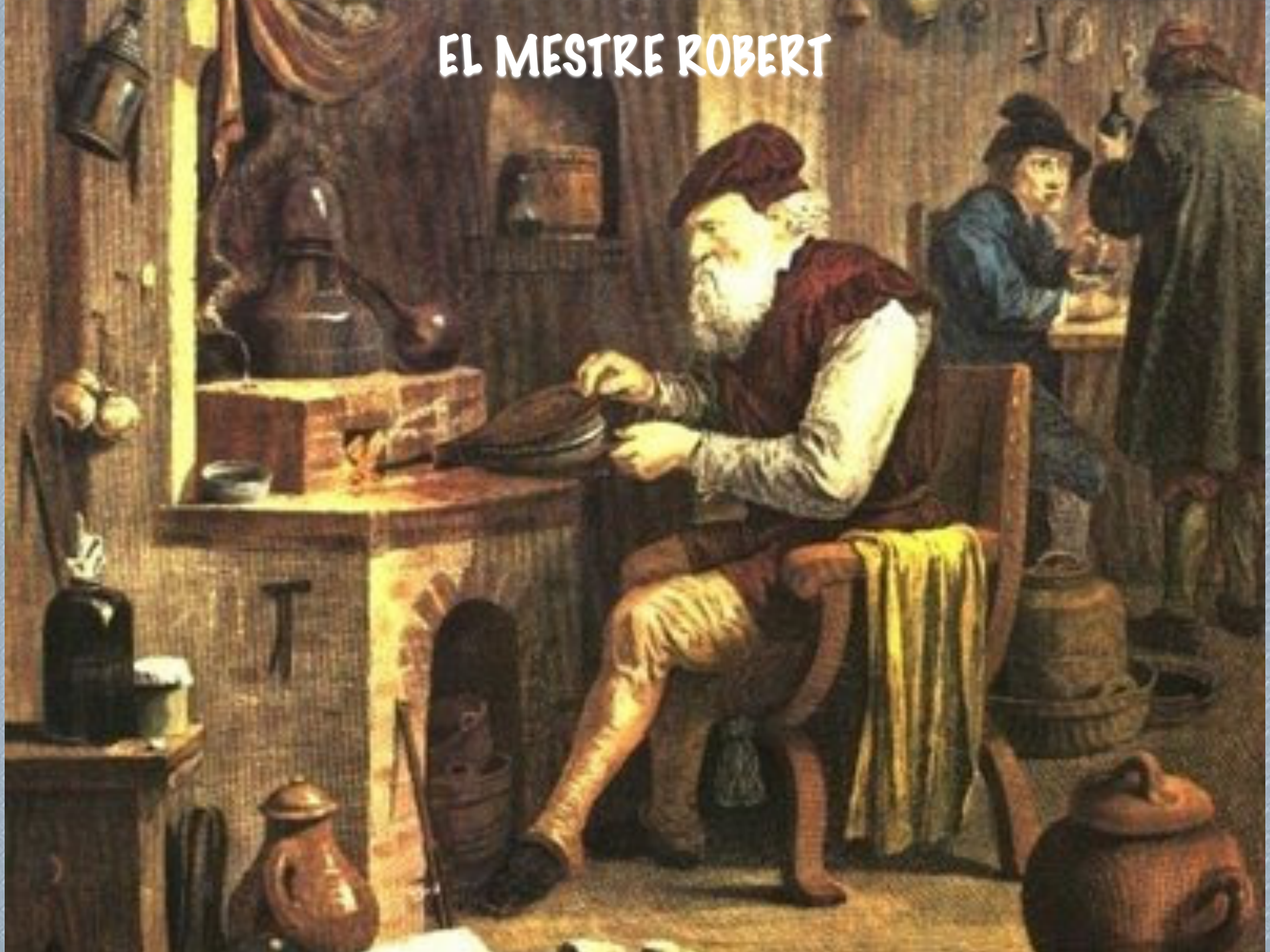
An aerial photograph of a historic town, likely in Spain, showing a dense cluster of buildings with red-tiled roofs. The town is built on a hillside, and the architecture is traditional. The image serves as a background for the text overlay.

Las carnes, según se indica en las recetas de *Le Viander* (primer libro de cocina francés) atribuido a Taillevent y publicado en el siglo XII, se hervían antes de asarse para evitar el mal sabor que podrían tener las piezas oreadas para su maduración, (Esta práctica se mantuvo hasta el fin del siglo XVIII), aunque encontramos recetas en las que la carne se sofreía con tocino o manteca o se asaba directamente.

Las verduras se cocinaban muy poco, (para ahorrar leña). En los primeros libros, aparecen las especias, con mucha frecuencia, ingredientes prescindibles, pero muy costosos, lo que esto distinguía la cocina de los ricos de la de los pobres.

Recuerda que los libros de cocina de la época reflejaban lo que se comía en la corte, no en el pueblo.

EL MESTRE ROBERT



El mestre Robert.

Robert de Nola, es el autor del "Llibre del Coch", un recetario, escrito en catalán en 1477, en Barcelona, fue traducido posteriormente al español y otras lenguas.

Es referencia para conocer la cocina catalana del Renacimiento.

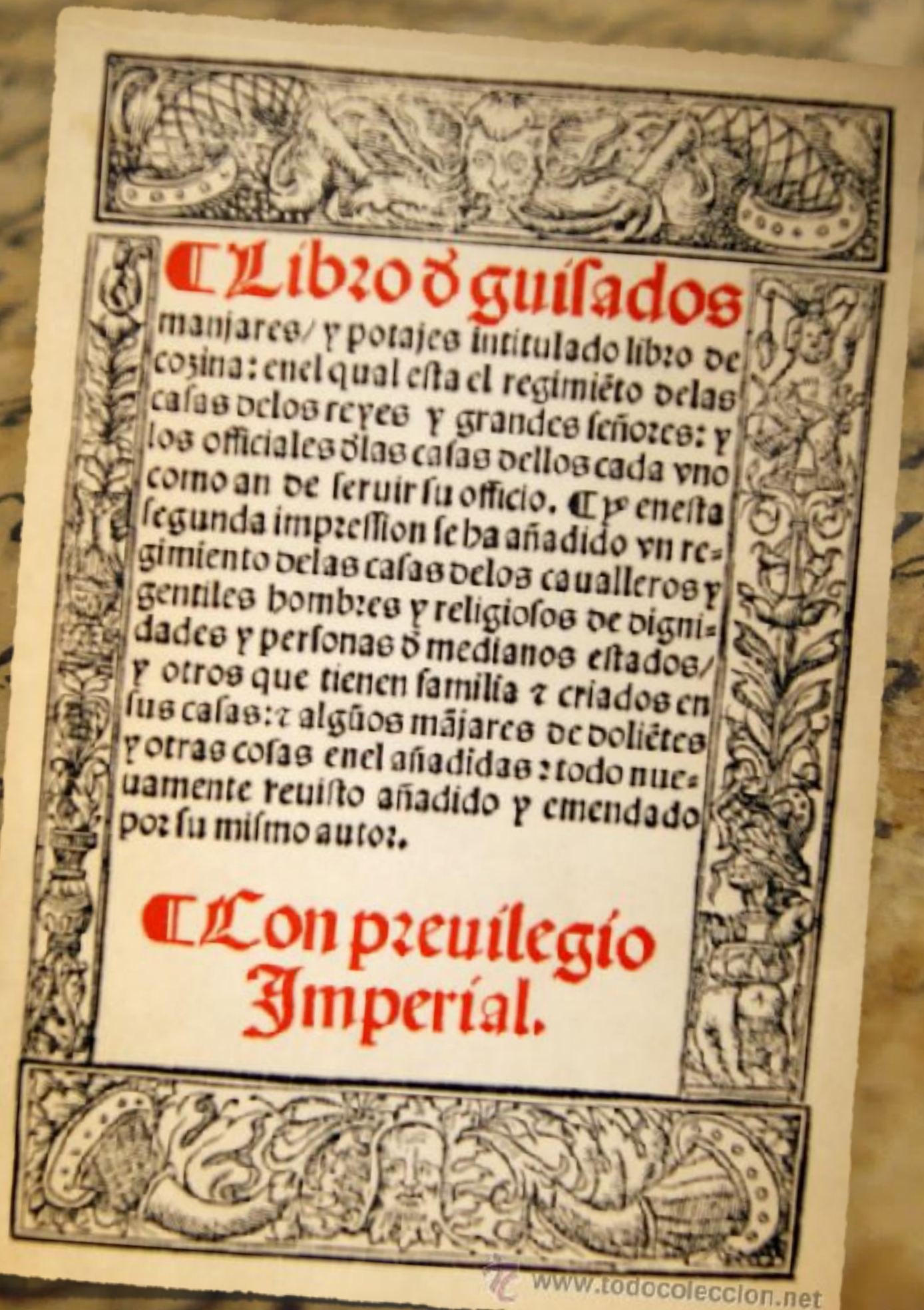
La mayor parte de las recetas se basan en el recetario medieval catalán Llibre de Sent Soví y también añade otra occitanas, francesas, italianas y árabes. Ninguna de las recetas es castellana o de otros reinos de la Península no pertenecientes a la Corona de Aragón.

Se sabe poco de su vida, salvo escribió el Llibre del Coch de su puño y letra, que el catalán era su lengua materna y de trabajo, y que estaba al servicio de Fernando I de Nápoles.

La primera edición del libro apareció el año 1520 en catalán ("Lybre de doctrina Pera ben Servir: de Tallar: y del Art de Coch" o Lo Llibre de Coch) a mediados del siglo XV. Recopilaba recetas catalanas y, para desmarcarse del anterior Llibre de Sent Soví, del que copió técnicas (como cortar la carne, por ejemplo) y recetas, añadió otras de otras gastronomías, como la italiana, la occitana y la francesa.

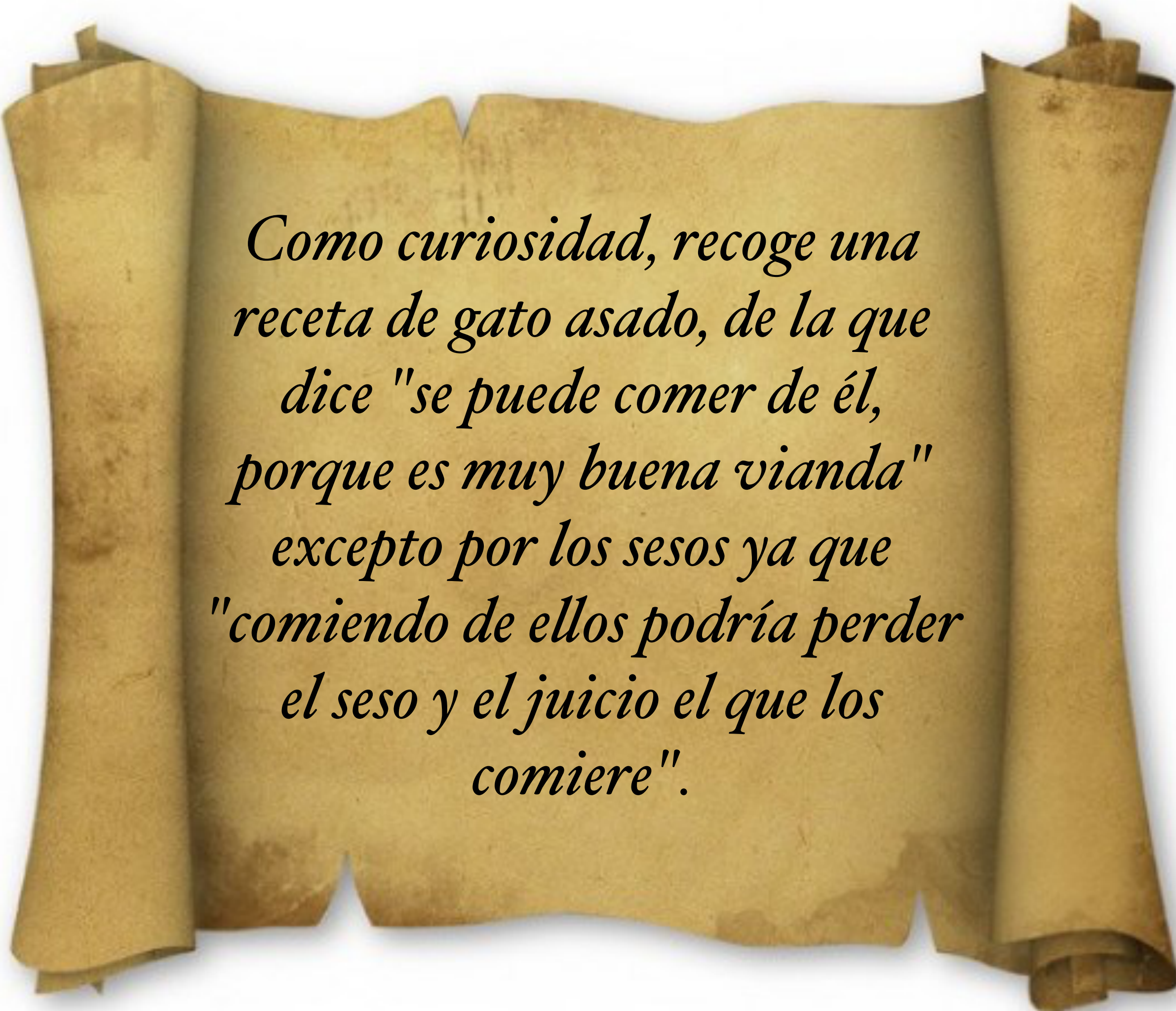
Fue, en palabras de Josep Pla, "un verdadero best-seller" que se editó cinco veces en catalán y, sorprendentemente, (ya que no tenía ni una receta castellana), se tradujo cinco años después al castellano y se reeditó aún más veces.

Esta traducción en castellano se editó por primera vez en Toledo en 1525: Libro de Guisados, manjares y potajes Libro de cocina. El libro ha sido plagiado en el libro de cocina de Diego Granado titulado "Arte de Cocina" e impreso en el año 1599.



EDICIONES MODERNAS:

- Libro de cocina, maestro Robert; introducción, notas y vocabulario de Carmen Iranzo, Madrid: Taurus, **1982**
- Libro de guisados, maestro Robert; edición y estudio por Dionisio Pérez ('Post-Thebussem'), Huesca: La Val de Onsera, **1994**, ISBN 978-84-88518-10-1 [1]
- La Cocina mediterránea en el inicio del Renacimiento por Juan Cruz Cruz. Huesca, La Val de Onsera, **1997**. Incluye el "Libro de arte culinario" de Martino da Como (p.125-225) y el "Libro de guisos" del maestro Robert (p. 227-375), ISBN 978-84-88518-39-2[2]
- Libre del coch : tractat de cuina medieval, Mestre Robert; edición a cargo de Veronika Leimgruber. Barcelona, Curial, **1996**.
- Libro de guisados, manjares y potajes compuesto por el Maestro Robert, cocinero que fue del Serenísimo Señor Rey don Hernando de Nápoles, Madrid, Los Papeles de son Armadans, **1969**. (Facsímil de la edición de Logroño, Diego Pérez Dávila, 1525.)
- Roberto de Nola, Le livre de cuisine, primera traducción al francés, edición crítica de Nathalie Peyrebonne, París, Classiques Garnier, **2011**.



*Como curiosidad, recoge una
receta de gato asado, de la que
dice "se puede comer de él,
porque es muy buena vianda"
excepto por los sesos ya que
"comiendo de ellos podría perder
el seso y el juicio el que los
comiere".*

Además, en su tratado hay otras curiosidades, como la forma en la que hay que cortar los alimentos, cómo se debe colocar y servir la mesa e incluso cómo tratar a los comensales.

En el siglo XVI este libro fue plagiado, ya que aparecieron algunos de sus textos en el libro de Diego Granado Arte de Cocina, impreso en 1599.



-Otro de los libros
contemporáneo de
Rupert de Nola es el
«Arte cisorio o de
cortar con el cuchillo»
del Marqués de
Villena.

-Este libro de Enrique de Villena no se publicó hasta
1766 por la Biblioteca del Escorial.

También cabe mencionar al Doctor Juan de Aviñón que publica una obra médica con muchas referencias a la gastronomía de la época. Gracias a ello se tienen documentos de recetas de la época en forma de manuscritos como donde se menciona la elaboración de mazapanes.



LOS CIMIENTOS DE LA GASTRONOMÍA

En su “Libro de Guisados” (1520), Ruperto de Nola, escribe, “de todos los manjares que hay en el mundo, los principales, y los mejores son tres: la salsa de pavo, el mirrauste, y le manjar blanco. Cada uno debería recibir una corona real porque son la esencia de todos los otros, y especialmente, de las salsas comunes”.

*El **mirrauste** (del catalán "mig-raust", medio asado) es una salsa, proviene del catalán: mig-raust que se puede traducir como: medio asado. En la salsa se emplea leche de almendras (ralladas y majadas), pan rallado y mojado en caldo, azúcar y canela. La salsa se empleaba en la elaboración de diferentes carnes.*

*El **Menjar Blanc**; en la cocina medieval esta comida se preparaba con pechuga de pollo, almidón de arroz, azúcar, almendras y a veces leche y otros ingredientes; fue muy popular en Europa en la edad media y el Renacimiento, y se cree que su origen está en España.*

El almidón de arroz usado en esta crema para espesarla llegó a Europa a través de la cultura árabe, al igual que la caña de azúcar. Actualmente los ingredientes principales son leche o almendras, maicena o almidón, canela en rama y en polvo, piel de limón y azúcar. Es muy tradicional en Reus (Tarragona), donde se hace con almendra, almidón, azúcar, una piel de limón y canela. También en las islas Baleares, donde suele hacerse con leche de vaca en vez de leche de almendras.

*Una receta medieval,
el Menjar Blanc según
Ruperto de Nola,*



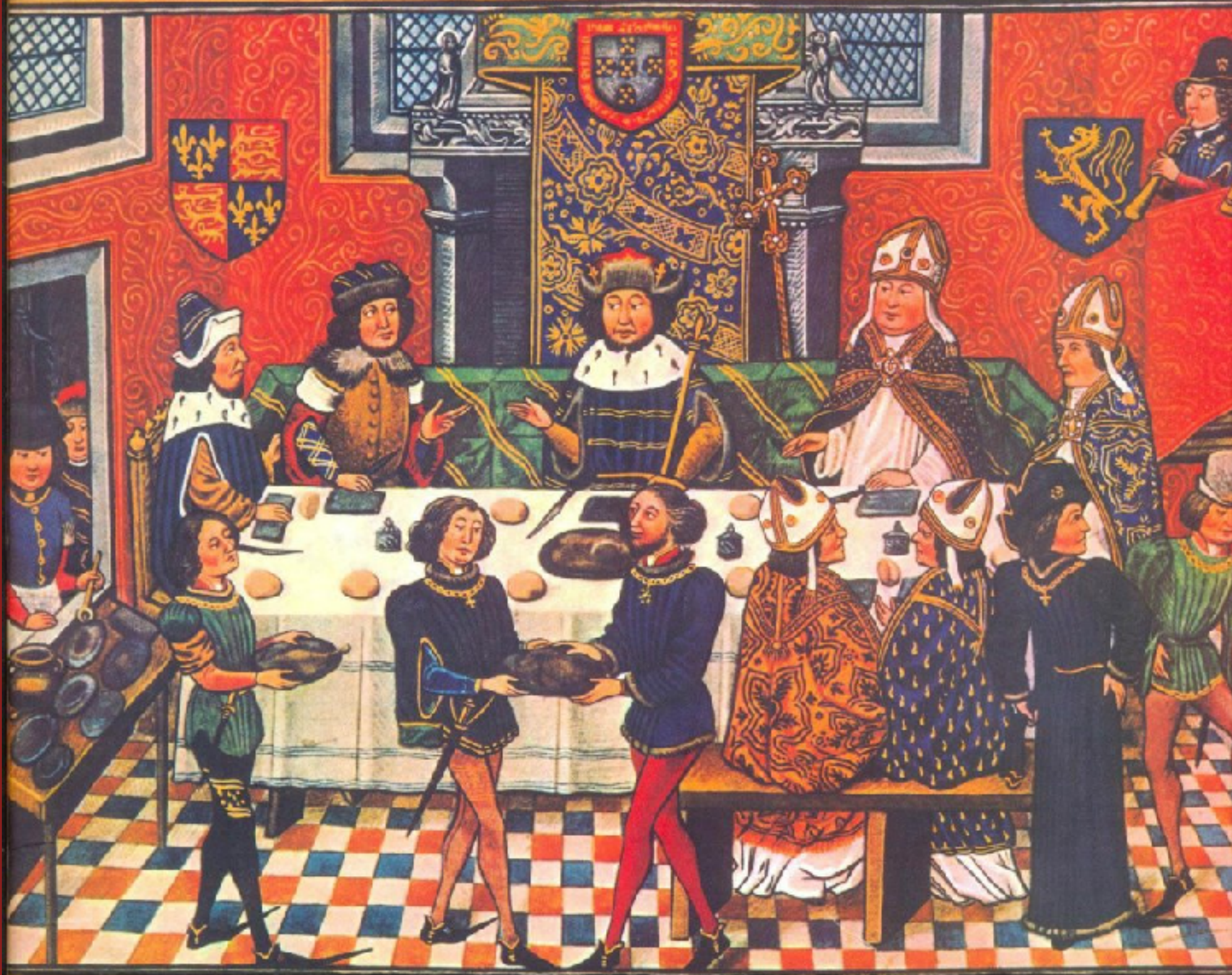
“As de tomar una libra de arroz y molerla; y pasarla por un cedazo; y tomar una pechuga de gallina que sea recién muerta y coserla; y después de hilarla y echarla en un cazo; y tomar un poco de leche, y deshacerla muy bien; después tomar arroz molido, echarlo dentro y batirlo mucho, y para una libra de arroz, una pechuga de gallina; y un adumbre de leche; y una libra de acucar; y echarlo todo dentro de el caco; poner a cocer que le de fuego en medio; y deseque sea espeso echenle la grassa de la olla muy apurada; y con la grassa batirlo mucho; y después apartarlo en un poquito de rescaldo; y después echar le su acucar en las escudillas”.

*Ruperto de Nola. Libro de Guisados,
Manjares y Potajes. 1520.*





Comment le lor de poztingal Et le duc de landastre setrouuerent





“En el pórtico hay otro profeta que no habla. Quieras o no, la mirada lo elige. Te lleva a Daniel. Está sonriendo. Una sonrisa contagiosa. Nunca antes la piedra había sonreído así. Una de las mejores sonrisas de la historia del arte.”

Manuel Rivas



El Queso Tetilla y la sonrisa de Daniel

Cuenta la leyenda -¡cómo no! - que la curiosa forma del queso tetilla gallego le viene de una revuelta popular contra la decisión del Cabildo catedralicio de mutilar las exageradas formas de la imagen de Esther del Pórtico de la Gloria.

Durante su construcción, los maestros canteros habrían burlado la vigilancia eclesiástica para dar a la representación de Esther (para otros la Reina de Saba) un cuerpo notablemente exhuberante; y a la figura de Daniel, ante ella observándola, una sonrisa de picardía.

La sonrisa de Daniel llamaba más la atención que los pechos de Esther. Pero el Cabildo dispuso que fuese ella quien sufriese la mutilación; y no él quien cambiase la expresión.



Ante la decisión de hacer desaparecer uno de los mayores atractivos del monumento para aquella época, según el saber popular, los labriegos gallegos, enfadados, se vengaron dando forma de pecho de mujer a un queso ya por entonces muy famoso, que desde aquel momento pasó a llamarse popularmente Queixo de Tetilla, aunque algún narrador de viajes lo denominó también queso de Santiago.

Y esta es la bella historia de Esther y la sonrisa de Daniel.



UN BANQUETE EN UNA CORTE DEL SIGLO XV

La información que se detalla a continuación está extraída del *Libro de la Cámara Real del príncipe don Juan* (1548) de Gonzalo Fernández de Oviedo, texto nacido en su día con la finalidad inicial de **informar en la corte del futuro Felipe II acerca del orden que se siguió en la casa del príncipe don Juan**, primogénito de Fernando e Isabel, que había sido educado y servido conforme a los usos que regían el llamado ceremonial de **etiqueta de Castilla**.



La comida se convertía de esta manera en un acto público en el que el lujo y la abundancia tenían como **objetivo resaltar la imagen del rey como el centro del reino**. El comportamiento del monarca en la mesa aparece descrito en las Partidas como: digno, mesurado, siguiendo un ritmo equilibrado, y de esta forma mostrar a sus súbditos su sabiduría en el comer y el beber, ya que **ellos serán el modelo a seguir**.

El rey ocupa la posición central situándose a su lado los invitados de alto rango a los que quisiese agasajar. Una vez todos estaban sentados a la mesa, y se habían lavado las manos, el capellán mayor la bendecía y comenzaba el ritual del servicio de la misma, que requería una **larga procesión de servidores que presentaban los platos precedidos del sonido de trompetas**.

Lo primero que tenemos que tener en cuenta es que no había un comedor como tal, sino que la gran sala de palacio en la que se realizaban las recepciones, se transformaba en comedor en el momento de las comidas, lo que requería el que la servidumbre montase las mesas, las cubriese con manteles, etc.

El banquete en sí era un espectáculo ritual, donde la ostentación y el lujo trataban de impactar.



El ritual requería comenzar por acondicionar la gran sala en la que tendría lugar el banquete, para ello se ponían en marcha un gran número de oficiales de la corte:

-Los reposteros de estrados y mesa montaban las mesas, los bancos y las sillas; los estrados en los que se situarían los reyes y los aparadores en los que se exhibía la vajilla y la cristalería, piezas que se encontraban bajo la supervisión de los reposteros de plata y botillería respectivamente.

-Al lado del aparador de la plata se situaba el repostero de plata sujetando una serie de platos que iba facilitando al maestresala o al trinchante, según se necesitaban para el servicio, y que previamente había limpiado con una toalla.

-Coordinados por el **maestresala**, vestido de negro, con un paño sobre el hombro derecho y una vara de mando con la que daba instrucciones, los pajes iban trayendo la comida a la mesa. **La comida venía escoltada desde la cocina.** La razón de la escolta es la misma que la de la salva, es un momento de exposición, de peligro para el rey que podía ser envenenado; haciendo la salva se comprobaba que ni en la comida ni en la bebida había veneno.

-La tarea más compleja, técnicamente hablando, de las que se realizaban en la mesa real la llevaba a cabo el **trinchante**, y consistía en cortar los alimentos, colocar los trozos sobre rebanadas de pan, sazonarlos y distribuirlos entre los invitados por orden de precedencia.

-La comida se reducía así a bocados que el comensal podía pinchar con el cuchillo o recoger con los dedos, la cuchara o la escudilla; la importancia de este oficio la daba el hecho de no existir tenedores.

Al rey nunca se le servía sobre trozos de pan, como a los otros invitados, a él se le servía sobre platos de metal cubiertos por una rebanada de pan, plato que se cambiaba con cada nuevo alimento, para evitar tanto la mezcla de sabores, como el ser considerado tacaño.

Todo lo que se le servía al rey había de ser probado por el trinchante para comprobar que no estaba envenenado. Incluso **los utensilios que iba a utilizar para cortar los alimentos que ingeriría el monarca eran objeto de salva, se les pasaba por un trozo de pan que era ingerido por el trinchante o el repostero.**

La tarea que requería un ceremonial más elaborado era el **servicio del vino**. Cada vez que el rey quería beber la copa se transportaba alzada y en silencio escoltada por un ballestero de la maza y un rey de armas, que irán delante del copero del **maestresala** y del caballero de la salva. **La bebida del rey era guardada y custodiada, por las razones que se han mencionado: podía ser envenenada, o de estar en mal estado y producir enfermedades.**

El rey ocupa la posición central situándose a su lado los invitados de alto rango a los que quisiese agasajar



Terminada la comida se volvía a rezar en acción de gracias por los alimentos recibidos

Terminada la comida se volvía a rezar en acción de gracias por los alimentos recibidos; los comensales se volvían a lavar las manos y el maestresala con todo su equipo de servidores hacían la reverencia y se marchaban a comer.

La comida sobrante se repartía entre los servidores teniendo en cuenta un determinado orden de precedencia, a mayor rango se elegían los mejores manjares sobrantes, algunos, como en el caso del trinchante tenían precedencia para escoger de entre los alimentos que trinchaba las mejores piezas; otros recibían las viandas como parte del pago por sus servicios, e incluso determinados cargos llevaban aparejado el suministro de estas viandas.

RESUMEN EDAD MEDIA EN "ZONA CRISTIANA":

- SOCIEDAD FUNDAMENTALMENTE RURAL; MENOR ACTIVIDAD COMERCIAL: LA POBLACIÓN DEPENDE DE LOS ALIMENTOS QUE SE PRODUCEN CERCA.
- LAS CIUDADES: LOS GREMIOS ALIMENTARIOS.
- LOS PRODUCTOS DE LUJO SON EL VACUNO, EL CORDERO Y LAS ESPECIAS.
- COMIENZA A EXISTIR REGISTRO DE LOS PRIMEROS POTAJES.
- INVASIONES BÁRBARAS (ESPECIALMENTE LOS VISIGODOS, PRIMERA MONARQUÍA CRISTIANA EN LA PENÍNSULA), APORTAN PRODUCTOS DE HUERTA, Y ESPECIALMENTE EL LÚPULO, CON SU CONSECUENTE MEJORA DE LA CALIDAD DE LA CERVEZA.
- PRODUCCIÓN INTENSIVA DE GANADERÍA LANAR EN CASTILLA.
- PARTICULAR PROTOCOLO EN LA CORTE.
- PRIMEROS LIBROS DE COCINA: FIGURA DEL MESTRE ROBERT.

BIBLIOGRAFÍA

- ✿ *Armendáriz, J.L. Gastronomía y Nutrición. Paraninfo. Madrid. 2013.*
- ✿ *Ríos, A; March, L. El Arte de la Cocina Española. Blume. Barcelona. 1997.*
- ✿ *Martínez Llopis, M. Historia de la Gastronomía Española. Alianza Editorial. Madrid. 1981.*
- ✿ *Planas, M., López, Mercè. López. Ofertas Gastronómicas. Altamar. Barcelona, 2013.*