

# **HISTORIA DE LA COCINA**

**DESDE LA PREHISTORIA HASTA  
AUGUSTE ESCOFFIER**

**José Manuel Mójica Legarre**

© Del texto, José Manuel Mójica  
Legarre Impreso en España

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra, sin contar con la autorización escrita de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 270 y siguientes del Código Penal).

Ningún tonto se queja de serlo; no les debe ir tan mal.

Anónimo

## PRÓLOGO

Este libro, que como podrán observar no tiene ni pies ni cabeza, aparentemente, posee en cambio la insuperable ventaja de que puede empezar a leerse por donde a ustedes les parezca bien sin que pierda un ápice de su interés, si es que en realidad lo tiene.

¡Nada más lejos de mi intención que obligarles -sobre todo en estos tiempos de lo políticamente correcto, el buen rollo y las ONG que defienden cualquier chirimbolo siempre que sea moderno y minoritario- a una cosa tan fuera de lugar como empezar por el principio! Tamaña desconsideración sería tanto como alienar la divina libertad de todos los hispanoparlantes, especialmente los que leen a diario en español de España y, preferentemente nacidos en el territorio nacional español, antes conocido como la Piel de Toro, y que

ahora es una especie de colcha hecha de retazos en los que la lengua castellana, que pronto será la segunda más hablada en los EEUU según las previsiones de los expertos, está pasando de puntillas a un triste segundo plano en su lugar de origen, empujada políticamente por dialectos, perdón, quiero decir lenguas o idiomas, habladas en total por un poco más de cuatro millones de personas. Al menos se puede asegurar que este libro, por esa cualidad de poder empezarlo a leer por donde los ovarios, internos o externos, de cada lector o lectora decidan, miembro o miembro de la comunidad de leyentes se diría en la actualidad desde la modernidad más ignorante, ya tiene un parecido notable con un bestseller: Las páginas amarillas de Telefónica.

De este modo, tan cortés y antes que nada respetuoso con el forro de los mismísimos, o mismísimas, de quien lo quiera leer, comprado o pirateado de internet, según se haga uso de la libertad que disfrutaban algunos, con derechos y sin obligaciones, en esta obra brindamos la posibilidad de que, si alguien se siente seducido por una parte específica de la historia de la cocina, no tiene más que abrir el libro por las páginas dedicadas a ese segmento en concreto y, ¡oh milagro!, puede ahorrarse el resto de la lectura concentrándose sólo en aquello que le interesa y despreciando el texto que no le resulte sugestivo, o no pueda manipularlo para que sirva a sus fines personales. Esta forma de emplear los textos no es ninguna novedad ya que, a diario, podemos ver cómo alguno, por no decir casi todos de entre nuestros más

encumbrados personajes públicos, lo hace sin rubor a la hora de citar leyes, artículos, estatutos o reescribir la historia si es menester.

También es necesario advertir a los padres de que procuren no dejar este libro al alcance de sus hijos adolescentes pues, a pesar de ser considerablemente instructivo, contiene pasajes que pueden herir sus tiernas mentes tan poco acostumbradas a la violencia, el lenguaje procaz y la chocarrería.

Bueno, para ser totalmente sincero, en realidad el verdadero motivo no es éste; sucede que, en un mundo como el actual en el que la información está al alcance de cualquiera, a todos nos halaga el tener entre las manos una obra escrita especialmente para gente de nuestra edad y, además, como segunda intención, conseguir que sea una obra muy leída por los adolescentes; es suficiente que los padres prohíban la lectura de este libro para que los hijos lo lean a escondidas.

Así, entre unas cosas y otras, a lo mejor, conseguimos que este trabajo sea leído por una gran cantidad de personas lo que se traducirá en algún dinero en concepto de derechos de autor, si es que los ejecutivos de la SGAE, aceptan la escritura de libros como una actividad creativa. Desde luego no pretendo comparar la tediosa labor de investigar y escribir en correcto castellano, con la refinada cultura que nos venden unos señores aullando “¡puta sociedad!” en un tétrico escenario, más pensado para una película de terror de clase B, o con la que intenta desasnarnos alguna señora de buen ver

enseñando su coqueta ropa interior mientras observa el micrófono con lúbrico afán ¡En ningún momento me atrevería a comparar el arte de tan elegantes creadores, con el ramplón oficio de escribir! ¡Dios me libre de tamaño desmán!

Por último, un consejo para todos. En cada hogar deberían comprar dos ejemplares de este libro, y no crean que lo digo por vender más, ni por las excepcionales cualidades educativas del mismo, que las tiene; afirmo esto porque se ha diseñado cuidadosamente con el grosor científicamente exacto para que un niño de corta edad sentado sobre dos volúmenes, llegue con comodidad al teclado del ordenador.

No se preocupen si el niño pone el culo encima del ejemplar encuadernado con sumo cariño porque el texto, de este modo, estará más cerca del destino final de las comidas más exquisitas. Y no crean que sentarse encima de un libro pueda considerarse una falta de respeto; al fin y al cabo, tanta gente se ha pasado la historia por el culo en los últimos siglos y algunos cocineros hacen lo propio con la buena cocina, que sus hijos no pueden ser irrespetuosos si actúan del mismo modo que algunos estudiosos de la historia y unos cuantos cocineros.

**José Manuel Mójica Legarre**



## LA COCINA EN LA PREHISTORIA





A veces se tiene la impresión de que nuestros primeros antepasados sobrevivían de carne asada y vegetales crudos recogidos al paso; pero, si bien en el principio de la Historia era así, desde que el ser humano empezó a imaginar efectos sobre causas supuestas, es decir, desde que aprendió a pensar y a deducir, comenzó la evolución de la cocina que nos ha llevado desde los alimentos prácticamente crudos al refinamiento del sushi que también es pescado crudo pero está más de moda. Después de alimentarse de frutos, bayas, hojas, tallos y raíces que recolectaba, el hombre aprendió a cazar en colectividad, para lo cual tuvo que inventar una serie de estrategias que le permitieran acabar con animales de mayor tamaño que él y que, con el tiempo, desembocaron en el uso de los primeros mecanismos para ayudarse, como el utensilio para arrojar lanzas y, más tarde su primer mecanismo complejo: el arco y flecha.

Al principio las tribus nómadas que recorrían la tierra tras las manadas de animales o en busca de frutos y bayas comestibles, dormían protegidas por círculos de plantas espinosas y a duras penas podían encender fuego, tenían más que nada una dieta de supervivencia con grandes periodos de carestía que se alternaban con otros de abundancia, según la suerte que tuvieran al hallar frutas o manadas con animales enfermos. Los cambios en la temperatura a causa de las estaciones o de las glaciaciones, hacían que el hombre se moviera siguiendo a las manadas de caballos, mamuts, vacunos

salvajes, bisontes y renos de los que usaban las pieles para confeccionar vestidos, los huesos como herramientas y los tendones como cuerdas para fabricar hachas, mazas y lanzas. La evolución ha conseguido que el nomadismo siga hoy en día con la diferencia de que la peregrinación la hacemos de supermercado en supermercado buscando las ofertas en las marcas blancas que, por si alguien no lo sabe son marcas de oscuro origen.



Más tarde, con la llegada de los duros inviernos, las tribus se vieron obligadas a refugiarse en cuevas, con lo que se dio inicio al movimiento okupa y comenzaron a

dominar el fuego. Llegados a este punto creo necesario apuntar que, con el dominio del fuego, el hombre consiguió dar un gran salto en su evolución no sólo gastronómica sino también en la parte social ya que, al poder estar despierto más horas, se inicia un proceso de socialización y de intercambio de experiencias que hizo partícipes a todos los miembros de una tribu y, por extensión, a los de la tribus que tenían contacto entre sí, de una serie de conocimientos que permitieron un desarrollo más rápido de técnicas de caza, recolección y, en general, de una información que antes estaba restringida por la duración de los días y las noches. También se principió a murmurar del vecino y a exagerar en asuntos de caza y pesca, costumbres que han llegado intactas y multiplicadas hasta los tiempos actuales; de lo que ya no podían presumir, debido al hacinamiento, la proximidad de los vecinos y la parcial desnudez es de las artes amatorias de cada cual, creando las bases de un trauma en los machos humanos que sólo la mentira el photoshop han logrado mitigar en parte.

Como decía, con el dominio del fuego, y el intercambio de experiencias, se empiezan a buscar soluciones a los problemas de nutrición, cocción, almacenamiento y conservación de los alimentos, y esta comunicación contribuye a formar al hombre como ser social e inteligente. Algunos autores sostienen que los métodos de cocción permitieron una mejor masticación, lo que provocó que la dentadura evolucionase hasta ser como la

conocemos hoy, permitiendo de este modo un mayor crecimiento de la cavidad del cráneo, lo que facilitó sin duda alguna el aumento en las capacidades intelectuales de algunos seres humanos.



En otras palabras, podemos afirmar que, gracias a la

cocina en parte, el hombre se fue convirtiendo en un ser más inteligente. A pesar de este postulado, no se puede aseverar que quienes tienen los dientes más pequeños, o más desgastados, dispongan de más capacidad craneal, ni que sean más inteligentes porque en ese caso los vegetarianos serían menos capaces para el liderazgo y no dominarían, por citar algo al buen tuntún, la Casa Real de España.

Nadie sabe a ciencia cierta cuándo se comenzó en realidad a cocinar los alimentos. Algunos autores defienden que el consumo de carne asada empezó cuando se vieron obligados a comer partes de animales muertos en algún incendio forestal mientras que otros, con no menos razones y bases, hablan de que es muy posible el hecho de que al acercar algún trozo de carne al fuego para que se descongelara, la carne se soasó y debieron consumirla quemada a medias, aunque supongo que un grupo de inmovilistas en la caverna, comenzó a protestar por aquellas modernidades y defendió el consumo de carne cruda como siempre se había hecho; este mismo grupo de rancios es el que no quiso financiar el desarrollo de la rueda porque no serviría para nada en el futuro.

De cualquier manera no importa mucho cuál de los grupos tiene la razón; el hecho incontestable es que a la mayoría de los humanos les gustó el sabor de los alimentos cocinados y atacaron la tarea de aprender a

dosificar la cantidad de fuego para conseguir la carne a su gusto. Seguro que no nos imaginamos a los hombres primitivos comiendo caldos, hervidos y sopas antes de la invención de la cerámica y, sin embargo, hay pruebas de que lo hacían. El método que utilizaban era el de suspender, entre unos palos, una piel de animal y llenarla con agua, trozos de carne, pescado o vegetales y hierbas.

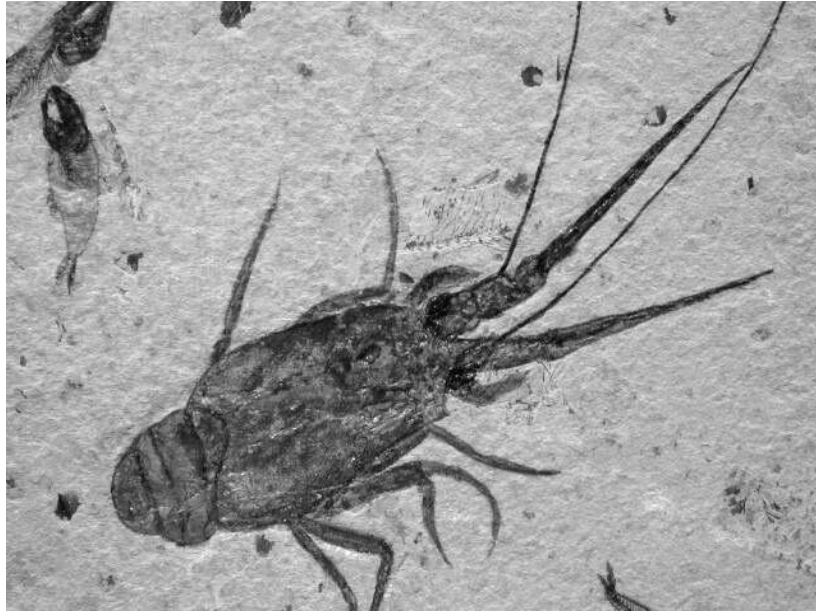
El cuero sin curtir, al estar empapado no ardía y conseguían elevar la temperatura del caldo que llevaban a ebullición arrojando en este medio de cocción algunas piedras calentadas al fuego. Podemos asegurar que aquellos cocimientos no tenían el sabor de un “Consomé Royal” o de un “Consomé al Jerez”; pero también se puede afirmar que eran cocidos consistentes que alimentaban y, además, saciaban los estómagos de nuestros antecesores.

Hemos hecho alusión a las hierbas y es preciso observar que la cocina de aquellos remotos tiempos evoluciona pareja a la medicina puesto que muchos de los “remedios farmacéuticos” eran vegetales y el trabajo de ensayo-error por el que se descubrían las cualidades curativas de hierbas y raíces les hicieron descubrir sabores que luego añadieron a sus guisos y sopas. Estamos hablando, pues, de hierbas de uso terapéutico que luego pasaron a la cocina, es decir, que algo así deja entrever que los pasteles de marihuana no tienen su origen en la Edad Moderna, ni en los Cafés de

Amsterdam. A resultas de que la medicina, la magia y la religión iban de la mano, es fácil entender que la cocina de aquel entonces tenía algo de ritual religioso. La costumbre de realizar reuniones de la tribu para festejar algún éxito en la caza o la pesca, o bien para celebrar alguna liturgia o tiempo señalado, se rubricaba con un gran banquete a medida de sus posibilidades, evidentemente abundante en cantidades pero limitado por el reducido en especialidades debido al poco conocimiento que tenían sobre las técnicas culinarias, ha llegado hasta nuestros días sin cambiar demasiado en su fondo, pero sí mucho en sus formas.

Me refiero a que en nuestra época seguimos reuniéndonos por tribus y familias cada vez que hay que celebrar algo. Bodas, bautizos y fechas señaladas son en la actualidad motivo de reuniones que tienen como eje central una comilona.

Siguiendo al hilo de este texto, si al principio de la historia humana no se conocían muchos métodos de conservación de los alimentos, sí sabemos que la desecación, el ahumado y el salado formaban parte de los conocimientos que tenían en la preservación de carnes, pescados, vegetales y hierbas; quizás nuestra inclinación al sabor salado provenga de los restos de este condimento que quedaban en los trozos de carne o pescado que cocinaban nuestros antepasados.



La sal se conseguía en los territorios del interior por molturación de las rocas salinas o bien por medio del trueque con las tribus costeras de las que, al mismo tiempo, se obtenía pescado de agua salada y crustáceos a cambio de hierbas, vegetales y carne de caza que permitían a todos los implicados en este rudimentario comercio completar mejor su alimentación y conservar sus alimentos durante largas temporadas.

Sin temor a error, junto con la mejora en la conservación de los alimentos aparecieron los primeros acaparadores e intermediarios que fueron, a la postre, los que comenzaron a joder el parque y a manejar los precios en busca de beneficios desmedidos, sentando de ese modo



los principios del libre mercado. Los más agudos descendientes de aquellos primeros cabronazos siguen la tradición familiar trabajando en Agencias de Calificación o en Bolsa, mientras los menos dotados se dedican a montar supermercados pagando poco a los agricultores y cobrando mucho a los clientes, como cualquiera puede observar.

Cuando las primeras tribus humanas descubrieron la periodicidad de las estaciones climáticas y llegaron a comprender perfectamente el ciclo de la reproducción de las plantas, abandonaron paulatinamente el nomadismo para asentarse en territorios fértiles, los de clima más agradable y, junto con el sedentarismo, llega un mayor refinamiento de la cocina basado sobre todo en el dominio de la agricultura y la ganadería.

El primer animal domesticado posiblemente fue el reno o cualquier otro animal parecido a este que además de dar los huesos para hacer herramientas y pieles para vestir existía en grandes cantidades; tampoco podemos olvidar que el reno proveyó de cuernos a chamanes, magos y sacerdotes, tanto para la confección de pócimas como para portarlos con orgullo en sus cabezas como distintivo de su oficio, de donde se deduce que el mejor mago era el que llevaba los cuernos más grandes.

Diez mil años antes de nuestra era, el perro ya era el animal compañero del hombre. Algunos autores

defienden la idea de que esta relación surgió, en principio como colaboración para ir a cazar, mientras otros sostienen que se acercó al hombre para compartir abrigo, fuego y protección. El perro también servía como guardián de los rebaños en los albores de la ganadería. Los bovinos, la cabra, la oveja, el cerdo y el asno, fueron domesticados en Oriente, y en Egipto, donde se inició la ganadería de forma sistemática. Las primeras aves que fueron domesticadas, según los historiadores, fueron el pato y el ganso.

Por su parte, la domesticación del cerdo es una de las más importantes, ya que proporcionó la disponibilidad de una gran cantidad de carne grasa, y piel que podía ser curtida, y no necesitaba de grandes espacios para su crianza. Con la agricultura, se inicia la vida laboriosa, social, sentando las bases para todos los defectos y virtudes de la civilización. Parece ser que la agricultura, mientras los hombres cazaban, fue en principio actividad de las mujeres, utilizando para ella los mismos métodos que algunas culturas de África siguen aplicando en la actualidad.

Los principios de la agricultura pasaron sin duda por la observación diaria del mundo que rodeaba a los primeros humanos. El hecho de salir de la cueva para defecar y la constatación de que los lugares en los que hacían sus necesidades se convirtieran en "jardines", le llevó a descubrir que el origen de estas plantas no eran

sus excrementos sino las semillas sin digerir que salían de sus cuerpos envueltas en abono natural; este hecho les ayudó a comprender la función que los fertilizantes podían tener en el crecimiento de las plantas.

En resumen, que estamos comiendo mierda desde el principio de la humanidad. La realidad es que los hombres salían de caza no por ser los más valientes sino por ser prescindibles ya que, en esencia, las generadoras de vida, las que podían hacer crecer a las tribus haciéndolas más numerosas y, por ende, más fuertes, eran las mujeres.



En estas épocas las tribus que aparentemente funcionaban bajo la férula de los machos, eran en

realidad matriarcados en los que tanto el poder religioso como el curativo estaban en manos de las hembras. Dios era la madre generadora, las mujeres eran curanderas y, posiblemente por ello, el modelo femenino de la época era de carnes abundantes alejadas de dietas, regímenes alimenticios y, por supuesto de depiladoras ¡Solo les faltaba un tambor a la cintura para salir a manifestarse en contra de las decisiones del consejo de ancianos!

La posesión de mayores cantidades y variedades de alimentos hizo que sus mentes se esforzaran en cocinarlos de diferentes modos y les obligó a trabajar en diferentes métodos de conservación; pero uno de los hitos en la historia humana es el de la invención del arado, en principio un tronco del que sobresalía una porción de rama, hecho que obligó a las mujeres a dejar la agricultura, por causa de la fuerza física que era necesaria para labrar la tierra, lo que les proporcionó mucho más tiempo para poder elaborar los alimentos y conservarlos mejor. La sociedad humana empezó a crecer gracias a que producía alimentos suficientes y, poco a poco comenzó a crearse una casta de artesanos, los más hábiles en algunos oficios, dejando la caza para tiempos de escasez o para que formase parte de los rituales de paso de la adolescencia a la juventud. Debido a esta especialización, el trueque, que hasta entonces se había llevado a cabo entre tribus por no tener todavía consciencia de la propiedad privada, comienza a realizarse dentro de las mismas organizaciones sociales,

dando nacimiento a la figura del acaparador y sentando las bases del capitalismo salvaje en el que, aquel que más tiene, más manda; por lo dicho, el más rico compró a los más fuertes, estos, abusando de los más débiles, aúpan al rico al poder y el brujo, estafador pero no tonto, se pone del lado del poder convenciendo a los de la tribu que eso es la voluntad de dios quien, por supuesto, debido al cambio socioeconómico, deja de ser mujer para convertirse en macho. Los primeros cultivos fueron de las plantas que el hombre tenía a su alcance, pero luego se iniciaron otros debido a la información recogida durante las migraciones.



Al parecer el trigo, la cebada y el mijo provienen de Asia Menor, mientras que los franceses, ¡cómo no!, se atribuyen los primeros cultivos de la vid. De lo que estamos seguros es de que en la prehistoria se cultivaba: avena, col, higuera, haba, trigo, lenteja, mijo, cebada, guisantes y la vid.

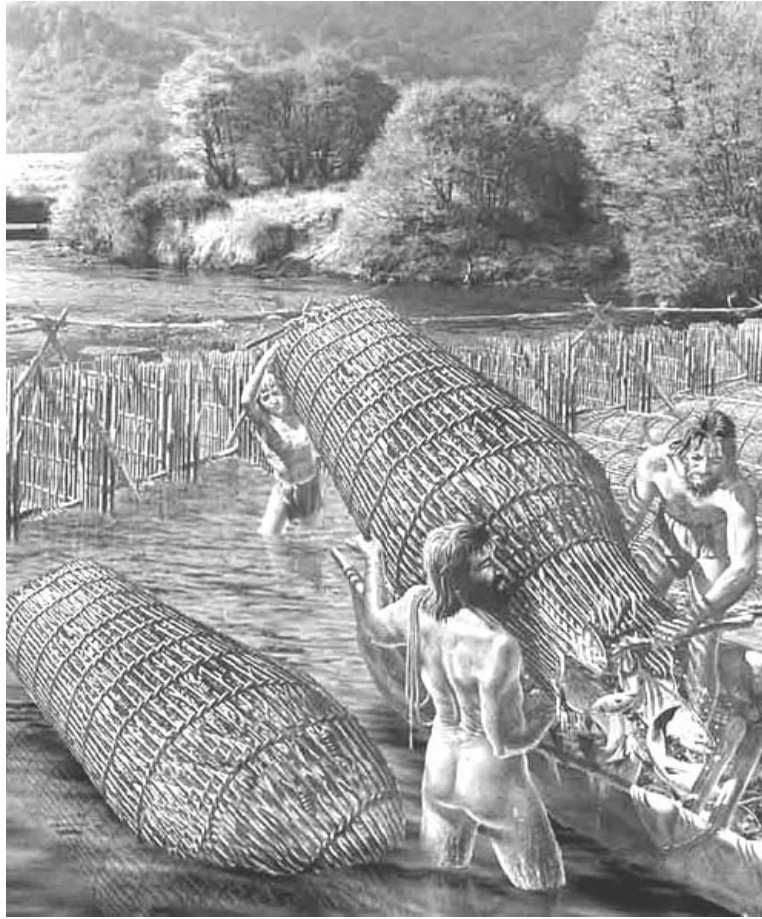
También hay indicios de que se cultivaban, o por lo menos ya se consumían con bastante frecuencia la manzana, la pera, la ciruela, y la cereza. El primer cereal hervido por el hombre fue el mijo y el primero que se logró panificar fue el trigo.

En Oriente Medio se cultivaban, cuatro mil años antes de nuestra era, el almendro, el granado, el garbanzo, la cebolla y el olivo, además de los ya conocidos en Europa. Con el sedentarismo también se favorece la socialización de la vida comunal y aparece el trabajo en grupo. Las largas jornadas invernales en las que, a excepción de la caza, no podían hacer nada al aire libre, fomentaron la creación de cestos más finos, de cerámica y de otras artes manuales que al final dieron como resultado una mayor exquisitez tanto en la elaboración de la comida como en la forma de consumirla; pero, como en muchas ocasiones, los errores o descuidos del ser humano, dieron pie a descubrimientos que, una vez dominados, supusieron un avance en la cultura humana: La fermentación natural de algunas mezclas les enseñó a leudar para conseguir el pan, es cierto, pero también lo es que les abrió la puerta

al descubrimiento del vino, la cerveza y los licores, con lo que las reuniones comenzaron a ser más animadas dando paso a cantos tribales como el conocidísimo “Caverna patria querida, caverna de mis amores”.







**DETERMINACIÓN DE LA DIETA HUMANA EN LA  
PREHISTORIA**



Escribiendo un poco más en serio, la imagen de los homínidos devorando carne cruda, está demasiado arraigada en nuestra cultura como para hacerla olvidar; sin embargo, las primeras dietas humanas fueron más vegetales que animales, como ya se ha explicado. Llegados a este punto, algunos se preguntan cómo se puede afirmar con seguridad, qué era lo que comían nuestros antepasados.

Existen varios métodos que los investigadores utilizan para conocer la dieta alimenticia de los primeros humanos. Aquí sólo se hará alusión a los más frecuentes. Si afirmamos que nuestros ancestros no podían comer lo que no tenían a su alcance, parece una perogrullada; pero el conocimiento de la flora y la fauna en cada una de las épocas, aunado a un criterio geográfico, junto con el conocimiento del uso de útiles y armas para la caza permiten definir cuáles eran las plantas y animales que se consumían más frecuentemente en cada una de las épocas.

Una vez conocidos los elementos alimentarios a los que el hombre tenía acceso en la antigüedad, según la zona en la que habitaba y la época en la que vivió, ya se puede deducir una parte de la dieta; el análisis ocular y químico de los restos humanos encontrados, nos dará la siguiente pista. En efecto, la forma de la mandíbula, las inserciones musculares en la misma y la disposición y forma de los dientes, determinan el régimen alimenticio de sus

poseedores. Una dentadura de dientes gruesos y planos denuncia una alimentación de tipo vegetal, mientras que una mandíbula de dientes afilados, con la presencia de incisivos, da idea de un frecuente consumo de carne. También las trazas que se aprecian en el esmalte de los dientes, en exámenes con el microscopio de barrido electrónico, dan pistas para conocer el tipo de alimentos que masticaban aquellos humanos ya que una mayoría de huellas estriadas verticales nos hablan de un gran consumo de carne mientras que si son horizontales, denuncian una alimentación de preferencia vegetal. Estos detalles unidos a la pulimentación que sufren los dientes al masticar hojas, determinan de manera clara el tipo de dieta de los primeros humanos que, en su mayoría, presentan huellas dentales de orientación oblicua que permiten afirmar a los investigadores que nuestros ancestros pasaron de una dieta vegetal a otra de tipo omnívoro. Si a esta observación ocular se añade un análisis químico, todavía se puede afinar más en la definición de la dieta.

La proporción de carbono 13 hallada en los dientes, con respecto al carbono 12, puede determinar un consumo masivo de carne, mientras que el porcentaje del estroncio sobre el calcio es menor en los que consumían carne que en aquellos cuya dieta era rica en verduras. Por último, una alta concentración de nitrógeno 15 indica el consumo frecuente de alimentos de origen lácteo. Pero también se ha afirmado que la alimentación varía según las épocas

por lo que se puede aseverar que en el Mioceno, la dieta más extendida era la del consumo de vegetales, insectos y, de manera ocasional, algún animal pequeño. Ya en el Plioceno, comienza el uso de la carne, bien por medio del consumo de carroña, bien por medio de la caza, aunque todavía una gran parte de la dieta se basa en los vegetales.



En el Paleolítico, la carne, y mucho más tarde el pescado, se convierten en la base dietética de los humanos, aunque su consumo de vegetales sigue siendo muy alto hasta que en el Neolítico comienza el consumo de los cereales y los productos lácteos. El cultivo de cereales y la cría de animales permiten la utilización de la leche y, con la aparición de la cerámica, los primeros purés y papillas.

Este cambio alimentario tiene como primera consecuencia la aparición de las caries que eran raras en los dientes hallados en los yacimientos pertenecientes a la época del Paleolítico. Sabido todo esto, los investigadores están en disposición de afirmar el tipo de dieta que consumían nuestros ancestros. Michel Brunet descubrió en el Chad un cráneo, dos fragmentos de mandíbula inferior y tres dientes aislados. A este espécimen de siete millones de años de antigüedad, le bautizaron con el nombre de Tumaí. Brunet afirma que basándose en la morfología dental y el espesor de esmalte, Tumaí comía raíces, frutas, frutos secos y hojas tiernas. Mucho más tarde, los australopitecos añadieron a su dieta algunos pequeños roedores, serpientes, huevos e insectos, aunque los humanos del tipo *Paranthropus*, consumían únicamente vegetales.



El aparato masticador del homo habilis, declara que los dos tercios de su alimentación eran de origen vegetal aunque ya comienza a cazar pequeñas presas. El homo erectus, por su parte, si bien continúa basando su dieta en materias vegetales, comienza a consumir carne de manera regular gracias a sus habilidades para la caza y los útiles que empieza a fabricar y a utilizar para sus tareas.

El hombre de Neandertal, es el más carnívoro de todos los conocidos hasta el día de hoy, y es el primero, que se sepa, que empieza a consumir peces como alimento, impulsado muchas veces, según las regiones en las que habita, por la falta de vegetales en su entorno. Por último, aparece el homo sapiens, nuestra especie, que es la que más ha evolucionado en el plano alimenticio en el menor espacio de tiempo ya que, de recoger vegetales y cazador nómada pasa a ser agricultor, ganadero, y a desarrollar ambas habilidades hasta convertirlas en industria.

El cambio de la vida nómada a la sedentaria trae novedades a la vida humana, y no siempre para mejorar la calidad de vida ya que algunos autores sostienen que, la promiscuidad que se da en los primeros asentamientos y luego la proximidad entre estas aldeas, favorecieron el desarrollo de enfermedades infecciosas graves como es el caso de la tuberculosis. En resumen, la dieta desde el primer homo sapiens hasta hoy, no se ha modificado demasiado puesto que seguimos basando nuestra dieta

en las proteínas animales; pero si todavía consumimos carne como nuestros antepasados, la calidad de ésta ha cambiado completamente ya que, debido a los métodos masivos de producción, la carne que consumimos hoy tiene mucha más grasa que la usada en la prehistoria y por lo tanto es más tierna... y mucho menos sana. Nuestros hábitos alimentarios no han cambiado tanto desde entonces. La salivación que todavía nos produce el olor a leña quemada y carne asada, el rechazo de muchos niños hacia las verduras y la tendencia general a consumir la carne de res poco hecha, nos hablan de una impronta genética que nos impulsa a una alimentación básicamente carnívora.





## LA COCINA EN SUMERIA



Cuando se habla de la cocina sumeria es obligado citar a Jean Bottéro, historiador francés de fama internacional nacido en Vallauris el 30 de agosto 1914 y muerto el 15 de diciembre 2007, autor del libro "La cocina más antigua del mundo", quien fue uno de los primeros investigadores que comenzaron a estudiar la cocina y gastronomía de Sumeria a partir de las tablillas de cerámica, escritas en sumerio y en acadio, encontradas en las excavaciones hechas en la antigua Mesopotamia; pero tampoco se pueden olvidar los trabajos de Noemí Sierra, A.L.Oppenheim, W.Rollig, André Parrot, Lázaro Ros, Lara Peinado, Hans Nissen, Josef Klimá, Hartmut Schmokel, Labat, Kramer o Michael Roaf entre otros. Casi todo el mundo piensa que las primeras noticias escritas sobre la gastronomía y la cocina nos han llegado desde la época del Imperio Romano, pero la realidad es que se empezaron a escribir textos relativos a la cocina desde el mismo momento en que apareció la escritura cuneiforme en Sumeria, alrededor del año 3000 antes de nuestra Era. Sin embargo, no podemos aseverar que estamos ante los primeros intentos de escribir libros de cocina pues, según los más sesudos investigadores sobre el tema, tanto las recetas como los apuntes sobre materias primas y utensilios que figuran en las tabletas de arcilla, estarían mucho más orientadas hacia el control del avituallamiento y los consumos en palacios y templos que a la voluntad de transmitir las especialidades gastronómicas favoritas de los sumerios a las generaciones futuras. Este detalle frustrará sin duda a

quienes afirman que, en las sociedades cultas, primero apareció el cocinero creativo y luego el administrador, es decir primero el chef artista y luego el chef ejecutivo; desde el principio de la historia, los “dueños de negocio” han dado preeminencia a quienes controlan los gastos y vigilan el inventario, frente a los que cocinan de maravilla. Dicho esto, continúo.

La aparición de una veintena de tablillas con anotaciones relativas a la alimentación, supuso un hito en la investigación de la historia culinaria y de la gastronomía que ayudó a despejar las dudas que se tenían sobre la comida y bebida consumida por los seres humanos en esta época de la humanidad.



A pesar de que estas tablillas de “inventarios y control de cocina” son una buena fuente de información, las leyendas y obras literarias escritas, nos dan una buena cantidad de datos sobre la forma de alimentarse que tenían los sumerios. En base a la conjunción de ambas fuentes de información se puede afirmar sin ningún género de dudas que los habitantes de aquella tierra consumían una gran variedad de pescados, tanto frescos como salados, al igual que moluscos de agua dulce dada su especial situación geográfica -recordemos que se llama Mesopotamia (literalmente “Entre dos ríos”) al territorio que se extiende entre los ríos Tigris y Éufrates-.El consumo de carnes sobre todo de cabra y oveja, asadas o cocidas en agua o en medios grasos- se complementaba con el del cerdo, algunas aves y otros animales como la langosta –saltamontes-, a menudo en sopas confeccionadas generalmente con agua como medio de cocción.

Cuando hablamos de cocción tendremos en cuenta los diferentes modos de realizar la transformación de alimentos. Para asar utilizaban, además de el método abierto, como las brasas, la parrilla o los trozos de cerámica sobre los que se colocaban las viandas, un método de asado cerrado en un horno de cúpula en el que, el vapor que resultaba de la cocción, ayudaba a mantener los alimentos relativamente bien hidratados. Así pues, el grill, las carnes y pescados “a la pizarra” y los hornos de convección, ya se utilizaban con

anterioridad a la invención de la electricidad. En cuanto a los recipientes, se han descubierto en las excavaciones tanto ollas de cerámica como calderos de cobre y diferentes utensilios y “ollas”, lo que hace pensar en que los sumerios ya tenían la idea de lo que era una cocina organizada tal y como la conocemos hoy. En cuanto al refinamiento de esta civilización, apuntaremos que utilizaban diferentes moldes para mejorar la presentación de las viandas en la mesa de los comensales. Por todo lo dicho se puede afirmar que los sumerios fueron los primeros que tuvieron plena consciencia de lo que luego se dio en llamar gastronomía. Los habitantes de Sumeria eran grandes consumidores de cereales, sobre todo de cebada con la que, además de unas trescientas clases de panes diferentes, también fabricaban cervezas de distintas variedades, e incluso se cita en las tablillas una cerveza negra. Otros tipos de bebidas alcohólicas se fabricaban a partir de la fermentación de mostos extraídos de las uvas, los higos, el níspero o los dátiles, lo que nos da idea de dos cosas: Que a los sumerios les encantaba el asunto del bebercio y que las cervezas aromatizadas no son un invento de la actualidad.

La cerveza se consumía individualmente o en grupo, bebiendo todos del mismo recipiente, con ayuda de una cañita larga y fina la cual, al tiempo que actuaba como filtro para evitar que las impurezas llegasen a la boca, potenciaba los efectos del alcohol. Las cervezas degustadas en Mesopotamia tenían una gran variedad de

graduaciones alcohólicas y cuyos nombres, “cerveza de buena calidad”, “cerveza que gusta a las mujeres”, “cerveza vieja” o “cerveza buena”, daban fe de a quién iban destinadas, aunque no llegaron nunca, por suerte, a buscar la aberración de En lo que respecta a las más de trescientas clases de panes diferentes con y sin levadura, las masas se confeccionaban añadiendo al salvado -harina de cebada- o a otras harinas, diferentes cantidades de agua, cerveza, miel, aceite o leche, añadiéndole a veces especias o frutas secas e incluso rellenándolos.



En cuanto a los vegetales, pepinos, nabos, algunas raíces, setas, ajos y puerros, acompañaban a la cebolla que era la base de su dieta y, para sazonar sus comidas, utilizaban, entre otras semillas picantes, la mostaza, el cilantro, el comino y, como no es de extrañar, el sésamo. Estos vegetales se solían consumir cocidos, asados o crudos, aderezados con aceite de oliva u otras grasas vegetales, porque en aquella época todavía no existía un gobierno alemán presidido por una mujer de nombre angélico que tocara los cojones con los pepinos.

Debido a los pocos datos que todavía se tienen sobre esta civilización, se puede concluir afirmando que los sumerios consumían muchos más alimentos de los que hemos citado; pero a la espera de futuras excavaciones que confirmen fehacientemente este hecho, se ha probado que todos cuantos se han citado, eran utilizados de manera habitual en las cocinas sumerias. Aclararé que me refiero a las cocinas de alta alcurnia y a las de clase media acomodada ya que los pobres, como siempre, comían cuando, como y lo que podían.

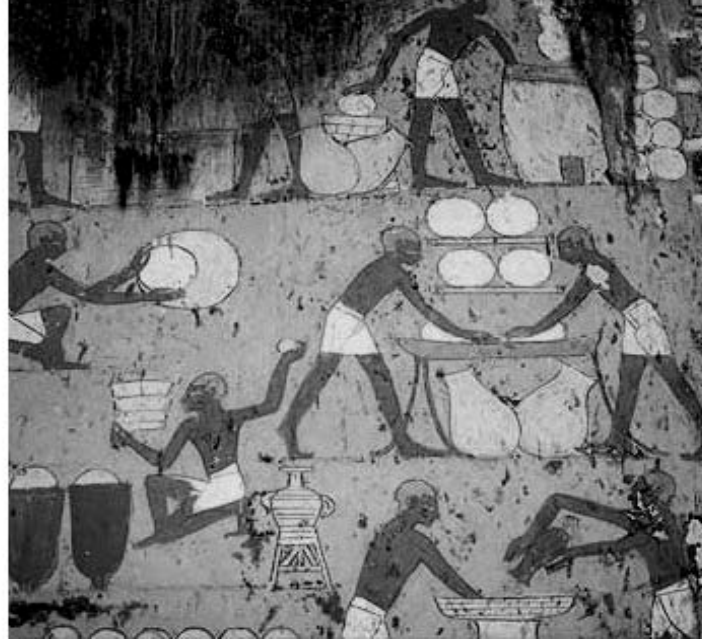
Para ilustrar un poco la gastronomía de los sumerios, he pensado que se puede incluir en esta breve reseña una receta de aves pequeñas, reseñada por Bottéro, por si alguien está interesado en degustar lo que comían los moradores de aquella zona hace más de cincuenta siglos. Una vez limpias las aves, cortar mollejas y asaduras, lavar todo y secarlo bien. Poner todo en un caldero y



llevar al fuego -la receta no indica si en seco, con agua o con grasa aunque en la prueba que he realizado, basándome en el paso posterior de la misma, las he puesto con un poco de aceite de oliva-. Cuando estén tostadas se saca del fuego, se añade agua fresca para desleír los jugos de la cocción, se añade un chorro de leche entera y se vuelve a poner todo en el fuego. Cuando hierva, sin sacar del fuego el recipiente, se retiran del caldero todas las piezas, se salan y se vuelven a poner en el caldero añadiendo aceite. Se sazona con un poco de ruda y, cuando vuelva a hervir, se añade puerro, ajo y un poco de cebolla, añadiendo después un poco de agua. Mientras se deja hervir (aconsejo que a fuego muy lento), se lava bien una buena cantidad de trigo machacado, se remoja en leche y se añade salmuera, puerro y ajo junto con la leche y el aceite que sean necesarios para confeccionar una masa que se presenta al fuego y se divide después en dos mitades, Bottéro deduce que es para hacer una especie de pan ácimo, y el otro trozo se deja mojando en leche.

Para presentar a los comensales, se pone en una bandeja de barro una cantidad de la masa y se lleva al horno. Lo mismo se hace con la otra que habrá reposado en la leche durante unos minutos. Una vez hechas, se espolvorea encima de la masa asada una mezcla de ajo, puerro y cebolla, se colocan las aves sobre ellas, se les añade el jugo de cocción por encima y se cubren con la masa asada que se había remojado en leche.





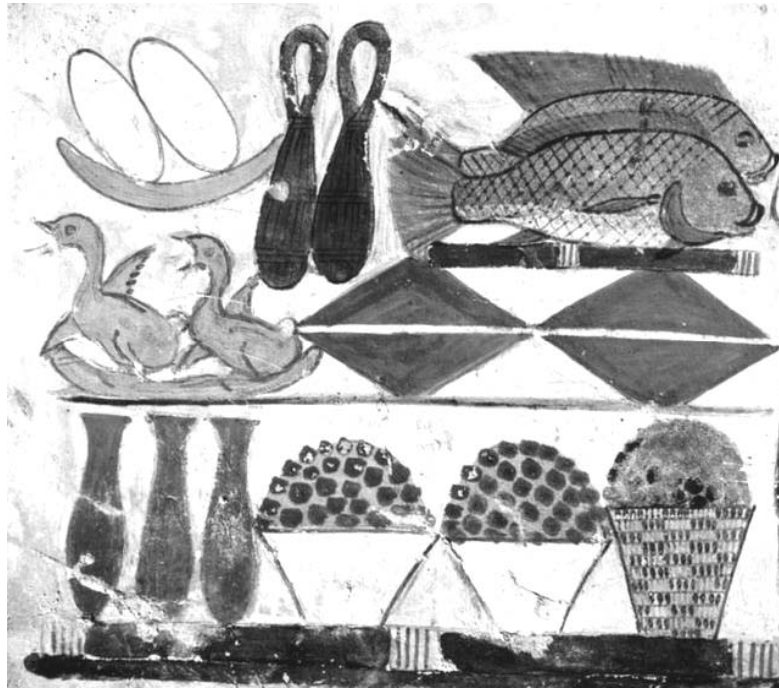
## LA COCINA DEL ANTIGUO EGIPTO



Cuando se habla del Antiguo Egipto, lo primero que nos viene a la memoria son las imágenes de las películas filmadas en Hollywood, o, peor aún, en la Italia de los años sesenta del pasado siglo, que por imperativos de la apariencia, nos mostraban unos banquetes que, como siempre, poco o nada tienen que ver con la realidad histórica que nos cuentan las muestras de comidas encontradas en yacimientos funerarios, las herramientas y útiles usados que aún se conservan para la elaboración de los alimentos, las listas de los sacerdotes a propósito de las ofrendas hechas y los registros de los templos que constituían un verdadero inventario; los testimonios escritos de diferentes viajeros de las distintas épocas, como Herodoto de Halicarnaso o Diodoro de Sicilia, completan la base de la información que nos permite esbozar cómo y qué se comía en el Antiguo Egipto.

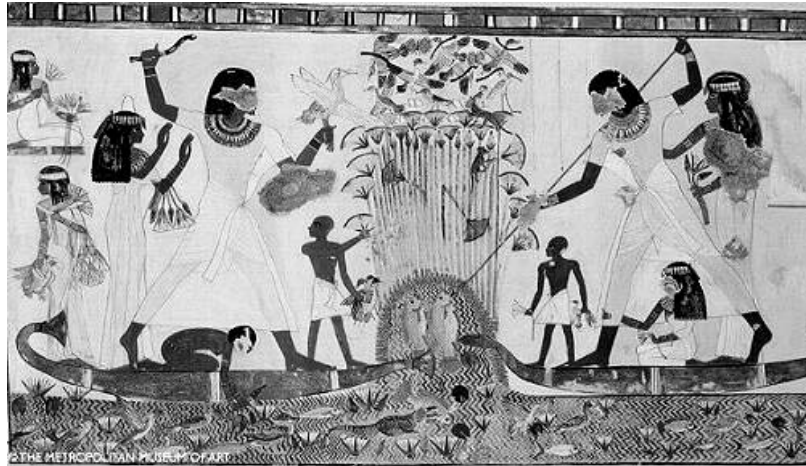
Si nos atenemos a los datos históricos se observa que, como en todas sociedades de jerarquía piramidal, existía una gran diferencia entre la alimentación de las clases pudientes y lo que comía el resto de la población. Lo más probable es que el pueblo llano, es decir la clase menos favorecida cuyo noventa por ciento estaba compuesto por campesinos que dependían de las crecidas del Nilo para la fertilización de sus tierras, comiera dos veces al día, el desayuno compuesto por pan y cebollas dulces, y una comida más fuerte a media tarde, mientras que los otros comían cuando les apetecía. Sin duda alguna, el alimento básico de los antiguos egipcios era el pan que

no faltaba en ninguna mesa por pobre que fuera. Los panes más frecuentes en aquella época eran los elaborados a partir de la harina de trigo o de cebada, que se cocían en hornos, en forma de hogazas, o pegando la masa a las paredes del horno como aún hoy se hace en ciertos lugares del Medio Oriente.



Por las informaciones que se desprenden de las pinturas murales, la mayor parte de la población sobrevivía con una dieta de panes y cerveza, alimentación que se enriquecía con los productos que ellos mismos podían

cultivar, o cazar, siendo el consumo de carne muy raro, aunque aquellos que vivían cerca de los templos podían consumirla un par de veces por semana puesto que los sacerdotes solían repartir la que sobraba de los sacrificios y no habían podido revender a los más pudientes; los pescados que sacaban del río, percas, siluros, carpas o mújoles, cuando estos remontaban el río desde el mar, junto a la leche, el queso, las verduras y las legumbres, completaban su dieta diaria.



Para conservar los pescados, los solían salar, después de haberlos desescamado y fileteado, colocando las piezas en capas alternadas con otras de sal en un ánfora, poniendo un peso encima. Estas conservas, parecidas al fesikh que aún se puede consumir hoy en día, fueron muy populares en toda la cuenca mediterránea y, con mucha probabilidad sentaron las bases para la

elaboración del “garum” romano que explicaré más adelante. El consumo de huevos, generalmente cocidos, era muy importante en la dieta de los egipcios.

En la antigüedad, uno de los más valorados era, posiblemente por su tamaño, el huevo de avestruz que, además de alimentarles, les proveía de cuencos y recipientes, como lo demuestran los que se han encontrado en yacimientos arqueológicos. Llegados a este punto, es preciso hacer notar que la clase media, compuesta por artesanos y funcionarios, que disponían de un mayor poder adquisitivo, criaba en su casa ovejas, cabras y algún cerdo. La mayor parte de la información que se tiene de la alimentación en el Antiguo Egipto es sobre las clases privilegiadas.

Los faraones daban mucha importancia a la gastronomía y, por ello, una gran parte de los trabajadores cualificados de sus palacios eran maestros panaderos, cocineros, reposteros o cerveceros. Con ocasión de las grandes celebraciones, como puede leerse en papiros del Imperio Nuevo (1550 al 1070 a.C.) los cestos de carne seca o fresca, los de verduras y frutas, se cuentan por cientos, además de una ingente cantidad de sacos de pasas y granadas. Esta pantagruélica “lista de la compra”, se completa con un gran número de carneros vivos, pájaros, pescados, además de panes, cerveza, vino y leche. Los grandes banquetes de las celebraciones iban siempre acompañados de música y danzas que no pagaban canon



ya que la SGAE no se había inventado aún. Sabemos que en las clases altas los adultos comían dos o tres veces al día, sentados frente a mesas llenas de alimentos y bebidas, mientras que los pequeños de la casa lo hacían sentados en esteras. Al despuntar el día, la primera comida, el desayuno, consistente en pan, carne, cerveza y algún tipo de dulce, no se hacía en común sino que los alimentos se consumían una vez que cada miembro de la familia hubiese terminado su aseo matutino.



Durante el resto del día, comían dos veces más; una comida fuerte a mitad del día y, a la caída de la noche, cenaban abundantemente. La comida se consumía en platos y cuencos, ayudándose de cucharas y unos útiles

que podían parecerse a los tenedores aunque, como resaltan muchos estudiosos, la presencia de jarras y jofainas bajo las mesas, en las pinturas murales, hacen suponer que gran parte de los alimentos eran consumidos asíéndolos con los dedos.

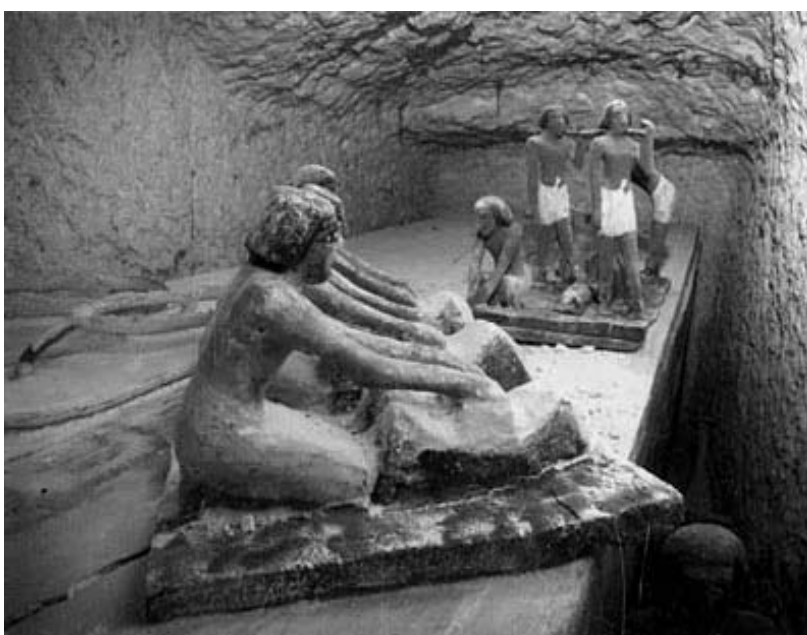
La carne más consumida y apreciada, una vez que consiguieron domesticar diversas especies animales y por tanto la caza pasó de ser una necesidad a convertirse en un deporte de la aristocracia, era la de vacuno, además de erizos, antílopes, ratones, ocas, patos, garzas, codornices, perdices y toda clase de pájaros. Esta carne podía secarse, salarse o confitarse para su conservación, siguiendo métodos antiquísimos. La conservación de las aves dentro de un ánfora repleta de grasa es una técnica que los franceses, siempre tan innovadores ellos, “pulieron” un poco para decir que eran los inventores del “Confit de Canard” Normalmente, estas carnes se cocinaban asadas o a la parrilla, aunque también sabemos que utilizaban ollas y cacerolas para guisarlas junto con otros ingredientes. El consumo de carne de hiena, al que recurrentemente se alude en algunos estudios, está muy poco documentado y, a pesar de que hay ciertas referencias a ofrenda de hienas, de consumirse, al ser un animal que se alimenta de carroña, es presumible que fuese carne de hienas mantenidas en cautividad, cebadas como en la época predinástica se hizo con otras especies animales.

Aparte de la hiena, otra de las carnes cuyo consumo está

en tela de juicio es la del cerdo ya que Herodoto cuenta que era tabú. A favor de la teoría de Herodoto de Halicarnaso, sabemos que el cerdo se alimenta de cualquier cosa, que su carne se conserva peor que otras y que, además de revolcarse en el fango, produce unos olores desagradables por lo que es muy posible que esta carne fuese tabú. En contra, la facilidad con la que se criaban estos animales, y lo barato de su manutención, los hacía muy asequibles. Si a esto añadimos que el faraón Amenofis III hizo una ofrenda de 1000 cerdos y otros tantos cochinillos al dios Ptah en Menfis, queda la duda de si la carne de cerdo se consumía o no; la lógica, y los muchos huesos de este animal encontrados con marcas evidentes de haber sido troceados, nos aconseja decir que el cerdo era consumido por los estratos sociales más humildes ya que los ricos consumían, y ofrendaban, carnes de mayor precio... como no podía ser de otra manera.

Debo citar también el consumo de erizos de tierra, y muchos se extrañarán pero, por si desean probar, su forma de preparación, era la siguiente: Una vez eviscerados, se les envolvía en una capa de barro y se llevaban al horno para conseguir que, cuando esta arcilla se cociera, al romperla se llevara con ella las púas y la piel, para después aliñar la carne asada con hierbas y vegetales. Esta forma de cocinar, no es privativa del Antiguo Egipto sino que proviene de la experiencia común de los pueblos prehistóricos. Baso mi afirmación

en que he visto esta forma de cocción en Los Llanos de Venezuela, en los que envuelven en barro trozos de carne de res con piel y los echan al fuego para que se vaya cocinando mientras llevan a cabo sus tareas diarias, y porque en algunas partes del Alto Aragón, se hacía lo propio con las gallinas y los pollos sin desplumar. Herencia de esta técnica de cocina altoaragonesa es la receta llamada "Gallina de Casbas", que en la actualidad se cocina sustituyendo el barro por una masa... una vez convenientemente desplumado el animal. O sea, lo que los franceses llamaron siglos más tarde "Poule en croûte".



La parte vegetal de la dieta egipcia, además del loto y la médula de papiro, que comían asada, consistía en cebollas, -cuyo consumo es todavía muy popular en Egipto-, pepinos, ajos, puerros y rábanos; para probar la bondad y abundancia de los vegetales citados recordemos que en la Biblia, una vez que los hebreos han dejado Egipto siguiendo a Moisés, se lamentan porque echan de menos los pepinos, los puerros, las cebollas y los melones que se criaban en el país del Nilo -libro de los Números Capítulo 11 versículo 5-.

Entre los vegetales que zampaban hay que resaltar las lechugas, de las que conocían diferentes variedades, puesto que, además de su uso gastronómico, se les daba una utilidad religiosa ya que la savia que desprendía la planta al ser cortada, recordaba al semen humano por lo que, estos vegetales, servían como ofrenda a Min, dios de la fertilidad. En lo que respecta a las legumbres, lentejas, judías, guisantes, garbanzos y habas -estas últimas formaban parte del salario de los obreros, de donde proviene la expresión muy de moda entre los mileuristas: ¡Vaya un salario de habas!-, eran las más consumidas. Por otra parte, careciendo de cubitos y concentrados, las especias más utilizadas en la cocina eran la alholva, la mejorana el perejil, el tomillo, el eneldo, el cilantro, el perifollo, el comino blanco y el hinojo. Algunos autores añaden la hierbabuena a esta lista. Los cítricos no eran conocidos en el Antiguo Egipto ya que fueron introducidos durante la época romana. La fruta era un

producto al alcance sólo de los más pudientes, y se cultivaba en los jardines de templos o palacios. Dátiles, higos y uvas son utilizados desde tiempos inmemoriales. Estas frutas, además de servir para producir vinos, también se utilizaban para la elaboración de panes y, junto a la miel, como edulcorantes ya que no se conocía la remolacha azucarera ni la caña de azúcar. En el caso de los higos, además de consumirse frescos, secos o asados, se añadían al vino para dotarlo de mayor graduación alcohólica.

También eran conocidos los melones, las sandías, las algarrobas o las chufas. Pasado el tiempo, ya en el Imperio Medio, llegaron a Egipto las manzanas y las granadas. Siguiendo con los productos dulces, los postres eran muy elaborados y se les daban diferentes formas, al igual que se hacía con el pan. La masa de harina de trigo o cebada, enriquecida, o no, con higos, dátiles o semillas, se colocaba en moldes de diferentes formas que se habían calentado previamente en las llamas y luego eran cubiertos para llevar a cabo la cocción. Los egipcios producían aceites variados, aunque también los importaban de las regiones de Siria y Palestina. Al parecer, los olivos no pudieron aclimatarse bien a la meteorología de la época y por ello el aceite de oliva, era traído desde el Oriente Medio, sobre todo de Fenicia ya que se han hallado numerosas ánforas de esta procedencia que todavía contenían aceite. La bebida más extendida en el Egipto antiguo, era la cerveza que se

elaboraba con harina de cebada y agua, a la que se añadía una masa de harina, dejándola fermentar y, después de filtrada, tras añadirle pasta de dátiles o de higos, se guardaba en recipientes de cerámica sellados para evitar en lo posible que se agriara.

También varias clases de vino eran conocidas en el Egipto antiguo, el vino con miel, el vino de segunda prensa, y el vino cocido, además del vino negro, el rojo y el llamado vino del norte. La elaboración del vino se llevaba a cabo pisando las uvas y dejando que el mosto fermentara. Después se colocaba en recipientes cerrados a los que se dejaba un agujero para la salida de los gases y, una vez terminada la segunda fermentación, se guardaba en ánforas.

Es curioso saber que los egipcios fueron de los primeros en utilizar las etiquetas para el vino ya que las ánforas llevaban un texto indicando el año de la cosecha, el lugar donde se cultivaron las uvas, el nombre del comprador y, ocasionalmente, el del viticultor, con lo cual se podía hablar de las primeras denominaciones de origen controlada, aunque no se exigía el código de barras en las ánforas; de cualquier modo, el vino egipcio debía consumirse antes de un año para que no se convirtiese en vinagre. Para terminar este breve recorrido por la cocina egipcia, describiremos una receta de la época. Se cortan las perdices por la columna vertebral, se abren presionando sobre el pecho del animal hasta que queden

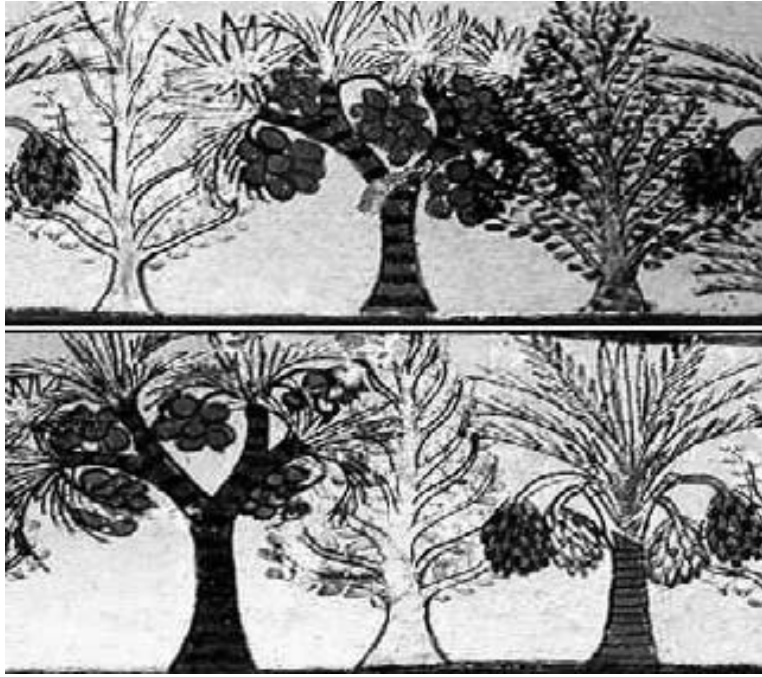
extendidas –a esta forma de cortar un ave los franceses le dieron el nombre de “crapaudine” por el aspecto de sapo que adquiere el animal con las patas abiertas y se ponen a marinar en un líquido compuesto por zumo de cebollas, sal y aceite.

Mientras se marinan las perdices, se hierven los huevos de codorniz en agua salada y, una vez fríos, se les quita la cáscara y se reservan. Después de unas horas de marinado, asar las perdices en una parrilla con fuego de leña. Mientras se asan las perdices, se sofríe en grasa, o en aceite, cebolla cortada bien finita. Una vez que la cebolla tome color, se añaden los huevos, se doran, se salan y se sirven calientes acompañando a las perdices.

Coetáneos a la civilización del Nilo los hititas, enemigos a veces y colaboradores con los egipcios en ocasiones, chaqueteros en una palabra, fueron un pueblo, que era casi desconocido a principios del siglo XX, cuya civilización llegó a su esplendor en el segundo milenio de nuestra era.

Vivían organizados bajo una estructura feudal con un rey que era a la vez el señor de la guerra, gran sacerdote y juez supremo, pero que en realidad no podía ejercer un poder absoluto al estar bajo la vigilancia de la nobleza y el capitalismo de la época además de que su gobierno era de tipo electivo aunque podía designar a su sucesor -¿les suena de algo este tipo de organización social?-.





Enclavados en el territorio de la actual Turquía, la civilización hitita fue de clara orientación militar basando su economía en la propiedad privada explotada por cultivadores libres que tenían muchos esclavos de guerra -¿todavía no les suena?... Francamente...-. Además, a causa de “las pertinaces sequías que assolaban el suelo patrio”, la agricultura no fue tan importante como en Egipto, pero esto no frenó su desarrollo ganadero, ni la explotación de minas, ni la metalurgia (cobre, bronce y hierro).

En los restos arqueológicos que se han encontrado, podemos tener una idea aproximada de su alimentación,

ya que aparecen representados grandes felinos como leones y leopardos, que se cazaban por el prestigio simbólico de sus pieles, por tanto, colegimos que la cacería no desempeñaba un papel fundamental en su alimentación; sin embargo sí era muy importante la crianza de la oveja, de cuyo consumo masivo encontramos múltiples pruebas en los muchos restos de huesos y tejidos lanares que se han encontrado. Esto demuestra que su alimentación se basaba en las carnes y los lácteos -leche, mantequilla y yogurt, conocimiento adquirido por mero accidente, debido a que no contaban con métodos de conservación adecuados-, además de ser grandes consumidores de cereales ya que se ha encontrado cebada de tres hileras de semillas, trigo panificado y escanda -especie primaria de trigo propio de terrenos pobres, de paja dura y corta y cuyo grano se separa difícilmente del cascarillo-.

Con los cereales que tenían a su alcance elaboraban pan sin levadura, como pasta phylo y el conocido en nuestros días como pan de pita. De los frutos, comían bellotas, alcaparras, bayas de enebro, manzanas, nueces y uvas. De la misma época son los antiguos hebreos que, como todos saben, permanecieron largo tiempo en Egipto.

Los conocimientos que tenemos sobre la alimentación del primitivo pueblo hebreo, proceden de la Biblia, por la que podemos conocer más o menos sus manducatorias habituales, entre las que predominaban el pan y el vino.

Hicieron también amplio uso de las especias, en concreto del coriandro y el comino. Además de la leche – principalmente de cabra y oveja-, el pan fermentado y el vino puro, lo fundamental de la cocina israelita eran las verduras, que según relatos bíblicos eran bastante limitadas, centrándose en el consumo de lentejas y legumbres secas. Gustaban de los sabores fuertes, para lo cual abundaban en la utilización del coriandro y el comino negro como ya hemos apuntado.

Por ser un pueblo de baja extracción social, y nómada para más señas, la técnica culinaria utilizada por los hebreos era, en principio, muy simple. Hervían más que asaban, aún en las fiestas más solemnes en que la gente de clase media podía acceder a comer carne. Cuando se asentaron, mucho más tarde, las cocinas del templo de Jerusalén que se describen en el libro del profeta Ezequiel, eran literalmente casas de hervir, con marmitas redondas y profundas.

La religión hebrea era, terriblemente restrictiva, como sigue siéndolo en muchos aspectos, y clasificaban a los animales en puros -res, ternera, cabra y cordero- e impuros -caballo, camello, cerdo y roedores-. En cuanto a las aves, estaba prohibido comer el avestruz, la cigüeña, el pelícano y las garzas entre otras. De los animales que vivían en las aguas, sólo podían comerse los que tenían escamas, igual que todos los insectos, con excepción del saltamontes.



Además de todo esto, existían, y existen, reglamentaciones estrictas sobre el sacrificio de los animales.

No se pueden comer animales puros si murieron de muerte natural o si fueron atacados por animales venenosos, de ahí la precaución de desangrar perfectamente los animales. Incluso encontramos una ley que prohíbe que el cabrito sea hervido en la leche de su madre.

Se puede deducir sin esfuerzo que, en el Israel de aquellos tiempos, la cocina creativa, o de autor, no tenía ninguna aceptación. En cuanto a los postres, había gran abundancia de frutas. Por citar ejemplos, las uvas se comían frescas o en forma de pasas y los higos se

consideraban un bocado exquisito siendo un alimento primordial para los soldados, que los comían secos o como pan de higos, así como el dátil y las granadas. Todo el mundo bebía vino y, al contrario de muchas civilizaciones de la época, lo tomaban puro, sin aguar. Tiempo después, tras un refinamiento social, se acostumbraron beberlo con agua o helado con nieve de las montañas. Sin embargo, la Biblia está llena de advertencias sobre los excesos de la bebida, aunque el vino es citado cerca de quinientas veces en sus textos. Además, no prohibían el consumo de vino a las mujeres, aunque ellas no podían compartir la mesa con los varones.

Elaboraban también vino de granada y de dátiles y no eran conocidos por ser grandes bebedores de cerveza.





**LA ALIMENTACIÓN EN LA ÉPOCA CRETENSE**





La antigua civilización de la isla de Creta es considerada hoy como una de las cunas de la civilización helénica y por ser los primeros en celebrar espectáculos taurinos. Creta fue poblada desde el seis mil a.C. por emigrantes de Asia Menor que habían desarrollado un crecimiento muy pobre durante el Neolítico; con el paso del tiempo comenzó a formarse una civilización cretense autóctona llamada minoica, del nombre de Minos aunque no se sabe si ese es el nombre de un personaje, dinastía o institución.

El pasado de Creta comenzó a conocerse por los descubrimientos hechos en Cnosos llevados a cabo en 1900 por Sir Arthur Evans. Para los estudiosos de la Historia humana ha sido toda una aventura descifrar la escritura cretense. Parece que hubo tres sistemas sucesivos de escritura desde los principios del segundo milenio. Lo curioso del caso, y muy interesante desde el punto de vista de la historia de la alimentación, es que gran parte de esos textos tratan de los almacenes reales del palacio de Cnosos y de sus grandes depósitos de aceites y cereales. Su alimentación, al principio, fue como la de todos los pueblos antiguos: primero la caza y la pesca, agricultura y ganadería. Para la caza disponían de los ayudantes egipcios y usaban gatos semisalvajes que conseguían domesticar. En cuanto a los perros, servían para cazar liebres, jabalíes, ciervos y corzos. También cazaban las cabras monteses con lazos y los toros salvajes, que se domesticaban. Este último, casi

divinizado bajo el nombre de Minotauro, era objeto de una caza deportiva que originó, como ya hemos apuntado, las primeras tardes de toros, que se desarrollaban sin problemas porque, al ser el toro la representación de una deidad, a los primeros antitaurinos que protestaron ante la Real Maestranza de Cnosos, se los echaron al pico por pecadores y herejes.



Su economía ganadera se basaba en las ovejas y cabras, por lo que debemos inferir que conocieron los quesos. De las aves de corral, criaban palomos, cisnes, patos, gallinas y gallos, además del pavo real. También conocieron la apicultura, haciendo un gran consumo de miel y cera.

Los cereales que más usaban eran el mijo, trigo y cebada, cuyos granos se conservaban en grandes tinajas llamadas "pithoi". Consumían legumbres secas traídas de Egipto, además de lentejas, habas, guisantes y garbanzos. En cuanto al olivo y la vid, que crecían en la isla, complementan el panorama gastronómico junto con la higuera. Se puede considerar que esta cocina minoica fue el origen de la cocina helénica, sobre todo por su amplio consumo de los pescados, que se degustan frescos, salados o en aceite de olivo y porque se establecen los pilares de la cocina mediterránea: Vid, olivo y pan. En aquella época fue muy popular el rodaballo frito en aceite de oliva.







## LA ALIMENTACIÓN EN GRECIA



Como en tantas otras cosas, Grecia ha sido maestra de Occidente en el arte culinario. Sus cocciones eran medidas y pacientes, tratando de llegar al buen gusto como era lo adecuado al arte helénico que desarrollaron. Los griegos fueron los primeros en darle su valor a los condimentos, para conseguir un moderado aroma en las recetas, y perfeccionaron la elaboración del pan. Frente a la escasez de aguas corrientes en tierra firme, se encontraba el abundante agua de mar y los productos vivos que de ella pescaban. Existen pueblos que en la Grecia homérica, apreciaron más el pescado de río que el de mar. El pescado de río, de los acuarios y viveros, daba gran pompa a la mesa de los ricos. El de mar era el alimento de los pobres marineros; en la actualidad, los ricos comen pescado “de pincho” o de almadraba, mientras los demás nos contentamos con peces de cultivo ¡Vivir para ver!

Las principales especies que se consumían entonces eran: el atún, la dorada, el rodaballo, la sardina y el salmonete. En cuanto al consumo de carne, los griegos fueron grandes cazadores de animales salvajes como jabalí, ciervo, cabra montesa y liebre. Entre la caza de aves estaba el faisán, tórtolas, petirrojos, perdiz, alondras, codorniz, tordos, etc. A los griegos les debemos el cultivo ordenado de los cereales y la fabricación de panes exquisitos. La diosa Deméter, patrona de la nutrición -también protegía a los ganaderos- era representada con una rubia cabellera de espigas de trigo maduro. Deméter

no quería sacrificios sangrientos por lo que ante su estatua se ofrendaban espigas, frutos, miel y lana recién hilada que, como la diosa no venía a recogerlos en persona, eran aprovechados por los sacerdotes del culto a esta deidad. Los primeros cocineros griegos, fabricaban una galleta de pasta sin levadura y el pan tal como lo conocemos hoy.

En el mercado de Atenas podían encontrarse, en la época clásica, además del pan de centeno, el de salvado egipcio, el de trigo negro o sarraceno, el de avena, y todas las variedades del de trigo: cocido, de molde, al rescoldo entre dos planchas de hierro, frito, amasado con leche y aliñado con varias especias. Se encontraban también los de formas caprichosas, como a modo de croissant. Pasar de panadero a confitero es un avance natural, por lo que fueron famosos en la antigüedad sus pasteles que endulzaban con miel. El aceite de oliva fue la grasa vegetal por excelencia. El prensado de la oliva tiene tres fines: Alimentación, cosmética y alumbrado.

En alimentación se utiliza como medio de cocción y como conservante, en cosmética para untárselo en la piel o para hacer brillar el cabello y por último, en el alumbrado, para alimentar los candiles. Tan importante era el aceite de oliva en la civilización griega que una de las causas de la ruina de Atenas, fue la destrucción de sus viñedos en la Guerra del Peloponeso; es preciso recordar que un olivo tarda más de quince años en dar fruto y casi



cuarenta en llegar a la madurez plena, así que la economía ateniense no pudo esperar y se desplomó. En la actualidad, con el concurso de bancos y entidades monetarias, no solo Atenas sino Grecia entera, ha visto caer su economía sin necesidad de talar ni un solo olivo.



Se supone que el vino surgió en las Galias, debido a la existencia de viñas salvajes que existían en Francia e Italia, basando la elaboración de sus vinos en las recetas orientales.

La enología moderna concibe el vino como el producto que viene de las uvas prensadas, sin mezclas que lo falseen, pero en la antigüedad, el mosto se utilizaba para las más asombrosas mezclas al combinarlo con miel, tomillo, mirra, ramas de arrayán y, en ocasiones, incluso con agua de mar –aunque hoy en día muchos taberneros

prefieren el agua dulce, pero no por ganar más dinero, ¡cómo se les ocurre!, sino por seguir la tradición griega-. Los vinos de Grecia tenían mucha fama en aquellos tiempos, y eran muy apreciados en la península italiana durante la época romana.

A partir de la época clásica, la cocina griega se va complicando cada vez más, convirtiéndose en el preámbulo de la gran cocina romana. Por primera vez en la Historia de la humanidad, los cocineros comienzan a ser reconocidos por la calidad de su trabajo; siete de entre ellos han pasado a la posteridad por sentar las bases de la cocina de Occidente: Egis, de Rodas, fue, según sus contemporáneos, el único que supo cocer perfectamente el pescado. Nereo, de Chios, inventó el caldo de congrio que, si hacemos caso a las crónicas, "era digno de ser ofrecido a los dioses".

Chariades, de Atenas, a quien nadie pudo superar en ciencia culinaria. Lampria, que inventó el caldo negro a base de sangre. Apctonete, que inventó los primeros embutidos.

Euthyno, conocido como el cocinero de las lentejas, que era la legumbre base de la alimentación griega. Por último, Ariston, el maestro de cocina por excelencia, que inventó infinidad de guisados y contribuyó al desarrollo de la gastronomía con las primeras aplicaciones de la cocina de evaporación.

En el anonimato ha quedado el cocinero que inició la moda de las recetas deconstruidas un día que se le cayó una bandeja al suelo y no tuvo tiempo de arreglar el desaguisado.

El primer tratadista gastronómico fue Arquestrato, un griego de Sicilia, nacido en Gela o en Siracusa cerca del siglo IV a.C, que llegó a ser amigo personal de Pericles. Arquestrato escribió el poema llamado Gastronomía, Gastrología o Hedypatheia tratado de los placeres-, en el que recoge datos interesantes sobre la cocina griega de aquel tiempo.

De esta época destacan cerca de 1500 escritores que tratan de culinaria y gastronomía, entre dramaturgos, filósofos y poetas. Atenas atribuye a Arquestrato el haber recogido en sus textos los principios de la gran cocina griega, desde el elogio del pan, hasta las formas de servir la mesa y cómo deben presentarse a ella los invitados.

Con este cronista nace la crítica culinaria y los primeros escritos sobre la cocina que aún se pueden consultar hoy en día; pero como Arquestrato era un conocido escritor y poeta, en sus textos no pone la mala baba de la que hacen gala algunos de los más conocidos críticos culinarios de la actualidad que, en el fondo, según muchos conocedores, no son sino cocineros frustrados.

Al lado de grandes y refinados gourmets como fueron los habitantes de Sibaris, de Tarento o de Crotona, que llegaron a organizar concursos para descubrir y premiar recetas novedosas, han llegado hasta nuestros días nombres de tragaldabas famosos. Teofasto nos cuenta que un atleta llamado Teagenes era capaz de zamparse un toro entero después de vencer en las Olimpiadas. Por su parte, Amaranto de Alejandría, menciona a un heraldo macedonio, que consumía 9 kilos de carne y bebía 7 litros de vino, además de que podía soplar en dos instrumentos a la vez.

Por lo visto, las mujeres no se quedaban atrás: La hija de Megátocles, llamada Aglae, en las fiestas comía 4 kilos de pan y 6 kilos de carne mientras se metía entre pecho y espalda la friolera de 3 litros de morapio de la casa sin tener ninguna preocupación por la silueta.

Parece ser que la costumbre de cenas en común solo para disfrutar de la comida, había surgido en Esparta, y de ahí se extendió al resto de las ciudades griegas.

Los espartanos llamaban a estas cenas *Syssitías*, y en Atenas se conocieron como *symposium*, que más que por banquete, se podría traducir como reunión de bebedores; por lo que se puede deducir, tanto los hombres como las mujeres que formaban parte de la alta sociedad griega se pasaban las dietas por el arco de triunfo.



Hablando de dietas, el doctor Pedro Laín Entralgo en su libro "La medicina hipocrática", especifica que el término diátia significa "régimen de vida, conjunto de hábitos del cuerpo y del alma, que construyen la actividad vital del hombre", y advierte que ya se mencionaba en la literatura griega. La dieta la dividían los griegos en cinco puntos esenciales: La alimentación, los ejercicios, la actividad profesional, la peculiaridad del país y finalmente, la vida social en que vivía el sujeto, por lo que la dieta era una filosofía de vida y no una "operación bikini" al uso actual en el que las dietas son una necesidad estética como el ir

al gimnasio o consumir bebidas energéticas sin alcohol. A propósito de esto Polibio decía: "Aquellos que realizan más ejercicio del que debieran, a proporción de su manera de nutrirse, y que se sienten agotados por la fatiga, no harán mal en beber una o dos veces hasta la alegría, pero no en exceso".

¡Cuánta sabiduría la de este varón! Lo que muchos no terminan de entender es porqué es necesario hacer ejercicio antes de beber.

Para terminar, les dejo una receta griega de la época. El postre llamado "Katillos ornatos". Se lavan bien unas hojas de lechuga, se rallan y luego se machacan en mortero añadiendo vino. Se cuela el jugo. Más tarde se mezcla harina de trigo en el jugo y después de dejarlo reposar un rato se amasa y se añade un poco de manteca de cerdo. Se amasa de nuevo se forma una torta y se porciona la masa formando pequeñas tortitas que deben freírse en aceite muy caliente.



**LA GASTRONOMIA EN ROMA**





Los primeros habitantes de la zona del Lacio eran básicamente agricultores y guerreros, manteniéndose con una alimentación prácticamente vegetal: los guisantes, los cereales hervidos, habas, lentejas, garbanzos, coles, lechugas, cebollas y ajos, eran la base de su pitanza cotidiana.

La importancia de la agricultura en aquellos primeros tiempos hizo que muchas familias guardaran, el sobrenombre de algún antepasado dedicado al cultivo, dando origen a los Lentulus, Fabus, Piso o Lactucius, como si fuese un apellido del que estar verdaderamente orgullosos. Sin ninguna duda fue la civilización griega la que enseñó a los romanos el arte culinario; pero el dinero, como siempre, fue el detonante de un cambio drástico ya que los ricos romanos se dieron cuenta de que era muy caro introducir a los cocineros griegos en Roma para practicar lo que se había dado en llamar el "ars magirica" –la palabra en griego para designar al cocinero es magiros-. Curiosamente, hasta que llegaron noticias sobre los cocineros griegos, los rancheros se contaban en roma entre los esclavos menos apreciados. La influencia griega en la primitiva gastronomía romana era tal que, todavía en los albores del siglo I a.C., sólo se servía una clase de vino griego en los banquetes más suntuosos. Es muy posible que la costumbre española de admirar todo lo que viene del extranjero, menospreciando lo propio, sea una herencia de los romanos que dominaron Hispania durante algunos siglos; lo que sucede es que,

como es natural, hemos sido capaces de aumentar y mejorar esta moda para llevarla a la excelencia del desdén a todo lo que sea español, sea un profesional o el himno nacional.

Para darnos una idea de la nula especialización que había en el terreno culinario, antes del año 180 a.C., eran las mujeres quienes se encargaban de amasar y cocer el pan para la familia, puesto que en las ciudades todavía no había ningún panadero profesional.



Con la supremacía de Roma en los países de Ultramar, unida al intensivo cambalache de productos con los

pueblos de la costa mediterránea, la forma de mirar la cocina y la gastronomía dio un giro. La prosperidad de los negocios y el aumento de la renta per cápita entre los más favorecidos, acabó convirtiendo los productos alimenticios consumidos en el extranjero en una exigencia para demostrar la riqueza personal de quienes hacían fortuna. A causa de las reciprocidades comerciales cada vez más extendidas, no tarda en tenerse noticias en Roma de “delicatesen” como el pescado de Pesino, los dátiles de Egipto, los Cabritillos de Ambrosía, las ostras de Tarento, de los rojizos escaros pescados en Creta, el garum de Cártago Nova e Hispania y constituía un privilegio para los patricios el tener pagar los precios más altos por aquellas delicias gastronómicas. Los “yuppies” de la época, como los de la actualidad, eran capaces de pagar lo que fuese, aunque no les entusiasmara el producto, con tal de que el resto de los mortales viera que tenían mucho dinero; algo así como los que hoy en día han convertido un simple “Gintonic” en una aventura snob que transcurre entre pepinos, fresas, arándanos y cincuenta clases de ginebra. Durante el Imperio Romano se produce un suceso que no se repetirá hasta el siglo XVI con el descubrimiento de América: La adaptación de nuevos productos venidos de todas partes del mundo. Aunque en el caso de América este hecho se produjo rápidamente, en el caso de los romanos se introdujeron de manera paulatina una serie de culturas desconocidas y de animales exóticos propios para la alimentación, y todo esto consiguió que se refinaran los pucheros con lo que la

gastronomía se convirtió en un agente de civilización. Ya desde los últimos años de la república romana, se estaban introduciendo en Roma plantas y animales destinados a los fogones de las familias más pudientes de aquel entonces. Una de las primeras aves que llegó fue la gallina; pero hay que recordar que en aquel tiempo, el gallo y la gallina tenían la consideración de animales decorativos. Por esto en el año 161 hubo un gran escándalo porque se mataban gallinas para comerlas, e incluso se prohibió hacerlo ya que la gallina, llegada de Persia, era considerada un ave exótica; pero poco tiempo después se retiró dicha prohibición.

Igual suerte corrieron el pavo real, el faisán y el flamenco rosa, del que se decía era una comida portentosa y, aunque se servía generalmente entero, la lengua era considerada un bocado muy exquisito que ponía de relieve el refinamiento de quien lo consumía. Se comenta a menudo la predilección de los romanos por las ubres y por las vulvas de cerda virgen, y no es de extrañar ya que las ubres todavía se sirven en algunas regiones italianas. Para nadie debe ser una novedad la afición de los italianos a las ubres; basta con observar hacia dónde se dirigen las miradas de los turistas de esta nacionalidad que recalcan en nuestras playas. Pero en cuestión de carnes, seamos serios, los romanos escogían el lechón, el cabrito y el cordero, por este mismo orden de preferencia. Las carnes de res, para ellos, no eran delicadas. En cuanto a la caza, sobre todo distinguían la de las aves, como

avestruces, pavos reales, flamencos y grullas. Dentro de las aves de corral, se inclinaban por el pato, el capón y la pintada, además de la gallina. Hay que resaltar que en su cocina se encuentran muchos platos hechos con picadillos, albóndigas y algo parecido a las croquetas actuales. Se deleitaban mucho con los embutidos, y no nos referimos no sólo al cerdo sino que también eran aficionados a embutir el pescado; por poner un ejemplo de esta inclinación, se puede decir que en sus recetarios hay una receta de salchichas de ostras. Esto significa que la polvareda levantada por el cocinero Jasper White, de Nueva Inglaterra cuando “inventó” su famosa “Lobster Sausage” -salchicha de langosta-, no es sino otro caso de plagio entre los muchos que se pueden ver en la llamada “cocina de autor”.



En este Tiempo se inicia la industria de las piscifactorías, logrando adaptar en un pez muy apreciado entonces, que sólo vivía en el mar de Creta y Rodas: el escaro, que vive en los arrecifes coralinos y por su vivo color rojo más que por su sabor, era buscado y querido por los nobles romanos.

Del mismo modo, los viveros artificiales de ostras, que imitando los viveros griegos de la isla de Lesbos –aunque lo normal en esta isla hubiera sido el cultivo de almejas, mejillones y la invención de la tortilla ¿lo pillan?-, se instalaron en el lago Lucrino. Sin embargo, los viveros de ostras en aquella época no fueron exclusivos del Imperio Romano, sino de todo el continente europeo.

Respecto a la agricultura, parece ser que había vid y olivos en Italia, pero fueron los griegos quienes refinaron el cultivo y los procedimientos para el vino y el aceite, a pesar de lo que quieran contarnos los galos a propósito del vino. Trabajaron la almendra que ellos llamaban nuez griega y es muy posible que también conocieran la castaña. Plinio menciona en sus escritos una cantidad verdaderamente extraordinaria de diversidades de ciruelas, siendo la más fina de todas las variedades la conocida como ciruela de Damasco.

El garum, Plinio lo llama "licor exquisito", era un condimento que se elaboraba de diversos pescados,

puestos en salmuera alternando capas de pescados, sal y hierbas aromáticas y se dejaban fermentar y descomponer en ánforas enterradas. Aunque existían múltiples recetas, según todos los textos clásicos, la caballa era considerada como el pescado ideal para elaborar este adobo.

Otros lo preparaban, de menor calidad –de marca blanca se diría hoy-, con los desperdicios de los atunes añadiéndoles su sangre. A la mezcla del garum se le atribuían varias virtudes, decían que mejoraba la digestión e incluso algunos médicos la utilizaban como remedio.

El garum fue sin duda en Roma uno de los más grandes condimentos, que perduró muchos siglos y, como anécdota, diremos que antes que el aceite de oliva, este condimento es el primer gran producto español de exportación, que se impone al mundo civilizado por su gran calidad.

Este condimento indispensable en la cocina romana, se puede imitar batiendo una lata de anchoas en salmuera con dos cucharadas de aceite de oliva y vino aromatizado hasta conseguir una textura parecida a una crema espesa, añadiendo después un poco de miel y un poco de pimienta.



A finales del Imperio Romano ya se cultivaban la mayoría de vegetales conocidos en el mundo antiguo. Entre las plantas exóticas introducidas en los mercados estuvieron el loto, el melocotón, el albaricoque -manzanas persas-, el pistacho, el melón, los limones, la naranja etc.

Como puede advertirse, la tabla alimenticia había aumentado asombrosamente, y por ello no es de extrañar que los grandes banquetes que celebraban las familias más pudientes pasaran a la historia, no sólo por el suntuosidad de las viandas, sino también por los exquisitos ornamentos de las mesas, por los impresionantes entretenimientos que se ofrecían en el



transcurso de las cenas, por la opulencia de las vajillas y por la fastuosidad de las flores, en especial de las rosas, que eran las flores preferidas para estas fiestas y eran muy caras en los primeros tiempos, porque venían de Oriente. Vitelio, quien fue emperador romano, inventó un plato increíble.

El banquete fue en honor de su hermano. Dicen que para esta comida prepararon dos mil peces y siete mil aves. El propio emperador logró eclipsar a los invitados a esta fiesta con este abrumador plato que el propio emperador llamó el "Escudo de Minerva".

Plinio escribió que para su preparación hubo de construirse un horno al aire libre. Allí fueron mezclados los ingredientes más exóticos: peces de muchas especies, hígados de escarabajo, morena, huevos de Lamprea, sesos de faisán y de pavo real entre otras magnificencias, también había lenguas de flamenco, que para conseguir la cantidad suficiente envió barcos desde Pafia hasta España.

A poco que se esfuercen podrán ver que muchos ejecutivos de empresas públicas, tienen las mismas manías gastronómicas que Vitelio, en lo que se refiere al lujo y al precio de los manjares que consumen ¡Lástima que ya no existan las costumbres de entonces! Lo digo porque a Vitelio, abandonado por todos debido a su amor al derroche, le dieron pasaporte. En Roma, además

de grandes tragones y yuppies, también había grandes gastrónomos y uno de los más conocido fue Lúculo. Lucius Licinius Lucullus ha alcanzado la máxima celebridad gracias a una frase que le atribuye Plutarco.



Les relataré la anécdota: La casa de Lúculo era frecuentada por todos los capitanes que iban de Asia, y todos los embajadores que venían de Roma por lo que

prácticamente todas las noches había jarana. Un día que cenaba solo y que no tenía ningún invitado a la mesa, sus criados le sirvieron una cena mediocre, el menú del día, y protestó por aquella pitanza sin lujos.

El mayordomo adujo que, como no había ningún invitado, no creyó que debía servir una cena suntuosa. "¡Cómo bribón -respondió Lúculo-, no sabías que Lúculo cenaba esta noche en casa de Lúculo!".

Con esta expresión quiso hacer comprender a su mayordomo que el verdadero sibarita, lo es siempre en todo momento de su vida, sin necesidad de tener invitados. Lúculo, murió envenenado, no se sabe si por un filtro amoroso que le dio su criado Calístenes para que se le "levantase la moral" o por llamar la atención con frecuencia a su mayordomo. El más antiguo de los libros latinos de cocina que se conservan es el recetario de Apicio: "Apitii Celi de Re Coquinaria libri decem", más conocido como "De re coquinaria". El sibaritismo de Apicio y sus costumbres gastronómicas son pasmosos. Se dice que, para conseguir mejor sabor en las carnes, engordaba los cerdos con higos secos, les daba vino con miel y los mataba por sorpresa para extirpar su hígado en las mejores condiciones para su gusto. Su formulario consta de 477 platos, siendo el más cumplido que se conoce de la cocina antigua. Las recetas están transcritas, conforme a las bases fundamentales de la cocina arcaica, que se caracterizó por la profusión de especias y de

hierbas aromáticas, y por las mixturas de lo salado con lo dulce.

El 90% de las preparaciones llevaban forzosamente el garum, que a veces se usaba como sal, aunque también se usaba la sal común que era más cara. Marcus Gabius Apicius se suicidó ya que, por un error de su tesorero que calculó mal la fortuna del tragaldabas, creyó que ya no podría seguir llevando el mismo tren de vida.

De entre las especialidades romanas entresacaremos un platillo llamado "Pastel de rosas" que llevaba: pétalos de rosas, salsa (hierbas aromáticas, especias, vinagre y extractos de pescados marinados), se agregan sesos, se mezclan con huevo y vino y se cocinan fritos. Pero no crean que Apicio, Lúculo y Vitelio eran únicos en su afición a la buena mesa.

Se sabe que el emperador Calígula organizó un convite capaz de avergonzar a todos los grandes vividores de Roma. En él se derrocharon dos toneladas y media de oro. Calígula, que podía haber pasado a la historia perfectamente como Calígula I "El gran gorrón", acostumbraba anunciarse al medio día en varias casas y la suma mínima que costaba su comida, solo la suya, era de 400 sestercios. Los romanos de clase media hacían tres comidas principales, aunque quienes trabajaban en los campos comían algo antes de la cena y, si esta se retrasaba, tomaban una colación llamada vespurna. La

primera de las comidas de la clase media, el desayuno, se llamaba ientaculum y consistía normalmente en queso y una rebanada de pan untado con aceite, ajo y sal, o bien empapado en vino.

Aquí hago un pequeño paréntesis para puntualizar que este tipo de rebanadas de pan untadas, a las que llamábamos "turradas" puesto que si eran de aceite se colocaban en el fogón para que se tostaran, eran la merienda corriente en mis años niños.



En algunas ocasiones, dependiendo del poder adquisitivo, se tomaban higos, huevos, aceitunas, frutos secos, miel, uvas, dátiles o fruta fresca. Al medio día, tomaban un pequeño refrigerio que normalmente consistía en huevos, frutas y pescado. Al final del día tenía lugar la comida más fuerte del día, la Cena, que se solía tomar después del baño en la que, además de los alimentos ya citados, se consumía el pulmentum, que era algo parecido a una papilla hecha con harina de trigo.

Los grandes banquetes romanos solían comenzar sobre la hora octava o novena -se empezaban a contar las horas del día a partir de las seis de la mañana- lo que sitúa el principio de estas comidas a las tres o las cuatro de la tarde y, salvo en las casas de mayor lujo, terminaban antes de que llegase la noche.

Cada uno de los invitados llegaba al banquete con su esclavo personal, un personaje que le atendía y que era conocido como "servum ad pedes", que también era el encargado de transportar hasta la casa de su amo los regalos que se sorteaban al final de la comida conocidos como apophoreta. Así mismo, este esclavo llevaba una especie de servilleta grande llamada mappa que, además de servir para limpiarse y evitar las manchas, se utilizaba para llevarse a casa los alimentos no consumidos.

O sea que la próxima vez que vean en una boda a alguien recogiendo langostinos en bolsas, no es que sea un

“miserias”, es que sigue la tradición romana. El protocolo imponía que cuando entraban en el comedor, se reclinaban en una especie de cama de piedra o madera cubierta con telas llamada triclinium, según el orden dispuesto por el encargado de acomodar a los invitados que era el nomenclator.

Después de las libaciones en ofrenda a los dioses, que eran obligatorias, se pasaba a la cena que constaba de tres partes principales. Entrantes, llamados Gustatio, que estaban compuestos de ensaladas, aceitunas, pescados, champiñones, verduras, huevos y ostras, que se acompañaban con mulsum que era vino caliente con miel.

Estos entrantes servían para estimular el apetito de los invitados.

El siguiente paso eran los platos fuertes, la llamada Prima mensa, en el que se colocaban sobre las mesas aves, carnes y pescados en gran abundancia y variedad.

Perdices, pollos, tordos y palomas compartían espacio con cabrito, cordero, jabalí, cerdo, anguilas, lenguados y salmonetes.

Por último llegaba el postre, llamado Secunda mensa, en el que se servían frutos secos, dulces y fruta fresca.



Una vez terminada la cena se hacía una nueva libación a los dioses -esta parte de la fiesta que estaba animada por diferentes espectáculos sólo podía ser disfrutada por los hombres-, y si así lo disponía el dueño de la casa, que era casi siempre, se procedía a celebrar la *comissatio*, una especie de sobremesa en la que se bebían grandes cantidades de vino que mezclaba con agua el llamado *arbiter bibendi* mientras que los invitados se colocaban sobre la cabeza coronas hechas con hojas de laurel, hojas de hiedra y flores puesto que tenían la creencia de que así no les afectaba el vino. En la actualidad, si se fijan bien, algunos siguen esta costumbre pero, como no hay laurel a mano, se colocan la corbata en la cabeza. Una vez



explicado esto, sugerimos algunas recetas para realizar un banquete romano.

### GUSTATIO

PATINA DE APUA FRICTA (Anchoas fritas) Primero se lavan bien las anchoas frescas, se batan unos huevos y se mezclan con el pescado.

Después se mezcla garum, aceite y vino, y se pone a hervir. Una vez que comience a hervir esta mezcla, se añade la anchoa y se remueve con mucho cuidado tratando de no romper las anchoas. Cuando el pescado tome un poco de color, rociar con vino tinto, espolvorear con pimienta y servir.

CURCUBITAS MORE ALEXANDRINO (Calabazas a la manera de Alejandría) Se hacen hervir en agua unas calabazas troceadas y después se escurren y se conservan en la olla.

Se muele pimienta, coriandro, comino y menta fresca, añadiendo después vinagre. Luego se añaden piñones dátiles picados, miel, garum, vino cocido y aceite de oliva y se echa todo por encima de las calabazas acercando la olla al fuego.

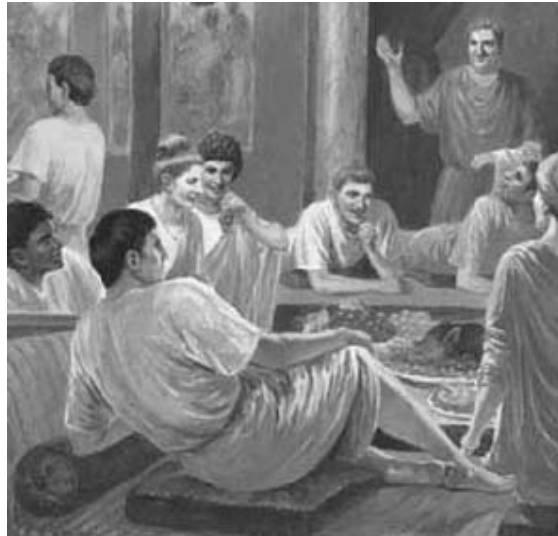
Una vez que hierva, se espolvorea con pimienta y se sirve.



**CAULES (Coles)** De entre las muchas maneras de cocinar las coles podemos escoger algunas. Se pueden hervir unas coles troceadas añadiéndoles piñones y pasas y espolvoreando pimienta, o bien agregar vino tinto, aceite de oliva, comino molido y pimienta, o bien, agregando a las coles cebolla, coriandro, pimienta molida y comino, rociando con aceite de oliva y vino tinto.

**OLUS MOLLE EX FOLIIS LACTUARUM CUM CEPIS** (Lechuga y cebolla en puré) Se cuecen en agua con un poco de bicarbonato, unas hojas de lechuga y, después de escurrirlas se cortan en trozos. En un mortero se machaca semilla de apio, menta seca, pimienta y cebolla, se añade

garum, vino tinto y aceite de oliva y se echa sobre las lechugas mezclando bien.



OVA ELIXA (Huevos cocidos)

Se cuecen los huevos en agua con sal, se dejan enfriar y se pelan.

Después se rocían con una mezcla hecha con vino tinto, pimienta, garum y aceite de oliva.

IN OVIS APALIS (Huevos revueltos con piñones)

Se mezclan huevos crudos batidos con pimienta y piñones, se rocían bien con garum, vinagre y miel y se fríen con muy poco aceite de oliva.

#### CUM FABAE (Habas cocinadas)

Se cuecen unas habas en abundante agua con sal. Se machaca bien comino, coriando y pimienta, se añade garum y se echa todo en una cacerola junto con las habas. Se agrega aceite de oliva y se deja hervir a fuego lento.

#### BETAS MINUTAS (Una especie de potaje de acelgas)

Una vez que se hayan cocido en agua con sal acelgas y puerros troceados, se añade garum, comino, pimienta y vino de pasas.

Se deja hervir y se sirve.

#### CAROTAE FRICTAE (Zanahorias fritas)

Cortar la zanahoria en trozos, freírla en aceite de oliva y servir rociándola con una mezcla de garum y vino tinto.

### PRIMA MENSA

OFELLAS GARATAS (Carne en garum) Freír filetes de lomo de cerdo en aceite de oliva y se reservan en caliente. En el mismo aceite se añade una buena cucharada de garum junto con dos de miel y se deja que comience a hervir. Se añaden los filetes a la sartén hasta que tomen sabor.

ALITER HAEDINAM SIVE AGNINAM  
EXCALDATAMI (Cabrito o cordero a la parrilla)

Primero se cuece la carne con aceite de oliva y garum. Después de cocido se saca y se espolvorea con pimienta negra se pinta con garum y aceite de oliva y se coloca en la parrilla. Una vez hecha la carne, se cubre con la salsa de la cocción y se sirve.

ALITER HAEDUS SIVE AGNUS SYRINGATUS  
(Cordero asado)

Se unta el cordero con aceite de oliva, se le añade sal, pimienta y coriandro en grano. Llevar al horno y asar. Se debe servir como sale del horno.



PATINA MULLORUM LOCO SALSI (Receta de salmonetes)

Limpiar los salmonetes y rellenar con pescado salado. Colocarlos en una olla con aceite y cocinar tapado. Una vez que haya hervido, se añade encima vino de pasas, se espolvorea con pimienta y se sirve.

PULLUM PAROPTUM (Pechugas de pollo con salsa)

Se fríen las pechugas de pollo en aceite y se reservan. En una cacerola se pone a cocer tallo de lechuga bien picado, agua, aceite de oliva y garum. Se cuece bien, se añade huevo batido, se liga la salsa, se espolvorea con pimienta y se añade a las pechugas.



LOCUSTA ELIXA CUM CUMINATO (Pescado hervido con salsa)

Una vez hervido el pescado, se reserva caliente en una fuente. Aparte, se machaca en un mortero ajedrea, cebolla, pimienta, cebolla, una yema de huevo cocido, vinagre, garum, aceite de oliva y vino de pasas. Se rocía el pescado con esta salsa y se sirve.

PATELLAM TIROTARICHAM EX QUOCUMQUE SALSO VOLUERIS (Plato de pescado)

Se cuecen unos sesos, se pican bien y se ponen a frír en aceite de oliva junto con trozos de pescado fresco, queso fresco, huevos cocidos troceados y unos hígados de pollo y reservar. Machacar en un mortero perejil, cilantro, pimienta, ruda, comino y orégano a lo que se añade, miel, aceite de oliva y vino tinto y cocer todo a fuego muy lento. Añadir a la fritura, cubrir todo con huevos crudos y servirlo todo espolvoreado con comino molido.

PATINA PISCIUM (Plato de pescado)

En el fondo de una cacerola se coloca una capa de cebollas picadas. Encima se coloca el pescado y se añade garum junto con aceite de oliva, un poco de ajedrea y vinagre. Servir en cuanto esté cocido.

PULLUM (Receta de pollo)

Una vez que el pollo esté troceado, se sofríe en aceite de oliva. Se pone en una cacerola con el aceite de freír y se añade vino tinto en abundancia, puerros troceados,

ajedrea y coriandro. Mientras se está cociendo el pollo, se machacan en un mortero piñones, pimienta negra, un vaso de leche entera y un poco del caldo en el que cuece el pollo. Se echa la mezcla del mortero en la olla del pollo y se deja hervir. Se retira el pollo y se coloca en una fuente y, se mezcla el caldo de cocción con dos huevos cocidos bien picados, hasta conseguir una salsa que se echa sobre el pollo antes de servir.

#### IN POLIPO (Plato de pulpo)

Se cuece un pulpo, se corta en rodajas y se sazona con pimienta molida y garum.





## SECUNDA MENSA

### DULCIA (Budín)

Se mezclan ½ litro de leche y 200 gramos de harina de trigo hasta conseguir una masa homogénea. Se agregan 800 gramos de queso fresco, 100 gramos de miel y tres huevos de uno en uno. Se coloca en un molde y se cocina. Servir frío.

### DULCIA PIPEROTA (Dulces pimentados)

En un recipiente se mezclan vino de pasas, ruda, vino tinto y miel. Se añaden nueces picadas, espelta cocida en agua y piñones. Terminar agregando pimienta molida y avellanas tostadas.

### ALITER DULCIA (Dulces)

Poner en una cacerola pimienta, leche y miel junto con huevos batidos, agregar piñones tostados y nueces. Calentar, añadir aceite de oliva y servir.

### PERSICA (Melocotones)

Se pelan los melocotones, se les quita el hueso y se cortan en trozos. Se disponen en una bandeja, se espolvorean con comino y se le echa un poco de aceite de oliva.

### PATINA PIRIS (Plato de peras)

Se cuecen en agua peras entera y, una vez cocidas se les quita el corazón. Se ponen a macerar con garum, miel, comino, pasas, aceite y pimienta. Se le agregan huevos

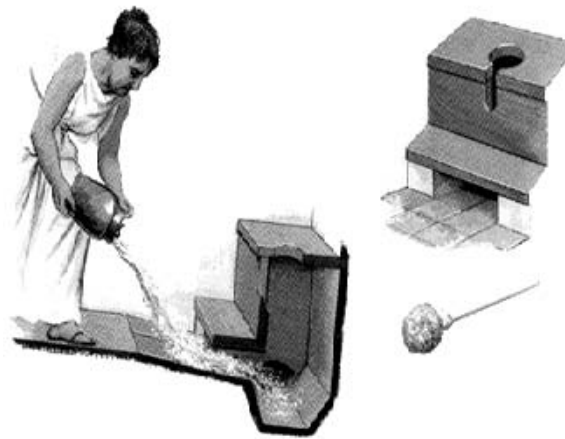
cocidos troceados, se espolvorea con pimienta y se sirve.

#### OVA SPONGIA EX LACTE (Tortilla de leche)

Se baten cuatro huevos junto con dos cucharadas de aceite y un cuarto de litro de leche, hasta que esté todo bien mezclado. Poner un poco de aceite en una sartén, echar la mezcla y, cuando esté cocida por un lado, darle la vuelta, untar con miel, espolvorear con pimienta y servir.

#### PANIS CUM LACTE (Torrijas)

Meter una rebanada de pan en leche. Cuando se haya absorbido, poner unos minutos en el horno. Sacar del horno, untar con miel mientras esté bien caliente, pinchando para que penetre la miel, espolvorear con pimienta y servir.



## BEBIDAS

### HIDROMELE (Hidromiel)

Se mezclan dos vasos de agua con un vaso de miel hasta que se disuelva. Se pone la mezcla en un tarro tapado y se coloca al sol durante cuarenta días y cuarenta noches. Se sirve frío.

### VINUM FICUS (Vino de higos)

Se machacan bien los higos hasta convertirlos en una pasta, se mezcla bien con agua, se pone la mezcla en un tarro y se deja macerar durante dos días. Esta bebida se conserva diez días como máximo.

### ROSATUM SIC FACIES (Vino de rosas)

Se quita la parte blanca del extremo de los pétalos y se ensartan en un hilo poniéndolos a macerar en vino blanco seco durante siete días. Al cabo de este tiempo, se sacan los pétalos y se sustituyen por otros frescos. Repetir esta operación tres o cuatro veces. Cuando hayáis terminado, filtrad el vino y añadidle un poco de miel. También puede hacerse vino de violetas con el mismo sistema.

Como curiosidad, añadiré que los romanos convertían a veces el vino tinto en vino blanco con una receta que está bajo el epígrafe "Oleum liburnicum sic facies", añadiendo al vino blanco tres claras de huevo por litro; luego lo agitaban bien y lo dejaban reposar durante

veinticuatro horas.

Durante el tiempo de la dominación romana, fue ciertamente acreditada la explotación agrícola de Hispania, que era tan rica en cereales que se la llegó a conocer como "el granero de Roma". Los cartagineses habían traído a la península desde Egipto, cuna de la panificación y la cerveza, técnicas de cultivo muy avanzadas que mejoraron la producción de grano.

Las regiones donde los cartagineses se asentaron en la época, producían una monumental cantidad de trigo y cebada. Turdetania, región que abarcaba el valle del Guadalquivir desde el Algarve hasta Sierra Morena ocupando la mayor parte de la actual Andalucía, era maravillosamente fértil, tenía toda clase de frutos, y sus habitantes fueron desarrollando y pluralizando su producción hasta llegar al mejor período económico, gracias a su lenta pero profunda romanización.

Dentro de los productos más importantes que Hispania exportaba hacia la metrópoli, estaba el *óleum hispanicum*, el aceite de oliva que fue famoso no sólo por su categoría en la alimentación, sino como producto farmacéutico.

El aceite más apreciado, gastronómicamente hablando, era el procedente del territorio italiano de Menafrio; pero el aceite hispano, desde que llegó a Roma, fue uno de los

productos más estimados de la época Imperial, aunque esto los italianos no lo reconocerán jamás. A la par del aceite estaba la exportación del jamón ibérico. Muchos escritores romanos mencionan la cría de cerdos en España y la extraordinaria calidad de las bellotas con las que eran alimentados, dando como resultado uno de los jamones más exquisitos, sobre todo en ciertas zonas como Cantabria.

La fama del jamón ibérico llega hasta tal punto que aparece en el "libro" *Expositio totius mundi*, datada en el año 359, que es el último censo de los grandes productos de la roma Imperial. Esta obra que, entre otras, recoge la descripción de Hispania y de sus perspectivas mercantiles, es una demostración de suma trascendencia por haber sido escrita por un negociante oriental que vivía en Tiro, aunque era originario de Mesopotamia, ya que los artículos citados en ella, serían más tarde comerciados en Oriente.



También eran muy reconocidas en roma las salazones y, como ya he dicho, el famoso "garum". Sin duda una de las influencias gastronómicas más importantes de Hispania en los mercados de Roma, fueron las salazones de pescado y el garum.

Uno de los negocios más sólidos de los Púnicos, fue la conserva del pescado, cuyo arte llevaron a la península ibérica. Los productos de la pesca del atún, esturión, morena y la del escaro, así como la sardina, fueron sus materias primas. Todo esto aunado a las salinas de las cercanías de Cartagena, o de Cádiz, dieron origen al

desarrollo de una gran industria de salazones. El cultivo de las ostras llegó desde Roma, aunque cinco siglos atrás, el médico griego Oribasio hablaba sin escatimar elogios de la cantidad y calidad de las ostras que salían de las costas de Tarragona. Parece ser que los criaderos de ostras se perdieron con la llegada de los bárbaros, pero siguieron en Barcelona, tierra de gran riqueza ostrícola. En lo que se refiere a bebidas, Hispania exportó vinos a Roma, que fueron apreciados de manera diversa; pero a pesar de la fama de los vinos, lo que bebían los naturales de Hispania era cerveza. Las tribus celtas y celtibéricas la habían conocido a través de los púnicos, que habían traído la fórmula para elaborarla desde Egipto.

La receta de la cerveza era explicada del siguiente modo: "se extrae este jugo por medio del fuego del verano de la espiga humedecida; se deja secar y reducir a harina, se mezcla con un jugo suave con cuyo fermento se le da un sabor áspero y un calor embriagador".

Una bebida que también llegó a Roma, y causó sensación, fue la llamada "bebida de las cien mil hierbas", que al parecer se hacía en Cantabria. Era un brebaje muy aromático que se elaboraba mezclando vino con miel y con una gran cantidad de hierbas silvestres. Se tenía por algo exquisito y de irrefutables cualidades medicinales. Resumiendo, antes del boom turístico de los años sesenta del siglo XX, Hispania ya era conocida en todo el mundo como un territorio fantástico para el asunto del bebercio

y la zampa. Dejando a Hispania de lado, uno de los enigmas de la historia que ha preocupado a los historiadores, ha sido el de la decadencia del Imperio Romano. Los galo-romanos, hispano-romanos, y los de todas las provincias del Imperio, se fraccionaron en diversos reinos y así las cortes bárbaras más ambiciosas, tomaron el poder y, una vez instalados, trataron de imitar la suntuosidad y rituales de los banquetes de la antigua Roma y Bizancio; pero el ocio, orgulloso y natural de aquel lujo no volvió a renacer.





**IMPERIO BIZANTINO**



Culinariamente hablando, fueron los bizantinos quienes se instalaron, como ceremoniosos dueños, en el protocolo recóndito y pomposo de las grandes mesas imperiales. Salvaguardaron platos, recogieron recetas, prodigaron condimentos y especias, haciendo de lo vasto de sus cocinas un feudo subterráneo y maravilloso en el que los cocineros podían trabajar a sus anchas sin tener otra preocupación que la de hacerlo lo mejor posible sin tener en cuenta lo que gastaban; se ve que, desde siempre, quienes cobran los impuestos, no se sienten obligados a medir sus gastos. Constantinopla fue una de las urbes más amplias y prósperas de la cristiandad durante la Alta Edad Media.

El Imperio Bizantino duró más de diez siglos, gobernado por grandes emperadores, sostenido por sutiles diplomáticos, hubo generales victoriosos y marinos ilustres, y conservó el cristianismo como religión propia del área del Mediterráneo.

Fue el centro de una civilización admirable, la más exquisita y la más interesante que conoció la Edad Media. Por otra parte, transfirió al mundo árabe todo el conocimiento grecolatino. Todos los conocimientos del sibarita Apicio pasaron a la cocina árabe a través de Damasco y luego de Bagdad. El imperio bizantino no fue un área geográficamente determinada, ni la nación de un pueblo, ni la unidad de una raza, sino una civilización. Se mantuvo a base de la creencia en la fe cristiana, de una

concepción política del Imperio, del decoro solemne de la púrpura imperial y de una animación material y positiva que fue la economía; esta se conservó próspera incluso en momentos muy difíciles y, estoy seguro de ello, no fue por hacerle caso a la emperatriz de los tudescos ni por rescatar con grandes cantidades de piezas de oro a la banca de la época. A pesar de todo, esta etapa de transición se caracteriza por el desorden político, además de las invasiones que al mismo tiempo amenazaban al imperio Romano.

Se dice que en esta época 49 emperadores le suceden al último emperador de la dinastía, y 29 de ellos mueren asesinados. No es sino hasta que un soldado llamado Diocleciano se hace emperador gobernando durante 20 años, formando una tetrarquía, es decir que 4 personas se van a encargar de 4 diferentes regiones del vasto Imperio. El gran escritor venezolano Miguel Otero Silva en su obra "Cuando quiero llorar, no lloro", describe con una gran dosis de humor negro lo que sucedió en aquellos convulsos años y pone en boca de Diocleciano una relación que no me resisto a incluir aquí. Lean que no tiene desperdicio.

*"Yo no nací para emperador, al menos así se desprendía de las apariencias, sino para cultivador de hortalizas, capador de cerdos o soldado muerto en combate; no tuve padre cónsul, ni abuelo senador, ni madre ligera de cascos, circunstancias que tanto ayudan en los ascensos, sino que me engendró en mujer*

*labriega un liberto del senador Anulino, liberto y padre mío que en su niñez rastreaba moluscos por entre los peñascos de Salona.*

*Pero desde muy joven me indicaron los presagios que en mis manos germinaría la salvación de Roma: la estatua de Marte enarbolaba el escudo cuantas veces pasaba yo a su lado, una noche se me apareció el propio Júpiter disfrazado de toro berrendo bajo la luz de un relámpago; comprometido por tales auspicios me hice soldado sin amar la carrera de las armas; me esforcé en razonar como los filósofos cuando mi inclinación natural era berrear palabrotas elementales en las casas de lenocinio; me volví simulador y palaciego, yo a quien tanto agradaba sacar la lengua a las obesas matronas y acusar en público de pedorros a los más nobles patricios; obtuve la jefatura de la guardia pretoriana no obstante el asco que me causa el oficio de policía; y finalmente le sepulté la espada hasta los gavilanes al Prefecto del Pretorio, Menda que no podía ver una codorniz herida sin que se me partiera el alma. Y cuando ascendí por riguroso escalafón de homicidios a emperador de Roma, ¿qué restaba del imponente imperio de Octavio y Marco Aurelio? Quedaba un inmenso territorio erosionado por el roce de todos los vicios, amenazado desde el exterior por los bárbaros de más diversos bufidos y pelajes, minado en el interior por los nietos y biznietos de los bárbaros que se habían infiltrado en la vida pública a horcajadas sobre el caballo de Troya de las matronas cachondas, una nación exprimida y depauperada por los agiotistas, una república de cornudos y bujarrones donde ya nadie cultivaba la apetencia de sentarse en el trono, porque*

*sentarse en el trono constituía experimento más mortífero que echarse al colete una jícara de cicuta. Así las cosas, subí yo al gobierno con dos miras precisas: reconstruir el devastado imperio y morir en mi cama con los coturnos puestos, esta última empresa más difícil de sacar a flote que la otra, si uno se atenía a los antecedentes inmediatos.*

*Oído al tambor en los postreros cincuenta años: al óptimo soberano y ejemplar hijo de familia Alejandro Severo se lo echaron al pico sus soldados, acompañado de su admirable madre Mammea, que también obtuvo su mortaja; le correspondía el trono a Gordiano I, mas Gordiano I se dio bollo a sí mismo al tener la noticia de cómo el exorbitante Maximino (un metro noventa centímetros de altura) se había cargado a su hijo Gordiano II; en cuanto a Maximino, y de igual modo a Máximo, a quien el gigantón había designado como César, fueron tostados por la tropa.*

*Le tocaba el turno a Balbino, y lo peinaron alegremente los pretorianos; venía en la cola Gordiano III que, al par de su tutor y regente Misisteo, recibió matarile de Felipe el Árabe; un lustro más tarde los oficiales de Decio madrugaron a dicho Felipe el Árabe, durante la conmemoración de la batalla de Verona, en tanto que a su hijo Felipe el Arabito le llenaban la boca de hormigas en Roma, doce años no más tenía el pobrecito; Decio a su vez fue traicionado por sus generales y entregado a los godos para que esos bárbaros le dieran la puntilla; Galo al bate, lo rasparon sus milicianos y, después del consumatum est, se pasaron a las filas de Emiliano; los mismos destripadores le*

*extendieron pasaporte a Emiliano, a los pocos meses, por consejos de Valeriano; el sufrido y progresista Valeriano cayó en manos del persa Sassanide Sapore, lo torturaron aquellos asiáticos, lo castraron sin compasión, lo volvieron loco a cosquillas, lo enjaularon como bestia y, de postre, le arrancaron el pellejo en tiritas, ¡caníbales!.*

*A Galieno, poeta inspirado e hijo de Valeriano, lo siquitrillaron unos conjurados, inducidos a la degollina por un general de nombre Aureolo; Claudio II, que vino luego, le cosió el culo a Aureolo, en justiciera represalia; la peste, o un veneno con síndrome de peste, ayudó a bien morir a Claudio II; apareció entonces un tal Quintilio, hízose pasar por hermano del difunto, pero no tardó en suicidarse, lo cepillaron es la verdad histórica, a los 17 días de vestir púrpura imperial; surgió inesperadamente Aureliano, mano de hierro, el único en el payroll con categoría de emperador romano, lo cual no impidió que el liberto Mnesteo, asesorado en el de profundis por el general Macapur, le cantara la marcha fúnebre; llamaron a Tácito, un venerable anciano de 75 años que ninguna aspiración de mando albergaba en su arrugado pecho, lo coronaron contra su voluntad y al poco rato le cortaron el resuello; y como Floriano, hermano y heredero de Tácito, pretendió el muy ingenuo gobernar sin el respaldo del ejército y sin la aquiescencia del senado, no transcurrieron tres meses sin que le doblaran la servilleta; entró en escena Probo, un tío inteligente y precavido que logró mantenerse seis años sobre el caballo, creyó entonces haber llegado al momento de hacer trabajar a los soldados en la agricultura, le fabricaron en el acto su traje de madera; un año*

*después fue limpiado Caro misteriosamente, unos dicen que fue un rayo y otros dicen que su suegro; quedaba Numeriano, hijo de Caro, mas el prefecto Arrio Apro lo puso patas arriba; y en ese instante me adelanté yo al proscenium y, para no ser el de menos, descabellé a Apro y le compré su nicho, mientras Carino, legítimo aspirante a la corona, era borrado del mapa por la mano de un tribuno a quien el mentado Carino le barrenaba la esposa; ¿es éste un imperio honorable o una trilogía de Esquilo?*

*Único salidero para escapar del magnicidio era la aplicación de la teoría euclidiana de las proporcionalidades y proporciones, y conste que estas tímidas inmersiones en las linfas de la cultura griega son consecuencia de las prédicas de Ateyo Flaco, erudito esclavo corintio que me llevaba las frutas secas del ientáculum (desayuno, caballeros) a la cama. El cálculo aritmético señalaba que, si existían cuatro emperadores en vez de uno, las posibilidades de degollar a un emperador se reducían a un veinticinco por ciento.*

*Y si ninguno de los cuatro príncipes tenía su asiento en Roma, cuando los ciudadanos capitolinos, que eran los más tenebrosos, decidieran sacarles los tuétanos y arrojar sus cadáveres al Tíber, veríanse compelidos a sobrellevar agotadoras expediciones hasta remotas comarcas para transportar los cuatro fiambres, acortándose así el veinticinco a un reconfortante cinco por ciento, menos del cinco si alojaba a Maximino en Milán, colocaba a Constancio Cloro en Germania, establecía a Galerio en la futura Yugoslavia y yo me*



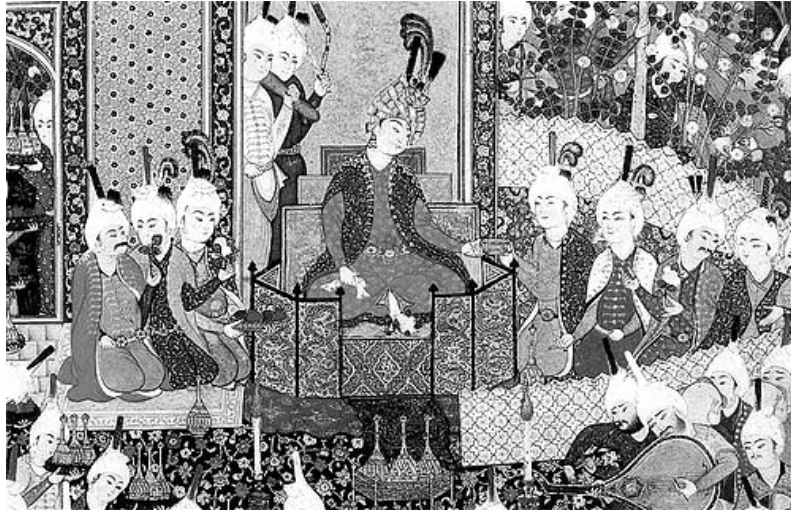
*largaba a Nicomedia, en el Asia menor, lo más lejos posible de estos lombrosianos.*

*Otrosí. La razón más usual de morir los emperadores romanos se originaba de esta guisa: a los generales triunfantes se les subían los humos a la cabeza y decidían asesinar a sus soberanos con el propósito de sustituirlos en el solio máximo.*

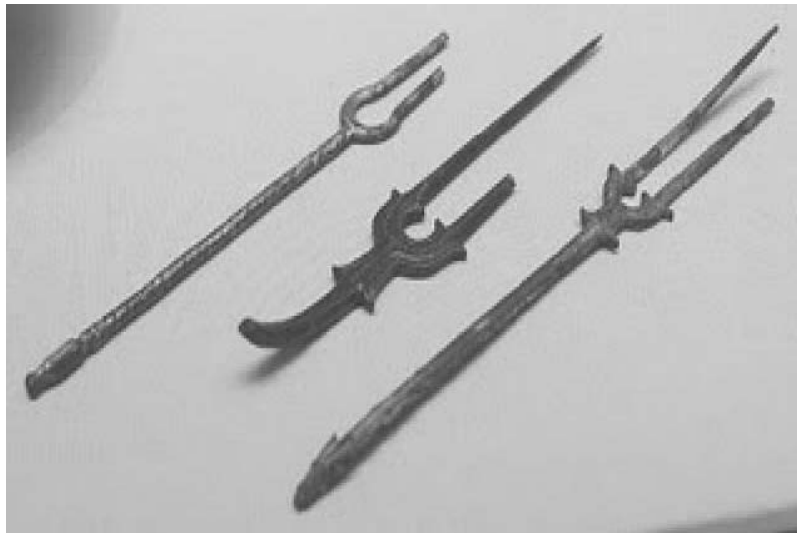
*Y como los generales triunfantes eran imprescindibles para mantener a raya a los francos, británicos, germánicos, alamanes, borgoñeses, iberos, lusitanos, yacigios, carpos, bastarnos, sármatas, godos, ostrogodos, gépidos, hérulos, batrianos, volscos, samnitas, sarracenos, sirios, armenios, persas y demás vecinos que aspiraban a recuperar sus regiones tan honestamente adquiridas por nosotros, ocurrióseme la idea de seleccionar tres generales, los tres generales más verracos del imperio (mi mejor y más obediente amigo, un segundo a quien convertí en mi yerno y un tercero a quien convertí en yerno de mi mejor y más obediente amigo) y otorgarles tanto rango de emperadores como el que yo disfrutaba, con igual ración de púrpura que yo, aunque la verdad era que no mandaba sino el suscrito”.*

Sigamos. Diocleciano deja el poder y comienzan una serie de luchas entre los citados subgobiernos, encontrándose entre ellos Majencio, Severo, Galeno, Liciono y Constantino Cloro, ganador de estas batallas y fundador de la Nueva Roma, es decir del Imperio Bizantino.

Constantino se nombra emperador y a raíz de las amenazas de los invasores a Roma, cambia la capital a Bizancio, antigua colonia griega, y la hace llamar Constantinopla, cambiando así el centro de gravedad de Occidente a Oriente.



Constantinopla hizo transitar todo el negocio mundial por su ciudad. Desde las sedas de Oriente (primordial fuente de rentas), hasta las especias, el comercio bizantino adquirió, entre los siglos IX y XI su máximo esplendor. Desde el primer momento, Bizancio se consideró a la altura de Roma y cuando ésta cayó, Constantinopla tuvo el orgullo de conservar los usos romanos que poco a poco se fueron contaminando de orientalismo hasta que esta nueva Roma se parecía tanto a la original como un huevo a una castaña.



Cuando se celebró el cónclave de Nicea, en el año 325, el emperador Constantino abrumó a los padres de la iglesia con un banquete tan abundante y espléndido que según contaron aquellos teólogos: "la mesa daba una idea de los placeres reservados a los elegidos del Paraíso".

El propio Constantino construyó, cerca del hipódromo una sala fundamentalmente disponible para los grandes festines; el emperador y sus convidados, comenzaron a comer sentados y no tendidos como en la época romana.

El vino griego espeso, dulzón áspero y acanelado, al que los padres de almas no hacían ascos, era transportado en grandes vasijas de oro, las cuales eran tan pesadas que

debían ser transportadas por dos esclavos.



En los Calendarios del Imperio, se seguía la regulación de la usanza hipocrática, aunque sobrepasada por los gustos orientales. En estos textos, se señalaba que los bizantinos gustaban de unos alimentos muy específicos, elaborados usando muchas especias. La cocina tendía a disimular los sabores naturales y llegaba a mezclar los condimentos y las especias con las frutas más variadas; la cocina, pues, no pudo dejar de viciarse con el abundante mercadeo de las especias, los productos de su lonja y las importaciones que llegaban a diario a sus muelles. También había otros negocios importantes, como era el caso de los perfumistas que vendían fragancias, tintes y

especias; fabricantes de cera y de jabón; artesanos de cuero, carniceros, pescadores panaderos etc., además de que el arte de la tapicería ya estaba introducido en Constantinopla.

La de Bizancio fue una gastronomía por demás intransigente y solemne que llevó hasta los extremos el protocolo detallista en la cocina.

En la época se acostumbraban a consumir tres comidas: el progeuma o desayuno matinal, el geuma al mediodía y el deipnon o cena. Las comidas se hacían en familia, pero cuando había extranjeros invitados, no asistían las mujeres; pero los invitados cambiaban de calzado antes de colocarse ante la mesa. Sentados en sillas o bancos, los comensales recitaban antes de comer una oración para bendecir los alimentos.

Se piensa que los invitados de escasos recursos tomaban el alimento con las manos, y aunque se encontraron cucharas de plata en diversos yacimientos se piensa que no eran de uso frecuente. Sin embargo los bizantinos, a la hora de comer, fueron enrevesados y refinados e inventaron entre otras cosas el uso cotidiano del tenedor de dos dientes, aunque se supone que sólo se usaba para servirse de la fuente común. Antes de la comida, la dueña de la casa limpiaba la mesa la cubría con un mantel y se colocaban servilletas, así como jofainas con agua para lavarse las manos, que era signo de buena educación. Los

cocineros bizantinos aprendieron a cocer al punto los pescados, y la cacería de pluma se acondicionaba con un moje de mostaza con sal, comino, pimienta y canela, haciendo que no conociera el sabor de los alimentos originales ni la que los parió.

Los bizantinos gustaban de las carnes tiernas sobre todo de animales jóvenes, corderos, cabritos, gazapos y lechones. Se deleitaban con las menudencias y los despojos. Las manos de cerdo y cordero, las tripas, el hígado, los riñones, ubres de cerda, llegaron a las grandes mesas al mismo que las ranas y esturiones, que eran muy solicitados, lo que les convierte en reyes de la casquería y los menuceles mucho antes que los franceses. Además de venados, faisanes, gansos, gallinas y por supuesto el pescado, les gustaba la carne hervida; el cordero y el cabrito lo sazonaban con coriandro verde y pimienta.

En un festín imperial un cabrito fue obsequiado flotando en salmuera relleno de ajo, cebollas, y puerros. Los cocineros bizantinos asaron pichones, elaboraron faisanes encebollados acompañados con ciruelas, perdices rellenas de leche agria, los pescados ya eran hervidos u horneados se acompañaban con salsas exóticas. También los freían envueltos en harina de mostaza o los acompañaban con una salsa de nardo y coriandro o se lo comían cocido con una salsa espesa de puré de merluza; además de pescados salados consumían mucho atún, que

estaba considerado de uso común aunque fuera bonito y del norte. Gozaban con las legumbres frescas y las coles, verdolagas, lechugas, espárragos, alcachofas, setas, además de habas, lentejas, garbanzos y guisantes. Los espárragos los comían con una mezcla de aceite y laurel, la lechuga con aceite y vinagre, las habas las sazonaban con sal, aceite verde y comino -de igual manera sazonaban los guisantes y los garbanzos-. Gustaban también de los purés de legumbres sobre todo de trigo que aromatizaban con miel, nardo, canela y vino denso del Peloponeso.

Adoraron el ajo verde, que condimentaban con aceite y sal. Su "skoodaton" era una especie de emulsión semejante a nuestro alioli, aunque como condimento se añadían alcaparras y mostaza. Además de los vinos del país, eran muy solicitados los de Chipre, Siria, Palestina y África del norte. El mejor vino que conoció Bizancio fue el de la Isla de Samos. La repostería bizantina fue prodigiosa y en ella se ocupaban infinidad de maestros confiteros, queseros, y grandes artesanos de exquisiteces aromatizadas.

Freían buñuelos de miel y de nardo, confituras de membrillo perfumadas de rosas, arroz con miel, cremas con miel y nardo, pasteles de nueces, jaleas y mermeladas de manzanas, peras y ciruelas. Como curiosidad apuntaré que en los conventos se hacía un postre llamado "barbas de monje" que era una especie de huevo hilado montado sobre un bizcocho redondo, relleno de frutas y

de almíbar y pastas de hierbas de olor. Con este platillo nace en Bizancio el huevo hilado que, como muchos dulces y licores no pudo nacer sino en un convento. La repostería se acompañaba de vino especial a base de pimienta, clavo, canela y nardo. Otros vinos eran aromatizados con ajeno, esencia de rosas y otras hierbas. Parece ser que el hojaldre nació en Constantinopla -los franceses, ¡faltaría más!, opinan que el hojaldre lo inventó en el siglo XVII Claude de Lorraine que fue panadero, además de inestimable pintor. Hay que acotar que los bizantinos fueron maestros queseros y de las cuajadas.



El pan de pura harina de trigo del país era universalmente apreciado, presidía casi todas las mesas bizantinas, excepto en la de los mendigos. Se distinguían tres clases de pan; las dos primeras se diferenciaban en la



finura del cernido de la harina la tercera que tenía color de salvado y contenía harinas extranjeras se consideraba de baja calidad. Contando con productos de la mejor calidad de todo el mundo, la mantequilla venía de Moldavia, venados de carne salvaje y perfumada de Transilvania, faisanes de la Colquida, actualmente parte de la República de Georgia, aves de Brussa, que se levanta a orillas del mar de Mármara, cerezas de Chipre, dátiles y peras de África, sandias y melones de la actual Anatolia, miel de Besarabia situada al este de Rumania, aceite de Creta, uvas pasas de Corinto, vinos para cocinar de la Argólida, etc.

En las cocinas imperiales se sacrificaban las tortugas marinas de Nauplis, con las que se hacía una sopa gloriosa: despedazaban a la tortuga en vivo, la cocían con laurel y una vez al punto y con su caldo, lo pasaban a un recipiente de plata donde la rociaban con una salsa clara que era una especie de emulsión de aceite, ajo y uvas pasas con almendras finamente picadas. Abreviando, la cocina bizantina usó de los rellenos y se preció de aromatizar las salsas con diferentes hierbas. Fueron también maestros del arte de picar la carne y sazónarla. Su cocina influyó en la cocina árabe y también en la de Europa central. Asimismo, la cocina eslava, con sus sopas de trigo, faisanes revestidos con mermelada de ciruela, uso y abuso de la leche agria, debe mucho a la cocina de Constantinopla.





**COCINA HISPANOÁRABE**



Al conquistar la península ibérica en el siglo VI, los musulmanes implantaron algunas siembras nuevas en España; entre otras, la caña de azúcar, la granada, el algodón o la berenjena. Según muchos autores, en esta época, el arroz se convertiría en la gramínea que personifica una parte importante de la cocina española. El cultivo del arroz -cuyo nombre viene de la palabra griega oryza-, llegó a la península antes que los árabes. Es posible que comenzara a cultivarse en el siglo V, cuando los bizantinos dominaron el suroeste de la península.

Sin embargo, si los bizantinos llevaron el arroz a España, los árabes fueron los que lo desarrollaron hasta hacer de él una gran riqueza exportable. Asimismo, la vid y el vino no dejaron de progresar a pesar de ser un poco menos que clandestinos; reconocerán que los españoles nos las hemos arreglado desde la más remota antigüedad para refrescarnos el gañote con un buen morapio a pesar de la legislación vigente.

A pesar de que se conoce muy bien la agricultura musulmana, se sabe poco de su alimentación, y de su arte culinario.

Posiblemente no es por falta de textos, sino por la escasa inclinación que ha habido por parte de los autores a meterse en ello. Lo primero que se publicó fue el tratado de Ibn Abdun, y luego el de Al-Saqati, únicas fuentes

indirectas que dan alguna noticia y una cierta idea de las costumbres culinarias del noroeste africano y del Al-Andalus en la Edad Media.

Ambrosio Huici Miranda escribió en 1966 la obra "Traducción española de un manuscrito anónimo del siglo VIII sobre la cocina Hispano-magrebí". Este tratado consta de seis partes muy desiguales. La primera de recetas, la segunda de jarabes, la tercera de lácteos, la cuarta de digestivos, la quinta de polvos medicinales y la sexta de arropes, granadas e higos. Estas páginas constituyen una especie de resumen culinario donde aparecen, sin ningún orden, las más diversas especialidades, sin ninguna indicación de recetas ni ningún método de manipular las materias primas. Encumbra la limpieza y el aseo que debe tener la cocina y cita varios ilustres epicúreos y Califas, además de sultanes que compusieron textos delicados y sobrios sobre gastronomía y cocina. Establece también los distintos utensilios de los fogones, así como las normas a seguir en el servicio doméstico. Al lado de la cocina de los recetarios, existió un complicado protocolo de la buena mesa.

El orden de los platos explica minuciosamente este ceremonial como recoge Ambrosio Huici:

*"Lo primero que se presenta es lo blando, como los vegetales refinados y la tafaya en sus diversas clases; después de esto el*

*plato yimli, luego el terciado, luego el sazonamiento llamado almori, luego el de vinagre, luego el de miel, luego el fartum, luego el segundo de miel; ésta es la sucesión de los siete platos y el orden en que se comen. Muchos de los grandes personajes y su séquito ordenan que se pongan en cada mesa ante los comensales los platos separados, uno después de otro esto, por mi vida, es más hermoso que poner un montón indigesto, todo en la mesa y es más elegante, más adecuado y más nuevo; ésta es la moda de la gente de Al-Andalus y de Occidente, de sus caudillos, personajes y hombres de mérito desde los días de Umar ben Aabb al-Aziz y los Manu Umayya hasta ahora”.*



Respetando las costumbres orientales, no todo el vino que se tomaba era de uva, ya que otros zumos de frutas eran más o menos permitidos y el vino se refrescaba y se mezclaba con agua. Como curiosidad, diré que el vino no solía beberse en las comidas sino con amigos porque el beber vino no era considerado como algo natural pero tampoco era calificado como un pecado.



Los huéspedes comían sentados sobre cojines alrededor de la una mesa baja y tomaban directamente la comida de la bandeja sin platos individuales.

No usaban ni cuchillo, ni tenedor y acompañaban la comida con pan. El lugar de reunión podía ser una sala,



el patio de una casa, en una casa de campo o anclados en ríos y lagos; algunas de estas reuniones se solían celebrar en el Guadalquivir o en el Ebro.

Quizás por eso el alcalde de Zaragoza, señor Belloch, embullado por la alianza de civilizaciones quiere acostumar a los habitantes de la capital maña a navegar en barquitos fluviales ¡anda qué...!

En esta cocina de fusión, los profesionales del fogón utilizaron la cebolla, la almendra, bases esenciales para las salsas, perfumaron con canela, cilantro, poleo, alcaravea, orégano, albahaca, comino, hinojo, jengibre, flores de clavo, hierbabuena y ruda.

Sazonaban con el zumo de naranjas amargas, con agua de rosas y también con flor de azahar. Una de las especias más importantes es el azafrán que originario de la India se logró cultivar en algunas zonas de España, convirtiéndose en un condimento indispensable. En esta cocina predominaron los embutidos, albóndigas y pasteles de carne, además de las hortalizas, panes, aceite de oliva, guisos, potajes, carnes de caza, pescados y dulces. Conocieron el helado y la pasta a través de los persas, que lo conocieron en el lejano Oriente, igual que el caviar y los pistachos. En último lugar, en esta época surge el vocablo charcutier, que designa al especialista en carnes, desde la crianza de las reses, hasta la preparación minuciosa de las carnes.





DE LA COCINA MEDIEVAL A LA RENACENTISTA



Durante este periodo se vivía una existencia imperturbable, si excluimos las pestes, la baja calidad de vida de las clases menos favorecidas y las carencias alimentarias de gran parte de la población, que eran comunes en toda Europa y los padecimientos heredados de los tiempos feudales en que los reyes daban tierras a los nobles a cambio de servicios, mientras que los nobles las entregaban a sus amigos... tal y como hacen hoy en día.

Debemos recordar que, cuando los refinados cortesanos musulmanes entraron en España para asentarse definitivamente, trajeron con ellos la caña de azúcar, que luego se llevó a tierras americanas, la palma datilera, los limones, las naranjas, los melocotones y otros frutos hasta entonces sólo conocidos por quienes habían participado en las Cruzadas; también aportaron el conocimiento avanzado de la agricultura, incluido el uso de irrigaciones y de norias, lo que dio un fuerte impulso al cultivo de la tierra. Además de las transformaciones en la agricultura, trajeron con ellos nuevos sabores, desconocidas técnicas culinarias que poco a poco se fueron mezclando con las autóctonas, para dar paso a una cocina de fusión que es la madre de la actual cocina.

Los viajeros que se veían obligados a comer en las mesas musulmanas o judías, se quejaban de que los alimentos eran más picantes que en los territorios cristianos debido al abuso de pimienta, de ajo o de azafrán –como lo hizo

en su día Vicky Beckam-. La costumbre en las aljamas, en clara oposición a las maneras cristianas, consistía en comer un plato principal, fuerte, al medio día y una comida fría, más ligera, por la noche.



En sus orígenes, la cocina de los árabes que llegaron a España era la que correspondía a una alimentación sencilla, consistente básicamente en carne de cordero y algunos productos vegetales.

*"Las delicias se encuentran en tres cosas: en comer carne, en cabalgar carne y en meter la carne en la carne".*

Si hacemos caso de esta afirmación que puede encontrarse en uno de los relatos que contiene "Las Mil y Una Noches", la cocina árabe de aquel tiempo tenía una

clara orientación carnívora; pero conforme fueron abandonando los territorios desérticos y fueron conquistando otras regiones más fértiles, introdujeron paulatinamente en su cocina nuevos elementos que la fueron enriqueciendo para llegar a la que trajeron a la península Ibérica.

Cuando aquellas tribus desérticas tomaron contacto con la cocina de Bizancio entraron en estrecha relación con los gustos de la población bizantina de la época y, por supuesto, con los productos exóticos llegados hasta esas tierras a causa del comercio que mantenían con Extremo Oriente. Es fácil deducir que de todos estos pueblos, que mantenían líneas comerciales con Oriente, heredaron los árabes su inclinación al uso de las especias. Hay que partir de una afirmación: La cocina árabe que entra en España no es propia de un sólo país, sino que es común a bastantes países de África y del Medio Oriente.

A pesar de éstas circunstancias, no consiguen alcanzar la variada riqueza culinaria que, ya en aquellos años, se podía encontrar a lo largo de todo el litoral del mar Mediterráneo. Para comprobar este hecho no hay sino echar una ojeada a la cocina de aquellos años que se trabajaba habitualmente en Marruecos, Libia, Túnez, Argelia o Egipto. Una de las aparentes sorpresas con las que podemos encontrarnos en la alimentación de estos años es el consumo de la pasta. Aunque la hipótesis más popular, ahora descartada por todos los historiadores de

la gastronomía, situaba los orígenes de este alimento en China, desde donde habría llegado en pleno siglo XIII hasta Italia gracias a los viajes de Marco Polo, queda muy claro hoy en día que ya en el Imperio Romano se consumía una pasta llamada "lagano". Además en otros países asiáticos, como es el caso de la India, e incluso algunos países árabes, elaboraban desde tiempos remotos una especie de pasta que nombraban "sebica" que viene a significar "hebra".





La denominación más antigua empleada en España para designar la pasta, la de “fideos” ha llegado hasta nuestros días y aparece por primera vez en un manuscrito árabe del siglo XIII; al mismo tiempo, numerosos documentos atestiguan que, durante la Edad Media, su consumo tuvo un gran apogeo en la zona de influencia de la Corona de Aragón, por lo que dados los habituales contactos comerciales, personales y migratorios entre ambas zonas, se puede incluir a toda España entre los territorios consumidores de pasta en forma de fideos.

Así pues, si los árabes no fueron quienes introdujeron el consumo de pasta en la península, desconocemos quiénes fueron los que acostumbraron a los aragoneses a consumirla antes de entrar en posesión del Reino de Nápoles; o sea que en los cocidos, de los que hablaremos más adelante, al menos en Aragón ya podían servir sopa de fideos como primer vuelco. Estamos seguros de que los árabes trajeron especias y formas de cocina desconocidas en esa época; pero también trajeron el refinamiento de los postres, y algunas delicatessen que aún hoy sorprenden por su exquisitez. Uno de los dulces que posiblemente tengan su llegada a territorio español con la conquista musulmana, es el mazapán; pero al ser un dulce tan codiciado y tan sabroso, más de uno defiende teorías con las que intenta ¡cómo no! apuntarse su paternidad. Como mi labor en este libro es informar de los hechos, expondré algunas de las versiones que he llegado a conocer.

Los sicilianos dicen que un postre similar al mazapán ya se consumía en la Antigua Grecia, donde se alababan ardientemente las bondades de una pasta fabricada a base de almendras y endulzada con miel. Defienden que con la llegada de la era cristiana, se incorporaría este dulce de almendras y miel para celebrar las Pascuas y, justo en ese momento, recibiría el nombre de “panis martius”, o “pan de marzo”, mes en el que se celebra esta festividad, expresión que terminaría abreviada dando lugar a la palabra italiana “marzapane”. Por su parte, los toledanos aseguran que el mazapán fue descubierto por las monjitas del convento de San Clemente de Toledo, durante la recia hambruna que siguió a la batalla de las Navas de Tolosa.

Cuentan que como no había trigo, y la carencia de alimentos era total, para nutrir a los enfermos que estaban en el hospital, y a los hambrientos que llegaban a pedir comida, idearon esta masa de almendras y azúcar, aprovechando la feliz circunstancia de que sus despensas estaban llenas de ambos ingredientes ¡Mira tú las monjitas! ¡Las despensas llenas de azúcar con lo cara que iba en el mercado! En fin.

Serán murmuraciones malintencionadas. Hay aún otra versión italiana que sostiene una teoría diferente sobre el nacimiento del mazapán. Dicen que una noble italiana llamada Eloísa Martorana, mandó que se construyera un monasterio en la isla de Sicilia. Por lo visto las

hermanitas de este convento, muchas de las cuales eran de origen griego, para ayudarse económicamente, elaboraban una deliciosa masa de azúcar con almendras, con la que confeccionaban figuritas de frutas y animales, y las pintaban con colores comestibles a base de azafrán, goma arábiga y pigmentos. Por su parte la versión musulmana defiende que ya en “Las Mil y Una Noches se hablaba de mazapán, en el que se le cita como el tipo de comida que se consumía para poder soportar los rigurosos ayunos del Ramadam, y también como una suerte de alimento afrodisíaco que “levantaba la moral” a los varones, para poder cumplir con sus múltiples deberes conyugales.



Sea cual sea la verdadera historia de su origen, la palabra mazapán parece provenir del vocablo árabe “manthabahn”, que era el nombre que recibía el recipiente donde se guardaba esta masa, aunque no falta quien asegure que procede del vocablo árabe “mauthaban”, que traducido literalmente significa “rey sentado” en una clara insinuación a las figuras que se elaboraban con este dulce.

Creo que no importa demasiado quién tenga la paternidad, porque lo realmente interesante es que se llegara a descubrir algo tan delicioso como el mazapán. Queda muy claro que la cocina, en España, ha sido muy influenciada por los sabores del Medio Oriente; las fritadas de espinacas, las berenjenas rellenas, los buñuelos y algunas salazones de huevas de pescado, pasaron a las mesas cristianas que, en algunos casos, se ocupaban en añadir jamón, embutidos o productos del cerdo para diferenciar sus guisos de los que habitualmente consumían moriscos y judíos.

Habrán notado que con frecuencia se hace alusión a los conventos, a las despensas y a las tareas culinarias que en ellos se desarrollaban, entonces, ¿cómo se comía en los conventos? Desde siempre ha existido la creencia de que en las comunidades religiosas no pasaban hambre y el “comer como un cura” es sinónimo de comer abundante y bien; también se dice que para alimentarse copiosamente, hay que seguir un consejo infalible que

reza: “para comer bien, desayunar con el carnicero, comer con el cura y cenar con el carretero” Muy pocos quieren pensar que, si especialmente en esas comunidades se comía bien, era por la circunstancia concreta de que en los conventos nunca dejaban de recibir dádivas, voluntarias eso sí, por parte de señores así como de los campesinos, y que disfrutaban del cobro de bastantes rentas que se embolsaban en especies o en dinero. Si a lo expuesto se añade que en casi todas las comunidades religiosas de la época tenían huertas, viñas y que la mano de obra estaba constituida por los mismos clérigos, podemos afirmar que, aunque no nadaran muchas veces en la abundancia, tampoco andaban escasos a la hora de la pitanza.

De cualquier manera, dicho a modo de información orientativa, los ingresos de la Iglesia española a mitades del siglo XVI estaban calculados en cinco millones de ducados, que era poco más o menos, la mitad de la renta total del Reino, lo que nos ilustra un poco sobre la bonanza económica de la que disfrutaban los clérigos de entonces, sin contar que, oficialmente, aún no existía el concordato iglesia-estado ni recibían subvenciones.

Caso aparte es el del monasterio cacereño de Yuste cuya monumental riqueza gastronómica, y provisiones en la despensa, destacaba con mucho entre los demás conventos de la época por una causa muy especial. Cuando el Emperador Carlos V se retiró a este

monasterio después de su abdicación, a mediados del siglo XVI, el rey Felipe II de España, que era su hijo, ordena en Real Cédula que en el retiro del emperador nunca falte de nada puesto que, además del gran apetito del que hacía gala el citado Carlos V, estaba rodeado de un gran número de asistentes y amigos que le acompañaron allí hasta el día de su muerte.

Aparte del de Yuste, se pueden nombrar otros monasterios como es el caso del de Nuestra Señora de Guadalupe que, por la misma época servía a diario mil quinientas raciones.



Para ilustrar un poco la manera de alimentarse en estas comunidades, la mejor manera es acudir a las cuentas de gastos de una de ellas que, como es sabido, se detallaban con mucha atención porque debían rendir cuentas. En los apuntes de gastos del convento de Guadalupe, se reflejan cantidades que, hoy, pueden parecernos escalofriantes por su exageración. En el año 1543, pongo por ejemplo, se consumieron en Guadalupe doce mil fanegas de trigo, diecinueve mil ochocientas arrobas de vino -319.374 litros de morapio-, casi siete mil cabezas de ganado, además de aves y otras fruslerías.

Debemos recordar que, si había señoríos mayores o con más rentas que otros, también sucedía de igual manera con los obispados. Por dar un dato contrastado, en Andalucía, el año citado, el obispado de Almería poseía rentas por valor de diez mil ducados, mientras que el arzobispado de Granada disfrutaba de veinticuatro mil ducados. Además de estos ingresos, hay que contar con el hecho de que en momentos puntuales del año, la vendimia o la cosecha, los frailes salían a pedir por los pueblos cercanos a sus monasterios por lo que, a veces, había muchos clérigos en misión mendicante, lo que desesperaba a los vecinos. Incluso se llegó a pedir al obispo de alguna diócesis que no dejara que frailes ajenos a la zona pidiesen limosnas.

Estas limosnas, y donaciones, al no significar desembolso por parte del convento, no solían ser anotadas en las

cuentas, por lo que, en general, se desconoce cuánto ingresaban por esta causa en particular, circunstancia que no ha cambiado nada llegando hasta nuestros días con el mismo secretismo.

En los conventos era normal la existencia de una persona que desempeñara el oficio de cocinero y una que ejercía las labores de despensero.

El que oficiaba de cocinero debía ser siempre el mismo, debido a que era necesaria una cierta habilidad profesional para el desempeño de sus labores, aunque el de despensero podía ser puesto rotativo ya que aunaba las funciones de almacenero y administrador de las reservas.

El hecho de que los monasterios fuesen comunidades cerradas, implicaba la necesidad de tener un conjunto de útiles de cocina de diferentes capacidades y tamaños, que pudieran usarse en cualquier momento, para cualquier necesidad eventual. Así en las partidas de compra de los conventos aparecen, entre otras cosas, trébedes, cribas, cuchillas, cazuelas, calderos, ollas de diferentes tamaños, cazos, perolas, sartenes, cestos, morteros, pellejos para vino, botos para aceite, tinajas, cántaros, jarras y servicios de mesa. También junto a las partidas por la compra de estos utensilios, aparecen gastos por adquisición de leña para uso de la cocina. Al carecer de buenos métodos de conservación, se utilizan las salazones, el ahumado y el



escabechado de ciertas piezas de carne o pescado, y las confituras y dulces que, en algunas órdenes religiosas femeninas se elevan a la categoría de maravillas culinarias, del mismo modo que algunas órdenes masculinas hacen con el vino, los licores o, en menor grado, la cerveza. La lista de compras en un convento a mediados del siglo XVI, tenía aproximadamente los epígrafes que a continuación se citan.

“Abadejo, aceite, aceitunas, aguamiel, aguardiente, ajos, alcaparras, almendras, alubias, anises, arroz, atún, avellanas, azafrán, azúcar blanca, bacalao, bebidas, bellotas, berenjenas, bizcochos, bonitos, borregos, cabrío, canela, caracoles carne, carne de buey, carneros, castañas, caza, cebada, cebollas, clavo, coles, coliflor, comino, conejos, confitura, criadillas, espárragos, especias, fruta, gallinas, garbanzos, habas, higos, hortalizas, huevos, ijada, jamón, jengibre, leche, lechones, lechugas, lentejas, limones, melones, miel, mosto, nabos, nieve, nueces, orégano, ovejas, pan, pasas, pepinos, peras de Aragón, perdices, pernil, pescado, pimienta negra, piñones, pollos, puercos, queso, romero, sal, sardinas, tocino, trigo, turrón, vacas, vinagre y vino”.

De cualquier manera, como ya se ha apuntado, en estas partidas de gastos no aparece todo aquello que se recibía como limosna por parte de los señores que agradecían alguna curación, misas y otras actuaciones de los religiosos a favor de los donantes, que llegaban a

entregar en pago de los favores hasta seis ovejas o incluso una vaca. Hay que tener en cuenta, para comprender un poco su filosofía alimentaria que, según precepto religioso, ni en Cuaresma, ni en viernes, era lícito el consumo de carne, por lo que el cocinero debía adaptar sus recetas a estas necesidades.

Lo que nunca faltaba en el consumo diario durante todas las semanas del año es el trigo, el vino, la carne, el pescado, las legumbres, la verdura, los huevos, el vinagre, las especias, las frutas, algunos dulces, leche, queso, tocino y, en siglos posteriores... el tabaco y el chocolate ¡Pa' que veas! En cuanto a las bebidas, además del vino de boca y el de consagrar, que aparecen en partidas distintas, se hacía un consumo razonable de aguardiente y anís, como medicina, ya que, como dice Andrés Laguna, médico del siglo XVI, es bueno para las frialdades de estómago, restituye el apetito, corta los vómitos, resuelve "los regüeldos acedos".

También afirma que es bueno contra la gota, deshace las piedras, favorece la sudoración y provoca... sueños dulces -no podía ser de otra manera-. Algunas las compras especiales que hacían, eran para celebrar festividades diferentes, de las que estaba plagado el santoral católico, o con motivo de la visita de algún representante de la jerarquía eclesiástica que pasaba por el convento en labores de supervisión.



En la España del siglo XV el pan era sin duda el alimento más apreciado por todas las clases sociales, de cualquier confesión religiosa. Pensemos que el cultivo del trigo era básico en aquel tiempo por lo bien valorado que estaba el consumo del chusco y porque con la harina de este cereal se elaboraban las gachas y otros compuestos; pero también hay que decir que, mientras los moriscos manufacturaban el cous-cous y el pan de pita, la tradición cristiano-judaica, con fundamentos claramente religiosos había impuesto el pan como alimento básico de la población. Hay que llamar la atención sobre el hecho de que el año que no se conseguía una buena cosecha de

trigo, o de cereales en general, la hambruna se convertía en algo extensivo y casi trágico; la abundancia de frutas y verduras, por su calidad de alimentos perecederos, no era capaz de aliviarla en absoluto. En muchos lugares, por su climatología particular, era muy difícil el cultivo de verduras y hortalizas, y en otros en los que se podían criar, se menospreciaba este cultivo salvo el de unas pocas especies.

Las comidas cotidianas de las clases acomodadas, según se refiere en la obra "El libro del buen amor" escrita por el Arcipreste de Hita, eran básicamente cinco, el almuerzo a primera hora de la mañana equivalente a nuestro desayuno, el yantar al mediodía que sería nuestra comida, la merienda a media tarde que no ha cambiado el concepto, la cena al llegar la noche, y una colación antes de acostarse llamada zahorar que hoy equivaldría a la recena. A finales de la Edad media comienzan a llegar recetarios de cocina en los que profesionales de la talla de Martino da Como, o Guillaume Tirel, más conocido como "Taillevent", entre otros, explican la manera correcta de elaborar recetas. Este hecho cambia radicalmente los hábitos alimentarios de las clases pudientes y modifica la cocina campesina por reflejo ya que, en la época, los cocineros y trabajadores de cocina eran de muy baja extracción social y, sin duda, al volver a sus casas aplicaban parte de los conocimientos adquiridos en su trabajo, a medida de sus posibilidades. En el "Livre de Sent Soví", que es uno de los recetarios

más consultados en la España de la baja edad media, aparece el llamado “menjar blanc” o manjar blanco, plato estrella de la cocina de aquellos años que consistía en mezclar leche con harina de arroz y azúcar, de remolacha o de caña y cocinar todo a fuego muy lento para perfumarlo, después de frío, con agua de rosas o de azahar. Pero hay una variante del citado “menjar blanc”, apuntado por María Jesús Portalatín en su libro dedicado a la cocina medieval, que fue huésped asiduo de los manteles nobles hasta bien entrado el siglo XVII, y se diferenciaba del que ya se ha descrito, en agregarle pechugas de gallina o de capón bien desmenuzadas, junto con almendra machacada y, a veces, pan rallado. En el mismo “Livre de Sent Soví”, también se puede encontrar una de las primeras recetas escritas de lo que luego llegó a llamarse “tortilla francesa”, del mismo modo que en el recetario de Ruperto de Nola aparece algo parecido a una tortilla de salvia.

Quiero hacer un alto en este capítulo para aclarar que la tortilla hecha únicamente con huevos, es un plato que se confeccionaba en tiempos del Imperio Romano ya que se conocen indicios que permiten suponer que fue ideado en honor al emperador Claudio, que tenía una bien merecida fama de glotón. Otro detalle para ser aclarado es el de la famosa tortilla española, la humilde y nunca suficientemente alabada tortilla de patata que, si bien es una receta posterior al tiempo que nos ocupa, por lo curioso de su origen, merece la pena tener un comentario

especial en este libro. Aunque todavía no sabemos si la receta original se hacía con cebolla o sin ella, y sobre este punto nunca nos podremos de acuerdo, lo que si podemos decir es que la primera vez que se hallan vestigios escritos de esta receta es en Navarra durante la I Guerra Carlista por lo que no es descabellado pensar que la primera persona que pensó en maridar sabiamente elementos habitualmente presentes en las cocinas humildes, fuera de origen navarro.

Quizás entonces tengamos que dar la razón al viejo pastor roncalés que me dijo un trece de julio en la Piedra de San Martín, cerca de Isaba que “para hacer una buena tortilla de patatas en las guerras Carlistas los franceses pusieron una sartén de hierro colado, los aragoneses pusieron el aceite de oliva, los vascos pusieron las patatas y los navarros... le echaron muchos huevos”.

Sin comentarios. Volviendo a los recetarios del siglo que nos ocupa, entre otras fórmulas magistrales encontramos la manera de confeccionar el “almadroque”, que se elaboraba emulsionando ajo crudo, queso y agua, haciendo una salsa que es muy parecida a la del ajolio. También se hace referencia a una receta llamada “morterol”, que tradicionalmente se asomaba a las mesas el día primero de enero. Esta especialidad se hacía mezclando en proporciones prefijadas arroz cocido con leche de almendras, pan rallado y huevos batidos, y se solía acompañar con algún tipo de barquillos

endulzados. También encontramos una de las primeras recetas del mazapán, que se transcribe a continuación respetando la ortografía de la época. No creemos que sea necesario incluir una explicación a la receta porque esta versión de 1650 es bastante inteligible. Los mazapanes que hoy se hacen llevan muchas veces también miel y clara de huevo.

*“Tomar almendras escojidas y sanas y bien mondadas en agua herviendo, y majarlas muy bien mojando la mano del mortero en agua rosada porque no se hagan aceitosas, y despues de bien majadas echar tanto açucar exaropado como seran las almendras: y sea muy molido: y passado por tamiz de seda: y hazer buena pasta incorporandole poco a poco el açucar: y no con grandes golpes porque no se haga viscosa la pasta: y estielos muy bien. Sólo falta cocerlo a horno templado y darle lustre”.*

Siguiendo con el tema de los hábitos alimentarios, existe la creencia, tan extendida como errónea de que la realeza, así como muchas otras de la época, consideraba las cacerías como un deporte digno de nobles.

Es hora de poner en claro que la caza servía más para llenar las despensas y surtir las mesas, que para diversión de la Corte. Debido a los bajos aportes calóricos comunes en esa época, a los medios de cultivo al uso y a lo manirroto que eran los soberanos, muy campechanos ellos, no era fácil alimentar a tanta gente todos los días

por lo que se recurría a la caza como método ideal para suplir las carencias alimentarias.



Del mismo modo, las especias utilizadas en las cocinas sirvieron en un principio más para enmascarar el mal olor de los alimentos a punto de “pasarse”, más que para mejorar el sabor de las recetas. También daban idea del poder económico de quien las usaba, por el alto precio que alcanzaban en el mercado. La carne más consumida en las aljamas y fuera de ellas era la de cordero. La tierra era excelente para la cría de ganado lanar, aunque, como es natural, la forma de sacrificio de este ganado variaba según quiénes la fuesen a consumir, ya que, tanto musulmanes como judíos procedían a sacrificar los animales, unos mirando a la Meca, y otros



desangrándolos porque no podían consumir sangre de animales, mientras los cristianos los degollaban y punto. Los pastos, que en el llano eran de uso comunal, y en la montaña eran de exclusiva propiedad de los grandes señores, eran muy buenos y por la gran abundancia de ganado lanar, e incluso caprino, no es de extrañar que muchos de los quesos de la época se hicieran con la leche de estos animales. Hablando del consumo de carne, hay que partir de la base probada que estaba supeditado a las creencias particulares de cada grupo religioso, puesto que en esta época convivían los cristianos, como ya se ha dicho anteriormente, con moriscos y judíos que vivían en sus propios barrios llamados aljamas. A pesar de que todas las creencias estaban de acuerdo a la hora de aconsejar la abstinencia de algún tipo de carne en especial, como es el caso del cerdo, o sugerir como ya hemos visto que los animales fueran sacrificados de una u otra manera para que fueran consumibles, el papado de Roma, por su parte, prohibía su uso en algunas fechas, aunque permitía la relajación de estos conceptos para los católicos por medio de la venta de bulas que permitían el consumo de carne en la Cuaresma, mediante el pago de una cantidad de dinero.

De este modo contra el que combatió fieramente Martín Lutero, sólo podían quedar eximidas del ayuno las clases pudientes, ya que los humildes no podían costearse la compra de estos documentos.

Para poner un claro ejemplo de cómo era una bula,

transcribimos la que sigue, fechada en 1501, que aunque sea extendida para la lucha contra el turco, no se diferencia esencialmente en nada de las que se daban para permitir el consumo de carne durante la Cuaresma:

Indulgência plenaria [et] Remisio d'todos lospecados pa elqdiere // lasuma ynfra escrita [con]tra elturco enemigo d'nra stâ fecatholica // (E4)nel nonbre dela stâ trinidat padre hijo [et] spiritu stô manifiesto sea atodos q nro muy stô padre Alexâdro sexto otorgo cruzada [et] yn // dulgncia plenaria por sus bulas atodos los fiel's xpianos asy d'losrreynos ô senorios d'lRey [et] d'la Reyna nros señores como d'fuera // d'llos que dierê[et] pagaren cierta qntia pa ayuda d'l armada q sus altezas hâ êbiado [con]tra el turco enemygo denra stâ fe catolica qpuedâ // elegir [con]fesor. cligo. oreligioso...(l. 23 ) ô por qnto vos [espacio en blanco] dists dos real's d'plata qes la qntia êlabula apl'ca // [con]tenida segût vro estado. ganasts las gras [et]indulgências suso [con]tenidas cõtâto qal tpo qdierds ladha limosna recibais êvos esta dcha bula palate[ngais] êvro podr Fecha [espacio en blanco] dias d'lms d'[espacio en blanco] año. d'.mill.[et].d[et]. vno. [espacio en blanco] Forma deabsolucion // Miseatur tui omips d'9 [et]c. por la abtoridat d' dios todo poderoso... (l. 31) ... En el articulo dela muerte diga el [con]fesor.[et]sy // esta vez no fallescieres reseruada te ssea esta gra pa enel vdadero articulo d'la muerte. in noîe pris. [et]f. [et] ss amen.

*(TRADUCCION: Indulgencia plenaria y remisión de todos los pecados para el que diera// la suma infrascrita contra el turco enemigo de nuestra santa fe católica//en el nombre de la Santa Trinidad Padre Hijo y Espíritu Santo, sea manifiesto a todos que nuestro muy Santo Padre Alejandro sexto otorgó cruzada e in//dulgencia plenaria por sus bulas a todos los fieles cristianos así de los reinos como de los señoríos del rey y de la reina nuestros señores, como de fuera//de los que dieren y pagaren cierta cantidad para ayuda de la Armada que sus altezas han enviado contra el turco enemigo de nuestra santa fe católica que pueda//elegir confesor clérigo o religioso y por cuanto vos (espacio para poner el nombre) disteis dos reales de plata que es la cantidad que aplica la bula contenida por vuestro verdadero estado ganasteis las gracias e indulgencias aquí contenidas que al tiempo que diereis la dicha limosna la recibáis vos esta dicha bula para que la tengáis en vuestro poder. Fecha (espacio en blanco) días del mes de (espacio en blanco) año de mil y de y uno (espacio en blanco) Forma de absolución//Miseatur tui omnipotentes etc., por la autoridad de Dios todo poderoso. En el artículo de la muerte diga el confesor y si//esta vez no falleciere, reservada te sea esta gracia para en el verdadero artículo de la muerte in noie pris amén)*

O sea que “si las pones” hay perdón y puedes echarte al colete un chuletón en viernes santo. De todos modos el consumo de carne es tratado de diferente manera en las crónicas que han llegado hasta nosotros. En las crónicas cristianas, por ejemplo, la carne es vista como un

revitalizante para personas débiles, o para aquellas que tienen un gran gasto físico pero, al mismo tiempo se la hace responsable del origen y desarrollo de algunas enfermedades.

Aunque tiene a su favor ser una productora ideal de fuerza, también se le acusa de que favorece la violencia y el temperamento iracundo de quien la consume y, al mismo tiempo que el clero declara que su consumo excesivo puede llegar a desarrollar la lujuria, ayuda a resolver problemas de impotencia sexual.

Así pues da la impresión de que, si se usa en cantidades comedidas, es buena, convirtiéndose en un veneno para el alma y el cuerpo si se consume en exceso.

Aún a pesar de que los sacerdotes y monjes cristianos señalaran su uso abusivo como facilitador del pecado, el hecho de ser consumida sin tasa por las clases más pudientes, la gota era una enfermedad de ricos, y que los más nobles caballeros de las castas guerreras extraían su fuerza y valor de ella, su consumo se convirtió en todo un distintivo del poder económico de quien la ofrecía en su mesa, tan importante como lo eran las joyas y los ropajes ricamente bordados entre moriscos y judíos.



Las fuentes referentes al consumo de carne en las aljamas que se han consultado, no se extienden demasiado en comentar qué tipo de carne era consumida preferentemente, aunque todas aluden a la manera de ser sacrificadas conforme a los escritos sagrados, sea la Biblia o el Corán, según los casos, así como consejos recomendando el uso de ciertos tipos de carnes por prescripción médica. No obstante, de la lectura atenta de la Biblia y el Corán se desprende que la del cordero y la del vacuno serían las preferidas por estas comunidades. El consumo de carne siempre se asocia al de los vinos y la fama de éstos es parecida en los textos de las tres religiones.

También es muy similar a la valoración que estas confesiones religiosas hacen de la carne; es decir que el

consumo moderado es aconsejable, y el abuso lleva a la comisión de pecados varios. Desde que San Pablo escribiera en una de sus epístolas que los obispos de la protoiglesia cristiana debían ser moderados en su consumo de vino, se acepta como norma que la medida en el beber es aconsejable para no llegar a la trasgresión; aunque es necesario recordar que Pablo no hace sino recoger las ideas de los profetas del Antiguo Testamento, de los proverbios de Salomón y las palabras de Jesús el Nazareno.

El abuso del vino, pues, parece conducir sin remedio a la ruina moral y física del hombre, convirtiéndolo en un ser poco social y muy inclinado a no respetar las leyes, ni al acatamiento de las normas de convivencia establecidas. El abuso del vino, por norma de la época, conduce a la borrachera y al descontrol, convirtiendo al hombre en un animal lúbrico que carece del autodomínio suficiente como para llevar una vida plena en el terreno espiritual; sin contar que entonces no existía ni el alka-seltzer ni el suero oral para combatir la resaca.

Mientras que en algunas crónicas cristianas el vino tiene una connotación positiva, haciendo de él alimento básico junto al pan debido posiblemente al maridaje que aparece en la liturgia cristiana de la eucaristía, junto a que en la sociedad se alababa el vino con refranes como “con pan y vino se anda el camino”, y su versión francesa llegada desde el norte que reza que “du bon pain et du

bon vin font plus court le long chemin”, en las aljamas de la zona es contemplado casi como un producto del demonio y generador de pecados; pero todos los cronistas de las tres grandes religiones parecen ponerse de acuerdo en que, si se toma moderadamente se convierte en un estimulante del ánimo y en un buen cordial, y no olvidan mencionarlo como una buena bebida que sustituye al agua de boca, debido posiblemente a las condiciones higiénicas comunes en un siglo en que los nobles y reyes se bañaban una vez al mes aunque no lo necesitasen. También se aconsejaba que niños y enfermos tomaran pequeñas dosis de vino mezcladas con miel, como reconstituyente o como complemento a su menguada alimentación, que en la época era más de subsistencia que completa.

Claro que el vino de aquellos años era áspero, denso y con una graduación excesiva para su consumo en la mesa, si nos regimos por los cánones enológicos actuales; pero me gustaría ver qué opinarían aquellos cronistas musulmanes y judíos, si se encontraran en el paladar, en lugar de aquel vinazo rasposo, uno de los cuidados caldos que hoy en día salen de las bodegas españolas, que hoy se cuentan por centenares, llegando a exportar caldos hispanos a Francia ¡Toma ya! ¡Vino de Cariñena en las mejores mesas de Burdeos! Para que lo sepan los creadores de los guiñoles franceses, les voy a descubrir un secreto: los deportistas españoles de élite que ellos tanto atacan, se dopan, sí: Pero con vino y jamón ibérico.

Una de las incógnitas que muchas veces se plantean las personas que no conocen mucho la cocina del siglo XVI es el tipo de pescado que se consumía en aquella época. El uso del pescado en la España de entonces parece estar más determinado por la dificultad de su conservación, por los problemas que representaba su transporte y por los preceptos propios de cada religión, que por las bondades o defectos organolépticos del producto en sí mismo.

El pescado fresco que no se conseguía de los ríos cercanos a las poblaciones, o de la orilla del mar en el caso de los pueblos costeros, se acarreaaba envuelto en nieve y paja; pero la lentitud en el paso de las caballerías y lo descuidado de los caminos, a veces intransitables, convertían el pescado marino fresco en un lujo inalcanzable para el común de los habitantes del interior del Reino.

Quizás por eso sentenciaban aquello de que “cuando un pobre come merluza...uno de los dos está malo”. El pescado en conserva, salado, era de utilización bastante generalizada, sobre todo si tenemos en cuenta que formaba parte de los preceptos religiosos del cristianismo que ya hemos explicado. Pero nunca obtuvo carta de naturaleza en una parte de la sociedad por el hecho de ser considerado como un sustituto menor de la carne; es decir, que se consumía en caso de necesidad, bien sea por orden litúrgica, o por carecer de carne.



Por eso la preferencia era por pescados grandes, con muy pocas espinas y que, si era posible “supieran poco a pescado y carecieran de su olor”.



Por su parte, aunque en la Biblia y en el Corán se dictan normas estrictas para el consumo de pescados y mariscos, en general, el empleo del pescado en las mesas de las familias pudientes no estaba demasiado extendido entre los musulmanes.

En cuanto a los judíos, en el “Shephardic Cookbook”, se da una lista exhaustiva de todos aquellos pescados que eran consumidos normalmente por moriscos y hebreos

entre los que se nombran el boquerón, la lubina, el bacalao, la merluza, la caballa, la sardina, el salmón, el lenguado, la trucha y el atún; lo que sí parece estar bastante extendido es el consumo de frutas en esos tiempos, aunque hay diferencias muy claras entre las tres grandes confesiones religiosas de la época tanto en la motivación como en el aprecio de las mismas. Se observa que el carácter poético de musulmanes y judíos contrasta claramente con el pragmatismo español. Mientras que los habitantes de las aljamas cantan la belleza de los frutales, los aromas, el colorido y la belleza de la fruta que conforta el corazón, regala los ojos y endulza los labios, los cristianos de la piel de toro, aún no convertida en colcha de retazos, las colocan en la mesa para comer algo mientras llega el plato fuerte, como para entretener el estómago, o la utilizan para regalarla como un presente. En realidad las frutas, así como las hortalizas, sólo aparecían en las mesas cristianas cuando la cosecha de cereales no había sido todo lo buena que se esperaba; sin embargo las legumbres eran conocidas como la carne de los pobres.

Por cierto que en el siglo XVI llegan de América dos productos de la huerta que con el paso de los años se convertirían en protagonistas incontestables de la gastronomía española: Por un lado llegó el pimiento y, por otro, aunque un poco más tarde, el tomate. Como curiosidad diré que el tomate no empezó a consumirse hasta el siglo XVIII, ya que se le consideró venenoso en

un principio y sólo era utilizado como planta ornamental en huertos y jardines de la nobleza y la realeza. Mientras que la leche, tanto de cabra, oveja o vacuno, y la mantequilla complementaron muchas veces el parco aporte calórico de las comidas en las casas campesinas, el queso, entonces rey de los lácteos por su larga duración y por lo sencillo de su fabricación, no faltaba en casi ninguna mesa por muy pobre que esta fuese. Compañero de pastores, agricultores, arrieros y viajeros, junto con el pan y el vino formaban el “companionaje” ideal de aquellos tiempos.

Debido a las características climáticas de España, el curado de los quesos se veía facilitado por la meteorología, elaborándose normalmente dentro de las “parideras” y en los alojamientos que los pastores usaban para guarecerse.

El ambiente fresco, cuando no frío, de las noches hacía que los quesos hechos con la leche de cabras, de vacas y de ovejas, dispusieran de un ambiente ideal para su curación y maduración. Por otra parte, el grado ideal de sequedad que tenían estos quesos, sin perder por completo su cremosidad, alargaban su duración lo que los convertía en excelentes compañeros de viaje. Ahondando en este período, algunos expertos aseguran que la verdadera Historia de la Cocina comienza en la Edad Media, cuando la imprenta comenzó a trabajar con tipos móviles a partir del invento de Gutemberg. Los

primeros escritos impresos dedicados a la cocina aparecen en el siglo XIV, como es el caso del "Livre de l'honnête volupté" de Platine de Crémone, y los ya citados de "Taillevent", y de Martino da Como, que Nola se dedicó mejorar explicando sus recetas de manera detallada.

Si bien todos son unos verdaderos tratados de cocina en esencia, el "Viander" nos ha permitido conocer de manera perfecta lo que se guisaba en las cocinas de los palacios.



Bien es cierto que a veces las recetas de la época son toscas, casi rudimentarias, remitiéndose al hervido, asado, fritura y estofado de las piezas. La entrada del Renacimiento está más marcada por el refinamiento en las mesas de los nobles, con la llegada del tenedor y el uso de la porcelana para la fabricación de los platos y las piezas del servicio de comedor, modas copiadas en parte del Rinascimento italiano, que por la evolución de la cocina propiamente dicha.

La llegada de cocineros italianos de la familia Médicis a Francia, supone un salto enorme en la calidad de las cocinas de aquellos nobles que tienen tratos con la corte francesa, como es el caso de la corona de Aragón. Aquellos artistas de los fogones recién llegados de Italia, perfectos conocedores de su profesión, que dominaban con magnificencia las gelatinas, confituras y helados, entre otras técnicas no menos interesantes y refinadas, cambian totalmente el aspecto de los banquetes; pero sobre todo su mayor logro consiste en hacer que se modifique la etiqueta en la mesa, cambiando copas de plata por cristal de Murano, madera y barro por porcelana, y efectuando el servicio en platos individuales; aunque a veces se sigue comiendo con los dedos, es sólo después de haberse servido en el plato con un tenedor.

La palabra vianda definía entonces a todos los alimentos en general, no sólo a las carnes, y de ahí el interés de este

tratado ya que en sus “inventarios” aparecen capones, conejos, jabalíes, cisnes, pavos, cigüeñas, avutardas, cormoranes y tórtolas junto a la charcutería, lampreas, anguilas, carpas y pescados de río, mientras que los pescados de mar son más raros y únicamente se citan los congrios, los arenques, lenguados, bacalao, esturión, mejillones, ostras y, aunque parezca mentira, también la ballena.

Puede sorprendernos en principio la poca variedad de verduras que aparecen, aunque se pueden encontrar grandes cantidades de especias. También hay que resaltar el hecho de que los huevos y los lácteos también son muy utilizados. Ya antes de que la imprenta popularizase estos tratados circularon copias manuscritas entre los grandes señores y, en muchas publicaciones del siglo XV, aparecían referencias y apuntes sacados de este famoso “Viander” que conoció muchas reediciones en Francia hasta principios del siglo XVIII.

La cocina medieval es, sin lugar a dudas, la madre de la cocina renacentista. Aunque pueda parecer una perogrullada, mientras que los modos de cocinar varían poco a poco, la transición de la cocina medieval a la del renacimiento es un salto violento, brusco, en el que se pasa de unas recetas básicas, a otras realmente refinadas y mucho más elaboradas. La cocina que se consumía en

palacios y casas fuertes en los siglos X y XI, era más cara que otra cosa, con alimentos cocidos en vino o miel y profusión de especias. Contrariamente, los más desheredados tenían que pasar hambre las más de las veces, llegando incluso al canibalismo en casos extremos, como desgraciadamente ocurrió en algunos territorios de Europa Central, en Alemania especialmente. Menos mal que la difusión de la cría de ganado porcino palió en parte esta situación por lo que podemos afirmar que los germanos les deben en parte su existencia como raza a los humildes cerdos. Ya a partir del siglo XIII, el hambre va retrocediendo ante el honrado empuje de las gachas, de los cereales, del pan, de las legumbres, las aves criadas en el corral y a la carne de cerdo salado o embutido. Las especias que llegaban desde lugares exóticos, por lo elevado de su costo, tampoco eran de uso generalizado. Las hierbas aromáticas eran en las mesas campesinas los sustitutos pobres de las especias.



La alimentación de las clases populares estaba compuesta principalmente por pan, raramente carnes, y algunos componentes de origen vegetal. Salvo para quienes tenían capacidad adquisitiva suficiente, era una alimentación de subsistencia hecha de estofados, guisados y potajes enriquecidos como se verá más adelante.

La carne más popular era la de cerdo, quedando el ganado vacuno, las aves de corral y la carne de cordero para ocasiones muy especiales, lo mismo que el pescado. Podríamos resumir de manera radical diciendo que la mayor diferencia entre la comida popular y la noble era que, en la Baja Edad Media, los ricos comían asados y salsas mientras que los pobres comían guisados y cocidos; pero las simplificaciones de este tipo son muy peligrosas ya que, si la mesa de la Corte de Aragón tuvo influencias francesas, no menos las tuvieron las mesas humildes de aquellos que tenían contacto con los peregrinos que recorrían el Camino de Santiago.

Las salsas, en las mesas de los potentados solían servirse en recipientes aparte, bien fueran frías, principalmente en verano, o calientes. Como en Cuaresma las carnes, los huevos y la mantequilla estaban más que prohibidos, eran causa de pecado según las connotaciones religiosas de la época, solían comerse pescados en casa de los nobles que no adquirían bulas, y potajes viudos, es decir sólo con vegetales y legumbres, en casa de los pobres



quienes, de vez en cuando podían acceder al pescado ahumado o salado; por otra parte la inclinación a los pasteles de carne o de pescado está más que explicada por el hecho de que todavía no se utilizaban los cubiertos y con esta forma de presentación se ganaba en comodidad.

Todavía no se había dictaminado un orden de presentación de platos en las mesas por lo que cada invitado podía comer lo que quisiera o lo que tuviera más cerca.

Esta es la explicación a la enorme cantidad y variedad de viandas que se colocaban sobre las mesas ya que los señores, queriendo demostrar su riqueza, ordenaban que se cocinasen gran cantidad de recetas, en cuantías enormes, para que ningún invitado tuviese que renunciar a un plato que le agradase de manera especial. Al final de la comida aparecían dulces hechos con miel, torrijas, arroces con almendras y miel, frutas confitadas en vino y frutos secos. Además, si se trataba de grandes celebraciones, aparecían bocaditos dulces, al estilo de los actuales petit-fours, y mazapanes, que también servían como un regalo o detalle de bienvenida, tal y como se estila en bodas y bautizos actuales.

Claro que estamos hablando de mesas lujosas en mansiones o castillos en los que la penuria no solía quedarse, si es que pasaba alguna vez. Otra cosa era en

casa de la gente humilde. Si el padre nuestro puntualiza que “el pan nuestro de cada día dánosle hoy”, nunca como en aquel tiempo tuvo más razón de ser, puesto que el pan era primordial en la alimentación de los menos favorecidos por la fortuna. Junto con los quesos, uvas, y algún derivado del cerdo, si lo había, el pan era la base de todas las comidas.

En muchas casas, las mismas rebanadas de pan servían como plato, y más de una comida se resolvía con pan untado con algo, al estilo del pan mojado en vino y azúcar que hasta no hace mucho servía de merienda en la posguerra española, o a las turradas de ajo y aceite, o de tocino sobrante del cocido que durante algunas décadas del siglo pasado alegraron muchos estómagos afligidos. Cuando se ponía el sol los trabajadores volvían a sus casas y, una vez atendido el ganado doméstico para acomodarlo en los corrales o en el pesebre, cuando no metían en la misma vivienda en tiempos de mucho frío, se reunían todos para la cena en familia que no solía ser demasiado alimenticia pero sí abundante.

Cenaban generalmente las llamadas ollas, pucheros o cocidos, complementados de vez en cuando con frutos secos, con productos grasos del cerdo, con embutidos, queso o cecinas. A veces, si la cosecha de trigo había sido buena, horneaban unos panes y cortaban rebanadas encima de cada una de las cuales colocaban un guisado consumiéndolo en silencio, acompañándolo con queso,

consumiéndolo en silencio, sentados, posiblemente con los ojos fijos en el rectángulo de paisaje que se veía por la ventana.



A poco atentamente que hayan leído el párrafo anterior habrán observado que, si la teoría de la evolución es cierta, en aquellas casas campesinas ya se estaban definiendo los caracteres genéticos que nos impulsan en la actualidad a pedir una pizza por teléfono y consumirla mirando la televisión.

En el consumo de frutas también hay una diferencia entre las mesas de los nobles y las de los villanos. Los primeros consumían, en poca cantidad hay que decirlo,

los frutos de la región además de dátiles, higos, melocotones, o ciruelas puestos de moda por los cruzados que los habían traído de Oriente.

La sufrida plebe tenía que conformarse con los frutos de temporada, junto a los silvestres que recogían del campo como era el caso de las moras, arándanos o grosellas en los terrenos que se daban. Mientras que en las casas campesinas más humildes carecían de asientos y mesas, lo que les obligaba a comer sentados sobre trozos de madera, piedras o sacos sujetando la escudilla en una mano, las mesas de los nobles eran tablas montadas sobre caballetes, que se cubrían con telas gruesas, o con manteles suficientemente amplios para que los invitados pudiesen cubrirse muslos y rodillas, y se repartían paños para que se limpiasen las manos y también aguamaniles, esto es, recipientes con agua, para que pudieran lavarse los dedos. Los convidados tomaban asiento sólo en un lado de las mesas, colocándose por orden de importancia, y dejando el otro lado libre para que los servidores pudiesen realizar su labor de servir las viandas.

En las mansiones donde el poderío económico era muy fuerte, en las mesas, además, se ponían especias finas en polvo, para que los huéspedes se sirvieran a su antojo, y no faltaban los contravenenos como el polvo de cuerno de unicornio (?), los polvos de sapo o de lengua de serpiente a los que se atribuía la virtud de cambiar de color o de sangrar al contacto con alimentos emponzoñados. En general solían comer con los dedos,

dejando las cucharas para servir salsas y comer caldos o sopas, y hasta la llegada de tenedor, muchos de los guisados, aparecen servidos, sobre gruesas rebanadas de pan. Sin embargo, para el uso de cuchillos en la mesa no había ningún problema ya que todos llevaban el suyo en el tahalí o colgado de la cintura, además de que el maestresala presentaba la mayoría de los alimentos ya cortados. A la hora de beber, copas, jarras, jarros y otros recipientes por el estilo, eran utilizados de manera comunal, aún en los banquetes más lujosos. Lo único que no se comparte es el cuchillo, por razones de seguridad, y la rebanada de pan puesto que, incluso las escudillas de caldo, eran compartidas por dos o más huéspedes. Sólo los señores o principales que están en la cabecera de las mesas, lo que hoy sería la presidencia, tienen derecho a tener servicio individualizado. Eran tiempos en los que todavía se seguía cumpliendo con unas costumbres arcaicas heredadas de los prejuicios religiosos y judeocristianos.

A pesar de que Carlomagno fue el primer rey que permitió a las mujeres sentarse a su mesa, no pasó de ser un espejismo de igualdad y en el siglo XVI, las damas comían separadas de los hombres, quienes eran servidos en primer lugar y, por supuesto tenían “derecho” a recibir los mejores bocados de las fuentes y escudillas, dejando para las mujeres lo que no querían cuando se encontraban hartos en demasía. Pero desde los tiempos en que el Emperador Carlomagno hacía servir a su mesa

asno salvaje, relleno de pajarillos, aceitunas verdes y trufas enteras, las cosas habían cambiado mucho y, en las mesas y cocinas medievales, comenzaron a soplar venturosos vientos de cambio.

Sabemos que quienes vivían en el Medievo eran grandes comedores, al menos quienes podían hacerlo, y que en sus celebraciones consumían gran cantidad de platos; pero el punto culminante del arte de la mesa y de la cocina elaborada no se alcanzó hasta la época renacentista, en la que los profesionales de la cocina comienzan a “destaparse”. En realidad este fue un período de grandes aparatos y de montajes inigualables, y la importancia y el interés que se le da a la comida se acentúan muchísimo en el siglo XVI con el auge de la actividad editorial. En esa época no se editaron sólo los recetarios, sino que también llegaron a ver la luz algunos manuales de comportamiento y tratados sobre la manera correcta de poner y servir las mesas, ya que, como se verá más adelante, los caballeros de la época no eran un dechado de educación cuando estaban sobrios, así que imagínense cuando iban “hasta las trancas”.

La cocina renacentista tal y como aparece en los recetarios es una cocina plagada de técnicas nuevas, de platos originales, sin parangón en aquella época, a pesar de que los maestros cocineros sigan trabajando con muchos de los elementos comunes en el Medievo, pero abiertos a las nuevas materias primas que les llegan

desde el Nuevo Mundo. Aunque las creativas recetas estén sujetas a los mismos preceptos religiosos del Medioevo y, por ello, obligadas a respetar la prohibición de comer carne en momentos puntuales, en el Renacimiento, la cocina sufre un poco más de rigidez en este sentido, a causa de la Contrarreforma religiosa. La parte positiva de esta dureza de origen místico, será el desarrollo de una cocina rica y elaborada, con elementos ajenos a la carne, que llegará a ser una parte muy importante de la cocina del siglo XVI y de los siguientes.



Del Medioevo queda como herencia en las cocinas el uso abundante de las especias y el azúcar que, a pesar de atenuarse, es casi un detalle distintivo de clase. Si se hace caso a los textos de cocina de este siglo, se puede decir que el sabor preferido es el dulce, sin olvidar que este

ingrediente es un elemento de separación social entre la nobleza y la plebe. Así pues, es también muy posible que la presencia del azúcar esté más unida a la ostentación que a una sincera inclinación por el sabor azucarado. También pueden incluirse en esta herencia del Medioevo los estofados, las masas de harina de trigo rellenas, las tartas y los pasteles en los que van a desaparecer los animales enteros o vivos, para ser sustituidos por carnes y aves deshuesadas que, si nos damos cuenta, son la base de los platos tradicionales de las regiones españolas; sin embargo, en las mesas de los nobles más pudientes se siguen presentando todavía algunos animales recompuestos y revestidos de sus plumajes o de sus pieles, así como decorados con oro o acompañados de flores y detalles.

Aunque hasta entonces se había mantenido el dicho “de lo que come el grillo, poquillo”, la fruta y los cítricos permanecerán en las recetas como elementos aromáticos y adquirirán una posición de privilegio en las mesas, al ser presentadas como entrantes al principio de las comidas.

Las técnicas culinarias de los profesionales acaban por desarrollarse increíblemente hasta que muchos de ellos alcanzan una madurez contrastada. Los cocineros del renacimiento ya no son aquellos que sudaban entre humo y hollín en los sótanos de los castillos medievales, sino que forman parte de los empleados “de lujo” por



príncipes y señores. Las diferentes formas de cocción y tratamiento de las materias primas terminarán de perder ese cierto primitivismo, esa tosquedad inherente al Medioevo, y serán procesos mucho más largos, más cuidados y elaborados, que darán como resultado unas recetas que, aún hoy en día, tienen vigencia, a pesar de que muchos profesionales de la actualidad no quieran mostrarse de acuerdo... porque no las conocen.

En el siglo XVI se verá muy acrecentado el uso de la carne cortada en trozos, y no se servirá en hueso como se hacía hasta ese momento, especialmente las de buey y de ternero, que habían sido relegadas a un segundo plano por los cocineros medievales, al tiempo que aparece una inclinación general a trabajar con las menudencias de los cuadrúpedos, de las aves, de los pescados y de las piezas de caza de todo tipo. No se desperdician ni siquiera las cabezas, especialmente las de ternero, jabalí, pavo, cerdo y cabrito, de las cuales se usa prácticamente todo. Así se pueden encontrar muchas recetas cuyos componentes principales son las lenguas, los hocicos, las ubres, los sesos, las carrilleras, las orejas o los ojos de muchos animales, en una vuelta atrás a los gustos romanos y bizantinos.

También se potencia el uso de los alimentos lácteos en la cocina renacentista. La mantequilla obtenida a partir de la leche de vaca, adquiere una importancia igual o superior a los sebos y la manteca. Además se introducen

en la cocina diferentes tipos de quesos y requesones que se utilizan tanto en frío como en caliente.

También comienzan a verse recetas en las que se usa la nata, elaborada a partir la crema que se forma sobre la leche hervida; es justo en este momento cuando los franceses se dan cuenta de que cualquier guiso al que se le añada este producto resulta más chic, y comienzan a cimentar las bases de su cocina.



El arte culinario del renacimiento, contemplado desde el punto de vista técnico, a pesar de ser de una excelente elaboración, debe sujetarse a muchas consideraciones de orden sociológico que, sin desearlo, consiguen apartarlo de su principal función que es la de nutrir. Confundiendo

el lujo con la excesiva abundancia, quienes tienen cocineros a su servicio los consideran todavía, hasta muy entrado el siglo XVI, como trabajadores de menor categoría limitando su intuición y su desarrollo profesional.

En aquella época los trabajadores mejor considerados entre los relacionados con los alimentos eran los del servicio de comedor, los que trinchaban, los que servían el vino y los licores, y aquellos que, en general, debían tener contacto con el señor y sus invitados. A estos trabajadores se les exigía que tuviesen un mínimo de cultura y modales mientras que los cocineros solían ser de extracción humilde, es decir, pertenecían a las clases sociales más bajas.

Estas diferencias entre personal de cocina y de comedor han llegado hasta nuestros días ya que, a lo largo de mi dilatada vida profesional en cocinas de medio mundo, nunca he encontrado un solo restaurante en el que no hubiera enfrentamientos más o menos agrios entre ambos equipos.

Bajo las órdenes del maestresala, que era quien decidía la forma de presentación y el contenido de los menús de cada día, el trabajo del cocinero se limitaba a elaborar lo mejor que pudiera las recetas que le eran ordenadas, remitiéndose a los gustos del patrón o de sus invitados. Se seguía entonces una regla no escrita para las mesas de

los nobles y era que, cuanto más caro fuese un producto, mayor calidad se le suponía por lo que, gustase o no, debía aparecer en la mesa de quien tuviera el suficiente poder económico como para adquirirlo y ofrecerlo a sus huéspedes en cantidades respetables. Uno de los problemas a la hora de reproducir las fórmulas de aquel tiempo con que se encuentra el investigador, que no sea cocinero o no conozca bien las técnicas culinarias, es la forma de escribir las recetas que tenían los cocineros de la época.

Recetas, sí que lo eran; pero sólo para quienes podían entenderlas o para aquellos cuyo trabajo estaba al lado de los fogones puesto que algunas veces, sin proporciones, sin tener aparatos que pudieran medir las temperaturas de los hornos, y sin puntos de cocción definidos, las recetas sólo eran claras para quienes estaban dotados de la habilidad profesional y de la experiencia necesaria; pero ¿a quién iban destinadas estas recetas? Mi abuela decía que “en la mesa y en el juego, se demuestra el caballero”.

Con eso, ni más ni menos, apuntaba que una de las principales diferencias entre los nobles y los plebeyos era, precisamente, el comportamiento de los comensales; por lo visto, la abundancia de comida y la calidad de las viandas presentadas no era, por lo menos para ella, lo más importante.

Ya se ha comentado que en el Renacimiento, la cocina de

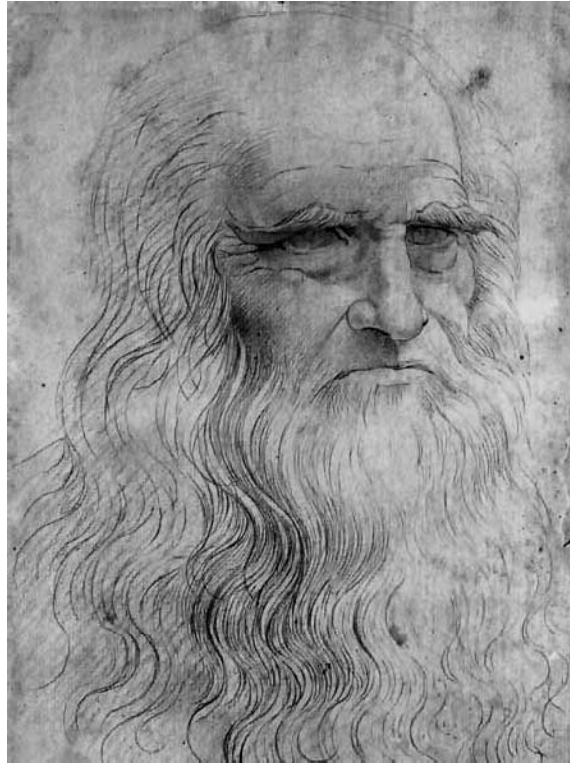
los nobles estaba llena de artificios y era considerado de "buen gusto" presentar los platos recargados con decoraciones de flores, alzas y cualquier otra cosa que pudiera sorprender a los comensales. Por decirlo de algún modo abreviado, los platos servidos en la mesa nunca debían aparentar lo que eran en realidad; más breve: nada sabía a lo que era.

Los platos debían ser verdaderamente espectaculares llegando a servir, por citar un ejemplo, un pavo real cubierto con todo su plumaje de modo que pareciera vivo y sacando fuego de su boca por medio de un artificio; pero antes de hablar de las viandas en las mesas nobles, es preciso comenzar por los modales de aquellos que se declaraban sin ningún rubor dueños de tierras y almas.

Resulta evidente que, si muchos de aquellos señores se sentaran a la mesa de un restaurante actual, serían objeto de malsana curiosidad y desprecio puesto que el protocolo ha cambiado sustancialmente en los últimos siglos; claro que en aquellos banquetes de la nobleza, no tenían que soportar a unos niños bordes, ahora se dice hiperactivos, correteando por todo el comedor bajo la mirada estúpida de las madres que los parieron.

Si hacemos caso a lo que nos cuenta Leonardo da Vinci quien, después de haber trabajado como cocinero en la taberna "Los Tres Caracoles", fue el encargado de los banquetes y fiestas que daba Ludovico "el Moro", los

comensales de aquella época no debían ser un dechado de virtudes en lo que a etiqueta y urbanidad se refiere, al menos si tomamos al pie de la letra lo que sugiere el genio italiano.



Cito textualmente:

“Estos son hábitos indecorosos que un invitado a la mesa de mi señor no debe cultivar (y baso esta relación en mis observaciones de aquellos que frecuentaron la mesa de mi señor durante el pasado año):

- Ningún invitado ha de sentarse sobre la mesa, ni de espaldas a la mesa, ni sobre el regazo de cualquier otro invitado.
- Tampoco ha de poner la pierna sobre la mesa.
- Tampoco ha de sentarse bajo la mesa en ningún momento.
- No debe poner la cabeza sobre el plato para comer.
- No ha de tomar comida del plato de su vecino de mesa a menos que antes haya pedido su consentimiento.
- No ha de poner trozos de su propia comida de aspecto desagradable o a medio masticar sobre el plato de sus vecinos sin antes preguntárselo.
- No ha de enjugar su cuchillo en las vestiduras de su vecino de mesa.
- Ni utilizar su cuchillo para hacer dibujos sobre la mesa.
- No ha de limpiar su armadura en la mesa.
- No ha de tomar la comida de la mesa y ponerla en su bolso o faltriquera para comerla más tarde.
- No ha de morder la fruta de la fuente de frutas y después retornar la fruta mordida a esa misma fuente.
- No ha de escupir frente a él.
- Ni tampoco de lado.
- No ha de pellizcar ni golpear a su vecino de mesa.
- No ha de hacer ruidos de bufidos ni se permitirá

dar codazos.

- No ha de poner los ojos en blanco ni poner caras horribles.
- No ha de poner el dedo en la nariz o en la oreja mientras está conversando.
- No ha de hacer figuras modeladas, ni prender fuegos, ni adiestrarse en hacer nudos en la mesa (a menos que mi señor así lo requiera).
- No ha de cantar, ni hacer discursos, ni vociferar improprios ni tampoco proponer acertijos obscenos si está sentado junto a una dama.
- No ha de conspirar en la mesa (a menos que lo haga con mi señor).
- No ha de hacer insinuaciones impúdicas a los pajes de mi señor ni jugar con sus cuerpos.
- Tampoco ha de prender fuego a su compañero mientras permanezca en la mesa.
- No ha de golpear a los sirvientes (a menos que sea en defensa propia).
- Y si ha de vomitar, entonces debe abandonar la mesa.

A pesar de lo dicho aquí no pensemos, ni por un momento, que el servicio de las mesas carecía de formas y elegancia, ni que todos los comensales se comportaban como, supuestamente, lo hacían los invitados a la mesa de Ludovico el Moro. El maestro Ruperto de Nola, de quien se habla a menudo en este libro, en su tratado de cocina datado en el año 1526, aconseja cómo debe



servirse de manera correcta la mesa de los nobles:

De posar viandas en taula Capitol enquina manera lo seruidor deu posar les viandas en taula. Primerament deu posar lo saler e pa ap<re>s torca boques e lo ganyiuet daua<n>t son senyor: e apres q<ue> ell aura presa aygua mans: e tu li hauras leuada aq<ue>lla touallola ab ques sera exugat e restera la taula neta: lauors deu venir lo seruidor e dins vn plat deu aportar lo saber lo qual ab reuerencia de peu posar lo dauant ell: e si es gran senyor lo besaras: e apres posaras los torca boques tostemp ab reuerencia de peu segons per qui han de servir fils besaras e apres lo pa: e son ganyiuet be<n> net lo qual deu esser d<e> forma mijana. E q<ua>nt tot aço sia fet: aportaras lo que te amenjar: la carn: ho lo peix ho qualseuulla altre menjar: ho lo que sera: no oblidant la reuerencia de peu cada vegada a q<ue> tostemp esta molt gentilment. E si per ventura era algun gran senyor: axicom dit he que viuen ab tast cada vegada muda li lo plat: e com li aportaras dauant la vianda aporta la cuberta de algu<n> altre plat: e cada vianda axicom es ara digam bullit e rostit: tu deus mudar torca boques: e apres li pots donar lo q<ue> li has d<e> donar d<e> grau en grau. E vet aci tot lo modo y la manera com los seruidors deuen donar amenjar a lurs senyors. De aci al deuant nos d<e> saber parlar mes d<e>l servir: per causa q<ue> en los antecedents capitols ne he ja dit molta part. e p<er> esser lo servir vna cosa tant comuna q<ue> quasi qualseuol ne sab la sua part: mas lo que e fet tant solame<n>t ho he dit

per alguns jouens de tendra edad qui venen nouame<n>t en lo mon e des iberen d<e> seruir e saber quina cosa es ben seruir e ben tallar: e encara esser bon coch q<ue> com dit he en res no pot noure saber moltes coses mes per aua<n>t dire com ni en quina manera deu vsar lo seruidor de so<n> offici dich d<e> aq<ue>ll que li sera donat ho comanat en casa deson senyor e primerament del Majordom.

En resumen, este capítulo dedicado a cómo se deben poner las viandas en la mesa, viene a decir que lo primero que debe ponerse en la mesa es el salero y luego los paños y que, una vez que se lave el señor y quitada la toalla con la que se enjugó las manos, se debe hacer una reverencia muy bien hecha, y que en un plato deben ponerse el pan, el paño de mesa y un cuchillo, besándole la mano si es un señor de título a quien se debe de hacer salva, y que si comen otros caballeros a su mesa, a cada uno de ellos poner su paño de mesa y pan sin hacer reverencia a ninguno de ellos, sino sólo al señor, salvo si comiese con él algún hijo o hijos mayorazgos de algunos grandes, porque a ellos sí debe hacerseles reverencia y servir los platos cubiertos. Que cada vez que se sirva la carne o el pescado hay que hacer reverencia al señor y cambiarle el plato. Al señor se ha de mudar paño de mesa cada vez que bebe, trayendo el plato cubierto, y al tiempo que se le da el paño descubrir el plato, y besar el paño de mesa, y dárselo. También se suele dar el paño de mesa con cada potaje, y dar las viandas de grado en

grado; o sea, un coñazo.

En otros capítulos se dice que el orden correcto es servir primeramente la fruta, y tras ella su potaje, salvo si es manjar blanco. Que este potaje se suele dar al principio tras la fruta. Añade que algunos señores hay que comen al principio lo cocido, y después lo salado, si hay fruta de sartén se ha de dar al postre, según sea este, y luego la otra fruta, concluyendo “y esta es la forma y manera del servicio, según la costumbre de la corte del rey mi señor”



Como se observa no tienen nada que ver las formas de

servir correctamente una mesa con el comportamiento de los invitados, ni por mucho que se esfuerzen los servidores, se consigue que los huéspedes sigan una mínima etiqueta a la hora de comer ya que, entre los asistentes a los banquetes, se contaba más de un guerrero más acostumbrado a la comida en campaña y a las alegrías de entrepiernas montaraces que a las finuras de los comedores y al requiebro galante. Claro que tampoco los dueños de las casas fuertes y palacios eran, en general, mucho más educados que sus invitados. Volviendo al tema de Leonardo da Vinci, para ilustrar mi afirmación de manera clara, contaré un caso. En la casa de Ludovico “el Moro”, con ocasión de celebrar una fiesta de gran gala, hizo la proposición del menú a su señor y, conjuntamente, el pedido de lo que necesitaría para hacer la cena. Esta fue la propuesta de Leonardo da Vinci:

- Una anchoa enrollada descansando sobre una rebanada de nabo tallada a semejanza de una rana.
- Otra anchoa enroscada alrededor de un brote de col
- Una zanahoria, bellamente tallada.
- El corazón de una alcachofa
- Dos mitades de pepinillo sobre una hoja de lechuga
- La pechuga de una curruca
- El huevo de un avefría
- Los testículos de un cordero con crema fría

- La pata de una rana sobre una hoja de diente de león
- La pezuña de una oveja hervida, deshuesada

Como se puede advertir en este menú, Leonardo proponía una lista de especialidades que nada tienen que envidiar a la “Nouvelle Cuisine”, o a las recetas de Cocina Creativa que se pueden encontrar hoy día en muchos de los restaurantes llamados de vanguardia. Cuando Ludovico recibió el pedido y vio el menú, después de echarse las manos a la cabeza, supongo, encargó lo siguiente:

- 600 Salchichas de sesos de cerdo de Bolonia
- 300 Zampone (patas de cerdo rellenas) de Módena
- 1.200 Pasteles redondos de Ferrara
- 200 Terneras, capones y gansos
- 60 Pavos reales, cisnes y garzas reales
- Mazapán de Siena
- Queso de Gorgonzola que ha de llevar el sello de la Cofradía de Maestros Queseros
- La carne picada de Monza
- 2.000 ostras de Venecia
- Macarrones de Génova
- Esturión en bastante cantidad
- Trufas
- Puré de nabos

Esto nos da idea de lo poco que apreciaban la calidad en

aquellas mesas puesto que, de acuerdo al pedido que hizo Ludovico, buscaban más la cantidad que el refinamiento.

Pero no sólo los nobles estaban abonados al “pecado” de la gula, puesto que los eclesiásticos de alto nivel, también podían considerarse verdaderos “tragaldabas”, si tenemos en cuenta cómo se alimentaban algunos eclesiásticos de la época.

Un día lunes, 9 de febrero de 1568, a la mesa del arzobispo y virrey de Valencia, don Juan de Ribera, a la hora de la comida, se sentaron cuatro caballeros con él y el menú fue el siguiente: Pan vino y naranjas dulces, 2 gallinas asadas, 6 perdices asadas, costrada de medio cabrito, 5 huevos en yemas, manteca y especias, jabalí asado, albóndigas apedreadas de carnero con 8 huevos en yemas, 2 libras de carnero cocido, nabos en tocino, 2 libras de puerco cocido, 4 libras de peras, 2 cardos, aceitunas y queso, 50 nueces. ¿Sería suficiente? Parece que no porque a la hora de la cena, en la que se sentaron el citado arzobispo y dos caballeros, se sirvió: Entrada contada, 3 perdices asadas, 1 conejo, 3 gazapos, cabezuelas de cabritos asadas, torta de queso, 6 huevos, postres contados.

Para seguir con los ejemplos de banquetes, en el que ofreció Benedetto Salutati a finales del siglo XV, en honor a Fernando I de Nápoles, se ofreció el menú siguiente:

- Pastel dorado de piñones y dulce de leche para cada comensal
- Pechugas de capón guarnecidas con gelatina
- Once platos de ternera, caza, jamón, faisán y perdiz, preparados de diferentes formas.
- Descanso
- Doce platos más

Además, el palacio en el que se celebró el agasajo, estaba todo decorado a base de colgaduras y guirnaldas elaboradas con los colores de la Corona de Aragón. Como detalle que puede ilustrar lo artificioso de las presentaciones al uso aclararé que de entre todos los platos dispuestos en la mesa brotaban unos pequeños surtidores con agua de azahar.



El orden del servicio de los platos, también era

radicalmente distinto al que conocemos hoy en día, y por lo que se puede deducir de los documentos de la época, eran servidas en primer lugar frutas frescas de temporada, bien fuera manzanas, naranjas o uvas.



Después venían carnes de aves, cerdo, cordero, jabalí, ciervo y caza, preparadas de diferentes maneras, junto con pescados, sobre todo en tiempo de cuaresma, entre los que se podían encontrar merluzas, atún y barbos. Todo esto se acompañaba con abundancia de verduras y hortalizas tales como las acelgas, las lechugas o las habas y con huevos de aves. Por último se llegaba a los postres en los que se servían varios quesos distintos, frutos secos, turrónes, mazapanes, dulces y aceitunas.

Pero estas costumbres que podemos llamar italianizantes, o provenientes del Renacimiento italiano, adquieren en las mesas españolas, tanto en las nobles como en las de la Casa Real, carta de naturaleza y se modifican a gusto de



las maneras de comer autóctonas, a pesar de la austeridad que proclamaba la Corte Castellana.

En ocasión de los grandes banquetes de mucha pompa se hacían diferentes servicios y cada uno de ellos podía constar de entre ocho y veinte platos distintos, dependiendo de lo que había que celebrar. Imaginen el banquete que debieron consumir el día en que cayó Granada y finalizó la reconquista, Supongo que todos los invitados disfrutaron muchísimo... siempre y cuando a la reina Isabel le hubiera dado tiempo a bañarse y cambiarse las bragas. En aquellos banquetes comenzaban los servicios con una gran variedad de platos fríos, a menudo dulces como mazapanes, pastelillos, o frutas. Seguían con platos de carnes, aves y pescados, éstos últimos muy abundantes en tiempos de cuaresma. Era común consumir una gran variedad de carnes y en la mesa se reunían recetas de capón, de caza, de pichón, de pollo, de pavo real, de ternera, de cordero, de cabrito y de cerdo. También era habitual que el servicio finalizara con muchas variedades de dulces y podían servirse un tipo de tartas de las que salieran pájaros volando por encima de las mesas e incluso personas disfrazadas. La forma de presentar los platos llegaba a tal punto de forzado artificio que el ínclito Leonardo da Vinci, con ocasión de los esponsales de Ludovico el Moro con Beatrice d'Este, ideó celebrar la fiesta justamente en el interior de una tarta que tenía sesenta metros de longitud, confeccionada a base de pasteles, polenta,

nueces y pasas.

Llegó a fabricar las mesas y las sillas de los mismos materiales dulces. Todo estaba preparado pero, la noche anterior, una multitud de ratas y pájaros se abalanzaron contra la enorme tarta produciéndose una batalla brutal entre los criados y los animales hambrientos. El resultado fue que, vistas las condiciones en las que había quedado todo, la fiesta se celebró en la calle. Recordemos que dos años antes, en la boda de Gian Galeazzo con Isabel de Aragón celebrada en el patio de armas del palacio, Leonardo había disfrazado a unos servidores de bestias salvajes y a otros de aves. A estos últimos los colgó de cables, casi inapreciables a la vista para que “revolotearan” por encima de las mesas. En resumen, convirtió el patio en una selva. En la colección Real de Windsor se pueden encontrar algunos de aquellos disfraces.

Pero sigamos con las costumbres culinarias de la época. Como el sabor predominante en la cocina Renacentista era el agridulce, se usaba el azúcar con agraz, que no era otra cosa que zumo de uvas verdes o ácidas, o un equivalente ácido como el vinagre de vino o el zumo de naranjas que en la época que nos ocupa aún eran amargas y ésta era una de las combinaciones favoritas. Las naranjas, se usaban para lo que hoy en día utilizamos el limón; para los pescados, y para dar un toque agrio a ciertas rectas. Los limones también se usaban pero en

menor medida. La leche de almendras jugaba un papel muy importante en la cocina de los nobles y de la realeza, junto al agua de rosas y el vino.

A menudo, en los recetarios, alguna de las fórmulas geniales de los maestros cocineros se especifica claramente, después de pormenorizar las especias y las hierbas que hay que añadir “buenas especias”. Para dar salida a este pequeño enigma de la cocina hay dos soluciones que, a falta de una mejor explicación, parecen creíbles. Mientras un grupo de profesionales dicen que se trata de pimienta puesto que en las recetas que se anota la expresión “buenas especias” no aparece la pimienta, en otro grupo no menos preparado opinan que sería una mezcla fija, o variable, de especias entre las que se encontraba la pimienta. Personalmente, me inclino por la segunda opción; pero, repito, no hay nada probado por lo que todo es una conjetura con mayor o menor base documental.

Además de las comidas de diario y de los banquetes, para aquellos nobles que pudieran costearlas también existían comidas orientadas a “levantar el ánimo” de aquellos que no estaban en capacidad de cumplir con sus obligaciones maritales. Aunque las tradiciones culinarias españolas, por imperativos de las prácticas religiosas de la época, aluden muy poco a recetas con claros fines eróticos, las escasas que se encuentran son casi siempre indicadas para el caso de esposas relativamente jóvenes

unidas con maridos achacosos o demasiado entrados en años. Las más de las veces estos remedios eran propuestos si la pareja tenía dificultad para que hubiese descendencia. En estas ocasiones, por estar socialmente mal vista la carencia de prole, a falta de viagra, las mujeres llegaban al extremo de buscar la ayuda de físicos, alquimistas o nigromantes, que en general eran judíos o moriscos que vivían en las aljamas, quienes aparentemente eran capaces de elaborar mixturas y menjunjes dotados de virtudes mágicas para resolver aquellos problemas, como el que tuvo el rey Fernando El Católico en su unión con Germana de Foix, por ejemplo. En el año de 1551 un doctor llamado Lobero de Ávila, aconsejaba para estos fines eróticos que “el varón cene poco, así como tres o cuatro yemas de huevo, con dátiles y piñones echados seis horas en agua caliente”.



Tradicionalmente se había confiado siempre en las capacidades excitantes del comino, el cilantro, la angélica

y la mandrágora, junto al consumo de carnes procedentes de la caza como la liebre, el corzo, el jabalí y el venado, bien aderezadas con jengibre, azúcar, canela, clavo y pimienta. Por otra parte, todos aquellos que volvían de tierras americanas comentaban de la capacidad amatoria que confería a los hombres el consumo del aguacate, el nopal, la vainilla e incluso la humilde patata entre otras especias y frutas que llegaban a estas tierras desde el Nuevo Mundo.

En la época de Renacimiento no era bien visto que las damas honestas salieran mucho de sus casas si no lo hacían acompañadas, y aún con todo sus salidas se circunscribían a la asistencia a las tertulias femeninas o bien a los oficios religiosos de precepto. Estas circunstancias de represión, que a veces constituían un verdadero martirio para las damas jóvenes casadas con maridos decrepitos, dio pábulo a una multitud de pícaros que vivían a costa de ellas dedicándose a preparar ensalmos, pócimas, filtros amorosos y viagras de aquella época.

En la composición de estas recetas, muy extendidas por cierto por aquellos tiempos, era muy usado el membrillo, al que se le atribuían grandes virtudes para atraer la pasión amorosa de la persona deseada. En uno de mis viajes a Sudamérica encontré tres recetas de estas viagras naturales, no químicas, de clara orientación erótica que se tomaban según ellos “cuando los españoles”.

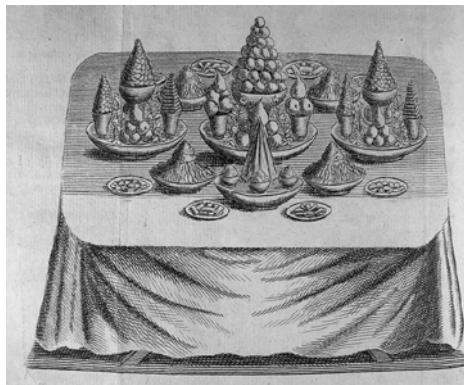
En Cartagena de Indias hallé una que se vendía en botellas pequeñas. Esta receta artesanal era llamada “levanta muertos”. En la República Dominicana se comercializa todavía una receta, también de elaboración artesanal, llamada “rompesaragüey”, también conocida con el nombre de “rompecolchón”.

Pero la más complicada de todas era una receta que pude aprender en la región de Los Llanos de Venezuela, concretamente en Puerto Páez, que se conocía como “Sangre de Tigre”. Según el “Pollo Ronco”, que fue el personaje que me dijo cómo se debía hacer, entre otros ingredientes se elaboraba con ojos de vaca crudos, remolacha, vino quinado, huevos de gallina crudos y huevos de tortuga. Si hago referencia a estas recetas sudamericanas es porque no están muy lejos de las fórmulas que se utilizaban en el siglo XVI.

En cuanto a las recetas de platos eróticos, en general, estaban fuertemente sazonadas, se hacía uso indiscriminado y abuso de las especias y había en ellas gran profusión de plantas aromáticas. Del libro de Francisco Martínez Montíño, que era el cocinero oficial de Felipe III, titulado “Arte de cocinar”, destacan recetas eróticas como “el capón relleno de ostiones”, “la fruta de caña”, “el gigote de liebre”, “el membrillo con hinojo

asado" y distintas elaboraciones confeccionadas a base de trufas.

El Renacimiento, un movimiento también conocido como humanismo, fue la época en que resurgió el arte y la ciencia, se inició en Italia, exactamente en Florencia, entre los siglos XIV y XVI, fue inspirada por la cultura grecorromana. En esta época nacieron grandes artistas, que se les podría llamar genios en su arte: Leonardo Da Vinci, Miguel Ángel, Botticelli, Juan de Juni, Donatello, Rafael, etc. Es la época de máximo esplendor del arte europeo. En términos generales, en esta época se popularizó el tenedor; ahora más gente se acostumbraba a usarlo, y fue también cuando la gente comenzó a sentarse de la que ahora llamamos la forma correcta, porque antes se sentaban recostándose un poco en la mesa.



A partir de aquí, comienzan a consumirse distintas variedades de verduras, como el tomate; además, llega el

chocolate, la patata, el boniato, el cacahuete, etc., gracias a la colonización de América. La patata no se consumió hasta después de la Guerra de los Cien Años, pues pensaban que era un alimento para los cerdos. Originaria de los Andes peruanos, se cultiva hoy en las regiones templadas de todo el mundo.

La corte de Borgoña fue algo sorprendente y en ella se manifestaron las alarmantes sombras de Felipe el Atrevido, el bien nombrado, de Juan sin Miedo, y de Felipe el Bueno, que creó la Orden del Toisón de Oro. De toda esta parafernalia fue ejemplo el célebre Voto del Faisán, uno de los banquetes más famosos que jamás hayan existido. En mayo de 1453 cae Constantinopla en manos de Mohamed el Conquistador.

En Borgoña la corte de Felipe el Bueno y los componentes de la Orden del Toisón de Oro se sobrecogieron profundamente. El gran duque de occidente quiso lanzar una cruzada para recuperar la ciudad y lo hizo con un gesto fatuo e inútil pero muy significativo; Poniendo a toda máquina el fasto de su corte. Incitó a sus paladines para que arriesgasen su vida ante la Cruz amenazada. Esto se llevó a cabo en unas fiestas celebradas en Lille el 17 de junio de 1454 que la posteridad ha conocido como el "Voto del Faisán". Tal voto respondía a unos antiguos usos y costumbres caballerescos. Como los caballeros se comprometían a una heroica hazaña, solían prestar juramento sobre un ave reputada como noble, como por



ejemplo la garza, el pavo real, el cisne o el faisán. En el transcurso del festín el animal era servido asado pero cubierto con su pellejo y sus plumas ya que los cocineros eran maestros en el arte de despellejar y volver a revestir a las aves.

Generalmente, una dama de calidad depositaba la pieza ante "uno de los caballeros más bravos de la asamblea". Éste, a su vez, lo ofrecía a otro a quien consideraba más digno y así iba, de mano en mano, hasta llegar al supremamente honrado. A éste le tocaba pronunciar el voto y trinchar el animal en tantos pedazos como caballeros le acompañaban a la mesa y de modo y manera que cada uno de ellos quedara satisfecho de su porción. Ni el duque de Borgoña, ni los caballeros del Toisón, que tan solemnemente habían pronunciado tras él el voto en Lille, fueron a guerrear contra el turco, que galopaba ya, entre sus guerreros hacia Viena.

He creído mejor utilizar como punto de partida del Renacimiento en Italia basándome en la cocina florentina, sin menospreciar los encantos de la veneciana, al fieroza seductora y casi oriental de la napolitana, la fuerza voluptuosa de la romana o la severidad de la cocina lombarda del Ducado de Milán. Pero es que en Florencia manda, intelectual y materialmente, e impone el modo de pensar, de vivir, de vestir y de comer, una familia astuta que llaman Médicis. Con el renacimiento aparece una nueva civilización durante el siglo XV. Florencia desde el

siglo XIII es una villa capitalista en el sentido histórico que hoy se da a esta palabra que marca profundamente el Renacimiento. Esto es lo que impresiona enormemente a los franceses que conquistan el norte de Italia a finales del XV y que les deja literalmente fascinados; de esta circunstancia histórica viene la antigua discusión de si es cierto que la cocina francesa nace del pasmo francés ante el arte de vivir italiano y luego se reafirma a través de dos reinas Médicis, Catalina y María. Luis XII y Francisco I, con sus arriesgadas campañas italianas, vuelven enamorados de la exquisitez y el grado de civilización que rige en la península itálica y con ellos traen jardineros, perfumistas, artistas, arquitectos, confiteros,, orfebres y cocineros. Luego llegaron a Francia las reinas florentinas: Catalina de Médicis se casa en 1533 con Enrique II, hijo de Francisco I y María de Médicis contrae matrimonio con Enrique IV en 1600; para finalizar el período italianizante de la corte francesa, en los años de la regencia, Ana de Austria, ya viuda de Luis XIII, se casa con su primer ministro, el cardenal Mazarino, hombre refinado y sutil en múltiples aspectos.

Incuestionablemente la cocina francesa, ya fuera a través de textos españoles o de textos italianos, sufrió claras influencias que la obligaron a cambiar. La primera de ellas la florentina y, sin querer afirmar que deba una total transformación a la cocina italiana, ni mucho menos, hemos de decir igualmente que si italianos y peninsulares deben mucho actualmente a la cocina

francesa, ésta debe mucho, ayer y hoy, a sus vecinos. El empleo que los italianos hacen de hierbas aromáticas en sus platos de carne demuestran que bien entrado el siglo XVI, la fascinación de Italia, tanto en los paladares franceses como en los españoles o alemanes, era persistente y definitiva.

No osaría afirmar que la alta cocina francesa sea la misma que la italiana del Renacimiento, pero evidentemente hay platos franceses que aparecen por primera vez en tratados italianos. Que los franceses llegaran a inventarlos paralelamente a los italianos es posible. Que ante tan estrecho y admirado contacto entre Francia e Italia imitaran muchos de ellos es más que probable, y más cuando Francia, y también Europa, fueron influidas en toda actividad espiritual por Italia. La cocina no podía ser una excepción.

Con respecto a la cocina florentina diré que en el siglo XIII ya existe una receta del pato a la naranja, es decir, el pato salvaje con naranjas amargas, que es el origen del actual "Canard à l'orange".

También el consomé, con el nombre de jus consumptum, viene del libro de Platina, que se traduce al francés en 1505, y que sólo en el siglo XVI conoce trece ediciones en Francia. En el siglo XIV, en la Biblioteca Comunal de Dôle, se encuentra una receta de pollo al vino que podría considerarse el origen del "Coq au vin" francés. Los

pichones con uvas toscanos, que pueden ser el origen del faisán o de las codornices "Au raisin", presiden un recetario florentino del siglo XIV; si sigo por este camino, a los franceses no les va a quedar como propio más que la Gioconda que está en el Louvre, y el Obelisco.

¡Ah, perdón, que tampoco son suyos! Catalina de Médicis introdujo en Francia el aceite toscano, mucho más apto para cocinar que el provenzal, y también las alubias, e impuso la moda de que los caballeros coman con las damas en la misma mesa.

En cuanto al turbante a foggia turchesca de sfoglia que se sirvió en el banquete de boda de María de Médicis con Enrique IV de Francia, no era otra cosa que un primitivo "Vol-au-vent a la financiera" relleno de crestas y riñones de pollo, ligados con una salsa blanca.

No hay quien pueda afirmar que la salsa bechamel la inventó en el siglo XVIII el marqués del mismo nombre, ni el citado vol-au-vent lo imaginó en el siglo siguiente Antonin Carême, porque la receta es a grandes rasgos la misma que he apuntado. Lo que se puede decir es que los franceses la perfeccionaron y le dieron un canon y esto, según el punto de vista galo, vale tanto como una invención.



El Libro de la voluptuosidad honesta y de la buena salud o del bienestar, al que ya he aludido, es el primer libro impreso que se ocupa de temas culinarios de gran importancia y su primera edición lleva fecha de 1475. Bartolomeo Sacchi, llamado Battista Platina (1421-1481), historiador y filósofo, no hubiera pasado a la inmortalidad si no llega a escribir este tratado sobre la voluptuosidad y el bienestar.

Por primera vez un chef ilustra en detalle nuevas técnicas de preparación y propone soluciones geniales, como por ejemplo, enharinar o empanar el pecho de ternera antes de freírlo, proteger los faisanes del calor envolviéndolos en papel engrasado con manteca, la cocción al baño maría del Zabaione -crema espumosa que se obtiene batiendo la yema del huevo con azúcar y un poco de vino-, el batir la gelatina con una cuchara de madera y no

de hierro para que no amargue, etc.



Pero la influencia del Renacimiento no llega sólo a Francia o a España porque los casi cuarenta y cinco años en que reina Isabel de Inglaterra, de 1559 a 1603, simbolizan una era de superlativa fuerza en todos los aspectos. Un personaje como la Reina Virgen (?), que gustaba tanto de la vida, tenía que satisfacerse en los placeres copiosos y voraces de la cocina. Efectivamente fue así. Consta que en 1575 le regalaron un manuscrito de "The Form of cury", el más respetable documento de la cocina inglesa. La época isabelina tiene asimismo grandes recetarios, como el de Thomas Watson, "The Good Huswives Jewell" (1587) y "The Good Huswives Treasure", de 1588, y, sobre todo, el Epulario, o sea "The Italian Banquet" (1598), traducción del libro italiano de

Giovanni Roselli, publicado en Venecia, en 1516.

En estos recetarios aparecen todos los grandes temas de la cocina medieval y del Renacimiento; el agua de rosas, los grandes pastelones de caza, los de arroz, las salsas de menta, los capones al zumo de naranja o las manos de cerdo con manzanas y las recetas clásicas y rigurosas, medievales y realistas, de la cocina inglesa que, por alguna razón se ha convertido en algo tan... digamos "personal", que sólo les gusta a ellos. Las menciones a la cocina en las obras de Shakespeare son continuas, no sólo alude a los platos, a los condimentos y bebidas, sino también al mismo ámbito doméstico, al elemento íntimo y amable que el recinto de la cocina representa.

En sus obras las insinuaciones a la cocina son extremadamente realistas: están en ellas toda la batería de cocina a la antigua, cacerolas, jarras y jarrones, recipientes para guardar manteca, tamices, coladores y cucharones; también aparece muy a menudo el horno, el hogar y las brasas. La cocina y el jardín son dos recuerdos constantes en la obra de Shakespeare.

Parece que es su ideal de hogar, de vida feliz, sosegada y anónima, en resumen, la vida que añoraba desde Londres y que fue la de su infancia. En lo que se refiere a los productos de la cocina, en el transcurso de la obra de Shakespeare nos damos cuenta de que, con el paso del tiempo, va mejorando su gusto y deriva hacia el

refinamiento. Hasta los treinta años el apetito de Shakespeare es el de un joven lleno de vitalidad y energía; pero el contacto con el mundo exquisito de Londres hace que las indirectas de sus primeras obras sobre la calidad, la frescura y el sabor de los alimentos se vayan depurando y su gusto se convierte en mucho más exigente, para acabar siendo totalmente sibarita... a la manera inglesa, lo que no es precisamente un cumplido.

Por la festividad de San Miguel la reina Isabel puso de moda, en los últimos años de su reinado, matar un ganso y por san Martín no se mataba el gorrino, sino una res; sus carnes eran secadas y ahumadas y se conservaban en la chimenea, bajo el hogar, para ser consumidas durante el invierno.

El cerdo en cambio, se engordaba durante el invierno y se comía por la Pascua de Resurrección, para pavor y repulsión de los judíos. Este es el último gran momento de la cocina inglesa. Una cocina con clara influencia francesa, con la presencia de los selectos cocineros italianos que ayudaron a la Inglaterra del Renacimiento -la familia de Gian Battista Alberti colonizó prácticamente a la Inglaterra culta- al tiempo que llegaban los vinos españoles y griegos, las malvasías, los canarios, los jereces. Una Inglaterra báquica, enológica, rubicunda, pródiga, presta y preparada para conquistar el mundo. Lo que sin duda hizo, sin miedo... y sin conciencia. El siglo XVI representa una revolución en



materia alimenticia para España. Es decir, personifica el inicio de una transformación de algunos de los productos que serán cultivados o usados en el siglo XVII y algunos no lo serán de manera total hasta el siglo XVIII.

Lo evidente es que si la ganadería autóctona de América indígena era pobre o casi nula, en cambio, las plantas cultivadas eran bastante importantes: maíz, cacao, patata, alubias, tabaco, cacahuete, tomates, pimientos, coca, vainilla, mandioca o yuca, y numerosas otras frutas tropicales entre las que están la piña, la chirimoya y el aguacate, que eran las que conocieron los españoles destacados en América, pasaron paulatinamente a tener protagonismo en las mesas españolas.

A pesar de que los colonizadores aceptaron hasta cierto punto los hábitos alimenticios y la dieta indígena, aportaron muy pronto las especies agrícolas de Europa. Introdujeron los cultivos de los cereales, leguminosas, muchas hortalizas y frutas, vid, olivo y caña de azúcar, algunas plantas textiles, ciertos frutos y diversas especias y sazónadores, especialmente el ajo.

Sobre el pavo se ha escrito mucho y siempre con la rara fogosidad controvertible que usan los gastrónomos más apacibles cuando manejan la pluma. Se ha contenido acerca del origen del pavo, intrincada cuestión que ha dado lugar a dos teorías: una sostiene que es una gallinácea del Viejo Mundo y otra afirma que el pavo no

llegó a Europa hasta el siglo XVI.

Según la "teoría europea", el pavo es un arcaico animal asiático y, luego, europeo. Quienes sostienen que el pavo era conocido ya en la época clásica y que procede de Numidia o de la India, se apoyan en la descripción de Plinio, en la que describe a un animal que difícilmente pudiera ser otra ave que el pavo o la pintada. Ahora bien, ¿cómo desapareció el pavo de la cocina europea? El pavo es un animal de extraordinarias dotes reproductoras que se adapta perfectamente a la domesticidad y que es de fácil alimentación. Por otra parte, no podía ser de otra manera, claro, algunos franceses están convencidos de que los primeros pavos que llegaron a Francia fueron traídos de la India por el navegante Jacques Coeur, en 1432. Lo cierto es que quienes lo criaron en Francia de una manera constante fueron los jesuitas, que tenían una granja en Bourges.

Todos estos investigadores están de acuerdo en que la domesticación de estos pavos se hizo a partir de los traídos del Nuevo Mundo a Europa por los españoles, porque esto es un hecho histórico irrefutable. Si los españoles trajeron el pavo de México, también es evidente que llevaron el gallo y la gallina. Sobre el pavo americano tenemos gran número de noticias no sólo de cronistas y descubridores españoles, sino también de escritores ingleses, franceses e irlandeses.

El pavo, llamado huexolotl en náhuatl, de donde procede

el nombre mexicano actual de guajolote, era conocido desde la más remota antigüedad. Los había salvajes pero también domésticos. Criarlos era un viejo arte de los mexicas, -en el Códice florentino aparece un dibujo de unas mujeres cebando a un pavo como lo hacen hoy las campesinas francesas con los gansos, además de hombres cuidando sus animales-. Lo que parece evidente es que el éxito del pavo en Europa fue contundente. Se dice que pareció como rotunda novedad en la mesa de Enrique VIII de Inglaterra y en la boda de Carlos IX de Francia en 1570 que, por otra parte, es la fecha en que por primera vez se cocinó este animal para un banquete en ese país.



Hoy la principal producción de pavos en España se lleva a cabo en el campo castellano y leonés. Antes de matarlos, acostumbran a emborracharlos con vino o

aguardiente, que es un procedimiento que, además de dar sabor a su carne, debe infundir al animal una especie de alegre inconsciencia que hace que sus últimos momentos sean menos penosos.

Hablemos ahora de algunas de las importaciones llegadas de América. Diré del tomate que el galeno sevillano Nicolás Monárdez, escritor de la Historia medicinal de las cosas que se traen de las Islas Occidentales, impreso en 1574, fue uno de los primeros que plantaron el tomate en España. El tomate tuvo gran éxito en un principio, por la belleza de sus frutos; los italianos lo llamaron Poma de Oro, de donde se deriva la palabra pomodoro.

Los franceses, siempre tan eróticos ellos, lo llamaron Pomme d'Amour. El tomate fue poco explotado gastronómicamente hasta el siglo XVIII, que comenzó a utilizarse en salsas, y más tarde en toda clase de aderezos. Las alubias, sin embargo, eran viejas conocidas en Europa. Parece ser que los romanos conocieron algunas especies de las 150 existentes y que las llamaban faseolus, y las comían verdes y secas. Apicio, en sus 10 libros de cocina, nos da la receta de judías verdes con garbanzos. En el siglo XVI, las judías que hoy se conocen en España fueron llevadas a Italia y de ahí a Francia, extendiéndose prontamente por todo el Mediterráneo a partir de la segunda mitad del siglo XVIII. El pimiento llegó en todas sus variedades, desde el más dulce hasta

los chiles más atroces y penetrantes que pronto se aclimataron en Andalucía, donde se sabe que llegó a ser un condimento muy popular. En el siglo XVIII los tomates y el pimiento eran un exceso de la comida española para paladares europeos.

La piña americana se conoce como ananá en algunos lugares de Europa, ya que así aparece en algunos textos, siendo el más antiguo de 1578. Ananás es un vocablo tomado del portugués, que a su vez proviene del guaraní, idioma en el que se le conoce como nana. Parece ser que la cuna de la piña es Brasil y Perú, pero en España, salvo algunos intentos en las islas Canarias, nunca se aclimató. De España pasó a Francia, donde causó furor, sobre todo en el siglo XVIII, siendo uno de los bocados predilectos del calavera y voluptuoso Luis XVI.



Por otro lado, muy pronto se conocen en Europa las

costumbres de los antiguos indígenas, como es el caso de los mexicas. En este aspecto, los banquetes de Moctezuma causan gran admiración entre los europeos, ya que en sus mismas crónicas, los españoles refieren que seguía un protocolo muy riguroso: comía solo, se lavaba las manos a menudo, nadie podía verlo ni hablarle mientras comía. Asimismo, su mesa, adornada con manteles, se servía en vajillas de barro muy finas, debajo de las cuales ponían pequeños braseros encendidos para que la comida estuviese caliente.

Se le servían más de cincuenta especialidades distintas, que podían contener pavo, jabalí, vegetales, dulces, frutas, pescado, etc. Una de las cocinas más importantes de España en este periodo fue la de los Austrias. A partir del año 1500, España alcanza su esplendor pero ya en 1600 empieza realmente a decaer. Durante ese siglo se elabora una cocina pomposa, porque había abundancia de todo, incluyendo las aportaciones americanas.

Uno de los mayores males que tuvo que afrontar España fue el de la desertificación del campo, así como la ampliación en el número de títulos nobiliarios, lo que materializó que la burocracia creciera estableciendo así un foco reducido de personas que manipulaban la mayor parte del dinero de las arcas reales. La miseria popular era angustiosa en muchas partes de España. A finales de 1621, las circunstancias eran tales que el procurador de Granada, Don Mateo Lisón y Bledna pronunció una

alocución sobre las funestas condiciones en que se encontraba el reino con sus incalculables excesos y desarreglos administrativos. Para describir al país dijo: "La gente no hace más que vagabundear por los caminos comiendo hierbas y raíces, reubicándose en otros feudos y provincias". Esta situación también afectó a otros países como Inglaterra y Francia que, a pesar de robar el oro que se traía de América en galeones españoles, quienes tenían patente de cordo para robar no repartían la riqueza con el pueblo sino que aumentaban su ritmo de vida. Durante este período, cabe recalcar que, mientras el pueblo moría de hambre, los nobles y latifundistas hacían gala de una gula aparatosa. Sirva como ejemplo el banquete que se le sirvió a Carlos I, donde se presentaron cerca de 1600 platillos diferentes.

El cerdo en esta época es muy importante tanto por sus utilidades alimenticias como por ser considerado como forma cultural, ya que la prohibición de su consumo que hacen las religiones judía y musulmana, lo convierte en materia de distinción para los católicos.

Existieron en esta época los llamados "pícaros de la cocina", que eran gente que merodeaba las casas de los nobles y trataban de acomodarse, con o sin estipendio, en las cocinas de los grandes propietarios, donde vivían entre ollas, cazuelas y sartenes. Podían alimentarse a cambio de sus nada transparentes prestaciones.

Un personaje muy importante para la gastronomía de

esta época, es Francisco Martínez Motiño, quien entró como ayudante de la cocina de Felipe II, y fue cocinero mayor de Felipe III; al parecer también alcanzó a serlo de Felipe IV. Escribió: *Arte de Cocina, Pastelería, Bizcochería y Conservería*, que se publicó por primera vez en 1611.



Esta obra presenta lo que es una cocina digna de un palacio; según él, es necesario guardar tres cosas: la



limpieza, el gusto y la celeridad. También aconseja cómo limpiar y gobernar la cocina, la eliminación de los desperdicios, que los oficiales de estos servicios se laven al comenzar la faena y lleven siempre la camisa limpia. Es tan grande la influencia de este libro, que sale de España que llega hasta la corte de Francia, porque dos reinas, Ana de Austria y Ma. Teresa de Austria se casaron, respectivamente con Luis XIII y Luis XIV, y ellas dan a conocer en Francia la cocina española, siendo Francia quien se encargará de difundirla al resto del mundo... pero diciendo que era francesa, claro.

La llamada "Cocina barroca" era todo un ceremonial: pan, vino, salsas, lavamanos, socles, alzas, fantasías y arreglos con tapices, muebles y vajillas, poblaban las mesas. Los utensilios de mesa que se utilizan son: cuchillo, cuchara, tenedor y espátulas.

El montaje de las mesas incluía manteles, servilletas, toallas, aguamaniles, encajes, objetos hechos con masa de pan, etc.; se servían los alimentos en un lado de la mesa y los comensales se colocaban del otro, además que el vino ya se servía por copas. Las reglas de educación en la mesa eran: no rascarse la cabeza, ni sonarse en la mesa; sí se puede escupir y usar sombrero. Como dato curioso, diremos que el primer menú escrito fue por el Duque Enrique de Brunswick en 1619, lo cual, a partir de ese momento se convirtió en una costumbre de buen tono. Existe también otro libro editado en 1614, "Estilo de servir

a príncipes con ejemplos morales para servir a Dios”, de Miguel Yelgo de Bázquez, en donde se incluyen todos los preceptos y modos de servir del camarero, el mayordomo, el maestro sala, el veedor y el cocinero. Las distintas habitaciones o espacios que intervenían en el "asunto de atiborrarse" eran: la cocina, la panetería -panadería-, la cava o bodega, la salsería -donde se guardaban los utensilios para el montaje de las mesas-, la tapicería, la furrielería -limpieza y arreglo de los comedores- y la cerería -que suministraba las velas para la iluminación de los comedores-.

Por otro lado, los empleados que trabajaban en estos menesteres eran: el comprador, que adquiría las carnes, pescados, etc., entregándolos a los oficiales del guardamanxier, donde se recibían por peso y medida, llevando relación de las porciones. El escuyer de cocina cuidaba de acreditar su excelencia y precio, de distribuir los comestibles y vigilar su paso desde el fogón a la mesa real.

La cocina estaba presidida por el cocinero mayor, personaje que tenía derechos especiales en las comidas extraordinarias, disfrutaba de médico, botica y habitación y percibía diariamente un pan de dos libras, dos raciones de vino, varias velas, un cuarto de carnero y la gallina que daba sustancia a la sopa del rey o, en su defecto, los días de vigilia, cuatro libras de pescado, doce huevos y una libra de manteca, además de otras ventajas. Las

jerarquías en la cocina eran como sigue: el principal era el cocinero de la servilleta, que recibía diariamente del guardamanxier lo necesario para el consumo, entregaba los platos a los encargados de conducirlos a la mesa real y, si eran de olla, los acompañaba al comedor, siempre con su indispensable servilleta sobre los hombros.

Además había galopines, que limpiaban la cocina y desplumaban las aves; pasteleros, aguadores, triperos, especieros, potaxier y bruxier, que proveían de ensaladas, verduras, harina, cacerolas, leña, carbón y artículos de limpieza. Los porteros de cocina cuidaban de que no hubiera intrusos en tal departamento.

Fuera de las cocinas prestaban servicio dos cerveceros, un sumiller de cava para escanciar el vino en la mesa del rey, un sumiller de panadería, que cuidaba de manteles y vajilla de plata, entregando el trigo al panadero para confeccionar el pan; el sausier, que tenía a su cargo los guisos, proporcionando el vinagre; el frutier, que compraba y servía la fruta; el ujier de la sala de la vianda, que hacía poner la mesa a las horas convenientes y cuidaba de que la sirvieran los que debían hacerlo, estando cada uno en su lugar. El trinchante presentaba al rey los manjares; el valet servant limpiaba los cubiertos y servía el pan; el maestro de cámara pagaba los gastos de despensa y a la servidumbre culinaria; el contralor inspeccionaba los servicios de cocina y mesa; el grefier

llevaba la contabilidad y el registro de los sirvientes. Por último, eran funcionarias del servicio de cocina, la lavandera de boca y la lavandera de Estado, que lavaban, respectivamente, la ropa del servicio real y la de los oficios de mesa. Debido a la crisis, poco a poco el lujo se fue acabando, sólo los nobles siguieron utilizándolo.

En contraposición a estos banquetes tan barrocos y sus ceremoniales, los españoles “de a pie” comían de diferente manera. Los campesinos sufrían hambre y la nutrición era mala en la mayoría del pueblo.

Como referencia podemos tomar unos textos de la máxima obra literaria en lengua española, “El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha”, de Miguel de Cervantes Saavedra, donde Sancho Panza representa la escasez del campesino en contraste con la mesa suntuosa de los duques.

Además, el teatro español brinda también muchos relatos de gente de la época. Desde los soldados, los mendigos que pedían los desperdicios en los conventos, los escolares que sufrían el hambre estudiantina y, en resumen, muchos hambrientos e insatisfechos. Pasemos ahora a los fogones. Las recetas de la época que ofrezco a continuación, están copiadas en la lengua original, y luego traducidas y pertenecen al “Livre del Coch” de Ruperto de Nola, cocinero a sueldo de la corte

Aragonesa.



**1 De Mirraust** La salsa de Mirraust se fa en aquesta manera. Primerament pendras vna liura de ametles e quatre onças solament per .v scudelles: e apres torraras les ametles e pica les e apres pren vna molla de pa que sia mullada ab bon brou. e apres passar ho has ab les ametles e ab lo pa que sia ben espes: e apres vaja al foch ab vna onça de canyella: empero me tras la canyella com passaras les ametles: e apres pendras los colomins e metras los en ast e apres al foch: e tallals axicom sils hauies a donar a ton senyor: e apres faras bullir la salsa ab mija liura d'e sucre dins dita salsa: empero menar ho

has tostemp ab vn menador de fust e com sia bullida metras hi los colomins ab les altres volateries: o polla o gallines sia fet tot d<e> aquesta manera e apres pendras del greix e metras ne dins la salsa ab los colomins: e apres pots fer escudelles: e de aquelles tallades has ne de metre .iiii. tallades per escudella: e desobre metras hi sucre e ca<n>yella de bona manera. E axi se fa Mirraust perfet.

*(Picar una libra de almendras tostadas y mezclarlas con miga de pan mojada en caldo de carne y pasar por un colador ancho para hacer un caldo espeso que se lleva al fuego con una onza de canela y más caldo. Aparte se asan los pichones y se cortan en cuartos, se echan con lo demás a la olla, a la que se añade media libra de azúcar, removiendo todo con paleta de madera. Se sirve en escudillas y se espolvorea con azúcar y canela. Puede hacerse el Mirraust con pollo o con gallina)*

**2. De menjar blanch** Menjar blanch se fa daquesta manera: Primerament pren vna Gallina e .viii. honçes d<e> farina d<e> arros e mija liura de aygua ros: e vna liura de sucre e fi: e .viii. liures de let de cabres e sino ni ha pe<n>dras tres liures de ametles bla<n>ques: e apres pendras la gallina q<ue> sie bona e grossa e tellosa: e com volras fer lo menjar blanch mataras la Gallina e plomar la has en sech e re<n>ta la be e vaja a bullir ab vna olla d<e> part que no si aja cuynat nenguna cosa: e com la gallina sia mes d<e> mig cuyta pendras los pits d<e>la gallina e esfilar la has axicom Açaffra: e apres pendras la aygua ros e ruxar ho has a des a des sobre los fils dela gallina: e apres vaja tot aço dins ala olla mas no sia de coure ni

sta<n>nyada de nou sino pe<n>dria la sabor del estany e si es estanyada de frech fareu la bullir ab molt pa [X] e estubar la heu molt be: e aço perq<ue> la sabor del estany hisca de fora: apres met hi la gallina e pendras del brou dela gallina mateixa: e metras hi esemps desobre la gallina: he hajes hun menador de fust e desfes ho perque no prenga la sabor dela leya: e pendras la meytat dela let e metras la dins la olla ab la dita gallina: e apres metras hi la farina de bona manera poch a poch e menant toste<m>ps perq<ue> nos prenga abla olla: e metras hi .viii. dines de sucre dins la olla e vaja a bullir mas mena toste<m>ps de vna manera sens may reposar: e com mancara dela let met ni: mas vaja apoch-apoch q<ue> no tot plegat: e guardat be del fum: e com lo menjar bla<n>ch tornara clar la gallina es bona: e sino guarda no metes mes let: e co<m> lo me<n>jar bla<n>ch se tornara axico<m> lo fromatge torrador: lavors es cuyt e metras hi la aygua ros e apres lo greix dela olla emp<er>o q<ue> sie net q<ue> noy haja carn salada: e sapies q<ue> de vna gallina ne trauras .vi. escudelles: e vaja defora a estubar se be e apres fes scudelles e metras hi damunt sucre fi. E de aq<ue>sta manera se fa lo menjar blanch bo e perfetament: e es prouat de tot axi.

*(Se necesita una gallina gorda, ocho onzas de harina de arroz, media libra de de agua de rosas, una libra de azúcar y ocho libras de leche de cabra, o leche de almendras. Se cuece a medias la gallina en agua y, cuando esté medio hecha, deshebrar su carne muy fina se añade azafrán y se rocía bien con agua de rosas. Se pone en una olla y se*

*añade el caldo de cocción de la gallina, moviendo con cuchara de madera, se añade la mitad de la leche de cabra o de almendras, y se agrega la harina de arroz poco a poco. Sin dejar de mover se agrega azúcar, echando más leche si hace falta, pero poco a poco. Cuando se blanquee la gallina, ya estará listo el "menjar blanc". Añadir agua de rosas, colocar en las escudillas y espolvorear con azúcar)*

**3. De limonada** Ametles bla<n>ques pendras e para les q<ue> sien ben netes e apres pica les en vn morter: e d<e>stempra les ab bo<n> brou de gallines: e apres hages panses nouvelles e munda les dels grans: e quant sien mundades pica les apart e passa les per estamenya hi com sien passades mescla les ensemps ab les [XI] ametles e met ho tot enla olla a hon haja a bullir e met hi sucre e aximateix vn poch de gingebre e met ho coure semp<re> menant ab vn menador de fust: e com sia cuyt met hi vn poch de such de limons: e ap<re>s dona li vnes qua<n>tes voltes per q<ue> si encorpore lo such dels limo<n>s dintre: e apres faras escudelles e damunt cada vna met sucre fi: e vet feta la limonada.

*(Se pican almendras blancas, peladas en un mortero y se diluyen en caldo de gallina. Se cogen pasas sin semillas, se pican bien y se pasan por la estameña o por un colador apretando. Se mezclan las pasas y las almendras y se llevan a hervir. Cuando hiervan, añadir un poco de jengibre y azúcar, sin dejar de mover con cuchara de madera. Cuando esté bien cocido, añadir el jugo de algunos limones y mover fuera del fuego para incorporarlo todo. Poner en escudillas y servir con azúcar espolvoreado)*



**4. Potatge ques diu salsa Bollida** Ametles blanques pendras que sien netes e pica les be en vn morter e desque sien ben picades destempra les ab bon brou de molto e apres passa les per estamenya: e apres met aquesta let de ametles enla olla: e apres met hi gingebre picat enla olla de manera que sapia al gingebre: e apres pren peus de molto que sien be<n> cuyts: e apres tallar los has axicom sils hauies de donar a ton senyor: e com sie<n> cuyts ab la let metras en la olla d<e>l brou mes gras del molto y bo<n> troç de sucre. E axi se fa la salsa bollida.

*(Coger almendras peladas, majarlas y diluir con caldo de cordero, cocer bien y pasar por la estameña. Después se mete esta leche de almendras en una olla y echar bastante jengibre. Poner pies de cordero bien limpios, deshuesarlos y cocerlos. Cuando estén hechos, se meterán en la olla con la leche, con caldo de cordero y una buena ración de azúcar)*

**5. Potatge de Janet de gallines** Pren vna gallina q<ue> sie mes de mig cuyta en olla: e talla la axicom si la hauies a donar a ton senyor: e apres pren bona carn salada que sia grassa e çoffregir la has ensemps ab vna poca d<e> ceba: e apre que es çoffrida met hi la gallina: e çofregir sa ta<m>be. e pre<n> ametles que sien torrades e pica les: e me hi codo<n>ys o peres que sien cuytes en mel: e pren los fetges deles gallines e met los a coure embrases: e apres que sien ben cuyts met los enlo morter deles ametles e picao tot plegat: e apres pren vna molla de pa

que sia torrat e remullat ab vinagre blanch e metras lo tambe enlo morter p<er> ques pich tot plegat: e com tot aço sia picat destemprou ab brou del gallines que sia bo d<e> sal: e passar ho has tot per vn sedas: e apres met ho en vna olla e aximateix la gallina: e met hi de totes salses fines per lo semblant: e met hi aximateix bona qua<n>titat d<e> sucre. E aquesta salsa vol esser algun tant agreta: e co<m> sia cuytta la salsa met hi vn poch de joliuert que sia tallat menut dins [XII] enla olla: e fes scudelles qua<n>t sien fettes metras hi desobre sucre e caneylla: e axi se fa lo Janet de Gallines.

*(Cortar en trozos una gallina a medio cocer en caldo de gallina. Sofreír cebolla cortada en trocitos y trozos de carne salada –que puede sustituirse por jamón serrano–añadir los trozos de gallina freír hasta dorar y reservar aparte del fuego. En un mortero bastante grande picar bien almendras tostadas, trozos de peras cocidas en miel, hígados asados de gallina y miga de pan tostado, empapado en vinagre blanco. Majar bien todo, aligerar con caldo de gallina y pasar después por un colador. Poner este caldo en una olla, agregar el sofrito y la gallina añadiendo azúcar y salsa fina. La salsa debe quedar un poco ácida. Cuando esté todo cocido, agregar perejil bien picado y servir espolvoreando azúcar y canela)*

**6. Potage ques diu de salsa burella** Pren ametles q<ue> sien ben torrades e apres pica les be en vn morter: e quant seran picades met hi fetges de gallines q<ue> sie<n> cuyts en brases ab vna molla de pa q<ue> sia torrat e mullat en vinagre bla<n>ch e picau tot ensemps: e com

sia picat destre<m>par ho has ab bon brou de gallina q<ue> sia bo de sal: e apres passar ho has per estamenya o cedaç e apres q<ue> sia passat met ho enla olla e vaja a bullir: e met hi aximateix vn poch de oli de carn salada q<ue> sie clara e ben soffregida: e per lo semblant y metras de totes salses fines sino çaffra: e met hi aximateix vn parell de rouells de ous p<er> cada escudella: e sobre les escudelles met sucre e canyella empero sapia poch a agror que sia d<e> such de magranes: e vet ja fet.

*(Poner en un mortero almendras tostadas, picarlas, agregar hígados asados de gallina y miga de pan tostado mojado en vinagre blanco y majar todo bien. Diluir con abundante caldo de gallina y pasar todo por una estameña o colador. Llevar este caldo a la olla y poner a hervir agregando un poco de aceite y carne salada frita cortada en trocitos. Poner dos yemas de huevo en cada escudilla, espolvorear con azúcar y canela. Echar el caldo hirviendo y servir agregando zumo de granada)*

**7. De morterol** Lo pa q<ue> sia ben dur pendras e rallar las be: e quant sia rallat torral be en vna paella o caçola e apres pren bon formatge q<ue> sia fi de Arago: e rallar las: e mesclar las ab lo pa ensemps q<ue> hauras torrat: e ap<re>s pre<n> vna cuixa d<e> molto e met la a coure en vna olla p<er> si a part ab vn tros de carn salada entrauessada e qua<n>t sia cuyta la cuxa e la carn salada trau ho tot dela olla e tallar ho has menut: e ap<re>s picar ho has en vn morter e com hauras tot picat mescla la carn ensemps ab lo formatge e lo pa torrat e tornar ho has a

picar tot e<n>se<m>ps: e ap<re>s met p<er> cada escudella vn ou enlo morter: e ap<re>s fet aço destemprar ho has ab let de cabres o de ouelles: sino hauies let de cabres met hi let de ametles que valra tant: e com lo hauras destemprat met ho enla olla ahon haja de bullir: e aximateix met hi de totes salses fines y encara mes canyella e sucre enla olla: e apres met ho a coure e quant sia cuyt lo potatge leual del foch: e fes que repos vn poch e fes escudelles: e met hi damunt saliendre vert e juliuert tallat: vet ja fet.

*(Tostar pan rallado y mezclarlo com queso fino de Aragón rallado. En un mortero picar carne de cordero y carne salada, que estén cocidas y picadas. Cuando esté picado fino todo, añadir la mezcla de queso y pan. Desleír con un poco de leche de cabra o leche de almendras. Meter en una olla y agregar salsa fina, canela y azúcar. Llevar al fuego y, cuando esté hecho, sacar del fuego. Dejar que repose un poco, poner todo en escudillas y agregar salpimienta y perejil picado)*

**8. Potatge ques diu auellanat** Les ametles pendras q<ue> sien torrades e netes e blanq<ue>s e aximateix pren auellanes q<ue> sien torrades e blanq<ue>s e netes e picaras tot aço en vn morter apoch- apoch d<e> manera q<ue> no fassen oli: e siu fehie<n> mulla tu lauors souint lo box en aygua ros q<ue> sie fina: e ap<re>s qua<n>t sie<n> picades d<e>stemprar ho has ab bon brou de gallines: e quant sia fet passar ho has per stame<n>ya: e com ho hauras passat met ho enla olla per a bullir: e met

hi per lo semblant bona quantitat de sucre en la olla: e apres vaja a bullir ensemps e mena tostemp ab huna menadora de fust fins que sie ben cuyt e tornat ben espes: e apres tastau que sapia aygua ros: e quant sia cuyt fes que repos vn poch e fes escudelles e posay damunt sucre fi.

*(Majar en un mortero avellanas y almendras tostadas, mojando la mano del mortero en agua de rosas para que no se aceite. Desleír con caldo de gallina y pasar por la estameña. Poner en una olla a hervir junto con una buena cantidad de azúcar, moviendo constantemente con una cuchara de madera. Cuando se haya puesto espeso, probar para que sepa a agua de rosas. Dejar reposar un poco y servir espolvoreando con azúcar)*

**9. De amellat** Pren ametlles parades e blaques e pica les be ab vna molla de pa: e com sia tot ben picat pendras vn parell de rouells de ous per escudella y exetar ho has tot ab les ametles: e hajes bon brou de carn e passar ho has per estamenya perque sie ben espes ab los ous: e met aquesta salsa dins vna olla e met dins la salsa agror e sucre e canyella sana: e vn poch de gingebre: e vaja a bullir e tastal que sie de agror e de dolçor de bonamanera. E axis fa la salsa de bona manera.

*(En un mortero picar almendras blancas con miga de pan y dos yemas de huevo por cada escudilla que se piense hacer y majar bien para desleír después con caldo de carne y pasar después por la*

*estameña, y que el caldo quede bien espeso. Poner en una olla, poner un poco de agraz o de vinagre blanco, azúcar, canela y jengibre. Llevar a ebullición)*

**10. De gallina armada** Pren vna gallina e met la en ast e vaja al foch e com sera prop de mig cuyta enlardar les has ab lart: e apres pe<n>dras rouells de ous debetus fort: e apres metras damunt la gallina apoch- apoch dels rouells d<e>ls ous: e apres metras farina damunt la gallina ab los ous: empero q<ue> gires toste<m>ps la gallina e mes valra la cuyraça q<ue> no la gallina. E vet aci de quin modo se fa la gallina armada.

*(Poner una gallina limpia en el horno y cuando esté a medio asar, follarla completamente con tiras de panceta y rebozarla con una masa hecha con yemas de huevo y harina de trigo hasta que se ase por completo y quede una costra de color dorado)*

**11. De carabacinat** Pren los carabacins deles carabaces dich la sement: e fes los bells axicom les ametles bla<n>ques e picar ho has tot en vn morter ensemps ab los carabaci<n>s mesclat molt be e com sie ben picat destemprar ho has ab bon brou de gallines e passar ho has per estamenya: e com sia passat met ho enla olla e met hi sucre: e fes la bullir: e dexau coure fins a tant que sia ben espes: e com sera cuyt fes escudelles e damunt metras sucre fi: e vet tou potatge.

*(Coger calabacines bien pelados, troceados y totalmente desprovistos*

*de la simiente y poner en un mortero con almendras peladas y blanqueadas en agua hirviendo. Majar muy bien y desleír con un buen caldo de gallina para pasarlo después por la estameña. Poner en una olla a hervir, añadir azúcar y dejar que se ponga espeso este caldo. Cuando ya esté cocido, poner en escudillas y espolvorear con azúcar)*

**12. De vinagrea** Hajes cebes e talla les axicom vn dau: e apres çoffregir les has ab carn salada grassa: e apres pren fetge de cabrit o de molto e fes ne tallades largues axico<m> mija nou: e apres soffregir ho has ense<m>ps abla ceba fins q<ue> lo fetge p<er>da la color: e apres pre<n> vna molla de pa torrat remullat en vinagre bla<n>ch e picar las be: e co<m> sie picat deste<m>prar las ab vi q<ue> sia bla<n>c e dolç: e ap<re>s passar ho has p<er> estamenya: e co<m> sia passat met lo enla ceba y enlo fetge ensemps ab la cassola: e met hi molta canyella picada e bulla fins q<ue> torne ben espes: e com sera cuyt fes escudelles. E vet aci lo potatge de Vinagrea.

*(Cortar algunas cebollas en dados y sofreírlas muy bien con carne salada que sea grasa, y luego se cortan trozos de hígado de cabrito o cordero y se echan al sofrito hasta que tomen color. Aparte poner en un mortero miga de pan tostado remojado en vinagre blanco y cuando esté bien majado desleír en vino blanco dulce y pasar por la estameña. Añadir este caldo a la cebolla con el hígado y agregar canela. Hervir hasta que quede bien espeso y servir en escudillas)*

**13. Potage ques diu pinyonada** [XV]Hajes pinyons

bona qua<n>titat q<ue> sien nets: e aximeteix ametles: e picar ho has tot plegat en morter e apres q<ue> sien picats deste<m>prar ho has ab brou de gallines e apres passar ho has per estanmenya: e quant sia passat met ho en vna olla neta e vaja a bullir e met hi sucre: e mena toste<m>ps ab vn menador de fust: e co<m> sera cuyt apartal del foch e fes q<ue> repos vn poch emp<er>o q<ue> stigua cubert ab vn drap e de sobre les escudel es met hi sucre.

*(Picar almendras y piñones en un mortero y cuando todo esté bien majado, desleír con caldo de gallina y pasar por la estameña. Poner en una olla, llevar a ebullición y añadir azúcar moviendo continuamente con una cuchara de madera. Cuando esté cocido, dejar que repose cubierto con un paño, servir en las escudillas y espolvorear azúcar)*





## **EL DESPERTAR DE LA COCINA FRANCESA**

Enrique IV (1553-1610) principió el régimen de la estirpe de los Borbón en Francia. Mejoró el Estado por medio del

aumento de cargas y buscó instaurar un señorío colonial en América, donde colonizó Québec.

Desde ahí, los colonizadores galos exploraron y se radicaron en otras regiones del sur, en lo que hoy es Estados Unidos. Su hijo y sucesor, Luis XIII (1610-1643), nombró como consejero al cardenal Richelieu (1585-1642), quien se caracterizó por ser mañoso político y por querer hacer de Francia una nación fuerte. Juntos se afanaron en construir un Estado absoluto, por lo cual impidieron que la nobleza interviniera en los asuntos del gobierno. También se empeñaron en robustecer a Francia frente a las demás naciones, pero los Habsburgo, sus más fanáticos enemigos, amenazaban sus fronteras: España por el sur, los Países Bajos por el norte y algunos Estados alemanes por el oeste.

Para evitarse los problemas con España, Luis XIII se casó con Ana de Austria, princesa española, ambos de buen tragar. El rey francés fue, no sólo un comedor regular, sino un hábil cocinero, sobre todo con los platos a base de huevos, los cuales sabía manipular y hacer de distintas formas –podemos afirmar que, según cuentan las crónicas, era un artista con los huevos-; también era experto en el arte de elaborar jaleas, confituras y mermeladas.

Con ésto comienza la influencia de la cocina española en Francia, por lo que se puede advertir que uno de los pilares fundamentales para el desarrollo de la cocina

francesa, fue la cocina española; ¡a que jode! La cocina española fue la primera en introducir el chocolate en Francia, bien aceptado por frailes y mujeres. Tanto gustó el chocolate, que muy pronto se inauguran chocolaterías y confiterías en París. En 1628 el holandés Van Heuten inventó la cocoa y en 1653 Manuel Gutiérrez lo trajo a México.



En Francia, la soberanía absoluta llegó a su apogeo durante el gobierno de Luis XIV (1638-1715), quien fue el rey absoluto más importante de Europa. Cuando murió

su padre, él tenía 5 años, su madre gobernó hasta 1661. Para evitar que los nobles intervinieran en el gobierno y compitieran con él, les dio nombramientos de poca importancia y los puso a su servicio. Muchos de ellos vivieron en el palacio de Versalles, obra inmensa y majestuosa que el soberano se hizo edificar. A Luis XIV se le llamó el Rey Sol, por elegir este astro como emblema real, promovió la literatura y el arte franceses e hizo de su país la potencia militar más poderosa de Europa. Su objetivo era la supremacía de Francia, ya fuera en tiempo de guerra o de paz. Este rey impulsó la economía. Para ello nombró ministro a Juan Bautista Colbert (1619-1683), quien aplicó los conocimientos de economía más avanzados de su época, llamados políticas mercantilistas. De acuerdo con éstas, la riqueza de una nación dependía de la cantidad de metales preciosos que poseía.

Se afirmaba que una nación sólo podía acumular metales preciosos si exportaba mucho e importaba poco; es decir, que tenía que vender en el exterior más de lo que compraba. Para lograr este objetivo, Colbert fomentó la formación de talleres artesanales de tejedores, vidrieros y joyeros, principalmente, que vendían sus productos a otras naciones. Con el fin de reducir las compras, fijó impuestos altos a los productos extranjeros. Las políticas mercantilistas proporcionaron grandes riquezas a los burgueses comerciantes y el gobierno se benefició con los impuestos que éstos le pagaron.

La alianza de mutua conveniencia entre las monarquías absolutas y los burgueses fue muy importante para la consolidación de los Estados nacionales europeos. A la pobreza se sumó la escasez de alimentos causada por las políticas mercantilistas de Colbert.

A pesar de esta situación, el pueblo continuó acatando la voluntad del monarca absoluto, pues creía que su poder era de origen divino. Luis XIV, como casi todos los Borbones era un hombre de excelente apetito. Acomodaba en su dúctil estómago cuatro platos de distintas sopas, un faisán entero, una enorme fuente de ensalada, una perdiz, una pierna de ternero aderezada con ajo, dos grandes lonchas de jamón y varios platos de dulces, frutas y confituras.

En esta época no se acostumbraban los comedores, todos los habitantes de palacio comían en la cocina, con excepción de los reyes, que lo hacían en su habitación. Se dice que Luis XIV comía con las manos, a pesar de que ya se acostumbraba el uso de los cubiertos. Se casa con Teresa de Austria y en su boda se prueba por primera vez la salsa española y la olla podrida, además de que en su época surge el hojaldre como lo conocemos hoy, debido al cocinero Claude Gelée. El primer gran recetario de la época de Luis XIV fue escrito por el Sr. La Varenne: El cocinero francés prepara carnes grasas y magras, legumbres, pasteles y otros platillos para las mesas de los grandes señores. La cocina de Varenne tiene como

novedad el empleo de pocas especias, conservando el comino y el laurel, prepara la carne acompañándola de otras carnes.

Contiene sesos e higadillos de pollo, y lo mejor de su cocina son los platos de pescado que son más sencillos pero más apetitosos y saludables. En el siglo XVII surgen otros libros, como el de Nicolás de Bonnefoms, que escribió *Las Delicias de la Campiña*, en tres tomos, en donde se habla de frutas y legumbres, postres y carnes, pescados y la forma de cocinarlos. El tercer libro más famoso fue el escrito en 1656 por Pierre de Lune: *Formas y Métodos para preparar Carnes, Pescados y Aves*. Estos libros son una muestra de la cocina de Francia en esa época, y han sido traducidos hasta principios del siglo XX.

El ceremonial de la corte de Versalles fue tan complejo como el de los Austrias en España. Posiblemente Luis XIV era todavía más exagerado. Sólo así se puede explicar el suicidio de aquel neurasténico que fue Vatel, el maestresala de Condé. Repasamos cómo nos cuenta la historia lo que sucedió en aquellos días. El banquete estuvo a cargo de Vatel. París vio nacer a quien sería conocido como “el Gran Vatel” el año 1631 en el seno de una familia humilde de origen suizo -en realidad fue bautizado como Fritz Karl Watel-. A los quince años de edad entró como aprendiz de repostero en casa de Jehan Heverard, donde permaneció siete años hasta que en

1653 fue contratado por Nicolas Fouquet quien, debido a las cualidades que demostraba Vatel, lo nombró maestresala, cargo que aunaba la responsabilidad de ser jefe de cocina con la de maestro de ceremonias, a pesar de que la residencia de Fouquet, Vaux-le-Vicomte, estaba todavía en construcción.

La primera fiesta organizada por Vatel, la que empezó a consolidar su fama, tuvo lugar el día 17 de agosto de 1661, durante la inauguración del palacio de Fouquet, a la que estaban invitados el rey Luis XIV, su madre Ana de Austria y todos los personajes importantes de la corte francesa.



La cena fue servida a la familia real en una vajilla de oro macizo, mientras el resto de cortesanos debían conformarse, ¡pobrecitos!, con una de plata.

Las treinta mesas de buffet en las que aparecían más de ochenta recetas diferentes entre las que se contaban cinco servicios de aves salvajes, estaban lujosamente adornadas, y los invitados disfrutaron del servicio mientras más de ochenta violinistas interpretaban partituras del compositor preferido de Luis XIV, Jean-Baptiste Lully; pero la vida política francesa de aquellos años era muy enrevesada y Fouquet fue arrestado por malversación de fondos a causa de una acusación de Jean-Baptiste Colbert, uno de sus rivales políticos más temibles.

Una vez que Fouquet fue condenado al destierro y a la reclusión perpetua en el castillo de Pignerol, Vatel se exilia en Inglaterra y pasa a Flandes en donde, por mediación del señor de Gourville, es contratado por Luis II de Borbón-Condé, el príncipe Condé, para que trabaje en su palacio de Chantilly en el cual fue nombrado Jefe de Cocina y Maestresala en el año 1663. Con su genial forma de trabajar François Vatel fundó los cimientos de todo un protocolo de cocina y comedor que iniciaría la fama de la cocina francesa en el mundo entero. Vatel, el gran Vatel, como empezaba a ser conocido, elegía las recetas, supervisaba la elaboración de los platos, organizaba las compras, dirigía al personal de cocina y de servicio y, no conforme con esto, disponía la decoración de las mesas y diseñaba los espectáculos que divertirían a los comensales. Debido a las tramas e intrigas políticas de la época, el príncipe Condé cayó en



desgracia ante los ojos del rey y para tratar de enmendar esta situación, y sobre todo para conseguir los favores del rey, ya que el príncipe se hallaba arruinado, Luis II de Borbón-Condé invitó al soberano y a toda la corte de Versalles para agasajarles con una fiesta que pasaría a la historia de la gastronomía como “La fiesta de los tres días”. Vatel organizó una celebración de tres días y tres noches que dio comienzo el 21 de abril de 1671, con el único fin de deslumbrar a Luis XIV para conseguir que éste se reconciliara con el príncipe Condé y contratara a su ejército personal para la guerra contra Holanda, lo que, además de devolverle a Condé el prestigio perdido, llenaría sus arcas de nuevo.



Vatel, que fue avisado de la celebración de esta fiesta con solo quince días de tiempo, inició su trabajo diseñando menús y puestas en escena que lograran asombrar a toda la corte de Versalles.

A mediados del mes de Abril, llegaron algunos personajes de la corte del Rey Sol para poner al día a Vatel sobre las preferencias del rey y de los cortesanos más sobresalientes lo que, en lugar de facilitar el trabajo de organización, lo complicó todavía más debido al sinnúmero de exigencias y detalles que, según los recién llegados, eran necesarios para colmar los caprichos de la corte versallesca.

La llegada del rey encontró a Vatel inmerso en las labores de organización de la fiesta que, según las ideas geniales del famoso maestro de ceremonias, debía marcar un hito en la historia de la cocina francesa. Candelabros hechos de masa de pan sin levadura, centros de flores en caramelo soplado con la misma técnica de los vidrieros, centros florales de extraña belleza y un menú compuesto por recetas escogidas, sería degustado por los invitados en un marco incomparable de escenarios diversos tras los que se escondía una complicada maquinaria de cuerdas, poleas, engranajes y telas pintadas, que permitían una puesta en escena espectacular.

Debemos recordar que estos artificios que permitían volar a los actores, ya habían sido utilizados dos siglos antes por otro maestra sala famoso, Leonardo Da Vinci, quien con ocasión de la boda de Ludovico Sforza, “el Moro”, con Beatrice d’Este celebrada en 1491, ideó celebrar el convite dentro de una torta de sesenta metros

de longitud, elaborada con ladrillos hechos de polenta, pasteles, nueces y pasas, llegando a fabricar asientos y mesas con los mismos materiales; pero cuando todo estaba preparado, la noche anterior a la boda, una horda de ratas y pájaros atacaron “el edificio” y, a pesar de la dura resistencia que opusieron los servidores a fuerza de palos, los animales hambrientos acabaron con la creación de Leonardo. Años antes, en 1488, con ocasión de la boda de Gian Galeazzo con Isabel de Nápoles, Da Vinci ya había vestido a los pajes con disfraces de animales salvajes y pájaros, quienes sirvieron la comida “sobrevolando” a los invitados mediante un complejo sistema de cuerdas y poleas. Volviendo a la fiesta de “los tres días”, Vatel había ideado como traca final, un banquete compuesto solo por pescado y marisco; horas antes de que se celebrara la cena, debido a problemas de transporte, el pescado y los mariscos brillaban por su ausencia.

Era la tarde del sábado 23 de abril de 1671, cuando Vatel, incapaz de asumir la desgracia que supondría para el príncipe Condé el no poder agasajar al rey con el banquete previsto, se dirigió a sus habitaciones y, apoyando su espada contra la pared, se arrojó sobre ella muriendo con el corazón atravesado. La fama de Vatel era tan grande que Madame de Sévigné escribió el día 24 de Abril a su hija el siguiente texto:

« Mais voici ce que j'apprends en entrant ici, dont je ne

puis me remettre, et qui fait que je ne sais plus ce que je vous mande: C'est qu'enfin Vatel, le grand Vatel, maître d'hôtel de Monsieur Fouquet, qui l'était présentement de Monsieur le Prince, s'est poignardé ».

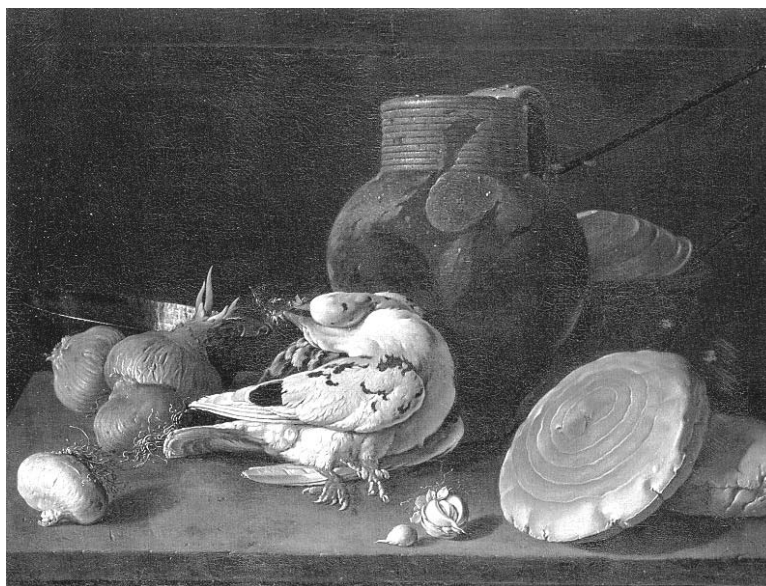
La leyenda quiere que justo en el momento del suicidio de Vatel, los carros con el pescado hicieran su entrada en la cocina del palacio del príncipe Condé. Otros dicen que cometió suicidio por amor; pero tenga razón quien la tenga, el legado gastronómico que nos dejó Vatel, en solo cuarenta años de vida, ha quedado escrito con letras de oro en la historia de la gastronomía mundial.

Las rebuscadas y lujosas presentaciones de los platos, las decoraciones de las mesas y el esplendor de sus buffets, eran el marco adecuado para creaciones suyas como la "mantequilla Colbert", el "Arroz Condé", el "Lenguado Colbert" o la increíble nata montada con azúcar que hoy conocemos como "Crema Chantilly".

Durante el gobierno de Luis XV (1723-1774), comienza la época que conocemos como Ilustración, en la cual el pensamiento se centrará en el "despertar" de la ciencia, y muchos estaban maravillados de la forma en que los científicos realizaban sus inventos y descubrimientos. Entonces, se dedicaron a pensar y escribir qué método debe usar la filosofía para conocer la realidad. Por ello, el racionalismo y los avances científicos influyeron en algunos filósofos de principios del siglo XVIII, lo que dio

lugar al movimiento ideológico conocido como la Ilustración. Estos pensadores se propusieron sacar de la ignorancia a las personas, iluminando su mente por medio del razonamiento y proponiendo cambios en el pensamiento, en la organización de la sociedad y en la política. Pero los cambios estuvieron también en la gastronomía.

La cocina se vuelve refinada y se transforma, se usan mesas pequeñas, finos manteles, y se sirven pequeñas comidas elegantes y delicadas.



Luis XV se casó con María Leekszinska, y a ella le servían 20 platos distintos, entre ellos 8 sopas. Además, cuando ella pedía un platillo especial, siempre se lo preparaban

Aparecen los platillos "a la reina", preparados especialmente para ella, como la pechuga de pollo que conocemos hasta la actualidad.

Es esta una época extraordinaria para la gastronomía; ya que se realiza la transformación de la cocina feudal en algo refinado, limitando a las pequeñas mesas y a los petits soupers. En aquel tiempo príncipes y aristócratas se dedican a la cocina y tienen tal aprecio a sus nombres, que los más refulgentes blasones de Francia bautizan las más ambiciosas recetas. Luis XV cocina él mismo, y elabora cuidadosamente la infusión de café.

Durante este período, quienes gobiernan son los mariscales, y es por ello que sus hechos se convierten en costumbres posteriores para el pueblo.

Y gastronómicamente hablando, no es la excepción. Por ejemplo: El mariscal de Villeroi debe a su cocinero el único timbre de gloria que haya conquistado en su vida, las pechugas empanadas; el duque de Mirepoix, que fue mariscal de Francia, ha pasado por felices invenciones de sus cocineros, la salsa Mirepoix es una de las bases de la cocina francesa, y un plato inmortal fueron las codornices a la Mirepoix -braseadas al jerez-; al duque de Richelieu se le debe una guarnición a base de tomates, pimientos rellenos y gratinados con lechuga braseada y patatas, guarnición que acompaña a las grandes piezas de carne de los barones, a los gigots de ternero o ciervo. Barones o

Gigots es la parte superior de la pierna de res. A la Richelieu son los filetes de pescado empanados, cocinados con mantequilla y servidos con guarnición de trufas; y un Richelieu es un pastel hecho con azúcar, almendras, huevos, mantequilla y marrasquino; el Mariscal de Luxemburgo también entra en la historia de la gastronomía.

En una ocasión, habiendo llegado tarde a su palacio, se hizo servir un fricasee de pollo que había quedado, con la grasa cuajada; el plato le gustó enormemente y lo dio a conocer con el nombre de Chaud Froid de Volaille; otro mariscal es Soubise, quien dio nombre al omelette royale, que fue creado por su cocinero, François Marin. Marin es el autor del primer libro sistemático de cocina francesa: "Les Dons de Comus ou les delices de la table", que apareció en 1739. Soubise ofreció una faustosa mesa, y una de las doctas invenciones de su cocinero que fue el aderezo de la Soubise -cualquier plato Soubise lleva cebolla-.

El primer libro de comida francesa es de Vincent de Chapelle, que se publicó en inglés en 1733 que se llamó The Modern Cook. La Chapelle era cocinero del mariscal Chesterfield y en su libro se describe por primera vez la salsa Bechamel. El libro de la Chapelle es el primero de los 5 grandes clásicos de lo que se ha llamado la cocina del Ancien Regime. Los demás son: Les done de comus ou les delices de la table, publicado por Marin y editado

en 1739; *Le nouveau traite de la cuissine*, escrito por Menon en 1732; *Le cuisinier Gascon*, anónimo de 1743; y finalmente, *Soupers de la Cour*, también de Menon de 1759. Pero dentro de aquella perfección culinaria también había espacio para los trucos. Andre Castellet fue un carnicero que se dio cuenta que todas las crestas de gallina no alcanzan para las necesidades del mercado, así que imaginó un sistema para falsificarlas: usaba la bóveda palatal de bueyes y terneras, las servía y dejaba macerar por 48 horas, luego separaba la carne e iba estampando la forma de la cresta, y las vendía por docenas.

Por lo expuesto hasta el momento, podemos afirmar que el siglo XVIII es el siglo de la cocina. Lo es por lo menos en el caso de la cocina francesa, y en estas décadas se asientan en las bases sólidas de las salsas prestigiosas de las cocciones clásicas y del gusto de vinos y platos. Aparece el champagne oscuro y espumoso, y triunfa. Luis XVI (1754-1793), de carácter débil, estaba casado con la princesa austriaca María Antonieta (1755-1793), a quien el pueblo francés odiaba por sus derroches y vida escandalosa. Ahora bien, el apoyo económico que dio este rey a la independencia de las colonias inglesas agravó la situación. Para salir del problema económico, el gobierno tomó varias medidas, entre las que sobresalió una ley que obligaba a los nobles a pagar impuestos y las disposiciones para reducir los gastos gubernamentales. El 25 de agosto de 1785, en una gran recepción en Versalles



para celebrar el santo del rey Luis XVI, un hombre con un ramito de flores malvas, se acercó al soberano y le dijo:

"Señor, quiero ofreceros un ramo digno de su majestad".

Es la flor de una planta que puede solucionar los problemas de alimentación de los franceses, y el rey le dijo: "monsieur Parmentier, hombres como usted no pueden recompensarse con dinero, pero hay una moneda quizá digna de ellos, dame la mano y acompáñame a besar a la reina". La reina se pone el ramito en el escote y Parmentier dice emocionado: "Señor, a partir de ahora el hambre es imposible". Y así empieza la historia popular de la patata en Francia.

La patata es científicamente de la familia de las solanáceas; esta familia tiene unas 1000 especies, la mayoría de ellas provenientes de América. Algunas de ellos son los pimientos, tomates, papas y boniatos. Sólo una solanácea era conocida en Europa como alimento antes del descubrimiento de América. Nos referimos a la berenjena, la cual no llegó de América, sino de Asia. La patata se conoce desde el siglo XVI, pero hace apenas tres siglos que la consume el hombre europeo de forma habitual. En el siglo XVII, con el nombre de patata, se comía en Málaga, con los nombres de boniato, batata o patata; con estos tres nombres se denomina a otras solanáceas que los españoles encontraron en Haití.

En Perú los indígenas comían otro tubérculo que llamaban patata en lengua quechua, este tubérculo se adaptó al clima de Málaga y la llamaron Batata de Málaga. La palabra patata aparece por primera vez en una crónica de Agustín Zárate Costa que dice "las viandas, que en aquellas tierras comen los indios son: maíz cocido, tostado en vez de pan, así como carne de venado y pescado seco, y unas raíces de diversos géneros que ellos llamaban yucas, agris, zamotes y zapas".

En cuanto a su expansión en Europa, la patata llegó por dos vías: una la española, a través de Italia y llevada a Flandes por los soldados españoles. La inglesa, a través de los navegantes Walter Raleigh y Francis Drake. Drake le regaló unas patatas al botánico Gerard, que en 1596 las cultivó en Londres. Francia fue la primera nación en publicar un libro sobre la cocina de las patatas y en Inglaterra triunfan las patatas al vapor llamadas "a la Inglesa". En 1786 el reino sufrió una gran sequía y se perdieron casi todas las cosechas, lo que aumentó el número de mendigos y ladrones. Ante esta situación el gobierno creyó necesario convocar a los tres grupos sociales o estados cuya reunión se llamaba Estados Generales, pero no con el fin de que participaran en el gobierno sino para cobrar impuestos al primero y segundo estados -clero y nobleza-. Se creó entonces en 1789 la Asamblea Constituyente, que se propuso redactar una nueva Constitución. Entonces, el pueblo, encabezado

por los burgueses, tomó la cárcel de la Bastilla, símbolo de la injusticia y del absolutismo de los reyes, para apoderarse del armamento. Así se inició la Revolución Francesa.



Jean François Marmontel nos cuenta el "terrible" menú que le sirvieron cuando ingresó a la cárcel de la Bastilla: vino, sopa de habichuelas y un plato de bacalao cuyo sabor a ajo, que lo sazonaba, era tan fino y agradable que le hubiera encantado al comedor más goloso. Otro de los menús que se servían en la cárcel era: filete de res, muslo de capón hervido, un plato de alcachofas fritas y uno de espinacas, una pera, uvas frescas, una botella de vino de Borgoña, y una taza de café de moka; también es cierto que en la Bastilla sólo encarcelaban personajes políticos

del más alto nivel.

No fue sólo Marmontel quien vivió como príncipe en la Bastilla, estuvo 11 días y se pasó el resto de su vida añorando aquéllos banquetes carcelarios. El marqués de Sade, comía sus preferencias: salchichas trufadas, alas de perdiz, riñones de ternera, cremas de vainilla, chocolate y confituras que eran sus manjares predilectos; en las crónicas no se dice nada son respecto al resto de sus “preferencias” o si eran satisfechas. ¿Visitó Justine a Sade en el talego?, y si es así ¿tuvieron visita conyugal?, y si la tuvieron, ¿se llevaba a cabo en la sala de tortura? A saber. Cuando el 14 de julio de 1789, las masas tomaron la Bastilla y liberaron del a tiranía real a los cuatro presos que en ella permanecían, quedaron sorprendidos al ver las cocinas, las despensas y las bodegas que el rey mantenía para sus prisioneros, a quienes aquella gente hambrienta iba a liberar.

Un pobre demente detenido, guardaba en su habitación sesenta botellas de vino, treinta de cerveza y cuatro de aguardiente. Finalmente, la Asamblea Constituyente decidió que Luis XVI firmara la Constitución, pero se negó porque limitaba sus poderes. Sin embargo, juró por miedo y huyó a París con su familia, donde fueron apresados y se les condenó a morir el 21 de enero de 1793, dando lugar a diversos períodos de cambio de régimen gubernamental, y al fin del gobierno absolutista en Francia, comenzando la era de Napoleón Bonaparte.







**LA COCINA EUROPEA EN EL SIGLO XVIII**

La situación económica de España, sobre todo en la primera mitad del siglo, no fue muy sosegada. Como herencia del siglo anterior, la despoblación constituye la



gran calamidad que aflige al campo español, las grandes tierras áridas de las dos Castillas, de Andalucía y del reino de León; no sólo no dan cosechas, sino que son centros de enfermedades y focos de desoladoras plagas. Entre las plagas está la de la langosta africana que, partiendo de Castilla la Nueva, se extiende a todas las tierras cultivables; esta plaga se dio con mayor fuerza entre 1775 y 1776.

España en el siglo XVIII, era un país de cereales donde el trigo, cebada y centeno ocupaban las tres cuartas partes del territorio productivo español. Durante la segunda mitad del siglo XVIII, otros granos se unen a éstos, uno de ellos es el maíz, conocido en España desde el siglo XVI, pero no es cultivado hasta mediados del siglo XVIII. Otro cereal de gran importancia durante este siglo es el arroz, que durante esta época se limita a la región mediterránea. Además de los cereales, existe otro plato de gran resistencia, las legumbres: garbanzos, habas, lentejas, y las nuevas alubias que ocupan un lugar importante en los cuadros de los productos de la alimentación hispánica. Los otros dos cultivos eran el aceite y el vino, y éste no sólo como bebida, sino para transformarlo en aguardiente. En cuanto a los frutales, dominan el manzano y el naranjo. Desde el punto de vista de los recetarios, hay uno que domina todo el siglo XVIII, y es *El nuevo arte de la cocina* que se editó en 1745, y el libro de repostería llamado *Artes de Repostería*, en que se contiene todo género de dulces secos y en

líquido, bizcochos, turrone, natas, bebidas heladas y de todos géneros, mistela, etc., como una buena introducción para conocer las frutas y servir las crudas.

Su autor fue Juan de la Mata, repostero natural del consejo de Arriba, perteneciente al reino de León, que editó su obra en 1747. A los libros antes mencionados, podemos añadir Economía entre pretendientes, y Diálogo entre económicos y glotones, publicado en Madrid en 1734, el cual es una instrucción que contiene las reglas útiles para que vivan bien, coman con poco dinero y sean estimados, así como lograr sus pretensiones y tener buena salud, del autor Ángel Ma. Torre y Leyva. En esta época podemos observar que los aderezos son parecidos a los de Motiño, los cuales se basan en canela, azúcar y azafrán, además del perejil y clavillo.

Las yemas de huevo se utilizan para aligerar cualquier salsa. El libro de Juan de la Mata tiene otra intención, porque en él aparece por primera vez la salsa de tomate, muy similar a como es hoy en día. En la España de esta época, se habla extraordinariamente de su pan y se dice que se elaboraba con una harina maravillosamente blanca, haciendo el mejor y más dulce pan del mundo. Pero de su cocina resalta lo que se llamó la "Olla Podrida", que era una especie de revoltijo de todas las clases de carnes que son cocidas juntas. Se resalta el uso excesivo de grasas en esta cocina, principalmente el aceite de olivo y la manteca de cerdo. Con lo que respecta

a las bebidas, resulta muy bueno el café que se elaboraba en Madrid y el chocolate.

Por su parte, los distintos estados de Italia recibieron la influencia francesa durante el siglo XVIII, esto se refleja notoriamente en la obra *Il Cuoco Piemontese*, publicado en 1766 de autor anónimo. Este cocinero trata en su segundo capítulo de cocina y repostería y como su nombre lo indica, es de clara influencia francesa, así como muchas recetas y el frecuente uso del vino en la condimentación de la mantequilla y la leche. Este es un muy buen tratado de la cocina francesa, y probablemente el primero publicado en lengua italiana.



Existen muchas opiniones sobre el origen de la pasta italiana. A las que ya se han apuntado, añadiremos una más. Hay quienes opinan que es un alimento espontáneo

propio de una agricultura de cereales, y se apoyan en una tumba etrusca de Cerveteri, que tiene algunos instrumentos que nos harían pensar que los etruscos ya conocían el arte de cocinar la pasta.

De cualquier modo, la salsa de tomate aparece ya en los recetarios italianos, acompañando un potaje de arroz, pero el matrimonio casi irrefutable de hoy de la pasta y la salsa de tomate ya era popular en Nápoles en la segunda mitad del siglo XVIII. El gran músico Giacomo Rossini, popularizó la cocina italiana fuera de su país. Este músico afirmaba que para que los macarrones resultaran apetitosos, se precisa buena pasta, óptima mantequilla, salsa de tomate, excelente parmesano y una persona inteligente que sepa aderezar y servir. Creo interesante aludir a algunos de los protagonistas de aquella época, en lo tocante a la gastronomía.

**Alexandre-Balthazar Grimod de la Reynière** (1758-1838) ha quedado como el arquetipo del perfecto gastrónomo a la misma altura de Brillat Savarin, ambos epicúreos de la mesa, han dejado obras fundamentales sobre la literatura del paladar. La familia de Grimod era originaria de Lyon, Francia, era de gran riqueza, su abuelo se había enriquecido con la Charcutería, pues era carnicero. Su padre adquirió el puesto de Intendente General a base de la fortuna que hizo con cerdos. La obsesión por el cerdo que consideraban como el "tótem" familiar, llevó a Grimod a las extravagancias de su humor negro. Al final

de su vida, su pasión por el cerdo adquirió caracteres monomaniáticos. Estudió derecho y se graduó como licenciado, hasta que sus excentricidades hicieron que su padre lo encerrara en un convento.

En 1788 se fue a Beziers, donde abrió un comercio de comestibles, a la muerte de su padre ocupó por derecho propio, el comedor del Palacete de los Campos Elíseos, donde comenzó a ofrecer sus comidas, que lo acreditaron como uno de los primeros anfitriones de Francia y lo siguió haciendo durante la Revolución Francesa. A principios del siglo XIX, Grimod se da cuenta de que la antigua sociedad francesa no se recuperaría nunca de la Revolución.

Desde el punto de vista social y gastronómico, se acabaron aquellos banquetes compuestos de manjares barrocos y especiados, con una lista de vinos infinita y un servicio lento y solemne. Grimod quiere enseñar a comer a las nuevas generaciones de nuevos ricos y para ello imagina una nueva gastronomía rica, sabrosa, sencilla y delicada. Responden a esta idea su libro *Manual de los Anfitriones* (1808) y el *Almanaque de los Gourmands*, que de 1803 a 1812 se publicaba anualmente con gran éxito. Esta última, era una recopilación de la *Crítica Gastronómica*, publicación dedicada a criticar hasta en el más mínimo detalle -montaje, comida, servicio, ambiente, etc.-, los restaurantes de su época. También organizó los jurados o *Tribunales Gastronómicos*, que se reunían en

casa de Grimod y dictaminaban sobre las primeras materias y los platos que se les presentaban y otorgaban un "Certificado de autenticidad", que fue tan estricto que prácticamente nadie podía acceder a obtenerlo.

**Charles-Maurice de Talleyrand-Périgord** (1754-1838). Príncipe de Benevento, Obispo de Autun, Ministro francés y embajador, a quien la gastronomía ayudó mucho. Él recibía cada mañana el proyecto de la minuta de una sola comida que tomaba, que era la cena. Para cenar tenía ordinariamente, diez o doce invitados y la minuta se componía de sopas, dos platos de pescado, cuatro entradas, dos asados, cuatro entremeses y los correspondientes postres.

Además de ser un extraordinario gastrónomo y anfitrión, Talleyrand fue también un buen conversador. La mesa y la sobremesa de Talleyrand eran tan importantes casi como su cocina, y su calidad de "gourmet". En una ocasión Napoleón le preguntó cómo había llegado a ser el mejor conversador de su época. A lo que Talleyrand respondió: "Bien, señor, del mismo modo que su majestad escoge a poder ser el campo de batalla para librar su combate, yo escojo también el terreno de la conversación." No es de extrañar, pues que haya pasado a la historia como uno de los grandes diplomáticos, como un hombre que ha sido el ornato de cualquier mesa porque unía el refinamiento del gastrónomo, la autoridad irreprochable del anfitrión y la soberbia inteligencia del

conversador. Uno de sus cocineros más importantes fue Carême, quien en su honor creó la salsa a la Talleyrand, que es: fondo de ave, crema, mantequilla y vino.

**Jean Anthelme Brillat Savarin** (1755-1826) Es uno de los primeros escritores gastronómicos de la historia de la alimentación humana. O sea que antes de él se escribieron libros de cocina, se redactaron recuerdos sobre gastronomía, pero no se hizo una filosofía de ella, ni se intentó teorizar sobre los valores de los alimentos ni, sobre todo, se intentó estructurar un arte, tan exquisitamente francés, que es el bien comer. La familia de Brillat Savarin pertenecía a la alta burguesía, a la aristocracia de la administración de la justicia. Los cargos de las finanzas y de la justicia, estaban siempre a la venta y eran uno de los negocios de la corona, tanto la recaudación de impuestos como la administración de las leyes. Empezó su carrera como juez y la continuó durante los primeros años de la Revolución Francesa, en 1789 siendo delegado. Sin embargo, en 1792 fue revocado de todos sus cargos por considerarlo ligado con los conservadores y emigró a América.

Recorrió el mismo camino que Talleyrand, de quien ya hablamos, huyendo a los Estados Unidos. En 1796 regresó a Francia y consiguió un cargo en el estado mayor. Fue un hombre de gran apetito y pesadez de movimientos. En sus últimos tiempos hablaba poco y comía mucho. Murió en 1826; cuatro meses antes había

publicado su libro *Fisiología del gusto*, que es el libro más inteligente y espiritual que haya producido la gastronomía.

El título completo de su libro es *Fisiología del gusto o Meditaciones de gastronomía trascendente*; obra teórica, histórica y puesta al día, dedicada a los gastrónomos parisienses por un profesor, miembro de diversas sociedades literarias y científicas. Es el primer tratadista de gastronomía que considera a este arte como una de las bellas artes, y la distingue tal y como la conocemos hoy.

Las recetas son difíciles de realizar para nuestros tiempos, pero en realidad son muy prácticas. Incluye la más suntuosa y compleja pastelería de toda la noble cocina de caza. Habla de la gastronomía como una ciencia, se apoya en la física, química, medicina y anatomía.

Sus principales pensamientos fueron: "El universo sólo existe por la vida y todo lo que existe se nutre"; "los animales pastan, el hombre come: sólo el hombre de talento sabe comer"; "el destino de las naciones depende del modo en que se nutren"; "el descubrimiento de un plato nuevo tiene mayor utilidad para la humanidad que el de una nueva estrella". Brillat Savarín murió sin conocer el éxito de su libro.



**Marie-Antoine Carême** (1783-1833) Ha sido llamado “Arquitecto de la Cocina Francesa” y “Rey de los cocineros y cocinero de reyes”. Fue hijo de un matrimonio que vivía en extrema miseria. Nació el 8 de junio de 1784, tuvo 14 hermanos y fue abandonado, cuando tenía solo once años: una noche su padre lo llevó a las puertas de París, le dio de cenar una sopa y lo abandonó en la calle.

Afortunadamente para la gastronomía, el niño pidió trabajo en una taberna, donde comenzó su rudo aprendizaje: a los 16 años se colocó en una pastelería fina, en donde aprendió, además de cocinar, a leer y dibujar, la pastelería Bailly. Con este empleo y su talento, empezó a hacer una buena fortuna. De Bailly pasó a las cocinas de Talleyrand y este refinado gastrónomo formó el gusto de Carême. Imitó a Laguipière, que según el mismo Carême, era excelente, y lo reconoció como maestro, aunque Carême tenía un genio particular.

Estuvo con el zar Alexandre, luego con el emperador de Austria y finalmente con los Rotschild. Su verdadera pasión fue siempre la arquitectura. Diseñó sólidas y elaboradas decoraciones de mesa llamadas “piezas montadas”, como una manera de desfogar su pasión por la arquitectura. Durante el neoclasicismo, sus mesas eran embellecidas con réplicas de las construcciones clásicas, elaboradas con azúcar, pegamento, cera y masa. Estas réplicas eran elaboradas con precisión arquitectónica,

pasaba meses perfeccionando sus diseños.

Además, Carême fue escritor nato, que en su madurez se convirtió en grafómano, escribiendo *Le pâtissier royal parisien*, *Le maître d'hôtel français* y *L'art de la cuisine au XIX siècle*. Fue también apasionado por la arquitectura, no sólo en la repostería, y se le atribuye la frase: "Las bellas artes son cinco, a saber: la pintura, la escultura, la poesía, la música y la arquitectura, la cual tiene como rama principalísima la pastelería".

La aportación de Carême es sentar los principios de la cocina francesa, la cual se volvió higiénica y elevó a los cocineros a la categoría de artistas, ya que antes de Carême, la cocina francesa no era más que un montón de platillos, él trajo una nueva lógica a la cocina, "Yo quiero orden y sabor", decía.

Los colores eran combinados con cuidado, y las texturas y sabores cuidadosamente balanceados, incluyendo el montaje de las mesas.

Decía que Savarin no era un verdadero gastrónomo, sino un hombre de gran apetito, acorde con su estatura y pesadez de movimientos, y se indigna cuando se escribe sobre cocina y gastronomía sin ser verdaderos prácticos del arte. Murió a los 49 años mientras dictaba sus memorias a su hija.

Pero ¿cómo comía el Emperador? Según Brillat-Savarin, Napoleón pertenecía a esa clase de personas que sólo comen para llenarse. En más de una ocasión, después de haber comido, su mayordomo Constant tenía que traerle ropa limpia para que se cambiara, pues tenía manchas por todas partes.

Y no es porque en su entorno faltara gente fina. Su principal cocinero fue Laguipiére, maestro de Caréme, y como intendente tenía nada menos que al Marqués de Cussy, caballero gentil y fino gastrónomo, de quien dijo Alejandro Dumas que era uno de esos apóstoles a los que no les falta nada para hacer prosélitos. Fue el inventor de las Fresas a la Cussy, que llevan champagne y nata.

A Napoleón había que servirle la mesa a cualquier hora del día. Solía cenar entre las seis de la tarde y las tres o cuatro de la mañana. Le gustaba comer solo. Le presentaban un gran número de platos y él mismo se encargaba de levantar la tapadera, rechazando los que no le gustaban a simple vista. "¿Cómo es que nunca como crépinettes de cerdo?" preguntó un día malhumorado a su cocinero. "Señor, no es un plato fino", respondió éste. "¡Qué importa! Quiero crépinettes de cerdo", ordenó con firmeza. El cocinero se las hizo, aunque de faisán. No le desagradaron, pero cuando al mes siguiente se las sirvieron de nuevo, montó en cólera, gritando que no le gustaba la cocina de palafreneros. Le encantaban las patatas, el pollo, las lentejas, las judías y las pastas. El pan

no lo probaba. Sus platos preferidos eran el Ragú de cordero y la Morcilla a la Richelieu, que consistía en una morcilla servida sobre un lecho de compota de manzanas, perfumada con canela. También fue un amante del buen vino. Su vino preferido era el mítico Chambertin de Borgoña pero mezclado con agua.

Uno de los platos estrella, el Pollo Marengo, es fruto de la improvisación. Vino al mundo el 14 de junio de 1800, entre el fragor de las batallas que libraron austriacos y franceses en los alrededores de Marengo, pueblecito del Piamonte italiano. Eran las dos de la tarde y los franceses ya habían perdido dos batallas, tras luchar desde las ocho de la mañana. El cocinero Durand tuvo que cocinar algo para Napoleón. Los austriacos habían interceptado el suministro y en las cocinas francesas no quedaba ni mantequilla. Durand envió a varios soldados para que buscaran por los alrededores cualquier clase de alimento. Volvieron con pollos, ajos, tomates, cebollas, aceite, huevos y cangrejos; y agregándoles coñac mezclado con agua, no le fue difícil encontrar un nombre para el nuevo plato: Pollo Marengo.

La receta original ha sufrido algunas variaciones: el coñac se ha sustituido por vino y los champiñones aportan un nuevo sabor, pero los cangrejos siguen siendo su nota característica. Las guerras napoleónicas sometieron a Francia al llamado "bloqueo continental" y a la carestía de alimentos. Ello produjo una vulgarización del cultivo de

la papa, que como se mencionó anteriormente, empezó a cultivarse en los años difíciles de la Revolución; luego, el aprovechamiento de la invención de la conserva, gracias a Appert.

**François Nicolás Appert** nació en 1750, y murió en la más increíble pobreza en 1840. Inventó cerca de 1809, un procedimiento para la conservación de las carnes, legumbres y frutos, a base de su calentamiento en un recipiente herméticamente cerrado, sin que ello destruyera su sabor. Consignó su trabajo en una obra clásica: El arte de conservar todas las sustancias animales y vegetales, publicado en 1818. Protegido por el emperador, instaló una fábrica, pero siempre tuvo dificultades financieras, puesto que era un pésimo administrador. El método de Appert se hizo célebre, y más aún cuando los ingleses encontraron unas latas en los campos de batalla y adoptaron su invención.

**Benjamin Delessert** (1773-1847) El azúcar de remolacha hubiera sido difícil que se implantara en Francia, dado que las colonias francesas cultivaban mucha caña de azúcar. La sacarosa en la remolacha había sido detectada por el químico alemán Andras Margraff en 1747 y uno de sus alumnos intentó en 1796 montar la primera fábrica, pero su experiencia fue un fracaso.

Llegó el bloqueo continental. Napoleón había tenido el acierto de nombrar al gran químico Chaptal como ministro de Salud Pública, y en marzo de 1811 éste

obtuvo del emperador un decreto concediéndole 42 mil hectáreas próximas a París para cultivar la remolacha y un crédito de un millón de francos para poder montar la fábrica.

El ministro hizo contacto con el banquero Benjamin Delessert, que era muy estimado por el emperador y había sido regente de la banca de Francia, y al final consiguió un préstamo de 12 millones de francos para montar la primera industria. Meses más tarde, el propio Napoleón, visitó la fábrica en 1812.

Napoleón se enteró cuidadosamente de todo el proceso de fabricación y, entusiasmado, al terminar la visita, se quitó la medalla de la Legión de Honor que llevaba sobre su uniforme y se la puso a Delessert, al mismo tiempo que le hacía barón del Imperio. De regreso a París, Napoleón, entusiasmado por lo que acababa de ver, llevó un paquete de azúcar refinado a su amada emperatriz María Luisa y ordenó a sus ministros que no regatearan esfuerzos por mejorar la nueva industria. Delessert, al contrario de Appert, que murió pobre, se hizo inmensamente rico.



**Auguste Escoffier** vivió (1847-1935) Su carrera como cocinero perduró setenta y cuatro años, la más larga que se conozca, y le valió el título de "rey de los cocineros y cocinero de los reyes", título justo, ya que cocinó para todos los reyes de su tiempo, incluido el káiser de Rusia Guillermo II.

Comenzó como aprendiz a los 12 años en un hotel de Niza, y a los 18 años lo llevaron a París; sin embargo no comenzó a destacar hasta los 35. Escoffier llevó la cocina francesa a Inglaterra, ya que estuvo ocho años en el Hotel Savoy y 23 en el Carlton, donde residió hasta 1921; los rigió con autoridad, con superioridad, que hizo de él uno de los personajes más conocidos del mundo entero. En 1873 fundó la revista L'Art Culinaire. Dejó un libro muy importante, La Guide Culinaire, escrito sobre todo para

los profesionales, que ha conocido infinidad de ediciones por considerarse el libro base de la Bella Época. Además, publicó otros dos libros: Mi cocina y Carnet d'Epicure. La fama de Escoffier fue enorme, y las cinco mil recetas de su libro fueron tenidas por preceptos que marcaron pauta sin lugar a dudas. Era un personaje de prestigio mundial cuando falleció.

Un poeta de la época decía que "había servido a la humanidad, con el gorro de cocinero calado hasta la frente, con el bigote de cara a las brasas; su olfato, tan fino, ha sabido aquilatar el punto justo del perfume de los paraísos del alimento y le ha permitido retirar en el momento preciso una pierna del cordero del tormento de las brasas. Conocía la ciencia impasible de la dosificación del alcohol, de la sal y de las especias, mucho más difícil que la magia negra y que la estadística. Escoffier conocía todo lo que puede dar de sí un diente de ajo, una cebollita picada o las relaciones solemnes de un buen coñac en las carnes rosadas del cadáver de un cordero lechal o, dentro de la caverna abdominal de un capón, sabía poner el relleno que Dios Manda."

Escoffier estableció las características ideales de un cocinero: limpio, uniformado, puntual, que no fume, no tome y no grite. Además, se le debe la división de las cocinas en brigadas: Cocina fría, cocina caliente y repostería. Consciente de los problemas sociales de su época, luchó toda su vida para ayudar a los cocineros que



tenían problemas, y para ello publicó el Proyecto de Mutua Asistencia para la Extinción del Pauperismo, en 1910. Quiero terminar este libro con dos anécdotas de cocina que, de una u otra manera tienen relación con Escoffier.

Desde el mes de septiembre de 1870, Escoffier cumpliría veintitrés años en octubre, París permanece sitiada por los prusianos de Bismarck; pero es en el mes de diciembre de 1870 y en enero de 1871 cuando los sitiados sufren las consecuencias más amargas.

La hambruna comienza a desgastar a la casi totalidad de los dos millones de parisinos siendo los más pobres, como siempre, los que sufren las más severas consecuencias. Con temperaturas cifradas entre los 0 y los -15 grados, la falta de carbón y de madera, obliga a los vecinos de la capital francesa a talar los árboles, del bosque de Boulogne primero y del de Vincennes después, que no podrían reflejarse en un río Sena que permaneció helado durante tres semanas.

Fue entonces cuando el gobierno impuso una política de racionamiento para estirar al máximo sus existencias de 447.000 quintales de harina, 150.000 corderos, 2.000 cerdos y otras cantidades de alimentos que se habían preparado previendo el sitio. El 6 de octubre se habían

creado las carnicerías municipales y ya el día 12, estas no podían distribuir más que 100 gramos de carne por persona... después de hacer cola durante horas; pero una vez que se había consumido toda la carne de caballo y de burro disponible, el día 10 de noviembre, un carnicero del boulevard Rochechouart, pone a la venta perros, gatos, ratas y brochetas de gorriones. Muy pronto, siguiendo el ejemplo de este carnicero, se abrió un mercadillo de ratas en la plaza de l'Hôtel-de-Ville.



Fernand Hazan, en su libro "Dictionnaire de la Commune" publicado en 1971 nos cuenta que las ratas eran presentadas en grandes jaulas y, una vez que el cliente elegía una, era empujada a una jaula más pequeña de la que se le hacía sacar la cabeza para que un dogo la

estrangulara.

No faltaba quien vendía la carne de perro por cordero o las ratas por gazapos y, para escapar de la hambruna, se comienzan a pescar los peces del Sena, del Marne y de los estanques del bosque de Boulogne. Siendo el sueldo medio de un obrero de 1,50 francos al día, a finales de diciembre, la mantequilla cuesta 30 francos el kilo, la libra de perro 4 francos, un gato se vende a 20 francos, un gorrión a 1,25 francos y una rata 3 francos.

Por si esto fuera poco, a partir del 18 de enero se comienza a racionar el pan: 300 gramos para los adultos y 150 gramos para los menores de cinco años, al precio de 35 céntimos el kilo; a pesar de que las ordenanzas obligan a que el pan no puede contener más que trigo, arroz y avena, en su mayor parte lo elaboran con paja mohosa bien molida.

A veces, las autoridades realizan repartos de cecina, alubias, aceite y café; pero la miseria es terrible en los barrios más pobres y los precios no dejan de subir. En el diario de Juliette Adam podemos leer: "Los huevos frescos ya no tienen precio ya que los viejos se pagan a 2 francos, la mantequilla a 28 francos la libra, un conejo 40 francos, un pollo de 20 a 25, una zanahoria, 70 céntimos, una hoja de col, 15 céntimos, las patatas a 20 francos; por una liebre, una oca o un pavo, se habla de 100 o 200 francos y un cerdo de contrabando llega a los 2000.

Mucho antes de estas subidas de los precios, el 24 de octubre, el zoológico de París comienza a vender los animales ya que no puede mantenerlos. En principio son sacrificados los yaks, las cebras, los renos, los búfalos, los patos, los antílopes y los cisnes.

25 décembre 1870  
99<sup>e</sup> jour du siège

HORS-D'ŒUVRE  
Beurre - Radis - Tête d'âne farcie - Sardines

POTAGES  
Purée de haricots rouges aux croûtons  
Consommé d'éléphant

ENTRÉES  
Goujons frits - Le chameau rôti à l'Anglaise  
Le civet de Kangourou  
Côtes d'ours rôties sauce poivrade

ROTS  
Cuissot de loup, sauce chevreuil  
Le chat flanqué de rats  
Salade de cresson  
La terrine d'antilope aux truffes  
Cèpes à la bordelaise  
Petits pois au beurre

ENTREMETS  
Gâteau de riz aux confitures

DESSERT  
Fromage de gruyère

VINS

<i>PREMIER SERVICE</i>	<i>DEUXIÈME SERVICE</i>
Xérès	Mouton Rothschild 1846
Latour Blanche 1861	Romanée Conti 1858
Ch. Palmer 1864	Bellenger frappé
	Grand porto 1827

Café et liqueurs

*Café Voisin, G. Braquenas, 261, rue Saint-Honoré.*

Todos estos animales son adquiridos por carniceros que

los venden para su consumo... en los restaurantes de lujo de la capital parisina ya que, para los más pudientes, la miseria y la hambruna eran desconocidas. Para poner algún ejemplo, diré que en la nochevieja de 1870, en el restaurante Noel Peter's, dirigido por Fraysse, el señor Bonvalet celebró su nombramiento como alcalde del distrito tercero invitando a veinte personas.

El menú estaba compuesto por los siguientes platos: Sardinas, apio, mantequilla y olivas, seguidos de mono al vino de Burdeos, salmón a la Berzelius, escalopes de elefante en salsa de chalotas, oso en salsa Troussenet, peras y manzanas.

En su número del 4 de diciembre el diario "Les Nouvelles", publica un menú de circunstancias para celebraciones. Este menú aconseja consomé de caballo al mijo, brocheta de hígado de perro a la maître de hotel, silla de gato en salsa mayonesa, paletilla de perro en salsa de tomate, estofado de gato con champiñones, costillitas de perro con guisantes, guiso de rata a la Robert, pierna de perro rodeada de ratones y pudín al jugo de médula de caballo.

Pero no vayan a creer que estos menús estaban reñidos con el sibaritismo de algunos chefs de cocina. Según el cocinero Thomas Genin, si la carne de rata era un poco desagradable al tacto, bien trabajada, daba una excelente calidad, fina y tierna, pero perfecta si se sazonaba

convenientemente. Este chef llegó a servir terrinas de rata con un relleno de carne y grasa de burro, que alcanzaban el precio de 15 francos. De aquel tiempo se han conservado algunas recetas como el estofado de serpiente pitón, el guiso de trompa de elefante, el estofado de león o el redaño relleno de hipopótamo o de rinoceronte.

El episodio gastronómico más célebre de la ciudad asediada, corresponde a la muerte de los elefantes Cástor y Pólux, inquilinos del Jardín de las Plantas, que fueron consumidos el día 31 de diciembre de 1870 en el café Voisin de la calle Saint Honoré. Cástor fue fusilado el 29 de noviembre y Pólux el día 30 y fueron vendidos a la carnicería inglesa del boulevard Haussmann por 27.000 francos quien la publicitó como "carne de fantasía". También se puso a la venta un hipopótamo, pero nadie quiso pagar los 80.000 francos que pedían por una carne que se ignoraba si era comestible. Es curioso que, a las tres horas de estar sirviendo carne de elefante en el café Voisin, se acabaran las existencias por lo que el señor Bellanguer, patrón del restaurante, sacó carne de caballo de sus reservas y el chef Choron, famoso por la creación de una salsa que lleva su nombre, no dudó en hacerla pasar por carne de elefante sin que ninguno de los clientes se diese cuenta de tamaña estafa. El menú de aquellos días estaba compuesto por mantequilla, rabanitos, cabeza de burro rellena y sardinas; puré de alubias rojas con crotones y consomé de elefante; espárragos fritos, camello asado a la inglesa, estofado de

canguro y costillas de oso en salsa Poivrade; pata de lobo en salsa Chevreuil, gato acompañado de ratas, ensalada de berros, terrina de antílope con trufas, hongos a la bordelesa y guisantes a la mantequilla; pastel de arroz con confituras y queso de Gruyere.

El armisticio que se firmó el 28 de enero de 1871, puso fin al sitio de París y sus habitantes pudieron volver a sus costumbres alimentarias; pero, además de algunas recetas que pasarán a la posteridad, aquel asedio nos dejó algo inolvidable. Como una gran parte de los católicos parisinos pensaban que aquel asedio era un castigo divino, el clérigo Alexandre Legentil y su cuñado Hubert Rohaut, hicieron público un comunicado: “Ante las desgracias que nos asolan y las posiblemente más grandes que nos amenazan, reconocemos que hemos sido culpables y justamente castigados.

Para reparar honorablemente nuestros pecados y obtener el perdón de Nuestro Señor Jesucristo, prometemos contribuir a la construcción de un santuario dedicado al Sagrado Corazón de Jesús”. El 18 de octubre de 1872, el arzobispo de París monseñor Guibert aprobó el proyecto y por fin en 1875 se colocó la primera piedra. Aunque los trabajos se terminaron en 1914, la basílica del Sacré Coeur de Paris no fue inaugurada hasta 1919 y es, gracias al sitio de la capital francesa, que podemos disfrutar hoy de tan hermoso monumento.

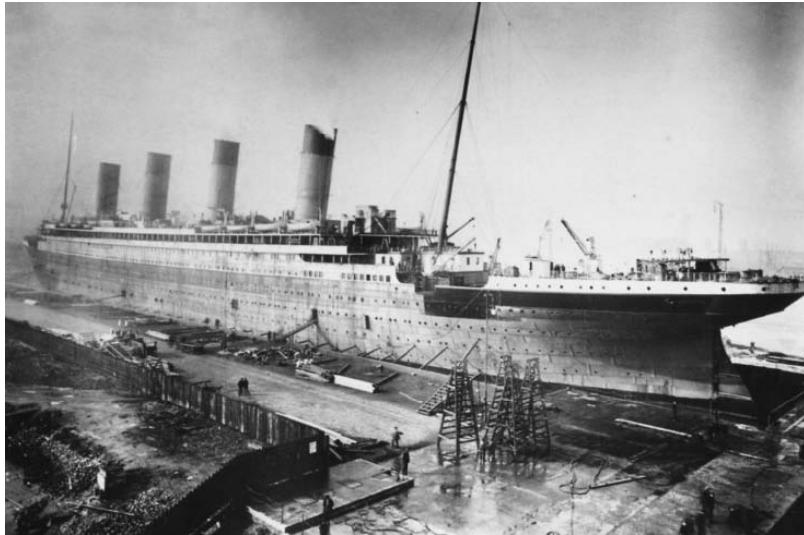
Para la siguiente anécdota, habrá que hacer un ejercicio

de imaginación. Tratemos de olvidar, al menos por un momento, la imagen de Leonardo di Caprio junto a Kate Winslet y pongámonos en situación. El día 13 de abril de 1912, los chefs de cocina del "Titanic", Charles Proctor y Pierre Rousseau, en compañía de John Walpole que era el Jefe Encargado de la Despensa, llamaron a los segundos, J. Bochetz y P. Mauge quienes junto al Jefe de Panadería Charles Joughin acudieron a la cocina para decidir el menú del día siguiente.

La tarea de aquellos hombres era escoger, de entre las muchas recetas que el célebre cocinero Auguste Escoffier había preparado para el viaje inaugural del Titanic, las que el día 14 de abril figurarían en los menús. Los muchos años de jefatura de cocina que he ejercido y las muchas reuniones de este tipo que he sostenido, me facilitan la visualización de aquella escena. Alrededor de una mesa, los cocineros de origen anglosajón con un vino de Oporto, o un Jerez, y los franceses con una copa de tinto, atacan la tarea mientras el humo de algunos cigarrillos flota en el ambiente porque todavía no estaba prohibido fumar en las oficinas aunque sí en las cocinas. El encargado de la despensa comenta la urgencia de dar salida a algunos productos perecederos y, con los datos aportados por los segundos de cocina, empiezan por diseñar el menú que consumirán los viajeros de tercera clase. Tras unos minutos de debate, pocos puesto que los viajeros de tercera no hacen ascos a casi nada de lo que sale de las cuarenta cocinas del Titanic, Proctor y



Rousseau deciden que el desayuno constará de copos de avena con leche, arenques ahumados, patatas, huevos con jamón, pan, mantequilla, mermelada, bollos, té y café. Para la comida servirán un potaje al arroz, carne fría, asado de buey en salsa, con maíz, verduras marinadas y patatas al vapor; el postre lo compondrán quesos, compota de higos, fruta, pudín y crema dulce, todo acompañado por pan, pan tostado, mantequilla y té. La cena, ligera, constará de quesos, pan de avena y biscuits.



Terminada la primera parte de la tarea, se relaja un poco el ambiente; seguro que uno de los asistentes a la reunión hizo algún comentario jocoso sobre la frugalidad de la cena de los pasajeros de tercera, o algún apunte ácido con respecto al sobrepeso de Rousseau y, de esto no tengo la menor duda, se hicieron señales entre ellos a propósito

de la desmedida forma de beber que tenía el chef panadero Charles Joughin quien, a la postre, sería el único superviviente de todos cuantos estaban en aquella sala. Tras unos minutos de relax, comenzaron a discutir el menú de la segunda clase.

El desayuno no presentó ninguna dificultad puesto que, en esencia, difería muy poco del que servirían en tercera clase; la comida del medio día les supuso algo más de trabajo pero, teniendo en cuenta que los pasajeros se despertaban tarde y desayunaban fuerte, unido a las múltiples actividades que se desarrollaban en las cubiertas de segunda, decidieron que no merecía la pena detenerse demasiado en aquella discusión.

La cena, sin embargo, tenía más importancia ya que era el punto de encuentro de los pasajeros y, dado que todos se emperifollaban para acudir al comedor, requería algo más de atención.



Al final, Rousseau leyó en voz alta lo que había anotado en una hoja tras pasarlo "a limpio" desde otra llena de rayas y tachones:

Consomé de tapioca, abadejo en salsa, pollo al curry con arroz, cordero con salsa de menta, pavo asado con salsa de arándanos, guisantes, puré de nabos, arroz cocido, patatas cocidas y asadas, pudín de ciruela, confitura de uvas, tarta rellena de coco, helado americano, frutos secos, fruta variada, quesos, galletas y café.

Una segunda pausa para refrescar las ideas; pero esta vez, casi seguro, no hay bromas ni pullas entre el staff de cocina del "Titanic" puesto que la responsabilidad es abrumadora para estos profesionales. Lo más granado de la high society británica y la flor de la alta sociedad norteamericana, comparten comedor con las mayores fortunas del mundo y los nuevos ricos. Por otra parte, un fallo en el servicio, o un error grave en las recetas preparadas por Escoffier, no tardarían en llegar a oídos de los gerifaltes de la compañía armadora lo que supondría el despido inmediato o la jefatura de cocina en buques de menor categoría.

De vuelta al trabajo, la humareda de los cigarros ya llena el habitáculo, diseñan sin demasiados problemas el desayuno de los pasajeros de primera clase y la comida del medio día en la que ofrecen un menú compuesto por consomé granjero de pollo y puerros, filete de barbo,

huevos Argenteuil (huevos con espárragos y queso parmesano), pollo a la Maryland (pollo gratinado con bechamel), corned beef con legumbres y patatas (asadas, en puré, fritas o sin pelar), costillas de cordero a la brasa, pudín a la crema, merengue de manzanas y pastelería, complementado con un soberbio buffet en el que se puede degustar salmón con mayonesa, gambas con mantequilla fundida, anchoas noruegas, arenques marinados, sardinas ahumadas, asado de buey, buey picado con especias, paté de ternera y jamón, jamón de Virginia, jamón Cumberland, salchichas de Bolonia, fromage de tête (terrina fría de cabeza y pies de cerdo con vegetales), galantina de pollo, lengua de buey, lechugas, remolachas, tomates y quesos (Cheshire, Stilton, Gorgonzola, Edad, Camembert, Roquefort, St Ivel y Cheddar).

Como detalle especial, los pasajeros pueden tomar con la comida jarras de cerveza helada de Munich, servida a presión, previo pago de un suplemento de 3 ó 6 peniques, según el tamaño elegido.

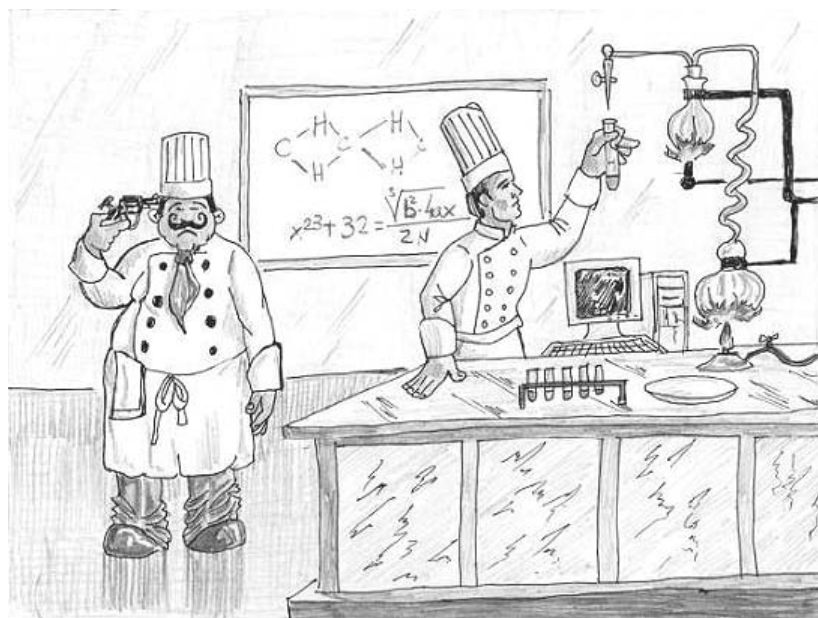
Un último descanso, breve puesto que se acerca la hora de más trabajo en las cocinas y ya, a cara de perro, el staff comienza a discutir el menú de la cena del día 14. Digo "a cara de perro" porque en estos casos siempre hay diversidad de opiniones. Una, la del jefe ejecutivo de cocina que busca, además de la calidad, la economía y otra, la del chef que estará presente en el comedor

durante el servicio que es quien, en caso de error, es blanco de las miradas reprobadoras de los comensales y la aún más temible del capitán, y en caso de acierto es el centro de atención y depositario de todas las felicitaciones.

Tras un agrio debate, el chef llama a A. Mishellany, impresor de a bordo y le entrega las hojas que debe imprimir para los menús. Algunas horas más tarde, el cajista de la imprenta del barco, E. T. Corben, compone el menú de la cena de los pasajeros de primera clase que será impreso en papel amarillo a imitación de pergamino antiguo.

Entrantes, canapés almirante (con mantequilla y langostinos), ostras, consomé Olga (con oporto y vieiras) y crema de cebada. Platos fuertes, salmón pochado con salsa muselina y pepinos, filet mignon Lili (filetes con patatas, foie, alcachofas y trufa), salteado de pollo a la lionesa con calabaza rellena, cordero en salsa de menta, pato asado con salsa de manzana, solomillo de buey con patatas chateau (torneadas y doradas en mantequilla), guisantes, zanahorias con crema, arroz hervido, patatas nuevas hervidas o parmentier. Sorbete, ponche romaine (sorbete de naranja, limón y vino o champaña). Platos de resistencia, pichón asado y berros, espárragos fríos con vinagreta, paté de foie-gras con apio. Postres, pudín Waldorf (se desconoce la composición de este postre), melocotones en confitura de Chartreuse, éclairs

(pastelitos de chocolate y vainilla), helado francés, fruta variada y quesos. De vuelta en las cocinas, ninguno de los integrantes de aquella reunión en el despacho de los chefs tenía conciencia que acababan de diseñar la última cena para 1.517 personas de las 2.227 que viajaban a bordo del R.M.S. (Royal Mail Steamship) Titanic.



EPÍLOGO





Aquí termina este recorrido breve por la historia de la cocina que no quiere ser un estudio intensivo, sino una base de conocimiento para, en lo posible, interesar a las personas en el noble arte de la cocina; creo que es algo necesario ya que el exceso de hamburguesas, o la patética fijación de muchos en las dietas “macroidióticas”, han deformado los cerebros de tal manera que han hecho olvidar que la comida no es sólo necesaria para sobrevivir, sino un placer que puede, y debe, disfrutarse.

La cocina es un mundo aparte en el que, en los últimos años, jóvenes a medio formar, sin conocer bien el oficio, ostentan jefaturas de cocina y tratan de cubrir sus carencias profesionales con lo que llaman “cocina de autor”. Esto durará hasta que hartos ya de tomaduras de pelo por parte de cocineros sin conciencia, y dueños de negocios más interesados en las monedas que en el “Bocuse de Oro”, los clientes de los restaurantes decidan ir a una especie de huelga general y no aparecer por nuestros comedores dejándolos tan tristes como puticlub sin camareras.

Algunos pseudocheffs se preguntan: ¿Qué exigen nuestros clientes, comer? Y se responden:

Nosotros les vendemos buenas recetas perfectamente elaboradas. Bueno, también es verdad que en ocasiones terminan comiendo lo que nosotros queremos y no lo que quieren ellos; pero no es algo que deba tomarse en

cuenta.

Para que lo hayamos visto todo en este complejo mundo que es la gastronomía, ahora sólo resta que los clientes pretendan comer y beber lo que a ellos les apetece y no lo que nosotros queremos que coman ¡Faltaría más! Luego se preguntan: ¿Qué quieren nuestros huéspedes, beber? Y se responden: Nosotros ponemos a su disposición los mejores caldos de cosechas excepcionales, al precio que mejor nos conviene, eso sí, siempre pensando en el disfrute del cliente a la hora de diseñar las cartas de vinos o las de aguas.

Es cierto que a veces pecamos de gilipollez ya que si el líquido elemento en estado de total pureza en la naturaleza es incoloro, inodoro e insípido, no se entiende que haya cartas con diferentes tipos de agua -la moda actual nos lleva incluso a reunir expertos en catas de este líquido insulso por definición- a precios de escándalo que, si no saben a nada, al menos sirven para cortar el hipo. Aunque, si lo pensamos con cuidado un elemento como el agua, en el que viven los peces sin poder salir, dentro del cual, además de nadar, comen, cagan, se dedican a diversas prácticas sexuales según cada raza y especie de animal acuático, vomitan cuando lo necesitan y se descomponen después de su muerte, algún sabor especial debe tener; puede ser que la orina, los excrementos o el esperma de algunas variedades de potádromos estudiados por la moderna ictiología, le den

un bouquet especial dotando al caldo de algún gusto “en boca”, que recuerde los cerezos en flor. Hay muchos iletrados que comentan, en voz baja, sobre algunas de las comidas que servimos, realizadas con tanto esmero por los profesionales más duchos, diciendo que son un poquito raras ¡Qué desfachatez!, pero ¡qué descaro! ¿Cómo pueden decir semejante cosa cuando los camareros les explican incluso cómo se debe consumir la tortilla de patatas servida en copa? ¡Por los clavos de la cruz! ¡Si hasta los consumidores menos informados saben que en la actualidad la tortilla de patatas sólo se come, masticando y acompañada con pan, en los bares de obreros y en casa de mamá! ¡En los restaurantes de postín, en los de más fama, la tortilla de patatas, se remueve dentro de la copa y se bebe de un trago, coño!

Con este panorama y las comidas mágicas, hechas a base de polvos instantáneos y concentrados artificiales que convierten muchas cocinas en laboratorios de Merlín, la huelga general de clientes llegará.

Aunque los seres humanos somos incomprensibles y la gastronomía es una prueba de lo que afirmo. Hemos pasado siglos experimentando y, partiendo de la carne asada y los cereales tostados hemos llegado hasta los refinamientos de salsas, condimentos y aderezos... para volver en una regresión, que en otro campo de la cultura sería inaceptable, al consumo de cereales en el desayuno y la carne a la plancha para no engordar. Lo de la carne a

la plancha, puede pasar; pero convendrán conmigo que los cereales no dejan sitio para poder mojar la madalena.



**FINIT CORONAT OPUS**