

Nos últimos anos, a historiografia portuguesa passou a dar alguma atenção aos estudos de história da alimentação e da sociabilidade à mesa. Após um trabalho pioneiro, publicado em 1964, de A. H. de Oliveira Marques, nomeadamente um capítulo sobre a mesa na Época Medieval, inserido na sua obra *A sociedade medieval portuguesa: aspectos de vida quotidiana*, com sucessivas edições até à atualidade, não se seguiram imediatamente outros cultores da matéria. Foi necessário esperar algumas décadas para que uma plêiade de historiadores – em alguns casos, mas não exclusivamente, de gerações mais jovens – olhassem para estas questões sem preconceitos e produzissem textos sobre temáticas tão diversificadas como subsistência, armazenamento, comércio e consumos alimentares, história económica da alimentação, biografias de géneros, maneiras de preparar e servir alimentos, introdução de novos produtos, culinária e medicina, rituais e serviços à mesa e regimes alimentares, sem descuidar a publicação de fontes de natureza e conteúdos diversificados.

Se nos fixarmos no mundo monástico e conventual português alguns trabalhos foram aparecendo, pensemos nos de autores como Ângela Beirante, Cristina Osswald, Eduarda Maria de Sousa Gomes, Fernanda Paula Sousa Maia, Maria Antónia Fialho Conde, Maria Eugénia Mata Fernandes, Ofélia Rodrigues Fontoura, Ricardo Pessa de Oliveira, Salvador Magalhães Mota e Saul António Gomes. Os estudos que estes autores realizaram deram a conhecer com rigor realidades antes totalmente ignoradas, em alguns casos; em outros, mais intuídas do que documentadas e, por vezes, bastante envolvidas em mitos, em preconceitos e até em imagens contraditórias: a gula de freiras e frades gordos e gulosos que viviam para se empanturrarem, ou o ascetismo exagerado de membros de certas comunidades que desprezavam totalmente o consumo alimentar o que os levava a uma debilidade que tocava a mera sobrevivência, com vista não à santificação mas à vaidade, a par de muitas outras ideias sem qualquer fundamento documental.

A publicação de receituários escritos por religiosos de ambos os sexos e utilizados nos cenóbios – prática documentada em todo o mundo católico – permitiu o contacto com a culinária rotineira e com a que era praticada em ocasiões festivas, muito particularmente quando essas informações foram cruzadas com as regras monásticas e conventuais, com os foros recebidos pelos cenóbios, com as aquisições de géneros alimentares e ainda com a bateria de cozinha que sobreviveu até ao presente. É neste contexto que surge o trabalho de Anabela Ramos e de Sara Claro. As autoras dedicaram-se ao estudo das práticas alimentares dos monges beneditinos de São Martinho de Tibães durante a Época Moderna, em especial no século XVII, analisando fontes diversificadas as quais permitiram conhecer os ritmos alimentares da comunidade.

*Alimentar o Corpo saciar a Alma* está dividida em duas partes. A primeira, da autoria de Anabela Ramos, constitui um percurso bem guiado pelo cenóbio. Começa-se por apresentar a regra, no que à alimentação se refere, passa-se para as prescrições relativas aos pratos de consumo diário e às iguarias festivas. Esclarece-se o papel do pão e do vinho, a obrigação do silêncio e dos

sinais para a comunidade poder comunicar sem o quebrar durante as refeições, que se pretendiam frugais, e avança-se para o ritual da refeição diária, no refeitório, cujo serviço de mesa compreendia pratos, salseiras, copos, heminas, facas, aparadeiras e guardanapos individuais. Faz-se a correlação entre as normas, as compras de louças, as questões do jejum e o consumo de carne e passa-se para a pertinente interrogação: serão as normas para cumprir?

No segundo capítulo, a autora conduz-nos diretamente à alimentação quotidiana, partindo da população monástica, difícil de calcular dada a mobilidade frequente dos monges a que se juntou o facto de São Martinho de Tibães ser a casa capitular dos beneditinos e possuir colégio, características que levaram ao recebimento frequente de noviços e de monges de fora. Aos religiosos havia ainda que juntar os criados, elevando-se, assim, o número de comensais que, contudo, se alimentavam de maneiras diferentes. Diversas zonas se ligavam às práticas alimentares: desde logo a cozinha, mas também as despensas, a casa do forno, a adega, as capoeiras e as pocilgas. Espaços onde se criavam e guardavam géneros e se preparavam os pratos, conforme os casos. Cozinhadas as refeições – o jantar e a ceia ou, nos dias de jejum, a colação – eram as mesmas servidas no refeitório, espaço amplo com mesas, assentos, púlpito, lavatório e armários, destruído por um incêndio ocorrido em 1894.

Quotidianamente havia práticas alimentares diversificadas de acordo com o calendário litúrgico: dias de jejum e dias de abstinência, ou seja magros, a par de dias gordos, isto é, em que o consumo de carne era permitido. E chegamos aos alimentos. Em dias de peixe, os monges consumiam obviamente espécies ictiológicas, tais como lampreias, salmões, pescadas, sardinhas e congros, a par de raias, ruivos, litões, linguados, rodovalhos e tantos outros, frescos e salgados, de rio e de mar; além de ovos, legumes – em forma de saladas e sopas –, leguminosas e frutas. Em dias gordos as carnes de vaca, porco, carneiro e aves, bem como o arroz, estavam presentes à mesa monástica. Independentemente dos dias serem de peixe ou de carne, o pão, o vinho e a água eram as bebidas de que os religiosos podiam dispor.

Diferente era a alimentação dos criados, quer dos internos quer de eventuais. Comiam à parte, no tinelo, mantinham o respeito pelos dias gordos e magros mas tinham direito a quatro refeições: almoço, jantar, merenda e ceia. O que se liga diretamente ao esforço físico que tinham que efetuar no desempenho das diversas atividades agrícolas, em especial. Nas suas refeições entrava o chamado pão de segunda – milho e centeio –, o vinho verde, peixes baratos e pouco considerados tais como bacalhau, raia e sardinha e partes não nobres dos animais, em especial as vísceras, além de legumes e de leguminosas.

A quebrar a rotina monástica temos os dias de festa. E esta, abordada no terceiro capítulo, torna-se relevante em termos de celebração a vários níveis. No campo alimentar três variantes se destacam: maior quantidade, maior variedade e uso de géneros ausentes ou pouco frequentes nos dias comuns. Assim, recordemos a presença de perus, perdizes, coelhos, cabritos e leitões, carnes apreciadas e, em alguns casos, de consumo pouco acentuado, a par de muitos doces, alguns dos quais ligados apenas a épocas precisas do calendário litúrgico. Entre estes últimos preparados contam-se arroz-doce, cavacas, confeitos, maçapães, morgados, natalícios, ginetes, pão-de-ló, queijadas, sonhos e talhadas, de entre outros, presentes nas mesas de Natal. Já pela festa de São Bento, destaquem-se aletria, arroz-doce, doce de chá, manjar real, marmelada, ovos reais, pão-de-ló e toucinho-do-céu. Alguns doces vinham de fora, nomeadamente de outros espaços monásticos ou conventuais femininos, caso do mosteiro de Ave Maria, do Porto, e do convento

---

de Nossa Senhora dos Remédios, de Braga, sem esquecer os que eram preparados por pasteleiros e confeitores daquela mesma cidade.

Os alimentos utilizados bem como as maneiras de os temperar e preparar ocuparam a autora que, de forma sistemática, fez a relação entre culinária e medicina, tendo em conta os entendimentos e os preceitos vigentes da época, a partir do tratado de dietética do médico de D. João V, Francisco da Fonseca Henriques. Efetivamente, até ao século XVIII, entendeu-se que a conservação da saúde resultava sempre de um equilíbrio em que entravam diversas variantes internas e externas ao indivíduo. Assim, as doenças físicas e mentais eram provocadas pela perturbação de uma ou de várias das chamadas faculdades principais, a imaginação, o entendimento e a memória. Em qualquer doença, ocorria, desse modo, um desequilíbrio dos quatro humores, sangue, fleuma, bílis amarela e bílis negra, segundo as concepções de Hipócrates e de Galeno, que ainda vigoravam. Deste modo, as terapêuticas procuravam precisamente a busca de reequilíbrio dos humores, fundamentalmente, a partir dos alimentos, das sangrias e dos purgantes. No que se refere aos primeiros importa lembrar que além de funcionarem como remédios, necessitavam de se adequar às características de cada um. Por outro lado, a alimentação adequada passaria pela ingestão de mantimentos variados, em quantidades moderadas e de acordo com a estação do ano, a idade, a constituição, o sexo e o esforço físico que cada um exercia quotidianamente, daí que monges e criados não comessem o mesmo.

A partir da *Ancora Medicinal*, o mais famoso dos tratados de bromatologia – foram publicados outros nos séculos XVI e XVII, lembremos os de Garcia Lopes, Fernando Rodrigues Cardoso e André António de Castro, mas como foram escritos em latim, o público leitor foi muito mais limitado – a autora foi esmiuçando o valor e as características de cada alimento para perceber o lugar que auferia na mesa monástica e na mesa da criadagem, em cada momento. Também fez a correlação entre o valor médico atribuído a certos alimentos e alguns provérbios vigentes na época, os quais corroboravam a ideia dessa importância, quer enquanto valor nutricional quer enquanto valor simbólico.

Na segunda parte da obra, da autoria de Sara Claro, é-nos apresentado, estudado e transcrito um manuscrito culinário que pertenceu à livraria de São Martinho de Tibães. De identificação difícil, tanto mais que nem sequer está completo, e da autoria de, pelo menos, duas mãos, uma, presumivelmente de Luís Álvares de Távora, o códice não está datado. No entanto, apesar destas limitações, a autora procedeu a investigações genealógicas acerca deste prelado de Tomar e colocou hipóteses pertinentes acerca da datação e da autoria do manuscrito ou, mais concretamente, da autoria dos acrescentos feitos *a posteriori*.

Em seguida, foram dedicadas várias páginas à organização do receituário, o qual como era hábito na Época Moderna, apresentava também preparados de botica e de usos domésticos diversificados, que obedeceu a uma lógica inicial mais tarde perdida em resultado dos acrescentos. Posteriormente, foi apresentada uma tipologia das receitas que compõem o manuscrito. É visível, desde logo, o domínio de preparados de doces, seguidos dos de carne. Não obstante, se fizermos uma distribuição entre pratos doces e pratos salgados, predominaram os segundos. Foram ainda averiguadas as diferentes carnes, peixes, e vegetais que entraram nos cozinhados e o tipo de doces. Completou-se o quadro com algumas informações acerca da bateria de cozinha e com observações sobre os pesos e as medidas então utilizados.

Toda a obra se alicerça em fontes de arquivo, nomeadamente do Arquivo Distrital de Braga e do Arquivo Nacional da Torre do Tombo, a partir das quais se estudaram matérias relativas a várias casas religiosas com destaque, naturalmente, para a de São Martinho de Tibães. Esta recolha

permitiu análises e comparações entre cenóbios, complementadas através do recurso a trabalhos já realizados para outros espaços monásticos. Nas exposições e interpretações, as autoras não descuraram o uso frequente de gráficos e quadros que tornaram as matérias mais inteligíveis. O mesmo se pode afirmar em relação aos índices e ao glossário. A iconografia utilizada é rica e variada e constitui um polo de interesse que em muito valoriza a obra.

Em suma, estamos perante um trabalho original, que segue as metodologias adequadas, escrito de forma clara com recurso a fontes e bibliografia diversas permitindo um conhecimento aprofundado do regime alimentar dos monges de Tibães. Um saboroso e succulento livro que vem enriquecer a bibliografia portuguesa sobre história da alimentação.

*Fundo arquivístico da Paróquia de Nossa Senhora da Conceição de Silves:  
arquivo paroquial.*

Textos de Maria Eulina Ribeiro, Maria Luísa Pereira e Vera Inês Gonçalves. [Silves]:  
Paróquia de Nossa Senhora da Conceição, Câmara Municipal, 2011. 48 p.

PAULO GONÇALVES

Foi com agrado que tomámos conhecimento do tratamento do arquivo paroquial de Silves. São tantos os arquivos paroquiais por todo o país e tão poucos os que tem sido objeto de tratamento científico! Por isso, saudamos os técnicos de arquivo que executaram o trabalho e as entidades que criaram as condições para que ele pudesse ser realizado. Merecem também aplauso pela relevância conferida a esta intervenção ao divulgá-la em conferências, bem como publicando o instrumento de descrição que iremos estudar nesta recensão.

A publicação está estruturada nas seguintes partes: Prefácio, Mensagem do Pároco, Mensagem da Presidente da Autarquia, Apresentação, Identificação, A Paróquia de Nossa Senhora da Conceição de Silves, O fundo documental da Paróquia de Nossa Senhora da Conceição de Silves, Os fundos de associações religiosas, Conclusões, Fundos da Paróquia, Protocolo assinado entre o Município e a Paróquia, Fontes e Bibliografia.

No prefácio, João Sabóia, Diretor do Arquivo Distrital de Faro, refere a preocupação da Igreja com os documentos, citando a nota da Conferência Episcopal de 1993, as normas do Concílio de Trento, as Constituições Sinodais do Bispado do Algarve assim como as fiscalizações efetuadas durante as visitas. Em seguida indica os estudos e o tratamento de outros arquivos paroquiais do Algarve. Depois de reparar de passagem na inexistência de trabalhos sobre os arquivos das misericórdias desta região, sublinha o grande significado que reveste o tratamento do Arquivo da Paróquia de N<sup>a</sup> S<sup>a</sup> da Conceição e caracteriza sinteticamente o acervo documental destacando os documentos mais importantes.

O P. Carlos Aquino afirma que os arquivos são memória viva e identitária da Igreja local e voz da fé. Agradece em nome da comunidade cristã a todos os que tornaram possível o presente trabalho.