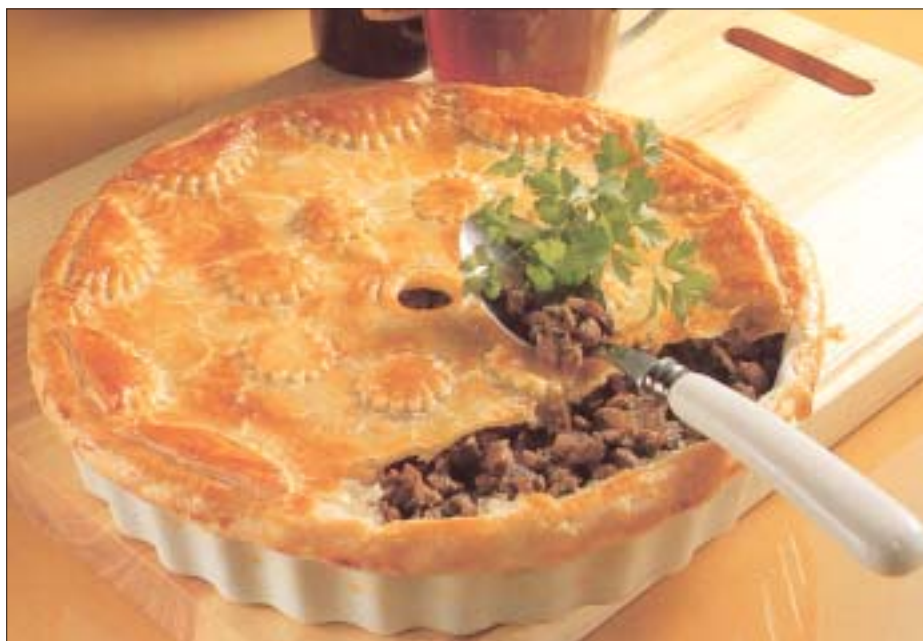


# Las carnes en la literatura culinaria catalana medieval



La cocina catalana medieval se define como cristiana, occidental y mediterránea. Se encuentra recogida en el *Libre de Sent Soví* del siglo XIV y en el *Libre del coch* de Mestre Robert (de Nola), del siglo XV-XVI.

En ambos libros figuran recetas similares y son unos recetarios muy completos. Los tratamientos culinarios de las carnes consisten en el asado en el asador y en guisados. Las especias consumidas son las mismas que se comercializan normalmente hoy en día, con la excepción del gato y el oso, aunque existe preferencia por la volatería doméstica y de caza.

---

XAVIER FABREGAS  
fabregas@retemail.es

## Introducción

La cocina catalana medieval está incluida en las cocinas cristianas mediterráneas de Occidente. Es una cocina refinada, variada y sabrosa, que influyó en distintas tradiciones culinarias europeas posteriores a la Edad Media, pero que no alcanza la complejidad de las cocinas imperiales europeas de los siglos XVI-XVII. Se conocen actual-

mente dos libros fundamentales en la historia de la cocina catalana medieval: el *Libre de Sent Soví*, de autor desconocido (s.XIV) y el *Libre del coch* de Robert de Nola (s.XV-XVI). El resto de obras que conforman la literatura culinaria medieval son básicamente recetarios: *le Viandier* (de Sion, s.XIII), *The Form of Cury* (s.XIV), *Ancient cookery* (s.XIV), *Daz Buch von guter Spise* (s.XIV), *Petit traité de 1300* (s.XIV), *le Ménagier de Paris* (s.XIV), *Anónimo toscano* (s.XV), *Anónimo veneciano* (s.XV), *Manuscrito Napolitano-Martino-Palatino* (s.XV), *O Livro de cozinha de Infanta D. María de Portugal* (s.XV) y *Livre fort excellent de cuisine* (1542). Debido a su empleo cotidiano como recetarios, son pocos los manuscritos medievales europeos



que se han conservado y no se encuentra ninguno anterior a 1250. Analizando estos recetarios, se observan similitudes en las distintas cocinas medievales cristianas, en cuanto al uso general de la cocina de hogar, a los platos básicos y a que muestran los gustos de las clases acomodadas de la sociedad de la época.

### La cocina catalana de los siglos XIV y XV

Existen toda una serie de factores que condicionan las características de esta cocina catalana medieval. Junto a las condiciones naturales del país, la historia política en estos siglos y en los precedentes, determina las creencias religiosas, la estructura social y la economía, que a su vez influyen notablemente en las costumbres alimentarias.

La conquista árabe significa la adopción en la España musulmana de ciertas prescripciones religiosas sobre los alimentos (el cerdo y el vino) y la expansión de ciertos productos y platos. En la cocina hispanoárabe destacan la presencia de fideos y macarrones y la preferencia por lo dulce y las especias. Los árabes aportan a esta cocina catalana materias primas como el arroz, la berenjena, las espinacas, las naranjas amargas, la granada, el azúcar, la canela, el clavo, la nuez moscada, el jengibre y el azafrán. Esta cocina catalana medieval tiene alguna semejanza con la hispanoárabe, más por la raíz romana común que por su mutua influencia. En la gastronomía catalana actual, pervive de la influencia árabe, como rasgo diferencial del resto de embutidos catalanes, el uso de determinadas especies utilizadas en la elaboración de embutidos de las comarcas del Ebro, en la Catalunya Nova.

El factor religioso cristiano es determinante en los hábitos alimenticios al dividir el año litúrgico en días de carne y días de pescado, lo que da lugar a la alternancia de estos

productos y de ciertos ingredientes. El estamento social de pertenencia también era determinante de los menús diarios. Mientras que las clases privilegiadas tenían acceso a toda clase de alimentos y a poder comer dos platos en cada ocasión, para las humildes, las comidas consistían solamente en pan de cebada, cebollas, ajos y a veces algo de tocino. En estas comidas formales de las clases altas, primero se servía el *ast* (el asado) y en segundo lugar la *olla*, ambos platos acompañados de salsas. Este orden en el menú era distinto al que se seguía en Francia, donde los *pottages* se servían como primer plato, seguidos de los asados y al final, los *entremets*.

La cocina catalana de los siglos XIV y XV se caracteriza por ser una cocina de hogar, de fuego de leña en el suelo. Este tipo de cocina se dife-

ferencia de la de los romanos y de los árabes, y perdura hasta finales del siglo XVIII. La energía generada por el hogar es un calor por irradiación suave y regular, que permite cocinar al asador y guisar con ollas de ebullición lenta. El uso de este medio es básico para entender el origen de los platos catalanes tradicionales y las recetas medievales. Con la aparición del hogar y el uso de la cazuela, esta cocina catalana incorpora ciertas novedades respecto a la romana. Otro medio básico de esta cocina eran los grandes morteros y el *bresquet* (una especie de brasero, para cocer a la brasa). Una materia prima fundamental para comer era el pan que se cocía en hornos medievales, los cuales eran empleados también para cocer y dorar determinados platos. El pan era utilizado como alimento y también como instrumento para comer. La falta de verduras y legumbres en estos libros se debe en primer lugar, a la pérdida de recetas y en segundo lugar a que eran alimentos más propios de las clases humildes. La carne de cerdo era la de mayor conservabilidad, consumiéndose más salada que fresca. Por no ser objeto de cocina, esta carne y los embutidos aparecen escasamente, aunque se citan las butifarras y las *murcies* (morcillas?).

### Carnes de consumo

La ingesta de proteínas se basaba en el consumo de carnes, pescados de mar y legumbres. De las carnes consumidas en esta época medieval destacan el cerdo, el lechón, el carnero, el cabrito, las especies de corral y la caza. La caza hay que entenderla a la vez como un divertimento de los nobles, que les permitía estar en forma para la guerra en tiempos de paz y como una actividad alternativa de obtención de proteínas. En la caza cabe reseñar la variedad de la caza menor de pluma: perdices, faisanes, codornices, palomas torcaces y zuritas,

tordos, tórtolas, etc. De la caza menor de pelo, liebre y conejo y de la caza mayor, jabalí, ciervo, corzo y oso, se siguen consumiendo ahora las mismas especies, a excepción del oso, animal actualmente protegido y cuyo consumo, en la edad contemporánea, era sólo habitual en la vertiente septentrional de los Pirineos. Del ganado vacuno se consumían terneras, y bueyes y vacas, que eran utilizados principalmente para tiro, siendo sacrificados en el desvíje. El ganado equino, se usaba para silla y a partir del siglo XII, también para trabajo. Este no figura en estos libros como especie de consumo, a causa de la cruzada antihipofágica del Papa Gregorio III (s.VIII), aunque pudo ser carne de recurso. Los rebaños trashumantes pertenecían a las órdenes religiosas de los grandes monasterios. De las especies de corral resalta la variedad y calidad de las aves: pollos, gallinas, capones, patos, ocas, palomas y pavos reales. De todos estos animales se consumían carnes y despojos, de los que hay un buen número de platos. Del cerdo se aprovechaba también la manteca y el tocino y con la carne se hacían butifarras. La gelatina obtenida de las patas de los animales mayores se destinaba a conservar los alimentos.

### Procedimientos y técnicas culinarias

El asado, el hervido, el escaldado y el sofrito son procedimientos y técnicas culinarias que todavía se usan hoy en día. El escaldado es un tratamiento muy usado en los recetarios medievales tanto para vegetales como para blanquear las carnes que se asarán.

Este método no se emplea en las carnes que serán mechadas y está actualmente en desuso. El sofrito y la picada, dos de los pilares de la cocina catalana actual ya se utilizaban en esta época, pero sin añadir el tomate ni el pimiento, aún desconocidos por ser de origen americano.

La comida que se preparaba en la Edad Media en los Países Catalanes se dividía en *pietances* y en *cuines*. Los *pietances* son platos de carne o pescado, de consistencia sólida y servidos en platos llanos. Las *cuines* son los platos guisados. La carne se consumía en *pietances*, que incluían asados, *carn d'olla* y *panades* (cacas de carne, empanadas) y como *cuines*. La *carn d'olla* o carne hervida es uno de los tratamientos que permiten preparar los cortes y piezas menos tiernos de la canal. Esta *carn d'olla* podía comerse como tal o acabar de cocinarse dentro de una salsa como *cuina*.

Las *panades* fueron muy populares en toda Europa hasta finales del siglo XVIII y las empanadas gallegas son una muestra actual de esta tradición. Las carnes guisadas consumidas en *cuines* se servían en plato hondo (*escudella*), comiéndose con pan la carne y la salsa,

o bien de forma separada ambos elementos, en bandeja y plato hondo. También pertenecían a esta categoría las salsas que incorporaban carnes o menudos y que servían de acompañamiento a las carnes al asador o a la *carn d'olla*.

Las carnes podían prepararse también adobadas en vinagre. Las carnes curiosamente se cocían primero y luego se sumergían un día en dicho adobo. También se aconsejaba lavar con agua caliente o fría, según la especie de procedencia, todas las carnes, excepto la de vaca, quizás con la intención de eliminar limos superficiales.

### Preparaciones y platos de carnes

Al analizar con detalle las recetas de ambos libros, se observa que la mayoría son de aves: gallinas, pollos y perdices principalmente y también ocas, patos y palomas. Son numerosas también las dedicadas a la carne de carnero, cabrito, lechón y conejo, pero escasas las que se refieren al cerdo y a la vaca, aunque de ellos y de las terneras y bueyes destaca el aprovechamiento de sus despojos, en variados platos. Las asaduras son especialmente apreciadas en los carneros, cabritos y lechones. Esta gradación indica una preferencia gastronómica por las carnes de aves en particular o simplemente, una mayor abundancia de estas especies.

El plato más fastuoso de la cocina medieval era el pavo real al asador, presentado con plumas en la cabeza y en la cola. Posteriormente, en el siglo XVII, el pavo procedente de América lo sustituye de este lugar preeminente. Esta cocción y presentación también podían llevarse a cabo en fiestas solemnes con los faisanes. De las ocas se afirma en repetidas ocasiones que son mucho mejores al asador que en olla. En las perdices, era probablemente corriente adobar las piezas con pluma en vinagre, eliminándolas en el momento de presentar el plato. El carnero, el macho cabrío capado y el cabrito se cocinaban también como en la actual *carn d'olla*. De las piezas de caza mayor, ciervo, jabalí, corzo y oso, se habla en recetas comunes con salsas.

Una receta rara y curiosa, que aparece en el *Libre del coch* es el gato asado, la canal del cual debe enterrarse envuelta en un paño un día y una noche. Al asarla, debe azotarse con una vara de fresno y untarla con ajo y aceite. La receta aconseja como esporádica medida de salud pública frente a las zoonosis, no consumir la cabeza, "ya que los sesos podrían hacer perder el juicio a quien los comiere".

Las recetas del *janet* y el *alidem* son preparaciones tipo para distintas clases de carnes. Las *resoles* de carne existen también en distintos países. En el *Sent Soví*, es como un embutido que se elabora con intestinos, tripa y asadura de cabrito, envueltos en la tela (grasa omental)

y fritos. El actual morteruelo conquense era en la Edad Media un plato conocido en muchos países: Catalunya, Castilla, Francia, Italia e Inglaterra. En los recetarios catalanes se preparaba a partir de gallina o de carnero. Las carnes se pueden hacer enteras hasta finalizar la cocción, o se pueden cocer inicialmente enteras y entonces trocearlas, para proseguir la cocción como *cuina* con salsa incorporada o aparte. Existen también preparaciones tipo para carnes de distintas especies. También determinadas salsas, algunas específicamente catalanas, son utilizadas sólo para ciertos tipos de carnes o grupos de carnes.

Como ingredientes y condimentos más frecuentemente utilizados en los platos de carne, cabe destacar la picada en la que se incorporan hígados y también bazos y lechecillas en algún plato. Los asados al asador podían hacerse con o sin relleno, aunque el empleo del relleno y del mechado era muy frecuente.

En la cocción de aves al asador, el tocino se utilizaba principalmente para recubrir la pieza por fuera o mechándolo entre la piel y la carne. El tocino principalmente y la manteca se usaban preferentemente al aceite. El uso de cebolla, almendras, hierbas aromáticas y de muchas especies distintas, algunas muy poco empleadas hoy en día, y también de ajo, perejil, piñones y avellanas, es fundamental. La adición de líquidos consiste en caldo de gallina o carnero, leche de almendras, vino, vinagre, zumo de naranja, huevos batidos y leche de oveja y de cabra.

La mezcla de lo dulce (miel, azúcar, arropo) con lo salado, la carne picada como ingrediente de salsas y la adición de huevos a la picada también es característica. La manera en que se añade queso a los platos de carne sería extraña para el paladar actual.

La utilización de especias y vinagre denota el gusto por los sabores fuertes y a la vez, su uso como conservantes y un recurso para aumentar la ternura de las carnes y para enmascarar posibles olores o sabores generados por una conservación a temperatura ambiente. Las combinaciones contrastadas y los sabores complejos, agrídulces, agrios y especiados están presentes en todas las recetas.

## Conclusiones

---

El extenso comercio mediterráneo y la prosperidad económica facilitaron el desarrollo de la cocina catalana medieval. Esta cocina tiene en los variados y excelentes guisos y salsas, su más elevado exponente. Es una cocina no muy complicada en su elaboración, pero compleja en sus muchos ingredientes, con sabores fuertes y matices diferenciados. Las carnes son uno de los ingredientes principales de esta sólida cocina medieval. Respecto a la cocina catalana actual, destaca su semejanza en las materias primas y técnicas culinarias básicas empleadas y se diferencia por su mayor complejidad de sabores, al utilizar muchos condimentos. Hoy en día, la cocina catalana tradicional también incorpora las materias primas de origen americano y tiene sabores vigorosos pero más suaves. Aún perviven en ella de esta época medieval, ciertas armonías de sabores en muchos platos: la canela, las salsas muy confitadas, el sabor agrídulce y las mezclas de fruta con carne y de dulce con salado.

## Agradecimientos

---

El autor de este artículo quiere agradecer a D. Vicenç Allué, Cap de Biblioteca de la Facultat de Veterinària de la UAB, la búsqueda de los clásicos medievales utilizados y a doña Núria Comadran, el asesoramiento en el saber culinario.

## Bibliografía

---

- **Anónimo.** 1979. *Libre de Sent Soví*. En Grewe R. (ed.). Editorial Barcino. Barcelona.
- **Mestre Robert.** 1977. *Libre del coch*. En Leimgruber V. (ed.). Curial Edicions Catalanes. Barcelona. ■

Este artículo es una comunicación presentada por el autor a las V Jornadas nacionales de Historia de la Veterinaria, que fueron organizadas por la Facultat de Veterinària de la Universitat Autònoma de Barcelona y el Col·legi Oficial de Veterinaris de Barcelona, el 17 y 18 de noviembre de 2000.