

La cocina del Cid

Historia de los yantares y banquetes
de los caballeros medievales

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR

Colección: Historia Incógnita
www.nowtilus.com

Título: *La cocina del Cid*

Subtítulo: *Historia de los yantares y banquetes de los caballeros medievales*

Autor: © Miguel Ángel Almodóvar

© 2007 Ediciones Nowtilus, S.L.
Doña Juana I de Castilla, 44, 3º C, 28027 Madrid
www.nowtilus.com

Editor: Santos Rodríguez
Responsable editorial: Teresa Escarpenter

Diseño y realización de cubiertas: Rodil&Herraiz

Fotografías: © Miguel Ángel Almodóvar

Recetas: © Antonio Maquedano

Coordinación editorial: Alejandra Suárez Sánchez de León para Grupo ROS

Diseño y realización de interiores: Jesús Torres para Grupo ROS

Coordinación y producción: Grupo ROS (www.rosmultimedia.com)

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece pena de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución, fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

ISBN13: 978-84-9763-420-5

Libro electrónico: primera edición

Para Fran, mi hijo, que aunque aún tierno infante, fue mi caballero Minaya en los ásperos días de destierro interior.

Para María Pérez Ruiz, mi buena y generosa amiga, que como el gracioso de los bobos de Rojas Zorrilla, “da y no dice que ha dado, que hay muy pocos que hagan esto”.

Para Antonio Maquedano, mi cocinero de cabecera, cachazudo, maestro en el arte coquinario y testigo fiel de otros tiempos en los que un filete era “carne juntita”.

Índice

Introducción	11
Capítulo I. El Cid se sienta a la mesa	15
Capítulo II. Las tres grandes culturas gastronómicas	147
Capítulo III. Espacios de convivencia y conflicto	217
Capítulo IV. Un héroe dentro del universo medieval	241
Bibliografía	279
Índice de recetas	285

Introducción

Herminia Dionis

“Al verla, los hijos de Israel se dijeron unos a otros: ¿Qué es esto?, porque no sabían lo que era. Y Moisés les dijo: Es el pan que el Señor os da para comer”.

Éxodo 16, 1.

Pan demanda el cristiano en la cuarta petición de su oración más excelente, el *Padre nuestro*, cuando dice: “*Danos hoy nuestro pan de cada día*”, pues si importante es nutrir el alma, no lo es menos dar de comer al cuerpo que la sostiene recta.

En cuanto a la harina cocida, después de la leche materna, es la delicia más común. Solo hay que comprobar el número de entradas que tiene el *Diccionario de la Real Academia Española* para la voz: Pan a florado, agradecido, ázimo, bazo, bendito, candeal, cenceño, de azúcar, de flor, de la boda, de molde, de munición, de perro, de pistola, de poya, de proposición, de salvado, de tierra, de trastrigo, eucarístico, fermentado, francés, integral, mal conocido, mediado, mollete, o vino, perdido, pintado, porcino, por mitad, regañado, seco, sentado, sobornado, subcinericio, supersubstantial, terciado... Y ya no hablo de las expresiones o frases hechas como “pan y agua”, “coger a uno el pan bajo el sobaco”, “comer uno el pan de los niños”, “contigo, pan y cebolla”, “engañar el pan”, “hacer un pan como unas hostias”...

Por si alguien desea saber, he comprobado las que le dedican al vino y son ostensiblemente inferiores.

Es verdad de Perogrullo que hemos de alimentarnos, y a esa empresa dedicamos grandes campañas. De estas y de otros quehaceres que matan el hambre, habla el presente libro.

La época elegida es la de los grandes ayunos. En la Edad Media no eran muchas las mesas en las que sobraban migas, aunque, en este caso, el personaje era grande, así que, a pesar de las calamidades y desventuras que padeció, a Don Rodrigo no se le juntaron las paredes del estómago.

Fueron tiempos difíciles pero, ¿es que los hay fáciles?

Desde la caída del Imperio Romano hasta el Descubrimiento de América, la Península será un corredor por el que desfilarán todo tipo de estandartes, pabellones, gallardetes y pendones, de diversas culturas y acentos.

Las vías de ocupación pueden ser militares, lo que implica la servidumbre de los nativos, o bien por un sistema de pactos, lo que supone la capitulación. De cualquier forma, las distintas caligrafías se solaparán a lo largo de los años, importunándose a veces, conviviendo sensatamente, las menos.

Por lo que atañe a la religión, lejos de unir voluntades, las quiebra; ninguna se librará de esa etapa belicosa y paranoica.

¿Hablamos de los “Juicios de Dios” u “Ordalías”? Son pruebas judiciales que consisten en someter a los acusados a peligros y riesgos donde se manifestaba la razón. Por ejemplo, en la “Pena Caldaria” se sumergía al acusado o a su representante (*Innocens*) en agua hirviendo. Los días que tardan en sanar las heridas (si es que sobrevive el infeliz), determinarán su inocencia o culpabilidad.

Witiza intentó abolir esta práctica, pero perduró durante toda la Edad Media.

En el otro lado de la frontera, la “Asabiya”, es una actitud-concepto que expresa la solidaridad del grupo consanguíneo. Se pone de manifiesto en circunstancias adversas, implicando altas dosis de agresividad, no solo contra el clan enemigo, sino que es una brutalidad que exalta al propio grupo.

Esta mezcla del mundo sagrado y del profano, tan característico del paganismo, pondrá en evidencia el elevado grado de violencia social. No solo entre los conquistadores extranjeros, sino dentro de los que rezan el mismo Credo.

Es costumbre muy humana clasificarnos y especificarnos hasta conseguir una división ancha e insalvable en la mayoría de las ocasiones.

Alta y Baja Nobleza, Alto y Bajo Clero, Campesinos Libres y Dependientes.

El rey es el único que escapa de esta sectorización, aunque en el recorrido medieval europeo y, por ende, español, habrá momentos en los que el Rey “pintará algo o no pintará nada”.

Las relaciones entre ellos serán tensas y contradictorias; multitud de revueltas por la falta de alimentos y por la excesiva carga fiscal (que soportan los más desfavorecidos) convertirán nuestra geografía en una maraña de luchas y enfrentamientos, por la que galopan cuatro jinetes letalmente célebres.

Las hambrunas formarán parte de lo cotidiano, igual que la enfermedad, la guerra y la muerte que a todos iguala. Aún así, no nos quedemos con esa idea triste de un periodo hostil en el que la existencia era un paisaje tenebroso de sufrimiento y dolor. Recordemos que no hay oscuridad, solo ignorancia, y es en este preciso momento cuando aparece el autor y su obra clara.

Miguel Ángel Almodóvar, caballero de la luz, nos guiará por la llama apasionada de los fogones, hasta un universo donde la imaginación culinaria y el amor al guiso suplirán las carencias y escaseces propias de la gastronomía medieval.

Descubrirá la alegría que se esconde en convertir los manjares en literatura sabrosa al paladar. Y a nadie dejará en ayunas su visión asertiva de la vida, porque, ¿qué habrá más dinámico y estimulante que comer?

El libro también abre ventanas a lo habitual, al día a día de un “Campeador”, y la institución que representa, que se alimenta de algo más cabal que la Gloria. Nos habla de cómo solucionaba las necesidades básicas de

él y su mesnada, cuando realizaba esa “Travesía del Desierto” en horas malhadadas. Son nuevas lecturas de un héroe que antes de eso fue hombre.

Del escritor, por si os apura la curiosidad, no es mucho lo que sé, pero os contaré lo que me deje el sentido común y su timidez. Ya se sabe que los paladines son celosos de sus virtudes y cubren con velo de misterio las andanzas y torneos que ganaron en buena lid.

Nació en el mes en que los sarmientos se dejan acariciar por manos extrañas, cosechas de soles y voces, antes de que vengan las primeras nieblas.

En ciudad cortesana, pues Madrid no disimula su carácter galante y eso todavía la honra más.

En el crisol, padre y madre añadieron lo suyo. Memorias de media luna..., hondas de Viriatos rompiendo las crismas de unos romanos con pies desnudos. Bajo la coraza no le ha de faltar pundonor, ni lealtad, ni juicio justo.

Viaja sin hermano el Cruzado y no le da importancia a semejante peso; pero cuando alguien le ofrezca agua, por favor, no olvidéis que sea dulce.

Y es que no solo de pan vive el hombre...

Herminia Dionis Piquero

Licenciada en Geografía e Historia, especializada en Historia y Paleografía medieval por la Universidad de Barcelona.

CAPÍTULO I

El Cid se sienta a la mesa



Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid y el Campeador es, sin lugar a dudas, uno de los personajes medievales más conocidos y estudiados en todo el mundo. Los historiadores han bebido en fuentes literarias y en documentación de índole muy diversa para tratar de reconstruir los hechos y hazañas que jalonan la vida de este singular caballero. Sin embargo, más allá de la constatación de los acontecimientos y hechos históricos, debió hacer una vida de cotidianidad que con frecuencia sale del foco de interés de la historiografía tradicional y que viene a ser como una suerte de elipsis temporal entre sucesos tales como batallas, enlaces matrimoniales, pactos, etc. Esa inmersión en la intrahistoria es precisamente la que anima los capítulos y líneas que siguen.

¿Qué hacía el Campeador cuando no estaba asediando un castillo, casándose con Jimena o cobrando parias a las taifas correspondientes? Pues, entre otras cosas, comía y bebía, de lo que da fe la constante referencia al condumio que se hace en el *Cantar de Mio Cid*.

Aunque en los versos del Cantar no existen referencias explícitas a los alimentos concretos y preparaciones culinarias con las que el héroe se nutre y regala, hemos tratado de reconstruir sus yantares tomando como referencia algún manuscrito anónimo andalusí, y recetarios como el *Llibre de sent soví* o el *Libro de cozina*, de Rupert de Nola que, aunque escritos en el

final de la Edad Media y en el alumbrar del Renacimiento, son todavía testigos de una forma de alimentarse netamente medieval.

Como quiera que las recetas que en estos textos aparecen son extremadamente genéricas, y, por supuesto, sin la menor referencia a cantidades de alimentos ni tiempos de preparación y cocción, hemos solicitado la colaboración, sin duda inestimable, del chef del restaurante madrileño «El Chiscón», Antonio Maquedano que, a su interés por la cocina antigua, une su enorme capacidad para investigar sus procesos, reproduciendo el experimento, como mandan los cánones de la práctica científica moderna y rigurosa. Son, por tanto, recetas que se pueden y deben hacer, si se quiere lograr la satisfacción indescriptible de comer algo más que comida, embau-lándose bocados de historia.

¿COMÍAN LOS HÉROES MEDIEVALES?

La pregunta puede parecer baladí e incluso estúpida, pero, si nos atenemos a lo escrito, se diría que, en su inmensa mayoría, los protagonistas de las novelas de caballería y los héroes de cantares de gesta medievales se mantenían del aire y del solo alimento de sus hazañas y gestas. Lo ratifica Miguel Cervantes, hombre leído donde los hubo en lances de caballería heroica, cuando pone en boca del cura que está quemando los libros de Don Quijote, el ejemplo en contrario de *Tirante el Blanco*. Tomando en sus manos el ejemplar que ha decidido amnistiar de la hoguera, le dice al barbero: «...por su estilo es este el mejor libro del mundo (.) aquí comen los caballeros y duermen y mueren en sus camas».

Hasta que Joanot Martorell y Martí Joan de Galba publicaran en 1490 su *Tirant lo Blanc*, los héroes habían permanecido ayunos. Ni Don Claribalte, ni Palmerín de Oliva, ni Roland, ni Amadís de Gaula, ni el nibelungo Sigfrido, ni Belianís de Grecia, ni Policisne de Boecia... ni ningún otro se había dignado a probar bocado a lo largo y ancho de sus épicas correrías.

El caso del Cid, aunque ajeno al repertorio novelesco, tradicional y caballeresco e inmerso en los llamados cantares de gesta, se enmarca en un personaje y un poema, nacidos justo en la eclosión de la Baja Edad Media, que alumbrará toda una inmensa legión de héroes míticos y etéreos.

Pero Rodrigo Díaz de Vivar, aunque mito, es, sobre todo, personaje de carne y hueso, que, por supuesto come y participa en banquetes. Es más, podría considerarse sin excesos, que uno de los ejes fundamentales de su acción, vital y militar, es la búsqueda del sustento; la persecución cotidiana del bocado y la comida.

CON PAN Y VINO SE ANDA EL CAMINO

El destierro del Cid, que conlleva la pérdida de bienes y heredades, comienza con un castigo añadido, ya que el rey prohíbe la adquisición de alimentos a su vasallo en desgracia. Evidentemente, quiere aumentar su ya muy penosa situación, privándole, a él y a sus fieles, del necesario sustento. El Cid, acampado al otro lado del río Arlanzón, conoce el real ordeno y mando:

*«Vedada 'l'an compra dentro en Burgos la casa
De todas cosas quantas son de vianda».*

Bien sabe el Campeador que resultará poco menos que imposible encontrar algo que comer fuera del entorno de los escasísimos núcleos urbanos que salpican la tierra de frontera por la que está a punto de internarse. Pero en ese trance llega en su auxilio el bueno de Martín Antolínez:

«... a mio Çid e alos sos abátales de pan e de vino»

En este acto se constata que, en aquel momento, y como a lo largo de toda la Edad Media, la comida se identifica y formalmente circunscribe al pan (según las regiones, el consumo por persona y día se

situaba entre el kilo y kilo y medio) y al vino, considerando este último como un alimento.

El pan, que para los cristianos tenía el valor añadido de alimento eucarístico, se hacía de trigo para las clases más pudientes, mientras que las menos favorecidas, es decir, la inmensa mayoría, lo comía de centeno. Pero también se hacía pan de avena, de cebada, de alforfón o trigo sarraceno, de mijo y hasta de arroz. Pan o algo parecido, porque solo el trigo y el centeno son realmente panificables. Con el resto, y a falta de pan, buenas eran tortas para cocer en agua o leche, en sopas o en forma de gachas, tan antiguas que ya aparecen citadas en *La Ilíada*, y que se prestaban no solo a los cereales sino a legumbres varias, como lentejas, guisantes y habas.

Entre los cristianos más pobres eran muy populares los formigos, prácticamente idénticos a las actuales migas, y muy similares al alcuzcuz de la comunidad musulmana. En un nivel superior se situaban unas gachas, llamadas talvinas o atalvinas, en las que la harina del cereal se diluía en leche de almendras. También era común sustento de la gente cristiana el avenate y el ordinate, un majado de avena o cebada desleído también en leche de almendras. Por su parte, los judíos preparaban de ordinario la harisa, bien con trigo cocido o con migas de pan que adobaban con grasa y algo de carne de cordero, para, finalmente, espolvorear con canela.

RECETA DE AVENATE

INGREDIENTES

*3/4 de l de leche de almendras
3 cucharadas soperas de harina de avena
Azúcar*

PREPARACIÓN

Se mezcla leche de almendras con harina o copos de avena y se bate hasta desleír. Se pone al fuego en una olla y cuando rompa a hervir se le añade azúcar y se deja cocer a fuego muy lento durante una hora y media, removiendo de vez en cuando. Cuando la sopa ya esté casi convertida en puré, se retira del fuego y se deja enfriar en el frigorífico.

Se sirve como refresco, frío, en un cuenco individual y espolvoreando la superficie con azúcar.

RECETA DE ORDINATE

INGREDIENTES

*300 g de almendras crudas
2 l de caldo de pollo o de cocido
60 g de harina de cebada
Azúcar*

PREPARACIÓN

Las almendras crudas y peladas se majan en un mortero y a continuación se deslien en caldo de pollo o de cocido, previamente preparado.

El majado se mezcla con copos o harina de cebada (según se prefiera la densidad del caldo), se bate todo y se pone a cocer con un poco de agua. Cuando rompa a hervir se reañade azúcar y se deja cocer a fuego extremadamente lento, durante una hora y media, removiendo de vez en cuando. Cuando la sopa ya está casi convertida en puré, se retira del fuego y se deja enfriar. Se sirve templado y espolvoreado con azúcar.



RECETA DE TALVINAS

INGREDIENTES

*1/2 k de harina de trigo
330 g de almendras fritas
75 g de cuscurros de pan frito
4 cucharadas soperas de miel*

PREPARACIÓN

Se mezcla la harina de trigo con agua y una pizca de sal, y se pone a cocer en una sartén.

Aparte, se fríen en aceite de oliva unos trozos de pan cortados en dados pequeños y se le añaden a la pasta cuando esta empieza a tomar textura.

A continuación, se rocía todo con miel, se revuelve y se deja dar otro pequeño hervor.

Las talvinas se sirven tibias y en cuencos individuales.

RECETA DE FARIGOLA

INGREDIENTES

*2 l de caldo de ave
4 huevos
¼ de k de pan duro cortado en rebanadas
4 ó 5 brotes de tomillo
Aceite de oliva
50 g de sal*

PREPARACIÓN

En una olla se pone el caldo de ave, los brotes de tomillo y la sal. Se lleva a ebullición y se deja hervir durante unos cinco minutos.

Las rebanadas de pan se colocan en cuatro platos soperos, y en el centro de cada uno de ellos, la yema de un huevo. Se rocía con un hilo de aceite de oliva crudo y se escalda con el agua hirviendo aromatizada.

Cada plato se tapa con otro plato hondo durante tres minutos para que esponje el pan.

Se sirve inmediatamente, todavía muy caliente.

RECETA DE SOPA DORADA

INGREDIENTES

1/4 de kg de pan candeal duro y cortado en rebanadas
1/2 dl de aceite de oliva
2 cucharadas soperas de azúcar moreno
Caldo de pollo o de cocido
8 yemas de huevos
Zumo de medio limón
Canela molida

PREPARACIÓN

Se colocan las rebanadas de pan en una fuente de barro con un poco de aceite de oliva. Se ponen al fuego y se tuestan por las dos partes, añadiéndoles por encima un poco de azúcar.

Aparte, se calienta el caldo y, cuando empiece a hervir, se echa por encima de la fuente de rebanadas de pan. Se añade algo más de azúcar, se tapa y se deja estofar a fuego medio durante unos minutos.

Cundo el caldo esté bien embebido, se baten las yemas de huevo con un poco del caldo y el zumo del medio limón, y se vierte por encima. Se espolvorea por encima con otro poco de azúcar y se vuelve a tapar, subiendo el fuego y dejando que se cuaje.

Se sirve caliente en platos individuales y espolvoreando antes con canela molida.



RECETA DE HARISA

INGREDIENTES

100 g de pan duro cortado en migas y humedecido en un trapo con agua

1 kg de carne de cordero, partida en dados pequeños

1/2 dl de aceite de oliva

Sal

Pimienta negra molida

Agua

Canela molida

PREPARACIÓN

En una fuente de barro con un poco de aceite de oliva, se colocan los trozos de carne de cordero y se sofríen. Se cubre de agua, se salpimenta y se deja cocer hasta que la carne esté muy tierna.

A continuación se echan las migas de pan y se empieza a revolver todo machacando con el borde de una cuchara de palo hasta que tome una textura uniforme y densa.

Se sirve en cuencos individuales, espolvoreando con canela.

(Este plato también puede prepararse en su forma más primitiva, usando harina de trigo).



Avenzoar (1073-1162), coetáneo de Rodrigo, en su obra *Kitab al-Agdiya*, dedica un capítulo a los panes, donde cita una enorme variedad de posibilidades, que incluyen los de garbanzos, lentejas, almortas, habas, panizo, o arroz, aunque, siguiendo la doctrina hipocrática, común a cristianos y musulmanes, solo considera saludables los de trigo y los de cebada. Del pan de trigo, dice que es moderadamente caliente y húmedo, y adecuado para cualquier tipo de persona, sana o enferma, de cualquier edad y en toda época del año. Respecto al de cebada, el mejor según él tras el de trigo, afirma que es frío y relativamente seco, por lo que lo recomienda especialmente para personas de complejión caliente y durante la época veraniega. En la misma línea hipocrático-galénica, escribirá su tratado *Regimen Sanitatis*, Arnaldo de Vilanova, en 1307.

DONDE NO HAY HARINA, TODO ES MOHÍNA

En la Edad Media, cuando falta el pan, el riesgo de perder la vida es alto. A lo largo de los días durante los que las huestes del Cid asedian y sitian el castillo de Alcocer, aunque sus moradores le pagan tributo, empieza a faltarles el sustento:

«Fallido á a mio Çid el pan e la cebada».

La circunstancia obliga a maniobrar para tomar la fortaleza donde saben que hay provisiones en abundancia. Valiéndose de una estratagema, consiguen apoderarse del sitio. La victoria es rotunda y clara, pero no tanto la opción de qué hacer con los muchos cautivos que han tomado. Lo habitual en estos lances es pasarles a cuchillo y seguir camino con el botín apresado, pero esta vez se impone el criterio de garantizarse no solo el sustento, sino la faena de provisión y el servicio de mesa. Así, el Cid le dice a Álvar Fáñez y a todos sus caballeros:

*«... que los descabeçemos nada non ganaremos;
cojámoslos de dentro, ca el señoría tenemos;
posaremos en sus casas e d'ellos nos serviremos».*

De manera que a reponer fuerzas, que falta harán cuando se produzca el previsible contraataque. Los emires de Ateca, Terrer y Calatayud acuden en petición de socorro al rey moro de Valencia, Tamín, y este les proporciona tres mil soldados bien armados para reconquistar el castillo.

La historia se repite, pero al revés. Ahora son los moros los que ponen cerco y los que tratan de rendir por hambre a las huestes cidianas. Cuatro semanas después de iniciado el asedio, las cosas se ponen feas para los del castillo y el Cid razona:

«El agua nos han vedada exir nos ha el pan».

Falta el agua y pronto puede empezar a faltar el condumio. Pero ellos no han llegado allí desde tan lejos y con tanta penuria, para dejarse vencer sin pelea. En la frontera, el sustento, como todo, se gana con las armas:

*«De Castiella la gentil exidos somos acá,
si con moros non lidiáremos, no nos darán del pan».*

Y salen, y atacan, y vencen, y vuelven a tener pan que comer y energías para seguir en la brecha, el polvo, la fatiga y el ciego sol que se estrella en las duras aristas de las armas.

En la toma de Murviedro, los acontecimientos y los razonamientos subsiguientes parecen calcarse. Los moros de Valencia, hartos del continuo saqueo que los del Cid perpetran por las tierras alledañas, toman la determinación de poner sitio al enclave. Viendo las tiendas frente al castillo que les cobija, el Campeador comprende las razones de sus oponentes:

*«En sus tierras somos e fémosles tod mal,
bevemos so vino e comemos el so pan;
si nos çercar vienen, con derecho lo fazen».*

Una vez más, el pan y el vino como sinónimo de comida, y por extensión, de sustento, de supervivencia, de línea estrecha que separa la vida de la muerte.

Por añadidura, el pan, la comida, y esto es importante, también es vínculo y hermandad. Los que comen del pan de alguien, son sus amigos, su familia, sus deudos, su gente. Y romper ese vínculo de pan, es poner en riesgo la pervivencia del clan y sus lazos de cohesión, solidaridad y apoyo mutuo:

*«Tornados son a mio Çid los que comièn so pan
(.) Más vale que nós los veçamos, que ellos cojan el pan».*

Pero quizá en este punto hay que aclarar que el pan y el vino no solo son trascendentes para los héroes y personajes que pueblan el relato, sino también para los que lo escriben o recitan.

El *Cantar de Mio Cid* no se escribió para ser leído, sino para ser interpretado por un recitador profesional ante grandes auditorios. De ahí que en el texto se introduzcan licencias para que el rapsoda se dirija al público en un guiño de complicidad, similar a los «apartes» del teatro contemporáneo. Y precisamente en alguno de estos «apartes», el cantor se dirige al público para recordarle, por si no lo supiera bien por experiencia propia, lo triste que es no tener que comer. Naturalmente, el pan vuelve a ser sinónimo de condumio.

El Cid lleva tres años sitiando Valencia a su modo, que no es otro que el saqueo inmisericorde de huertas y molinos que circundan la plaza fortificada. Los valencianos se desesperan, porque:

«... de ninguna part que sea non les vinié el pan».

Es entonces cuando el juglar busca la complicidad del auditorio:

«Mal cueta es, señores, aver mengua de pan».

Igual complicidad usará el recitador para pedir a los presentes, como ya lo hiciera Berceo por su román paladino, un vaso de «bon vino».

En el manuscrito que se conserva en la Biblioteca Nacional, a continuación del *éxplícit* de *Per Abbat*, hay dos líneas y media prácticamente ilegibles, que Menéndez Pidal consiguió descifrar a base de fuertes reactivos, y que comienzan diciendo:

*«El romanç es leydo:
dat nos del vino».*

Vino para aclarar el gaznate tras la lectura de casi cuatro mil versos de corrido; vino para alimentarse y recuperar fuerzas y tono después de tan portentosa hazaña. No parece gran cosa, pero el recitador sabe que poco más puede esperar de la paupérrima parroquia, así que añade:

*«... si non tenedes dineros,
echad allá unos peños,
que bien nos lo darán sobr'elos».*

Triste y ancestral sino el del profesional de la farándula. Después de haberse aprendido de memoria y recitado de corrido un poema de fastos, gloria y riquezas, se conformará con que le pongan a sus pies alguna prenda o peño, manto raído, camisa hecha jirones, trapo difuso, que intentará vender a otro aún más pobre, quizá por una pequeña porción de pan y vino. Porque tampoco el vino abunda en la dieta del pobre, quien lo suele tomar aguado y de ínfima calidad.

Otra cosa sucede en la mesa de la nobleza, la incipiente burguesía y el refectorio monacal. Estos beben vino de cierta calidad y lo especian, tanto para ocultar sus frecuentes defectos, como para vigorizarlo. Además, para el caballero medieval, el vino es un símbolo espiritual y un rango de diferenciación con la cultura musulmana que lo tiene vetado por motivos religiosos.

En el ámbito de la Corona de Aragón se consume un vino al que llaman *piment*, especiado y diluido en miel. Sobre la ruta de peregrinación

que conduce a Santiago de Compostela, los monjes de Cluny introducen el *posset* francés, licor digestivo a base de leche cuajada y vino caliente (hasta el Renacimiento era habitual tomarlo así, después de introducir en las jarras un hierro candente o *rosiente*) fuertemente especiado. Esta fórmula gana enteros con la decisión del rey Sancho II, en el siglo XII, de promocionar el Camino por tierras de La Rioja, en detrimento de la ruta alavesa, mediante la concesión de especiales Fueros a Nájera (1020), Logroño (1095), Calahorra (1110) y Santo Domingo de la Calzada (1187).

Como apunte curioso, cabe subrayar el hecho de que, en el ámbito de las órdenes religiosas, el consumo de vino era considerablemente mayor en los conventos de monjas que en los de frailes, aunque no hay que pensar por ello en un significado de gentileza caballerosa, sino en todo lo contrario; se suponía que las mujeres necesitaban un mayor aporte alimentario en los días menstruales y, en consecuencia, se las proveía del sustento necesario para que su capacidad productiva no se viera afectada.

En la mayoría de los territorios cristianos y también en los musulmanes es común el hidromiel, bebida de resonancias míticas y orígenes perdidos en la sima de la historia, que se hace a base de agua y miel, dejándola fermentar para que adquiriera grado alcohólico. El mayor consumo es de tinto, que, especiado, recibe el nombre de hipocrás. En fórmula similar, al blanco se le denomina clarea.

RECETA DE HYPOCRÁS

INGREDIENTES

*3/4 de l de vino tinto
1/4 de l de agua
Ralladura de jengibre
3 ramas de canela
5 g de clavo de olor
50 g de azúcar blanco
4 gotas de agua de azahar*

PREPARACIÓN

Se mezclan todos los ingredientes en una cazuela y se lleva a ebullición. A continuación, tapando con un trapo, se deja reposar. Se cuela y se sirve.

RECETA DE CLAREA

INGREDIENTES

1 l de vino blanco
3 ramas de canela
Nuez moscada
2 granos de pimienta negra
Ralladura de jengibre
Medio limón
Trozos de fruta fresca (manzana, albaricoques, higos o melocotones, según temporada)

PREPARACIÓN

Se mezclan todos los ingredientes en una cazuela y se lleva a ebullición. A continuación, tapando con un trapo, se deja reposar. Se cuela y se sirve fresco.

El vino, ya se ha dicho, es un alimento valorado como excelente sustento de cuerpo y alma. Siguiendo la teoría de Galeno, máximo heredero y dinamizador de la doctrina del gran Hipócrates, el vino es un fluido caliente y seco a la vez, lo que ayuda a la digestión, genera buena sangre y aclara el humor. Pero el buen cristiano sabe bien de los peligros del exceso, porque, y esto lo dice la entonces irrefutable doctrina hipocrático-galénica, cuando se excede la dosis, se produce un grave desequilibrio en el humor flemático y sanguíneo, lo que induce al hombre al acto sexual desenfrenado y a las tentaciones de la codicia.

Así lo advierte el muy vivido, concupiscente y mordaz Arcipreste de Hita, en su *Libro de Buen amor*:

*«Faze perder la vista e acortar la vida,
tira la fuerça toda si's toma sin medida,
faze tenblar los miembros, todo seso olvida:
ado es mucho vino, toda cosa es perdida».*

BANQUETES, GRANT COZINA O CONDUCHO GRAND

El banquete es uno de los símbolos más enraizados en la estética medieval. En un tiempo de constante escasez de alimentos y de periódicas y espantosas hambrunas, la comida, el banquete, son señales inequívocas de lujo y de estatus social. Cuando el Cid, ya instalado en Valencia, recibe a los infantes de Carrión para desposarlos con sus hijas, doña Elvira y doña Sol, aunque recela del casamiento y solo accede a tal a instancias de su rey Alfonso, en demostración de acatamiento vasallático, no duda en tirar la casa por la ventana preparando unos esponsales que durarán quince días y en los que comida y vino correrán a raudales:

*«¡Sabor abriedes de seer e de comer en el palacio!
Todos sos cavalleros apriessa son juntados».*

Además, el banquete medieval se adereza con actuaciones de juglares y músicos, atrevidas danzas y juegos diversos, como los que el mismo Campeador prepara para sus invitados en los prolegómenos de los esponsales de sus hijas:

*«... ricas fueron las bodas en el alcázer onrado,
e al otro día fizgo mio Çid fincar siete tablados:
antes que entrasen a yantar todos los crebantaron».*

De manera que el buen Cid, intentando ponerse al nivel de los nobles castellanos, prepara un espectáculo de alarde y justa caballeresca, montando siete castillos para que los muy dignos hombres de armas que han acudido al evento tengan en qué entretenerse, en un juego que, aunque acorde con su dignidad y prestigio, no represente riesgo alguno.

Agasajar con un banquete es norma de hospitalidad con el extraño y a la vez tributo de fraternidad con los más próximos. Cuando el Cid invita a comer a sus subordinados incluso está haciendo algo más, porque al sentarlos a su misma mesa les gratifica poniéndolos en plano de igualdad con él, su líder. Así sucede en los versos 2.062 a 2.067 del Cantar:

*«Otro día mañana, claro salí el sol,
el Campeador a los sos mando
que adobasen la cozina pora quantos que í son;
De tal guisa los paga mio Çid el Campeador,
todos eran alegres e acuerdan esta razón:
passado avié tres años no comieran mejor».*

En los tiempos del Cid y durante los siglos posteriores, las mujeres no solían participar en los banquetes, excepto que se tratara de una comida de corte, y, cuando lo hacían en familia, jamás disponían de escudilla propia (esta servía de tazón para sopas y de plato para cualquier otro manjar), sino que comían en el de su esposo. No obstante, hay que aclarar de inmediato

que esta sumisión no era solo una cuestión de diferencia de género, puesto que era completamente normal, e incluso habitual, que en los festines se dispusiera de una única escudilla para cada dos comensales. Algo parecido ocurría con las cucharas, que, con mucha frecuencia, o se compartían o eran sustituidas por un trozo de pan doblado en dos, tal y como se sigue haciendo en muchos países árabes.

Por otra parte, la cuchara (además del cuchillo o faca propios que portaba cada comensal) era el único instrumento con el que se contaba a la mesa. Todo lo que en las fuentes había estaba debidamente cortado o trinchado (o lo hacía en el momento el anfitrión, con la ayuda de un trinchante o cortador de cuchillo) y la concurrencia se servía y comía con la sola ayuda de sus manos.

Como quiera que toda la vida cotidiana medieval estaba organizada a diario en torno a las horas canónicas, establecidas por san Benito en el siglo VI, la etiqueta estipulaba que los banquetes habían de celebrarse o entre la tercia (alrededor de las nueve de la mañana solares) y la sexta (que coincidía con el mediodía) o después de Vísperas (la seis de la tarde) y siempre antes de Completas (que coincidían con las nueve de la noche).

En las mesas de alcurnia, el banquete comenzaba con un lavatorio. Los criados allegaban aguamaniles y frazalegas o paños para que los comensales se enjugaran tras la ablución. A continuación, el clérigo de mayor rango de entre los presentes, bendecía la mesa y comenzaba el festín.

Normalmente toda la comida se colocaba simultáneamente sobre la mesa o, lo que era más habitual, sobre los tableros montados en caballetes que hacían de mesa. Los anfitriones obsequiaban entonces a sus invitados de mayor posición con trozos de carne o viandas y, a continuación, el resto de comensales se las apañaba para llegar a la fuente donde reposaban las tajadas de su agrado. Esta tarea se intentaba facilitar por parte de los servidores y criados, que movían y acercaban platos y salseros, ordenaban las fuentes tras las primeras acometidas y volvían a pasar aguamaniles y secamanos.

Dicho cómo se comía, es momento de entrar en el qué se comía.

EL FESTÍN DE DON CARNAL

La imagen de una sociedad medieval furibundamente carnívora es cierta solo en parte, porque, aunque desde luego se consideraba a la carne como la vianda de «mayor nutrimento y sustancia», lo cierto es que, para la inmensa mayoría de la población, era poco más que una figura retórica, que no hacían realidad más que un par de veces al año.

Para los nobles era alimento casi obligado, habida cuenta de que se creía que de ella dependía la fuerza física y moral, de manera que carne y pendencia en batalla pasaron a ser sinónimos. Aunque una cosa era querer y otra poder, porque las guerras, la despoblación de amplísimos territorios, las pestes y toda suerte de calamidades climáticas, naturales o inducidas (pertinaces sequías, incendios, inundaciones, etc), no ponían demasiado fácil el acceso a la cotidiana tajada.

Se consumía carne (aparte de la de caza, que dejaremos para un siguiente apartado) de carnero, de cabra, de oveja, de macho cabrío, de vaca, cuando aquella estaba a punto de fenecer, y de cerdo. Este último, además, era un gran símbolo de diferenciación cultural, ya que ni judíos ni musulmanes podían, ni pueden, probarlo. La carne de cerdo se convertía en embutidos, se adobaban los costillares y se salaban los perniles, para consumo de la nobleza y el alto clero; campesinos, criados, menestrales y siervos se quedaban con los menudos, pezuñas, unto y algo de tocino, para comer directamente o para usar en sopas, guisos y fritangas.

RECETA DE LECHÓN RELLENO DE QUESO

INGREDIENTES

Un lechón de unos 3 kilos
1 dl de aceite de oliva
Manteca de cerdo
Sal
1 cebolla grande
1 cabeza de ajo
2 cucharadas de perejil picado
Pimienta blanca molida
4 cucharadas soperas de mejorana
1/2 cucharada soperas de cominos
4 huevos duros
1/4 k de queso manchego curado y rallado

PREPARACIÓN

Se eviscera el lechón y se apartan los menudos (hígado, pulmones, etc).

En una sartén, se sofríen en aceite de oliva los menudos bien picaditos, mezclados con sal, cebolla, ajos, perejil picado, pimienta blanca, mejorana y cominos. Un vez hecho el refrito, se le añade un picado de huevos cocidos, el queso rallado y se bate todo.

Se rellena el lechón y se mete al horno untado con manteca de cerdo.

Se deja hacer durante unas dos horas y media, untando con manteca y regando de vez en cuando con el líquido que va soltando, para que quede jugoso y no explote.

Se sirve troceado, en platos individuales y salseado con el líquido de cocción.





RECETA DE MENUDOS DE CERDO CON AJO

INGREDIENTES

Asadura de cerdo (corazón, hígado, pulmón o bofe)
1/2 l de caldo de cocido
300 g de cebolla cortada en juliana
6 dientes de ajo
2 hojas de laurel
12 bolitas de pimienta en grano
Jengibre rallado
1 hebra de azafrán
2 copas de vino blanco
4 rodajas de pan frito

PREPARACIÓN

Los menudos se escaldan con agua hirviendo, se sacan, se escurren y se les quitan todas las telillas, hasta que queden bien limpios. A continuación se echan en una olla con agua, sal y dos hojas de laurel, se hierven y cuando estén hechos se pican en trozos muy pequeños.

En una sartén se hace un sofrito de cebolla muy picada y los dientes de ajo enteros. Cuando empiecen a dorar, se añade caldo de cocido, pimienta en grano, jengibre rallado y una hebra de azafrán.

Aparte, en un mortero se deslíe el vino blanco en trozos de pan frito. Se maja y se echa a la sartén, dejando que ligue con todo lo anterior. A continuación se añade el picado de menudos y se remueve todo bien.

Cuando el vino haya reducido y el guisado esté listo, se sirve en escudillas individuales.

AVELLANATE DE MANOS DE CERDO

El ganado ovino se criaba fundamentalmente para obtener de él lana y leche, por lo que la carne era ámbito vedado al común de la población, que se había de conformar con los menudos, como en el caso del cerdo, o haciendo cecinas y tasajos de las partes menos nobles del animal. Los ricos podían permitirse de cuando en vez regalarse con potentes asados o incluso con gollerías como el cabrito o el cordero rellenos.

RECETA DE AVELLANATE DE MANOS DE CERDO

INGREDIENTES

8 pies o manitas de cerdo, abiertas a lo largo

100 g de harina de trigo

4 huevos batidos

Aceite de oliva

200 g de avellanas peladas

25 g de azúcar

Canela molida

2 ramas de perejil picado

2 hojas de laurel

Pimienta blanca molida

Sal

Jengibre rallado

Un vasito de vino blanco

PREPARACIÓN

Se tuestan los pies de cerdo, se limpian bien y se ponen a remojo durante toda una noche.

En una olla con agua, sal, hojas de laurel, pimienta blanca y ralladura de jengibre, se ponen a cocer las manos durante unas tres horas. (Para que al cocer no se deformen, es conveniente atarlas de cuatro en cuatro, a la contra).

Dejando el caldo de cocción aparte, se sacan las manitas, se escurren y, sobre una tabla, se les van quitando los huesos con cuidado de no romperlas. Se pasan por la harina y luego por el huevo, y se frien en una sartén con aceite bien caliente.

Una vez fritas y bien escurridas en papel secante, se colocan en una olla a la que se añade el caldo de cocción anterior, previamente pasado por el colador.

En un mortero, se hace un majado con el perejil y las avellanas, que, diluido en un vasito de vino blanco, se añade a la olla. Se deja cocer todo durante unos minutos y se sirve en platos individuales espolvoreado con azúcar y canela.



