

# Historia de la gastronomía

**CECILIA ISABEL GUTIERREZ DE ALVA**

**Red Tercer Milenio**

# HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA

# HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA

CECILIA ISABEL GUTIERREZ DE ALVA

RED TERCER MILENIO



## AVISO LEGAL

---

**Derechos Reservados © 2012, por RED TERCER MILENIO S.C.**

Viveros de Asís 96, Col. Viveros de la Loma, Tlalnepantla, C.P. 54080, Estado de México.

Prohibida la reproducción parcial o total por cualquier medio, sin la autorización por escrito del titular de los derechos.

Datos para catalogación bibliográfica

Cecilia Isabel Gutiérrez de Alva

*Historia de la gastronomía*

ISBN 978-607-733-134-6

**Primera edición: 2012**

## DIRECTORIO

---

**Bárbara Jean Mair Rowberry**  
*Directora General*

**Rafael Campos Hernández**  
*Director Académico Corporativo*

**Jesús Andrés Carranza Castellanos**  
*Director Corporativo de Administración*

**Héctor Raúl Gutiérrez Zamora Ferreira**  
*Director Corporativo de Finanzas*

**Ximena Montes Edgar**  
*Directora Corporativo de Expansión y Proyectos*

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
MAPA CONCEPTUAL	8
Unidad 1 En nacimiento de la cocina	9
1.1. EL FUEGO Y LA CAZA	12
1.2. EDAD DE ORO	13
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	16
AUTOEVALUACIÓN	17
Unidad 2. Culturas antiguas	18
2.1. EGIPTO	21
2.2. IMPERIO HITITA	25
2.3. CIVILIZACIONES MESOPOTÁMICAS CALDEA Y ASIRIA	25
2.4. PUEBLO HEBREO	26
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	27
AUTOEVALUACIÓN	29
Unidad 3. Culturas clásicas	31
3.1. CIVILIZACIÓN MICÉNICA	34
3.2. GRECIA	35
3.3. ROMA	39
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	44
AUTOEVALUACIÓN	45
Unidad 4 Edad Media: esplendores de Oriente	47
4.1. HISPANIA	50
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	52
4.2. IMPERIO BIZANTINO	52
4.3. COCINA PERSA	58
4.4. COCINA HISPANOÁRABE	60
4.5. EUROPA EN LA EDAD MEDIA LAS CRUZADAS	62
4.6. LIBROS DE COCINA EN LA EDAD MEDIA	68
4.7. COCINA CONVENTUAL	70

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	71
AUTOEVALUACIÓN	72
Unidad 5. Renacimiento	75
5.1. ITALIA	80
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	80
5.2. FRANCIA	81
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	83
5.3. INGLATERRA	83
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	85
AUTOEVALUACIÓN	86
Unidad 6. Mestizaje culinario	88
6.1 APORTACIÓN AMERICANA	91
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	98
6.2 COCINA DE LOS AUSTRIAS	98
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	101
AUTOEVALUACIÓN	102
Unidad 7. Cocina europea	104
7.1 FRANCIA DE LOS LUISES	107
7.1.1 ENRIQUE IV	107
7.1.2 LUIS XIII	107
7.1.3 LUIS XIV	107
7.1.4 LUIS XV	110
7.1.5 COCINA DE LOS MARISCALES DE FRANCIA	111
7.1.6 LUIS XVI	113
7.2 LA COCINA EUROPEA EN EL SIGLO XVIII	116
7.2.1 ESPAÑA	116
7.2.2 ITALIA	118
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	118
AUTOEVALUACIÓN	120
Unidad 8 Edad contemporánea	122
8.1 GRIMOND DE LA REYNIÈRE	125

8.2 TALLEYRAND	126
8.3 BRILLANT SAVARIN	126
8.4 ANTONIE CAREME	128
8.5 JOSÉ BERCHOUX	129
8.6 BELLA ÉPOCA	130
8.7 F. NICOLAS APPERT	131
8.8 BENJAMIN DELESSERT	132
8.9 AUGUSTO ESCOFFIER	133
8.10 PROSPER MONTAGNE	133
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	134
AUTOEVALUACIÓN	135
Unidad 9. Silgo XX	138
9.1 GUÍA MICHELÍN	141
9.2 CURNONSKY	143
9.3 FERNAND POINT	144
9.4 NOUVELLE CUISINE	146
9.5 PAUL BOCUSE	147
9.6 MICHELLE GUÉRARD	148
9.7 JEAN Y PIERRE TROISGROS	148
9.8 ALAIN DUCASSE	149
9.9 FERRÁN ADRIÁ	150
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	152
9.10 TENDENCIAS ACTUALES	152
9.10.1 COCINA DE AUTOR	152
9.10.2 COCINA MOLECULAR	153
9.10.3 FAST FOOD	156
9.10.4 SLOW FOOD	157
9.10.5 IBOO	157
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	158
AUTOEVALUACIÓN	159
<i>BIBLIOGRAFÍA</i>	162





## INTRODUCCIÓN

La Gastronomía es el estudio de la relación entre cultura y alimento. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte de cocinar y los platillos alrededor de una mesa. Sin embargo esta es una pequeña parte de dicha disciplina. No siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo, ya que la gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida. De esta forma se vinculan las Bellas Artes, ciencias sociales, ciencias naturales e incluso ciencias exactas alrededor del sistema alimenticio del ser humano.

Desde el punto de vista etimológico la palabra gastronomía no tiene un significado del todo válido ya que deriva del griego “gaster” o “gastros” que significa estómago y “gnomos”, conocimiento o ley.

Son propias de un gastrónomo actividades como degustar, transformar, historiar, narrar, descubrir, vincular, entender, conocer, contextualizar, experimentar e investigar los alimentos.

La gastronomía se debe entender como una actividad interdisciplinaria.

Si nos dedicamos a observar más, podemos descubrir que alrededor del alimento existen las Bellas Artes como la danza, teatro, pintura, música, escultura, arquitectura, pero también forman parte de ella las ciencias exactas y naturales como física, matemáticas, química, biología, agronomía. Y además encontramos las ciencias sociales como antropología, historia, letras, filosofía, sociología.

Así como todo lo antes mencionado, los sabios de la época con un acercamiento más práctico sobre los ingredientes, los clasificaron, los analizaron, hasta reducirlos a su forma más simple. Sondearon los misterios de la asimilación dentro de nuestro cuerpo, y así vieron como cobraban vida, observaron sus efectos pasajeros y permanentes a través de los días, meses y una vida completa. Mientras todo esto sucedía en el universo de estos hombres sabios, se decía desde lo alto, la ciencia que nutre y alimenta a los hombres vale igual o más que aquellas que lo enseñan a destruirse.

La Gastronomía es el conocimiento razonado de todo lo que se relaciona con el hombre en lo que a su alimentación se refiere.

Depende de la historia Natural -- Por lo que se refiere a la clasificación de los insumos /substancias.

Depende de la Física – Por el examen de su composición y calidad.

Depende de la Química – Por lo que se refiere a su análisis y químico y su desglose nutricional.

Depende de la cocina – Por lo que se refiere al arte de preparar los insumos y convertirlos en algo agradable al gusto.

Depende del comercio – Por lo que se refiere a la búsqueda de formas de compra que permitan al consumidor adquirir la mercancía con las mejores ventajas de calidad y precio.

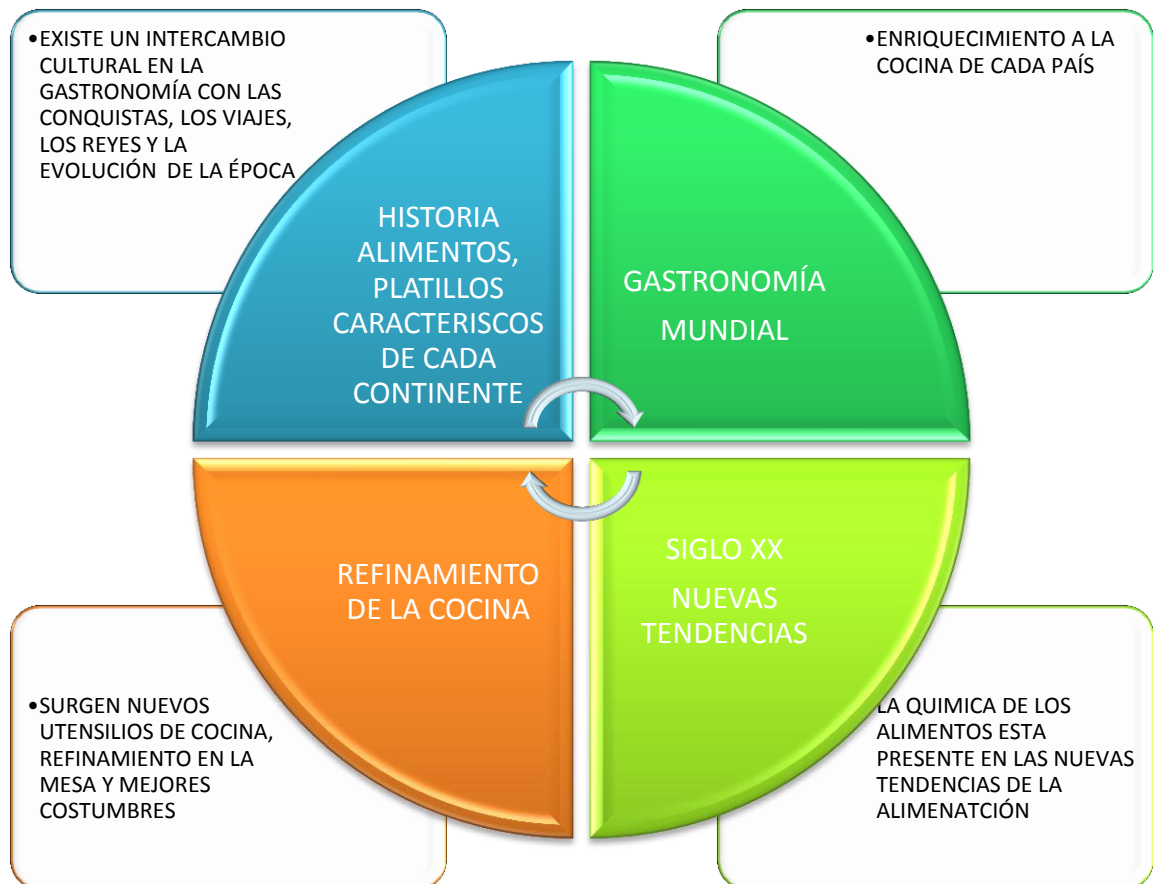
Depende de la Política – Por lo que representa en materia de recaudación fiscal, e intercambio comercial globalizado.

La Gastronomía rige toda nuestra vida - Así como el llanto del recién nacido busca el seno materno para alimentarse, el moribundo busca el alimento espiritual antes de partir.

La gastronomía se encuentra en todos los niveles de la sociedad; si bien es ella la que dirige los banquetes de reyes y políticos, también es ella quien define los minutos necesarios para la correcta cocción de un huevo.

El objetivo material de la gastronomía es todo aquello que alimenta al ser humano, la meta es su conservación, y para lograrlo se apoya en la agricultura, ganadería, el comercio, la industria de alimentos y el desarrollo de la creatividad entre muchos otros. A fin de cuentas, la Gastronomía transporta de un país a otro todo aquello que amerita ser conocido y que hace que un festín, sabiamente ordenado, sea como un compendio del mundo en el que cada parte figura por sus representantes.

# MAPA CONCEPTUAL



## UNIDAD 1

### EL NACIMIENTO DE LA COCINA

#### OBJETIVO

El estudiante comprenderá cómo nace la alimentación en la antigüedad.

#### TEMARIO

##### 1. EL NACIMIENTO DE LA COCINA

###### 1.1. EL FUEGO Y LA CAZA

###### 1.2. EDAD DE ORO

###### 1.2.1. La agricultura

###### 1.2.2. Los primeros inventos

###### 1.2.3. Los primeros cultivos

###### 1.2.4. La domesticación de los animales

# MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Podría parecer curioso que uno se interese en la prehistoria, cuando estamos abordando un tema de gusto y refinamiento. Y por tanto, muchas son las razones y muchos los elementos que nos hacen pensar que el hombre de Neanderthal buscaba ya el placer gastronómico a través de su alimentación.

El hombre de la prehistoria se nutría a base de alimentos que él mismo recogía dentro de su entorno, que cortaba, y cazaba con las pocas armas con que contaba, sin tener otra opción que la de la buena suerte o el azar. Los vegetales, caracoles, gusanos, cochinillas, lagartijas, ratones, ratas, pescados, crustáceos, todos ellos en crudo, constituían su dieta alimenticia.

Con las dificultades propias de la época para realizar una recolección de materias primas, éstas eran muchas y muy variadas. *Según el libro « la Historia de la alimentación vegetal » de Maurizio del año de 1932.* Ninguna planta alimenticia después del inicio de la historia escrita, ha sido agregada a la lista de aquellas plantas conocidas con anterioridad. Muchas hojas o plantas, consideradas ahora como « hierbas malas », se utilizaban y consumían de manera regular. Entre algunas de éstas plantas encontramos (la col silvestre, el berro, la raíz fuerte, el trébol, la berza, el salsifíes, la acedera entre muchas otras), es muy posible imaginarse que el hombre paleolítico tenía la manera de escoger y seleccionar sus alimentos, y que no lo hizo de manera seleccionada o según su preferencia o gusto por una u otra variedad. Sin embargo « éste proveedor de alimentos familiar » se convertía poco a poco y muy lentamente en un gastrónomo.

### 1.1. *El fuego y la caza*

Los primeros hombres y el inicio de la cocina surge, al frotar dos pedazos de madera dura, el hombre de la prehistoria « inventa el fuego », convirtiéndose así en el único animal con la capacidad de poder cocer sus alimentos así como su conservación; y descubrir los placeres del gusto alimenticio. *La cocina había nacido*. Ahora, mientras el hombre caza, la mujer en la cueva o en su hábitat, mantiene el fuego vivo y prepara los alimentos.

Los primeros recipientes de cocción fueron agujeros que se hacían en la tierra, mismos que eran llenados con agua a la cual se le agregaban piedras calientes para lograr una ebullición poco incipiente. Después aparecieron algunos cazos de barro crudo y recipientes de hierro martelado o fundido, estos últimos aparecen un futuro más lejano.

En el periodo Neolítico, la agricultura, la ganadería y el sedentarismo cobran fuerza con el descubrimiento del fuego y, el hombre, cazador nómada, se transforma en un agricultor sedentario. Y por consecuencia sus gustos culinarios se afinan.

La cocción de los alimentos permitió un masticado más suave y cómodo, evitando con ello el desarrollo de los músculos faciales y como resultado una mejor digestión.

El alimento básico al principio de la humanidad fueron las bayas, frutos, raíces, hojas y tallos.

Lo primero que aprendió el hombre fue a cazar, pescar y después a sembrar y recolectar. La caza permitió al hombre subsistir en largos periodos de enfriamientos. Gracias a ella el hombre dejó de ser un simple recolector en épocas que había poco por cosechar pero si una fauna abundante que explorar.

Al referirnos a la caza el hombre no solo cazaba grandes animales, sino incluso pequeños roedores, lagartijas, erizos entre otros, enfrentando los cambios climáticos de la época (ártico). Las cacerías poco a poco fueron más organizadas.

También se menciona que el hombre no solo cazó sino también pescó.

Existen datos que algunos grupos humanos usaron el arco y la flecha (primer mecanismo compuesto ideado por el hombre). Pescaron con anzuelos y arpones.

Se puede decir que el frío era otra manera de conservación de los alimentos.

## 1.2. LA EDAD DE ORO

La cacería de grandes animales, como el bisonte, mamut, caballo fue desapareciendo y dio lugar a mucha vegetación, el hombre empezó a domesticar y cercar animales herbívoros para su alimentación.

Los primeros animales domesticados o semi domesticados fueron los renos y los perros (lebres afganos).

Los renos proporcionaba: huesos para hacer herramientas: carne para comer y pieles para abrigarse. Se piensa que fue atraído por las orinas humanas.

El Perro 15,000 a.C. fue atraído por el fuego; el perro fue un elemento importante para la caza, para la ganadería e influyo indirectamente para la agricultura.

### 1.2.1 *La agricultura*

Con la agricultura los pueblos inician su historia y vida con todos sus defectos y virtudes de la civilización humana, ya que ésta representa el asentamiento del hombre, cuando por el cambio de clima abandona las cuevas y construye pequeñas chozas, todo esto sucede muy lento.

La agricultura se remonta a 9,750 a.C. en Tailandia y Birmania, donde cultivaban la castaña, el melón, el pepino.

La historia nos señala que la agricultura fue desempeñada por las mujeres que recolectaban: semillas, hierbas silvestres y gramíneas precursoras de nuestros cereales.



El paso decisivo dentro de la agricultura fue al plantar libremente estas semillas, cultivar la tierra, removiéndola, escarbándola y en ocasiones regándola. La demografía empezó a crecer.

### *1.2.2 Los primeros inventos*

La primera máquina que hizo evolucionar la agricultura fue el “arado” construido de madera aproximadamente en el año 3,000 a.C. en Mesopotamia y Egipto por sus tierras blandas así como en la India. En China apareció “el arado” en 1, 400 a.C. En el año 1,000 el arado y la metalurgia ya habían sido difundidos por todo el territorio.

Con la invención del arado, las mujeres, dejaron poco a poco la agricultura y fueron reemplazadas por el hombre y el buey, eso significa que antes del arado las poblaciones habían descubierto la castración de los toros como unos 4,000 años a.C. y apareció en la misma época “la rueda”, todo esto en Mesopotamia.

### *1.2.3 Los primeros cultivos*

Cuando el hombre se da cuenta de que puede manejar la naturaleza hasta cierto límite aparecen los primeros cultivos de cereales que eran: el mijo (tipo de maíz), cebada, trigo, que vienen de Asia menor, Armenia y Siria.

En la época prehistórica, en Europa y Asia se cultivaba: la avena, la col y sus derivados, el haba (*Fava vulgaris*), la higuera (*Ficus carica*), mijo, guisante (*Pisum sativum*) y la vid. En Egipto: la cebada (*Hordeum disticum*), el trigo y la lenteja (*Ervum lens*), mijo (tipo de maíz). En medio oriente 4000 a.C. se cultivo; el almendro, el granado, el garbanzo, el olivo y el dátil.

También se consumían en Europa los frutos del manzano (*pirus malus*), el peral (*Pirus communis*), la higuera (*Picus carica*), el ciruelo (*prunus insitia*) y le cerezo.

Las espinacas no fue un cultivo de época prehistórica sino aparece hasta el s. XIII. En épocas prehistóricas se cultivaba la avena.

La mayoría de estos vegetales se consumían en estado natural aunque ya se conocen sopas o decocciones obtenidas por ebullición por medio de piedras incandescentes.

El primer cereal hervido fue el mijo, El primer cereal panificado fue el trigo.

#### *1.2.4 La domesticación de los animales*

Como anteriormente lo habíamos señalado, el perro y el reno fueron los primeros animales domesticados.

Los bovinos, la cabra, las ovejas, el cerdo así como el asno, parece que fueron domesticados en Oriente. Al igual que el buey, las vacas, más adelante los gallos y los camellos.

Se cree que la ganadería inició en tierras del Delta del Nilo.

Los primeros animales volátiles que se domesticaron fueron los patos y las ocas.

En Egipto de 3,800 a 2,400 años a.C. se muestra también animales domesticados que eran utilizados en sus rituales como los bueyes, gacelas, antílopes, rebecos, búfalos y hienas; estas últimas eran comidas después de ser engordadas.

Los egipcios fueron los primeros en encontrar la técnica para la engorda de animales, ya sean aves o mamíferos.

El animal más domesticado en todas partes del mundo después del perro, el reno y el asno fue el cerdo en China, Asia, Egipto, África, Europa y en la Grecia arcaica.

El cerdo era un animal con muchas virtudes porque proporcionaba grandes cantidades de carne, grasa para conservar y su piel que era curtida. Se podía criar en espacios muy pequeños.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno hará una investigación acerca del ingrediente más antiguo y lo discutirá en clase, justificando su punto de vista. (Sal y trigo)

## AUTOEVALUACIÓN

1. ¿Cuál es el ingrediente más antiguo que se conoce?
2. ¿Cuál fue el alimento básico al principio de la humanidad?
3. En la edad de oro ¿cuáles fueron los primeros animales en domesticar?
4. ¿Qué ventajas ofrecieron la domesticación de los primeros animales domesticados?
5. ¿Cuál fue la primera máquina que evoluciono la agricultura? Y ¿De qué material fue elaborada?
6. ¿Cuáles fueron los primeros animales volátiles que se domesticaron?
7. ¿Quiénes fueron los primeros en encontrar el sistema de engorda en los animales mamíferos y volátiles?
8. ¿Es considerado el animal más domesticado en China, Asia, Egipto, África, Europa y Grecia?
9. ¿Cuál era el cultivo en Tailandia y Birmania?

### Respuestas

1. La sal y trigo.
2. Bayas, frutos, raíces, hojas y tallos.
3. Los renos y los perros (libres afganos).
4. Huesos para elaborar sus herramientas, carne para comer, pieles para abrigar.
5. El arado de madera.
6. Patos y ocas.
7. Egipcios.
8. Cerdo.
9. Castañas, pepinos, melones.

## UNIDAD 2

### CULTURAS ANTIGUAS

#### OBJETIVO

El estudiante comprenderá la alimentación de las culturas y pueblos que contribuyeron a ellos.

#### TEMARIO

#### 2. CULTURAS ANTIGUAS

2.1. EGIPTO

2.2. IMPERIO HITITA

2.3. CIVILIZACIONES MESOPOTÁMICAS CALDEA Y ASIRIA

2.4. PUEBLO HEBREO

## MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Las culturas antiguas han sido la base fundamental del avance social que coincide con el surgimiento y desarrollo de las primeras civilizaciones, se destaca por los inventos y descubrimientos de la época.

Esta época se caracteriza por la aparición de grandes civilizaciones de agricultores los cuales dejaron de depender de las condiciones climáticas para poder cultivar y por la aparición de la escritura.

## 2.1. EGIPTO

Los egipcios fueron un pueblo que no solo florecieron intelectualmente, sino que también se adelantaron a muchas cosas que conocemos hoy en día como el arte, conocimientos acerca del cultivo, creencias astronómicas, etc.

Los egipcios lograron hacer de su cultura un imperio casi impenetrable, claro que esto no fue de la noche a la mañana, sino que se dio, como hemos dicho, durante muchos años, quizá siglos, recopilando y adoptando aspectos, datos y cosas de otras culturas.

La cocina egipcia es muy difícil de resumir debido a que es la civilización más antigua que duró tantos siglos.

Egipto tenía una producción agrícola importante y es la primera gran potencia económica en la historia.

Las claras diferencias entre la alimentación de las clases privilegiadas y la del pueblo llano ofrecen una visión de la realidad social en el antiguo Egipto, cuya población estaba formada en un noventa por ciento por campesinos. A la Corte del faraón llegaban a diario y en grandes cantidades todo tipo de manjares, sobre todo cuando tenía alguna celebración, y por eso muchos de los funcionarios palaciegos eran panaderos, cerveceros, carniceros o pasteleros.

Los opíparos banquetes, en los que no faltaba nada, sorprenden especialmente en un país en el que la escasez era siempre una amenaza, todo esto se menciona en un papiro del Imperio Nuevo, en el que se especifican los productos necesarios para celebrar la llegada del faraón, aparecen más de 17.000 panes, 100 cestos de carne fresca y 100 de carne seca, 100 bandejas de fruta, 70 carneros, 50 sacos de pasas, 100 manojos de hierbas para cocinar, 60 sacos de granadas, además de pájaros, pescados variados, verduras, cerveza, vino, leche, todo en gran abundancia.

En contraste con la opulencia de las clases privilegiadas, el pueblo llano, a menudo hostigado por el hambre y la escasez, tenía una dieta muchísimo más pobre. Se alimentaba básicamente de diversas variedades de pan y de cerveza, productos que ellos mismos elaboraban en su casa, y rara vez podía consumir carne.



Su alimentación se completaba con determinadas verduras, cebollas<sup>1</sup>, ajos, frutos, legumbres, tallos tiernos de papiro, las raíces y los bulbos de lotus, leche, queso y diversos pescados que capturaban fácilmente en las aguas del Nilo. Solo en determinadas fiestas religiosas podían acceder a una dieta mejor.

Pero al margen de las celebraciones, en que los excesos parecían estar permitidos, la moral aconsejaba moderación en los placeres de la mesa y existían ciertos tabúes y prohibiciones. Estaba mal visto comer un animal en el que podía encarnarse la divinidad principal de una región concreta como la vaca, la oveja, determinados pájaros y peces.

El adecuado comportamiento frente a los alimentos pretendía garantizar las jerarquías sociales establecidas. Por ejemplo; si estabas sentado a la mesa de alguien superior a ti, debías aceptar lo que te diera y pusiera ante ti, fuera lo que fuera, no deberías mirarlo ante esta presencia.

Dentro de los cereales el más antiguo que usó el hombre parece ser el mijo (*panicum miliaceum*), luego la cebada, la avena y el centeno. No se sabe dónde se cultivó el trigo por primera vez; es decir, no se conoce dónde nació la piedra para moler, que fue evolucionando hasta crear el primer molino de trigo. Tampoco se conoce cómo encontraron la levadura para la elaboración de la cerveza, pero la aprovecharon para ser los primeros en producirla y enseguida continuaron con la elaboración del pan, que fue primero de mijo y después de trigo.

La elaboración de pan es una de las actividades más frecuentemente representadas en las tumbas egipcias. Se preparaba con trigo almidonero (*bedet*) o cebada (*it*), dos cereales cosechados desde los inicios de la civilización faraónica. Existía un gran abanico de panes con higos, dátiles, aromatizados con granos de cizaña y para su elaboración se usaban moldes de múltiples formas circulares, alargados y cónicos. Los moldes vacíos se colocaban sobre llamas, tras unos 40 minutos se retiraban y se vertía la masa en su interior. Luego se cubrían para que se cocieran y el pan se extraía del molde.

---

<sup>1</sup> Importantes en toda la cocina Egipcia.

Según un fresco funerario de Rames II, 1,237 a. de C., el pan se amasaba con los pies.

No todo el mundo podía ingerir carne diariamente, pero una parte importante de la población la obtenía ocasionalmente gracias a las redistribuciones del clero tras la consagración de la ofrenda, a las donaciones hechas en grandes ceremonias religiosas e incluso a la reventa. El sacrificio del animal seguía unas pautas determinadas. Primero lo hacían caer, luego le cortaban el cuello, se desangraba y la sangre se recogía en un recipiente. Después, se despellejaba, se retiraban las entrañas, y el carnicero se encargaba de descuartizarlo.

Además de bóvidos, se consumía carne de antílopes, erizos, liebres, ratones e incluso de hienas, a las que se engordaban con este fin.

Dentro de las aves el animal más utilizado fue la “oca”, la cual engordaban para obtener el foie gras. Los egipcios conocían la práctica de este incremento patológico del tamaño del hígado y los romanos avanzaron en la misma dirección cuando sumergían los hígados apenas extraídos del cuerpo de la oca, en un baño de leche y miel. Este procedimiento aumentaba el tamaño de la víscera y aunque los romanos afirmaban que de este modo mejoraban su sabor.

Por motivos religiosos, la forma más habitual de cocinar la carne era a la parrilla, era más olorosa y, por tanto, más adecuada para las ofrendas. Solía hacerse con un espetón al que se iba dando vueltas sobre las brasas. Sin embargo, también se cocinaba en ollas y cacerolas, junto con otros ingredientes. La necesidad de conservar los alimentos por cierto tiempo, llevó al uso ánforas donde se almacenaban los alimentos con un registro de la fecha de envasado. Con este objetivo, se practicaban tres sistemas básicos: secar la carne al sol en tiras finas cubiertas con una mezcla de especias, que se dejaban suspendidas de un cordel; en salmuera era utilizada para la carne más difícil de secar y más fácil de descomponerse como las aves y confitada donde se cuece el alimento en grasa y luego se guardaba en botes cubiertos de grasa.

Los pescados se consumían de inmediato o se secaban para

almacenarse. Algunos se adobaban en salmuera esta técnica consistía en frotar con sal y se colocaba en un recipiente. Entre capa y capa de pescado se intercalaba una de sal, finalmente se colocaba encima un peso, cuya presión hacía que la sal penetrase en los tejidos del pescado y extraer el agua, esta técnica se conoce como fesikh.

Las frutas, verduras y legumbres eran productos consumidos por todas las clases sociales, la lista de verduras en la dieta egipcia eran; ajo, cebolla, puerro (poro), cogombros (pepino), rábano, apio, plantas acuáticas como el loto y el papiro, que sirvió como base de la escritura a finales del Imperio Antiguo (hacia el 2500 a. de C.).

Cabe resaltar la gran variedad de lechugas, cuya importancia iba más allá de la dieta, pues el líquido lechoso que sueltan al cortarlas recordaba a los antiguos egipcios el semen, y por eso se convirtieron en ofrendas al dios Min, relacionado con la fecundidad.

Entre las legumbres, encontramos las habas, que formaban parte del salario de los obreros; los garbanzos, las lentejas, las judías y los guisantes.

Las lentejas fueron famosas durante la antigüedad y más tarde se exportan a Grecia y Roma.

Las frutas eran productos de lujo y se cultivaban en los vergeles privados de los templos, de los grandes personajes y de la familia real como dátiles, higos, granadas, almendros, uvas, melón y sandía.

La apicultura fue muy importante ya que proporcionaba la miel para endulzar y la cera para alumbrar.

La repostería y los pasteles de carne fueron muy importantes en la comida egipcia.

Los postres muy dulces, presentaban diseños tan variados como los panes debido a la importancia de dar a ciertos alimentos formas figurativas. De este modo, se hacían galletas con la apariencia de los emblemas reales que el faraón ingería en ceremonias vinculadas a su coronación.

## 2.2. EL IMPERIO HITITA

Pueblo indoeuropeo que se estableció 2, 000 a. C. en Anatolia, región asiática de Turquía conquistada por Carlomagno en el año 334 a. C. y después por los romanos 133 a.C. Se dice que el final de esta cultura fueron las invasiones de los pueblos del mar.

Consumían grandes cantidades de cereales como cebada, trigo y escanda, especie primaria de trigo sembrada en terrenos pobres, de paja dura y corta cuyo grano se separa difícilmente del cascarillo. Hay pocas leguminosas entre ellas algarrobas.

Dentro de los frutos consumían bellotas, las alcaparras, manzanas silvestres, almendras, pistaches, bayas de enebro, nueces y uvas.

En contra parte fueron grandes cazadores, lo que represento su base alimenticia como ciervos, jabalíes, onagro “tipo de burro salvaje” y algunos bóvidos. Cazaban grandes felinos como leones y leopardos, de los cuales su piel tenía un símbolo de estatus en sus rituales.

Se dedicaron a la ganadería principalmente de cordero y ovejas por sus tejidos lanares.

Fueron también los precursores de los productos lácteos, ya que conocieron la leche, la mantequilla y el yogurt.

Los hititas fueron los pioneros en excavar minas; la metalurgia fue muy importante para ellos, trabajaron el cobre, el bronce, el hierro el cual contribuyeron a popularizar en el mundo de Medio Oriente.

## 2.3. CIVILIZACIONES MESOPOTÁMICAS CALDEA Y ASIRIA

Caldea y la ciudad de Ur en las riberas del Éufrates, fueron una de las cunas de la agricultura y la alimentación.

Hoy en día esta región es un desierto, pero en el 3000 a.C. eran campos de cultivos regados, donde destaco los jardines colgantes de Babilonia.

Se cultivaba el trigo, la cebada, originarios del valle del Éufrates, el mijo, el sésamo, el arroz, las lentejas, los garbanzos, las cebollas, los pepinos, las calabazas y la berenjena procedentes de la India.

Como frutos se cultivaron las almendras, los alfóncigos (pistaches), melocotón, las ciruelas, la higuera, las nueces, las moras, las granadas, los dátiles y las uvas utilizadas más para comer que para hacer vino. La cerveza y el vino de palma eran las bebidas más usuales.

#### 2.4. PUEBLO HEBREO

Lo que tenemos de cultura culinaria sobre el pueblo hebreo, procede de la Biblia; 385 años de nuestra era.

Los hebreos eran agricultores y cultivaron cereales como el centeno, la cebada, el olivo y la vid, mucho más tarde el trigo. En la Biblia se hace mención de la flor de la harina y de la harina ordinaria.

La bebida más importante era la leche de cabra y de oveja, porque el agua era escasa y muchas veces insalubre.

El problema que tenían con la leche era la conservación de la misma, la consumían cuajada o agria; el cuaje se hacía en un pellejo de cabra, así descubrieron el “odre” (tipo de bota española). A parte del pan, la leche y el vino; los vegetales eran fundamentales en su alimentación.

Conocían el coriandro o cilantro y el comino negro que mezclado parecía a la pimienta. Con esto aderezaban las lentejas, alubias, garbanzos.

La técnica de cocción era hervir y muy pocas veces asado.

Las cocinas del templo de Jerusalén que describe el profeta Ezequiel, son casas de hervir con enormes marmitas redondas y profundas.

Su ley prohíbe que el cabrito sea hervido en la leche de su madre, porque provenía de un rito pagano de la antigua religión cananea, tenido por abominable.

La clasificación de los animales era pura e impura. Son puros aquellos que tienen la pezuña córnea y hendida como buey, ternera, cordero y cabra. Son impuros el caballo, el cerdo y los roedores. En cuanto a las aves estaba prohibido comer halcones, águilas, cuervos, avestruces, golondrinas, cigüeñas, ibis de Egipto, pelicanos y las garzas de todas las especies. Entre los animales de agua sólo podían comer los que tenían escamas. Dentro de los insectos no

podían ingerir insectos con alas a excepción de los saltamontes que tenía dos alas y dos patas para saltar.

Aparte no se podían comer animales puros si habían muerto de muerte natural o habían sido atacados por una alimaña<sup>2</sup>; siempre debían tener cuidado que el animal sacrificado fuera desangrado totalmente.

Los hebreos consumían carne de cabra o cordero utilizada para una fiesta ritual. La carne de res se reservaba para grandes fiestas que solo se permitían los ricos.

De la res sólo consumen las 7 primeras costillas a la cabeza, lo que es la espaldilla parte delantera del animal, y la parte trasera es sucia, la tiran.

En esta cocina no se conocía el huevo; llegó mucho más tarde con la gallina y el gallo, este último fue mencionado en el Nuevo Testamento y se refiere al canto del gallo que ha de oír San Pedro.

Había gran variedad y abundancia de frutas. Las uvas se consumían frescas o secas, al igual que los higos este último considerado un alimento primordial para los soldados; las granadas y los dátiles.

Los hebreos eran tomadores de vino, el vino está citado más de 500 veces en la Biblia desde el jubiloso “Bonum vinum laetificat cor hominis” (el buen vino alegra el corazón del hombre) del Eclesiastés hasta la epístola de San Pablo a su discípulo Timoteo, hasta el símbolo del vino de la última cena.

Las mujeres hebreas, tenían derecho de tomar vino pero debían tomar y comer en una mesa aparte de los varones. También consumían vino de granada y de dátil.

No eran como otros pueblos grandes bebedores de cerveza.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

1. El alumno hará una investigación acerca de los siguientes ingredientes:  
¿Qué es el percebe, de dónde es originario?

---

<sup>2</sup> Animal que resulta perjudicial para la caza menor o la ganadería por ejemplo; zorra o gato montes

¿Quién fue Marcus Gavius Apicius?

Investigar algunos platillos romanos

¿Qué es el Garum?

2. Con ayuda de su profesor elaboraran un menú egipcio con los ingredientes que se mencionan en esta unidad. Ejemplo: Hummus, ensalda de lentejas, codornices, galletas o pan de dátil utilizando las indicaciones mencionadas.

## AUTOEVALUACIÓN

1. Cultura que se dedico a la ganadería principalmente de cordero y ovejas por sus tejidos lanares. Fueron también los precursores de los productos lácteos, ya que conocieron la leche, la mantequilla y el yogurt.
2. Procedencia del mijo, berenjena y sésamo Consumían la leche cuajada o agria; el cuaje se hacía en un pellejo de cabra, así también descubrieron sacudiendo el “odre” (tipo de bota española) ¿Cuál es el nombre que recibe esta cultura?
3. ¿Cuáles eran las técnicas de cocción utilizadas en la cocina hebrea o del antiguo testamento?
4. Cultura que perfecciono el carro de combate ligero utilizándolo con gran éxito, y se le atribuye una de las primeras utilizaciones del hierro en Oriente Medio como objeto de lujo.
5. Cultura en la que la repostería y los pasteles de carnes fueron muy importantes
6. Cultura que su ley prohíbe que el cabrito sea hervido en la leche de su madre, porque provenía de un rito pagano de la antigua religión cananea, tenido por abominable
7. ¿Dónde surge el foie gras?
8. ¿Cuáles son las aves prohibidas en la cocina del Antiguo Testamento?

### RESPUESTAS

1. Hititas
2. La india
3. Hebrea o del antiguo testamento
4. Era hervido y muy pocas veces asado.
5. Hitita
6. Egipcia.
7. Hebrea
8. Egipto



9. Halcones, águilas, cuervos, avestruces, golondrina, cigüeña, ibis, pelicano, garzas.

## UNIDAD 3

### CULTURAS CLÁSICAS

#### OBJETIVO

El estudiante observará los cambios en los hábitos alimenticios de la época, como las nuevas técnicas culinarias y cocineros de la época.

#### TEMARIO

3. CULTURAS CLÁSICAS
  - 3.1. LA CIVILIZACIÓN MICENICA CRETA
  - 3.2. GRECIA
  - 3.3. ROMA

## MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

La gastronomía en el mundo se remonta desde las primeras civilizaciones que surgieron hace 5000 años a. C. entre ellas tenemos a los pueblos que se asentaron en Mesopotamia, Grecia, Egipto, Persia, fenicios, el imperio romano de occidente y oriente.

En cualquier civilización el arte culinario muestra una característica muy importante de su cultura, su forma de vivir y de pensar, gracias a los restos arqueológicos podemos saber recetas, métodos de conservación, cocción, elaboración, utensilios y así aprender el legado de las culturas antiguas.

### 3.1 LA CIVILIZACIÓN MICÉNICA

La isla de Creta es considerada como cuna de la civilización helénica. La antigua civilización de Creta proviene de la emigración de Asia Menor 7,000 a.C. A partir de 3,000 a.C. se forma la civilización cretense llamada micénica, del nombre de Minos, no se sabe si el vocablo y casi sagrado proviene de un personaje, dinastía o de un instituto real. Es una de las cunas de la civilización helénica. Los cretenses fueron un pueblo pacífico de navegantes, que aprendieron de las culturas de Egipto y de Oriente y que construyeron ciudades y complicados palacios. Su civilización desapareció repentinamente, probablemente a consecuencia de terribles terremotos, que siempre han sido comunes en esa zona.

Su alimentación al igual que cualquier pueblo primitivo fue la caza, la pesca, agricultura rudimentaria y finalmente la ganadería.

Para la caza utilizaban los lebreles<sup>3</sup> cretenses probablemente importados de Egipto, que fueron de gran ayuda. También utilizaban gatos semisalvajes para cazar el urogallo es una especie de ave el macho de pecho azul y la hembra de pecho rojo.

Cazaban liebres, cercaban jabalíes, seguían ciervos, corzos y cabras monteses, y así que toros salvajes que cuando eran jóvenes los domesticaban. El Mino tauro, era objeto de caza deportiva que fue el origen de la fiesta de toros de la civilización cretense.

En cuanto a la ganadería fueron los primeros en mantener los rebaños de ovejas y cabras en invierno en llano y en verano en las montañas. Igualmente conocieron el queso.

Las primeras aves de corral en ser domesticadas dentro de esta cultura fueron los palomos desde 1700 a.C.; después cisnes, patos, la gallina y el gallo venidos de Persia a través de Lidia actual Turquía, y el pavo real.

Los cretenses conocieron la apicultura e hicieron un gran consumo de su miel y cera. Los principales cereales usados eran el mijo, el trigo y sobretodo la

---

<sup>3</sup> Galgos o perros de carreras.

cebada; y dentro de las leguminosas fueron las lentejas, las habas, los guisantes secos y los garbanzos.

La vid, el olivo y la higuera originaria de Italia eran un complemento para la gastronomía.

### 3.2 GRECIA

Los griegos no eran originarios de ese territorio, pues durante muchos siglos vivieron en las inmensas llanuras que en la actualidad son parte de Ucrania y de Rusia. Se dedicaban a la ganadería y su cultura era simple, fabricaban herramientas y armas de bronce.

Las características de la vida de sus habitantes fueron tan distinta a la de otros pueblos. La mayor parte del territorio es quebrada y pedregosa; las buenas tierras agrícolas son escasas, adecuadas para plantar la vid y el olivo, pero no para sembrar cereales como el trigo. El mar siempre está cerca, sobre todo en la parte sur, en la cual se forman pequeñas penínsulas que entran en el mar como los dedos de la mano.

Debido a que no podían depender de la agricultura, los griegos desarrollaron una gran habilidad como navegantes y constructores de barcos.

Las naves griegas cruzaban el Mar Mediterráneo y se aventuraban por el Mar Negro, transportando la cerámica, las armas, el vino y el aceite de oliva que se producían en Grecia. Al regreso llevaban trigo y otros artículos escasos en su región de origen. El intercambio comercial era muy intenso, pues los griegos competían con los fenicios, los etruscos y otros pueblos navegantes. Para que su población pudiera crecer, los griegos colonizaron las islas y las costas de Europa, Asia Menor y África y fundaron ciudades cuyos habitantes conservaron la lengua y las costumbres de su tierra. Varias de estas ciudades fueron tan grandes y tan importantes como las de la península.

Grecia es una península situada en el Mediterráneo, rodeada por los mares Egeo y Jónico, llena de arqueología e historia pues ahí nace la cultura Occidental. Su comida tiene mucho de la cocina de Medio Oriente, ya que fue invadida por los turcos.

En Grecia se apreciaba más el pescado de río que el de mar. El pescado de río era consumido por los nobles; el de mar por los pobres. Egis de Rodas (uno de los 7 cocineros legendarios de Grecia) llevó a la cocina aristocrática la cocción del pescado aunque tardaron en apreciarlo. Lo cocinaban con orégano, hinojo y comino. El pescado principal era el atún, que se conservaba en aceite de oliva; había también rodaballo, dorada, salmonete, pulpo, pez espada y esturión. (Las vírgenes se encargaban de cebar a las carpas sagradas que consumían una vez al año). Se inventa la cocción con vino, leche, rellenando los pescados con queso, setas, cebollas y hierbas aromáticas.

Los griegos comían todas las carnes que hoy en día se conocen. La que menos consumían era la carne de buey ya que la consideraban monótona y aburrida. En cambio la de cordero era excelente.

La cocina en Grecia se caracterizaba por varias técnicas que ocupaban para preparar la comida, entre ellas la salazón. Los griegos se dedicaron al cultivo de los cereales.

Los primeros cocineros griegos fueron panaderos, fabricaron la galleta de pasta sin levadura y el pan que lo habían inventado los egipcios.

También elaboraban distintos tipos de panes de harina de trigo, cebada o avena; los mezclaban con miel, aceite o queso. Cada pan tenía su propia función; por ejemplo, el pan fermentado servía para la digestión según Dioscórides.

Entre las técnicas de cocción del pan se mencionan el cocido en molde, al rescoldo, entre dos planchas de hierro, a la sartén, amasado con leche, el pan con variedades de especias; surgiendo las formas caprichosas del pan trenzado, en forma de barritas o croissant.

Inventaron también la tisana, una cocción de granos y hierbas aromáticas, con vinagre.

La miel, la cual ocupaban para endulzar y fabricar comida, la obtenían del jugo de las flores, del maná y de ciertas cañas procedentes de la India, pero la mejor era la que extraían las abejas de las flores de tomillo y romero. El azúcar de caña originaria de Asia solo era usado con fines medicinales.

Los griegos no conocían la papa ni el tomate, la alubia ni el pimiento. Pero había habas en abundancia, las cuales provenían de Egipto y las consumían verdes, también encontramos lentejas, rábanos, puerros, pepinos, cebollas, espárragos, lechugas, ajos. Las coles tenían dos usos comestibles y medicinales donde eran hervidas y aplicadas como cataplasma, detenían las convulsiones y curaban las mordeduras de perros con rabia.

En Grecia se preparaban los obélie, pastelillos cocidos en moldes y los kollabés pastelillo de masa brioché. Existían panes salados, llamados alci. EL amylión era una rosquilla dulce y el Pyanon era una mezcla de distintas semillas que se cocían en el vino nuevo, se endulzaba con miel, y su centro se rellenaba de pastelillos de queso. Amorsitées y sesámides eran unas pequeñas albóndigas de sésamo, aceite y miel. Los corinai era una mezcla de trigo tostado y miel, que se comían en los días de ayuno. La polte se preparaba con harina de avena, trigo tostado y un endulzante natural. El artologanon requería de una masa de harina con vino, aceite u otra grasa que se sazonaba con pimienta. Cada región de Grecia tenía distintos tipos de repostería, por ejemplo, en Creta se obtenían panes de vino melado y aceite, y así cada cual tenía una característica especial.

La carne de cerdo se consumía con total libertad a comparación de los egipcios. Lo consumían dorado o salado. Aparece la morcilla; en el periodo helénico se rellenan los lechones con aceitunas, papahígos (ave), yemas, ostras, moluscos y carne de algún otro animal.

Las especias que se encontraban era el laurel, tomillo, orégano, retama, salvia, cilantro fresco y malva.

La leche era de oveja o de cabra; ya que la de las vacas apenas si alcanzaba para amantar a sus terneros. No se conoció la mantequilla.

Dentro de las aves encontramos los pollos, las pintadas, los pavorreales, los patos, los pichones, las ocas que fueron los primeros animales en cebar.

El aceite de oliva tenía tres fines; en la primera molturación de la oliva, es decir el primer prensaje, la grasa era comestible. El segundo, era óleo para



ungirse en el cuerpo y el tercero eran los residuos usado como combustible para el alumbrar.

Un olivo tarda dieciséis años en dar fruto y cuarenta en llegar a su madurez plena.

Los griegos fueron considerados buenos cazadores. Entre los animales de caza se encontraba el jabalí, el lobo, el ciervo, la cabra montesa y la liebre. El jabalí y la liebre juegan un papel muy importante en la gastronomía. Aparece un el ragú, guisado de piezas de caza de pelo como corzo, conejo o liebre más vino tinto y se terminaba ligando con sangre del animal. La liebre era aderezada con tomillo, aceite, comino, orégano y cebolletas.

Dentro de las aves encontramos a la garza real que se le consideraba un platillo aristocrático, se acompañaba con un pastelón de moras o bayas. Se considera que de ahí proviene el nacimiento de la mortadela.

Les gustaba cazar el faisán, la perdiz, la codorniz, tordos, alondras, tórtolas, papahigos (pequeños pajarillos), entre otros eran utilizados en sus banquetes.

La historia de la cocina griega menciona a siete legendarios y prestigiosos cocineros de Grecia, los cuales tenía una especialidad y sus nombres son:

1. Egis, de Rodas, el único que supo cocer perfectamente el pescado
2. Nereo, de Chíos, inventó el caldo de congrio.
3. Chariades, de Atenas, nadie lo sobrepaso en ciencia culinaria.
4. Lampria, invento la salsa negra a base de sangre.
5. Apctonete, inventó el embutido.
6. Euthyno, gran cocinero de las lentejas, legumbre base de la cocina griega
7. Ariston, maestro por excelencia, inventó infinidad de guisados y la cocina de evaporación.

En la Grecia, la mayoría de los banquetes y celebraciones se realizaban en honor a sus Dioses, por ejemplo a Artemisa, en las cuales se ofrecían grandes cantidades de comida y bebida.

Dentro de las costumbres griegas en los banquetes los invitados comían estirados, apoyados sobre el brazo izquierdo, pudiendo utilizar únicamente, si respetaban las normas de educación, los dedos de la mano derecha, para tomar los alimentos de la mesa o de las bandejas que ofrecían los esclavos. La mujer quedaba relegada a un segundo plano.

En la cocina la dueña de casa debían vigilar el asado de ubres de cerda que era un platillo distintivo en esa época y la elaboración de las salsas a base de huevos, pimienta, miel, sal, aceite y comino, pero jamás participaban en la fiesta.

### 3.3. ROMA

Los habitantes de la zona del Lacio eran agricultores y soldados, mantenían una alimentación en gran parte de vegetales; cereales hervidos, habas, lentejas, chícharos, garbanzos, coles, lechugas, cebollas y ajos como base de su dieta alimenticia. La mayoría de las familias romanas conservaron, como si fuese título de nobleza, el sobrenombre de algún lejano antepasado campesino, apareciendo así los Fabius, los Lentulus, los Piso o los Lactucius.

Grecia enseñó a los romanos que existía un arte culinario llamado el ars magirica, donde se dieron cuenta de que era muy caro trasladar a los cocineros griegos. Los cocineros en Roma eran como los esclavos menos apreciados.

Antes del año 174 a.C., las mujeres se encargaban de amasar y cocer el pan para uso doméstico, pues no había en las ciudades ningún panadero. Aún en el año 161 a.C. hubo un gran escándalo porque se mataban gallinas para comerlas, incluso se prohibió hacerlo. Poco tiempo después se retiró dicha prohibición, ya que la gallina era considerada un ave exótica llegada de Persia. En el año 100 a.C. en los banquetes más suntuosos sólo se servía una clase de vino griego.

El florecimiento del comercio acabó convirtiendo en una necesidad los productos alimenticios empleados en el extranjero. La difusión de nuevos ingredientes llega rápido a Roma como los Cabritos de Ambrosía, los pescados de Pesino, las ostras de Tarento, los dátiles de Egipto, los escaros de Creta, el *garum* de Cartago Nova, es una salsa salada hecha a base de vísceras de peces puestas en salmuera y disecadas, que eran un privilegio para las clases altas.

En la época romana en el siglo XVI, con el descubrimiento de América. Italia cultiva nuevos productos, venidos de todas partes del mundo. Se introducen en los países de Occidente una serie de culturas exóticas y de animales propios para la alimentación, y todo esto hace que se ennoblezca y refine el régimen de comidas, con lo que la gastronomía se convierte en un factor de civilización.

En los últimos años se había introducido en Italia animales y plantas destinadas a las mesas de las clases altas. La primera de las aves fue la gallina, pero en su momento, el gallo y la gallina fueron considerados como animales ornamentales; luego se convirtieron en suculentas aves de corral. Entre otras aves de ornato encontramos el pavo real, el faisán, que llegó en el siglo II importado del mar Caspio; el flamenco rosa, que se decía era una comida extraordinaria, y sobre todo, la lengua era tenida por un bocado muy delicado.

De las carnes preferían el lechón, el cabrito y el cordero, en este orden. La carne de res no era carne para los nobles. Luego estaba la caza, sobre todo de aves, como avestruces, pavos reales, flamencos, loros y grullas. También se conocían como aves de corral, al pato, el capón y la pintada, además de la gallina. Había muchos platos hechos con picadillos, albóndigas, croquetas, galantinas, los cuales pasaron a la cocina árabe, que se conoce por el arte de la carne picada. Gustaban mucho de embutir, no sólo la carne de cerdo y de otros animales, sino también el pescado. Los romanos consumían las ubres y las vulvas de cerda virgen.

En esta época, se consigue aclimatar en las costas occidentales de Italia 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. Los pescados se conservaban en miel o vino para poder soportar días e incluso semanas de camino y ser degustados en fastuosos banquetes.

Surgen los viveros artificiales de ostras, que imitaban los viveros griegos de la isla de Lesbos, 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. Igualmente, la higuera era autóctona de Italia, y se mejoró con ejemplares de Quíos, la Iliria, Calcidia, del África y otras regiones.

Conocieron la almendra bajo en nombre de nuez griega y quizá también la castaña. Entre las plantas exóticas introducidas en Italia estuvieron: loto africano, el chalote de Ascalón, melocotón de África, albaricoque, manzanas persas, alfóncigo o pistaches de Siria, melón, limones, naranja agria de Arabia, mandarina.

El garum, era una salsa que se hacía con entrañas de diversos pescados, que se ponían en salmuera y se dejaban fermentar y descomponer al sol. Parece ser que algunos mezclaban estas tripas con pececillos enteros que se salaban y como es natural, existían numerosas fórmulas y distintos pescados para confeccionar esta salsa. Según todos los textos, la de caballa era considerada como de primera calidad. Otras se preparaban con los desperdicios de los atunes añadiéndoles su sangre. A la mezcla del "garum" se le atribuían la digestión e incluso algunos médicos la utilizaban como medicina; fue en Roma uno de los más grandes condimentos, que perduró muchos siglos, y es el primer gran producto español, que se impone al mundo civilizado como ejemplo de la suntuosidad de sus recetas.

La cocina romana ha pasado a la historia, no sólo por el lujo de sus manjares, sino también por la presentación de mesas y los espectáculos que se ofrecían en el transcurso de las cenas, por la riqueza de las vajillas y por la suntuosidad de las flores, en especial de las rosas, que era la flor para estas fiestas y eran muy caras en los primeros tiempos, porque el cultivo venía de Oriente. Es la época de los fastuosos, ceremoniales y extraordinarios platos que han pasado a la historia.

Sus técnicas culinarias básicas fueron el ahumado, la salazón y la panificación.

Vitelio, quien fue emperador romano, inventó un plato llamado "El escudo de Minerva Protectora", que según el historiador Suetonio, era un plato redondo de grandes dimensiones en el que había mezclados hígados de escaro, sesos de faisanes, lenguas de flamenco y huevo de Lamprea, entre otras suntuosidades

En Roma existieron grandes gastrónomos y uno de ellos era Lúculo. Entre los grandes gastrónomos de la antigüedad, el general Lucius Licinius Lucullus (114-56 a.C.), ha alcanzado la máxima celebridad gracias a una frase que le atribuye Plutarco. Su casa era frecuentada por todos los capitanes que iban de Asia, y todos los embajadores que venían de Roma, y un día que cenaba solo y que no tenía ningún invitado a la mesa, sus criados le sirvieron una cena mediocre, que él reclamó. El mayordomo dijo que como no había ningún invitado, no creyó que debía servir una cena suntuosa. “¡Como bribón - respondió Lúculo- , no sabías que Lúculo cenaba esta noche en casa de Lúculo!”. Esta frase quiere decir que el verdadero epicúreo,<sup>4</sup> lo es siempre en todo momento de su vida, sin necesidad de tener invitados. En la casa de Lúculo había siempre invitados muy importantes, la elite romana se preciaba de que el general los invitara a cenar. Murió envenenado con un brebaje llamado el filtro del amor considerado como un afrodisíaco.

---

<sup>4</sup> El *epicureísmo* es un sistema filosófico que defiende la búsqueda de una vida buena y feliz mediante la administración inteligente de placeres y dolores.

El recetario de Apicio es el más antiguo de los libros latinos de cocina que se conservan. Bajo el título de *Apitii Celi de Re Coquinaria libri decem*, se publicó en Venecia antes de 1498.

Apicio engordaba los cerdos con higos secos, les daba vino con miel y los mataba por sorpresa para extirpar su hígado en condiciones óptimas. Su recetario, publicado en francés en 1933, consta de 477 platos, siendo el recetario más completo que se conozca de la cocina antigua. Estas recetas están redactadas, conforme a las bases esenciales de la cocina antigua, que se caracterizó por la abundancia de especias y de hierbas aromáticas, y por las mezclas de lo salado con lo dulce. El 90% de las preparaciones llevaban el garum, que se usaba como sal, aunque también se usaba la sal común, que era más cara. Otros condimentos y especias como la cebolla, el coriandro, comino, escalonia o chalote, pimienta, tomillo, orégano, raíz de junco, eneldo, mejorana, nardo, hinojo y las bayas de enebro. Lo más apreciado para Apicio eran los pescados.

No se tienen noticias exactas de la alimentación romana, sólo se sabe con exactitud que conocían las aves rellenas, como los cochinitos rellenos (el relleno constaba de aceitunas, nueces y sesos, con muchas especias, como jengibre y pimienta). Había 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.

La revolución culinaria romana se basó en la incorporación de muchos vegetales que eran desconocidos o considerados inaceptables hasta entonces: la col, los nabos y los rábanos.

Había olivos, ciruela, granado, membrillos y cerezos y la higuera autóctona de Italia.

Los romanos organizaban grandes banquetes de derecho por clases privilegiada. Tan amantes del placer de comer eran que a medida de estos debían retirarse al vomitorium en donde excitándose la garganta con plumas de

pavo real, devolvían lo comido para aliviarse el vientre y poder continuar comiendo.

El Imperio romano se caracterizó por la gran asimilación que sus habitantes hicieron de las culturas que iban anexando. Estudiaron leyes, normas de vida y costumbres de otros países y las incorporaron a su patrimonio. En el caso de la cocina también sucedió así.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

Recrear un menú de la época romana y griega, recreando algunos platillos.

Investigar la forma en las reglas de etiqueta de la mesa griega y romana.

Realizar una mesa redonda e intercambiar opiniones sobre los modales en la mesa.

## AUTOEVALUACIÓN

1. ¿Cultura qué refino el cultivo y los procedimientos para obtener el vino y el aceite?
2. ¿Qué cultura utilizaba para la caza las liebres cretenses, los gatos semi salvajes para cazar el urogallo “macho con pecho azul, hembra de pecho rojo”?
3. ¿Técnica griega qué consistía en una cocción de granos y hierbas aromáticas, con vinagre?
4. ¿De qué lugar es originaria la higuera?
5. ¿Salsa qué se realizaba con entrañas de diversos pescados, puesta en salmuera y se descomponía al sol?
6. ¿Cuáles eran las técnicas culinarias de los romanos?
7. ¿Cuál es el nombre del platillo en el que se utilizan hígados de escaro, faisanes, lenguas de flamenco y huevo de lamprea, y se servía en plato redondo de grandes dimensiones?
8. ¿Cultura en la que fueron importantes los vomitivos la miel, la leche, las frutas y vinos?
9. ¿Gastrónomo romano que murió envenenado por un brebaje llamado el filtro del amor?
10. Condimento que se utilizaba en Roma en lugar de la sal
11. En que cultura aparece la morcilla
12. ¿Cuáles son las técnicas de conservación utilizadas en la cocina griega?
13. Nombre del gran gastrónomo romano, chef, escritor, narrador de especias que llegaron de las cocinas y de los grandes platillos
14. ¿Cuáles son los siete sabios de la cocina griega? Y ¿por qué fueron considerados de esta manera?
15. ¿Quién fue Apicius y cuál fue su aportación dentro de la cultura gastronómica de Roma?

### RESPUESTAS

1. Los griegos
2. Micénica
3. Tisana
4. Italia
5. Garum
6. Ahumado, salazón y la panificación
7. El escudo de minerva protectora
8. Roma
9. Lucúlo



10. Garum
11. Grecia
12. La salazón
13. Lúculo
14. Egis, de Rodas, el único que supo cocer perfectamente el pescado.  
Nereo, de Chíos, inventó el caldo de congrio.  
Chariades, de Atenas, nadie lo sobrepaso en ciencia culinaria.  
Lampria, invento la salsa negra a base de sangre.  
Apctonete, inventó el embutido.  
Euthyno, gran cocinero de las lentejas, legumbre base de la cocina griega.  
Aristón, maestro por excelencia, inventó infinidad de guisados y la cocina de evaporación.
15. Recetario de Apicius fue el más antiguo de los libros latinos de cocina que se conservan. Bajo el título de Apitii celii de re coquinaria libri decem (los diez libros de cocina)

## UNIDAD 4

### EDAD MEDIA ESPLENDORES DE ORIENTE

#### OBJETIVO

El alumno observará los hábitos alimenticios y costumbres que comienzan a definir la gastronomía de los países con más influencias y cambios sufridos a través de las conquistas y guerras en la alimentación.

#### TEMARIO

4. EDAD MEDIA ESPLENDORES DE ORIENTE
- 4.1. HISPANIA
- 4.2. IMPERIO BIZANTINO
- 4.3. COCINA PERSA
- 4.4. COCINA HISPANOÁRABE
- 4.5. EUROPA EN LA EDAD MEDIA LAS CRUZADAS
- 4.6. LIBROS DE COCINA EN LA EDAD MEDIA
- 4.7. COCINA CONVENTUAL



## INTRODUCCIÓN

La gastronomía medieval es el conjunto de las costumbres culinarias y de los alimentos relacionados de esta época.

Muchos de los cambios y costumbres de este periodo se deben a la exportación de muchos alimentos frescos, especialmente las frutas, el pescado y la carne. Los alimentos altamente refinados y elaborados son para la nobleza se consideraban como influencias extranjeras y son fijados como tendencias, ya que los productos originarios del país eran utilizados por las clases bajas y serían menos procesados o refinados, por que se creía que el trabajo manual duro requería de un alimento con características más bastas y menos costosas.

#### 4.1. HISPANIA

Hispania era el nombre que le dieron los fenicios a la península Ibérica y después fue utilizado por los romanos.

Durante el gobierno romano, la explotación agrícola de Hispania, que era muy rica en cereales, es muy conocida, ya que se le llamó "el granero de Roma". Los cartagineses habían traído las técnicas de cultivo muy avanzadas desde Egipto, cuna de la panificación y la cerveza. Las regiones donde los cartagineses se asentaron firmemente, producían una enorme cantidad de trigo y cebada. Turdetania es maravillosamente fértil, tiene toda clase de frutos y muy abundantes, esta zona estaba situada en la actual Andalucía, desde su mayor período económico, con su lenta y profunda romanización. Como se afirma en el libro *Historia de la Hispania romana*, las fincas béticas debían ser plurales en producción, con cultivo de vid y olivo, ganadería y cereales, como sigue siendo hasta la fecha. Evidentemente, el olivo y su producto, el aceite, tenían una fama extraordinaria.

Dentro de los productos más importantes de España, estaba el *oleum hispanicum* fue importante en la alimentación, y como producto farmacéutico para las afecciones hepáticas. El aceite más apreciado, gastronómicamente era el italiano, procedente del territorio de Menafrió. El aceite español llegó a Roma y fue uno de los productos más estimados de la época Imperial, al igual que el jamón ibérico.

Infinidad de 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 y la actual Cerdeña. La forma del jamón Ibérico llega hasta el *Expositio totius mundi*, libro del año 494 a.C., que es el último censo de los grandes productos de la Roma Imperial.



Para la obtención del Jamón Ibérico tradicional desde tiempos remotos hasta hoy en día, la crianza del cerdo es una



mezcla especial de razas de cerdos, el más usado es un puerco estilizado, alargado que es solo de España y Portugal. Para la elaboración de este jamón se utiliza el cerdo de pata negra, come bellotas que le dan fibra, gracias a esto se obtiene un jamón bajo en grasa y de muy buena calidad. Para la realización artesanal de este jamón se coloca un recipiente en la parte de abajo del jamón para la grasa que suelte el jamón durante su cura. El jamón de Jambugo o Ibérico, se debe curar en 45 días colgado en lugares fríos. Por su crianza y elaboración es uno de los jamones más caros.

Los jamones ibéricos se clasifican como; Jamón Ibérico de Bellota: que procede de cerdos que son alimentados exclusivamente con bellotas y hierbas durante la montanera.<sup>5</sup> Jamón Ibérico de Recebo, proviene de los cerdos que son alimentados con bellotas en las laderas, pero que en los últimos meses se le da una alimentación con suplementos alimenticios y forraje. Jamón Ibérico de Cebo, proviene de cerdos que son alimentados en las laderas únicamente con suplementos alimenticios y forraje.

La primera aportación que hicieron los españoles a la cocina occidental fueron las salazones y la salsa garum.

El cultivo de las ostras llegó de Roma, los romanos crearon la ostricultura, provenientes de las costas de Tarragona. Parece ser que el arte de criar ostras se perdió con la llegada de los bárbaros, pero este arte siguió en Barcelona, tierra de gran riqueza ostrícola.

Uno de los negocios más importantes fue la salazón del pescado, cuyo arte lo llevaron a la península Ibérica. Utilizando el atún, esturión, morena y la del escombro, así como la sardina. Y esto unido a las salinas de Cartagena y Cádiz, dio origen al desarrollo de una gran industria de salpescado y de salazón. El garum no era caro, pero había de distintas calidades. El garum duró siglos en la cocina. Hasta el siglo VIII ya nadie tomaba garum en el occidente de Europa.

---

<sup>5</sup> Montanera Es el aprovechamiento por parte de los cerdos de las bellotas que caen de las encinas, los alcornoques y los quejigos. Es en ella donde el cerdo ibérico se alimenta, no sólo de bellotas sino también de hierba y otros frutos silvestres, lo que contribuye a dar a los jamones su excelente y natural aroma y sabor.

En lo que se refiere a bebidas, Hispania importó vinos a Roma, que fueron apreciados de manera muy contradictoria, pero a pesar de la fama de los vinos, lo que bebían los naturales del país era cerveza. Las tribus celtas y celtibéricas la habían conocido a través de los púnicos, que habían traído la fórmula para elaborarla desde Egipto.

Otra bebida que llegó a Roma 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.

Dejando a Hispania de lado, uno de los enigmas de la historia que ha preocupado no sólo a los historiadores, sino a los pensadores y filósofos, ha sido el problema de la decadencia del Imperio Romano. Los galo-romanos, hispano-romanos y los italianos de todas las provincias del Imperio se fraccionaron en diversos reinos y así las cortes bárbaras más ambiciosas, imitaron hasta cierto punto la suntuosidad y rituales de los banquetes de la antigua Roma y Bizancio. El sosiego, orgulloso y natural de aquel lujo no volvió a renacer. Gastronómicamente hablando, fueron los bizantinos quienes se aposentaron como dueños solemnes, en el ceremonial misterioso y barroco de las grandes mesas imperiales. Salvaron platos, conservaron recetas, derrocharon condimentos y especias, en el reino subterráneo y vasto de sus cocinas.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno iniciará la recolección de especias utilizadas en la cocina de Medio Oriente con las cuales elaborará un especiero colocando su nombre común y nombres con los que conocen en otros países ejemplo: Chícharo seco = Arveja= Alverja = guisante. Esta actividad la entregará al finalizar la unidad.

### 4.2 IMPERIO BIZANTINO

Constantinopla fue una de las ciudades más grandes y ricas de la cristiandad durante la Edad Media. Antes de hablar de la cocina bizantina nos

remontaremos brevemente a la historia de Roma dividiendo esta en 4 etapas: su Fundación producto de la unificación d.C. las aldeas que habitaban Italia principalmente indoeuropeos, sabinos y pueblos extranjeros como fenicios, griegos y etruscos, siendo estos últimos los que logran dicha unificación a pesar de la leyenda que cuenta que Roma fue fundada por Rómulo y Remo.

Posteriormente comienza la Monarquía marcando el final de esta la tercera etapa: el Principado resultado de las rebeliones contra la monarquía; se distinguen las dinastías Julio-Claudia, Flavia y Antonina. Al morir el último emperador de esta dinastía comienza la cuarta etapa: la Decadencia de Roma.

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 para el área del Mediterráneo. Antes de las cruzadas, en Oriente fue campeón del Cristianismo contra las oleadas entusiastas de los infieles. Fue el centro de una civilización admirable, la más exquisita y la más interesante que conoció la Edad Media. Por otra parte, transmitió al mundo árabe toda la sabiduría grecolatina. Del cocinero 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 patria de un pueblo, ni la unidad de una raza, sino una civilización. Se mantuvo a base de una 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. Ésta se conservó próspera incluso en momentos muy difíciles.

Esta etapa 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 4 personas se encargaban de 4 diferentes regiones del vasto Imperio. Diocleciano deja el poder y comienzan una serie de luchas entre los citados subgobiernos,



encontrándose entre ellos Majencio, Severo, Galeno, Liciano y Constantino Cloro, ganador de estas batallas y fundador de la Nueva Roma, es decir del Imperio Bizantino.

Como primer emperador que gobernó en el nombre de Cristo, fue una de las principales figuras en el inicio de la Europa cristiana medieval. 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 (Estambul), cambiando así el centro de gravedad de Occidente a Oriente.

El Imperio Bizantino empieza el día 11 de mayo del año 330 d.C., jornada memorable en que Constantino fundó Constantinopla e hizo de ella la segunda capital del Imperio Romano. Constantinopla se volvió así, "la nueva Roma". Aprovechándose de su situación geográfica, los bizantinos fueron grandes comerciantes. Constantinopla hizo pasar todo el comercio mundial por su ciudad. Desde las sedas de Oriente, principal fuente de ingresos, hasta las especias; el comercio bizantino alcanzó, 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.

Cuando se celebró el concilio de Nicea, en el año 325, el emperador Constantino abrumó a 318 padres con un banquete tan abundante y espléndido que según dicen los teólogos: "la mesa daba una idea de los placeres reservados a los elegidos del Paraíso". El propio Constantino edificó, cerca del hipódromo una sala especialmente reservada para los grandes festines; el emperador y sus invitados, comenzaron a comer sentados y no tendidos como en la época romana. El vino griego espeso, dulzón gutural y acanelado, era llevado en grandes vasijas de oro, las cuales eran muy pesadas y debían ser transportadas por dos esclavos.

En los Calendarios del Régimen, que datan del siglo XI, se señalaba que los bizantinos gustaban de unos alimentos muy especiales, elaborados con muchas especias. La cocina tendía a disimular los sabores naturales y llegaba a

mezclar los condimentos y las especias con las frutas más variadas. No podía dejar de contagiarse del abundante comercio de las especias, de su mercado y de sus muelles.

Había un comercio importante, como los perfumistas que vendían perfumes, 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 cocina de esta época fue exigente y ceremoniosa que llevó hasta los extremos el ceremonial minucioso en la comida. Se acostumbraban 3 comidas: el progeuma desayuno matinal; el geuma comida al mediodía y el deipnon era la cena.

Las comidas se hacían en familia, pero cuando había invitados extranjeros, no asistían las mujeres. Los invitados debían cambiar de calzado antes de sentarse a la mesa. La costumbre de comer tendidos en lechos en torno a la mesa se mantuvo en las casas principales y posteriormente fue abandonada, salvo en el Palacio Sagrado.

Los bizantinos fueron refinados e inventaron el uso del tenedor. La mesa la cubrían con un mantel y se colocaban servilletas, así como poncheras para lavarse las manos, que era signo de buena educación. Utilizaron la cruz de hierro incrustada a la tierra para asar las carnes. Utilizaron las técnicas de hervido y horneado en pescados. Conocieron el punto exacto de cocción. Utilizaron salsas exóticas en los animales de caza con pluma se acomodaba con una salsa de mostaza con sal, comino, pimienta y canela. Utilizaron las legumbres frescas, coles, espárragos silvestres que se comían con aceite y laurel.

Consumían lechugas, espárragos, alcachofas, setas, además de habas, lentejas, garbanzos, chícharos. La lechuga la aderezaban con aceite y vinagre, las habas las sazonaban con sal, aceite verde y comino. De manera semejante sazonaban los chícharos y los garbanzos. Gustaban también de los purés de legumbres sobre todo de trigo que aromatizaban con miel, nardo, canela y vino denso del Peloponesio.

Adoraron el ajo verde, que condimentaban con aceite y sal. Su skoodaton era una especie de pasta semejante a nuestro ajo, aceite, aunque como condimento se añadían alcaparras y mostaza. Conservaron el garum.

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.

Los bizantinos gustaban de las carnes de animales jóvenes como corderos, cabritos, gazapos que es un conejo joven y lechones. Era un manjar el deleitarse con las menudencias y despojos como las manos de cerdo y cordero, las tripas, el hígado, los riñones, ubres de cerda. También gustaban de las ranas, y esturiones, que eran muy solicitados. Consumían carne 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 relleno de ajo, cebollas, y puerros y nadaba en salmuera.

La repostería bizantina fue abundante, ocupaban infinidad de maestros dulceros, queseros y grandes artesanos de golosinas perfumadas. Freían unos 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. 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 en almíbar, pastas y de hierbas de olor. Con este platillo nace en Bizancio el huevo hilado. 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 que el hojaldre nació en Constantinopla; los franceses opinan que el hojaldre lo inventó en el siglo XVII Claude de Lorraine que fue panadero, además de excelente pintor. Los bizantinos fueron maestros queseros y de las cuajadas.

El pan de pura harina de trigo del país era universalmente apreciado, figuraba en casi todas las mesas bizantinas, excepto en la de los mendigos. Se

distinguían 3 clases de pan; las 2 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<sup>6</sup>.

Contaban con productos de todo el mundo, la mantequilla venía de Moldavia; venados de carne brava y perfumada de Transilvania región de Rumania central que formaba parte de Austria-Hungría; faisanes de la Colquida antigua región en la costa oriental del mar Negro al sur del Cáucaso, actualmente parte de la República de Georgia; aves de Brussa ciudad del noroeste de Turquía cerca de la ciudad portuaria de Mudanya, que se levanta a orillas del mar de Mármara y con la que está comunicada por ferrocarril conocida anteriormente como Brusa o Brussa, es la capital de la provincia del mismo nombre; cerezas de Chipre tercera isla más grande del mar Mediterráneo, localizada al oeste de Siria y al sur de Turquía; dátiles y peras de África, sandías y melones de la actual Anatolia; miel de Besarabia región histórica del sureste de Europa, situada al este de Rumania entre los ríos Prut y Dniéster. Esta zona se corresponde actualmente con la república de Moldavia, excepto en las áreas del norte y del sur, que pertenecen a Ucrania; aceite de Creta; uvas pasas de Corinto ciudad de la antigua Grecia, en el istmo de Corinto; vinos para cocinar de la Argolida, entre otros.

Resumiendo la cocina bizantina, usó los rellenos y se preció de endulzar las salsas con diferentes hierbas. Fueron 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.

---

<sup>6</sup> Gutiérrez de Alva Cecilia I. Albores de la Panadería Mexicana. Cuernavaca, Mor. 2004. p 40. Tesis (Licenciatura en Gastronomía) ITAHE.

#### 4.3. COCINA PERSA

A Persia llegaron con las caravanas bizantinas, que iban a India y a China, el libro de cocina del romano Apicio y un buen número de recetas propias bizantinas.

Gracias a los persas, Bizancio, el mundo árabe y Europa entera conocen el helado y la pasta, alimentos que procedían del lejano Oriente. La misma cocina persa aporta el caviar y los alfóncigos o pistachos; con estos últimos elaboraban extraordinarios helados.

Al Palermo árabe de Ibn Gubair pertenecen los dos más antiguos y venerados documentos sobre macarrones. De China vino el arroz, la caña de azúcar y las aves de corral, gallos, faisanes, etc. La técnica del sorbete del ár. sarib, pasa de China a India y de aquí a Persia, donde se tiene noticias de que en el siglo VI ya se hacían helados de esencia de rosas, de frutas y de pistachos o alfóncigos.

La cocina de los árabes del desierto, los primeros mahometanos, tenían una alimentación sencilla que consistía en carne, pocos productos vegetales y, desde luego, en casi ningún pescado. En *Las mil y una noches* se confirma de manera positiva e insolente esta afición a la gran cocina carnívora: "Las delicias se encuentran en tres cosas: en comer carne, en cabalgar carne y en meter la carne en la carne". Desde este punto de vista, la cocina árabe tenía una obsesión sangrienta y carnívora. Pero las conquistas musulmanas, extendiéndose e incorporando tantos países, hacen que los árabes entren en relación con la cocina bizantina y, a través del comercio, como ya hemos dicho, con los productos exóticos de China e India previamente adaptados por los persas, heredan los árabes su obsesión por las especias, por mezclar lo dulce con lo salado, así como su gusto por las grandes presentaciones de platos.

La cocina árabe no se reduce a un país, sino que su ámbito de influencia se extiende por el norte de África y Oriente Próximo hasta Irán. Con todo, los países del litoral Mediterráneo cuentan con una cocina más rica y variada, sobre todo la elaborada en los hogares de Marruecos, Argelia, Túnez, Libia y

Egipto, y en menor medida en los de Siria y el Líbano. En el recetario de la cocina árabe predominan los potajes, cocidos y estofados.

El cuscús, es el más representativo de los platos árabes, hecho a base de sémola de trigo molida, acompañada de carnes y verduras cocidas por vapor. En la cocina árabe, se conoce la baba ghannoug que es un puré a base de berenjenas peladas y asadas al horno, con tahine o pasta de sésamo y un aliño a base de zumo de limón, aceite de oliva y ajo machacado en el mortero; hummus bi tahine que consiste en un puré de garbanzos, con tahine y el mismo aliño; tabbouleh es un plato libanés elaborado con trigo partido, remojado y escurrido, que se mezcla con tomates, cebolla picada, menta y perejil, y se aliña con aceite de oliva y zumo de limón. Para comerlo, se utilizan hojas de lechuga, col o vid a modo de cucharas. En el siglo VI comienza a cultivarse en España el arroz por los bizantinos que dominaron el Sudoeste de la Península, pero fueron después los expertos hortelanos musulmanes quienes desarrollaron este cultivo. En los siglos siguientes los árabes fueron trayendo la caña de azúcar, la granada, el algodón, la berenjena, el naranjo, la morera, el almendro, el membrillo, la palmera datilera y las alcachofas. Gracias a un manuscrito anónimo del siglo XIII sobre cocina hispanoárabe conocemos del gran uso que se hacía en las tierras de la cebolla y canela, el azafrán, poleo, cilantro, la albahaca, orégano, comino, jengibre, espliego, hierbabuena y las flores de clavo; así como que se sazonaba con zumo de naranja amarga, con agua de rosas o flor de azahar.

El escritor de Bagdag, Ziryab, en el siglo IX, dejó plasmado cómo en España los comensales también comían sentados blandamente sobre cojines alrededor de la mesa baja y tomaban directamente la comida de las bandejas sin platos individuales. No usaban ni cuchillo ni tenedor y acompañaban la comida con pan. Como en el resto del mundo árabe, en la España de los califas, el vino no se bebía durante las comidas sino en reuniones de amigos alegres, en las que las mujeres quedaban excluidas, donde se cantaba, se recitaba y se bebía, tal como se hacía en las ancestrales culturas griegas, Romana y China.

#### 4.4. COCINA HISPANOÁRABE

Al conquistar la península ibérica en el siglo IV, los musulmanes introdujeron algunos cultivos nuevos en España; entre ellos, la caña de azúcar, la granada, el algodón, la berenjena. Según muchos autores, el arroz se convertiría en la gramínea que simboliza una parte muy importante de la cocina española, cuyo nombre viene de la palabra griega oryza, llegó a la península antes que los árabes. Los bizantinos llevaron el arroz a España, y los árabes fueron los que desarrollaron una gran riqueza exportable, cuya industria mejoró extraordinariamente. Asimismo, la vid y el vino no dejaron de progresar a pesar de ser un poco menos que clandestinos. El naranjo y la morena se extendieron en el Levante.

A pesar de que se conoce la agricultura musulmana, se conoce muy poco su alimentación, y menos aún su arte culinario. Posiblemente no es por falta de textos, sino por la escasa afición que ha habido por parte de los autores a ocuparse de 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.

El profesor De la Granja Santamaría presentó, en 1960 una tesis doctoral sobre la cocina árabe-andaluza, sobre el texto árabe *Fadalat al Jivan*.

Por otra parte, el profesor Ambrosio Huici Miranda escribe la obra *Traducción española de un manuscrito anónimo del siglo XIII sobre la cocina Hispanomagrebi*, publicada en Madrid, por el Ayuntamiento de Valencia en 1966. Este es un tratado que se compone de seis partes muy desiguales. Una primera muy extensa de recetas, la segunda de jarabes, la tercera de lácteos, la cuarta de digestivos, la quinta de polvos medicinales, la sexta de arropes, mantrillos, granadas e higos. Las páginas constituyen una serie de resumen culinario donde aparecen, sin ningún orden lógico, las más diversas especialidades, ninguna composición de las dietas y ninguna manera de manipularlas. Exalta la limpieza y el aseo que debe tener la cocina y cita varios

ilustres sibaritas y Califas, además de sultanes que compusieron textos delicados y sobrios sobre este tema. Establece también los distintos utensilios de la cocina, así como las normas a seguir en el servicio doméstico.

Al lado de la cocina estricta de los recetarios, existió un complejo ceremonial de la buena mesa. El orden de los platos explica minuciosamente este ceremonial, según 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 sazonomiento llamado almori, luego el de vinagre, luego el de miel, luego el fartum, luego el segundo de mil; 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". *Traducción española de un manuscrito anónimo del siglo XIII sobre la cocina Hispanomagrebi*, publicada en Madrid en 1966 por Ambrosio Huici.

Los comensales 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.

Existían normas del paladar una de ellas era, No es de buen tono servir dos series de manjares que no vayan bien entre sí. No todo el vino que se tomaba era de uva, ya que otros zumos de frutas eran más o menos permitidos. No solía beberse el vino en las comidas sino con amigos. El vino se refrescaba y se mezclaba con agua. El beber vino no era considerado como algo natural pero tampoco era considerado como un pecado.

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, 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 proveniente de la India se logró cultivar en el sur de España, volviéndose condimento indispensable.

En la cocina árabe predominan los embutidos, albóndigas y pastel de carne, además de las hortalizas, panes, aceite de olivo, guisos, potajes, carnes de caza, pescado y dulce. Conocen el helado y la pasta a través de los persas, que lo conocieron en el lejano Oriente, igual que el caviar y los pistaches.

Finalmente, 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.

#### 4.5. EUROPA EN LA EDAD MEDIA, LAS CRUZADAS

La Edad Media es un término utilizado para referirse a un periodo de la historia europea, que transcurre desde la desintegración del Imperio romano de Occidente, en el siglo V, hasta el siglo XV. No obstante, las fechas anteriores no han de ser tomadas como referencias fijas; nunca ha existido una brusca ruptura en el desarrollo cultural del continente europeo.

Tenemos muy pocas noticias de la gastronomía de la Edad Media. Sabemos que en esta época, el ganso, el gallo salvaje y otras grandes piezas se sazonaban con ajos y cebollas debido a la falta de especias, todo es acompañado de col blanca que los germanos llevaron como máxima aportación agrícola de sus países originarios.

En los castillos y en algunos conventos, se cocinaba en forma abundante puesto que contaban con la materia prima suficiente, la cual recibían como tributo. Uno de los platillos de la época fue el lechón asado, el cual tenía miel y se rellenaba de pichones y era adornado con jalea de arándanos.

Los pueblos bárbaros y las invasiones originaron lo que se conoce como cocinas regionales. Sus hábitos alimenticios estaban basados principalmente en la caza, y gustaban de cocinar la carne en su propia sangre. El pueblo en general era carnívoro, no consumían productos agrícolas, excepto cuando los

robaban. Los bárbaros solo cosechaban la col. Las técnicas de cocción eran mínimas, ya que solo medio cocían los alimentos.

Los cocineros germanos gustaban de guisar con vino y vinagreta de laurel, que fue inventada por un cocinero de Palermo. Cuando no cocían con vino usaban jugo de frutas, sobre todo en pescados y aves.

En la corte de Alfonso el Sabio, en España, específicamente en el reino de Castilla, se daban normas y reglas para el buen funcionamiento de cocina y comedor.

En la Castilla del siglo XIII se hacían cinco comidas al día: almuerzo por la mañana, yantar al medio día, merienda por la tarde, cenar al caer el día, y zahorar sobre cenar o cenar por segunda vez por la noche.

Se comía en una sola mesa larga y, posteriormente, esta mesa larga fue sustituida por varias. Las damas comían separadas de los varones, costumbre que siguió hasta el siglo XV.

En el siglo XIV se introduce en España el vino aromático con especias para el brindis final. En este mismo siglo, en las bodas del Príncipe Don Fernando con la Duquesa Alburquerque, se consumieron 4000 pares de gallinas, 400 bueyes, 2000 carnes, más verduras y especias, con lo que se realizó un banquete del que se habló durante mucho tiempo.

El tenedor se utiliza primero en Cataluña y en Aragón, antes que en Castilla, pues los primeros reinos estuvieron en contacto con los puertos italianos a través del comercio; para el 1520 ya era común encontrarlo en diferentes lugares de España.

En su libro *El buen amor*, Arcipreste de Hita, enumera las deliciosas golosinas que preparaban las monjas: letuario de nueces, cominada de Alejandría, jengibrante, miel rosada, rossetta novela, alfeñiques, violado de confites, azúcares en polvo, en cuadritos o terrones de azúcar Candy, entre otras delicias más.

En Francia, los banquetes eran un poco más refinados, teniendo mesas de roble con incrustaciones de oro y plata. En cuanto al servicio, las entradas se ponían en la mesa antes de que entraran los comensales. El chef Taillevert,

cocinero de Carlos V y el más importante de la época, estableció las diferencias entre sopas, cremas, etc. Además, surgió la vitivinicultura, aunque es importante mencionar que el vino sólo se consumía para acompañar la comida y en las salsas, ya que abría el apetito y refinaba el sabor de los alimentos.

Dentro de su alimentación, el pescado se salaba o ahumaba; tenían gusto por las sidras, trufas, aceitunas, asnos rellenos, pavos reales, etc. Su cocina es rústica, y se basa en los binomios, Dulce-salado; Agrio-dulce; además de lo no graso y las especias. Acostumbraban las meriendas; el pan se comía duro. Elaboraban gran variedad de quesos de oveja y cabra especiados. Ellos perfeccionan la receta romana para elaborar mostaza, dando origen a la de Dijon. El menú se dividía en varios tiempos: Sopas; platos con salsa, pescado, carne y huevo; asados de jabalí, venado, animales de caza; entret piezas grandes y espectaculares, disfrazan los animales; postres, pasteles y tartas; frutas.

En Inglaterra, no había higiene ni organización. Podemos decir que el clima era la guía de su alimentación, ya que durante el verano su dieta consistía en cerdo, ganso y res; y en el invierno consumían lo que se conservó del verano. El clima también calendarizaba la producción. La matanza de los cerdos era en septiembre y en noviembre de res.

Aprovechaban las menudencias y tripas, sobre todo del ganado de ovejas, aunque también se dedicaron a la pesca, además de cerdo, ganso y res. Conservaban sus alimentos con sal, vinagre y ahumándolos. Sin embargo, el consumir estas conservas todo el invierno provoca carencia de vitamina C entre otros nutrientes, generando enfermedades como el escorbuto, hemorragias, caída de dientes y problemas en las articulaciones.

Los ingleses usaban instrumentos de cobre y bronce. Debemos puntualizar que en los conventos la alimentación era más sana, consumiendo más vegetales y menos carne, ya que los jóvenes eran enviados ahí a estudiar.

El mayor gastrónomo de esta época fue Veneciano Fortunato (530-609), un italiano astuto, escritor, poeta, clérigo que acabó siendo obispo de Poitiers sin dejar de mano, el pecado de la gula y la embriaguez. Escribía a la reina

Radegunda en un latín erudito. "Ávido y glotón como soy, Dios me perdone, lo devoro todo, carnes y guisotes; todo lo engullo".

Fortunato explica minuciosamente un festín en el cual las legumbres se sazonaron con jugo de carne, las viandas de caza con una salsa de miel servidas en bandeja de plata, las frutas en platos de mármol (sic), las cremas y la leche en delicados jarrones, la volatería en platos de cristal.

La primera gran mesa del Occidente medieval fue la del imperante Carlomagno el emperador de la barba florida. Carlomagno hablaba un alemán áspero y autoritario, era polígamo como un sultán y un gran glotón. Imitó los banquetes de los emperadores romanos y de los bizantinos, con reglamentaciones ceremoniosas y pausadas. Tal era su gula que cuando enfermó, y los médicos quisieron someterle a una dieta montó en gran cólera y ordenó "que le sirvieran tres gansos y los cuartos traseros del jabalí que había cazado el día anterior de una certera lanzada". Fue el primer rey cristiano que sentó a las damas a la mesa. Prefería la carne de asno joven más que la de ternera. Se sabe que se consumían asados, relleno de frutas y aceitunas.

Se pescaban en los ríos salmones, los lucios y las percas, los barbos. Los cocineros germanos gustaban de cocinar con vino, y aderezar con vinagretas de laurel. Al lado de tanta opulencia, los campesinos, los siervos, el bajo pueblo, sufría años de hambre y en ciertas regiones era el hambre endémica y conformada. En algunos países se dieron casos de antropofagia, en los caminos los fuertes capturaban a los débiles, los descuartizaban, los asaban y se los comían. La cocina del cerdo era popular y aristocrática en la Germania medieval. Los maestros salchicheros gozan de un rango artesano. Junto a esto se populariza el sauerkraut, la col blanca fermentada en barriles. Parece ser que esta preparación la aportaron a Europa los tártaros y tomó carta de naturaleza en Alemania. A partir del siglo XIII el signo de las grandes hambres cambia lentamente y se entra en uno de los períodos más felices de la historia de la alimentación occidental, y a esta época se le llama "la Europa de los carnívoros".

La cocina francesa se aletargó después de Carlomagno y no renació hasta principios del siglo XIV con los primeros Valois. Como ejemplo veremos lo que era la mesa del rey Luis IX que alcanzó la santidad. En 1248 ofrece un banquete de abstinencia al cual asistió Santo Tomás de Aquino. Comienza el ágape con cerezas, con un curioso plato de habas frescas, recién desgranadas, cocidas con leche de vaca. Le sigue un postre de anguilas, lamprea en salsa verde, tartas, pasteles dulces y salados y arroz con leche, con almendras y canela. Durante los siglos XIII y XIV el pueblo no comía mal, consumían entre otros: cereales, buenas legumbres, aves de corral, carne de puerco salado o embutido.

En ningún lugar de la Cristiandad durante el siglo XIV se comió tan ricamente como en el Aviñón de los papas. El lujo y el refinamiento de los papas en Provenza, tozudos y altaneros fue abrumador.

Por otro lado, la cocina veneciana tiene fama antigua por su opulencia y por su extraordinaria abundancia y ceremonial. De ella se decía que las mesas estaban cubiertas con manteles finísimos, los candelabros eran de oro y plata macizos, las copas, ricamente trabajadas, las bandejas estaban cargadas de golosinas o llenas de plantas exóticas perfumadas. Los paradores y bufetes tienen las más preciosas vajillas, la vidriería de figuras deliciosamente complicadas. Venecia, importadora de especias para toda Europa, las prodigaba en los asados y pescados, a los que se añadían agua de olores y azúcares perfumados. Otra obsesión era presentar los manjares de una manera original y divertida. En algunos textos encontramos que se presentaban pasteles de liebre figurando leones dorados; otros con águilas en actitud de levantar el vuelo, faisanes que parecían vivos, pavorreales blancos con las colas desplegadas, adornados con cintas de oro y de sedas multicolores. Había también grandes figuras de mazapán; unas representaban el caballo del Capitolio, y la más original un rinoceronte introduciendo el cuerpo en la boca de un dragón.

El rey Luis XIV comía con las manos a pesar del ceremonial minucioso que presidía siempre su mesa. Sólo en los últimos años de su vida usó un

pequeño tenedor. La crónica parisiense, dice que la primera vez que se utilizó un tenedor en un establecimiento público fue en la "Tour d' Argent", el célebre restaurante de París, que tiene más de 400 años a la cabeza del buen comer francés. El uso del tenedor se hizo habitual durante el siglo XVIII en toda Europa. Podemos decir que en Inglaterra se implantó a partir del siglo XVII, igual que en Alemania. La cuchara es mucho más antigua y había sido usada en la época de los romanos.

Durante siglos, el primer negocio de Venecia es el comercio de las especias. Llegan de Oriente a través de las grandes caravanas, y Venecia asegura su importación por Constantinopla a través de Alejandría. Durante toda la Edad Media y el Renacimiento, Europa no concibe un plato de calidad sin el concurso de la pimienta, del clavo, de la nuez moscada, de la canela, de las mostazas, del azafrán, del jengibre o la galanga. No olvidemos que Venecia está situada estratégicamente para el reparto de estas preciosas mercancías al oeste, al centro y al norte de Europa. Y hasta el siglo XVI que Lisboa disputa su hegemonía, Venecia es el gran emporio de las especias. Había pimienta que venía de China. Como técnicas culinarias usaban: la ebullición, parrillar, asar a las brasas o al rescoldo.



La introducción del tenedor en Europa se atribuye a los venecianos. En el siglo XI. Teodora hija del emperador bizantino Constantino Ducas, asombro a los venecianos con sus refinamientos para comer en la mesa. Ella utilizó el tenedor de oro de dos puntas para comer. La cuchara es más antigua que el tenedor se usó desde época de los romanos.

#### 4.6. LIBROS DE COCINA EN LA EDAD MEDIA

Dentro de los libros de textos importantes encontramos los de Alfonso el Sabio, quien codificó a detalle tantas cosas relativas a las costumbres. En sus Partidas aparecen detalles, prescripciones para el buen gobierno de su casa.

El Libro *Le Libre Sent Sovi*, apareció por primera vez en versión completa en 1979 y en una edición accesible para el lector, redactado por Rudolf Greeve. Es el recetario más antiguo de la cocina medieval. El libro de Sent Sovi es uno de los textos gastronómicos escritos a mediados del siglo XIV, es una recopilación de múltiples copias y lectores. Entre los platos que incluye se encuentran algunos de los más preciados de la Edad Media, como los pavos asados pero servidos con las plumas en la cabeza y las colas intactas. Al mismo tiempo, se trata de un testimonio de la cocina medieval previa a la llegada de los productos procedentes de América. Este libro se conserva en la Universidad de Valencia. Es una cocina que forma parte de la que se llamó la cocina cristiana de Occidente, con sus sopas, sus asados, sus postres y sus antiguas técnicas venidas de los romanos, mejorados por las técnicas exóticas de los árabes. Porque en la cocina del Sent Sovi influyó de una manera segura el contacto, ya sea a través de las guerras, y a través de las treguas y de las paces, con los musulmanes.

Existen pruebas los árabes usaban en la cocina la cebolla y la almendra a discreción, que han sido y son las bases esenciales para las salsas. A la par de muchas otras técnicas se desarrolló una repostería única, los barquillos, las natillas, los turrone, los mazapanes y las frutas confitadas están descritos como las de los recetarios de cocina árabe y en la cocina judía. Este libro es mediterráneo, el más rico de su siglo en lo que se refiere a la cocina de pescados: se presentan no menos de 50 variedades de pescados marinos a los que se añaden los de los ríos. También se elaboran grandes asados al horno y sobre todo las substanciosas empanadas medievales que se encuentran en toda la cocina de la época en Occidente.

Los franceses han estado siempre muy satisfechos de *Le Viandier*, de Guillaume Tirel, llamado Taillevent, del cual aparecieron cinco ediciones góticas a partir de 1490.

El gran libro del arte culinario italiano es el del maestro Martino, que fue redactado a finales del siglo XV y en el cual se rastrean claras influencias catalanas del *Libre de Sent Sovi*, además de las italianas.

Inglaterra es el país que posee más manuscritos medievales de cocina. Otros libros son el manuscrito de Harl, que se editó en 1430 y Ashmole en 1943, este último lo publicó Thomas Austin en 1888 en su libro *Two Fifteenth Century Cookery Books*. *Aroundel* es otro texto del siglo XV y habla acerca de la cocina anglosajona.

*Le Ménagier de París*, es el primer libro de cocina burguesa que se redactó entre 1392 y 1394, no es un tratado estrictamente de cocina, sino de economía doméstica, contiene recetas pero es más práctico y doméstico. Un ejemplo de un menú es como sigue: Primer servicio: pasteles de res; puré oscuro, un guiso de lamprea con vino; caldo de Alemania de carne; salsa blanca de pescado y tarta de queso. Segundo servicio: Asado de carne; pescado de mar; pescado fluvial; empanadas de carne; guisado antiguo de gazapos y pajarillos con salsa caliente; tortas pisanas. Tercer servicio: manjar blanco; colas de jabalí con salsa caliente; capones asados; pasteles de salmón y otros pescados de río; leche frita. Cuarto servicio: sopa de trigo; un gran plato de caza; asado de pescado; pastel de anguilas; gelatinas de pescado y pastel de capón.

En el siglo XIV se publica el primer recetario en castellano que es una traducción del *Libre de Coche de la Canonja de Tarragona*, editado en Barcelona en 1395, no es un recetario de cocina, pero describe las instrucciones sobre los alimentos que pueden comerse a lo largo del calendario litúrgico; estas instrucciones eran para el clero que dependía del arzobispado de Tarragona. Este recetario se redactó en 1331. Podemos decir que la cocina catalana de la época medieval tiene su propia personalidad.



El más antiguo, escrito en italiano, es Anónimo Toscano, de la segunda mitad del siglo XIV.

Enrique de Aragón (1384-1434), más conocido como marqués de Villena, es uno de los personajes más curiosos de la literatura española. A finales del siglo XVIII, se editó su libro *Arte Cisoria: todo el arte de usar el cuchillo que ordenó el señor Don Enrique de Villena a preces de Sancho de Jarava*, se sabía muy poco de su obra, pero en cambio se conocía el prestigio de su nombre. Este libro puede considerarse como el primero escrito en castellano que se ocupa exclusivamente del arte de la cocina. Es un tratado didáctico y donde su autor escribe con detalles y con un conocimiento profundo de la materia. No es el libro de un hombre de oficio, sino de las delicadas observaciones metódicas de un gastrónomo que conoce todo aquello que le interesa. En el libro no sólo se habla del arte de trinchar, que es un arte feudal por excelencia, sino de la clasificación de las viandas de su época en cinco grupos, habla de la comida más no de recetas. Clasifica los manjares en estos grupos de aves, animales de cuatro pies, pescados, frutas y hierbas. Luego describe la presentación de los manjares en la mesa. Finalmente habla de los instrumentos utilizados para comer como las cinco clases de cuchillos y cuatro clases de tenedores, junto a otros utensilios y elementos de la vajilla, que pueden ser de oro o plata. *El arte Cisoria* fue compuesto por Villena en 1423 y es la mejor escrita de las obras de este humanista que han llegado hasta nuestros días.

#### 4.7 COCINA CONVENTUAL

Para comprender la cocina medieval y renacentista se tiene que entender también al capítulo de las cocinas conventuales. Podemos hablar de ella gracias a la tesis del monje montserratino Efreim Ernest Compte, 1926,<sup>7</sup> que obtuvo el doctorado en la Universidad Norteamericana de Princeton, gracias al Costumari del monasterio de Sant Cugat del Vallès. Según este libro, durante todo el año y en lo tocante a las comidas cotidianas los mojes entendían la

---

<sup>7</sup> COMPTE, Efreim Ernest: *The Customary of "Sant Cugat del Vallés": Study and Edition*. Princeton, Princeton University Press, 1975, 2 vols.

austeridad en cuanto a la calidad de los platos servidos pero no en cuanto a su cantidad; el pan era abundante, los huevos no eran menos de tres por cabeza y las raciones de vino eran considerables. Además de los dos platos de hortalizas y legumbres.

La Iglesia de la época comienza a imponer ciertas reglas dentro de la gastronomía como; Comer ligero y sin grasa en la Cuaresmas y los días viernes y festivos, sin carnes. Hacen sustituciones de la carne por el pescado; la grasa animal por la vegetal; la leche animal por leche de almendras. En los conventos no existe crisis, son protegidos durante las cruzadas, por eso, sus cultivos siguen siendo abundantes. Conservan recetas y preparaciones, como el uso de las especias; solo ellos fabrican vino, lo almacenan y lo venden. También perfeccionan la elaboración de panes y pasteles, al igual que la elaboración de quesos y cremas.

Los conventos son centros de enseñanza de actividades agrícolas, ganaderas y gastronómicas, contando con sus propias reglas internas, las cuales les obligan a trabajar por turnos en la cocina, no podían comer ni beber fuera de horas establecidas, entre otras cosas.

### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará las especias provenientes del Medio Oriente ejemplos España, India, Turquía, Arabia, Túnez, Pakistán entre otros.

Investigará platos representativos de los países mencionados en la unidad 4

## AUTOEVALUACIÓN

Responde las siguientes preguntas

1. ¿Cultura qué refino el cultivo y los procedimientos para obtener el vino y el aceite?
2. ¿De qué lugar es originaria la higuera?
3. ¿Salsa qué se realizaba con entrañas de diversos pescados, puesta en salmuera y se descomponía al sol?
4. ¿Cuáles son las Propiedades medicinales que se le atribuían al garum?
5. ¿País en el cuál se introdujeron el loto, melocotón, albaricoque, melón, limones, naranjas, mandarinas durante el imperio romano?
6. Flor utilizada para la decoración de los banquetes romanos.
7. Cultura en la que utilizaron la cruz de hierro incrustada en la tierra para asar carnes.
8. ¿Cuáles fueron las técnicas culinarias de los romanos?
9. Nombre del platillo en el que se utilizan hígados de escaro, faisanes, lenguas de flamenco y huevo de lamprea, se sirve en plato redondo de grandes dimensiones.
10. ¿Qué cultura rescato platos, conservo recetas, utilizaron los condimentos y especias?
11. Gastrónomo romano que murió envenenado por un brebaje llamado el filtro del amor.
12. Condimento que se utilizaba en lugar de la sal.
13. Nombre de la cultura que llevo a Hispania las técnicas del cultivo desde Egipto
14. Producto español que llega a Roma en la época Imperial.
15. Nombre de las regiones españolas dónde se produce el mejor jamón ibérico durante la época Imperial.
16. Cocina en la que surge el término de charcutiér.
17. Época en la que se elaboro un postre llamado “Barbas de monje”.
18. Emperador que gobernó en el nombre de Cristo, en la época Medieval.
19. Cultura en la cual el refinamiento ante la mesa era algo muy importante como el comer con tenedor y utilizar servilletas.
20. En esta cocina predominan los embutidos, albóndigas y pasteles de carne, además de las hortalizas, panes, aceite de olivo, guisos, potajes, carnes de caza, pescados y dulces. Conocen el helado y la pasta a través de los persas, que lo conocieron en el lejano Oriente, igual que el caviar y los pistaches.
21. Se le llamo el GRANERO DE ROMA.
22. ¿Cuál es el nombre del ave exótica proveniente de Persia?
23. Personaje que menciona cuatro clases de tenedores utilizados para comer al igual que el arte de trinchar y clasificar las viandas.

Selecciona el inciso correcto.

1. Los bizantinos consumían
  - a) carne de corderos, cabritos, gazapos y lechones viejos.
  - b) Lechones jóvenes, carne de cordero, cabritos y gazapos.
  - c) Asnos, carne de vaca, aves.
2. El cabrito en el imperio bizantino se sazonaban con
  - a) Coriandro verde y pimienta
  - b) Garum, canela y pimienta
  - c) Hierbas silvestres y canela
3. En la época del Bizantino surge
  - a) Carnicería
  - b) Repostería
  - c) Técnicas del helado
4. Brebaje aromático que se elaboraba mezclando vino con miel y gran cantidad de hierbas silvestres.
  - a) Bebida de las mil hierbas
  - b) Bebida de las cien hierbas
  - c) Bebida de las cien mil hierbas
5. El helado fue conocido en Euro, Bizancio y en el mundo árabe gracias a)
  - a) a los chinos
  - b) a los españoles
  - c) a los persas
6. Postre elaborado con huevo hilado montado sobre un bizcocho, relleno de frutas, almíbar y hierbas de olor
  - a) Barbas de monje
  - b) Pasta hojaldre
  - c) Huevo hilado
7. Cocina que disimulaba los sabores naturales de los alimentos con condimentos, especias y frutas variadas.
  - a) Romano
  - b) Bizantino
  - c) Persa

## RESPUESTAS

1. Griega.
2. Italia.
3. Garum.
4. La digestión.
5. Italia.
6. Rosa.
7. Bizantinos o Imperio Bizantino.
8. Ahumado, salazón y la panificación.
9. El Escudo de la Minerva Protectora.
10. Bizantino.
11. Lúculo.
12. Garum.
13. Cartagineses.
14. Aceite o Oleum hispanicum.

15. Cantabria y Cerdeña.
16. Cocina Hispano Árabe.
17. Bizantina.
18. Constantino.
19. Bizantino.
20. Hispanoárabe.
21. Hispania.
22. La Gallina.
23. Enrique de Aragón o Villena.

Selecciona el inciso correcto.

1. B
2. A
3. B
4. B
5. C
6. A
7. B

## UNIDAD 5

### RENACIMIENTO

#### OBJETIVO

El estudiante observará el inicio del refinamiento en la cocina y en la mesa, aunando a una regresión a lo clásico.

#### TEMARIO

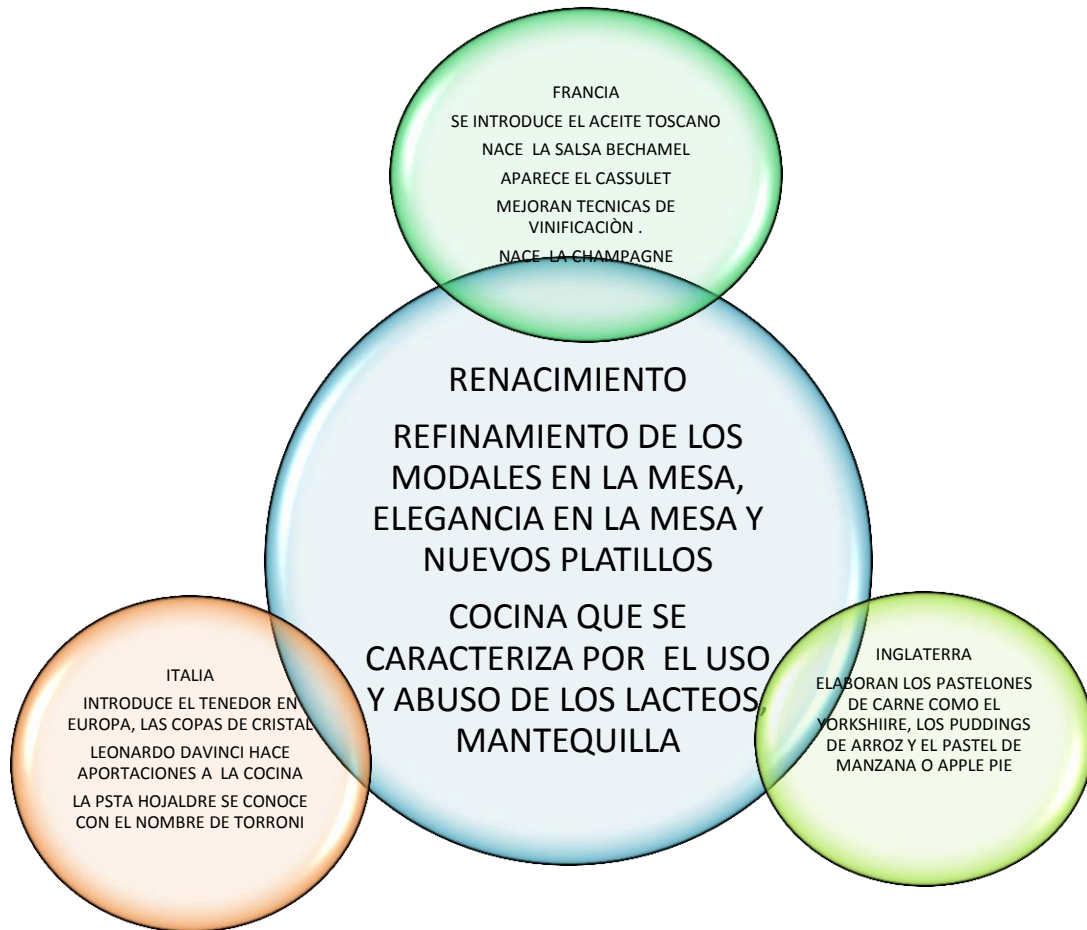
##### 5. RENACIMIENTO

5.1. ITALIA

5.2. FRANCIA

5.3. INGLATERRA

# MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Es un periodo de la historia europea caracterizado por un renovado interés por el pasado grecorromano clásico y especialmente por su arte. El Renacimiento comenzó en Italia en el siglo XIV y se difundió por el resto de Europa durante los siglos XV y XVI.

En este periodo la sociedad feudal de la Edad Media se transformó en una sociedad dominada por instituciones políticas centralizadas, con una economía urbana y mercantil, en la que se desarrolló el patrocinio para apoyar la educación, las artes y la música.

El Renacimiento fue la época en que resurgió el arte y la ciencia, se inicio en Italia, exactamente en Florencia, entre los siglos XIV y XVI. En esta época nacieron grandes artistas, como Leonardo Da Vinci, Miguel Ángel, Botticelli, Juan de Juni, Donatello, Rafael, entre otros. Es la época de máximo esplendor del arte europeo.

En esta época se popularizó el uso del tenedor; más gente se acostumbraba a usarlo; antes se sentaban recostándose un poco en la mesa, ahora comenzaban a sentarse inclinados hacia la mesa y con el tenedor.

La técnica de cocción utilizada en la cocina renacentista fue el spiedo son espadas o varillas en las que se insertaba la carne y se giraba sobre el fuego, hasta que el alimento estuviera cocido.

A partir de aquí, comienzan a consumirse distintas variedades de verduras, como jitomate; además, llega el chocolate, papa, camote, cacahuate, jícama, entre otros alimentos; gracias a la conquista y colonización de América.

La papa no se consumió hasta después de la Guerra de los Cien Años, pues pensaban que era un alimento para los cerdos. La papa es originaria de los Andes peruanos, se cultiva hoy en las regiones templadas de todo el mundo. Hoy en día se destina al consumo humano directo y a la elaboración de alcohol y adhesivos.

Leonardo Da Vinci que se consideraba como un sabio también opinaba sobre el arte de comer y uno de sus párrafos para estar sano dice;



“Come solo cuando lo necesite, y que tú cena sea ligera. Mastica bien y procura que los alimentos estén bien cocinados y que sean frugales. Mantente en pie cuando te levantes de la mesa. Mezcla el vino con agua, toma poco de una vez, nada entre las comidas y no lo bebas nunca con el estómago vacío. Evita la abundancia y pon mucha atención a tu régimen alimenticio”.

Leonardo hizo muchas fábulas acerca de las especies, y otros alimentos frutales. Algunas de ellas eran dedicadas exclusivamente al vino, a la sidra, amaba las bebidas, y se complacía en contar algunas otras fábulas acerca del nacimiento del vino.

La corte de Borgoña fue algo extraordinario y en ella se reflejaron las inquietantes 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 todos los personajes 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 la Orden del Toisón de Oro se conmocionaron profundamente. El gran duque de occidente quiso lanzar una cruzada para recuperar la ciudad, pero este intento fue fallido incitando a sus paladines arriesgar su vida ante la Cruz amenazada, este evento se realizó en unas fiestas celebradas 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, a unos trabajos esforzados, solían prestar juramento sobre un ave considerada como noble, 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 status alto depositaba la pieza ante uno de los caballeros más bravos y valientes 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 elegido. 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.

## 5.1. ITALIA

El Renacimiento en Italia se ve presente en Florencia considerada como una ciudad intelectual donde se impone la moda de pensar, de vivir, de vestir y de comer, gracias a una familia llamada Médicis.

Con el Renacimiento aparece una civilización nueva durante el siglo XV en Florencia. 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. Y en el siglo XV define un arte nuevo de vivir. Esto es lo que afecta tremendamente a los franceses que conquistan el norte de Italia a finales del XV y que les deja literalmente fascinados. Y de ello viene la vieja polémica de si es cierto que la cocina francesa nace del encandilamiento francés ante el arte de vivir italiano y luego se reafirma a través de dos reinas Catalina y María de Médicis.

El regreso de Carlos VIII representa la entrada del Renacimiento italiano en Francia. Sus sucesores, Luis XII y Francisco I, con sus azarosas campañas italianas, vuelven enamorados de la exquisitez y el grado de civilización que rige en la península. Con ellos traen jardineros y artistas, arquitectos y confiteros, perfumistas y orfebres.

El empleo que los italianos hacen de hierbas aromáticas en sus platos de carne en el siglo XVI, son una fascinación en Italia, tanto en los paladares franceses como en los españoles o alemanes, ya que eran persistentes y definitivos.

Los italianos aportaron la diferencia del aguardiente que paso de ser un medicamento a una bebida con gran demanda, surgen bebidas más refinadas como el marrasquino elaborado con cerezas en esta época se descubre la elaboración del champagne en Francia.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará los platillos más representativos de la cocina Italiana.

## 5.2. FRANCIA

En el siglo XIII en la cocina florentina ya existía una receta de pato a la naranja, es decir, el pato salvaje con naranjas amargas, refinado por los franceses y es el origen del actual *canard à l'orange*. Surge el consomé con el nombre de *jus consumptum*, viene del *Platina*, libro que se traduce al francés en 1505, y que sólo en el siglo XVI se conocen 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*, forman parte de un recetario florentino del siglo XIV.

Catalina de Médicis introduce en Francia el aceite toscano, mucho más apto para cocinar que el provenzal, y también las alubias que son utilizados en la preparación de *al cassoulet*. En cuanto a la pasta de hojaldre, que algunos tratadistas dicen que es española, en el siglo XIV aparece en Italia, como *torroni*, en un banquete ofrecido en Milán al cardenal Hipólito de Este.

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, era un *vol-au-vent* a la financiera relleno de crestas y riñones de pollo, ligados con una salsa blanca conocida como bechamel. 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. Lo que se puede decir es que los franceses la perfeccionaron.

La cocina italiana trae a Francia el tenedor, que viene de Venecia. Asimismo proceden de Murano, Venecia, las primeras copas de cristal que sustituyen las copas de metales preciosos. Cellini cincela en plata, con un refinamiento exquisito toda la vajilla de Francisco I.

Los cubiertos de oro, las servilletas, escudillas que son unos tazones sin asa donde se sirve el caldo, bandejas y mesas con ruedas y plataformas, aguamaniles es una jarra con agua y una vasija para que esta se recoja y candeleros de plata, todos estos son las vajillas típicas de este periodo.

Catalina de Médicis impone la moda de que los caballeros coman con las damas en la misma mesa. Otras aportaciones italianas a la cocina francesa fueron las dulcerías y helados. El pain d'épices , pan de pise o pan de especias, la frangipane, es una crema inventada por el marqués romano Frangipane, los macaron es un dulce que los franceses lo designan como pasta. Los helados, los sorbetes, habían llegado a Francia a través de Italia.

En el Renacimiento también existieron libros de cocina entre ellos encontramos *el Libro de la voluptuosidad honesta y de la buena salud o del bienestar*, primer libro impreso que se ocupa de temas culinarios, su primera edición lleva fecha de 1475 y consta de 10 libros. 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. En el libro primero se trata de la habitación, del modo de preparar la mesa, de la ciencia de la cocina, de las dietas, de los ejercicios del cuerpo, de la sal, del pan y de la naturaleza de los frutos. El libro segundo insiste sobre la naturaleza de los frutos, de la miel, del azúcar, de la leche y sus derivados, de los huevos, de las grasas y del vinagre. El libro tercero habla de la naturaleza de las frutas secas, de las castañas, de los bulbos y de las hierbas aromáticas. El libro cuarto habla de la naturaleza de las hortalizas y de las carnes. El libro quinto, de la naturaleza de la caza en general. El libro sexto, del modo de cocinar, de los asados y de la pastelería y de la manera de confeccionar salsas y caldos.

El libro séptimo, de la manera de cocinar los cereales, legumbres y del arte de freír y confeccionar platos variados. El libro octavo trata de la manera de preparar los condimentos y los sabores. El libro noveno, del modo de cocinar los huevos, las setas, las trufas y otros variados y sorprendentes manjares, como por ejemplo, las ranas. El número diez, de la manera de aderezar los pescados, de varias características del orden de la mesa y de los vinos. La importancia de Platina como gastrónomo se basa sobre todo en su defensa por la gastronomía.

Existe otro autor, llamado Bartolomeo Sacci, conocido como Scappi que se dedicará a ofrecer soluciones alternativas con la variación de un ingrediente, para obtener comidas con características similares, pero con un gusto final, casi que caracterizará la cocina del siglo XVI. Enriquece la cocina italiana de su tiempo, renovándola profundamente. Por primera vez un chef ilustra en detalle nuevas técnicas de preparación que propone soluciones geniales, como por ejemplo; enharinar o empanizar 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 fierro para no amargarla, entre otras técnicas.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará los platillos más representativos de la cocina francesa.

Investigar ¿quién fue Catalina de Médicis?

### 5.3 INGLATERRA

Los cuarenta años en que reina Isabel de Inglaterra, de 1558 a 1603, representan una era de máxima vitalidad en todos los aspectos. Un personaje como la Reina Virgen, que gustaba tanto de la vida, tenía que regodearse 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 venerable documento de la cocina inglesa. Y la época Elizabethiana 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 Giovanni Roselli, publicado en Venecia, en 1516.

En estos recetarios aparecen todos los grandes temas de la cocina medieval y del Renacimiento; el agua rosada, 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 sangrantes, de la cocina benedictina inglesa.

Las alusiones a la cocina en las obras de Shakespeare son continuas, no sólo a los platos, a los condimentos y bebidas, sino también al mismo ámbito doméstico, a la cosa íntima y amable que la cocina representa. Nos encontramos en sus obras que las alusiones a la cocina son extremadamente realistas en ellas encontramos toda la batería de cocina a la antigua, cacerolas, jarras y jarrones, recipientes para guardar manteca, tamices, coladores, cucharones. También sale muy a menudo el horno, el hogar y las brasas. La cocina y el jardín son dos alusiones constantes en la obra de Shakespeare.

En lo que se refiere a los productos de la cocina, en el transcurso de la obra de Shakespeare nos vamos dando cuenta de que va mejorando su gusto y nace un evidente refinamiento. Hasta los treinta años el apetito de Shakespeare es el de un joven lleno de vitalidad y energía. Pero con el contacto con el mundo exquisito de Londres hace que las alusiones de sus primeras obras sobre la calidad, la frescura y el sabor de los alimentos se vayan refinando: su gusto se convierte en mucho más exigente, para acabar siéndolo totalmente. En la época de Shakespeare comían los caballeros con un apetito alucinante.

Durante el año cambiaban los menús por ejemplo en Cuaresma debían consumir pescado salado, que se guardaba todo el invierno, y sólo se servía en esta época, después de todo un invierno de salazón. Por la Pascua, el cordero, el cerdo y la ternera eran las carnes principales. En verano se volvía a comer más y se consumían hortalizas.

En el otoño y por San Miguel la reina Isabel puso de moda, en los últimos años de su reinado, matar un ganso. Por san Martín no se mataba el puerco, sino la res. Eran secadas sus carnes y ahumadas y se conservaban en la chimenea, bajo el hogar, para ser consumidas durante el invierno. El cerdo en cambio, se engordaba durante este invierno y se comía, como hemos señalado por la Pascua de Resurrección, para horror y abominación de los judíos.

Este es el último gran momento de la cocina inglesa, que tiene dos memorables: el medieval en la época de Ricardo II y el reinado de Isabel II, con

la omnipresencia de Shakespeare. Una cocina con clara influencia francesa, con la presencia de los italianos que acudieron en selecta cantidad a la Inglaterra y los vinos españoles y griegos: las malvasías, los alicantes, los canarios, los jereces. Una Inglaterra invadida por el alcohol, vinícola, sanguínea, opulenta, presta y preparada para conquistar el mundo. Lo que sin duda hizo, sin miedo y sin conciencia.

En Inglaterra se hacen los grandes pastelones de carne como el Yorkshire (relleno de carne de oca, perdiz, lengua de buey y cocido a fuego fuerte), los puddings de arroz y el pastel de manzana o apple pie.

### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará los platillos más comunes de la cocina Inglesa.

Hacer una comparación de los ingredientes utilizados en la cocina Italiana, Francesa e inglesa.







## UNIDAD 6

### MESTIZAJE CULINARIO

#### OBJETIVO

El alumno observará cómo las aportaciones de América al mundo cambiaron la gastronomía, volviéndola más rica y extensa. Los principales cambios se dan en España y América.

#### TEMARIO

##### 6. MESTIZAJE CULINARIO

##### 6.1. APORTACIÓN AMERICANA

##### 6.2. COCINA DE LOS AUSTRIAS

# MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Con la llegada de los conquistadores a tierras americanas surge una combinación de tradiciones gastronómicas que sentaron las bases de la cocina mexicana.

De cierta manera fue más un choque que un encuentro de la frugalidad indígena se pasó a la gula española.

La batalla entre el maíz y el trigo no tuvo un vencedor ya que aunque las hogazas no reemplazaron a las tortillas, fueron aceptadas por los indígenas, y los españoles, a su vez, por la falta inicial de trigo acompañaron sus platillos con tortillas y posteriormente incorporaron en su cocina mestiza al maíz.

## 6.1. APORTACIÓN AMERICANA

El siglo XVI representa una revolución en materia alimenticia para España, es el inicio y la transformación de algunos productos que serán cultivados o usados en el siglo XVII y algunos no lo serán hasta el siglo XVIII. La ganadería autóctona del Nuevo Mundo era pobre; en cambio, las plantas cultivadas eran bastante importantes y aún hoy constituyen el 17% de las que se producen en todo el mundo como maíz, cacao, papa, frijoles, alubias, maguey, tabaco, cacahuate, jitomates, pimientos, coca, vainilla, mandioca o yuca, y otras frutas tropicales entre las que están la piña, la chirimoya, el aguacate y el mango.

Todas estas plantas siguieron cultivándose durante la época colonial. Las 4 plantas más importantes son el trigo, el maíz, la papa y el arroz. Los extranjeros aportaron gran variedad de proteínas a la dieta Mesoamericana. Con el traslado de las plantas se han perdido muchas especies que no se han podido registrar. Cristóbal Colon comenzó con el intercambio de plantas, las islas del Caribe no fueron propicias para las plantas europeas.

En el libro “Décadas del Nuevo Mundo” podemos encontrar lo que los españoles llevaron a España. Las plantas no fueron muy bien recibidas en Europa, ellos ya conocían estas plantas pues tenían hierbas que eran tóxicas. Había confusión con las plantas. Todavía no existían botánicos.

A pesar de que los conquistadores aceptaron hasta cierto punto los hábitos alimenticios y la dieta indígena, aportaron muy pronto las especies agrícolas de Europa. Introdujeron los cultivos de 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. Algunas de las principales aportaciones americanas que España ofrece a Europa.

Hay algunas que son indiscutidas como la papa, el cacao, el jitomate; otras como el pavo, la alubia o el maíz, que podían haber sido conocidas en la Antigüedad, pero cuya aportación americana renovó su uso y, por otra parte, hizo que entraran en occidente.

Con la llegada de los conquistadores a tierras americanas surge una combinación de tradiciones gastronómicas que sentaron las bases de la cocina

mexicana. De cierta manera fue más un choque que un encuentro: de la frugalidad indígena se pasó a la gula española. La batalla entre el maíz y el trigo no tuvo un vencedor ya que aunque las hogazas no reemplazaron a las tortillas, fueron aceptadas por los indígenas, y los españoles, a su vez, por la falta inicial de trigo acompañaron sus platillos con tortillas y posteriormente incorporaron en su cocina mestiza al maíz.

El primer intercambio empieza en las Antillas se trajo caña de azúcar, animales como el cerdo, vacas, ovejas y gallinas. Se comía yuca, batata (camote), mamey, piña, Hutía que era un roedor grande, perro, manatí, peces, mariscos y tortugas.

Hubo un gran choque entre las dos culturas los españoles no aceptaron el consumo de insectos, las algas de las lagunas, el perro xoloitzcuintli y la carne humana. Por motivos religiosos los españoles prohibieron el consumo e incluso el cultivo del amaranto dado que para los indígenas, esta semilla tenía alto significado religioso y ritual.

Sobre el pavo (*Numida meleagris*) se ha escrito mucho y se ha discutido, acerca de su procedencia, 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.

Todos los estudiosos están de acuerdo en que la domesticación del pavo se hizo a base de los llevados del Nuevo Mundo a Europa por los españoles. Si los españoles tomaron el pavo de México, también es evidente que trajeron el gallo y la gallina, además del caballo y otros animales.

El pavo, *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 fue fulminante. Se dice que apareció como rotunda novedad en la mesa

de Enrique VIII de Inglaterra y en la boda de Carlos IX de Francia en 1570, fecha en que por primera vez se cocinó para un banquete en ese país.

Algunos de los productos que son llevados del nuevo Mundo al Viejo Mundo son; el maíz, el aguacate, el frijol, calabaza, chile, papa, tomate, tabaco, pavo, cacao, vainilla, caña de azúcar entre otros.

El médico sevillano Nicolás Monárdez, autor de la *Historia medicinal de las cosas que se traen de las Islas Occidentales*, editado en 1574, fue uno de los primeros que cultivaron el tomate en España. El jitomate 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 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.

Los frijoles, conocidos en España como judías, tienen bastantes sinónimos en español como: arvejas, judías, judipuelos, bojacas, frijoles y habichuelas (nombres dados en España). 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. Las judías, en sus infinitas variedades, se extendieron rápidamente por todo el Mediterráneo a partir de la segunda mitad del siglo XVIII.

El chile, ají o pimiento, *Capsicum Annuum*, es de procedencia americana; llegó en todas sus variedades, desde el más dulce hasta los chiles más feroces y picantes que pronto se aclimataron en Andalucía, donde se sabe debió ser un condimento muy popular. También se le llama *paprika* (nombre dado en Hungría al pimiento español). En el siglo XVIII los tomates y el pimentón eran como hoy el exceso de la comida española para paladares europeos. Para esta época ya se diferenciaba totalmente la pimienta del pimiento.

La piña americana (anana o nana), que se conoce como *anana* en Europa, ya que así aparece en textos, siendo el más antiguo de 1578. *Ananas* es un vocablo tomado del portugués, que a su vez proviene del guari, idioma en



el que se le conoce como *nana*. Parece ser que la cuna de la piña es Brasil y Perú, ya que en España nunca se aclimató. De España pasó a Francia, donde causó furor, sobre todo en el siglo XVIII, siendo uno de los bocados predilectos del libertino y epicúreo Luis XVI.

En esta misma época llegan algunos platillos como los guisados de pavo y peces, tortillas de distintos tipos, salsas, tamales, chocolate, champurrado.

Por otro lado, se conoce en Europa, las costumbres de los antiguos indígenas, como los mexicas. En este aspecto, los banquetes de Moctezuma, emperador, causan gran admiración entre los europeos, ya que en sus mismas crónicas, los españoles cuentan que contaba con un ceremonial muy riguroso: comía solo, se lavaba las manos, nadie podía verlo ni hablarle mientras comía. Además, 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 50 platillos distintos, que podían contener pavo, jabalí, vegetales, dulces, frutas, pescado que se pescaba el mismo día en las costas de Veracruz, etc.

Muchos escritores relatan La Mesa Imperial de Moctezuma entre ellos Bernal Díaz del Castillo nos cuenta algo interesante, ya que nunca nos hubiéramos imaginado con la elegancia y ceremonia con la que se realizaban sus alimentos. Este cronista hace mención cuando el clima era frío a la hora del servicio, se hacían hogueras con lumbre de ascuas (brasa roja) de una leña de cortezas de árboles que no hacía humo eran muy olorosas. Para evitar que le diera más calor a Moctezuma, se colocaba delante de él una tabla tipo biombo, labrada con figuras de ídolos en oro, él sentado sobre pieles blandas y una mesa baja realizada del mismo material que los asientos. Se colocaba sobre la mesa manteles de manta blanca y pañuelos largos del mismo material; se encontraban cuatro mujeres hermosas y limpias las que le daban agua en unos xicales hondos para que éste lavara sus manos, colocando debajo de ellas un plato para recoger el agua, otras dos mujeres le traían las tortillas todas ellas se retiraban; cuando este comenzaba a comer se colocaba una puerta de madera pintada en oro para que no lo viesen comer, solo cuatro señores de edad

avanzada permanecían de pie a su lado, con los que Moctezuma de vez en cuando platicaba con ellos o les preguntaba cosas.... Cuando terminaba de comer le ofrecía a cada uno de ellos el plato que más les había agradado.

El cronista también menciona, que en una sala le eran presentados los platillos para que seleccionara el de su agrado, indicando con una vara el que más le apetecía. Las vajillas eran utilizadas una sola vez, estas eran de barro de Cholula, colorado y negro. Se relata que los más de trescientos platillos eran colocados en pequeños braseros individuales cargados por jóvenes indígenas de la nobleza, también comenta que oyó decir que solían guisar carne de muchachos de poca edad, y como tenían tanta diversidad de guisados y de tantas cosas no se percataban si era carne humana o de animales.

Mientras que el emperador azteca disfrutaba de estos manjares, en la sala y detrás del biombo, permanecían en silencio los sacerdotes, los jueces, los ministros y guardias allí reunidos. Algunas veces, cuando Moctezuma estaba de vena, escuchaba música, y una especie de bufones indígenas deformes porque eran chicos de cuerpo, chocarreros y truhanes que le hacían gracias, le bailaban y le cantaban. Al finalizar de comer, regresaban las mujeres a alzar y retirar los manteles, le daban agua para lavarse las manos, despedía a los cuatro señores y, después de fumar su pipa, se quedaba reposando. Después de haber terminado los alimentos que sobraban eran distribuidos entre sus miembros de la corte y sus guardias, según los cronistas eran más de mil. En esto consistía el protocolo.

Basándonos en la crónica de fray Francisco de Aguilar algunos de los platillos que le solían ofrecerse. Los describe de la siguiente manera:

*“Que su manera de servicio era muy grande como príncipe muy poderoso” según su descripción henchían toda la sala en hileras; las aves cocinadas de las maneras más diversas, cocidas, asadas o bien guisadas; otra hilera de empanadas muy grandes que eran las diversas variedades de tamales que eran de aves, gallos y gallinas. Otra hilera de codornices y palomas; los pescados de río y de mar de todas las especies, cazuelas de mole verde, rojo, amarillos y negro; pipianes verde y rojo; barbacoa de aves, jabalíes y de*

*tepezcuintli; cazuelas de gusanos de maguey, escamoles y otros insectos como chapulines y jumiles; guisos de nopales, quelites, verdolagas; huevos cocidos de codornices, gallinas, palomas y guajolotes.*

*También tenían su lugar las ranas, los ajolotes y una rica variedad de tortillas, las cuales agradaron a los conquistadores. Les servían también toda clase de frutos locales y de otras regiones. Capítulo especial era la variedad de postres como los elotes endulzados con mieles, capulines, miel de abeja, caña de maíz; frutas: mamey, zapote negro y blanco, chicozapote, chirimoya, pitayas, tejocotes, capulines y tunas”.*

En la descripción de la Mesa de Moctezuma, no resulta exagerada la cifra de trescientos platillos. Es necesario aclarar que la abundancia y exquisitez de la Mesa de Moctezuma, no quiere decir que él fuera una persona glotona. Por el contrario, se comportaba siempre como un hombre disciplinado, ya que los cronistas lo señalaban como un hombre de poco comer y no se daba a los excesos, o sea, un señor digno de tal mesa. En consecuencia el refinamiento de su gran cocina era sólo el reflejo de una tradición de su pueblo y de un grado muy alto de cultura y calidad espiritual.

Debemos sentirnos muy orgullosos de nuestro pasado histórico porque desde nuestras raíces indígenas, todas las manifestaciones culturales denotan una civilización integrada con identidad y carácter. Después de cinco siglos siguen presentes en las manifestaciones culturales de los mexicanos. Esta es una de las razones por la cual resulta interesante la Cocina Imperial Azteca y la Mesa de Moctezuma, antecedentes directos y con vigencia para la cocina mexicana actual.

Se le llama Cocina Imperial Azteca no sólo por ser tan exquisita en su confección, variedad y gusto; sino que la ceremonia de servicio era de lo más refinado y elegante, requisito para que una cocina pueda considerarse como Imperial.

Los indígenas utilizaban el metate, piedras para moler, ollas de barro para nixtamalizar el maíz y comales. Los españoles utilizaban cazuelas y hornos de leña.

Los productos que se introdujeron a México del viejo Mundo son 7:

- Carne, leche, huevo, queso.
- Trigo panes.
- Arroz introducido por los árabes.
- Azúcar Nueva Guinea y los árabes la introducen a España. Es escasa, cara y de mucho prestigio. En México la encontramos en Veracruz y Morelos.
- Cítricos sobretodo la naranja.
- Ajo y Cebolla.
- La canela y clavo de olor de oriente.

Todos los productos necesitaban un permiso especial para entrar al país.

Los conquistadores que llegan a finales del siglo XV y principios del XVI llegan con la carne, que era un instrumento de poder, virilidad y prestigio. En la Nueva España la carne era cara. En 1530 la carne estuvo al alcance de todos por la grande cantidad de ganado que había a mediados del siglo XVI, el gusto por la carne de los indígenas se hace más fuerte.

Cortés y Mendoza hicieron un gran banquete con platillos muy grandes y exquisitos; había cabezas de animales, puercos, animales rellenos de tocino, barras de chorizo, conejos vivos, perdices y salían corriendo.

En 1696 llega un conde a Puebla que estuvo 36 días e hicieron un gran consumo de carnes, exagerando en el vino tinto, pollos, dulces y confituras.

La trinidad de los españoles son el trigo, el olivo y la vid.

El pan era un alimento muy añorado por la Nueva España. El trigo nunca se climatizo al Caribe. El cultivo de trigo se hizo muy fuerte y de esta manera produjeron en la Nueva España elaborando panes finos con la flor del trigo y eran designados para el obispo y virrey, se vendían en tiendas especializadas,

se elaboro otro pan con mezcla de 2 harinas pambazo. El pan corriente eran las cemitas mezcladas con salvado.<sup>8</sup>

El Olivo llega al Nuevo Mundo como un símbolo de paz, se siembran olivos en algunas iglesias Puebla, Michoacán. Durante la cuaresma surge la prohibición de comer carne y tenía que hacer ayunos de leche. La escasez de oliva juega un papel muy importante en lo religioso.

Como podemos darnos cuenta el intercambio de productos alimentarios entre el viejo y el nuevo mundo, fueron un acierto para la gastronomía mundial.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El estudiante elaborará una lista de platillos mestizos y prehispánicos en la cual hará una comparación en la dieta diaria indígena actual y pasada.

### 6.2. COCINA DE LOS AUSTRIAS

Se le llamó la cocina de los Austrias porque reinaron en España los de esa casa de origen español y austriaco. A partir del año 1500, cuando España tiene su esplendor, en 1600 empieza realmente a decaer. Durante ese siglo se lleva a cabo una cocina barroca, porque había abundancia de todo incluyendo con las aportaciones americanas.

Con el siglo XVII llega la decadencia de España como potencia económica. Los factores que influyeron para que esto sucediera fueron inseguridad en el Atlántico, impidiendo la llegada del oro y la plata provenientes de América; la gran epidemia de 1598 que duró hasta 1600, arrasó con un 15% de la población. Estos factores se aunaron a una política exterior de guerra con Portugal y Cataluña, y otras rebeliones internas en el país.

Otro problema que afrontó España, fue la certificación del campo, así como la aplicación en el número de títulos nobiliarios, lo que hizo que la burocracia creciera creando así un círculo pequeño que manejaba la mayor parte del dinero de las arcas reales. La miseria era abrumadora en muchas

---

<sup>8</sup> Gutiérrez de Alva Cecilia I. Albores de la Panadería Mexicana. Cuernavaca, Mor. 2004. p 80. Tesis (Licenciatura en Gastronomía) ITAHE

partes a finales de 1621, la situación era tal que el procurador de Granada, Don Mateo Lison y Bledna lanzó un discurso sobre las condiciones en que se encontraba su reino con sus incontables abusos y desordenes administrativos.

Describió al país de la siguiente manera: “La gente no hace más que vagabundear por los caminos comiendo hierbas y raíces, trasladándose a otros reinos y provincias”. Esta situación afectó a otros países como Inglaterra y Francia.

Durante este periodo, cabe destacar que mientras el pueblo moría de hambre, los aristócratas y terratenientes hacían gala de una gran gula. Por ejemplo el banquete que se le sirvió a Carlos I, donde se sirvieron cerca de 1600 platillos distintos.

El Cerdo en esta época era muy importante porque se consideraba objeto cultural, ya que la prohibición de la religión judía y musulmana lo convierte en un punto de distinción para los católicos.

En esta época surgen los “Pícaros de la cocina”, eran gente que merodeaba las casas de los nobles y gustaban de acomodarse con o sin salarios en las cocinas de los grandes señores, donde vivían entre ollas, cazuelas y sartenes. Podían alimentarse a cambio de sus servicios.

Francisco Motiño es un personaje muy importante en la gastronomía de esta época, quien entró como ayudante de cocina de Felipe II, y fue cocinero mayor de Felipe III; escribió *Arte de cocina, pastelería, bizcochería y conservería*, que se publicó en 1611. En esta obra se expone lo que es una cocina digna de un palacio, según él, es necesario guardar tres cosas, la limpieza, el gusto y la rapidez.

En esta época consumían las aves y la carne; el asado era la base de esta cocina, las aves se hacían a la parrilla cubiertas con tocino. Las carnes se maceraban con hierbas, vino y especias. Se utilizó el cerdo asado y relleno de aceitunas, alcaparras y uvas.

La cocina Barroca era todo un ceremonial donde había pan, vino, salsas y además se arreglaba con tapices, muebles y vajillas de cerámica. Los utensilios de la mesa eran cuchillo, cuchara, tenedor y espátulas. El montaje de

las mesas incluía manteles, servilletas, toallas, aguamaniles, encajes, migas de pan, entre otras; se servían los alimentos en un lado de la mesa y los comensales se colocaban del otro, el vino se servía en copas. Dentro de las reglas de etiqueta en la mesa encontramos las siguientes; no rascarse la cabeza, no sonarse la nariz en la mesa; si se podía escupir y usar sombrero. El primer menú escrito en esa época fue por el Duque Enrique de Brunswick en 1619, el cual se volvió moda.

En 1614 se edita otro libro llamado *Estilo de servir a príncipes con ejemplos morales para servir a Dios*, de Miguel Yelgo de Bázquez, en el cual se incluyen todas las formas de servir del camarero o mesero, el mayordomo, el maestro sala, el veedor y el cocinero. Este libro describía el servicio de la mesa en el reinado de Austrias nombrando las distintas habitaciones o espacios que intervenían en el negocio de comer que eran la cocina, la panetería o panadería, la cava o bodega, la salsería donde se guardaban los utensilios para el montaje de las mesas, la tapicería, la fuerriería donde se hacía la limpieza y arreglos de los comedores, y la cerería que suministraba velas para la iluminación de los comedores. Por otro lado los empleados que trabajaban en era el comprador que adquiría las carnes, pescados entre otros, entregándolos a los oficiales del *guardamanxier*, donde se recibían por peso y medida, llevando la nómina de las raciones. El *escuyer* de cocina cuidaba de comprobar su calidad y precio, y de distribuir los manjares y vigilar los alimentos del fogón a la mesa real.

La cocina estaba integrada por un cocinero mayor, el cual tenía derechos especiales en las comidas, disfrutaba de médico, botica, habitación y percibía diariamente un pan, dos raciones de vino, varias velas, un cuarto de carnero y gallina, en días de vigilia le otorgaban pescado, huevos, manteca entre otras cosas.

Las jerarquías en la cocina eran, 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 llevarlos a la mesa real y si eran sopas o algo que se presentaba en olla, los llevaba al comedor sobre una

servilleta en los hombros. Los galopines, 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. Fuera de la cocina había dos cerveceros, un *sumiller* de cava para escanciar<sup>9</sup> el vino en la mesa del rey, un *sumillier* de panadería, que cuidaba de los 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. El *trinchante* presentaba al rey los majares; el *valet sevant* limpiaba los cubiertos y servía el pan; el maestro de cámara pagaba los gastos de despensa y servidumbre culinaria; el contralor inspeccionaba los servicios de cocina y mesa; el *greffier* llevaba la contabilidad y el registro de los sirvientes. Por último eran funcionarias de servicio de cocina, la lavandera de boca y lavandera de Estado, que lavaban respectivamente la ropa de servicio real y la de los oficios de mesa.

Debido a la crisis, poco a poco el lujo se fue acabando, solo los nobles siguieron utilizándolo. En esta época surge un platillo muy característico la olla podrida.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará los frutos, los vegetales, las hierbas y especias traídas a América desde Europa y Asia. Haciendo una listado de ellos con su origen o procedencia.

---

<sup>9</sup> Echar o servir la bebida, particularmente echar la sidra en el vaso desde una altura considerable para que al caer se produzca espuma.



## AUTOEVALUACIÓN

Selecciona la respuesta correcta

- Al hablar de la Mesa Imperial Azteca estamos hablando de  
a) La Mesa de Moctezuma b) La Mesa de Hernán Cortés c) La Mesa de Sahagún
- Historiadores que escribieron sobre la cocina prehispánica  
a) Hernán Cortés, Sahagún, Bernal Díaz del Castillo b) Leonardo Da Vinci, Moctezuma II c) La Malinche, Cristóbal Colón
- La trilogía mexicana consiste en  
a) Fríjol, Chile, Maíz b) Maíz, Calabaza, Fríjol c) Chile, Jitomate, Fríjol
- Se le consideraba el pan de la Nueva España  
a) Tamal b) telera c) tortilla
- Alimento del Viejo Mundo que tomó gran importancia en las cosechas de los indígenas  
a) Trigo b) Centeno c) Cebada
- Animal que se incorporó a la dieta de la Nueva España  
a) Cerdo b) Caballo c) Guajolote

Responde las siguientes preguntas

- ¿Cuáles fueron los ingredientes que aportó la Nueva España al Viejo Mundo?
- ¿Cuáles fueron los ingredientes que aportó el Viejo Mundo a la Nueva España?
- Menciona 5 platillos de la mesa imperial de Moctezuma
- ¿Por qué era llamada la Mesa Imperial?
- ¿Por qué se le llamó la cocina de los Austrias?
- ¿Cuáles eran los utensilios de cocina en la Cocina de los Austrias?
- ¿Quién escribió el primer menú en la época barroca?
- ¿Quién editó en 1614 el libro Estilo de servir a príncipes con ejemplos morales para servir a Dios?

## Respuestas

1. a, 2.a, 3b, 4.c, 5.a, 6.a.

Responde las siguientes preguntas

1. Maíz, cacao, papa, frijoles, alubias, maguey, tabaco, cacahuate, jitomates, pimientos, coca, vainilla, mandioca o yuca, y otras frutas tropicales entre las que están la piña, la chirimoya, el aguacate y el mango.

2. Carne, leche, huevo, queso; trigo y panes, arroz introducido por los árabes, azúcar de Nueva Guinea y los árabes la introducen a España. Es escasa, cara y de mucho prestigio. En México la encontramos en Veracruz y Morelos. Cítricos sobretodo la naranja. Ajo y cebolla, la canela y el clavo de olor de Oriente.

3. *Insectos como chapulines y jumiles; guisos de nopales, quelites, verdolagas; huevos cocidos de codornices, gallinas, palomas y guajolotes pavo, jabalí, vegetales, dulces, frutas, pescado, etc.*

4. Era llamada la Mesa imperial por la elegancia y ceremonia con la que se realizaban sus alimentos y lo basta que era.

5. Se le llamo la cocina de los Austrias porque reinaron en España los de esa casa de origen español y austriaco.

6. Los utensilios de la mesa eran cuchillo, cuchara, tenedor y espátulas

7. Primer menú escrito en esa época fue por el Duque Enrique de Brunswick en 1619

8. Miguel Yelgo de Bázquez

## UNIDAD 7

### COCINA EUROPEA

#### OBJETIVO

El alumno observará los hábitos alimenticios y costumbres que comienzan a definir la gastronomía francesa y cambios sufridos en el modo de la vida europea.

#### TEMARIO

##### 7. COCINA EUROPEA

##### 7.1 FRANCIA DE LOS LUISES

##### 7.1.1. ENRIQUE IV

##### 7.1.2. LUIS XIII

##### 7.1.3. LUIS XIV

##### 7.1.4. LUIS XV

##### 7.1.5. COCINA DE LOS MARISCALES DE FRANCIA

##### 7.1.6. LUIS XVI

##### 7.2. SIGLO XVIII COCINA EUROPEA

##### 7.2.1. ESPAÑA

##### 7.2.2. ITALIA

# MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

La cocina europea en esta época, experimentó un gran cambio, se refinó y el lujo se introdujo transformándola en exquisita y espléndida. Los banquetes eran una puesta en escena teatral, donde la decoración del salón, la mesa, los muebles, los utensilios, la loza, la cristalería, el plaqué, el ritmo y la salida de los platos, la música, y otras distracciones, eran tan importantes como los platos cocinados. Toda esta organización se puso en manos de un maestro de ceremonias, él se encargaba de escoger el personal de la cocina y la sala, llevaba las cuentas, escogía menús y comparaba los ingredientes; organizaba la puesta en escena de la fiesta, cuidando hasta el más mínimo detalle.

La cocina de la corte francesa de Versalles, marcó la pauta de las demás cocinas reales europeas. Es un momento donde hay muchos cambios y aparecen nuevos rituales. Se valora la limpieza, el cuidado, el esmero y la manera de comer. Los platos cremosos, los mousses y los purés se pusieron de vanguardia.

## 7.1. FRANCIA DE LOS LUISES

### 7.1.1 *Enrique IV*

Enrique IV (1553-1610) inició el gobierno de la dinastía de los Borbón en Francia. Enriqueció al Estado por medio del aumento de impuestos y buscó crear un imperio colonial en América, donde colonizó Quebec, ciudad de Canadá. Desde ahí, los colonizadores franceses exploraron y colonizaron otras regiones del sur, en lo que hoy es Estados Unidos.

Su hijo y sucesor, Luis XIII (1610-1643), nombró como consejero al cardenal Armando Richelieu (1585-1642), quien se caracterizó por ser hábil político y por querer hacer de Francia una nación poderosa. 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 fortalecer a Francia frente a las demás naciones, pero los Habsburgo, sus enemigos más temidos, amenazaban sus fronteras: España por el sur, los Países Bajos por el norte y algunos Estados alemanes por el oeste.

### 7.1.2. *Luis XIII*

Luis XIII se casó con Ana de Austria, española, ambos de buen comer, se le consideró buen comedor, hábil cocinero, sobre todo con los platos a base de huevos, lo cuales sabía manipular y hacer de distintas formas; también era experto en el arte de elaborar jaleas, confituras y mermeladas. Con éste suceso comienza la influencia de la cocina española en Francia, ya que ella fue la primera en introducir el chocolate en Francia, aceptado por frailes y mujeres.

Gracias a la aceptación del chocolate, 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.

### 7.1.3. *Luis XIV*

En Francia, la monarquía absoluta llegó a su apogeo en 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 el arte y la literatura francesa 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. A su época se le llamó “El Gran Siglo” y en lo que se refiere a la cocina fue igual.

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, 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.

Durante el reinado de Luis XIV, Francia perdió las posesiones que tenía en Centroamérica y el peñón de Gibraltar; tuvo que gastar grandes sumas y hacer concesiones comerciales a favor de los ingleses, que estuvieron en guerra contra los españoles. 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. Era tan glotón que consumía 4 platos de distintas sopas, 1 faisán entero, 1 enorme fuente de ensalada, 1 perdiz, 1 pierna de ternero aderezada

con ajo, 2 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; en su boda se prueba por primera vez la salsa española y la olla podrida, además 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 señor . De La Varenne: *El cocinero francés que prepara carnes grasas y magras, legumbres, pasteles y otros platillos, para las mesas de los grandes señores*. La cocina de La 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 en 1654 *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*. Pierre de Lune fue cocinero del duque Rohan. Sus recetas son más simples y claras que las de La Varenne. 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 del neurótico Vatel, que era el maestresala o mayordomo del gran Condé llamado le Prince. Vatel no fue cocinero, como todos creen; fue mayordomo del príncipe del gran Condé, general de Luis XIV. Se llamaba Fritz-Karl Watel y era de origen suizo. Los franceses lo llamaron Vatel. Había hecho sus primeras armas en casa del superintendente Fouquet, y



cuando este financiero cayó en desgracia y fue detenido por el teniente de mosqueteros D'Artagnan, pasó a regir la casa del príncipe en Chantilly, a 40 kilómetros de París, pertenecía a la familia Condé a través de su alianza con los Montmorency desde el siglo XVII. Durante cinco años estuvo esperando el príncipe la visita de Luis XIV. Al fin, en abril de 1671, se trasladó con toda su corte, eran más de tres mil personas. El banquete para honrar a Luis XIV estuvo a cargo de Vatel.

El rodaballo, que debía ser la base de los platos de pescado para el evento, que era un viernes, no llegó en la primera remesa. Luego vino el trágico malentendido. La historia de Vatel es la de la dignidad profesional, porque es una de las pocas historias trágicas que el mundo de la gastronomía nos menciona, sucedida en Chantilly, donde, después tuvieron su origen no menos de seis preparaciones, todas ellas a base de crema. Pero Vatel no conoció ninguna de estas glorias de cocina francesa. El suicidio de Vatel, que se ha hecho famoso en la historia de la gastronomía, ha sido narrado por madame de Sevigné periodista de la época. Se dice que en el banquete al cual asistió el rey, faltó asado porque hubo más invitados de lo esperado, Vatel se había enfadado, y dicho varias veces que había perdido su honor. Además, le llevaron el pedido incompleto del pescado, por lo cual se suicida, apuñalándose.

#### *7.1.4. Luis XV*

Durante el gobierno de Luis XV (1723-1774), comienza la época de la 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.

Algunos de los ilustrados franceses más importantes fueron: Francisco María Arouet (1694-1778), mejor conocido como Voltaire; Carlos de Secondat, barón de Montesquieu (1689-1755) y Juan Jacobo Rousseau (1712-1778). Aunque cada uno sostuvo ideas propias, todos coincidieron en algunas de gran importancia, como la libertad, la igualdad y la fraternidad; la oposición a la monarquía absoluta, entre otras. Los cambios también se presentaron 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 Leszczyński, 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", el pollo y los consomés, los bouchées a la reine, pequeños bocadillos a la reina, preparados especialmente para ella. Surge el término *BABA* que significa buena mujer, es un dulce elaborado en el horno muy tradicional de Nápoles; una de las características de esta masa es que esta remojada en licor.

#### 7.1.5. *Cocina de los mariscales*

Esta época es 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 finos manteles de *les petits soupers o cenas*. En aquel tiempo príncipes y aristócratas se dedican a la cocina, tienen tal gala sus nombres, que los más refulgentes blasones de Francia bautizan las más ambiciosas recetas. Luis XV cocinaba 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 Villeroy 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 que son braceadas al jerez.

Al duque de Richelieu, mariscal de Francia, se le debe una guarnición a base de tomates, pimientos rellenos y gratinados con lechuga braceada y papas rissolées, guarnición que acompaña a las grandes piezas de carne de los barones, a los *gigots* de ternero o ciervo. Barones o Gigots son una carne asada, que se obtiene de la parte superior de la pierna de la res. Son también *A la Richelieu* los filetes empanizados de pescado, 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 *Fricassée* 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 de Francia es Soubise, quien dio nombre a la *omelette royale*<sup>10</sup>, que fue creado por su cocinero, François Marin, autor del primer libro sistemático de cocina francesa: *Les Dons de comus ou les délices de la table*, que apareció en 1739. Soubise ofreció una fastuosa mesa, y las grandes invenciones de su cocinero que fue el aderezo a la *Soubise*. Cualquier plato que lleve el nombre de Soubise se prepara a base de cebolla. En esta época el *vol au vent* a la financiera prolifera en la cocina francesa.

André Castellot fue un carnicero que se dio cuenta que todas las crestas de gallina no bastan para las demandas 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 del a cresta, lo venía por docenas.

El primer libro de comida francesa es de Vincent de Chapelle, que se publicó en inglés en 1733, se llamó *The Modern Cook*. La Chapelle era cocinero

---

<sup>10</sup> Omelette royale, se prepara con crestas de gallo y huevos de carpa, se hace con huevos de faisana o de gallina.

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 Régime. Los demás son: *Les Dons de Comus ou les délices de la table*, publicado por Marin y editado en 1739; *Le nouveau traité de la cuissine*, escrito por Menon en 1742; *Le cuisinier Gascon*, anónimo de 1743; y finalmente, *Soupers de la Cour*, de Menon de 1759.

Podemos afirmar que el siglo XVIII es el siglo de la cocina francesa, ya que 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.

#### 7.1.6. Luis XVI

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.

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 Estado 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.

Marmontel<sup>11</sup> nos cuenta el menú que le sirvieron cuando ingresó al a cárcel de la Bastilla: vino, sopa de habichuelas y un plato de bacalao, cuyo sabor a ajo, que lo sazónaba, era tan fino y agradable que le hubiera encantado al comedor más goloso. El vino no era excelente pero era pasable. No hubo postre. 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. 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 y chocolate, confituras que eran sus manjares predilectos.

El 14 de julio de 1789, las masas tomaron la Bastilla y liberaron de la tiranía real a los 4 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 60 botellas de vino, 30 de cerveza y 4 de aguardiente.

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 dice: "Monsiueur 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

---

<sup>11</sup> Tomo II de las Memorias de Marmontel. En casa de Marie Thérèse, donde alquilaba un apartamento, el recita una sátira contra el duque de Aumont y se niega a denunciar al autor, es encarcelado por 11 días en la Bastilla el 28 de diciembre de 1759 al 7 enero 1760, y pierde el privilegio de pertenecer al Mercurio que publicó sus cuentos Morales y el puesto de secretario de Edificios donde tenía que informar al rey.

pone el ramito en el escote y Parmentier<sup>12</sup> dice emocionado: "Señor, a partir de ahora el hambre es imposible". Y así empieza la historia popular de la papa en Francia.

La papa es científicamente una dicotiledónea de la familia de las solanáceas; esta familia goza de unas 1000 especies, la mayoría de ellas provenientes de América. Algunas de ellos son los pimientos, jitomates, papas y boniatos llamados también camotes o yucas. Sólo una solanácea era conocida como alimento antes del descubrimiento de América. Nos referimos a la berenjena, la cual no llegó de América, sino de Asia. La papa 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 papa, 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 papa 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 el año de 1733, aún existía confusión entre la papa y el camote, ya que el diccionario de autoridades los cita como un mismo producto. En cuanto a su extensión en Europa, la papa 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 papas al botánico Gerard, que en 1596 las cultivó en Londres. Francia fue la primera nación en publicar un libro sobre la cocina de las papas y en Inglaterra triunfan las papas al vapor llamadas Papas a la Inglesa; recordando un platillo muy popular en Inglaterra que es el Fish and Chips. Por último, la Asamblea Constituyente decidió que Luis XVI firmara la Constitución,

---

<sup>12</sup> En su honor, la cocina francesa, el adjetivo parmentier hace referencia a platos compuestos principalmente de papa, como el hachis parmentier o el potaje parmentier.

pero se negó porque el documento limitaba sus poderes e iba contra la religión católica. Sin embargo, juró por miedo y decidió huir a París con su familia, donde fueron apresados y se les condenó a morir guillotinado 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.

En el siglo XVII aparecen los jugos y culis que sirven para darle gusto a las salsas y los desglasados de carne asada. La noción de salsa se amplía y aparecen los fondos de salsa.

Aparecen los ragouts, como categoría culinaria, resultado del desdoblamiento de los potajes.

Se ponen de moda los mousses, alimento de las bellas galantes que deben poder comerlas evitando el espectáculo de masticar.

L.S.R. escribe *L'Art de bien Traiter* en 1674, donde se explica por primera vez la técnica de la ligazón con harina.

En el año de 1674, se abre el primer café Le Procope.

## 7.2. LA COCINA EUROPEA EN EL SIGLO XVIII

### 7.2.1 España

La situación económica de España, sobre todo en la primera mitad del siglo, no fue muy relajada. 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 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

ahí 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 la vid para obtener el vino, que no era usado sólo como bebida, sino para transformarlo en aguardiente. En cuanto a los árboles 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 de Juan de Altamira, 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, jolis, 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 Sil 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 1774, 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 Leiva.

En esta época podemos observar el uso de los aderezos, los cuales se basan en canela, azúcar y azafrán, además del perejil y clavo. 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 mezcla de todas las clases de carnes que son cocidas juntas, debe contener mínimo 7 verduras como camote, ajo, zanahoria, col, calabaza, papa, chayote y judías. 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.

### 7.2.2. Italia

Los distintos estados de Italia recibieron la influencia francesa durante el siglo XVIII, esto se refleja notoriamente en la obra *IL Cuoco Piemontes Perfezionato a Parigi*, publicado en 1766 de autor anónimo. Este cocinero trata de cocina y repostería, es de clara influencia francesa, así como muchas recetas y el frecuente uso del vino en la condimentación de la mantequilla y de 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. Por un lado, están quienes opinan que es un alimento espontáneo propio de una agricultura de cereales. Quienes dicen esto, se apoyan en una tumba etrusca de Ceveteri, que tiene algunos instrumentos que nos harían pensar que los etruscos ya conocían el arte de cocinar la pasta. Por otro lado, están quienes defienden la idea de que la pasta la trajo Marco Polo de China en sus viajes. La salsa de jitomate aparece ya en los recetarios italianos, acompañando un potaje de arroz, pero el matrimonio de la pasta y la salsa de jitomate ya era popular en Nápoles en la segunda mitad del siglo XVIII.

El gran músico Giacono 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.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará los siguientes términos:

A la pompadour

A la Du Barry

Vol au vent

Bella Meunière  
Gigot  
Receta del chaud froid  
Mire poix  
Papas risole  
La garnición Duroc  
Garnición Mirabeau  
Duraznos melba  
Salsa Española  
Choisy  
Crécy  
Argenteuil  
Mousse  
Pollo Marengo

## AUTOEVALUACIÓN

1. Cocinero Francés que emplea como novedad el uso de pocas especias, conservando el comino y el laurel para preparar la carne  
a) Nicolás de Bonnefoms                      b) La Varenne                      c) Vatel
2. En la corte de Luis XIV, un mayordomo se suicido por no llegó un ingrediente que se era la base para su plato principal  
a) Vatel    b) Varene                      c) Vitello
3. Esta época de la cocina se vuelve refinada y se transforma en el uso de mesas pequeñas, finos manteles y se sirven pequeñas comidas elegantes y delicadas  
a) Contemporánea                      b) Ilustración                      c) Cambio
4. Esposa de Luis XV, a la que se le servían más de 20 platos, entre ellos 8 sopas.  
a) María Leekzinska                      b) Francin Arouet                      c) Ana de Austria
5. Surge el término “a la reina”, en el reinado de Luis  
a) XVI    b) XV    c) XIV
6. Mariscal al que se le deben las pechugas empanadas  
a) Mariscal deLuxemburgo                      b) Mariscal Soubise                      c) Mariscal Mirepoix
7. Mariscal al que se le deben las codornices braceadas al jerez  
a) Mariscal deLuxemburgo                      b) Mariscal Soubise                      c) Mariscal Mirepoix
8. Guarnición a base de tomates, pimientos rellenos gratinados con lechugas braceadas y papas risoles acompaña a las grandes piezas de carne  
a) Mire poix    b) Richelieu                      c) Gigots
9. Se le llama a la carne asada de ternera o ciervo  
a) Mire poix    b) Richelieu                      c) Gigots
10. Platillo elaborado con pollo, ajo, tomate, cebolla, aceite, huevos, cangrejos, cognac; hoy en día se sustituye el cognac por vino y se le agregaron champiñones  
a) Pollo Mirin    b) Pollo Marengo                      c) Gigots
11. Mariscal que se hace servir un Fricasse de pollo y este plato de dio a conocer con el nombre de Chaud Froid de Volaille  
a) Mariscal deLuxemburgo                      b) Mariscal Soubise                      c) Mariscal Mirepoix

12. Autor del primer libro sistemático de la cocina francesa Les Dons de Comus ou les delices de la table  
a) Françoise Marin      b) Françoise Soubise      c) Françoise Alexander
13. Mariscal que le dio el nombre al Omelette Royale  
a) Mariscal de Luxemburgo      b) Mariscal Soubise      c) Mariscal Mirepoix
14. Escritor francés que describe en su libro por primera vez la salsa Bechamel  
a) Vatel      b) Chapelain      c) Chesterfield
15. La creación del Vol au vent es atribuida a  
a) Antonin de Paris      b) Antonin Carême      c) Antonin au Vent
16. Platillos a base de coliflor o blancos llevan su nombre  
a) Du Barry      b) Belle Meunière      c) Florentina
17. Al utilizar el término Choisy ¿a qué legumbre nos referimos?  
a) Calabaza      b) Lechugas      c) Zanahoria

#### RESPUESTAS

1. B
2. A
3. B
4. A
5. B
6. C
7. B
8. B
9. C
10. B
11. A
12. A
13. B
14. B
15. B
16. A
17. B

## UNIDAD 8

### EDAD CONTEMPORÁNEA

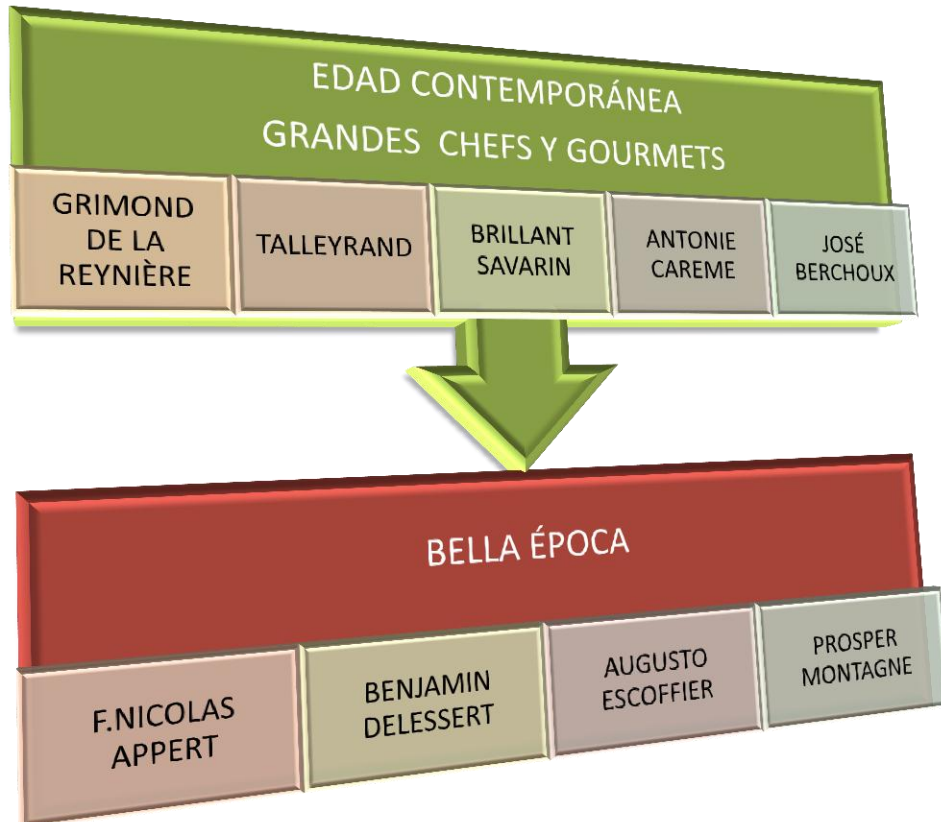
#### OBJETIVO

El alumno observará a los principales representantes de la cocina contemporánea. El refinamiento y lujo excesivo de Francia. Como influyó la gastronomía del Nuevo Mundo.

#### TEMARIO

8. EDAD CONTEMPORÁNEA
- 8.1. GRIMOND DE LA REYNIÈRE
- 8.2. TALLEYRAND
- 8.3. BRILLANT SAVARIN
- 8.4. ANTONIE CAREME
- 8.5. JOSÉ BERCHOUX
- 8.6. BELLA ÉPOCA
- 8.7. F. NICOLAS APPERT
- 8.8. BENJAMIN DELESSERT
- 8.9. AUGUSTO ESCOFFIER
- 8.10. PROSPER MONTAGNE

# MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Se considera al siglo XIX como edad contemporánea llamada el siglo de oro de la cocina francesa, en el cual surgieron los más afamados chefs y gastrónomos que han marcado una gran pauta para la gastronomía de hoy en día.

## 8.1 GRIMOND DE LA REYNIÈRE

Alexandre-Balthazar Grimond de la Reynière (1758-1838), ha quedado como modelo del perfecto gastrónomo que está a la misma altura de Brillat Savarin, ambos epicúreos de la mesa, han dejado obras fundamentales sobre la literatura del paladar.

La familia de Grimond 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 Grimond a las extravagancias de su humor negro. Al final de su vida, su pasión por el cerdo adquirió caracteres monomaniáticos.

Grimod nació en París en un palacio de los Campos Elíseos. Tenía una deformidad en las manos, que le impedía utilizarlas. Estudió derecho y se graduó como licenciado, hasta que sus excentricidades y rarezas; odiaba el servicio de mesa y para no soportar a un criado, mando instalar un tubo acústico y de este modo daba las órdenes directas de la cocina 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 de los restaurantes de su época como montaje, comida, servicio, ambiente, etc. 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.

## 8.2 CHARLES-MAURICE DE TALLEYRAND-PÉRIGORD

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, como 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 un fondo de ave, crema, mantequilla y vino.

## 8.3 BRILLAT SAVARÍN

Jean Anthelme Brillat Savarín es uno de los primeros escritores gastronómicos de la historia de la alimentación humana. Esto quiere decir que antes de él solo

se habían escrito 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 se intentó estructurar un arte, tan exquisitamente que es el bien comer.

La familia de Brillat Savarín pertenecía 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.

Brillat Savarín nació en Belley en 1755, en una familia enriquecida por generaciones de cargos judiciales. La región en la que nació era la de Bresse, donde el arte del bien comer ha sido tradicionalmente cultivado y de donde son naturales las suculentas poulardes o aves, y muy cerca, están los vinos de Borgoña.

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. 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.

Savarín 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. Falleció a los setenta y un años de un resfriado.

#### 8.4 ANTOINE CARÊME

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 llamada Bailly, en donde aprendió, además de cocinar, a leer y dibujar. 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, regente de Inglaterra, luego con el emperador de Austria y finalmente con los Rotchild.

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.

Carême fue un 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 principal la pastelería".

La aportación de Carême a la cocina 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; las texturas y sabores cuidadosamente balanceados, incluyendo el montaje de las mesas. Decía que Savarín 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.

#### 8.5 JOSEPH BERCHOUX

Abogado que se caracteriza por un libro, publicado en 1801 titulado *Gastronomía o el hombre del campo en la mesa*. Introdujo la palabra Gastronomía en el vocabulario francés. Además, se le atribuyen los aforismos: "Un poema nunca vale más que una cena" y "El hombre que cena nunca debe ser molestado".

Su poesía no es impresionante, tal vez porque el tema no se presta demasiado, a pesar de que los gastrónomos opinen lo contrario. Sin embargo, su pluma es ligera. Este poema habla de Alexandrines el espartano, la vida de Lúculo, la muerte de Vatel y la salsa de rodaballo. Además, divide su poema en primer y segundo servicio, de forma tal como un menú. Además, es creador de

la llamada "cocina parlante", a través de la cual hace hablar a los platillos dentro de sus poesías.

## 8.6 BELLA ÉPOCA

La Bella Época, se presenta en las últimas décadas del siglo XVIII y las primeras del XIX. París fue la reunión de todas las delicias del cuerpo y las gentilezas del espíritu. Es el momento en que el arte de vivir adquiere una perfección que hoy nos parece exagerada. En lo que se refiere a la mesa pública, la privada de la aristocracia y la alta burguesía, donde el genio gastronómico francés, la obsesión de los protocolos, el ingenio de la conversación entre otras cosas, crean una época inolvidable. Los grandes chefs, los *maîtres*, los restaurantes prestigiosos empiezan a aumentar.

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 Carême, y como intendente tenía nada menos que al Marqués de Cussy, caballero gentil y fino gastrónomo. 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. 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

amante del buen vino. Su vino preferido era el mítico Chambertin de Borgoña pero mezclado con agua.

El Pollo Marengo es fruto de la improvisación, este platillo surgió 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 de este platillo.

#### 8.7 FRANÇOIS NICOLÁS APPERT

Las guerras napoleónicas sometieron a Francia al llamado "bloqueo continental"<sup>13</sup> y a la carestía de alimentos. Ello produjo un cultivo masivo de papa, que empezó a cultivarse en los años difíciles de la Revolución. François Nicolás Appert inventa las conservas.

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.

---

<sup>13</sup> El bloqueo continental era la consecuencia de que Napoleón deseaba aislar a Inglaterra para vencerla en el terreno económico, dado que no podía conseguir su derrota por la fuerza de las armas ante un ejército que dominaba la lucha en el mar. El bloqueo había sido utilizado por Francia y por la misma Inglaterra desde los primeros años del conflicto. Sin embargo, el bloqueo que practicaba Inglaterra tenía un sentido distinto al que pretendía aplicar Napoleón. Este quería cortar absolutamente las aportaciones de las mercancías británicas para causar su ruina económica.

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.

#### 8.8 BENJAMIN DELESSERT

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 de Europa. 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 Benjamín 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 de Delessert.

### 8.9 AUGUSTE ESCOFFIER

Auguste Escoffier vivió 88 años. 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", 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 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 estuvo hasta 1921; y 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*, escrita 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 la pauta sin lugar a dudas. Era un personaje de prestigio mundial cuando falleció.

Escoffier estableció las características ideales de un cocinero: debe ser limpio, siempre estar uniformado, debe ser 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.

### 8.10 PROSPER MONTAGNÉ

(1865-1948). Eminente práctico, estudioso de la gastronomía, erudito y letrado, de concepciones originales y osadas, fue uno de los primeros autores del siglo XX. La profesión le viene de tradición, ya que fue hijo de un cocinero, y trabajó en París, San Remo y Montecarlo, donde obtuvo gran parte de su experiencia gastronómica. Cuando regresó a París su prestigio aumentó, fue Chef del Gran



Hotel de París. Incluso, durante la Primera Guerra Mundial él fue el encargado de organizar los menús y las cocinas para los ejércitos centrales en el campo de batalla. Su fama radica en que en 1938 trabajó en la primera edición del *Larousse Gastronomique*, la enciclopedia básica de la gastronomía. También escribió un libro titulado *La cuisine diététique*, que es un tratado de la cocina y salud vista por un cocinero. Asimismo, es notable *Le grand livre de cuisine*, redactado en colaboración con Prosper Sales.

En un momento de su vida abrió un restaurante propio, Chez Prosper Montagné, en París.

### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno hará una lista de las aportaciones que considere más importantes de los grandes gourmands mencionados en esta unidad y en qué les gustaría parecerse a ellos.

## AUTOEVALUACIÓN

1. Cocinero que creó la salsa a la Talleyrand, es un fondo de ave, crema, mantequilla y vino  
a) Grimond de la Reynière      b) Carême      c) Savarin
2. Gastrónomo al que se le servía a la minuta sopas, dos platos de pescados, cuatro entradas, cuatro entremeses y los postres correspondientes  
a) Grimond de la Reynière      b) Savarín      c) Talleyrand-Périgord
3. Gastrónomo que trajo un orden y sabor a la cocina; donde los colores eran combinados con mucho cuidado  
a) Grimond de la Reynière      b) Carême      c) Savarin
4. Receta elaborada con lenguado guarnición de champiñones laminados y duxelle cruda, espolvoreado con mantequilla y pan rallado. Cocción al horno  
a) Pescado a la Mar      b) Bella Meunière      c) Bella Miel
5. Platos a base de coliflor o blancos llevan su nombre  
a) Du Barry      b) Belle Meunière      c) Florentina
6. Al utilizar el término Choisy ¿a qué legumbre nos referimos?  
a) Calabaza      b) Lechugas      c) Zanahoria
7. Guarnición compuesta por un enrejado de filetes de anchoas y aceitunas deshuesadas  
a) Mirabeau      b) Murat      c) Moutarde
8. En honor a que personaje fue creado el “Pollo Marengo”  
a) Piamonte      b) Napoleón      c) Marengo
9. Autor del “Pollo Marengo”  
a) Richelieu      b) Dunan      c) Dumas
10. Nombre que recibe un postre elaborado con melocotones enteros, cocidos en un almíbar avainillado, se sirven con helado de vainilla y un coulis de frambuesa  
a) Duraznos Melba      b) Melocotón      c) Bizcocho de Durazno



21. Gastrónomo autor del Larousse Gastronomique, que es una enciclopedia básica en la gastronomía

- a) Paul Bocuse                                      b) Escoffier                                      c) Montagné

22. Personaje que inventó un procedimiento para la conservación de las carnes, legumbres y frutos, a base de un cerrado hermético

- a) Joseph Berchoux                                      b) Nicolás Appert                                      c) Delessert

#### RESPUESTAS

1. C
2. C
3. B
4. B
5. A
6. B
7. A
8. B
9. B
10. A
11. B
12. A
13. A
14. B
15. A
16. C
17. B
18. A
19. B
20. B
21. C
22. B

## UNIDAD 9

### SIGLO XX

#### OBJETIVO

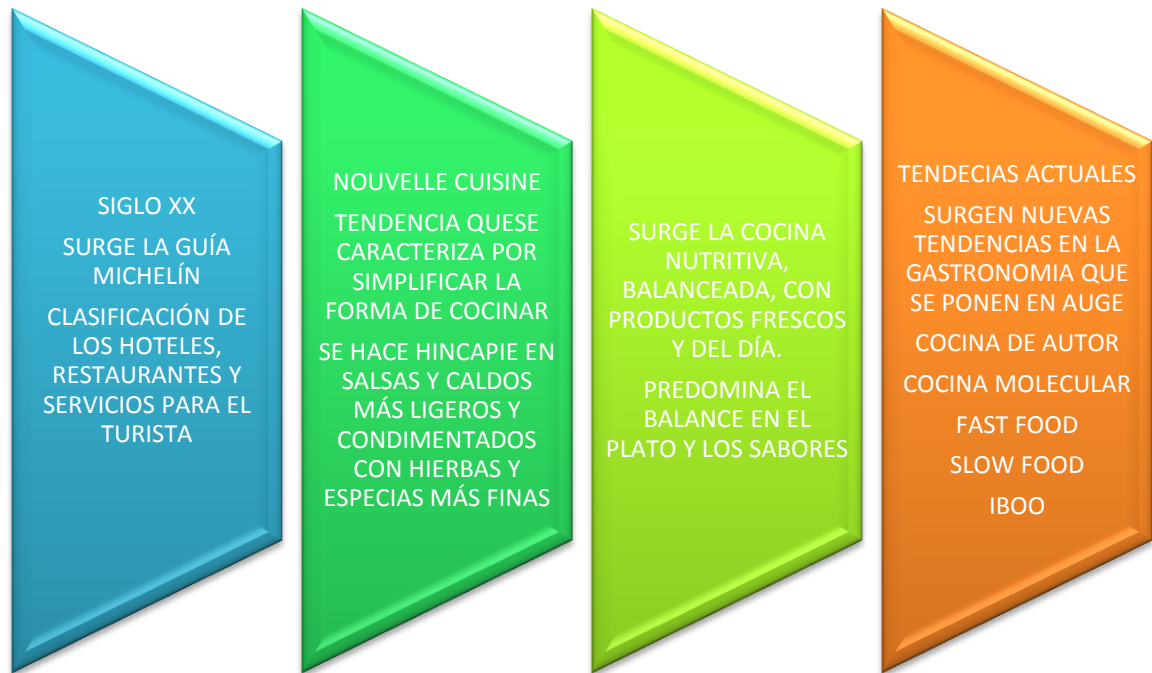
El alumno observará las tendencias actuales y el origen que estas tuvieron.

Conocerá a los representantes más destacados por sus tendencias dentro de la gastronomía.

#### TEMARIO

9. SIGLO XX
  - 9.1. GUÍA MICHELÍN
  - 9.2. CURNONSKY
  - 9.3. FERNAND POINT
  - 9.4. NOUVELLE CUISINE
  - 9.5. PAUL BOCUSE
  - 9.6. MICHELLE GUÉRARD
  - 9.7. JEAN Y PIERRE TROISGROS
  - 9.8. ALAIN DUCASSE
  - 9.9. FERRÉN ADRIÁ
  - 9.10. TENDENCIAS ACTUALES
    - 9.10.1. COCINA DE AUTOR
    - 9.10.2. COCINA MOLECULAR
    - 9.10.3. FAST FOOD
    - 9.10.4. SLOW FOOD
    - 9.10.5. IBOO

## MAPA CONCEPTUAL



## INTRODUCCIÓN

Uno de los grandes cambios que vivió la gastronomía del siglo XX, fue darle más importancia a la creatividad, lo que significó mucho más que una nueva cocina, fue un movimiento que liberó a los chefs y les abrió el camino a cualquier estilo o forma de cocinar en el futuro, y es cuando inicia la cocina de autor, cocina fusión, cocina de investigación, cocina de rescate, cocina de deconstrucción, cocina molecular entre otras.

A partir de entonces comenzó una verdadera evolución en la cocina. Por primera vez el chef empezó a ser conocido por los comensales, y comenzó a ser visto como un verdadero artista culinario, es por ello que la valoración del chef se hace por su obra, su plato y por la combinación de elementos utilizados en la preparación y presentación del mismo.

## 9.1 GUÍA MICHELÍN

En 1900 se editó la primera *Guía Michelin*, dedicada a Francia, que inició la colección europea de las Guías Rojas. En ese mismo año, los hermanos Michelin, propietarios de la marca de neumáticos del mismo nombre, crean y distribuyen gratuitamente la primera edición de la Guía de Francia, que además de ser un manual de su nuevo neumático inventado en 1895 y elemento de promoción para la empresa, es la primera herramienta práctica para los viajeros que se trasladan en automóvil; esta guía contiene planos de ciudades, distancias, talleres, gasolineras, hoteles, médicos y algunas curiosidades. Esta Guía se actualiza y se enriquece cada año.

En poco tiempo, surgen otras *Guías Michelin*, dando este mismo servicio a los conductores de toda Europa y el Mediterráneo. A partir de 1920 se citan restaurantes, se elimina la publicidad exterior y se comercializan. Desde 1950 una segunda generación de *Guías Michelin*, con la portada roja, cumple la misma función de servicio al viajero, y aconseja en la elección de hoteles y restaurantes.

Esta guía, es realizada por sus propios Inspectores, ofrece al viajero una amplia posibilidad de elección de establecimientos en los distintos niveles de confort y precios. Los inspectores son anónimos en todos los países, lo que les protege de presiones, se mantienen libres de todo compromiso. Les permite libertad de apreciación y consolida sus recomendaciones.

La guía no tiene publicidad interior y los restaurantes que se citan no lo hacen público en sus establecimientos. Entre otra diversa simbología, la guía roja asigna de una a tres estrellas de la buena mesa a los establecimientos, en referencia a los distintos parámetros fijados por una inspección donde destacan la calidad, creatividad y esmero en sus platos. Cuando se tratan de hoteles se clasifica por el confort y servicio se da de 1 a 5 casas y en el caso de los restaurantes se asignan cubiertos.

Los restaurantes, clasificados según su confort, se citan por orden de preferencia dentro de cada categoría y se le otorgan “tenedores” un tenedor y una cuchara cruzados; los cuales se clasifican de la siguiente manera:



- Cinco: Gran lujo y tradición
- Cuatro: Gran confort
- Tres: Muy confortable
- Dos: Confortable
- Una: Sencillo pero confortable
- Ninguna: Sencillo pero correcto.



### CLASIFICACIÓN GUÍA MICHELIN

Las estrellas de buena mesa indican tres especialidades culinarias que pueden orientar al viajero en su elección:

- Tres estrellas: “una de las mejores mesas justifica el viaje” Cocina del más alto nivel, generalmente excepcional. Hay excelentes vinos, el servicio es impecable, marco elegante...su precio es costoso.
- Dos estrellas: “Mesa excelente, vale la pena desviarse”. Especialidades y vinos selectos. Precio en proporción.
- Una estrella: “Muy buena mesa en su categoría”. La estrella indica una buena etapa en su itinerario. Pero no comparte la estrella de un establecimiento de lujo, de precios altos, con la de un establecimiento más sencillo en el que a precios razonables, se sirve también una comida de calidad.



**BIB GOURMAND**

El Bib Gourmand es el rostro de la mascota Michelin, indica buenas comidas a precios moderados. Restaurantes que ofrecen, con una acertada relación calidad – precio, una buena comida, generalmente de tipo regional, para cuando se desee encontrar establecimientos más sencillos a precios moderados.



A pesar de ser una guía eminentemente turística, los reconocimientos que otorga son asediados por los propietarios de restaurantes y por los chefs, ya que, si de gastronomía europea se trata, la *Guía Michelin* es actualmente el mejor medio para obtener reconocimiento internacional. Es por eso que, los personajes que mencionaremos adelante, luchan constantemente por obtener y mantener sus reconocimientos Michelin.

## 9.2 CURNONSKY 1872-1956

Si algún escritor ha tenido importancia en el desarrollo de la gastronomía francesa, y por ello, en la gastronomía occidental, éste es Maurice-Edmon Sailland, más conocido por su seudónimo de Curnonsky, Príncipe Electo de los gastrónomos. Este escritor y periodista llegó a estudiar literatura en la Sorbona a los 19 años y se tituló en la carrera de Letras Clásicas.

Muy pronto, en París, se dedicó al periodismo, y tenía un paladar refinado y una personalidad muy característica, En 1896 ocupó el puesto de secretario del duque de Montpensier a quien, por cierto, ayudó a escribir su libro *Viaje a Indochina*, a la vez, fue invitado a redactar una sección humorística en *Le Journal*. El duque le dijo al joven Sailland que necesitaba buscarse un seudónimo. El director del periódico le sugirió que aprovechara que los franceses y los rusos estaban aliados políticamente y escogiera un nombre relacionado con ello. Saillan preguntó en latín: "Cur non? (¿por qué no?) e inmediatamente añadió la terminación tan rusa "sky". Y sonándole bien Curnonsky, firmó así desde aquel momento hasta su muerte, incitando a las divertidas confusiones sobre su nacionalidad.

Su carrera literaria fue muy popular y extraña. Era un periodista con un lenguaje muy "picante" y malicioso, secretario de una alteza real, invitado de las mejores mesas de París, maestro de juegos de palabras. En 1927 fue elegido "Príncipe" de los gastrónomos a través de un plebiscito celebrado por un periódico entre cinco mil anfitriones y "cordons bleus"; llevó su título con una magnífica dignidad. Presidía los banquetes con su enorme figura sana y poderosa, con su salud de hierro, un sólido apetito, su mirada picaresca y su gran panza. Según él mismo decía, vivió del arte de comer para poder comer.

Se mantuvo de la literatura gastronómica escribiendo miles de artículos de su pluma y no menos de setenta libros. Entre ellos, los 28 volúmenes de la *Francia gastronómica*, *El tesoro gastronómico de Francia*, *Cocinas y vinos de Francia*, *Elogio de la mesa*, *La mesa y el amor*, *Elogio a Brillat-Savarín* y su libro de memorias.

Sin embargo, nunca cayó en las manos de la publicidad, rechazando los ofrecimientos de marcas de margarinas, licores, etc. Como gastrónomo defendió la cocina no artificial, diciendo que "las cosas han de tener el gusto que les es propio". Además, para él, la sencillez era la máxima y más delicada cualidad que pueda desear un chef, que considera Lyon como la capital de la gastronomía y divide la cocina francesa en alta cocina, cocina burguesa, cocina regional y cocina improvisada.

Acuñó el término *Gastronómada*, refiriéndose a la persona que viaja por diferentes rincones de su país y en el mundo, para conocer y admirar las características peculiares de la gastronomía de cada región, que, no por ser regional, pierde el gusto de ser cocina digna de saborearse.

### 9.3 FERNAND POINT 1897-1955

Trabajó con su padre Auguste Point, que tenía un pequeño restaurante en Louhans. Fue ahí donde su madre y su abuela, ambas excelentes cocineras del Cordon Bleu que les otorga el premio a las mujeres chefs de excelencia culinaria, lo introdujeron en la cocina desde muy pequeño. Tan pronto como su padre se dio cuenta del talento de Fernand, decidió viajar a Lyon, donde quiso

fundar un restaurante. Al fracasar, viajó a Viena, comprando un restaurante en 1923, donde ya habían oído hablar de él y logró mantener el restaurante exitosamente durante 20 años.

Atraído por las figuras piramidales, Fernand nombró "La Pirámide" a su restaurante y lo usó como su símbolo, este aparecía en sus menús, la mantequilla tenía esa forma al igual que pastelillos y otros platillos se preparaban con forma de pirámide.

Point creía que la gran cocina no debe estar estática. El cocinero debe de ser creativo y debe construir sus platillos, modificándolos y refinándolos, cambiando sabores, así que podemos decir que comenzó una nueva cocina para el siglo XX. Además, estableció que el cocinero no debe estar siempre en la cocina, sino ir al comedor y hablar con los clientes, para conocer sus gustos y desacuerdos e incluso cenar con ellos, para crear nuevos platillos al gusto de los comensales. Quiso siempre que su trabajo hablara por sí mismo.

Su matrimonio en 1930 ayudó a aumentar la buena reputación del restaurante, ya que su esposa se volvió parte de él. Supervisaba el servicio en el comedor, guardaba los libros, pagaba las cuentas y escribía el menú diario, además de atender otros detalles relacionados con el negocio. Compró un terreno junto al restaurante y creó un jardín donde sembraban hortalizas y flores, así que La Pirámide terminó convirtiéndose en una residencia. Además, el restaurante tenía el mejor servicio, la mejor vajilla, los mejores vinos. Un día típico para Point en La Pirámide comenzaba al amanecer, cuando a las 4:30 am. ordenaba al supermercado de París sólo los productos de mejor calidad, frescos, y siempre decía que "el cocinero debe empezar desde cero cada día" y que "la cocina es como la vida". Paul Bocuse trabajó como aprendiz en este restaurante durante cinco años.

Dentro de los libros más importantes de Fernand Point, están sus memorias, llamadas *Mi gastronomía*.

#### 9.4 NOUVELLE CUISINE

Como siempre pasa cuando hay una renovación, se tiende a dar una importancia extraordinaria a los hechos contemporáneos. Parece que la Nouvelle Cuisine es una invención definitiva para los gustos gastronómicos del futuro. Sin embargo, ha sido una revolución en el sentido de la velocidad de su propagación gracias a los medios de información y de la publicidad, como todo lo que pasa hoy en día. Debemos recordar que la cocina europea se ha debatido siempre entre dos extremos: la valorización de la tradición, que comprende el retorno a la simplicidad de las cocinas regionales y locales y la valoración de la invención. En la historia de todas las cocinas occidentales existe una oscilación entre la cocina artificiosa, que cuando llega a sus máximas complicaciones experimenta un brusco retorno a la simplicidad. Si consideramos todos estos elementos, era natural que sobreviniera el movimiento que se llamado la Nouvelle Cuisine.

Paul Bocuse es el primero que frena la cocina ante los excesos, ante la anarquía de inventar sólo por inventar, principio que publicitan los periodistas Henri Gault y Christian Millau, propagandistas de todo lo novedoso, condenados por ello a devorar todas las cosas que promocionan.

En esta cocina se busca estéticamente que las figuras sean delgadas y esbeltas, pensando en la importancia de la salud. Para ello, los alimentos deberán ser frescos, de primera calidad, con una presentación simplemente sencilla, inspiración del chef.

Se utilizarán preparaciones y métodos de cocción orientales y americanas, como la mostaza con hierbas o los vinagres de frutas o flores más suaves. El cocinero debe tener también conocimiento en dietética y las largas y difíciles preparaciones desaparecerán. Los métodos de preparación y cocción serán *a la minute*, con excepción del *fumet*, el *bouillon*; las verduras se prepararan en cortes finos y *al dente*, solamente se usarán bien cocidas para purés, espesantes o *mousses*; el pescado se come en rosa o crudo. Se considerara la ligereza del plato como una cualidad dentro de esta tendencia.

Los principios de la Nouvelle Cuisine, que fueron formulados en 1976 por el cocinero Alain Saenderens, son conocidos como "Los 10 Mandamientos de La Nouvelle Cuisine":

1. No cocerás demasiado.
2. Utilizarás productos frescos y de calidad.
3. Aligerarás tu carta.
4. No serás sistemáticamente modernista.
5. Te servirás de las aportaciones de nuevas técnicas.
6. Evitarás adobos, fermentaciones, marinadas, etc.
7. Eliminarás las salsas blancas y las salsas oscuras.
8. No ignorarás la dietética.
9. No harás trampa en los montajes de los platos.
10. Deberás ser creativo.

Para 1982, Bocuse decía: "la Nouvelle Cuisine se acabó". Y es natural y hasta estaba previsto que la nueva cocina acabara así. Fue una moda importantísima, pero moda al fin... Acabaron con ella las exageraciones.

#### 9.5 PAUL BOCUSE

La Nouvelle Cuisine, tuvo un movimiento espectacular, gracias a una personalidad extraordinaria, con un sentido de la publicidad y con un saber técnico únicos, como es Paul Bocuse. La cocina francesa hubiese evolucionado del mismo modo si no hubiera existido él, pero en Paul Bocuse se cifra toda la imaginación, toda la fuerza, toda la inmensa vitalidad y, sobre todo, la alegría que vino a iluminar el mundo de la gran cocina. Paul Bocuse, desde su restaurante de Collanges, fundado en 1959, cerca de Lyon, fue el primero de los jóvenes cocineros premiados con tres estrellas en la Guía Michelin en 1961.

Además tiene el título de "Meilleur Ouvrier de France" (mejor obrero de Francia), en 1962 recibe la segunda estrella y en 1965 la tercera.

Su personalidad es extraordinaria. Él lanza la nueva cocina francesa y crea lo que se llama "bande de Bocuse", que en los años setenta fue un grupo de cocineros jóvenes que revolucionaron las normas estrictas y totalitarias de la Bella Época. En 1980 escribió *La Cuisine du Marché* (la cocina de mercado), donde enfatiza usar en el menú diario los productos del día. Por otro lado, realizó muchos viajes a países poco frecuentados por chefs franceses: Japón y Estados Unidos, en donde introdujo los vinos *Beaujolais*.

#### 9.6 MICHEL GUÉRARD

Pastelero francés que abrió su primer restaurante en 1965, llamado "Pot au feu", en el cual elaboró un menú dietético que tuvo gran éxito. Su restaurante para 1977 había recibido las tres estrellas Michelin.

Michel Guérard combina la gran cocina gastronómica y la cocina baja en calorías, lo que convierte a Eugénie-les-Bains en el "primer balneario de adelgazamiento de Francia". Todos los hosteleros del municipio, motivados y "educados" por Michel Guérard, proponen igualmente a los termalistas y a los turistas menús "pequeños pero grandes" bajo el control cotidiano de una dietista.

En 1976 se publicó La Grande Cuisine Minceur, (Cocina de esbeltez) que muestra influencia china y japonesa.

#### 9.7 JEAN Y PIERRE TROISGROS

Pierre Troisgros es el único sobreviviente de los hermanos, quien desde pequeño comenzó su experiencia con la cocina. A los quince años sus padres lo enviaron a Normandía, y ahí comenzó su carrera culinaria. Y su crecimiento fue con Fernand Point en Vienna, quien le abrió los ojos a la libertad de la cocina, con muchas bases de Escoffier. Posteriormente lo trasladan a Roanne, en Lyon.

Pierre Troisgros en 1967 viajó a Japón a inaugurar el Maxims de Tokio, y le gustó mucho la vida japonesa, sus costumbres, su hospitalidad.

En 1955 obtienen la primera estrella Michelin, otra en 1965 y la tercera en 1968.

#### 9.8 ALAIN DUCASSE

Nació en 1956 en Castelsarrazin, de la región landesa, y creció entre las setas, los patos, las gallinas y los gansos de engorda que eran la materia prima de una empresa familiar, presidida por el padre y dedicada a la producción de foie gras. A los doce años, se atreve a criticar a su abuela porque las vainitas están, a su juicio, demasiado cocidas. Ducasse será cocinero. A los dieciséis, y a pesar de que los padres no ven con muy buenos ojos sus inclinaciones vocacionales, inicia en la escuela hotelera de Bordeaux, formación que continúa con Michel Guérard en Eugenie-les-Bains.

Su vertiginosa carrera tomó fama cuando la Société des Bains de Mer le propone en 1987 hacerse cargo de las cocinas del Hôtel de Paris. Ducasse acepta el reto y se compromete bajo contrato a conquistar las tres estrellas Michelin en un plazo máximo de cuatro años y a hacer del local uno de los restaurantes más espléndidos y prestigiosos del mundo. Dicho y hecho. En 1990 el Louis XV se convierte en el primer comedor de hotel reconocido con el famoso galardón.

Consolidado el Louis XV, se traslada a La Bastide de Moustiers, un proyecto más íntimo, pero no menos exquisito, en un pequeño hotel de la Provenza. Y luego, en 1996, abre sus puertas el restaurante Alain Ducasse en París. A los ocho meses, el establecimiento se alza con las tres estrellas que, sumadas a las anteriores, acrecientan la reputación internacional de Ducasse, calificado ya, desde 1993, por la crítica de la revista especializada Wine Spectator como el mejor cocinero del mundo.

Alain Ducasse ha sido el líder de esa revolución que a finales del siglo XX renovó el arte culinario aportándole sutileza, liviandad y transparencia, realzando los aromas y los colores. Sin embargo, sigue apegado a la tradición, ya que rinde siempre homenaje a la calidad y frescura del ingrediente, en su recurrencia a ciertas recetas y modos de cocción que siguen siendo



insustituibles. Para Ducasse, donde ya existen los sabores y los perfumes, el papel del cocinero consiste apenas en revelar y resaltar, más que en crear. Por eso, según su ideario, la proporción es de 60 por ciento para el producto y 40 por ciento para la técnica. Por esto, es un catador permanente que recorre los mercados, las costas y huertos cada vez que puede, en busca de novedades y productos exóticos. Pregona una alta cocina simple, que no quiere decir simplista, sino perceptible y comprensible por todos. "Las cosas más simples", ha dicho Ducasse, "son con frecuencia, las más delicadas y más complicadas de realizar". Esta obsesión por la sencillez lo ha llevado a prescindir de la costumbre del gorro de chef y a negarse a grabar las iniciales de su nombre en manteles y servilletas. Se niega, también, a detenerse en las mesas y saludar a los clientes. Considera que un restaurante es ante todo un lugar para comer y no para hacer relaciones públicas.

Él combina los sabores provenzales con los del sur de España, Italia y el Magreb. Las ensaladas, los pescados, las hierbas y vegetales, los risotti y pastas con aceite de oliva como aderezo y aglutinante común en sustitución de la mantequilla y la manteca de ganso de las preparaciones tradicionales, todo esto ocupan un lugar prioritario en su menú.

#### 9.9 FERRÁN ADRIÀ

La revista *Gourmet* lo ha nombrado "el Salvador Dalí de la cocina", y hay quienes dicen que es el mejor chef de España. Lo cierto es que es el chef más creativo del mundo, ya que está innovando la historia de la gastronomía.

Ferrán Adrià nació en Barcelona y comenzó a trabajar lavando platos en un restaurante en el pueblo de Castelldefels, donde el chef lo inició en los trucos básicos de la cocina. Trabajó después en varios restaurantes antes de ser asistente del chef en un muy famoso restaurante de Barcelona, el Finisterre. Incluso, cuando tuvo que hacer su servicio militar en Cartagena, trabajó en las cocinas. Finalmente, en 1984, a la edad de 22 entró como empleado en el Bulli, donde al poco tiempo se convirtió en el chef principal y copropietario.

El Bulli, restaurante en la costa de Catalonia, recibió su primera estrella Michelin en 1997, convirtiéndolo en uno de los tres restaurantes españoles con este reconocimiento. Es de conocimiento popular que el Bulli se encuentra en un lugar inaccesible en la montaña, sólo abría cinco días de la semana y cerraba cuatro meses del año, tiempo durante el cual Adrià viaja, buscando nuevas ideas e inspiraciones para asombrar a sus patrones.

La cocina de Ferrán es básicamente la tradicional francesa, pero con muchas nuevas ideas, llevándolo a la cima más alta de las cocinas francesas. Durante la segunda mitad de la década de los 80, Adrià comenzó sus experimentos, que se basan en el uso de materiales frescos adaptados a la cocina clásica mediterránea, dándole un giro completo a la gastronomía tradicional. Muchas de estas variaciones consisten en rociar los ingredientes con un sifón, dándole una textura con burbujas, técnica que es común para algunos platos, pero él lo aplica para casi todos. Su filosofía es proveer contrastes inesperados de sabor, temperatura y textura. Nada es lo que parece. La idea es provocar sorpresa y buen sabor.

Un menú sencillo en el Bulli incluía más de doce platos, acompañados con muchos aperitivos distintos, además de una variante de las muy españolas tapas. Algunos ejemplos de sus platos son: huevo de codorniz caramelizado con nuez moscada, pimienta y sal Maldon; corazones de pepitas de pimientos, ostras merengadas y crocant de alga nori, por mencionar algunos.

El restaurante el Bulli recibió varios premios y reconocimientos en el 2009 por quinta vez y cuarto año consecutivo, la revista The Restaurant Magazine otorga el premio al mejor restaurante del mundo.

Con una gran personalidad, se le considera un artista de la cocina, en la que ha introducido nuevas técnicas, como la "deconstrucción" descontextualizando éste concepto del mundo del arte, las espumas (que crea utilizando sifones), la "esferificación" (empleo de alginatos para formar pequeñas bolas de contenido líquido) así como el empleo de nitrógeno líquido. Aparte de estas técnicas la cocina de Ferrán Adrià destaca por el minimalismo de la presentación, la utilización de vajillas y menaje altamente innovadores así

como por la ruptura con muchos principios clásicos de la cocina. Por ejemplo, los platos salados helados, los postres con elementos hasta ahora exclusivos de platos salados etc. Además, según la filosofía de El Bulli, todos los alimentos tienen el mismo valor culinario pese a su distinto prestigio o precio. En la cocina de Ferrán Adrià no hay una predominancia de materias primas de elevado costo como foie gras, langosta, caviar etc. "Una buena sardina es mejor que una mala langosta" es una de sus máximas.

En el 2010 en la cumbre de la gastronomía de Madrid Fusión, Ferrán Adrià anuncia públicamente que su restaurante, El Bulli, permanecerá cerrado al público durante dos años, aunque seguirá abierto como taller de investigación. Durante este periodo, Adrià trabajará con su equipo en dos centros creativos el Bullitaller y el Bulli.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

Investigar los restaurantes y chefs que cuentan las estrellas Michelin en Europa, Inglaterra, Tokio y Nueva York.

### 9.10 TENDENCIAS ACTUALES

#### *9.10.1 Cocina de autor*

La cocina de autor es un laboratorio donde la creatividad y el pensamiento libre llevan a la elaboración de nuevas propuestas, las cuales rompen con las reglas establecidas y dan como resultado una sorpresa al gusto. Se puede decir que esta tendencia es una aventura de la imaginación.

La cocina de autor se relaciona con la cocina tradicional representativa de un país, en el cual un acreditado cocinero, mediante su experiencia, trayectoria y sabiduría culinaria, innova y fusiona la cocina de su país de origen con una cocina foránea o mestiza. Ambas cocinas se unen para crear un nuevo género, caracterizado por la armonía, estética y exquisitez de los platillos, especialmente en el uso de las materias primas, sazones, aromas y especias. El autor integra de manera creativa y científica esas particularidades, creando

nuevas versiones de los platillos típicos y tradicionales. El objetivo es transformar el platillo, ensalzando su elaboración, contenido y presentación, rompiendo con todo lo establecido.

La cocina de autor es la madurez creativa de la cocina del último siglo. Es la búsqueda de nuevos sabores, aromas y texturas y a su vez, es el reencuentro con sabores conocidos y poco conocidos que se alojan fiel y endeblemente en nuestro subconsciente. Los chef llamados 'autor', suelen investigar las nuevas tendencias y las aplican a sus creaciones, sin dejar de lado las técnicas vigentes y clásicas. Además, desentierran productos que no son muy utilizados.

Esta tendencia no debe mal interpretarse, más bien se ha convertido en una obligación de los grandes cocineros. Ellos deben reinventar la cocina, innovar las preparaciones, aplicar las nuevas técnicas culinarias, utilizar productos poco conocidos y hacer la comida más apetitosa, creativa, variada, saludable y nutritiva. Esto, contribuiría a resarcir a los productos que se dejan de lado y los integrarían a una nueva gama de preparaciones.

#### *9.10.2 Cocina molecular*

El término Gastronomía Molecular, fue dado por Hervé This<sup>14</sup> y Nicholas Kurti<sup>15</sup> y se refiere a la aplicación de la ciencia práctica culinaria.

Al escuchar la palabra molecular, nos remite a la reconstrucción de la materia a un paso del átomo, de esto se trata la gastronomía molecular, ya que los alimentos son orgánicos, los cuales contienen vitaminas, proteínas, minerales, etc. y se manifiestan en distintas propiedades al ser alterada su estructura molecular, cambiando dichas propiedades.

---

<sup>14</sup> Hervé This (1955 en Suresnes) es un físico químico francés que trabaja en el Institut National de la recherche agronomique. Es Director científico de la Fondation Science & Culture Alimentaire, de la Académie de sciences, así como consejero científico de la revista Pour Science.

<sup>15</sup> Nicholas Kurti (1908-1998) fue un físico húngaro que vivió en Oxford, UK durante la mayor parte de su vida. Es famoso por sus trabajos junto con el químico Hervé This el concepto de Gastronomía Molecular.

La cocina molecular ha sido utilizada por los grandes cocineros para proporcionarnos distintas texturas que sorprenden a nuestros paladares. Gracias a este tipo de cocina podemos crear distintos sabores y texturas como un helado que ha sido elaborado partiendo de la espuma de la cerveza. El más claro ejemplo de la cocina molecular y las distintas composiciones lo tenemos con Heston Blumenthal, un científico chef de cocina que experimenta continuamente con sabores y nuevas percepciones gastronómicas que sorprenden a los comensales. En la cocina molecular hay que respetar una serie de leyes, como por ejemplo la Ley de la dominancia, la cual indica que un ingrediente puede perder su sabor si se sirve combinándolo con sabores más fuertes; es importante que cada ingrediente pueda ofrecer su sabor y que a la vez no sea opacado por otros, para que nuestro paladar pueda detectarlo.

Las nuevas técnicas utilizadas por los grandes autores dentro de la cocina molecular son:

1. Espumas; uno de los inventos del español Ferrán Adriá que más llamaron la atención. Con la ayuda de un sifón se puede lograr que alimentos como verduras, quesos o frutas obtengan una textura similar al de una mousse, pero sin el agregado de otros productos, lo que hace que los sabores y aromas se mantengan intactos y mucho más suaves. Imaginar una espuma de centolla, de papas o de peras puede sorprender hasta el más exigente paladar.
2. Gelatinas calientes: estas gelatinas son extraídas de algas que se encuentran en su mayoría en mares del sur de África. Se caracterizan por soportar altas temperaturas de cocción, lo que permite que se mantengan calientes y en estado sólido, por ejemplo, para ser parte del relleno de una pasta, de una carne o ser un plato en sí mismo.
3. Aires: los aires o humos son simplemente agregados que sirven para llevar al plato un determinado aroma. Se los ve sobre la comida en forma de burbujas encadenadas o a veces en globos que se alcanzan al comensal para que deje escapar sus aromas antes de probar un determinado plato. Los hay de rosas, de mar, de menta, etcétera.

4. Cocina al vacío: esta nueva forma de cocción es la menos usada por los restaurantes, no porque sea desechada, sino porque los artefactos para ponerla en práctica son excesivamente costosos. Básicamente, los alimentos son puestos en bolsas, cerrados al vacío y cocinados en agua durante un tiempo y a una temperatura determinada. De esta manera se mantienen en esa bolsita y en el alimento en sí, todos y cada uno de los sabores del producto.

5. Criococina o cocina con Nitrógeno líquido: es la más reciente de las innovaciones que aparecieron en los últimos años. A partir del uso del nitrógeno líquido se logran congelaciones prácticamente instantáneas, que evitan la formación de cristales de hielo, y permiten texturas realmente sorprendentes. Todavía en fase de experimentación, con él se logran preparaciones como el "dragón oil", que consiste en una bola de aceite virgen sometida al nitrógeno líquido, que al meterla en la boca y cerrar ésta, hace que por las narices del comensal salgan con fuerza dos chorros de humo blanco, que le dan el aspecto de dragón a que se refiere el nombre del plato.

6. Deconstrucción: un término aplicado a la utilización de muchas de estas técnicas para desarmar un plato en diferentes componentes. Básicamente se trata de tomar los ingredientes principales de un plato y tratarlos por separado cambiando totalmente sus cocciones y texturas. Imaginar una clásica tortilla de papas, pero servida en una copa de martini donde en el fondo hay una mermelada de cebollas, en el centro un huevo poché y arriba una espuma de papas.

7. Cocción interna: Se trata de una parrilla de acero inoxidable dotada de asas sobre la que se distribuyen varias hileras de puntas de acero, un lecho donde carnes y pescados se cocinan uniformemente y con rapidez, mediante una cocción efectuada desde el centro del producto que evita la pérdida de jugos y nutrientes. El procedimiento es sencillo: se calientan las puntas de la parrilla directamente sobre el fuego de gas, con la parrilla invertida descansando sobre sus asas, y una vez dada la vuelta, insertar en los clavos los productos, que se cocinarán en cuestión de segundos. Los alimentos absorben los aromas con los

que se espolvorean la parrilla. La cocción se finaliza mediante el uso de un soplete.

### *9.10.3 Fast Food*

Al hablar de fast food o comida rápida, podemos decir que en la antigua Roma existían puestos en la calle donde vendían panes planos con olivas o el falafel.

En 1912 se abre el primer automat en Nueva York, un local que ofrecía comida detrás de una ventana de vidrio y una ranura para pagar con monedas. Estas compañías llevaban como slogan “menos trabajo para mamá”.

El concepto de la comida rápida apareció en Europa durante las Guerras Napoleónicas cuando en el siglo XIX los mercenarios del ejército Ruso en Francia solicitaban en los restaurantes que se les sirviera lo antes posible, mencionando repetidamente la palabra Bistró(en russ: bystro=rápido). Los restaurantes Bistro quedaron con esta denominación a partir de entonces.

A mediados del siglo XX un empresario de la alimentación de Estados Unidos llamado Gerry Thomas comercializa por primera vez lo que se denomina comida preparada, con esta innovación sin mayor esfuerzo una persona encuentra en pocos minutos con un plato preparado.

Una de las características más importantes de la comida rápida, es que puede consumirse sin el empleo de cubiertos, algunos ejemplos son pizzas, hamburguesas, pollo frito, tacos, sándwiches, patatas fritas, aros de cebolla, etc., característica que permite diferentes tipos de servicio consumo en el local, consumo en la calle o domicilio.

El concepto de comida rápida se basa en velocidad, uniformidad y bajo costo, la comida rápida se hace a menudo con los ingredientes formulados para alcanzar un cierto sabor o consistencia y para preservar frescura. Esto requiere un alto grado de ingeniería del alimento, el uso de añadidos y las técnicas de proceso que alteran el alimento de su forma original y reducen su valor alimenticio.

#### 9.10.4 *Slow Food*

Slow Food es un movimiento internacional nacido en Italia en 1984 promovido por Joseph Bové que se contrapone a la estandarización del gusto y promueve la difusión de una nueva filosofía del gusto que combina el placer y conocimiento. Opera en todos los continentes para salvaguardar las tradiciones gastronómicas regionales, con sus productos y métodos de cultivo. El símbolo de Slow Food es el caracol, emblema de lentitud.



Los objetivos de la asociación de Slow Food en Italia y Francia son los siguientes:

- a) Otorgar dignidad cultural a las temáticas relacionadas con la comida y la alimentación.
- b) Individualizar los productos alimenticios y las modalidades de producción ligados a un territorio, en una óptica de salvaguardia de la biodiversidad, promoviendo su categorización y protección en tanto que bienes culturales.
- c) Elevar la cultura alimentaria de la ciudadanía y, en particular, de las generaciones más jóvenes, con el objetivo de lograr la plena conciencia del derecho al placer y al gusto.
- d) Promover la práctica de una calidad de vida distinta, basada en el respeto al ritmo y tiempo naturales, al ambiente y la salud de los consumidores, favoreciendo la fruición de aquellos que presentan al máxima expresión cualitativa.

#### 9.10.5 *Iboo*

IBOO nace ante la necesidad de un segmento de la sociedad por tener acceso a una alimentación más sana y equilibrada, de consumo rápido, pero sin renunciar al sabor, variedad y calidad.



IBOO es el primer restaurante de alta cocina del Mediterráneo sana y rápida, en el que el cliente puede tener acceso a una amplia variedad de propuestas gastronómicas, donde la salud y la dieta no significan renunciar al sabor de la comida tradicional. Los amantes de la buena cocina, sana y natural, tienen la nueva alternativa de IBBO dirigida por el Chef Mario Sandoval.

### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

El alumno investigará que restaurantes de su país manejan alguna de las tendencias actuales y hará una lista de ellos con el nombre del chef y la tendencia que maneja en su restaurante. Ejemplo Restaurante Tezka, chef Mikel Alonso, cocina molecular.

## AUTOEVALUACIÓN

1. Guía Europea que otorga una amplia posibilidad de seleccionar los niveles de confort y precios, clasificando los restaurantes por tenedores en cuanto a su confort y con estrellas las especialidades culinarias  
a) Guía Europea                      b)Guía Michelin                      c) Guía Roja Michelin
2. Personaje al que se le debe el movimiento estrepitoso en la Nouvelle Cuisine  
a) Michel Guérard                      b) Paul Bocuse                      c)Alain Ducasse
3. Gastrónomo que renueva el arte culinario aportándole sutileza, liviandad y transparencia, realzando aromas y colores  
a) Michel Guérard                      b) Paul Bocuse                      c)Alain Ducasse
4. Gastrónomo Al que le han llamado “el Salvador Dalí de la Cocina”  
a) Ferrán Adriá                      b) Paul Bocuse                      c)Alain Ducasse
5. Cocina con una revolución constante, con gustos gastronómicos futuristas  
a) Belle Époque                      b)Nouvelle Cuisine                      c) Cuisine
6. Autor que acuñó el término *Gastronomada* refiriéndose a la persona que viaja por diferentes rincones de su país para admirar la gastronomía y las peculiaridades de cada región  
a) Ferrán Adriá                      b) Curnonsky                      c)Alain Ducasse
7. Los principios de la Nouvelle Cuisine fueron formulados en 1976, mejor conocidos como “Los diez mandamientos de La Nouvelle Cuisine”; su nombre es:  
a) Ferrán Adriá                      b) Paul Bocuse                      c) Alain Saenderens
8. Pastelero francés que abre su restaurante “Pota u Feu” elaborando un menú dietético  
a) Brazier                      b) Michel Guérard                      c) Pierre Troisgros
9. Época en la que el arte de vivir adquiere una perfección, hay obsesión de los protocolos; surgen los grandes chefs, los maîtres, los restaurantes de prestigio.



11.B  
12.B  
13.C  
14.C  
15.C

## BIBLIOGRAFÍA

- Diccionario Manual de la Lengua Española Vox. 2007 Larousse Editorial, S.L.
- Notas de Cocina de Leonardo da Vinci. Shelagh y Jonathan Routh. Ed. Temas de hoy. 2005.
- Albores de la Panadería Mexicana. Gutiérrez de Alva Cecilia I .Cuernavaca, Mor. 2004. p 40. Tesis (Licenciatura en Gastronomía). ITAHE EUROMAR.
- Historia de la cocina y de los cocineros. E.Neirinck, J-P.Poulain. Ed. Zendera Zariquiey, 2007.
- El Banquete de los Nobles Caballeros Tomo XI. Luis Lobera de Avila. Ed. R&B. 1996.
- Historia de la Gastronomía. N. Luján. Ed. Folio. 1997.
- Le Larousse Gastronomique, Ed. Larousse.2004.
- Guía Roja Michelin, 2009.
- La casa de Lúculo. Julio Camba. ED. R&B. 1995. 1 ed.
- A taste of Ancient. Rome. Ilaria Giacosa. Ed. The University of Chicago.
- VIDA COTIDIANA EN TIEMPOS DE RAMSES. Montet, Pierre. Temas de Hoy 1990.

## GLOSARIO

**DECCOCCIÓN:** extraer de una planta sustancias activas por medio de una cocción. A veces es preciso métodos más enérgicos para extraer los principios activos de las partes más duras de las plantas, como tallos, cortezas, raíces o hayas. La decocción es el método indicado en estos casos, hirviendo las plantas en agua.

**ESCANCIAR** Referido únicamente a la sidra natural y no a la sidra espumosa, la acción de escanciar indica un modo particular de servir la bebida. Echar o servir la bebida, particularmente echar la sidra en el vaso desde una altura considerable para que al caer se produzca espuma.

**ESCAROS** pescados de arrecifes de color rojo conocido como cotorra.

**ESPETÓN:** Hierro largo y delgado terminado en punta, como el asador o el estoque. Hierro para remover las ascuas de los hornos o chimeneas.

**EPICÚREO** Sensual, voluptuoso, entregado a los placeres.

**EPICUREÍSMO** es un sistema filosófico que defiende la búsqueda de una vida buena y feliz mediante la administración inteligente de placeres y dolores.

**MAESTRESALA.** m. Criado principal que presentaba y distribuía los manjares en la mesa. Solía usar con el señor la ceremonia de gustar lo que le servía, para preservarle de veneno. Maestresala, también conocido como director de sala o *maître*. Es quien organiza todo el funcionamiento del restaurante: Tiene que estar muy integrado con la cocina, para saber qué platos se van a elaborar y cómo, y poder ofrecerlos al cliente, y con el sumiller, para adecuar la comida al vino.

**OPÍPARO** adj. Culto. Se aplica a la comida que es muy abundante y muy buena.

**POUTARGUE** es una especialidad de Martigues con las huevas del salmonete o del muje cubiertas con la sal fina y turned over regularmente, rallado encendido a una rebanada del pan farmhous.

**REBECO** gamuza o sarrío (*Rupicapra rupicapra*) es un bóvido de la subfamilia Caprinae presente en algunas cadenas montañosas de Europa, como los

Cárpatos, los Alpes, el Cáucaso y ciertas zonas montañosas de los Balcanes, Eslovaquia y Turquía.

El rebeco es un animal característico de la alta montaña. En verano gusta de utilizar pastizales altos, riscos y escarpados donde se alimenta de gramíneas y otras plantas herbáceas. En verano, desciende a áreas boscosas o con arbolado y matas abundantes.

SUMILLER es la persona encargada de la compra, cuidado y servicio del vino. Como responsable de estas actividades, ha de tener una bodega muy bien preparada, para lo que deberá estar al tanto de todas las novedades que vayan surgiendo. Una vez que ya dispone de estos vinos en su bodega, debe hacer un buen servicio de mesa y ofrecerlo a los clientes, acompañándolo de la gastronomía del momento.