



## PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández  
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM  
✉ parlemdecuina@hotmail.com

# Cuina Medieval (i II)

La forqueta arribà a Espanya amb el contacte amb Itàlia cap al SXIV

**Edat Mitjana alta:** El segle XIV comença amb una onada de fred glacial, que feu créixer la fam i la misèria. La crisi demogràfica s'agreuà pel desequilibri entre una població en alça i una producció d'aliments estancada dins del marc de l'agricultura senyorial. Com la producció de cereals era insuficient, generà un augment de preus que estengué la fam, la misèria i la mortaldat dels humils. L'afebliment de les reserves biològiques preparà perquè dos factors externs (la guerra i la pesta) provoquessin una catàstrofe demogràfica.

La Guerra dels Cent Anys, les guerres civils castellanques, etc., posaren noves dificultats (nous impostos, devastació dels camps) a una economia rural dèbil. Però fou la pesta negra el fet que causà la mortaldat més gran, ja que mèdicament es desconeixien els microbis i els mecanismes de contagi. L'any 1347, arribà procedent d'Orient i, en poc més de quatre anys, a Europa moriren uns vint milions de persones, un terç de la seva població, perquè les mesures de prevenció foren inútils: s'ordenaren quarantenes, es prohibí el comerç entre ciutats, es tapiaren cases amb malalts a dins... Tot fou de bades, i es veieren afectats tots els estaments socials del camp i de les ciutats.

L'epidèmia acabà al final del segle, després de successius rebrots. La pesta deixà una profunda petja en la demografia, l'economia i l'imaginari col·lectiu: llinatges familiars truncats, orfes, una societat desencantada, preus que queien en picat per manca de consumidors, pagesos que prenien terres que ningú no reclamava... El món feudal trontollà i aquell ordre medieval que semblava in-

amovible des de feia segles demostrà que podia canviar. A la corona d'Aragó, aquesta època de crisi, iniciada el 1333 per unes males collites, passà a l'imaginari col·lectiu com «lo mal any primer».

I és que la pesta comportà efectes importants: l'excedent de roba, que amb un procediment es podia convertir en paper, comportà que el paper baixés molt de preu, i que es fabricués en grans quantitats. Això escampà l'hàbit de llegir per Europa, i amb els llibres es va estendre la cultura. A més, la pesta accentuà la decadència de l'Imperi Romà d'Orient, que començà a patir una emigració sostinguda de romans d'Orient cap a les ciutats occidentals, que durà gairebé un segle. Amb ells, Europa redescobrí la tradició grecoromana, i l'interès pel passat clàssic cresqué en tot el continent, especialment a la península Itàlica, on el Renaixement prengué volada i donant per finalitzada aquesta època un tant fosca.

### Segles X-XIII

És l'època en que Barcelona i el seu port tenen molta importància pel comerç al Mediterrani. Al port de Barcelona, que compta amb una infraestructura important, hi ha vaixells de tot el Mediterrani que usen els ports de les Illes Balears com a escala ens els seus viatges a Itàlia, Grècia i l'Alger, principalment.

Però aquesta bona economia s'esbucà al S.XV, amb la descoberta del nou món, ja que la impossibilitat de poder



comerciar amb Amèrica, (per orde d'Isabel la Catòlica), i el trasllat de tot el comerç a les noves rutes, el comerç al mediterrani va entrar en decadència. Cal remarcar que la prohibició de comerciar els Països Catalans, València i les Illes amb Amèrica durà fins l'any 1783.

Més endavant als segles XVI i XVII, la informació ens arriba gràcies a vells manuscrits i plagues de cuina, quasi totes

en mal estat, algunes d'elles son repetides, però malgrat això eren guardades amb secret per la gent de l'època.

### La cuina

Es menjava principalment carn de vaca, porc i xot i esporàdicament cabrit i cérvol. D'aus menjaven gallines i indiots i la beguda principal era el vi, pres sol o amb aigua. Al S XIV s'introdueix el vi aromatitzat amb espècies, però sols el prenien als finals dels banquetes més assenyalats.

Un fet curiós fou que la forqueta arribà a Espanya amb el contacte amb Itàlia cap al SXIV, però no es popularitzà el seu ús fins al segle XVIII.

Per a trobar informació relacionada amb la cuina ens hem d'acollir a la historiografia existent: a «L'Espill» de Jaume Roig, i a «Tirant-lo Blanc». Aquests llibres apart de la història que ens conten també són un fel reflex de la cultura de l'època. Però els primers llibres de cuina, pròpiament xerrant, que trobam són: «El llibre de Sent Soví», que té la particularitat d'esser el primer llibre de cuina escrit en català, data de principis del segle XIV, però va esser reeditat el 1979, i el «Llibre del Coch» de 1515, aprox. escrit per Robert de Nola, i posteriorment traduït al castellà l'any 1525. El Primer receptari escrit directament en Castellà, fou «Arte Cisoría», d'Enric Villena, que relata com s'ha de tallar la carn.

### Cuina Mallorquina, segles V-XV.

Fins al S. XV Barcelona, capital del Mediterrani, havia estat autosuficient, exportava mel i importava formatges de Mallorca. L'aliment principal i més valorat pels habitants de les Illes, fins a les hores era la carn de porc i el peix salat, un dels quals era l'arengada. Una altre predilecció eren les pastes italianes, introduïdes des d'aquell país pels àrabs.

L'arròs, cereal molt consumit, ens arribà d'Orient en el S.VI. L'espècia més emprada era la canyella, seguida per la galanga (espècia coenta). El safrà també era emprat des del S.XV i era utilitzat també en infusió i contra símptomes d'embriaguesa. Molt típic de l'època medieval era «la picada», quasi tots els cuinats la portaven. I ja des del S.X, també, ja ens parlen de receptes de diversos menjars blancs, un dels plats amb més variants dintre del receptari Mallorquí.

Els que possiblement són els llibres més antics de cuina catalana Mitjaval són el Sent Soví o Llibre del Coc, i els llibres de Francesc Eiximenis. En aquestes publicacions trobam dues clares diferències «Taula de pobres i taula de rics», característica molt comú a molts de llibres: de separar la cuina del poble, de la cuina de la burgesia.

### CUINA DE TEMPORADA:

## Pitera d'indiots farcida de torró

Les imatges que acompanyen a n'aquest article són de l'elaboració de la recepta.

### INGREDIENTS (Per a quatre persones)

- 1, 2 kilograms de pitrera d'indiots
- 100 grams de xulla salada tallada a daus
- 2 cebes, 1 pastanaga, 1 porro
- 60 grams de torró mallorquí.
- 40 grams de botifarró.
- Un brotet de moradux capolat ben fi, sal i pebre bo. 1 ou, 1,5 dl d'oli d'oliva verge de Sóller, 1 tassó de vi blanc, una cullerada petita de farina.

### ELABORACIÓ:

- Assaonam la carn deshosada i neta de greix amb sal i pebre bo. Ofegam una ceba tallada fina i el gran d'all amb la meitat de l'oli, ho assaonam i ho deixam refredar. Mesclam la ceba i l'all amb la xulla, botifarró, moradux, torró i l'ou. Posam una cullerada d'aqueta mescla en els filets de carn que haurem preparat. Embolicam cada peça farcida amb un paper de forn.
- Tallam a bocins l'altra ceba, el porro, la pastanaga, l'all i els retalls de carn. Tot ho posam dins una placa amb la resta de l'oli. Col·locam els paquets damunt de la verdura i ho enforam tot a 200°C durant seixanta minuts.
- Retiram del forn, treim la cran i a la bresa hi afegim un tassó de vi blanc i ho deixam coure fins que minvi a la meitat. Hi afegim dos tassons d'aigua i deixam reduir. Colam i rectificam de gust.
- Rectifiquem de textura i densitat segons els nostres gustos (amb la farina dissolta amb brou). Servim amb verdures.



### ESCOLA DE CUINA:

- Taula de pobres: En aquesta època es confonia el nom pobre amb el de malalt, i no quedava clara la línia de separació d'ambos termes. Menjaven i bevien dins copes i plat de fusta, cuinaven dins escudelles, olles de coure i pelles de ferro. El peix era molt apreciat. A l'Illa es coneixien unes 52 espècies de peix (en fa referència el Sent Soví). La cuina de les naus també ens aclareix algunes coses de l'època. Gràcies als inventaris que feien d'allò que embarcaven Així avui dia coneixem els productes més típics del s.XV, tals com: figues, col, vi, carn salada, cigrons, alls, cebes, oli, vinagre, salser (una mescla de diferents espècies), porc, pa. Tot això va esser embarcat a les naus del Rei Sans, durant el S.XIV.
- Taula de rics: Per descobrir la cuina de la burgesia ens hem de remuntar a les llistes de compra de les senyores, ja que el material literari és prou escàs: llista de compra de Beatriu de Pineda (s.XV): «Compra de cada dia: pa, vi, carn, peix, ous, verdures fresques de temporada. Compra el 25 de desembre: a més del de cada dia; llebre, porc, xuia, sardines, sucre». Els més rics empraven més espècies, el fet de tenir espècies era un luxe.