



2a ed

PAULINA MONROY DE SADA  
GRACIELA MARTÍNEZ DE FLORES



# INTRODUCCIÓN A LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA



LIMUSA







# **INTRODUCCION A LA HISTORIA DE LA GASTRONOMIA**

Segunda edición

Paulina Monroy de Sada

Graciela M. de Flores



## PROLOGO

## INTRODUCCION

### CAPITULO 1

#### EDAD ANTIGUA

- Mesopotamia
- Egipto
- Hebreos
- Persia
- China
- Grecia
- Roma
- América

### CAPITULO 2

#### EDAD MEDIA

- Florecimiento de Oriente: Bizancio
- Europa
- Francia
- España
- Inglaterra
- Alemania
- Las Cruzadas
- América precolombina

### CAPITULO 3

#### EDAD MODERNA

- La gran Tenochtitlan
- Italia
- Francia
- España
- Inglaterra

### CAPITULO 4

#### EDAD CONTEMPORÁNEA

- Jean Anthelme Brillat-Savarin
- Balthazar Grimod de la Reynière
- Antonin Carême
- Jose Berchoux
- Los restaurantes
- La *belle époque*



## **CAPITULO 5**

### COCINA CLASICA Y COCINA REGIONAL FRANCESA

- Cocina clásica o nacional
- Cocina regional
- Cocineros regionales en el siglo xx

## **CAPITULO 6**

### LA NOUVELLE CUISINE

- Principales exponentes

## **CAPITULO 7**

### LA COCINA DE NUESTROS DIAS

- La cocina de autor
- Los chefs en la cocina de autor
- Los cocineros más famosos

## **CAPITULO 8**

### EL MENU A TRAVES DEL TIEMPO

- El menú
- Menú español de 1623
- Menú para cena, de Auguste Escoffier
- Menú de 1959
- Los menús actuales
- Nomenclatura clásica de los platillos

### BIBLIOGRAFIA Y FUENTES DE CONSULTA



## PROLOGO

Se ha escrito mucho sobre gastronomía en ensayos para revistas especializadas, en artículos periodísticos e, incluso, en algunas recetas de las abuelas. El tema se ha abordado por países, por regiones, por especialidades, también por los tipos de ingredientes, los métodos de preparación, los tiempos, es decir, por los diversos platillos que integran un menú; en fin, el estudio de la gastronomía se ha enfocado desde muy diversos ángulos. Sin embargo, en esta obra se le da un tratamiento formal en el tiempo, ubicándolo en cuatro grandes etapas históricas. Esta estructura permite conocer cómo era la cocina desde sus inicios, cuando necesariamente existía una gran pobreza de elementos, tanto en el contenido como en la forma, hasta nuestros días, donde hay innovaciones constantes en los ingredientes, en la riqueza de los sabores y en el aspecto de los platillos.

Los cuatro periodos que comprende la obra son: la Antigüedad, la Edad Media, el mundo moderno y la época contemporánea. La primera parte que abarca desde la prehistoria hasta los pueblos de la antigüedad, empezando por Mesopotamia para seguir con los egipcios, persas, hebreos y chinos. Luego pasa a la Grecia clásica, cuando ya la cocina tenía un cierto toque artístico, tanto en los métodos como en los ingredientes y en el servicio. Se conoce entonces a los anfitriones famosos de la época, como Lúculo y Marcus Apicius, quien también fue escritor de gastronomía. En las comidas se incluía variedad de quesos y una suerte de salsa a base de entrañas de pescado, condimentada con especias, utilizada durante mucho tiempo en el resto de Europa, principalmente en España.

La segunda parte muestra los cambios sensibles ocurridos durante la Edad Media, y la importancia que se dio a la alimentación en la civilización bizantina, ya que Constantinopla era la sede de la élite de pensadores y artistas que recogieron el legado cultural a la caída del imperio romano. En esta sección, la autora señala que ya existía un cierto lujo en las comidas y las preferencias de los comensales por las carnes tiernas, preparadas con diversos ingredientes, con lo cual se lograba una gran gama de sabores dulces y salados. Asimismo se elaboraban postres con frutas azucaradas que eran perfumados con esencia de flores, como nardos y rosas.

En la tercera parte se menciona como la influencia de la cocina bizantina llegaba hasta el Renacimiento, que se inicia en Italia, donde era notable la elegancia tanto en el servicio como en las preparaciones culinarias. En esta época el refinamiento de la cocina italiana pasa a Francia, quien para entonces tenía pocos avances en la materia, pero que se enriquece con los nuevos conocimientos venidos de Italia, y no solo crea otras formas en la elaboración de alimentos, sino inicia las buenas maneras en la mesa.

Resulta interesante la manera en que esta obra nos introduce a la edad contemporánea mediante un recorrido por la literatura gastronómica de los siglos XVIII y XIX. Nos recreamos con los aforismos de Brillat Savarin, cuando dice: quien recibe a sus amigos y no se toma ninguna molestia personal por la comida que se les prepara, no es digno de tener amigos.



Conocemos también el amargo humor de Grimod de la Reynière y el arte culinario de Carême, quien llegó a ostentar el título de “Mayor cocinero de Europa”.

La lectura resulta muy amena cuando nos presenta a los personajes participantes en la historia de la gastronomía francesa, entre ellos al famoso Talleyrand, o cuando se efectúa la apertura del primer restaurante de París, instituido entre otros muchos, por Boulanger, de estos restaurantes todavía quedan algunos, como “La Tour d’Argent”.

Finalmente, se presenta al lector una larga relación de los platillos de la cocina clásica o alta cocina, conocidos ya en todo el mundo, y también una gran variedad de quesos y comidas de las distintas regiones de Francia, lo cual nos invita a visitar esos lugares para deleitarnos con sus platillos.

Con este libro, se abren nuevos horizontes a la gastronomía, especialmente en su vertiente práctica, a todos los que tenemos inquietudes en este interesante tema.



## INTRODUCCION

Durante el transcurso de la Historia el hombre ha manifestado las características propias de su naturaleza. Como un ser compuesto por materia, posee una serie de capacidades y necesidades físicas que aprovecha y satisface mediante el uso de su inteligencia y su voluntad, que son características de su espiritualidad. Con el tiempo, y al aprovechar los recursos naturales que encuentra a su alrededor, el hombre desarrolla y mejora sus condiciones de vida.

Por otra parte, los frutos de la actividad inteligente y creativa del hombre, que lo conforman en su totalidad, son transmitidos de un hombre a otro, puesto que es un ser social, que vive y se desarrolla junto con otros seres humanos. Esto da lugar a la cultura o civilización de la humanidad, que queda plasmada en sus ideas, costumbres, tradiciones y modo de vida.

El hombre primitivo vivía en las copas de los árboles; en la época del paleolítico y del neolítico habitaba en cuevas y en chozas, respectivamente; en la edad de los metales ya construía casas de piedra y formaba villas. Más adelante edificó magníficos palacios y todo tipo de construcciones hasta llegar a las casas que existen hoy en día.

Así como el hombre busca un lugar para alojarse, también tenía otras necesidades físicas primarias, como era la de vestirse y alimentarse. Con el transcurso del tiempo se ha visto como el hombre – que en un principio comía lo que podía para satisfacer su hambre - fue evolucionando y encontrando una forma agradable y placentera de satisfacer esta necesidad vital. Descubrió nuevos y variados alimentos, tanto de origen vegetal como animal; diferentes formas de prepararlos para mejorar su sabor; una manera bella y armoniosa de presentarlos haciéndolos más apetecibles. Descubrió también cuales de estos alimentos eran mejores para su salud y cuales podían serle perjudiciales.

Y así como fue progresando en su alimentación también fue creando una forma más digna de alimentarse: horarios para las comidas, el uso de la mesa, manteles, servilletas, vajillas, vasos, cubiertos, etcétera. Todas estas manifestaciones de refinamiento hacen más agradable la vida humana y la convivencia con los demás. La gastronomía proporciona el conocimiento de las maneras adecuadas para dar un servicio a los demás, tan importantes en el desarrollo de la humanidad y característico de la dignidad humana.

Hay autores – como Pierre Bearn – que opinan que la gastronomía es un arte tan difícil, que el perfecto gastrónomo no existe. Éste no sólo debería tener un paladar y gusto refinado, sino conocer todo sobre los alimentos, sus características y diferencias; combinaciones, diversos procedimientos para prepararlos y presentarlos; la historia del buen comer, los mejores restaurantes y proveedores; los principales autores de libros gastronómicos y los grandes cocineros; las características de las diversas cocinas en el mundo; en fin: todo lo referente al arte culinario.



Es una realidad que los gustos y costumbres en materia alimenticia varían considerablemente entre épocas y lugares. Lo que en ciertas civilizaciones se juzga delicioso, en otras su consumo constituye una aberración. Lo que en algún tiempo se tuvo por refinado, en otro se vio como vulgar.

Pero siempre ha habido alguien que nos recuerde que es bueno disfrutar del comer y beber, pero es repugnante hacerlo en exceso o vivir para ello. Bien dice Brillat Savarin, célebre gastrónomo nacido en el siglo XVIII, que los que se indigestan o emborrachan no saben comer ni beber.

El famoso literario inglés Cleves S. Lewis, en su ameno y sabio libro Cartas del diablo a su sobrino, nos presenta el aislar y exagerar el placer de comer para producir la glotonería como una treta diabólica. Por otra parte, las posturas petulantes y orgullosas de algunos gourmands han merecido críticas y burlas desde la antigüedad. Y *La cuisine et la Table* nos hace ver que, unido al placer del gusto, debe estar una valoración moral y social.

Independientemente de las diferencias que hayan existido y que existirán en materia culinaria, la gastronomía es verdaderamente un arte cuando en ella se dan los valores trascendentales: la verdad, el bien y la belleza.





## Capítulo 1

### Edad Antigua

Los descubrimientos de arqueólogos y antropólogos han proporcionado algunos datos respecto a la aparición del hombre sobre la tierra y su evolución, que en un principio fue muy lenta. Se ha denominado edad de piedra o prehistoria al tiempo de la humanidad del que no hay ningún documento escrito, y consta de dos largos periodos: el paleolítico y el neolítico. Los estudiosos coinciden en que el hombre aparece sobre la tierra en la era cuaternaria del paleolítico, cuando la tierra se enfría, esto es, unos 600 mil años a.c.

Con base en bajorrelieves, pinturas rupestres y diversos objetos encontrados, el paleolítico fue dividido en paleolítico inferior (600 00 a 70 000 años a.c., aproximadamente), paleolítico medio (70 000 a 40 000 a. C.) y paleolítico superior (40 000 a 8000 a. C.).

Es en Europa donde se han estructurado mejor estos hallazgos y por lo tanto, donde se han clasificado. Los hombres que vivían en el paleolítico inferior habitaban en cuevas o en terrazas fluviales o lacustres; fabricaban escasos y rústicos instrumentos de piedra o hueso: guijarros tallados, hachas, lascas, también empleaban la madera. Su alimentación se basaba en la recolección de frutos y raíces, moluscos, aves, pequeños animales y algo de caza, aunque se piensa que fue más herbívora que carnívora.

Es probable que ya conociera la forma de producir fuego. Es fácil imaginar la gran trascendencia que tendría en sus vidas este descubrimiento; desde el punto de vista gastronómico, la aparición del fuego al servicio de la alimentación humana fue un hecho significativo, ya que por medio del calor, las carnes y demás alimentos se ablandaban y cambiaban de sabor. Puede decirse que la primera técnica culinaria apareció cuando al sumergir los alimentos en agua caliente resultó un líquido que adquiriera el sabor de los alimentos; de esta manera surgió el caldo o sopa.

En el paleolítico medio la raza humana evolucionó en el llamado “Homo sapiens” y el “Hombre de Neanderthal”, con características muy similares en Europa, Asia y África. Debido al cambio de clima que surgió con las glaciaciones, los hombres tuvieron que vivir en cuevas para resguardarse del frío. También las especies animales fueron evolucionando para adaptarse a las bajas temperaturas. Los avances que el hombre había logrado en la elaboración de instrumentos de piedra y hueso le permitieron mejorar su género de vida. Pero fue hasta el paleolítico superior cuando sus instrumentos fueron plenamente especializados; además de preparar armas mucho más elaboradas como el arco y flecha, hicieron otros instrumentos útiles como agujas y se denominó “de Cro-Magnon”, vivió en cuevas adaptadas, chozas y tiendas; tenía una mejor alimentación, ya que además de la recolección, los nativos se dedicaban a cazar la fauna propia de su frío hábitat; mamut, rinoceronte lanudo, hiena de las cavernas, osos, caballos, antílopes y renos. La captura de uno de estos animales proporcionaba alimento para varios días a diversas familias. Con los artículos más perfeccionados que fabricaron, también mejoraron la pesca y su vestido, usando como hilos fibras vegetales y tendones o pelos de animales.



No se sabe exactamente cuándo descubrió el hombre la sal, procedente del mar o el suelo, pero esto significó un avance importante en su alimentación, ya que además de mejorar notablemente el sabor de los alimentos, permitió conservarlos por largo tiempo.

La agricultura y la domesticación de los animales representan un cambio determinante en la historia de la humanidad, haciendo al hombre sedentario. La agricultura proporcionó diversidad de alimentos. Las primeras especies cultivadas fueron las más inmediatas al hombre, pero con el tiempo aumentaron, enriqueciéndose con plantas traídas de otros lugares. Con la domesticación de los animales se introdujeron también otros alimentos de ellos: leche, queso, huevos, miel. El hombre elaboró variados recipientes, algunos resistentes al fuego, con lo que mejoró la preparación de sus alimentos y la forma de comerlos: al tener una dieta alimenticia más sana y más variada la vida humana se prolongó, aumentando la población.

Este periodo de la humanidad se conoce con el nombre de neolítico y parece que se inició en Mesopotamia unos 7000 años antes de Cristo, extendiéndose hacia el este y sur de Asia. En Egipto inició 4500 años a. C y se extendió por el norte de África hasta las Canarias y el sur de España. Se calcula que en Europa el neolítico se presentó de 4000 a 1500 años a. C.

Hacia el año 4000 a. C en el oriente medio (Mesopotamia) el hombre descubrió cómo fundir el cobre a altas temperaturas, luego aprendió a fundir otros metales: oro, plata, estaño y lomo. Con esto dio inicio el periodo conocido como la edad de los metales: cobre, bronce y hierro. Los descubrimientos de los metales y sus aleaciones hicieron que el hombre del Medio oriente se trasladase en búsqueda de minerales; se inventaron la rueda y la vela, mejorando la comunicación, y nuevos instrumentos como el arado metálico, que mejoró la agricultura. Al trasladarse con mayor facilidad, se incrementó el contacto entre diferentes pueblos.

¿Cómo se alimentaban los hombres en esos tiempos?

Nuevamente son los arqueólogos quienes –mediante sus investigaciones- nos permiten conocer algo al respecto. Así, en el Medio oriente, unos 4000 años a. C., se cultivaban cebolla, haba, lenteja, garbanzo, olivo, almendro, granada, dátil, uva, trigo y mijo. Sepulturas egipcias de miles de años a. C. muestran vestigios de haba, trigo, lenteja y mijo; y en palafitos o viviendas antiguas de los europeos encontraron de lenteja, cebada, chícharo, uva, higo y mijo. Hay indicios de las frutas que se cultivaban, o al menos se consumían; manzana, pera, ciruela y cereza.

Sin embargo, la información respecto a cómo consumían sus alimentos es muy vaga. Seguramente la preparación de los mismos fue muy rústica al principio, y no había orden ni horario en sus comidas, ya que más bien se limitaban a satisfacer el hambre. Por todo ello no se puede decir que en los pueblos de la antigüedad hubiese una gastronomía estructurada.

Pero no paso demasiado tiempo para que el hombre encontrara la forma de expresar por escrito sus ideas, gracias a lo cual podemos conocer su forma de vida de una manera más amplia y fidedigna. El código más antiguo que existe es el de Hammurabi, escrito hacia el año 1700 a. C. Los libros Li-Ki, de origen chino, mencionan algunos alimentos y costumbres que este pueblo tenía al comer. También



las sagradas Escrituras se encuentran datos interesantes sobre la alimentación y costumbres que en torno a ella tenían los hebreos y pueblos con ellos relacionados.

La información aumenta en el periodo clásico de la antigüedad, cuando –hacia la mitad del primer milenio a. C.- aparecen en Grecia los primeros historiadores, quienes valiéndose de la narración continuada, proporcionaron un conocimiento de los habitantes de aquella época.

Antes de empezar a analizar los pueblos más importantes de la antigüedad, cabe notar que en América la cultura fue más tardía. Se calcula que el paso del hombre al continente americano tuvo lugar durante la glaciación más moderna –llamada Wisconsin- hacia el año 40.000 a. C. y se cree que en la fase de transición del pluvial al pospluvial el hombre llegó, en diversas oleadas, al suroeste norteamericano, por el año 12.000 a. C. Mientras los demás continentes ya poblados, América permaneció deshabitada la mayor parte del cuaternario.

## **MESOPOTAMIA**

En Mesopotamia se dio la primera civilización oriental, iniciada hacia el año 7000 a. C. y tuvo su primer gran imperio con Hammurabi (1728-1686 a. C.) que une a sumerios y acadios con la capital de Babilonia. Esta importante ciudad conoció diferentes períodos de decadencia y esplendor; en tiempos de Nabucodonosor fue una de las grandes capitales del mundo, de gran lujo y fastuosidad. La Biblia menciona en el libro de Daniel que Baltasar, hijo de Nabucodonosor, ofreció un célebre festín a “mil de los grandes de su corte”. 1 Otra época grandiosa fue durante el gobierno de Nabopolasar (625-606 a.C.), quien fue considerado como el rey libertador que hace renacer a Babilonia. Su hijo Nabucodonosor II continuó su obra y logró extender sus dominios hacia occidente, formando el Imperio Neobabilónico (605-562 a. C.).7

Situada en las márgenes de los ríos Éufrates y Tigris, fue una población semítica esencialmente agrícola. Cultivaban el trigo y la cebada, el mijo y el ajonjolí; arroz, lentejas, garbanzos, cebollas, pepinos, berenjenas. Frutas como almendras, dátiles, higos, nueces, pistaches, zarzamoras, melones, duraznos, moras, uvas y granadas.

Las condiciones de vida del campesino no fueron miserables, pero sí de nivel muy bajo, ya que dependían totalmente de las cosechas, que se veían afectadas por un sinnúmero de factores. Los que podían alimentarse mejor, comían cangrejos, pescados, insectos, carne de buey o de caballo, cabrito y camello. Para pagar el salario empleaban el pescado, la cebolla y el dátil.

Una de las industrias de Mesopotamia fue la fabricación de cerveza, que obtenían de la maceración de la malta en agua. También hacían vasijas de arcilla, madera, piedra o vidrio. Los hornos de arcilla eran muy variados y utilizaban como combustible el carbón de la madera de las palmeras, maleza o huesos de dátil.

## **EGIPTO**

Egipto fue otra de las grandes civilizaciones antiguas que duró muchos siglos, pues se inició hacia el año 5000 a. C. y tuvo tres imperios: el imperio antiguo (2800 a 110 a. C.).

Las condiciones de vida y la alimentación de las clases aristocráticas como los nobles y los funcionarios fueron buenas; mientras que la de clase media y la del campesino fue bastante frugal.



Los primeros podían consumir carne de buey, ternera, cerdo, oveja, cabra, ganso, pichón, fruta, vino y cerveza; los segundos en cambio, comían pan, legumbres, cerveza y cebolla, que era considerada como alimento sagrado.

Las tierras a orillas del Nilo dieron abundantes cosechas de legumbres, hortalizas y frutos: ajos, cebollas, porros, melones, sandías, higos, dátiles, granadas, uvas y almendras. Las cosechas de granos eran muy importantes y la bebida nacional fue la cerveza. La vida del egipcio agricultor giraba en torno a la crecida del Nilo, que determinaba el éxito o fracaso de sus cosechas. Había algunos viñedos en el valle del delta y en los oasis; también cultivaban olivos, de donde sacaban aceite.

Los habitantes de las marismas, en los límites del desierto, se dedicaban a la pesca por medio de diferentes técnicas: red, cestos, caña o arpón. También criaban ganado mayor en las praderas húmedas de los alrededores, aunque el consumo de carne era limitado, ya que el clima egipcio no era favorable para su conservación. Con las plantas de las marismas, los habitantes de estas regiones hacían cestas, esteras, barcas, etcétera.

En Egipto se han encontrado los primeros vestigios arqueológicos de la panificación, por lo que se piensa que sus moradores fueron de los primeros que elaboraban el pan. Un fresco funerario de Ramases II muestra como los egipcios amasaban harina con los pies y en otros se ve como la pasta era estirada con rodillo. Este hecho también fue señalado hacia el siglo V a.C. por el historiador Herodoto, quien escribió – después de un viaje realizado por Egipto- que los egipcios fabricaban una masa de pan fermentado.

Otro caso en el que el arte egipcio de la antigüedad muestra sucesos cotidianos relacionados con su alimentación, es el de los bajorrelieves de la tumba de Ti en Sakkarah, Egipto, donde se aprecia como los esclavos alimentaban a los gansos de una manera similar a la que se utiliza actualmente en la región del Perigord, en Francia. Esto hace suponer que conocían el foi-gras, aunque no se sabe como lo usaban en la cocina.

La alfarería egipcia servía para embellecer las mesas, sobre todo las de los faraones, donde podían apreciarse las piezas de gran valor artístico. El servicio corría a cargo de sirvientes etíopes, y se sabe que les gustaba beber buen vino que traían de Alejandría.

## **HEBREOS**

Son llamados “judíos” por el reino de Judá e israelitas por el reinado de Israel. Constituían un clan nómada hasta fines del segundo milenio a. C. cuando se establecieron en la ciudad caldea de Ur, de donde partieron a Egipto con Abraham (1700 a.C.) y de ahí a Canaán, donde estaba la tierra que Dios les Había prometido.

La Biblia menciona algunos aspectos sobre su alimentación. Entre los alimentos que más se mencionan están las legumbres secas como lentejas y habas; la carne de los rebaños: cabra, oveja, vaca, así como leche, mantequilla, miel y pan. Un episodio nos muestra como Esaú vendió su primogenitura a su hermano Jacob a cambio de un plato de lentejas.





Al igual que en muchas civilizaciones orientales, la hospitalidad con huéspedes o extranjeros les lleva a atenderlos bien y proporcionarles alimento. Cuando Abraham ve a tres varones cerca de su tienda, les pide que no pasen de largo y acepten su hospitalidad:

yo traeré un poco de agua y lavareis vuestros pies y descansaréis a la sombra de este árbol. Yo pondré un bocado de pan para que reparéis vuestras fuerzas.

Luego dijo a Sara, su madre:

ve pronto, amasa tres satsos o celemines de harina de flor y cuece unos panes en el rescoldo. Y él mismo fue corriendo a la vacada, y escogió de ella el ternero más tierno y gordo y dióle a un criado que luego le tuvo aderezado.

Durante el éxodo, cuando salieron de Egipto hacia la tierra que Dios les tenía prometida, surgieron las leyes mosaicas, en las que figuraban los animales que podían comer y los que estaban prohibidos; seguramente estas prescripciones sirvieron para evitar la descomposición de los alimentos durante largo tiempo que transcurrió su caminar por el desierto. Esta ley continúa siendo observada por muchos judíos aun en nuestros días y se encuentra detallada en el libro del Pentateuco en las Sagradas Escrituras.

No comeréis seba de buey, ni de oveja, ni de cabra [...] Tampoco comeréis sangre, ni ave, ni de cuadrúpedo [...] Estos son los animales que podréis comer, de entre todos los animales que hay sobre la tierra: todo animal biungulado de pezuña hendida.

Quedaban así excluidos: camello, conejo, liebre, cerdo.

Y continúa enunciando los peces, aves, insectos, animales rastreros y reptiles que pueden o no comerse.

La celebración más importante para los judíos es la Pascua, en la que siguen todo un ritual y una serie de normas que les fueron transmitidas por Dios, y en las que la alimentación juega un papel importante. Cada familia debe consumir un cordero o cabrito sin defecto, macho y del año, asado al fuego, con panes ázimos y hierbas amargas. Por siete días deben comer pan sin levadura; el primero y el último son considerados como días solemnes y no debe efectuarse ninguna obra servil, excepto las que pertenecen a la comida.

En las Sagradas Escrituras puede verse también como en la época del rey Salomón el esplendor del pueblo judío llegó a ser tal, que deslumbra a la reina de Saba quien quiso comprobar con sus propios ojos lo que oía del gran rey de Israel, quedando convencida de que no había sido ni la mitad de la sabiduría y riquezas que poseía el célebre monarca. El libro de las Crónicas menciona que

todas las copas del rey Salomón eran de oro y toda la vajilla de la casa `Bosque del Líbano´ era de oro fino. Nada de plata, pues no se estimaba en nada en tiempo del rey Salomón.



La lectura de los Evangelios permite conocer algunas de las costumbres que tenían los hebreos en relación con los alimentos en tiempos de Jesucristo. Se menciona al pescado y al pan como alimento del pueblo; la costumbre de las mujeres de hacer pan con masa de levadura; el uso de la sal y hierbas aromáticas como el eneldo, la hierbabuena y el comino, así como las plantaciones de viñas y el uso del vino.

También se menciona la costumbre que existía entre los judíos de lavarse las manos antes de comer y de atender especialmente a los huéspedes de importancia lavándoles los pies o derramando en ellos ungüentos o perfumes.

## **PERSIA**

De la alianza entre los medos y los persas en el siglo VI a. C. subió al trono un patriarca persa a quien la historia llamó Ciro el Grande y quien fue creador del Imperio Persa (546-539 a. C.) Fue un gran rey, admirado incluso por sus enemigos y pueblos por él conquistados, a quienes trató con bondad. A su muerte le sucedió su hijo Cambises, a quien se atribuyen actitudes muy controvertidas, después hubo otro gran monarca: Darío el Grande (521-485 a.C.) hombre que continuó con la expansión del imperio y que fue poseedor de una gran habilidad para gobernar con orden y justicia.

En un principio la alimentación del pueblo se constituía de pan, pescado, aceite de ajonjolí y vino. Solían comer una especie de masa de pescado, que preparaban los asirios y que a veces horneaban como si fuera un pan. Su alimentación fue creciendo y mejorando con la influencia de los pueblos vencidos. Se llegaron a cultivar trigo, cebada, ajonjolí, arroz; manzana, higo, uva, olivo, pistache, limón, nuez, dátil, chabacano, durazno, pepino, cebolla y muchas especias. El mismo rey Darío procuró llevar nuevas plantas procedentes de otras tierras para mejorar la alimentación de su pueblo, y según el historiador griego Jenofonte, formó un equipo de diez mil hombres encargados de conseguir alimentos y vinos novedosos, que le llevaban de diferentes partes.

Cuando el nivel de vida aumentó, la carne pasó a formar parte del menú de ricos y pobres: caballo, vaca, buey, sano, camello, oveja, cabra o gallina, de acuerdo con sus posibilidades. Aunque Herodoto hace notar que su comida no era muy nutritiva, gozaban de buen apetito y eran aficionados a ofrecer suntuosos banquetes, de los que se dice fueron inventores.

Cuentan que el rey Darío ofreció en una ocasión un banquete en el que se sirvieron jibás de camello, carne de cebra, avestruz, gacela y antílope. En estos banquetes los invitados solían beber en copas de oro y cada manjar era presentado en plato diferente. Los salones eran adornados con finos cortinajes, después los invitados podían descansar en camas de plata u oro, ya que los festines duraban varios días.

La Biblia narra un banquete que, con pompa y esplendor, dio el rey Asuero (Jerges I, 485-465 a. C.) a sus príncipes y ministros, jefes del ejército de los medos y de los persas y gobernadores de las 127 provincias que tenía entonces el gran reino persa. Fueron magníficamente atendidos por el rey durante 180 días y al final dio un festín en el jardín del palacio real en Susa – la capital del reino- a todo su pueblo.



Había toldos blancos, verdes y azules, sujetos con cordones de lino fino y de púrpura, a anillos de plata y a columnas de mármol. Divanes de oro y plata descansaban sobre un pavimento de pórfido de mármol blanco, nácar y mármol negro. Servíanse las bebidas en vasos de oro de variadas formas y el vino real en abundancia, como correspondía a la liberalidad del rey.

Cabe hacer notar que a este banquete solo asistieron varones, y la reina ofreció otro festín para las mujeres.

Los persas supieron asimilar los valores de las culturas más avanzadas de los pueblos conquistados. En el año 331 a. C. Alejandro Magno, al mando de tropas macedónicas y griegas, incorporo Persia a su territorio, dando fin a este corto, pero gran imperio.

El intercambio de productos y culturas entre los pueblos de oriente fue muy importante y las guerras y anexiones entre ellos contribuyeron en buena parte a lo mismo. El pueblo israelita, por ejemplo, fue dominado primero por Egipto (1700 a 1300 a. C.); después fue conquistado por Babilonia (536 a. C.), por los persas (332 a. C.) los macedonios (140 a. C.), los romanos (63 a. C.), los idumeos (37 a.c.) y nuevamente por los romanos (40 a. C.), quienes finalmente lo destruyeron en el año 70 d. C. Durante todo este tiempo aportó, y a su vez recibió, una gran influencia de estos pueblos, similar a la que se dio en otros lugares y épocas.

Hablar de la gastronomía de un pueblo es hablar de su historia.

## **CHINA**

La antigua civilización china se inicio en la llanura formada entre los ríos Yang-tse, Huang-Ho y Si-Kiang, que proporciono a sus primeros habitantes una tierra fértil, con posibilidad de hacer más adelante un sistema de riego mediante canales y valerse de estas vías fluviales para tener comunicación con las principales ciudades.

Según descubrimientos arqueológicos, parece ser que los primeros pobladores s de esta población – “el hombre de Pekín “- habitaron en cavernas durante muchos años; en estas cuevas encendían fogatas en las que alzaban a los tigres que cazaban con sus herramientas de piedra.

La civilización china aparece hacia el año 3000 a. C. en sus comidas consumían pollo, elefante, rinoceronte, buey, carpa y tortuga, y domesticaron caballos, cerdos, perro y ovejas. Fue un pueblo agrícola que pronto comenzó a mostrar interés por el arte culinario: se supone que uno de sus primeros cultivos fue mijo, ya que los reyes de la dinastía Zhou, que gobernaron del año 1122 al 255 a. C., se decían descendiente de un gobernante del noroeste llamado Hou Ji, que significa “señor Mijo”; en esta época ya se conocía el cultivo del arroz, trigo, melones, apio y soya, y se sabe que comían el carnero y cerdo.

El pueblo chino se preocupo desde tiempo remoto por buscar la forma de alimentarse con productos sabrosos y nutritivos. La tradición señala a Fu Hsi – quien vivió del año 2858 al 2737 a. C.- como un personaje legendario, amante de la caza y la pesca, inventor de diferentes procedimientos culinarios. El desarrollo de la gastronomía estuvo muy ligado al aspecto religioso. Las tres deidades principales de china fueron el dios de la tierra, del dinero y la muerte, y entre los dioses secundarios fue Tsao



Wang, patrono de la cocina. Tanto a los dioses como a los muertos siempre les hacían ofrendas a base de comida, y ya antes de la dinastía Shang (1766-1123 a. C.) floreció el arte culinario al igual que el comercio, las artes, la ciencia y la religión.

Durante la dinastía Zhou vivieron Lao Tse y Kung-Fu Tse a quien se llamo Confucio (551 a 479 a. C.); ambos dieron una serie de normas morales que tuvieron una gran influencia en el país, favoreciendo la paz. Al final de este periodo, la gastronomía tuvo un crecimiento con la intensión de nuevos platillos y el intercambio de productos entre diversas regiones de china.

La dinastía Chin (221 – 206 a. C.) logra unir las cuatros grandes regiones de china bajo un mismo gobierno, formándose así el Imperio Chino. La siguiente distancia fue la de Han (206 a.C. – 220 d.C.), época de paz, inspirada en los principios de Confucio, que permitió el desarrollo de la civilización china y el intercambio de productos con otros países; se introdujeron productos como el ajonjolí, chícharo, uva, cilantro, ajo, alfalfa, pepino, cebolla, azafrán y jazmín. Se inventaron el molino de harina, los fideos y el queso de soya. Al final de dicho periodo se iniciaron las investigaciones mongola.

La bebida por excelencia en China es el té. No se sabe desde cuando se toma, pero fuentes literarias indican que hacia el año 317 el te ya se vendía en las calles de China. También se conoce desde hace mucho el aguardiente de arroz, se cuenta que fue descubierto casualmente por un cocinero del palacio imperial hacia el siglo XV a. C. El vino fue llevado a estas tierras por los persas, aunque no se generalizo su consumo; la leche, en cambio, no fue considerada por los chinos por una bebida digna del hombre.

Los chinos tenían ciertas normas de comportamiento que debían observa al tomar sus alimentos; algunas de ellas se encuentran en los antiguos documentos Li-Ki, que datan de unos tres mil años de antigüedad. Entre estas normas estaban no hacer ruido al comer, no llenar demasiado el plato, no revolver el arroz en el bol, ni dar alimento a los perros durante la comida.

Bajo el reinado de la dinastía Shang (1766-1123 a. C.) se empezaron a usar los palillos para comer, mientras el resto del mundo comía con las manos. Dichos palillos se hacían de diferentes materiales como ágata, jade y plata, aunque los más tradicionales eran de marfil. Para mayor comodidad de los comensales, los alimentos siempre se servían cortados en trozos pequeños, al igual que en nuestros días.

Con la invasión de los mongoles decayó el arte culinario en China, ya que estos eran pastores nómadas y seminomadas que no poseían ningún refinamiento culinario. La tradición gastronómica china tan solo continuó al sur del Yang-Tse, en cuyas fértiles tierras seguían cultivándose muchos productos, entre ellos: naranjas, loto y palmeras de coco.

## **GRECIA**

El periodo de la historia antigua comprende las civilizaciones griega y romana por haberse dado en éstas un gran avance cultural que se manifestó en las ciencias, las artes y en la organización social de sus ciudadanos. Asimismo, desde el punto de vista gastronómico, se puede hablar ya de un cierto arte en la preparación de los alimentos y de maneras refinadas de comer.





Debido a que Grecia se encuentra a orillas del mar, el pescado ha sido –desde antaño- parte importante de su alimentación, aunque según los relatos homéricos no fue así desde un principio. Ya en el siglo II a. C., Oprano elogia la pesca y sus productos, y Aristóteles menciona 110 clases de pescados, de los que se consumía una gran variedad de ellos: dorada, rodaballo, sardina, murena, pez espada, esturión, congrio, salmonete, atún, pulpo, crustáceos y moluscos. Los preparaban de formas muy diversas: cosidos en leche o en vino; rellenos de queso, cebollas, hongos y hierbas aromáticas; también solían consumir la cazuela de pescado con aceite de oliva y cosido sobre la leña, plato milenario inventado por los mismos pescadores, que siguen consumiendo en la actualidad. El pescado más importante era el atún, que desde entonces conservaban en aceite de oliva, aunque con distinta técnica a la actual.

Los campos de Grecia tenían escasa vegetación, por lo que no había bueyes y vacas para engorda, sino que se empleaban en labores de labranza. En cambio sí se consumían cordero y cabrito cocidos al espetón y se empleaba la leche de cabra para hacer queso. También comían en cerdo en diferentes formas y hacían embutidos; dicen que uno de los “siete legendarios cocineros” de Grecia inventó la morcilla. Preparaban también distintas aves: pollos, pintadas, pavos reales, pichones, patos y gansos que cebaban convenientemente. Cuentan que Charíades de Atenas aprendió esta técnica en Egipto y la llevó a Grecia.

En cuanto a los productos de la tierra, en la antigua Grecia se conocían legumbres y hortalizas diversas como: habas, lentejas, rábanos, poros, ajos, cebollas, pepinos, espárragos, lechugas y coles. Frutas como higo, pera, manzana y otras importadas de Asia Menor, como nueces, membrillos, uvas pasas y dátiles.

El olivo fue un árbol característico de Grecia y por eso el aceite de oliva fue en este país la grasa comestible por excelencia. Su molturación tenía tres fines: el primer prensaje se usaba como alimento; el segundo, como óleo para ungir el cuerpo, u el tercero, que eran los residuos, se usaba como combustible para el alumbrado.

También había cosechas de diferentes granos, pero tenían preferencia por el trigo. Cuenta Ateneo – escritor grecorromano del siglo II a. C.- que preparaban hasta 72 variedades distintas de pan: de trigo, centeno, salvado, trigo negro o sarraceno y avena. Y se cocía de diferentes maneras: en molde, al rescoldo, entre dos planchas de hierro o en sartén; en algunas ocasiones era amasado con leche.

Los vinos griegos eran muy apreciados por los antiguos romanos. En su elaboración incluían hierbas aromáticas como tomillo o miel, áloe o mirra; solían añadir también bayas de mirto o agua de mar. Una bebida muy conocida era la “tisana”, infusión que Hipócrates recomendaba como curativa.

## **LITERATURA GASTRONÓMICA**

Los primeros escritos culinarios de los que se tiene conocimiento fueron de los griegos.

Gracias al escritor Ateneo de Naucratis (siglo II o III d. C.) se conoce que hacia el siglo IV a. C., Arquestrato escribió un poema titulado “Hedy-patheia” (“el buen comer”). Según Ateneo dicho poema no contenía un solo verso que no fuera una prescripción culinaria y sirvió de base para muchos cocineros de aquella época.



El Libro El Festín de los sabios de Ateneo de Neucratis fue publicado en el siglo III d. C. y señala que ya en tiempos de Pericles había buenos libros de cocina, que desgraciadamente se desconocen en nuestros días.

En la poesía de Arquestrato se puede apreciar la diferencia entre la cocina griega y la romana. La primera tiende a preparar y servir cada plato de acuerdo con su propia naturaleza, mientras que la segunda presenta un abuso de condimentos que cambia –a veces completamente- el sabor propio de los alimentos. Otros autores de temas culinarios fueron Aristóteles, De Mithoeco y Crispo de Thiane.

## **SERVICIOS Y BANQUETES.**

Con la civilización, el hombre fue adoptando un horario para consumir sus alimentos, aunque se encuentran diferencias considerables en las distintas épocas y lugares.

En tiempos de Homero, los griegos comían tres veces al día. Su alimento matutino consistía en pan remojado en vino y su comida más abundante era la de la noche. En esta tercera comida, los griegos solían buscar compañía, ya que eran muy sociables y no les gustaba comer solos; así que con frecuencia organizaban banquetes para cenar en compañía de parientes o amigos. Era función del anfitrión procurar la atención debían a sus invitados a quienes proporcionaba baños. Aceites, perfumes o, incluso, ropas limpias. Los invitados, por su parte, procuraban ir debidamente arreglados.

En los banquetes griegos se servían primero dos platos de cocina y después venían preparaciones dulces, que casi constituían otra comida y entre las que había abundantes y variadas frutas. Los cocineros tenían un cierto rango de dignidad y eran personajes célebres y admirados.

Síbaris, colonia situada en el sur de Italia, destacó en el arte culinario, pues ahí se preparaban exquisitos platillos y se cuidaban las buenas maneras de comer, por lo que hasta nuestros días se sigue llamando “sibarita” a quien gusta de los placeres de la mesa de una manera refinada. Otra ciudad en la que se comía bien era Atenas, mientras que Esparta –ciudad guerrera por excelencia- tenían fama de contar con una cocina parca y sin esmero alguno.

Aunque Ateneo de Neucratis describió su obra-con tono irónico- un banquete del griego Foloxeno de Citera, en el que se sirven pescados, mariscos, carnes, aves, legumbres, frutas y postres, que por su exageración caen en lo ridículo, Grecia ha quedado en la historia como uno de los primeros países donde se inició una verdadera gastronomía por el cuidado y buen gusto que se ponía en el servicio de la mesa y la sobriedad en los platillos que se presentaban.

EN este tiempo aparece la palabra symposium (banquete) compuesta por el vocablo sym (con) y posium (acción de beber), lo cual muestra que en todo banquete estaba presente el vino o “spirit”, que alegra la comida y la convivencia. En los symposium se desarrollaban conversaciones amenas e interesantes entre los comensales, quienes procuraban también elevar el espíritu. Grecia presenta la base del refinamiento y la cultura de la antigüedad.



## ROMA

Roma fue una civilización que asimiló la riqueza de muchas culturas de la antigüedad, especialmente de la cultura griega, que después difundió en todo el imperio, uno de los más grandes que han existido.

La vida en la Roma primitiva estaba fundamentada en la familia. Cada grupo familiar trabajaba para producir lo necesario para su consumo. Su alimentación era frugal, basada en gran parte en los vegetales: cereales, habas, lentejas, chícharos, garbanzos, lechugas, cebollas y ajos. Durante mucho tiempo su principal alimento fue el puchero y granos tostados; más adelante empezaron a comer pan, que preparaban las amas de casa. En esta primera época de Roma no se tenía interés por la cocina y por lo tanto era un trabajo que realizaban los esclavos.

Pero las condiciones de este pueblo fueron cambiando: el ejército romano –formado en principio para defender su territorio- fue fortaleciéndose y adueñándose de otras tierras, extendiendo así sus dominios. Roma se convirtió en la ciudad más importante del mundo antiguo; a ella llegaban toda clase de artículos procedentes de muchos lugares. Los aristócratas patricios se fueron enriqueciendo más y cambiaron su vida sencilla por una lujosa. A su dieta de verduras añadieron carnes, pollo, salchichón, tocino, huevos, pescado, más variedad de hortalizas y un gran surtido de frutas. Tenían la posibilidad de costearse los más diversos productos de otras regiones: cabritillos de Ambraccia, ostras de Tarento, dátiles de Egipto y muchos más. Prácticamente se puede decir que la aristocracia romana conoció la mayor parte de los productos alimenticios que existían en aquel tiempo y procuró mejorar el refinamiento en torno a la mesa. De esta forma, la gastronomía se convirtió en un factor de civilización.

El período de máximo esplendor de la cocina romana fue el comprendido entre el final de la República y el primer siglo del Imperio, es decir, del siglo I a. C. al II d. C.

Gracias a la influencia de las provincias romanas se mejoró el cultivo de la vid y de la higuera, y se elaboró vino a aceite de oliva. Personajes importantes trajeron nuevos productos de otras regiones; el general Lúclo llevó a Roma el granado, el membrillo y el cerezo después de sus viajes por Asia Menos; Pipino Cónsul trasplantó el durazno procedente de África hacia el año 36 d. C.; el melón llegó a Nápoles al principio del Imperio y en los comienzos de la era cristiana el limón logró aclimatarse.

También se incrementaron los alimentos de origen animal: Octato Ponciano llevó el escaro a las costas occidentales de Italia; éste era un pez originario de los mares griegos, muy apreciado en aquella época. Sergió Orata creó –a imitación de los griegos- los primeros viveros artificiales de ostras en el lago Lucrino.

Parece que la gallina llegó a Italia a través de Grecia, hacia el siglo II a. C., aunque en un principio sólo se la consideró como un ave ornamental. Se piensa que es originaria de la India y que de ahí pasó a Persia, por lo que Aristóteles la llamaba “el ave de Persia”.

El pavo real y la gallina de Guinea ya abundaban en tiempos de Ateneo de Naucrétis y se consumían en los banquetes. El faisán fue importado de las tierras situadas al sur del Mar Caspio, pero no fue muy aceptado, a diferencia del flamenco, que figura en diversos escritos como un exquisito bocado.



Un producto que se consumía y se apreciaba mucho en Roma era el jamón; el más famoso fue el jamón ibérico, que figuró en el último censo de los grandes productos de la Roma imperial – “Expositio Totius Mundi”- en 494.

Un importante producto que España dio a conocer a Roma fue el garum, una salsa de pescado inventada por los griegos y que fue muy usada en la antigüedad. Se hacía con entrañas de diversos pescados que se ponían en salmuera y se dejaban fermentar al sol. En ocasiones se le ponían pececillos enteros que se salaban y en otros se sometía al fuego para acelerar su preparación, aunque en este caso, la salsa era menos fina. Según el tipo de pescado empleado, variaba la categoría: el garum de caballa se consideraba el mejor; el de atún era de segunda clase. A esta salsa se le atribuían cualidades tales como la de abrir el apetito, facilitar la digestión y gran capacidad curativa. El garum podía ser endulzado con miel o se le añadía vinagre.

Parece ser que los púnicos o fenicios, famosos mercaderes que controlaban el comercio marítimo por el Mediterráneo, lo llevaron de Grecia a la península Ibérica y ahí se desarrolló fuertemente, pues había pesca y salinas en las cercanías de Cartagena, Cádiz y Ibiza, dando lugar a toda una industria. Clodius Athenius fue un comerciante que durante el siglo I era el representante en Roma de las salazones de Málaga, y como este debió haber otros, ya que la exportación de esta salsa llegó a ser muy importante. El garum sciarum fue el más apreciado y procedía de Cartagena; se llegó a pagar grandes sumas de dinero por él. El garum se usó mucho tiempo en Europa, pero desapareció alrededor del siglo VII; sin embargo, seguía usándose en Turquía aún en el siglo XVI, según estudios del francés Belón.

Influidos por las civilizaciones orientales, los romanos hicieron gran uso de las especias en su cocina; las más usadas fueron el clavo, la nuez moscada, la pimienta, el jengibre y el cárdamo.

Con respecto al vino, en un principio no fue producido en Roma; todavía en el siglo I a. C. en los grandes banquetes sólo se servía una clase de vino griego. Aunque más adelante empezó a producirse en Roma, el proceso era caro y solamente lo debían los ricos. En los banquetes acostumbraban ofrecer algo picante al final de la comida para orillar a los comensales a beber más.

## **NAFITRIONES Y BANQUETES.**

Los banquetes romanos pasaron a la historia por el lujo y el derroche que ostentaron. Hubo banquetes tan grandes como el que ofreció Julio César a treinta mil personas y que duró diez días. Los platillos que se sirvieron en aquella ocasión eran similares a los servidos en otros banquetes: erizos de mar, tordos con espárragos, gallinas cebadas asadas, diversos platillos de mariscos, ciervo y jabalí asados, pasteles de aves y pescados, codornices, liebres, trufas blancas y gran variedad de frutas. Además de la abundancia, se caía en la extravagancia de los platillos, como lo demuestra el banquete que se hizo en honor a Aulio Vitelio a su regreso a Roma. Se dice que se sirvieron dos mil pescados de diferentes especies y siete mil aves; en una gran fuente de plata se ofrecieron también hígados de besugo, sesos de faisán, lenguas de flamencos y un monumental estofado. En ocasiones se daban excentricidades muy particulares del anfitrión, como aquel banquete en el que Cleopatra quiso halagar a Marco Antonio y disolvió unas perlas preciosas en el vino, para que él las bebiera.





La tendencia de la cocina de la antigua Roma se diferenciaba de la griega en cuanto cambiaba el sabor original de los alimentos mediante el exceso de condimentos. Los cocineros –que en esta época ya eran considerados personas importantes- tenían una gran habilidad para cambiar la forma y el sabor de los platillos que presentaban. Se podría decir que en Grecia conservaban el gusto moderado, mientras que Roma se caracterizó por una cocina dispendiosa y exagerada.

Entre los anfitriones romanos sobresale la figura de Lúculo, nacido en el año 117 a. C., fue un gran general y gobernador de Asia Menor que logró hacer una gran fortuna. Se le recuerda por ser un refinado gastrónomo, considerado como el anfitrión por antonomasia. Era amigo del César y diariamente tenía banquetes en su casa, en los que gustaba servir excelentes viandas, traídas de diferentes regiones. Este hombre tenía muchos amigos, pero cuando decayó su prestigio éstos dejaron de visitarlo.

En una ocasión que llegó a comer, los sirvientes no consideraron necesario preparar tantos platillos por lo que indignó y dijo: “Aunque no vengan invitados, es suficiente con que Lúculo cene en casa de Lúculo”.

Marcus Apicius fue también un anfitrión famoso que tenía gran pasión por la cocina y alimentaba a los cerdos con miel e higos secos para que la carne tuviera mejor sabor. Escribió un libro llamado *De Re Coquinaria*, el más antiguo libro de cocina completo, ya que consta de varias partes: reglas, medidas, verduras, aves y técnicas culinarias.

El recetario de Apicio, en la traducción de Barnard Guegan (París, 1933), consta de 477 platillos con enorme cantidad de materias primas y cuyas recetas corresponden a las bases esenciales de la cocina antigua, ya que se caracteriza por la abundancia de especias y hierbas aromáticas y por la mezcla de sabores dulces y salados. El noventa por ciento de las preparaciones llevan garum, del que se habló anteriormente, y que en Roma hizo furor.

Otro personaje reconocido por saber agasajar a sus invitados fue Petronio, hombre que gozaba de gran prestigio como anfitrión entre los más importantes de Roma. Fue autor de *Satyricón*, obra en la que critica las costumbres de la época y se burla de comidas y comensales.

Con el tiempo fueron degradándose las costumbres que tenían en los banquetes, con tantos excesos y extravagancias. Un claro ejemplo fue el emperador Calígula. Hombre cruel y glotón que comía cinco veces al día: empezaba por el *prandium* o desayuno; luego el *ientacullum* o almuerzo; *coena* o comida; *vesperna* o cena ligera u *comissatio*, que era el banquete con los amigos. Para poder hacer todas estas comidas tenían costumbres muy desagradables.

## MONTAJE Y SERVICIO

Las mesas de los banquetes romanos lucían espléndidas. El mantel ya se usaba desde siglo I de nuestra era y las servilletas, llamadas *nappae*, eran suministradas por el anfitrión a los invitados a diferencia de otras épocas, en las que cada comensal llevaba la suya. Se hacía gran ostentación de plata, en ocasiones con piezas cinceladas de gran valor. Los servicios de oro fueron prohibidos en tiempos de Tiberio, quien ordenó que los platos y vasos del áureo metal sólo fueran empleados en el culto a los dioses.



Usaban tanto platos planos –llamados patina o patella- como hondos, denominados catinus. Las copas solían ser de cristal, oro o murra, piedra muy costosa que, según los gourmets de la época, aumentaba la fragancia del vino. Por lo general, las copas estaban adornadas con relieves o piedras preciosas incrustadas. Las había de distintas formas: anchas, sin asas ni pie, llamadas paterae; altas, con pie y asas, nombradas cálices; en forma de barquitas, llamadas scaphia ocymba; y las rhytia, que tenían forma de cuerno.

En cuanto a los cubiertos, los romanos empleaban tres tipos de cucharas bien diferenciadas: trulla o cucharón; lígula o cuchara mediana y cocheare, cuchara pequeña y puntiaguda para sacar ostras. También figuraban en las mesas de los grandes banquetes unos punzones de oro y plata para que los comensales tomaran los alimentos, que ya venían porcionados desde la cocina; por tanto, no necesitaban cuchillos.

Solían adornar las mesas con flores, sobre todo rosas, lo cual constituía un verdadero lujo, pues estas eran traídas de Oriente. Alrededor de la mesa, en forma de herradura, se acomodaban los lechos triclinares o triclinium, donde se recostaban los comensales.

Los invitados debían comportarse a la altura, de acuerdo con una serie de normas que observaban con rigor. Al anfitrión correspondía atenderlos lo mejor posible y llevar hábilmente la conversación. Cicerón gustaba de la palabra “convivio” (convivium) para enfatizar las relaciones sociales en la mesa; Plutarco ensalzaba el arte de saber llevar un tono alegre y cordial en la conversación.

Muchos fueron los factores que provocaron la caída de Roma. Las guerras constantes, que acrecentaron sus territorios hasta convertirla en el imperio más vasto de la antigüedad, fueron también minando su economía. Mantener un ejército tan numeroso era muy difícil, por ello el gobierno se vio obligado a pagar con tierras a los soldados, pero como no sabían cultivarlas, sobrevino un decaimiento de la agricultura. También la industria se vio seriamente afectada, pues los ríos preferían comprar artículos novedosos provenientes de otras regiones en vez de consumir lo que se producía en Roma. Llegó un momento en que los patricios eran muy ricos, pero trabajan poco y el pueblo crecía de medios para subsistir, y no se puede vivir a expensas de pueblos permanentes sojuzgados.

El ansia por tener una vida fácil y llena de lujos llevó a los romanos a terribles desviaciones y desenfreno. Pero antes de su decadencia, la evolución de la civilización romana no exenta de crisis ha dejado huellas de un desarrollo continuo y armonioso, porque los hombres eran prudentes y mesurados y buscaban la virtud.

## **AMERICA**

Las civilizaciones que se desarrollaron en América fueron más tardías, aunque algunas alcanzaron en la Edad Media un gran esplendor que deslumbró a los europeos en su encuentro con ellas. Lo que asombra y difiere totalmente con el resto del mundo es que se lograron en un total aislamiento, ya que mientras en los otros continentes hubo comunicación y por tanto, un intercambio cultural y comercial, los pueblos americanos desconocían por completo la existencia del resto del mundo y se fueron desarrollando por sí mismos, guiándose – según expresión de Simón Bolívar- por un “instinto que puede llamarse sabiduría de la Naturaleza misma”.



De acuerdo con investigaciones realizadas por los antropólogos, se piensa que los primeros pobladores de América salieron de Siberia hace unos 40 000 años y cruzaron el estrecho de Bering probablemente empujados por sus enemigos o en busca de alimentos, y se establecieron en América durante la última etapa del pleistoceno, en la edad del hielo.

La existencia de grandes glaciares en esa época debió haber impedido su paso hacia lugares menos inhóspitos, hasta que después de muchos siglos la retirada de los glaciares les abrió paso para dirigirse hacia el sur. Es muy probable que fueran varias oleadas de inmigrantes que vinieron de Asia, pues son muchas las variaciones físicas que encontramos entre los habitantes de América; no se sabe si es porque los inmigrantes van predominando ciertos rasgos en los grupos pequeños, que se acentúan al irse poblando entre los mismos del grupo.

Según hallazgos de arqueólogos y antropólogos se ha podido deducir que los primeros habitantes del continente americano tenían a su disposición grandes extensiones de tierra donde recolectaban frutas y raíces sin peligros de ser atacados, pues el número de seres humanos es muy reducido. Con la tosquedad de sus armas, parecer ser que cazaban animales fáciles de matar y huían de las grandes bestias. Sin embargo, hacen unos doce mil años se produjo un gran cambio: aparecieron las hermosas puntas de lanzas llamadas "puntas de Clovis" que se encontraron en muchas partes de Estados Unidos y México. Estas armas, muy eficaces, se utilizaron para la caza del mamut, que implicaba una táctica de acecho y muerte de la bestia; también se cazaban bisontes y otros grandes animales que ahora están extintos.

Este descubrimiento fue muy importante, pues la carne del mamut, por su enorme tamaño, podía alimentar a un grupo durante buen tiempo; la alimentación fue más segura y la población aumentó.

Hacia el año 7000 a.C. cuando los glaciares ya se habían retirado el clima empezó a cambiar y de ser húmedo y frío, hacia el año 5000 a.C. se convirtió en caliente y árido, por lo que los habitantes tuvieron que buscar nuevas formas de alimentarse: cazaban pequeños animales del desierto y los secaban; además, hacían mayor uso de las semillas y vegetales que podían almacenar para consumir posteriormente. Las dificultades climáticas provocaron el desarrollo de la agricultura, y parece ser que el primer paso hacia ella se dio en México.

Los primeros vestigios humanos que se encuentran en este país datan del año 12.000 a. C., aproximadamente. Se trata del hombre de Tepexpan, en las riveras del lago Texcoco. Sus descendientes se dedicaban a la caza y pesca y más adelante se volvieron agricultores sedentarios que cultivaban chiles de diversas clases, calabazas, maíz y frijol.

Las investigaciones realizadas por Richard Mac Neish han ayudado a desentrañar algunos enigmas de la agricultura en la antigüedad americana, como el hecho de la gran propagación del maíz, que constituye la base de la alimentación de muchos pueblos en América. El maíz cultivado no puede propagar sus semillas, pues los granos permanecen en la mazorca envuelta en una apretada vaina, hasta que con el tiempo pierden vitalidad, y no se había encontrado nunca maíz silvestre.

Mac Neish encontró, en unas cavernas secas del Valle de Tehuacán, cerca de la ciudad de México, residuos de unas pequeñas mazorcas de maíz, seguramente silvestres, que datan del año 5000 a. C. Eran de unos dos centímetros de longitud, con pequeñísimos granos aparentemente rodeados por una delgada vaina que se abría en la madurez y permitía que las semillas cayeran, reproduciendo su



especie. Sin embargo, en residuos posteriores al año 3400 a. C., las mazorcas medían de cinco a siete centímetros y eran mucho más gruesas, lo que indica que fueron resultado de selección y cultivo. El hombre americano fue mejorando de esta forma el fruto del maíz, que más adelante sirvió como alimento básico de sus moradores, sustituyendo con mazorcas cultivadas las pequeñas silvestres, que acabaron por extinguirse.

Para ser que el “hombre de Tehuacán” cultivaba también frijol, calabaza, chile, muchas raíces, nopales y maguey. También conocía carias especies animales y una serie de instrumentos para cazas y preparar su comida.

Otras excavaciones de Mac Neish revelan que en lugares de clima mucho más árido Tamaulipas, la agricultura llegó más tarde, y antes que el maíz, se cultivaron calabaza y chile y después, frijol rojo y amarillo.

Hacia el año 2000 a. C., el maíz, planta extraordinariamente adaptable a variaciones de clima, llegó a extenderse por la mayor parte de Mesoamérica y entraba ya en América del Sur. Poco después de su domesticación, el clima empezó a cambiar nuevamente, haciéndose más frío y húmedo. Con la afluencia de ríos floreció la agricultura, favorecida además por la comunicación de los pueblos, que antes permanecían aislados por los grandes desiertos.

Otra planta usada como alimento en la antigüedad en Mesoamérica fue el amaranto, cuyo nombre en lengua náhuatl fue huautli. Hay incluso quienes piensan que fue utilizada antes que el maíz y que las primeras tortillas fueron hechas con semillas de amaranto, que tienen además un gran valor alimenticio. Comían también tunas, miel de colmenas silvestres de abejas y avispas, pinole, gran variedad de animales y peces que conservaban en salazón. Bebían pulque y bebidas fermentadas que preparaban con otras plantas y granos, y gustaban de fumar tabaco.

En la parte sur del continente, además de las variedades del maíz fue importante el cultivo de plantas tuberosas como la papa y el camote, que años después constituirían una gran aportación a la alimentación de muchos otros lugares del mundo.

La alfarería se inició primero en el sur de América, en Mesoamérica comenzó hacia el año 2300 a. C. La variedad de utensilios y recipientes encontrados permite pensar que hacían gran variedad de comidas.

La primera civilización en Mesoamérica fue Olmeca, hacia el año 1200 a. C. Su principal ciudad fue La Venta, en el estado de Tabasco, en México; posiblemente esta civilización influyó en la construcción de otro centro ceremonial en Oaxaca llamado Monte Albán. La primera ciudad residencial fue Ostoyohualco, sobre la que más tarde se construyó Teotihuacán, ciudad importante de la que aún quedan vestigios, cerca de la actual ciudad de México.

La alimentación entre los indígenas mesoamericanos tenía un cariz profundamente religioso. Estaban muy agradecidos con los dioses, quienes les proporcionaban los medios necesarios para satisfacer el hambre y para poblar la tierra, y a ellos rogaban que enviaran la lluvia necesaria para obtener su fruto.





El hombre mesoamericano se sabía colaborador de los dioses a través de su trabajo y así la agricultura adquirió una trascendental importancia. Se trataba al maíz con delicadeza y veneración, que se creía que desde su origen la carne del hombre fue hecha del maíz y por tanto, quedó hermanado con esta planta. Fray Bernardino de Sahagún nos deja constancia de ello al relatar lo que decía el indígena que encontraba algún grano de maíz tirado en el suelo:

“pobre de nuestro sustento. Está llorando. Si no lo levantamos nos acusará ante Nuestro Señor. Le dirá: Señor Nuestro, este hombre no me levantó cuando fui a quedar desparramado en el suelo. Dígnate castigarlo, o quizás habrá hambre”.

Consideraban que al morir los hombres pasaban a otra vida en la que recibían una recompensa o un castigo, según su comportamiento.

Si este había sido bueno, vivirían en el Tlalocan disfrutando de una vida placentera, donde “nunca jamás faltan las mazorcas de maíz verde y jitomates y frijoles verdes y vaina y flores”. En cambio, si su conducta había sido mala, sufrían la pena de vivir en un lugar de hambre, frío y tristeza.

Uno de los sacrificios muy agradables a los dioses era renunciar a comer, y quienes por este motivo se sometían a rigurosos ayunos despertaban gran admiración.

Los dioses también apreciaban las ofrendas de alimentos; las crónicas de los españoles muestran que los indígenas ofrecían pan, pulque y gran variedad de comida y bebida. La preparación de alimentos también figuraba especialmente en las celebraciones de alimentos también figuraba especialmente en las celebraciones funerarias; muchas de estas tradiciones son observadas entre los habitantes de estas regiones aún en nuestro días.



## EDAD ANTIGUA

### Tabla de conceptos fundamentales

CIVILIZACION	EPOCA	ALIMENTOS MAS USADOS	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	APORTACIONES
<b>Mesopotamia</b>	7000 a 562 a.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vegetales:</b> poro, ajo, melón, sandía, cebolla, higo, dátil, granada, uva, almendra, trigo y otros granos, manzana, olivo.</li> <li>• <b>Animales:</b> buey, oveja, ternera, cabra, cerdo, ganso, pichón, antílope y otras piezas de caza (excepto codorniz), pescado, ostras.</li> <li>• <b>Productos derivados:</b> aceite de oliva, huevo, pan, cerveza, vino. La cerveza fue la bebida nacional.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• En la Sagradas Escrituras se menciona que Baltasar, hijo de Nabucodonosor, ofreció un banquete a "mil de los grandes de su corte".</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parece ser que aquí se inicio la civilización: agricultura, fundición de los metales, domesticación de animales y el primer código escrito (el de Hammurabi).</li> </ul>
<b>Egipto</b>	5000 a 1100 a.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vegetales:</b> poro, ajo, melón, sandía, cebolla, higo, dátil, granada, uva, almendra, trigo y otros granos, manzana, olivo.</li> <li>• <b>Animales:</b> buey, oveja, ternera, cabra, cerdo, ganso, pichón, antílope y otras piezas de caza (excepto codorniz), pescado, ostras.</li> <li>• <b>Productos derivados:</b> aceite de oliva, huevo, pan, cerveza, vino. La cerveza fue la bebida nacional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se sabe que a veces amasaban la harina con los pies y que la estiraban con rodillo.</li> <li>• Se alimentaba de manera especial al ganso, para hacer crecer su hígado. Cebaban las aves.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los faraones eran servidos por sirvientes etíopes.</li> <li>• Se cuidaba la finura en el aspecto de la mesa, adornándola con platos preciosos.</li> <li>• Se bebían buenos vinos, algunos traídos de Alejandría.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fueron los primeros en elaborar el pan.</li> <li>• Conocían el foie-gras.</li> <li>• Inventaron la técnica para cebar aves.</li> </ul>
<b>Hebreos</b>	1700 a.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vegetales:</b> lenteja, haba, lechuga, poro, ajo, cebolla, oliva, melón, uva, cilantro, comino, laurel, albahaca, hierbabuena, granos, menta, eneldo.</li> <li>• <b>Animales:</b> cabra, oveja, vaca, codorniz, pescado.</li> <li>• <b>Productos derivados:</b> leche, mantequilla, miel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acostumbraban mucho las sopas, potajes y guisados de carne y vegetales. La carne y pescado, asados al fuego.</li> <li>• Amasaban panes con harina al rescoldo. Usaban pan con levadura, excepto siete días al año, en Pascua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La hospitalidad era muy importante: se atendía a los forasteros.</li> <li>• Acostumbraban lavarse las manos antes de comer y los pies en comidas más importantes. A los personajes distinguidos se les ungía los pies con perfumes o ungüentos. Los días 1 y 7 de las fiestas de Pascuas no podía realizarse ninguna obra servil, excepto las que pertenecían a la comida.</li> </ul>	
<b>Persia</b>	546 a 331 a.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vegetales:</b> trigo, arroz, ajonjolí, alfalfa, maíz, manzana, uva, higo, olivo, pistache, limón, nuez, dátil, chabacano, durazno, pepino, cebolla.</li> <li>• <b>Animales:</b> pollo, carpa, elefante, rinoceronte, tortuga, buey, asno, pescado, gallina, pavo, pato. Para el rey se preparaban carnes menos comunes como camello, cebra, gacela, avestruz, antílope.</li> <li>• <b>Productos derivados:</b> pan, vino, miel, aceite de ajonjolí.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicialmente se usaba una pasta de pescado que se secaba al sal, se machacaba con mortero y a veces se horneaba.</li> <li>• Se hacía gran consumo de piezas de carne asadas y de especias.</li> <li>• En general, no era una comida muy nutritiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En los banquetes se usaban copas y vasos de oro y vasijas diferentes.</li> <li>• Duraban varios días y los invitados podían disponer de divanes para descansar, a veces de oro y plata. Gran ostentación en el arreglo de los salones.</li> <li>• Se servía vino en abundancia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay opiniones que atribuyen a los persas la invención de los banquetes públicos y el vino.</li> <li>• Favorecieron el intercambio de productos entre Oriente y Occidente.</li> </ul>



## EDAD ANTIGUA

CIVILIZACION	EPOCA	ALIMENTOS MAS USADOS	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	APORTACIONES
<b>China</b>	3000 a.C. a 220 d.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vegetales: mijo, trigo, arroz, soya, ajonjolí, apio, calabaza, cebolla, ajo, pepino, chicharo, cilantro, uva, durazno, naranja, semilla de loto y coco; melón, azafrán y jazmín.</li> <li>• Animales: pollo, carpa, elefante, rinoceronte, tortuga, buey, oveja, cerdo, oso.</li> <li>• Productos derivados: miel, aguardiente de arroz, fideos, queso de soya, infusiones de té.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne asada o braseada con miel. Los mongoles invasores consumían cordero hervido.</li> <li>• Elaboración el té hirviendo hojas y brotes de plantas en agua.</li> <li>• Los alimentos se preparaban en forma delicada, sabrosa y nutritiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los alimentos se servían siempre partidos en trozos pequeños. Se empleaban recipientes chicos para llevar la comida a la mesa. Bajo el reinado de la dinastía Shang se empezaron a usar los palillos para comer. La bebida más usual era el té. El aguardiente se consumía con moderación.</li> <li>• Documentos antiguos señalan algunas normas de buen comportamiento al comer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inventores del molino de harina, la pasta (fideos), el queso de soya y el aguardiente de arroz.</li> <li>• Fueron los primeros en usar los palillos como instrumentos para no comer con las manos.</li> </ul>
<b>Grecia</b>	Siglo II a. C. a siglo III d. C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vegetales: trigo, cebada, salvado, avena; haba, lenteja, rábano, poro, pepino, cebolla, esparrago, lechuga, ajo, col, setas.</li> <li>• Hierbas aromáticas: hinojo, yerbabuena, albahaca, romero.</li> <li>• Frutas: higo, pera, manzana, nuez, membrillo, uva pasa, dátíl.</li> <li>• Animales: cordero, cabrito y cerdo; pollo, pintada, pavo real, pichón, pato y ganzo; muchos pescados y mariscos.</li> <li>• Productos derivados: leche y queso de cabra y oveja; aceite de oliva, miel, pan, vino.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocían hasta 72 clases de pan, que elaboraban en muy diversas formas.</li> <li>• Preparaban pescado con aceite de oliva cocido sobre la leña y conservaban el atún en aceite.</li> <li>• Preparaban cordero y cabrito cocidos al espetón. El cerdo relleno o en embutidos; cebaban las aves.</li> <li>• Hacían vinos con muchas hierbas aromáticas, que fueron muy apreciados en Italia. Inventaron el <i>garum</i>, salsa con entrañas de pescado que ponían en salmuera y dejaban fermentar al sol. Esta salsa fue muy usada en la antigüedad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comían tres veces al día y gustaban de comer acompañados, por lo que hacían banquetes con frecuencia, que dividían en dos tiempos: el primero equivalía a nuestro primero y segundo platos y el segundo era solamente de postres. Los cocineros eran personajes importantes.</li> <li>• El anfitrión proporcionaba baños, aceites, perfumes y ropas limpias a los comensales. Estos procuraban ir debidamente arreglados.</li> <li>• Aparece la palabra <i>symposium</i>, comida alegrada con vino, donde se procuraba tener una conversación interesante que elevara el espíritu.</li> <li>• Grecia conoció el lujo con sobriedad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tenían un horario fijo de comidas.</li> <li>• Conservaron el atún en aceite.</li> <li>• Fueron los que transmitieron el consumo del cerdo al mundo occidental.</li> <li>• Inventaron el <i>garum</i> tan usado en la antigüedad.</li> <li>• Dieron un toque de distinción y buen gusto a la comida y su servicio.</li> <li>• Aquí aparece la literatura gastronómica: -“Hedypatheia” (El buen comer) poema de Arquestrato. -Y El festín de los sabios, obra de Ateneo de Naucratis.</li> </ul>
<b>Roma</b>	República a siglo VI a. C. Imperio siglo I a. C. al V d. C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En la Roma primitiva la alimentación era muy frugal, basada sobre todo en vegetales. Al extender su territorio fueron trayendo a Roma los productos de las provincias; por esto de una u otra forma cultivaron y conocieron prácticamente todos los productos conocidos en la antigüedad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se preparaban los platillos de muy diversas formas. Se hacía gran uso de las especias y la tendencia era preparar platillos exóticos y extravagantes, disfrazando o alterando la naturaleza propia del alimento en su sabor y presentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Roma se destacó por el lujo y derroche en las mesas y banquetes que ofrecía constantemente por los más diversos motivos.</li> <li>• Los romanos fueron grandes anfitriones; sobresalieron en este campo: Lúculo, Marcus Apicius y Petronio.</li> <li>• Entre los ricos se usaban vajillas finísimas de oro y plata. Copas, con piedras preciosas incrustadas, de diferentes formas: <ul style="list-style-type: none"> <li>-anchas, sin pie (<i>paterae</i>)</li> <li>-altas, con pie y asas (<i>cálices</i>)</li> <li>-en forma de barquillas (<i>scaphia ocymba</i>)</li> <li>-en forma de cuerno (<i>rhytia</i>)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En Roma es donde se estructura, por primera vez, una cocina con cierta universalidad de productos.</li> <li>• Con el refinamiento y régimen de comidas en ella existentes, la gastronomía se convierte en factor de civilización.</li> <li>• Aparece el mantel; aumenta el uso de piezas de vajilla y cubertería en la mesa.</li> <li>• Marcus Apicius, gran anfitrión romano, escribió su libro <i>De Re Coquinaria</i>, considerado como el más antiguo libro completo en materia culinaria.</li> </ul>



Edad Antigua

(continuación)

CIVILIZACION	EPOCA	ALIMENTOS MAS USADOS	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	APORTACIONES
Roma				<p>Tres tipos de cucharas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-cucharón (trulla)</li> <li>-cuchara mediana (lígula)</li> <li>-cucharita puntiaguda para ostras (cocheare)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usaban punzones de oro y plata para coger los alimentos, que siempre se llevaban cortados en trozos.</li> <li>• Usaban dos platos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-plato hondo (catinus)</li> <li>-plato extendido (patella o patina)</li> </ul> </li> <li>• Comían recostados en triclinios y hacían cinco comidas al día: <i>prandium</i> o desayuno; <i>ientacullum</i> o almuerzo; <i>coena</i> o comida; <i>vesperna</i> o cena ligera y <i>comissatio</i> o banquete con los amigos.</li> <li>• A partir del siglo I d. C. se uso el mantel; el anfitrión proporcionaba servilletas y aguamaniles; cuidaba mucho la atención a sus invitados y guiaba la conversación.</li> <li>• Al final de la comida servían algo picante para beber vino en abundancia.</li> <li>• Servían dos tipos de banquetes:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-en la mesa (<i>recta coena</i>)</li> <li>-ofrecer a cada comensal un cesto pequeño con alimentos (<i>sportula</i>)</li> </ul>               En los banquetes había espectáculos muy variados durante las comidas.             </li> <li>• Hubo un tiempo en que los romanos cayeron en exageraciones, desenfrenos y desviaciones, que se reflejaron en sus fiestas y banquetes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Petronio escribió su obra <i>Satyricón</i> donde se burlaba de las costumbres de la época.</li> </ul>
Mesoamérica	3300 a. C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Productos vegetales: maíz, frijol, calabaza, chiles diversos, raíces, nopales, maguey, amaranto, tuna.</li> <li>• Productos animales: caza de animales terrestres y acuáticos.</li> <li>• Productos derivados: miel de avispas y abejas, pinole.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pescado en salazón.</li> <li>• Dulces de amaranto con miel.</li> <li>• Pulque (bebida fermentada del maguey) y otras bebidas fermentadas de plantas y granos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se conoce.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se puede hablar de aportaciones, puesto que vivían muy lejos unos de los otros.</li> </ul>



## Capítulo 2

### EDAD MEDIA

Este periodo de la historia abarca desde la caída del imperio romano en el año 476, hasta la caída de Constantinopla, en el año 1453. Para su estudio se ha dividido en tres etapas: la alta Edad Media (siglo VI al XI), Edad Media (siglos XI y XII) y la baja Edad Media (siglo XIII a XV).

#### FLORECIMIENTO DE ORIENTE: BIZANCIO

El surgimiento del Oriente dio origen a una nueva civilización capaz de transmitir, más adelante, la sabiduría grecolatina.

El 11 de mayo del año 330 d. C., Constantino fundó Constantinopla e hizo de ella la segunda capital del imperio romano. La unión de distintos pueblos que deseaban tener una misma cultura y la misma religión cristiana – diferenciándose radicalmente de los bárbaros- dio lugar a esta grandiosa civilización bizantina con un poder económico y militar menor que Roma, pero que tuvo más de mil años de duración.

Aunque este imperio se llamó “romano”, fue realmente un imperio oriental, excepto en tiempos del emperador Justiniano –el más brillante de los emperadores bizantinos-, que gobernó en el siglo VI (527-565). Este emperador aportó una importante obra legislativa y administrativa y extendió su territorio dominando a los ostrogodos establecidos en Roma y a los vándalos, que habitaban en Andalucía, Córcega, Cerdeña y el norte de África.

Sin embargo, en la época de Carlomagno (siglo VIII), Bizancio pierde sus territorios en occidente y adopta la lengua griega y no la latina. Más adelante, en las épocas de los cruzados –dada la estrecha relación que tuvieron con occidente- volvió a usar el latín.

La situación de Constantinopla como centro de comercio del mundo antiguo, le permitió poseer grandes riquezas, lo que se manifestó tanto en las maravillas de su ciudad como en las formas de vida.

El jergón de la mesa fue algo que se procuró no solo en la cocina, sino también en la etiqueta. Al palacio llegaban los mejores productos de todo el imperio.

Los bizantinos preferían las carnes suaves y jóvenes como corderos, cabritos, gazapos y lechones; también apreciaban las tripas y despojos de estos animales y preparaban pescados de muchas maneras. En su cocina se hacían gran uso de las especias, que disfrazaban el sabor natural de los alimentos, y los aromas y perfumes que empleaban daban a sus platos un toque distinto y exótico. Las legumbres frescas eran sazonadas con aceite, vinagre, sal, laurel y comino. Los purés de legumbres se aromatizaban con miel, nardo, canela y vino blanco. Los pescados se cocían con semillas de cilantro y nardo; el ajo se consumía con aceite y sal, y con él preparaban también el *skoodaton*, pasta que además de ajo y aceite llevaba alcaparras y mostaza; el *garum* gozó de gran aceptación, incluso hasta





el siglo VIX, y con frecuencia se empleaba con canela y pimienta, tanto que un poeta del siglo XIII expreso que sería conveniente usar una palabra para designar la unidad de estos tres elementos.

El uso excesivo de especias que se da en la edad antigua y Edad Media se debía también a que era considerado de gran valor antiséptico y digestivo.

Los cocineros de Constantinopla fueron expertos en elaborar queso y cuajada con las que rellenaban y rebosaban diferentes piezas; usaban mucho el queso agrio.

La repostería bizantina gozo de gran prestigio. Los historiadores señalan que en ella empleaban confrecuecia miles de esencia de perfumes de flores, como el nardo y la rosa. Hacían buñuelos, confitura de membrillos, arroz con miel, cremas diversas, pasteles de nuez, jalea y mermelada de manzana, pera y ciruela.

En la época de Pascua, en los conventos se esmeraban en confesionar deliciosos postres, entre ellos está el llamado “barba de monje”, que consistía en huevos hilados montados sobre un bizcocho redondo, emborrachado y relleno de frutas y pasta de hierbas aromáticas. El huevo hilado nació en Bizancio y se cree que también la pasta de hojaldre se origino en este lugar.

En la repostería se usaba un vino especial al que se le añadía pimienta, clavo, canela y nardo. Se uso mucho la combinación de sabores dulces y salados en los platillos, como en las piezas de caza o carne, acompañadas con frutos secos; reconocidos gastrónomos consideran que el vino más apreciado en Bizancio era el de la isla de Samos, aunque bebían también el de la Conea y el de Chipre.

La cocina bizantina ejerció gran influencia en Oriente y en Occidente: por un lado, como ya se explico, fue en Constantinopla donde se recogieron escritos y documentos de toda índole, perteneciente a la civilización romana y que fueron salvados de desaparecer en la invasión barbará.

Por otra parte, las costumbres gastronómicas vividas en Bizancio se extendieron en el cercano Oriente, sobre todo entre los árabes que a su vez –en la expansión musulmana- las llevaron a muchos otros lugares, incluyendo Europa, a través de España.

Hay países en Europa Central cuya cocina muestra esta influencia oriental, por ejemplo los picadillos con vino dulce y pan de especias en la cocina antigua de Praga, Varsovia o Viena; o las sopas de trigo y los faisanes con mermelada de ciruela y el uso de la leche agria en la cocina eslava de Budapest o Sofía.

La comunicación entre las distintas regiones del oriente permitió el intercambio de productos, enriqueciendo así la gastronomía. Persia sirvió de paso a las grandes caravanas que venían de China y de la India con sus productos de seda y especias. Por este país se trajo el arroz muchos años antes de Cristo y la manera de trabajar la pasta para los fideos y la caña de azúcar, traídas de China. Asimismo, los persas dieron a conocer el caviar, sus pistaches y sus aromáticos perfumes de rosas.

Se sabe que en el primer milenio la pasta China ya existía en Persia; de ahí pasó a los árabes y gracias a ellos, a través de Sicilia, paso al occidente cristiano, donde después ha tenido tanto éxito.



La técnica de elaboración del sorbete pasa de China a la India y de ésta a Persia; se tienen noticias de que en el siglo VI ya se hacían en Persia sorbetes de esencia de rosas y de frutos, sobre todo de pistache. Los árabes lo llevaron a occidente, de ahí que su nombre en muchos idiomas occidentales se derive de la palabra árabe *sabad* (bebida, poción) emparentada con la palabra babilonia *suripu* (hielo, nieve) y derivada de *sarib* (beber). De esta forma, la palabra sorbete en castellano significa bebida congelada y dulce, al igual que las palabras *sorbetto* en italiano, *sherbet* en inglés, *sorbet* en francés y en alemán. La evolución que ha tenido hasta llegar al helado que conocemos en nuestros días es una historia interesante que se mencionará más adelante.

La fastuosidad y el lujo de Constantinopla se manifestó también en la mesa, no solo por los platillos, sino en el ceremonial minucioso y la etiqueta. El mismo Constantinopla hizo construir un salón especial para los grandes festines. Empezaron a comer sentados, dejando solamente la costumbre de hacerlo reclinados en las fiestas de Navidad. En las grandes ocasiones se servía en las vajillas de oro, se apreciaban las enormes vasijas para el vino y las bandejas, también de oro macizo. Inventaron el uso cotidiano del tenedor, que en Europa fue aceptado mucho más tarde. En el libro de las *Ceremonias*, del siglo X, se reglamentaba la etiqueta de las comidas.

Cuenta Eusebio de Cesarea, historiador de la época de Constantino, que el emperador sirvió un esplendido banquete a los 318 padres conciliares reunidos en el Concilio de Nicea, en el año 325, expresando que la mesa “daba una idea de los placeres reservados a los elegidos del paraíso”.

Bizancio conoció distintos periodos de crisis durante su imperio. Durante su reinado, el rey turco Mahomet II planeó el ataque a Constantinopla, estando el imperio muy decaído. La ciudad fue asediada por dos meses; los turcos tiraron sus murallas y entraron el 29 de mayo de 1453. Muchos personajes intelectuales y monjes cultos huyeron a Europa –especialmente a Italia- y renació la cultura de la antigüedad clásica en el continente europeo.

## EUROPA

De los reinados bárbaros establecidos en Europa, los burgundios, ostrogodos y vándalos desaparecieron desde el siglo VI. Los primeros dominados por los francos, y los segundos y terceros por Justiniano. El reino visigodo duró en España hasta que fue invadida por los árabes en el año 711. Los anglos y los sajones subsistieron hasta el siglo XI, cuando fueron derribados por los normandos. Solo prevaleció el reino franco y de esta monarquía nació la Francia moderna.

La sociedad estaba constituida por nobles, libres y siervos; los nobles fueron adquiriendo cada vez más poder a mediados del siglo VII, tanto que –junto con el alto clero- se enfrentaban a la realeza disminuyendo su poder.

En el siglo VIII se extendió el feudalismo que aunque con algunas variantes en diferentes regiones, marca una relación peculiar entre las clases sociales existentes: los caballeros (nobles, militares, económicamente pudientes) y los eclesiásticos (sobre todo el alto clero) tienen el poder señorial sobre los villanos (hombres libres, semilibres y siervos) que son vasallos.

A grandes rasgos, por medio del vasallaje el señor proporciona morada, sustento y protección al vasallo a cambio de fidelidad y otros beneficios. Se concedían como feudos o beneficios, castillos, territorios, autoridad y otros derechos –incluso un señorío-, así surgió el régimen señorial. Esta era la



época de los héroes de la nobleza fieles hasta la muerte a su rey o a su señor, como lo era Rodrigo Díaz de Vivar en el Poema del Mío Cid.

Parece ser que muchos de los nobles de entonces, como fue el conde de Warwick, famoso jefe militar inglés, alimentaba diariamente a miles de personas con la esperanza de poder reclutar entre ellos a criados, sirvientes o soldados que lucharon para él. Dicen que cada uno podía tomar de la mesa cuanta carne pudiera ensartar en su espada y todo el caldo, pan y cerveza que se le antojara. Las disputas sobre los ejércitos privados eran muy frecuentes y para poder salir adelante y mantener su prestigio, los señores tenían gran cantidad de personas a su servicio, con el consiguiente fuerte consumo de alimentos.

En aquellos tiempos, la hospitalidad para con los viajeros era muy distinta que en la actualidad. En muchas ocasiones tenían que desplazarse por grandes extensiones de tierra deshabitadas, por lo que si el viajero encontraba por su paso un castillo, pedía albergue y generalmente se le concedía. Si el señor era generoso y tenía un buen cocinero, el huésped podía reparar sus fuerzas y gozar de una buena comida; en caso contrario, tenía que conformarse con lo que fuera. Quizá lo mejor sería que en su camino oyera las campanas de algún monasterio; en este caso, podría estar seguro de que contaría con muy buena acogida y podría alimentarse con una comida muy bien preparada –aunque exenta de lujos- y un poco de vino.

## LA DIETA MEDIVAL EN EUROPA.

La organización del imperio romano permitió en su época el consumo más o menos generalizado de ciertos productos, aunque no se produjeran en determinados lugares. Pero una vez caído el imperio, la situación cambió drásticamente, ya que algunas tribus bárbaras -como los hunos- arrastraban con todo o que había a su paso. Al inicio de la Edad Media, la mayoría de los europeos padecían mucha hambre y se alimentaban de lo que podían.

El pan se comía prácticamente en todo el imperio romano. Después de las invasiones bárbaras hubo algunos países, como los del norte de Europa, que no podían sembrar trigo en sus pobres y fríos suelos y tuvieron que contentarse con un pan de cebolla que debía consumirse inmediatamente después de asarse –éste era el sistema utilizado-, ya que desconocían el uso de la levadura y se endurecía. Lo mismo sucedía con el aceite de oliva y el vino, que al igual que el trigo, sólo se producían en la parte occidental de Europa: en España, Francia e Italia, principalmente. En los otros países europeos, el aceite se sustituía con grasa animal y el vino sólo se consumía en las iglesias o las casas de los ricos, por lo que en muchos lugares se extendió el consumo de la cerveza.

El clima y los recursos naturales de los países del sur de Europa ayudaron a que su alimentación fuera mejor y más variada y poco a poco su gastronomía fue en progreso. El hambre de los habitantes de las tierras más inhóspitas del norte de Europa llevó a los vikingos a invadir otras regiones del continente en el año 793, comenzando por Inglaterra.

## LAS ESPECIAS

Las especias constituyen un renglón aparte por la enorme importancia que tuvieron en la Edad Media. Prácticamente no había platillo que no las tuviera, por las razones ya señaladas; disfrazar el sabor ya pasado de los alimentos y por los beneficios digestivos y medicinales que en ellas veían.



Ya decía el franciscano inglés Roger Bacón (1214-1294) que las medicinas que procedían de la naturaleza eran estimables y reconfortaban el espíritu con facilidad y rapidez, y de éstas, las especias eran los mejores tónicos conocidos. Y William Edward Mead, experto en comida medieval, menciona las especias como una gran ayuda a la digestión en las comidas y banquetes de la época, que eran abundantes en carnes.

Cuentan que cuando el venerable Beda (673-735), famoso monje inglés de la alta Edad Media, estaba a punto de morir, dejó a sus amigos un gran tesoro: un puño de pimienta que conservó a pesar de su pobreza y desprendimiento. Otro ejemplo es el de Juana de Evreux, viuda del rey Carlos el Bello que reinó en Francia entre los años 1312 y 1328, que tenía una despensa en la que guardaba una enorme cantidad de especias, a saber: tres balas o fardos de almendras, seis libras de pimienta, 13.5 libras de canela, 23.5 libras de jengibre, 3.5 libras de clavo y otro tanto de azafrán, pimienta alargada, nuez moscada, canela, cominos y azúcar en barras.

A este gran aprecio por las especias contribuyó en gran parte la invasión árabe en España en el año 711, pues Europa conoció entonces la cocina oriental y sus variados sazoadores. Más adelante, a fines del siglo XIII (1298), Marco Polo fue capturado en el mar durante la guerra, entre Génova y Venecia. Mientras estaba en la cárcel dictó a un presidiario su experiencia de los viajes que realizó durante 25 años en países de Oriente, como Rusia, Mongolia, China, India o Persia. Aunque muchos lo consideraron loco, logró despertar en otros Italianos el interés por conocer las riquezas y exóticos productos orientales y sus renombradas especias, que difícilmente y a gran precio se conseguían en Europa.

En el siglo XV, los turcos otomanos derrotaron a las dinastías sarracenas del cercano Oriente y obstaculizaron considerablemente el paso de las especias a Europa a través de sus dominios (única vía conocida entonces), encareciendo tan preciado producto hasta un 800%, con gran disgusto de los europeos. Parece ser que solo por Venecia transitaban al año 2500 toneladas de especias procedentes del Oriente.

Esto hizo que hombres intrépidos como Enrique el navegante, cuarto hijo del rey Juan I de Portugal y de la reina de Inglaterra, Felipa de Lancaster, buscaran nuevas rutas marítimas para llegar al oriente, haciendo grandes descubrimientos geográficos. O como Cristóbal Colón, que con el mismo fin descubrió sin saberlo al Nuevo Continente, con enormes repercusiones-gastronómicas y de todo tipo- para el mundo.

## Los banquetes

La alimentación de la mesa cotidiana del pueblo en la Edad Media en general fue pobre. La comida de la mayoría se reducía a pan de centeno, salchichón y productos de la tierra que ellos cultivaban, porros, cebollas y pepinos. Nunca comían piezas de caza, y rarísima vez podían comer fruta; entre su dieta figuraban los hongos-que podían encontrar en abundancia-, hierbas distintas y miel para endulzar. Solamente en los conventos la variedad de alimentos era mayor.

En algunas temporadas, sin embargo, esta situación de los pobres mejoró; tal es el caso de Francia, en el siglo XIII, durante el gobierno de San Luis IX. Otro hecho que influyó notablemente en la dieta de los europeos fue la disminución de población en el siglo XIV por la peste negra, lo que permitió que



el nivel económico de la población creciera; los dueños de los campos se vieron obligados a pagar más a los trabajadores con tal de tener quien les ayudara.

Los grandes señores, en cambio, comían abundantemente, pero sin tratados culinarios ni gran refinamiento; aunque si se van teniendo lentamente algunos adelantos a este respecto, que son las primeras bases para el cambio que se dará a partir del Renacimiento.

Por lo general, en los grandes banquetes de la Europa medieval se preparaban piezas de gran ostentación, pero de poca calidad. Tal es el caso del pavo real, introducido por Carlomagno, que gustaban de volver a revestir con sus plumas después de cocinado; o bien el cisne, la cigüeña o la grulla. También era muy apreciada la carne del asno joven que asaban al espeton y rellenaban después con pajarillos vivos; la leche de burra era considerada muy buena y curativa.

Las carnes de buey y cordero no eran tan apreciadas en las mesas aristocráticas; la caza y pesca sí figuraban, sobre todo en los lugares donde había bosques y ríos. Ya hacia la mitad del siglo XIII, el ganado se dividía en “mayor” (bovino y equino) y “menor” (cabras y ovejas) y en una categoría aparte, los cerdos, por su extraordinaria importancia.

Las mesas en los banquetes se disponían en salones amplios y con manteles más o menos ricos, dependiendo de la ocasión y de los comensales. Los invitados eran divididos por categorías. Así, los invitados de honor eran acomodados en una bonita mesa, cubierta por un mantel más fino, sobre una tarima que los situaba por encima de los demás. En ciertos lugares, cuando una persona no tenía la suficiente categoría para estar en la mesa principal, pero tenía más categoría que sus compañeros de mesa, la distinción se hacía por el salero, pieza grande colocada al centro de la mesa; estos se colocaban a los lados del salero.

Frente a cada comensal había una hogaza de pan blanco donde colocaban la carne, ya que los platos se empezaron a generalizar hasta el siglo XIV. La carne se cortaba de la fuente con su propio cuchillo y se despedazaba y comía con los dedos.

No había servilletas ni tenedores-estos se empezaron a aceptar en Europa hasta el siglo XVIII- y por lo mismo, se llevaban aguamaniles al final, para poder lavarse las manos. También se usaba llevar perros que se acostaban bajo la mesa para recoger los huesos o sobrantes que los comensales tiraban al suelo. Las tazas, cucharas o cuchillos eran de muy diferente valor; en ocasiones los comensales compartían la misma copa, por lo que se escogían parejas de esposos o de enamorados para que estuvieran juntos.

En los banquetes de la Edad Media, al igual que en épocas posteriores, el arte de trinchar la pieza principal correspondía a los nobles y caballeros. La leyenda cuenta que Lanzarote del Lago, por ejemplo, elogia la forma en que el rey Arturo trincho un pavo real para cincuenta caballeros de la Mesa Redonda.

Se usaba también en los festines la ceremonia del voto sobre el ave preparada; faisán, pavo real, cisne, etcétera. Cuando los caballeros se comprometían a realizar una heroica hazaña, hacían un voto sobre un ave considerada como noble. Generalmente una dama distinguida presentaba el ave a uno de los nobles de la corte, este a su vez, la ofrecía a otro a quien consideraba más digno y así





sucesivamente hasta llegar al más honrado, quien pronunciaba el voto y trinchaba con arte y destreza la pieza en tantos trozos como caballeros había.

Al final de la Edad Media se nota un mayor refinamiento tanto en Italia – por influencia oriental – como en algunos lugares de Francia, que dan la pauta para el inicio del florecimiento de la gastronomía, como se verá más adelante.

## FRANCIA

En el desarrollo medieval de Francia fue decisiva la definitiva unidad de los francos lograda en el siglo VII, siglo en que termina el gobierno de la dinastía de los merovingios y comienza la de los carolingios.

Carlomagno, gran guerrero y conquistador, reunió en un vasto territorio todo o parte de los países de Francia, España, Bélgica, Holanda, Suiza, Australia, Hungría e Italia. Mientras luchaba, establecía guarniciones y fundaba ciudades que florecieron notablemente, como fueron Magdeburgo, Hamburgo o Bremen. En la Navidad del año 800, el Papa Leon III lo coronó emperador en Roma.

Fue una persona sencilla, inteligente y trabajadora, quien se preocupó por el bienestar material y espiritual de su pueblo hasta en pequeños detalles. Como ejemplo podemos mencionar un fragmento de las *Lecturas capitulares* de Carlomagno, con las órdenes que el emperador daba a los intendentes encargados de la supervisión del trabajo en el campo y de enviarle los productos de la tierra:

Deben tratar bien a los aldeanos y cuidar de que no pierdan el tiempo en los mercados y de que todos trabajen.

Deben hacer que preparen con limpieza el tocino, las carnes frescas o saladas, el vinagre, el vino, el queso, la manteca, la cerveza, el hidromiel, la miel, la cera y la mostaza. No se debe pisar la uva.

En cada finca debe haber un hombre que cuide las abejas. Debe haber siempre, por lo menos, 100 gallinas y 30 ocas; si hay gallinas y huevos con exceso, precisa vender. Es necesario también tener pavos reales, faisanes, patos, tórtolas y predices.

Habrà que plantar en los huertos judías, garbanzos, calabazas, molones, perejil, achicoria, menta, malvas, coles, cebollas, ajos, perifollo, mostaza, habas y pepinos. Habar que tener flores, lirios, rosas salvia. En los huertos hay que tener manzanas, perales, melocotoneros, cerezos, higueras, nogales, almendros, laureles y castaños.

Hay que cuidar los montes, no permitir las cortas y guardar con cuidado la caza...

Todos los años en Navidad, el intendente debe presentar cuenta de todo lo que hay en el dominio, a fin de que sepamos exactamente lo que tenemos.

Como ya se menciona, Carlomagno fue amante de que se sirvieran en los banquetes aves de bello plumaje pero de poca calidad, estas se presentaban cocidas y revestidas con plumas y con picos y patas doradas. También gustaba de la sidra de Normandía, trufas, aceitunas y asnos jóvenes cocidos al especton que se rellenaban con pajaritos vivos para ser servidos con espectacularidad. Dichos



banquetes se hacían a la usanza de la época, poniendo mesas en los grandes salones; aunque las mesas eran generalmente de roble, muy fuerte, se sabe que Carlomagno tenía varias mesas de plata y una de oro.

De la Edad Media conocemos, por un viejo pergamino de la abadía de Saint Corneilles, el relato respecto de un banquete que ofreció el padre prior al entonces rey de Francia, Luis VII, en el siglo XII. Dice que tal banquete consto de 56 viandas distintivas; 14 sopas: dos al vino, una de cerveza, dos de crema, dos de pescado, una de coles, una de calabaza y las restantes de caldo de carne y ave. Hubo también 14 asados, 14 ensaladas y 14 limones espolvoreados de especias como adorno de los asados.

Perdices, conejos, liebres, venados, jabalíes, capones, faisanes y pavos reales reconstruidos y presentados con sus plumas; frutas frescas y en conserva, nueces, almendras y avellanas, mazapanes y tartas emborrachadas con vino. Como vinos: Moscatel de Arlés y Mettogrecjoia (vino griego).

En esta época comenzó a surgir la cocina francesa. Se sabe que en la mesa de San Luis IX (1214-1270) en el siglo XIII, comía bien y la gente del pueblo también tenía acceso a buenos alimentos: cereales hervidos, legumbres, aves de corral, carne de cerdo salado y embutidos. Nace entonces la palabra charcutier (salchichero) proveniente de las palabras chair (carne) y cutier (cortador); los salchicheros empezaron a organizarse en gremios.

Ya en la baja Edad Media, a principios del siglo XIV, en 1306, se escribió el primer texto culinario anónimo. En 1375, Taillevent, famoso cocinero de Carlos VI, escribió su obra *Le Viandier*, considerado el primer libro completo de cocina y que trata en particular sobre las sopas, estableciendo la diferencia entre sopa, caldo, crema y *velouté*. a finales del mismo siglo, entre 1392 y 1394, se escribió otro libro de cocina: *Le Menagier de Paris*. Éste consistió en una serie de consejos muy prácticos que da un maduro burgués a su quinceañera novia sobre la manera de cocinar y que platillos preparar.

En ese mismo siglo XIV destaca en Francia la cocina del papado de Avignon, llena de lujo y refinamiento, como se puede constatar por el gran banquete que tuvo lugar con motivo de la coronación del Papa Clemente VI, el 14 de mayo de 1344; y el convite que en honor al nuevo Papa hizo el cardenal Ciccano consto de nueve servicios, de tres platos cada uno.

Avignon creó un estilo culinario ligado a la cocina provenzal, en la que figuraba notoriamente el ajo. Gustaban mucho de los buenos vinos: los vinos del país como el Chateauneuf du Pape, los vinos del Hermitage y los grandes borgoñas.

En los festines de la corte de Borgoña –al final de la edad media- una vez sentados los comensales a la mesa, se les ofrecían recipientes de oro con agua perfumada y una toalla para secarse las manos. El duque de Borgoña, Felipe el Bueno, ofrecía banquetes de 190 platos hacía 1454.

En 1445 el conde d'Anjou mandó preparar un banquete memorable: sobre las mesas cubiertas de orado verde había adornos de plumas de pavo real, flores y ramas; en el centro se colocó una torre con una enorme jaula llena de pájaros con picos y patas doradas. Encima de la mesa, entre muchos platillos había dos pasteles grandes relleno con un corzo entero, un ganso, tres capones, seis pollos, diez pichones, ligado todo con carne molida.

En ésta época eran muy importantes la caza y la pesca; usaban pescados ahumados y salados. De mar y de río; ostras y caracoles de viñedo. Consumían leche de cabra, oveja y vaca, también había gran variedad de quesos y de salsas condimentadas con ajo, mostaza y especias. Parece ser que a principios del siglo XIV se recuperó en Dijon la receta antigua de la **mostaza** que usaban los romanos, mezclando la semilla de dicha planta con aceite y vinagre. Esta preparación se difundió por toda Francia con tanto éxito, que incluso en la corte de Avignon existía el ilustre cargo de moutardier du Pape (mostacero del Papa). También se piensa que fueron algunos frailes quienes describieron en Francia la elaboración del Champagne, el licor Benedictine y el Chartreuse.

Cultivaban cereales como el mijo, trigo, cebada y centeno; legumbres como haba, lenteja, garbanzo y chícharo, frutas muy variadas: manzana, pera, cereza, ciruela, níspero, higo, granada, nuez, almendra, avellana, castaña, dátil y naranja.

Para estas fechas, el menú estaba en cierta forma reglamentado; se tenían ya algunas normas de cómo empezarlo y terminarlo. En los banquetes las comidas eran muy largas y con muchos platos: se servían sopas y potajes; luego platillos con salsa: pescados, carnes, huevos; enseguida vanan los asados; jabalí, venado y todo tipo de caza.

Sobre la mesa se ponían unos platos servidos antes de que entraran los comensales, de ahí el nombre de “entradas”. Después se reemplazaban por otros platillos llamados relevés (cambio de platos). Actualmente las “entradas” ocupan su lugar después de las sopas y los relevés ya no se acostumbran.

Después de muchos servicios en el banquete había un intermedio para servir los llamados entremets (entre platos). Eran precisamente las piezas grandes y espectaculares que llevaban a la mesa con música y gran ostentación. Durante los entremets se presentaban a los invitados diferentes espectáculos: perros disfrazados, monos sobre cabras, naves con velas desplegadas y muchos más.

AL final, disfrutaban de diferentes postres y pasteles dulces, y enseguida llevaban un enorme cuerno de la abundancia llenos de frutas, Los comensales se sentaban sólo de un lado de la mesa para dejar libre el de enfrente, donde se colocaban las fuentes y bandejas con la comida.

## ESPAÑA

En la alta Edad Media el cultivo de cereales fue más importante. Se cultivaban mijo, trigo, cebada y, en menor cantidad, centeno y avena; había también alpiste y ajonjolí. Seguían en importancia las legumbres; habas, lentejas, chicharos y garbanzos. Entre las frutas se cultivaban manzanas, duraznos, melones, ciruelas, nísperos, peras, cerezas, higos, moras, nueces, avellanas, castañas y almendras. También fue relevante el cultivo de la vid y el olivo, tanto que el aceite español se consideraba de gran calidad en la Europa meridional.

Una gran aportación para conocer la alimentación de España en ésta época fue el libro Etimologías escrito por San Isidoro de Sevilla en el siglo VII. En éste, el autor habla de los diferentes aspectos del saber de su tiempo: matemáticas, retórica, dialéctica, medicina, leyes, oficios eclesiásticos, etcétera. Y en su último libro, el número XX, presenta diversas referencias sobre cocina.



Hala sobre utensilios para cocinar. De la despensa, alacenas y formas de conservar ciertos alimentos. Sobre el comedor, aparadores, casos y cajillas utilizadas, de barro, plata y ro. Trata también de los alimentos y su elaboración: el pan; la carne asada, cocida, frita o en salsa; la leche, el queso y requesón; miel, caldos, vino blanco, tinto y moscatel, vinos de honor, hidromiel. Divide los alimentos en cocina grasa (carne) y de vigilia (pescado y ave), y señala como base de la alimentación el cerdo y animales de caza mayor y menor. Menciona los tiempos que tenía el hombre medieval para alimentarse: ientacullum por la mañana, prandium a mediodía, merenda en la tarde y coena en la noche.

No cabe duda del gran papel que en materia gastronómica desempeñaron los frailes de la Edad Media, como ya se ha mencionado. Parece ser que el libro de La coccinación era usado por los monjes de la orden de los capuchinos en Andalucía. Una copia manuscrita fechada en 1740 ha sido encontrada por don Rafael Picardo en la biblioteca de la Facultad de Medicina en Cádiz.

También se conoce un recetario del Monasterio de Alcántara que fue salvado de saqueo de la biblioteca del monasterio durante la campaña de Portugal. Es un valioso documento donde los frailes iban apuntando sus recetas de cocina, que luego se dieron a conocer en París. Los frailes inventaron platillos como la tortilla a la “benedictine” (con bacalao), a la “cartuja” (poco cocida por dentro) o más adelante la del Colegio de Orduña, de los jesuitas (con mucha papa).

Además de la obra de San Isidro de Sevilla, encontramos otros autores en la España medieval, entre los que destacan Ruperto de Nola y Enrique de Villena, contemporáneos. El primero escribió su libro de doctrina per a ben servir de tallar i del art de coch que traducido se conoce como Libro de guisados, manjares y potajes, de este libro se conserva una edición de 1520. Enrique, marqués de Villena, escribió el Arte Cisoria que se publicó en España hasta 1766, aunque fue escrito en 1423.

UN hecho de gran importancia, por la influencia que tuvo en la gastronomía española del Medioevo, fue la invasión de los árabes en la península ibérica en el año 711. De oriente ellos llevaron a España alimentos que ahí no eran conocidos: caña de azúcar, granada, berenjena, especias diversas como la nuez moscada y la pimienta negra así como el azafrán, que encontró en España un suelo magnifico para su cultivo y después se extendió en varias regiones. Hay quien opina que el arroz, tan usado en la cocina española, también fue introducido por ellos, aunque otros dicen que fue llevado anteriormente por los bizantinos. De una u otra forma, fueron los musulmanes los que desarrollaron el cultivo del arroz y mejoraron su industria extraordinariamente.

Con respecto a la influencia árabe en la cocina española, no hay muchos libros. Uno de ellos, muy importante, es la publicación que hizo el profesor Ambrosio Huici Miranda de “la traducción española de un manuscrito anónimo del siglo XIII sobre la cocina hispanomagrebí”, en 1966.

Parece ser que este manuscrito fue redactado en el primer tercio del siglo XIII por un andaluz conocedor de la cocina hispanoárabiga. Consta de 311 páginas en las que se encuentran, sin ningún orden lógico, las más diversas especialidades: recetas de todo tipo, productos medicinales, normas de urbanidad en la mesa, etcétera. Hace notar la influencia que la cocina árabe tiene en la española, pues aunque los árabes usaron muchas recetas y casi todos los procedimientos de cocción hispano-romanos, es evidente la presencia de peculiaridades exóticas propias de la cocina árabiga y que continúan usándose en España. Tal es el caso, por ejemplo, de la cebolla y la almendra en la



preparación de salsas, así como la canela, el azafrán y otras hierbas; condimentos como la semilla de cilantro, alcaravea, orégano, albahaca, comino, hinojo, jengibre, clavo y hierbabuena. También la mezcla de lo dulce con lo salado, que todavía existe en algunos platos de Cataluña.

## INGLATERRA

Como es sabido, las características climáticas de un lugar son claves para la producción de sus alimentos. Las regiones del norte de Europa, con sus cortos veranos y sus largos fríos inviernos, no contaban con la riqueza de los países situados más al sur, con su envidiable clima mediterráneo. Así pues, aunque probablemente sintieron añoranza por la diversidad de productos que podían comer durante la época del imperio romano, como es el pan de trigo que ellos no podían producir, tuvieron que buscar la forma de ajustarse a sus propios recursos.

Por esta razón sustituyeron la agricultura de suelos poco fértiles y agotados por el pastoreo, lo que les permitía aprovechar la gran riqueza forestal de sus territorios sin el costoso cuidado que requerían los campos de cultivo, con el agravante, por otra parte, de los lobos y bandidos. Los londinenses de la Edad Media llevaban durante el día sus rebaños de ovejas al bosque de Epping para pastar y los resguardaban por la noche, dentro de los muros de la ciudad.

Durante el verano, contaban con carne fresca de los rebaños de bueyes y cerdos y las grandes bandadas de gansos. Sin embargo, durante el invierno, los escasos pastos tan sólo alcanzaban para alimentar a los animales de tiro, el ganado de cría y los caballos para los soldados que participaban en las constantes guerras. Esto llevó a los habitantes de estas regiones a buscar una forma para conservar la carne para ser consumida durante todo el invierno, lo que lograron secándola con sal, añadiéndole vinagre o ahumándola. Muchos de estos países fueron grandes productores de embutidos.

En Inglaterra, la matanza de los cerdos comenzaba en septiembre continuaba durante el otoño, pero el día tradicional para matar a las vacas era la fiesta de San Martín de Tours, celebrada el 11 de noviembre. Ese día se organizaba un banquete en el que la gente consumía todos los desperdicios y las partes no conservables como tripas y menudencias. Un problema derivado de consumir carne salada durante todo el invierno era la pérdida en estos alimentos de la vitamina D y la consecuente presencia de escorbuto. Es probable que la popular salsa verjuice, especie de vinagre hecho con frutas que empezaban a fermentar y que daban un sabor muy característico a los alimentos, tuviera como fin retrasar estos efectos.

Es de pensarse que en los castillos de los señores feudales la cantidad de conservas de carne sería bastante grande, considerando que debía ser suficiente para la alimentación de sus habitantes y para prevenir en los asedios y las guerras. Si bien se ha dicho que la alimentación de los pueblos es determinante en la historia de los mismos, en el aspecto bélico puede verse claramente.

En la Europa medieval, la alimentación de los ejércitos en guerra fue un serio problema, aumentado por el hecho de que no contaban con la higiene y el sistema mucho más organizado que para ello tenían las legiones romanas en tiempos anteriores.

Cuentan que cuando San Luis, rey de Francia, invadió Egipto en 1250, llevaba enormes provisiones de tocino y carne de cerdo concorvada para alimentar a sus tropas, previendo que no encontraría





animales en su travesía. Esta carne era fácilmente vulnerable a las moscas en el clima caluroso de Egipto, por lo que sus tropas fueron atacadas por una terrible epidemia de disentería, que la diezmó considerablemente y tuvo que rendirse. Aunque los tratados de guerra establecían que los vencidos podían conservar sus alimentos, los musulmanes, con pretextos religiosos, incendiaron sus provisiones, y dicen que eran tantas, que tardaron tres días en quemarse.

Es probable que las tropas orientales tuvieran –en este aspecto– ciertas ventajas, dada su alimentación a base de tortas de pan de cebada, yogurt, arroz y corderos recién sacrificados de los rebaños que llevaban consigo, en contraste con la alimentación más pesada de los europeos a base de cerdo, tocino, vino y cerveza.

En los monasterios ingleses se comía una dieta más sana, con más vegetales y menos carne. Las familias de clases altas de Inglaterra enviaban a sus hijas a conventos de monjas donde aprendían buenos modales. Uno de los personajes de los Cuentos de Canterbury era la abadesa Eglentyne, de la cual se dice lo siguiente:

“Respetaba escrupulosamente la etiqueta en la mesa y cuando comía, no se caían las migas de la boca, ni metía los dedos en las salsas, no rebañaba los platos y tenía cuidado de que no se le cayese nada encima del vestido. Siempre procuraba comportarse de modo más adecuado posible y se limpiaba el labio superior antes de beber, para no dejar huellas de grasa en el vaso. Cogía las cosas que estaban encima de la mesa con mesura, sin abalanzarse sobre ellas y mantenía durante la comida una conversación animada, salpicada de notas de buen humor. La gustaba comportarse como si estuviera en la corte y por lo tanto, deseaba que le trataran con las mismas muestras de respeto”.

Sin embargo, el pueblo padecía hambre y en la baja Edad Media sufrió una terrible opresión por parte de algunos gobernantes que buscaban únicamente su propio beneficio. Un ejemplo de esto fue un decreto parlamentario del año 1320, en el que se otorgaba a la persona del rey una serie de privilegios como los “peces reales” o “bosques reales”, por el que los peces del mar o los animales de los bosques pertenecían al rey, y se castigaba severamente a quienes osaran pescar o cazar en sus dominios. Estos sucesos provocaron “robos” estilo Robín Hood bien, rebeliones que obligaron a los reyes a ceder, disminuyendo su poder tiránico.

## ALEMANIA

Alemania fue un país que durante mucho tiempo estuvo dividido. Sin embargo, en el siglo X se formó el Sacro Imperio Romano Germánico, cuya cabeza fue Otón el Grande, coronado emperador de Roma, en el año 962. Durante ésta época consumían mucha caza y algo de pesca; los cocineros usaban vino para cocinar y aparecieron algunas recetas propias del país.

En 1137 pasó la corona a la familia Suabia de los Hohenstaufen. Su segundo gobernante fue Federico Barbarroja, quien dio a Alemania una época de paz, por lo que fue muy popular. Sus relaciones con Lombardía y Sicilia enriquecieron su cocina, ya que tenían preparaciones más ricas por la influencia árabe. La comida alemana de entonces era densa y especiada, apreciada por los grandes bebedores.

En la cocina germana medieval las preparaciones a base de cerdo eran las preferidas y las más consumidas, tanto por la gente del pueblo como por los aristócratas. Los maestros salchicheros



tenían rango de artesanos, Fue en esta época cuando se forjó la salchichonería alemana, cuyo prestigio subsiste aún hasta nuestros días.

## LAS CRUZADAS

Mencionamos estas guerras que tuvieron lugar durante la Edad Media porque fueron la causa de un contacto entre Europa y el Oriente que influyó en ambas culturas, trascendiendo también en la gastronomía.

Las Cruzadas se iniciaron en el siglo XI por un primer motivo de carácter religiosa. Los turcos tomaron Jerusalén y los santos lugares, y aunque en un principio respetaron a los peregrinos cristianos, más adelante los trataron injustamente, despertando en ellos el deseo de volver a recuperar lo que habían perdido.

Por otra parte, el emperador Alejo I, al ver amenazado su imperio en Oriente, pidió ayuda al Papa, el cual convocó a un concilio en Clermont; después de concluido, se organizó la primera Cruzada. Desde luego que en todo esto hubo muchos otros motivos: deseo de extender dominios, de obtener riquezas, de gloria y poder, de incrementar el comercio o, en el caso de los que no poseían nada o casi nada, la esperanza de obtener algo mejor.

Los primeros que iniciaron la campaña fue un grupo encabezado con entusiasmo por Pedro el Ermitaño, pero carente de organización disciplina, por lo que la mayoría de los hombres murieron antes de llegar a su destino y los pocos que llegaron fueron muertos allá.

En el otoño de 1096, sale la primera cruzada organizada y dirigida por Godofredo de Bouillon, duque de Lorena; Balduino, conde de Tolosa, y Roberto, duque de Normandía. Llegaron a Constantinopla en 1097; avanzaron y tomaron Edesa y Antioquía y en 1099, tras feroz batalla, lograron tomar Jerusalén. Durante 50 años los europeos mantuvieron la posesión de los santos lugares, pero los turcos volvieron a tomarlos y se organizó otra cruzada, menos bien llevada y traicionada por el emperador bizantino.

Hubo otras seos cruzadas de menos importancia que también fracasaron, ya que no era una empresa nada fácil: los caminos eran largos y desconocidos, había falta de provisiones con la consecuente hambre y epidemias.

Sin embargo, durante éste tiempo, los europeos pudieron conocer la cultura oriental, más elevada y refinada en muchos aspectos. Se incrementó el comercio, en el que jugaron un papel importante las especias, como ya se mencionó al comienzo del presente capítulo. Y durante el tiempo que duró la dominación europea en Jerusalén, se dio una fusión de cocinas: la árabe, la bizantina y la occidental.

En este intercambio cultural, en país que se vio beneficiado fue Italia. EN e l siglo XI Teodora, hija del emperador bizantino Constantino Ducas, contrajo matrimonio con el Dux de Venecia, Doménico Selvo. Esta princesa llevó sus modales refinados a Italia, entre otros, el uso del tenedor de los púas, que tardó mucho en ser aceptado en Europa.

En 1056 muere Teodora y se inicia una época crítica para Bizancio, Aumenta el poder de Venecia, con permisos especiales para comerciar con la ciudad oriental sin impuestos ni aduanas. Empieza así un



florecimiento en Italia, que le dará el cetro cultura y gastronómico en Europa al comienzo del Renacimiento.

## AMÉRICA PROCOLOMBINA

Es interesante ver cómo fue evolucionando la vida del hombre en el continente americano, en muchos aspectos tan distinta de los europeos. Las grandes civilizaciones se desarrollaron en dos territorios: Mesoamérica, en el actual país de México y el norte de América Central, y la gran civilización inca, en Perú.

En Mesoamérica florecieron diversas culturas.

Teotihuacán fue una grandiosa ciudad que existió entre los años 300 y 700 d. C., muy cerca de la actual capital de México, de la cual aún pueden apreciarse vestigios, entre los que destacan las pirámides dedicadas al Sol y la Luna. La influencia religiosa, cultural, artística y arquitectónica de este centro ceremonial llegó a todas las regiones civilizadas de Mesoamérica. Las excavaciones realizadas en los palacios de la aristocracia teotihuacana reflejan la vida suntuosa que llevaban sus habitantes. Hacia el año 700 fue abandonada, posiblemente por la invasión de tribus bárbaras, llamadas chichimecas.

Hacia el sur de Mesoamérica, en los actuales territorios del sur de México y Guatemala, se desarrolló otra importante civilización: la cultura maya, brillante y aislada entre la selva tropical de la región.

Los mayas destacaron en sus conocimientos aritméticos y astronómicos y fundaron varias ciudades: Tikal y Copán (siglos VIII y IX), Labná (siglo IX), Uxmal, invadida por los toltecas en el siglo X, y Chichén-Itzá, ciudad que escogieron como capital los toltecas invasores y que finalmente sucumbió ante las guerras civiles, terminando así el gran imperio maya.

Poemas y leyendas escritas por indios cultos después de la llegada de los españoles narran la formación de otra importante ciudad: Tula. El rey tolteca Topiltzin, sacerdote de Quetzalcóatl –dios de la cultura y civilización- decidió cambiar la capital de su reino a Tula hacia el año 950. Llevó consigo hombres cultos y artistas y logró hacer de ella una gran ciudad.

El error de Topiltzin, que tomó el nombre de Quetzalcóatl, fue tratar de imponer en todo su reino el culto a dios. Esto le valió disgustos de quienes adoraban a dioses sanguinarios y finalmente, una rebelión que lo obligó a huir a Cholula, centro ceremonial y religioso en donde vivió 20 años, después de los cuales se fue a la costa oriental. Antes de partir, prometió que volvería por el oriente y señaló la fecha: en el año 1519 –correspondiente al calendario europeo-. Se menciona esta leyenda porque era ampliamente conocida en Mesoamérica y, como se verá más adelante contribuyó notablemente a determinar el destino de los indígenas mesoamericanos. Tula fue destruida hacia 1160, probablemente por otra tribu invasora, y los toltecas se desplazaron hacia el sur, hasta Nicaragua.

## TENOCHTITLAN

El Valle de México pudo sobrevivir a las oleadas chichimecas asimilándolas poco a poco; y fue recuperándose gracias a su cultura de chinampas, islas artificiales construidas en las orillas de los lagos, donde sembraban distintos productos. Aunque hubo incesantes guerras por más de 200 años, ninguna tribu logró dominar todo el valle.



Aproximadamente hacia el año 1200, aparecen en el valle los aztecas, tribu nómada y salvaje proveniente del noreste. Los sacerdotes encuentran las señales dadas por sus dioses y se establecen en un islote situado entre los lagos que ocupaban entonces el Valle de México y que estaba en medio de tres ciudades importantes.

Este lugar estratégico les ofreció ventajas militares y comerciales y mediante el sistema de chinampas lograron conseguir suelos fértiles que les permitían tener varias cosechas al año.

La ciudad de Tenochtitlán, fundada en este islote en 1325, fue creciendo. Su principal actividad fue la guerra, que les proporcionaba, por un lado, prisioneros para sacrificar a sus dioses y seguir obteniendo sus favores; y por otro lado, tributos que imponían a las ciudades vencidas y que los proveían de alimentos, ropa, armas, etcétera.

Pese a su salvajismo, poco a poco fueron educándose, en parte por la influencia de otras ciudades más civilizadas con las que se aliaron, como la Texcoco, que era el centro intelectual del valle.

## ALIMENTACIÓN DEL INDÍGENA MESOAMERICANO.

La alimentación del pueblo indígena se basaba generalmente en el chile y el maíz. Existía gran variedad de chiles que recibían diferentes nombres según sus características: verde, rojo, amarillo, negro, dulce, picante, redondo, alargado, etcétera.

Con el maíz se preparaban tortillas gruesas, delgadas o dobladas, grandes o pequeñas blancas, amarillas o pardas, hojaldradas o rollizas. También se hacían tamales de diferentes formas y tamaños y con rellenos diversos.

La mayoría de los mesoamericanos vivían en pequeños poblados, con una vida monótona y sin mayores placeres. La mujer era el eje de la familia sobre la caía la responsabilidad de la alimentación de la misma. Trabajaba mucho por las noches: remojaba el maíz con sal y agua, y muy temprano molía el nixtamal entre dos piedras (metate), prendía fuego con leña que ella misma traía y “echaba” las tortillas de una en una, para presentarlas recién hechas, bien calientes a los comensales, quienes las consumían en cuclillas o usando una esterilla para sentarse. La mujer realizaba este trabajo dos veces al día.

En cambio, los pudientes, la corte que rodeaba al tlatoani en la gran Tenochtitlán o las ciudades más importantes, tenían acceso a muchos más alimentos con los que preparaban diferentes guisos. Además del chile y el maíz conocían otros vegetales como el huautli o semilla de amaranto, frijoles, calabazas, tomates, nopales, quelites, chayotes, gran variedad de hongos, flor de calabaza y de maguey, algas acuáticas. También comían diversas frutas como zapote, mamey, tuna, aguacate, capulín, cereza silvestre, jícama, piña, guayaba, chirimoya, guanábana y tejocote. Para aderezar, aromatizar o condimentar las comidas usaban el achiote, vainilla, miel de abeja, miel de maguey, epazote y otras hierbas.

Entre los productos de origen animal, comían carne de caza y de animales domésticos y acuáticos. Cazaban armadillo, jabalí, liebre, conejo, tuza, venado. Engordaban a unos perros llamados itzcuintles para después comérselos. También comían guajolote, tortugas, camarones, acociles (especie de pequeños camarones de agua dulce), gusanos, lombrices y moscos de las lagunas y de la



tierra. Comían también unos huevecillos de moscos del lago, que se criaban en el agua, llamados ahuautil.

Empleaban sistemas diversos para conocer sus alimentos: asado sobre leña o brasas o en el comal, que era como hacían las tortillas; también preparaban alimentos al vapor o hervidos. Para cocer piezas de carne lo hacían por medio del “pib”, que consistía en hacer un horno en la tierra, el cual se precalentaba con fuego de leña, se cubrían sus paredes con hojas de maguey y se introducía la carne y se atrapaba y se echaba más tierra encima; se calentaba unas seis horas con fuego exterior y luego se sacaba y se salaba, llevando la pieza jugosa y tierna a la mesa.

La bebida de los ricos era el cacao. Este se tostaba y se molía con maíz, luego se disolvía en agua y se endulzaba con vainilla y se batía con un molinillo o se vertía en jícaras desde lo alto, para que hiciera espuma. El cacao se usaba también en vez de moneda en las transacciones comerciales.

Otra bebida que empleaban, tanto en las fiestas como en los días ordinarios, era el pulque al cual llamaban octli y que se obtenía de la fermentación del aguamiel extraído del maguey. El maguey es una planta cuya voz latina significa “admirable”, sus hojas son largas y espinosas. Esta planta se aprovecha en su totalidad. Además del pulque que se del aguamiel, se saca del maguey un aguardiente llamado mezcal. En la planta se crían gusanos que son comestibles y muy nutritivos. Con la piel de las hojas se envuelven algunas carnes para ser cocidas, a las que se llama “mixiotes”. Con la fibra de la planta se fabrican costales, bolsas, ayates, cuerdas o mecates.

La cocina mesoamericana desconocía alimentos básicos de la europea, como la carne de diferentes ganados, la leche y los huevos de gallina, o el trigo con el que preparaban el pan. Por este motivo se ha creído que la alimentación de los indígenas era diferente; sin embargo se ha visto que no es así, ya que la gran variedad de los productos anteriormente mencionados, tanto de origen vegetal como animal, les proporcionaban –aunque de manera diferente- los nutrientes necesarios. De hecho, era una raza físicamente sana, en la que nunca se expresa o se menciona ninguna enfermedad de origen alimenticio.

En la corte de Tenochtitlán se llegó a alcanzar gran lujo, como se ve en las descripciones que hicieron los españoles sobre las tierras que descubrieron y que se mencionarán en el siguiente capítulo. Pero en general, los aztecas eran equilibrados y sobrios. Saber comportarse adecuadamente era muy importante, ya que las actitudes externas eran un reflejo de los sentimientos internos.

El hombre educado y sobre todo los que pertenecían a la clase dirigente, tenían que ser discretos y dignos, sin hacer ostentación de sus sentimientos salvo en caso muy excepcionales. Procuraban estar de buen humor, aceptar la comida con agrado y compartirla con el recién llegado, sírvase con mesura y masticar con calma.

La educación alrededor de las comidas empezaba desde niños, quienes tenían como un honor tratar con deferencia a sus mayores, y las jóvenes aprendían a preparar buena comida y bebida para los señores. Si eran llamados a comer con un señor principal, debían inclinarse para saludarlo y seguir ciertas normas de urbanidad, como masticar bien y despacio, no llenarse la boca, no hacer ruido al comer o beber, usar la mano derecha y solo tres dedos para coger los alimentos y no toser ni escupir.





Para comer se sentaban sobre una delgada esterilla o petate frente a una mesa baja puesta con manteles de manta blanca. La comida del emperador exigía todo un protocolo –del que se hará referencia en el próximo capítulo- así como los grandes festines que se efectuaban en la corte.

Se menciona por ultimo la relación entre la religión y la alimentación de los indígenas mesoamericanos. Tenían dioses relacionados con su comida como Chicomecóatl, diosa de los mantenimientos, de quien Sahagún dice debió ser la primera a la que se comenzó a hacer manjares y guisados. Otras dos diosas eran Chalchiuhtlicue y Uixtocihuatl, del agua y la sal, respectivamente. Omacatl era el dios de los convites y Opochtli el dios inventor de redes e instrumentos de pesca.

Festejaban a sus divinidades en su día con múltiples ceremonias acompañadas de banquetes y ofrendas de alimentos. En estas ofrendas ocupaba un lugar importante el huautli o amaranto, con el que se hacían toda suerte de figuras, incluso la del dios a quien halagaban. Después distribuían fragmentos de la misma entre los asistentes, en una especie de comunión.

En otro aspecto, la religión hacía que los mexicas se sometieran por propia voluntad a rigurosos ayunos. Parece ser que el ayuno general se realizaba de ocho en ocho años y no más de cuatro días, en el cual solo comían tamales cocidos de maíz, frijoles sin sal y agua simple. Otro ayuno que practicaban los sacerdotes durante cuatro años consistía en comer a mediodía una sola tortilla de maíz, pequeña y delgada, un poco de atole y jugo de maguey. Solo los primeros días del mes podían comer y beber a su gusto.



## Edad Media

### Tabla de conceptos fundamentales

ÉPOCA	LUGAR	ALIMENTOS CARACTERISTICOS	MAS	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	LITERATURA GASTRONOMICA	PRINCIPALES APORTACIONES
<b>Alta Edad Media (siglos VI a XI)</b>	<b>Europa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comida del pueblo muy pobre: salchichón, poro, cebolla, pepinos, hongos y pan.</li> <li>Comida de los nobles: abundancia en carnes, sobre todo caza, pesca, algo de hortalizas y frutas. Se empleaban piezas ostentosas de carne, pero de poca calidad: pavo real, faisán, cigüeña, cisne, asno. Poco buey y cordero. Gran uso de especias.</li> <li>Bebidas: vino, hidromiel, cerveza, leche (la de burra era muy apreciada).</li> <li>Comida en los conventos: sabrosa, nutritiva y sencilla; carne, hortalizas, queso, vino, fruta, miel.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Conventos: potajes muy nutritivos con abundante carne y verdura. Elaboran quesos y vino.</li> <li>En la corte gustaban de revestir las piezas de ave con sus plumas, después de cocerlas. Muchas veces eran rellenas de diferentes preparaciones o tenían dentro pajarillos vivos.</li> <li>Cocían el asno al espetón.</li> <li>La comida en general era muy especiada para disimular el sabor pasado de los alimentos. Era comida pesada.</li> <li>Producían vinos, quesos y cerveza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se perdió mucho con las invasiones barbaras y después se fue recuperando.</li> <li>Predominaban las mesas rusticas, de madera.</li> <li>En la corte se usaban manteles más o menos finos, dependiendo de la categoría de los invitados.</li> <li>No usaban platos ni servilletas individuales; tampoco tenedores.</li> <li>La carne se colocaba sobre una hogaza de pan; se cortaba de la fuente con el propio cuchillo y se comía con los dedos.</li> <li>Con frecuencia había perros bajo la mesa que comían los sobrantes que los comensales tiraban al suelo. Al final llevaban aguamaniles para limpiarse las manos.</li> <li>Los invitados de mas categoría ocupan lugares especiales sobre una tarima, con mesa, mantelería y vajilla más finas.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Después del decaimiento que se tuvo en materia alimenticia con la invasión de los barbaros, muy poco a poco se fueron levantando.</li> <li>Fueron los frailes en los conventos quienes prepararon mejores platillos e inventaron vinos y licores.</li> </ul>
<b>Alta Edad Media (siglos VI a XI)</b>	<b>Francia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En la época de Carlomagno (siglo IX) hay una mejor alimentación en general. Se consume carne, sobre todo de caza, tocino, hortalizas, frutas, hierbas aromáticas, huevo, queso, vinagre, miel, hidromiel, vino, sidra. Aunque en la corte gustaban las piezas de carne ostentosas y de poca calidad.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Los mismos sistemas de la cocina europea en general.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se mejoro el refinamiento en la mesa. Se dice que el emperador tenía mesas de oro y plata.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Carlomagno mejora la alimentación del pueblo y el refinamiento en la mesa.</li> <li>Los frailes inventaron vinos y licores como el Champagne, el Benedictine y el Chartreuse.</li> </ul>
<b>Alta Edad Media (siglos VI a XI)</b>	<b>España</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fueron importantes productores de cereales y aceite de oliva.</li> <li>Entre las carnes se consumía más el cerdo y animales de caza. También consumían pescado y ave.</li> <li>Producían y consumían pan, queso, requesón, miel, hidromiel y</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Según San Isidro de Sevilla, la carne se preparaba asada, cocida, frita o en salsa.</li> <li>Dividía los alimentos en "cocina grasa" y "cocina de vigilia"(pescado y ave).</li> <li>Habla de la producción de vinos: blanco, tinto y moscatel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El libro Etimologías señala que hacían cuatro comidas al día.</li> <li>Se usaban vasos y vasijas de diferentes materiales, según las posibilidades de cada quien: oro, plata y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En el siglo VII San Isidro de Sevilla escribe Etimologías.</li> <li>Los capuchinos escribieron La coccinacion con recetas propias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los frailes inventaron platillos como la tortilla de huevo "benedictine2 (con bacalao) o la "cartuja" (poco cocida por</li> </ul>



<b>Alta Edad Media (siglos VI a XI) (Continuación)</b>		<p>vino.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El año 711 los árabes invadieron España y llevaron nuevos alimentos: caña de azúcar, granada, berenjena, nuez moscada, pimienta negra, azafrán y otras especias; probablemente también el arroz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los árabes llevaron a Europa preparaciones como las pastas, el arroz, el hojaldre y formas de cocinar propias del oriente, con la mezcla de sabores dulces y salados; abundancia de frutos secos.</li> </ul>	barro.	de los frailes. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay también un recetario del Monasterio de Alcántara.</li> </ul>	dentro). <ul style="list-style-type: none"> <li>• La cocina oriental influyó en la cocina europea a raíz de la invasión árabe en España.</li> </ul>
<b>Alta Edad Media (siglos VI a XI)</b>	<b>Inglaterra</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dada la escasa fertilidad de los suelos, la producción de vegetales y hortalizas era baja.</li> <li>• En cuanto a las carnes, se prefería al buey y al cerdo, que solo en verano podían consumirse frescos. También habían caza, sobre todo ganso y jabalí y mucha pesca.</li> <li>• Se fueron aumentando los suelos destinados al pastoreo y disminuyó la producción de vino, dando lugar a un mayor consumo de cerveza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comida muy aromatizada.</li> <li>• Uso de especias para preparaciones exóticas.</li> <li>• Purés de legumbres.</li> <li>• Gran uso del <i>garum</i>.</li> <li>• Preparaban muchos quesos.</li> <li>• Hacían dulces a base de frutas: conservas, jaleas, mermeladas y confituras.</li> <li>• Hacían <i>skoodaton</i>: pasta de ajo, aceite, alcaparras y mostaza.</li> <li>• Hacían masa de hojaldre. Elaboradores de deliciosos postres: huevos hilados, bizcochos, buñuelos con almíbar, confituras de frutas frescas o secas, cremas perfumadas a base de flores naturales: nardo y rosa.</li> <li>• Vinos muy especiados.</li> <li>• Combinación de sabores dulces y salados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lujo y fastuosidad.</li> <li>• En el siglo IV Constantino mandó construir un salón de fiestas.</li> <li>• En este mismo siglo se inició la costumbre de comer sentados.</li> <li>• Vajillas, vasijas y bandejas de oro.</li> <li>• Uso del tenedor.</li> <li>• Gusto por el refinado protocolo y minuciosa etiqueta.</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conservaron escritos y documentos antiguos que salvaron de la invasión bárbara.</li> <li>• Fue centro comercial en oriente, con un gran intercambio de productos alimenticios.</li> <li>• Inventores de la masa de hojaldre, los huevos hilados y postres variados.</li> <li>• Iniciaron la costumbre de comer sentados.</li> <li>• Primeros en usar el tenedor.</li> <li>• Conservaron mucho refinamiento en las comidas y la mesa, que en la baja Edad Media transmitieron a los italianos.</li> <li>• Aparece la palabra <i>charcutier</i> (salchichero) y estos se agrupan en gremios.</li> </ul>
<b>Edad Media (siglo XII y XIII)</b>	<b>Francia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En la época de San Luis IX (siglo XIII) se mejoró la alimentación del pueblo y aun los menos pudientes consumían carne.</li> <li>• Se desarrolla la salchichonería.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumenta la producción de embutidos.</li> </ul>	•	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparece la palabra <i>charcutier</i> (salchichero) y estos se agrupan en gremios.</li> </ul>
<b>Edad Media</b>	<b>Alemania</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comida muy especiada y pesada a base de cerdo, caza y algo de pesca.</li> <li>• En la época del gobierno de Barbarroja (siglo XII) mejora la cocina alemana por influencia de la italiana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se instituye la salchichonería alemana; fueron grandes productores de embutidos.</li> </ul>	•	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La salchichonería alemana adquiere gran prestigio.</li> </ul>
<b>Baja Edad Media (siglo XIV a XV)</b>	<b>Europa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La alimentación mejoró. Mas consumo de carne de ganado mayor (bovina y equino), de ganado menor (ovejas y cabras) y de cerdo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora la producción de alimentos, sobre todo en algunos lugares de Francia e Italia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En algunos lugares de Francia e Italia hay un mayor refinamiento en el montaje de la mesa y en el servicio de los alimentos.</li> </ul>	•	•
<b>Baja Edad</b>	<b>Francia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En Avignon, durante el papado, se fue creando una cocina de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Surgió la cocina de estilo provenzal, con gran uso de ajo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En algunos lugares de Francia e Italia hay</li> </ul>	•	•



Media		<p>mayor calidad, con predominio del ajo. Gustaban mucho los grandes vinos de Borgoña.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En la corte de Borgoña también se dio un avance en el arte culinario. Abunda la caza y carne de ganadería, pesca, frutas y cereales.</li> </ul>	<p>y aceite.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hay una mayor variedad en la preparación de platillos y más calidad en los mismos.</li> </ul>	<p>un mayor refinamiento en el montaje de la mesa y en el servicio de los alimentos.</p>		
Baja Edad Media	España	<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En el siglo XIII se escribió un manuscrito anónimo de cocina hispano-árabe.</li> <li>En 1423 Enrique de Villena escribió el Arte Censoria.</li> <li>En el siglo XV Ruperto de Nola escribió su Libro de guisados, manjares y potajes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A través de España, la influencia de la cocina árabe va llegando a otros lugares de Europa.</li> </ul>
Edad Media	Mesoamérica - rica	<ul style="list-style-type: none"> <li>La base de la alimentación del pueblo fue el maíz y el chile, del que había muchas variedades.</li> <li><b>Otros vegetales:</b> semilla de amaranto, frijol, calabaza, nopales, tomates, quelites, chayote, gran variedad de hongos, flor de calabaza y de maguey, algas acuáticas, cacao y tabaco.</li> <li><b>Gran variedad de frutas:</b> zapote, mamey, tuna, aguacate, capulín (cereza silvestre), jícama, piña, guayaba, chirimoya, guanábana y tejocote.</li> <li>Como condimentos usaban achiote, vainilla, epazote, miel de abeja, avispa y de maguey.</li> <li><b>Productos de origen animal:</b> caza de armadillo, jabalí, liebre, conejo, tuza, venado; perros domésticos y guajolote o pavo.</li> <li>Animales de agua dulce o salada: peces, ranas, ajolotes, tortugas, camarones, acociles, gusanos, lombrices y moscos, huevos de moscos o <i>ahuautli</i>.</li> <li>Bebidas: cacao, pulque y bebidas a base de frutas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Con el maíz se preparaba gran variedad de tortillas y tamales: estos últimos llevaban rellenos diversos y eran salados o dulces con frutas.</li> <li>Los sistemas de cocción empleados eran el asado sobre leña, brasas o en comal; al vapor y hervido. Para cocer carne empleaban el "pib", que consistía en asado bajo tierra. También hacían diversas salsas para carnes o pescado llamadas "mullis".</li> <li>El cacao como bebida se preparaba tostado y molido con maíz; luego disuelto en agua, endulzado con miel y perfumado con vainilla.</li> <li>El pulpe se obtenía por fermentación del aguamiel extraído del maguey.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La educación con respecto a las comidas empezaba desde temprana edad. Sus características más sobresalientes eran la sobriedad, el respeto a los demás (sobre todo los mayores) y la hospitalidad. Se comían despacio y las normas de urbanidad externas debían ser el reflejo de sus sentimientos.</li> <li>Para sentarse usaban delgadas esterillas (petates) que colocaban en el piso. Las mesas eran bajas y sobre ellas se colocaban manteles de manta blanca.</li> <li>En la corte existía un riguroso protocolo.</li> <li>Las costumbres alimenticias del hombre mesoamericano estaban muy relacionadas con su religión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La comida en Mesoamérica era muy diferente de la europea, pero sana y equilibrada.</li> <li>La aportación de los productos americanos a Europa se dio más adelante en la edad moderna.</li> </ul>



## Capítulo 3

### Edad Moderna

En este periodo histórico, también llamado Renacimiento, se inicio después de la caída de Constantinopla (1453) y termino con la Revolución Francesa (1789). Este fue un suceso de grandes repercusiones que dio lugar a cambios decisivos en la historia de la humanidad.

Desde el punto de vista gastronómico, Europa tuvo un despertar a una cocina de lujo. El arte de comer se convirtió en una obra maestra.

Se empezaron a elaborar las finas salsas blancas y oscuras, hechas a base de mantequilla, se moderó el uso de las especias, se hicieron gran variedad de *ragoûts* (estofados) y había hasta 60 maneras de preparar los huevos. El uso de la mantelería comenzó a ser general y se empezaron a utilizar las servilletas y el tenedor, primeramente en Italia.

En todo este cambio hubo un factor decisivo: el descubrimiento de América, con el consecuente intercambio de productos alimenticios entre el nuevo y el viejo continente, aunque fue más tarde que España empezó a introducir al uso común los alimentos que iban descubriendo. Actualmente algunos de ellos, como el tomate, la papa y el chocolate son imprescindibles en la buena cocina, pero no fueron aceptados tan fácilmente, como se verá más adelante.

Por otra parte, la riqueza mineral de América sirvió para embellecer las mesas europeas, sobre todo en España, donde se veían extraordinarias piezas de oro y plata, que causaban admiración entre otros países europeos.

#### LA GRAN TENOCHTITLAN

En América, el imperio azteca o mexica estaba en su apogeo a la llegada de los españoles a este continente. Los aztecas ejercían un dominio casi absoluto en Mesoamérica, y la gran Tenochtitlán, su capital, gozaba de lujo y esplendor.

La ciudad estaba dividida en cuatro secciones principales, cada una contaba con su mercado, además de otros dos muy grandes que se encontraban en Tenochtitlán y Tlatelolco. Cerca del centro de la ciudad, a la orilla de anchos canales, estaban los palacios del emperador, de los nobles y de los sacerdotes, y en el centro mismo, las pirámides y construcciones ceremoniales.

La corte era estricta en sus reglas de urbanidad y cortesía. La figura del rey era tratada con temor reverencial. Éste comía detrás de una mampara de oro, protegido contra los espectadores, y al viajar era transportado en una litera que los nobles cargaban en sus hombros. Cuando caminaba se iba cubriendo el suelo con mantas blancas, para que sus pies no lo tocaran. Nadie se atrevía a mirarle directamente a los ojos, pues tal osadía se pagaba con la muerte.

Moctezuma II, quien había subido al trono en 1502, era el emperador azteca a la llegada de los españoles. Fue el primer emperador mexica que no era principalmente un guerrero, sino un intelectual, profundamente religioso y con una serie de inquietudes en este aspecto. Aunque dirigió muchas campañas victoriosas, había asimilado la civilización tolteca más antigua de la época de





Teotihuacán y sabía que en otro tiempo los dioses eran adorados sin derramamiento de sangre. Meditaba sobre el regreso de Quetzalcóatl que –según la leyenda- sería por esos años.

Hubo varios “signos” extraordinarios que los augures interpretaron en este sentido y cuando se empezó a oír que en el mar oriental había unos barcos con velas blancas que se aproximaban, pensó que era el dios Quetzalcóatl que regresaba para terminar con el culto a los dioses sanguinarios. Este hecho fue de gran trascendencia, pues por este motivo el emperador permitió que los españoles se acercaran a Tenochtitlán y no los atacó –como seguramente hubiera hecho otro emperador-, sino que los colmó de regalos intentando complacerlos con los mejores presentes.

Cuando Hernán Cortés y sus hombres llegaron a Tenochtitlán quedaron asombrados, pues no había visto algo semejante en sus expediciones hasta entonces. Por considerarse interesantes se incluyen aquí algunas de las descripciones hechas por estos hombres aventureros sobre los mercados, los alimentos y banquetes de los habitantes de estos lugares.

Dice Bernal Díaz del Castillo que en el mercado, “el zumbar y el ruido de la plaza asombra a los mismos que han estado en Constantinopla y Roma”. Cortés afirma que en el mercado había:

Todas cuantas cosas se hallan en toda la tierra (...). Cada especie o mercadería tiene su calle, sin que se consienta confusión. Todo se vende por cuenta y media pero no por peso. Tampoco se tolera el fraude: agentes y jueces deciden los pleitos en el mercado, a vista del pueblo y con gran equidad. Allí venden joyas de oro y plata, de platino, de latón; cobre y estaño; huesos caracoles y plumas; piedras labradas, adobes, ladrillos, madera labrada y por labrar.

Cortés queda admirado del orden y variedad de las mercancías:

Hay calles para la caza, donde se encuentran todas las aves que permita el clima mexicano: perdices, codornices, gallinas, tortoras, palomas y pajaritos; buharros, halcones, águilas, gavilanes. Hay conejos, liebres, venados, gamos, tuzas, topes, lirones y perros pequeños que crían para comer. Herbolarios con cantidad de hierbas medicinales (...). Hay casas donde se come y bebe por precio (...). Verduras en cantidad, sobre todo: cebolla, poro, ajo, mastuerzo, berro, acedera, cardos. Los capulines y las ciruelas son las que más se venden. Miel de abeja y cera de panal; miel de caña de maíz tan untuosa y dulce como la de adúcar; miel de maguey con la que hacen azúcares y vinos (...). Maíz en grano y en pan, superior al de las islas conocidas y tierra firme. Pescado fresco y salado, crudo y guisado. Huevo de gallina y tortilla de huevo de las otras aves (...). Vasijas, cantaros y jarro de toda forma y fábrica, pintados, vidriados y de singular barro y calidad.

Gómara ensalza la gran calidad de los artesanos y joyeros. En cuanto a la comida del rey. Días del Castillo explica lo siguiente:

En el comer, la tenían sus cocineros sobre treinta maneras de guisados hechos a su manera y usanza y tenían puestos en unos braseros de barro chicos por qué no se enfría y de aquello que el gran Moctezuma habría de comer, guisaban más de trescientos platos, si no más de mil para la gente de guarda. Cuando había de comer, salíase Moctezuma algunas veces con sus príncipes y mayordomos y le señalaban a Montezuma, cuál guisado era el mejor y de qué aves y cosas estaba guisado.

El escritor hacía notar la variedad de alimentos que en la corte se preparaban:



Cotidianamente le guisaban gallinas, gallos de papada, faisanes, perdices de la tierra, pajaritos de caña, palomas, codornices, patos mansos y bravos, venado, puerco de la tierra, liebres y conejos y muchas maneras de aves y cosas que se crían en estas tierras, que son tantas, que no las acabaré de nombrar tan presto.

También hacía hincapié en la manera como se servían:

Dejemos de hablar de esto y volvamos a la manera que tenía en su servicio al tiempo de comer. Es de ésta manera: que sí hacía frío, teníanle hecha mucha lumbre de ascuas de una leña de cortezas de árbol que no hacían humo y el olor de las cortezas muy oloroso, y por qué no le dieces más calor que lo que él quería, ponían delante una como tabla labrada con oro y otras figuras de ídolos, y él se sentaba en un asentadero bajo, rico y blando y la mesa también baja, hecha de la misma manera de los asentaderos. Allí le ponían sus manteles de mantas blancas y sus pañizuelos algo largos de lo mismo y cuatro mujeres muy hermosas y limpias le daban aguamanos –unos como aguamaniles hondos, que llaman xicales-, ponían debajo, para recoger el agua, otros a manera de platos (...) y le daban toallas y otras dos mujeres le traían el pan de tortillas.

Díaz del Castillo detalla minuciosamente todo el ceremonial que había en las comidas del emperador mexica:

Servíase con barro de Cholula, uno colorado y otro prieto. Mientras que comían, ni por pensamiento habían de hacerle alboroto ni hablar alto los de su guarda, que estaban en las salas, cerca de las de Montezuma. Traían fruta de todas cuantas había en la tierra, mas no comían sino muy poca. De cuando en cuando trían unas como a manera de copas de oro fino con cierta bebida, hecha del mismo cacao.

Algunas veces al tiempo de comer [...] le cantaban y bailaban, porque Montezuma era aficionado a placeres y cantares [...] Cuando el gran Montezuma había comido, luego comían todos los de su guarda y otros muchos de sus serviciales de casa, y me parece que sacaban como mil platos de aquellos manjares que dicho tengo; pues jarros de cacao con su espuma como entre mexicanos se hace, mas de dos mil y fruta infinita.

Menciona también que después de comer, Moctezuma fumaba un momento y se dormía.

Por su parte, Fray Bernardino de Sahagún, en su Historia general de las cosas de Nueva España relata los sabios consejos que los padres indígenas solían dar a sus hijos, y entre ellos cita alguno relacionado con el comportamiento en la mesa:

Lo octavo que quiero que notes, hijo mío, es la manera que has de tener en el comer y en el beber: seas avisado, hijo, que no comas demasiado a la mañana y a la noche; sé templado en la comida y en la cena, y si trabajares, conviene que almuerces antes que comiences el trabajo.

Aconseja el padre no comer demasiado aprisa, sino mas bien sosegadamente, sin grandes bocados ni desmesuradamente. Era considerado motivo de burla faltar a las normas de urbanidad. También acostumbraban lavarse bien las manos y los dientes después de comer. Asimismo advierte que no se debe aceptar comida o bebida de desconocidos o sospechosos, porque puede hacer daño en el cuerpo o en el alma.



En otra parte de su libro, Sahagún, menciona los banquetes que acostumbraban hacer los mercaderes, para los cuales se preparaban con mucho esmero. Estos banquetes duraban varios días, por lo que solían abastecerse con cantidades suficientes de mantas, maíz, frijol, tomates, chiles, gallinas, perros que criaban para comerlos, cacao y además preparaban gran variedad de atoles y tamales.

Estas fiestas incluían varias ceremonias para los dioses y durante la primera noche comían hongos con miel, que provocaban alucinaciones en quienes los consumían; cantaban y bailaban y después comentaban sus respectivas visiones.

Las narraciones de los españoles permiten conocer cómo era la alimentación en la corte del México precolombino. La siguiente fase fue de adaptación para unos y otros, que fueron conociendo y probando los nuevos alimentos –muchas veces obligados por las circunstancias- y se fue formando una nueva cocina, tanto en América como en Europa.

Al comienzo de la Conquista, como consecuencia de las guerras, llegó el hambre. Los indígenas se vieron orillados a comer insectos, hierbas, alimañas, y lo que podían encontrar. Los españoles también tuvieron hambre y no les quedó más remedio que probar los alimentos indígenas. Pero una vez pasados los primeros años, los más difíciles, empezó a darse el intercambio de productos entre ambos, aprovechando la riqueza de la tierra. Para los conquistadores, la frecuente hambre que acechaba Europa no existía en América, tierra de abundancia. Sin embargo, los europeos no siguieron el sistema de los naturales americanos: en Mesoamérica se trabaja duro y pagaban impuestos en especie al rey, de manera que en los tiempos difíciles en los que había carestía, se abrían los almacenes y se distribuían granos al pueblo, para alimentarse y para cultivar. Así, el trabajo se veía compensado con la posibilidad de comer; todos trabajan y todos comían.

Desde un principio, Cortés se ocupó de que en los navíos provenientes de España llegaron plantas y ganado. Ya en 1524 los indios sembraban en los huertos las hortalizas traídas de Europa. Desde 1512 el rey Fernando había ordenado a la Casa de Contratación que se llevara un arroz de buena calidad a las nuevas tierras para que se cultivara allá. También envió ganado, y aunque la carne de vaca no se aceptó en un principio, el cerdo tuvo una gran acogida entre los indígenas.

El trigo, en cambio –cuyo cultivo era urgente para los españoles, tanto para la elaboración del pan como para las hostias necesarias en la celebración de las misas- no convenció a los naturales, ya que requería mucho tiempo y esfuerzo su cultivo, por lo que les agradaba más el maíz, que podían obtener en tres meses, Suárez de Peralta anota que el pan de trigo no lo querían ni los indígenas pobres, aunque se los regalaban. El maíz con sus múltiples formas y presentaciones, sigue siendo la base de la alimentación del pueblo mexicano nunca fue sustituido por el trigo.

Recobrado el orden después de las guerras se disponía de muchos productos vegetales y animales a bajos precios. Los criollos se alimentaban muy bien y poco a poco, al agregar a su comida algunos alimentos indígenas, se fue originando la nueva comida mexicana en la que se conjugaron la comida española y la de los naturales, dando como resultado magníficos platillos que hoy en día forman una de las cocinas más apreciadas en el mundo.

De los productos traídos de Europa y América, ninguno alcanzó tanta importancia como la caña de azúcar. Si la búsqueda de las especias de Oriente provocó el descubrimiento de América, otro



alimento –el azúcar- tuvo notables repercusiones económicas y sociales en todo el mundo durante los siglos XVI al XIX.

El azúcar, conocido desde tiempos remotos, antes de Cristo, originaria de la India e introducida en el Mediterráneo por los persas, tuvo una importante evolución. En la Edad Media se consideraba un alimento exótico y sólo se usaba cuando era recomendado por los médicos como reconstituyente. Se cree que el azúcar fue refinada por los árabes, quienes la empleaban con frecuencia como remedio. En la baja Edad Media, Venecia fue centro del comercio azucarero en Europa, aunque no tenía el auge que alcanzó después.

Hernán Cortés introdujo este cultivo en México en 1530, aunque ya se llevaba a cabo con anterioridad en las islas caribeñas, donde se consiguió una excelente calidad por las condiciones de clima y de suelo muy favorables, más adelante, los portugueses también la sembraron con éxito en Brasil.

Sin embargo, el cultivo de la caña de azúcar era difícil y fatigoso, por lo que los españoles pusieron a los indios caribeños a cultivarlo, pero los malos tratos –aunados al extenuante trabajo- acabaron por exterminarlos. Los portugueses llevaron al Brasil esclavos negros para realizar estas faenas y después los españoles hicieron lo mismo.

La producción de azúcar daba tantas ganancias, que los plantíos y fábricas fueron proliferando en todas las islas, con el mismo sistema. Estos réditos se veían aumentados por el hecho de que los residuos de la producción del azúcar, en vez de desecharse, se podían utilizar para destilarlos y producir ron, bebida alcohólica que alcanzó gran popularidad, sobre todo entre los marinos ingleses.

Por otra parte, en el siglo XVII se empezaron a poner de moda el té, el café y el chocolate, bebidas que los europeos endulzaban con azúcar. Por lo mismo, este producto despertó la codicia de las potencias europeas, que se disputaban la posesión de las islas azucareras en el Caribe. España fue despojada por los bucaneros y Francia e Inglaterra lucharon para quedarse con estas tierras. Finalmente los británicos las adquirieron, pero Napoleón logró producir azúcar de remolacha en Francia, dando un fuerte golpe a la economía inglesa.

Las grandes injusticias cometidas contra los esclavos negros hicieron que algunos sectores de la sociedad inglesa pugnarán por terminar con la esclavitud. La sociedad africana se había visto afectada por esta situación que los dividió, llevando miles de hombres, mujeres y niños a trabajar en América durante los siglos XVI hasta principios del XIX.

Cuando finalmente el movimiento antiesclavista triunfó, la población caribeña había cambiado totalmente, pues los aborígenes prácticamente habían desaparecido. La población ahora estaba formada principalmente por africanos y algunos otros trabajadores traídos de China y la India. Es una muestra más de cómo la humanidad se ve altamente perjudicada cuando no se utilizan los recursos naturales en beneficio de todos, sino que prevalecen los intereses personales sobre todo lo demás.

Veamos ahora como evolucionó la gastronomía en Europa en este tiempo renacentista caracterizado por la búsqueda del placer y la belleza.



## ITALIA

Como se menciona al final del capítulo de la Edad Media, Italia ocupaba entonces un lugar preponderante en cuanto a elegancia, debido en gran parte a la cercanía que tuvo con Bizancio.

En los siglos XIV y XV ningún país se presenta tan interesante como Italia por su actividad económica, comercial y artística. Fueron sus escritores y artistas quienes iniciaron el Renacimiento, caracterizado por un resurgimiento del espíritu de los clásicos antiguos. Ya Petrarca y Boccaccio, quienes vivieron en el siglo XIV, se dedicaron a buscar en conventos y bibliotecas manuscritos de filósofos y escritores griegos y romanos de la antigüedad.

La situación más estable y floreciente de Italia favoreció el cultivo del espíritu y el lujo artístico, plasmado en todos los campos del arte: arquitectura, escultura, pintura, música. Aparecieron los grandes mecenas que protegían y concedían extraordinarios privilegios a los grandes artistas; tal es el caso de Lorenzo de Medicis en Florencia y los Papas Julio II y León X en Roma, que se rodearon de los gigantes del Renacimiento: Miguel Ángel, Rafael, Leonardo da Vinci, Benvenuto Cellini, etcétera.

La revolución humanística –que viene de la palabra *humanus*, que significa pulido, cultivado- no tardó en propagarse por el resto de Europa gracias al invento de Juan Gutenberg, quien logró imprimir su primer libro –una Biblia- en 1457. Con diferentes tendencias, pero con los mismos principios, surgió el humanismo en Inglaterra, Alemania y Francia, esta última fue uno de los principales focos en el siglo XVI. En España se inició casi al mismo tiempo que en Italia, ya que el reino de Aragón incluía Nápoles; sin embargo, no maduró rápidamente y su máximo esplendor se dio en el siglo XVI, llamado el “siglo de oro” español.

A fines del siglo XV, cinco principales estados dominaban en Italia: las Repúblicas de Venecia y Florencia, el Ducado de Milán, los estados de la Iglesia en Roma y el reinado de Nápoles. De todos ellos, quien tuvo la primacía intelectual y artística fue Florencia, tierra de los Medicis, en 1533, y Enrique IV con María de Medicis, en 1600.

La influencia que Catalina ejerció sobre Francia fue muy importante, y la gastronomía no quedó al margen. Acostumbrada a comer bien, llegó a Francia seguida de su séquito en el que figuraban cocineros y meseros que sobresalían como los mejores. Ellos llevaban recetas e ingredientes como el aceite de Toscana y las alubias, para poder comer sus platillos favoritos. También contribuyó a embellecer las mesas con finas porcelanas y cubiertos, de hecho la porcelana de Faenza dio origen al nombre que la designa en francés: faience. Llevaba platos esmaltados por Bernard Palissy, cristal de Venecia y cubiertos de oro y plata finamente cincelados por Benvenuto Cellini. Por otra parte, la reina volvió a imponer la moda de que las mujeres coman en la misma mesa que los caballeros y con la presencia de las damas elegantemente ataviadas, se cuidaron las buenas maneras en la mesa.

Esta costumbre de que las damas estuvieran presentes en los banquetes tuvo cambios en diferentes épocas. Aunque en el imperio romano ellas asistían, después las costumbres bárbaras hicieron que solo fueran hombres a las comidas importantes. Más adelante, Carlomagno cambió esta disposición, pero en tiempos de Luis XI éste no permitía que las damas se sentaran a la mesa, argumentando que su belleza se veía disminuida por los gestos y muecas de la cara al comer. Solo en Borgoña las





mujeres seguían engalanando las mesas. Finalmente, Francisco I volvió a permitir la presencia femenina en los banquetes cortesanos, a instancias de Catalina, casada con su sucesor.

Diversos autores han considerado la notable influencia de la cocina italiana en la francesa, ya que es irrefutable la presencia de algunos platos franceses, ya que es irrefutable la presencia de algunos platos franceses encontrados con anterioridad en tratados italianos.

En el siglo XIII ya existía en Florencia una receta del pato salvaje con naranja amarga, que es el origen del actual *canard a L'orange*. El consomé aparecía con el nombre de *jus consumptum* en el libro de Platina, traducido al francés en 1505 y que tuvo trece ediciones en Francia en el siglo XVI. En el siglo XIV, en la Biblioteca Comunal de Dole se encontró una receta de “pollo al vino” que podrían considerarse el origen del *coq au vin francés*. Y los pichones con uvas de Toscana pueden ser el origen del faisán o las codornices *au raisin*; estos se encuentran en un recetario florentino del siglo XIV. Por otra parte, en el banquete de bodas de María de Medicis con Enrique IV se sirvió un turbante *a foggia turchesca de sfoglia*, que consistía en un primitivo *vol-au-vent* a la financiera, relleno de crestas y riñones de pollo y ligados con salsa. Sin embargo, fueron los franceses quienes perfeccionaron estos platillos, enlistándolos dentro de sus creaciones culinarias.

Otra aportación de los italianos fue la disminución del uso de especias en la cocina, lo que hizo resaltar mejor el sabor de los alimentos. También empleaban algunas frutas al principio de la comida como preparación al paladar, tal es el caso del melón que todavía en nuestros días suele abrir un menú.

Asimismo, introdujeron preparaciones dulces a Francia: el “pan d'épices” es el pan de Pise; la “*crema frangipane*” fue inventada por el marqués romano de Frangipane. Aportaron licores y aguardientes como el “vespetro” (aguardiente con semillas de cilantro, anís, hinojo y azúcar), la “ratafia” (infusiones de flores y frutas en alcohol), el “marraschino” (hecho con una diminuta cereza ácida), el “rosoli” o “rosolí” (hecho con flores llamadas *ros solis*) y el “populo” (aguardiente, azúcar, canela, almizcle y esencia de anís).

Mención aparte merece el helado, ese delicioso postre conocido mundialmente y usado en todo tipo de ocasiones. Sabemos que los chinos fueron los primeros que prepararon un plato dulce con nieve y lo transmitieron a los hindúes, los persas y los árabes. Los chinos endulzaban la nieve con miel, y los árabes le ponían frutas, sobre todo pasas. Los turcos le añadían agua de rosas y violetas, así como varias clases de especias. Los griegos y romanos usaban la nieve para refrescar bebidas. También al emperador Moctezuma en la gran Tenochtitlán le llevaban nieve de los volcanes.

Pero fue un siciliano, Francesco Procopio, a quien se considera el inventor del helado. Transmitió su secreto a su hijo y éste al suyo y el nieto de Francesco lo divulgó en 1660 con gran éxito en París.

Sin embargo, el helado de Procopio distaba mucho del actual. Artistas de la cocina y físicos estudiosos de la refrigeración consiguieron avances hasta llegar al helado actual, cremoso y suave.

Entre ellos destaca Réaumur, físico y zoólogo que publicó en 1734 un trabajo en el que decía que el hielo que se destina a ser servido en la mesa no puede tener la dureza del hielo en su forma natural, sino que lo deseamos tierno como la nieve. Esta suavidad se logró todavía algunos después; el primer paso fue la invención de la espátula móvil en los recipientes de congelación.



José Gilliers, destilador del rey de Polonia, dio a conocer en su obra 25 combinaciones diferentes de nieve y explica cómo hacer las distintas formas, como se hiela después en la heladora y como se le da color. Por eso se le considera el precursor de la *bombe glacéé*, ampliamente servida en los banquetes de categoría de fines del siglo XVIII.

Un italiano de nombre Tortoni popularizó la *cassata* en París, después de la Revolución Francesa. Tortoni producía tartas napolitanas heladas hechas en moldes, que tuvieron mucho éxito; gustaba mucho su helado de vainilla y de pasta fina de chocolate.

La invención de las máquinas frigoríficas a base de amoníaco, exhibidas por primera vez en París en 1867, significó un gran avance en la producción de hielo artificial. Los progresos científicos, técnicos y culinarios han dado pie a la creación de un sinnúmero de helados de las más diversas formas, sabores y combinaciones, y se ha extendido por todo el mundo.

Otro alimento muy apreciado entre los italianos fueron los *macaroni*. Aunque la pasta también fue inventada por los chinos en la antigüedad, los italianos la prepararon tal como se conoce en la actualidad. Parece ser, según viejas crónicas, que el inventor de los macarrones fue un alquimista llamado Cicha, durante el reinado de Federico de Suabia en Nápoles y Palermo. Sin embargo, una mujer llamada Jovanella de Cancio fue la que lo explotó y llevó a la fama, comenzando por el rey y sus cortesanos y siguiendo después por Nápoles y toda Italia. Hay quien dice que Catalina de Médicis los dio a conocer en Francia, pero de momento no tuvieron mucho éxito en este país.

Desgraciadamente esa civilización tan brillante y refinada iba acompañada de una profunda inmoralidad. Al igual que en la antigua Roma, la búsqueda desmedida del placer destruyó muchos valores, y en la corte italiana se veía el lujo y la elegancia junto con la falta de escrúpulos, la crueldad, la violencia y el desprecio hacia el prójimo, al grado de cometer terribles crímenes.

## **Literatura gastronómica**

El primer libro editado sobre temas culinarios es el comúnmente conocido como Platina, ya que fue escrito por Platino di Cremona, bibliotecario del Papa, que vivió de 1421 a 1481. Se titula *De la voluptuosidad honesta y del bienestar*. Su primera edición con fecha data de 1475, en vida del autor.

Está dividido en diez libros, lo que sugiere la posibilidad de que el autor se inspira en el libro de Apicio, a quien menciona en su obra.

No es un libro de cocina propiamente, ya que es más teórico que práctico. Trata diversos temas como la vivienda, el juego, el sueño, y en su capítulo del cocinero se refiere a distintos alimentos y preparaciones: el pan, la sal, verduras, pescados, frutas, sopas, salsas, asados, tartas.

Este libro sirvió de base para otros, como la traducción francesa del mismo que hizo el prior de Saint Maurice, ampliándola hasta hacer un libro de cocina completo y que fue publicado en 1505. En 1516 fue traducido del latín al italiano.

El primer libro impreso en lengua italiana —en 1516— es el *Epulario*, escrito por Giovanni Rosselli. Consta de 94 páginas en las que menciona lo esencial que debe conocer todo buen cocinero. Tuvo muy pocos ejemplares aunque contó con varias ediciones.



En 1570 se editó un libro que fue muy famoso: la Ópera de Bartolomeo Scappi, cocinero del Papa Pío V. Este libro magnífico con excelentes ilustraciones trata de todas las ramas del arte culinario en forma detallada. Muestra los instrumentos de cocina que se empleaban entonces y como apéndice tiene un libro sobre el arte de trinchar y la urbanidad en la mesa. Sobre este tema también el italiano Vincenzo Cervo escribió el libro *Il Trinciante*, que aparece en 1581 con un éxito rotundo.

Estos libros, además de otros de menor importancia, dan cuenta de la difusión que tenía ya la gastronomía en esos tiempos. La influencia de la cocina italiana renacentista en Francia fue muy importante y dio entrada al desarrollo del arte culinario que más adelante alcanzó un nivel muy alto, con sus grandes chefs y autores gastronómicos.

## FRANCIA

El primer monarca francés que luchó por implantar el humanismo fue Francisco I, quien fundó el Colegio de Francia, donde se enseñó latín y griego y se estudió a los clásicos. De esta forma logró que en la Sorbona triunfara finalmente el humanismo sobre la escolástica. En materia gastronómica, los estudios de Salvador Novo presentan a este monarca como el primer rey europeo que comió el guajolote procedente de México; además, inventó 60 modos de comer huevo, nueve ragouts, 31 salsas y 21 potajes, y en su reinado se inventaron las famosas bisques, que son sopas que figuran en la cocina clásica francesa.

El matrimonio de su sucesor Enrique II con Catalina de Médicis –como ya se anotó- fue otro impulso para fomentar en Francia las artes y el placer de la mesa, con las buenas maneras. Sin embargo, aún faltaban muchas cosas por pulir, como lo indica un reglamento de 1642, que recomienda a los cadetes jóvenes que van a comer a casa de un archiduque lo siguiente: “presentar saludos a su Alteza con traje limpio y no llegar medio borrachos; no beber después de cada bocado, pues así es muy fácil embriagarse demasiado pronto; no tirar los huesos debajo de la mesa; no sorber el vino de los vasos demasiado bestialmente, hasta el punto de caerse de su asiento”, entre otras recomendaciones.

Enrique III, hijo de Catalina de Médicis, quiso implantar el uso del tenedor y mejorar el refinamiento en la corte francesa, pero los gustos y la conducta amanerada del monarca no permitieron que esto se lograra. Después del mal gobierno de los hijos de Catalina, Enrique IV logró restablecer nuevamente al país, pero es asesinado por un fanático en 1620.

Con la subida al trono de su hijo, Luis XIII, se inicia el auge de la gastronomía en Francia, debido en gran parte al gusto de los monarcas por la preparación de buenos platillos y el placer de disfrutarlos en sus comidas; esto atrajo también a personas y cortesanos, quienes hicieron grandes aportaciones en materia culinaria.

### LUIS XIII (1610-1643)

Este monarca francés, como se ha mencionado, era de buen apetito y tenía afición por la cocina. Se dice que era experto en preparar huevos. Se casó con Ana de Austria, hija de Felipe II, quien también gustaba de comer bien; dicen que almorzaba en su habitación –sentada a la mesa- caldo, chuletas. Salchichas y pan.



Los matrimonios realizados entre los monarcas europeos con reinas de otras nacionalidades favorecieron el intercambio de culturas y costumbres, entre ellas, la gastronomía. En el caso de Luis XIII y Luis XIV, casados con españolas, hubo influencia de la cocina hispánica en la comida francesa. La reina Ana introdujo en la corte de Francia el chocolate llevado de América y con esa afición continuó más adelante María Teresa.

El chocolate había sido importado a España en el siglo XVII y se hizo muy popular, sobre todo entre las mujeres y los frailes. Estos últimos lo regalaban a los frailes de otros países; los embajadores españoles también contribuían a su expansión al llevarlo a sus lugares de residencia.

El célebre autor de la Fisiología del Gusto, Brillat Savarin, menciona cómo al comienzo de la Regencia el chocolate era más popular que el café, ya que se consideraba un alimento agradable, mientras que el café era tan solo una bebida de lujo. También menciona como Madame d' Arestel, superiora del Convento de la Visitación en Belley, le ofreció una receta para hacer un delicioso chocolate.

Según el inglés Thomas Gage, el nombre del “alimento de los dioses” –como suele llamársele– proviene de “choco-choco”, ruido que hace el chocolate al introducirse en el agua y “atle”, término que designa al molino. Pero el nombre parece provenir más bien del náhuatl *xocoatl*, que quiere decir “agua agria”, ya que se bebía frío y sin azúcar.

Un oficial de María Teresa, de nombre Chaillon, obtuvo el privilegio real de abrir una chocolatería y un cocinero del mariscal DuPlessis, llamado Pralin, empezó a cubrir piezas dulces con chocolate; obtuvo tal éxito, que en 1776 Luis XVI autorizó que se estableciera la confitería llamada Chocolaterie Royale (Chocolate real). Finalmente, no sin fuertes resistencias en algunos lugares, el chocolate triunfó en Europa, sobre todo en España, Francia e Italia. Más adelante, en el siglo XIX – 1828 el holandés Van Heuten inventó la pulverización del chocolate (o sea la cocoa) y en 1853 don Manuel Gutiérrez de Rozas llevaba a México la primera máquina para elaborarlo.

## Luis XIV (1643-1715)

Este personaje tenía solo cinco años cuando murió su padre, por lo que la reina madre gobernó hasta 1661, año en que Luis XIV subió al poder. Fue esta una época muy importante para la literatura en Francia, que se extendió por todo el mundo e hizo de la lengua francesa la lengua de la cultura universal. Genios como Corneille, Descartes, Pascal y un poco después Molière, Boileau, Racine, La Fontaine y Bossuet han sido leídos y apreciados en todas partes.

El rey Luis XIV se vio obligado a acabar con los desordenes en su país y trató de implantar el orden con base en su autoridad. Él estaba convencido de que esta venía directamente de Dios a quien él representaba, por lo que se hizo llamar “el Rey Sol” y organizó todo un culto alrededor de su persona, haciendo de sus actividades ordinarias una ceremonia pública minuciosamente reglamentada.

Fue el gran siglo de la monarquía francesa que llegó al apogeo de su poder y esplendor. Mandó construir un palacio en Versalles y la corte adquirió gran importancia. Los jefes de los servicios pertenecían a la más alta nobleza; el rey gustaba tenerlos cerca y todos ansiaban tener el honor de servirle.



Heredo de su padre el buen apetito y el interés por el arte culinario. Se dice que el rey comía –en una sola comida- cuatro sopas distintas, un jamón entero, una perdiz asada, ensalada, gigot de cordero y varios platos dulces.

En esa época todavía no se usaban los comedores. Los burgueses, al igual que la gente sencilla, solían comer en la cocina. En el palacio comían en sus habitaciones y solo cuando había fiesta se colocaban mesas en el salón, para que ahí comieran los invitados.

El rey y su madre comían con los dedos, a pesar de la elegancia de la mesa, con frecuencia adornada con bellos manteles de Damasco, según marca la moda de ese tiempo en diferentes países europeos, como Francia, Inglaterra y Bélgica. Después de muchos años, se solía usar un pequeño tenedor. Los platos individuales empezaron a usarse asiduamente hasta el final de su reinado.

Aconsejado por su médico de cabecera, que era borgoñés, Luis XIV acostumbraba beber vino de Borgoña, que fue el preferido en la corte; en su vejez puso de moda la costumbre de tomar licores al final de las comidas: estos empezaron como infusiones de hierbas medicinales que se usaban como digestivos y posteriormente se suplieron con los licores preparados con formulas especiales en las abadías.

Los artesanos, al ver la afición del rey por la comida, empezaron a inventar, junto con los cocineros, variados platillos que dieron gran auge a la gastronomía en Francia. Ya para 1651, La Varenne, en su libro *Le Cuisinier François*, ubica a la cocina francesa como diferente de la cocina italiana del Renacimiento, considerándola más original. François Pierre De La Varenne fue importante en la gastronomía, porque introdujo métodos nuevos que mejorarían más tarde con Côté y cristalizarían con Escoffier. La Varenne inventó la famosa duxelles en honor del marqués de Uxelles (d'Uxelles) a quien sirvió muchos años.

Entre los condes, príncipes y marqueses, así como los nobles en general, se encuentran curiosas anécdotas relacionadas con el arte culinario. Una de ellas es la que sucedió en 1671 teniendo como protagonista a Vatel, contralor general del príncipe de Condé, en su magnífico castillo en Chantilly. Celosamente entregado a su trabajo, Vatel organizaba en su totalidad los eventos que tenía el príncipe: se encargaba de todas las compras, la preparación de alimentos y bebidas, montaje de mesas, arreglo de habitaciones para los huéspedes y decoración de jardines. El príncipe invitó al rey a hospedarse en Chantilly, por lo que Vatel trabajó arduamente esmerándose para que la estadía del monarca y sus numerosos acompañantes fuera todo un éxito.

A pesar de sus muchas previsiones, Vatel notó que en la comida del primer día había faltado asado en una mesa y comunicó a su señor su aflicción. Este le respondió animándole y diciéndole que todo estaba maravillosamente bien y el asado exquisito. El día siguiente que, era viernes, Vatel había encargado con anticipación a París y a los puertos, pescado suficiente y de gran calidad, ya que quería lucirse con este platillo para la vigilia; preocupado por la demora y cansado por días y noches de intenso trabajo, pensó que un par de cestos de pescado que traía un chiquillo era todo lo que habían podido conseguir. Despertó a su ayudante comunicándole su angustia y expresando que era algo que no podía soportar, pues su nombre quedaría deshonrado para siempre. Cuando llegó todo el pescado fueron a buscarlo a su dormitorio y lo encontraron muerto: se había suicidado con su espada. Fue un gran contratiempo para el príncipe, quien lo comunicó al rey; sin embargo, la fiesta





continuó. Su ayudante, el administrador Gourvalle, se hizo cargo de la situación y el pescado se sirvió a tiempo y con la calidad esperada.

Otra anécdota que data de esta época, y que narra la marquesa de Parabere en su libro *Historia de la Gastronomía*, es la de Claude Geleé, inventor de la masa hojaldrada tal y como se la conoce en la actualidad. De familia muy pobre, Claude entro a trabajar como aprendiz de pastelero, aunque su verdadera afición era la pintura. En una ocasión quiso hacer un bollo especial para su padre que estaba enfermo. Metió un pedazo de mantequilla en la masa y resulto que después de horneado el pan quedo crujiente y voluminoso. A su padre le pareció muy bueno e intento hacer otro. En diversos ensayos doblo la masa varias veces, la aplano y le quito la levadura y la plego alternadamente, hasta que logro el perfeccionamiento de su masa.

Después de morir su patrón, Gelée trabajo en una pastelería en Nancy, donde su jefe no considero de valor su descubrimiento. Invitado por otros se traslado a un negocio en Florencia. El negocio pastelero creció mucho gracias a la fama que adquirió su pasta, pero una vez que los dueños descubrieron el secreto de su elaboración se propusieron hacerlo a un lado, tratando de matarlo. Claude se salvo milagrosamente y fue atendido por un buen hombre, pintor de oficio. Así que una vez recuperado, se olvido de la repostería, dedicándose a la pintura hasta su muerte, con el sobrenombre de Le Lorrain. Antes de morir descubrió que sus enemigos habían muerto en un incendio, dentro de su pastelería. A pesar de la anécdota, muchos consideran que la masa hojaldrada es mucho más antigua y atribuyen el invento a los bizantinos.

María Teresa de Austria, hija de Felipe III, se caso con Luis XIV ya cumplidos los 20 años, por lo que sus gustos en materia alimenticia eran españoles. Fue en esta boda cuando por primera vez se probó en Francia la salsa española. Cuentan que solo comían los guisos que le preparaba una mujer que llevo consigo a Francia y que no se adapto a la cocina francesa. Esto contribuyo a que se conociera la cocina española en ese país, aunque no parece ser que la cocinera de María Teresa fuera experta en su oficio.

Luis XV (1723-1774)

Cuando murió Luis XIV su heredero Luis XV contaba apenas cinco años, por lo que de 1715 a 1723 gobernó la Regencia el duque Felipe de Orleáns. En este periodo, el lujo gastronómico fue de gran esplendor: se usaba batería de cocina de plata, se instituyeron las meriendas y se empleó el jugo de carnes para la elaboración de salsas. Desgraciadamente esta época también se caracterizó por sus costumbres licenciosas y sus especulaciones financieras, que dejaron al país en pésima situación económica.

El bisnieto de Luis XIV era muy querido por su pueblo cuando subió al poder; sin embargo, sus súbditos tuvieron que desengañarse pronto, pues se dieron cuenta de que era muy egoísta y que solo buscaba su propio bienestar, descuidando el gobierno aun a sabiendas de la gravedad de la situación en que se encontraba el país. Se despilfarró en exceso y la corte dilapido el dinero de la nación.

Todos estos errores, aunados a las ideas de los filósofos y enciclopedistas franceses que hubo en esta época como Voltaire, Rousseau, Diderot y Montesquieu que atacaban el despotismo y la



intolerancia, fueron concientizado al pueblo de sus derechos y de su fuerza; algunos de ellos, más cultos, veían venir la revolución.

En Francia seguía habiendo mentes brillantes de artistas e intelectuales, por lo que las relaciones sociales en las altas esferas tuvieron gran esplendor: se atendía magníficamente a los invitados con una excelente comida y sus conversaciones eran agradables e ingeniosas. El siglo XVIII en Francia realizó el ideal de la vida mundana; por eso decía Talleyrand: “Quien no vivió antes de 1789, no conoce las dulzuras del vivir”.

Durante el reinado de Luis XV llegaron nuevos alimentos al país: la piña de América, la fresa llevada de Chile por Frezier y además se aclimató la pimienta en la región de la Isla de Francia. La esposa de Luis XV fue María Leczinska, también amante de la buena comida. Se dice que cuando cenaba en Meudon se le servían 29 platos distintos, entre ellos ocho sopas. En su honor aparecieron los platillos llamados “a la reina”, como las famosas pechugas preparadas en una *velouté* de ave.

Un personaje importante en la gastronomía francesa del siglo XVIII fue el duque de Richelieu, considerado como uno de los grandes gastrónomos; él logró introducir en la corte los vinos de Burdeos, cuando convenció a Luis XV de que probara el Château Laffite; el rey lo bebió por el gran prestigio que Richelieu tenía como gastrónomo y cuentan que lo declaró “pasable”, quedando aceptado por toda la corte. También se atribuye a este personaje la invención de la salsa mayonesa, como recuerdo de la conquista de Mahon, en Menorca; la llamo salsa *mahonaise*, derivando más tarde el nombre a *mayonaise*. Hay también una guarnición, un pescado y un postre “a la Richelieu”. La guarnición es para piezas grandes de caza, a base de tomates, pimientos rellenos y papas *risolé* (abrillantadas con mantequilla). El pescado consiste en filetes de lenguado en vino de Marsala con ostras y champiñones. Y el postre es un pastel de almendras al marrasquino.

Otros platillos famosos de la época fueron:

- “a la princesa”: se usaban puntas de espárragos como guarnición;
- “a la Villeroi” (nombre de un mariscal): carne empanada con una *velouté* espesa con champiñones y pasada por huevo y pan;
- “a la Pompadour” (marquesa favorita de Luis XV, que durante unos 20 años fue la verdadera soberana de Francia): son ostras salteadas en mantequilla de anchoas con trufas y servidas en sus conchas;
- “a la Mirepoix” (duque): guarnición a base de verduras: zanahoria, apio, poro, cebolla y algunas veces con jamón;
- “a la Dubarry”: preparación a base de coliflor (sopa, budín, etc.) y también perdiz al Chartreuse;
- “bechamel” (financiero, maître de Luis XIV): un cocinero de la corte le puso su nombre a la célebre salsa blanca;
- “a la financiera”: salsa oscura con *foie-gras*, trufas y vino Madeira.

Luis XVI (1774-1793)

Subió al trono en 1774 y a pesar de la grave situación fue apoyado por su pueblo que aun creía en la monarquía y lo consideraba bueno y honrado. Luis XVI era de muy buenas intenciones y deseaba



ayudar a sus súbditos, pero no era muy inteligente y en cambio débil de carácter, lo que causaría su ruina.

Su esposa austríaca, María Antonieta, no logro adaptarse a la vida de la corte francesa. Como ya se mencionó, las comidas en el palacio de Versalles eran públicas, por lo que cualquiera que fuera decentemente vestido podía ir a ver comer a la familia real. María Antonieta, no acostumbrada, prefería comer en privado con su familia, pero esto era mal visto y causaba severas críticas; a diferencia del rey, comía muy poco y a disgusto.

Los reyes comían en un aposento, los príncipes en otros; las damas de la corte en un cuarto diferente y lo mismo sucedía con los delfines, pero todas estas comidas podían ser presenciadas por quienes quisieran.

Se llamaba “cocina de boca” a la cocina del rey; “cocina de estado” a la de los cortesanos; también se llamaba “la viande” del rey a la comida preparada para él, que era muy abundante. Además de las grandes cantidades de comida que se preparaban, estaban los servicios de previsión, llamados “en cas” (por si acaso). Únicamente para la reina este servicio constaba de una jarra de consomé, un pollo asado, una botella de vino, otra de horchata de almendras, otra de limonada, pasteles y golosinas; todo esto por si en la noche tenía apetito.

Para el servicio de la mesa de las damas se empleaban únicamente mujeres, incluso cuando la reina comía con el rey el servicio directo a ella estaba a cargo de personal femenino. La dama de honor se arrodillaba en un taburete pegado a la mesa, con una servilleta doblada al brazo y servía las bebidas. Cuatro camareras de la reina eran las encargadas de poner y quitar los platos.

La intervención del rey Luis XVI en la aceptación de la papa en Francia fue decisiva. Este alimento americano ya era consumido por los españoles desde 1534. En Inglaterra fue introducido por Sir Walter Raleigh, pero no se aclimató bien sino tiempo después en Irlanda y Escocia, donde hasta la fecha goza de gran popularidad.

En Francia en cambio, el pueblo opinaba que la papa causaba úlceras, provocaba lepra y esterilizaba a las mujeres, por lo que se negaban a comerla. Un filósofo francés llamado Antoine Auguste Parmentier se dio cuenta de que este alimento podría salvar del hambre a su país, así que ofreció un banquete al rey y la corte en el que –sin saberlo los invitados- se les dio a comer únicamente papas preparadas en formas variadas: cocidas, horneadas, fritas, en puré... Al rey le gustaron tanto, que las nombró “legumbres reales” y el consumo de las papas se fue extendiendo a las cortes de otros países.

Sin embargo, el pueblo seguía negándose a comer papas. Entonces Parmentier y el rey se propusieron un plan para lograr que la gente la aceptara. Se mandó sembrar un campo de papas en las afueras de Paris, bien custodiado por guardias. Todos se asombraban a ver que sería ese producto tan valioso que requería tanta seguridad. Los soldados, aleccionados, explicaban al pueblo curioso cómo se sembraba y preparaba. Después de un tiempo, cuando ya estaban listas, se retiró la guardia y el plan dio resultado: la gente entró a robar las papas y su cultivo se extendió. Desde entonces, todo platillo llamado “a la Parmentier” lleva papas.



En Alemania, el tubérculo fue introducido por Federico el Grande y tuvo tal aceptación, que jugó un papel importante en la guerra de sucesión bávara (1778-1779) donde hubo problemas por ver quien controlaba la cosecha de papa local.

Los rusos también la consumieron, ya que se cultivo muy bien en sus frías estepas. También se llevaron a Holanda, donde en la actualidad su cultivo está muy extendido.

En el siglo XVIII se pusieron de moda en Francia las cenas tardías llamadas “petites soupers”, que eran abundantes, pero de pocos comensales; podríamos llamarlas también “cenas íntimas”. Los anfitriones se esmeraban en ellas y seguían inventando platillos en honor de sus invitados. Anfitriones importantes de entonces fueron Richelieu, el duque de Vendome y el marqués de Sileny. Fue también en esta época cuando se inventó el paté de folie-gras y se implantó el Champagne para acompañar los postres, en lugar del acostumbrado moscatel de Alicante y de Málaga.

El foie-gras, como puede verse en el primer capítulo de este libro, fue conocido desde tiempos muy antiguos: ya los egipcios engordaban a los gansos para acrecentar su hígado. Sin embargo, después de la invasión bárbara no vuelve a encontrarse sino hasta el siglo XVIII en Alsacia. En esta ciudad, un señor Close, que era cocinero del mariscal duque de Contades, gran gastrónomo que fue nombrado en 1780 gobernador de Alsacia, inventó para su señor una forma de preparar el hígado de ganso. Una vez elaborado, lo cubrió con una salsa fina de ternera y cerdo, lo envolvió todo en una pasta y lo cocinó en el horno. El secreto fue guardado para el mariscal.

Más adelante, otro cocinero del gobernador –Oyen, que era bordelés- añadió la trufa al hígado alsaciano, quedando así el platillo delicado y típico de la gastronomía francesa. En 1788 el mariscal fue relevado de su cargo y Close trabajó por su cuenta, dando a conocer sus patés en París y luego en otros lugares.

Sin embargo, La crítica situación financiera provocada por el derroche en la corte, que terminó con el tesoro nacional, aunada a la mayor difusión de los enciclopedistas y filósofos, terminó por romper las antiguas estructuras, en las que el rey, soberano absoluto, podía disponer de los bienes y hasta de la vidas de sus súbditos; la gente ya no aceptaba las desigualdades.

En 1788 el Parlamento pidió que se convocaran los Estados Generales y el rey no tuvo más remedio que aceptar, pues contaba con el apoyo de todas las provincias; los Estados Generales se convocarían en mayo de 1789. El 14 de julio del mismo año fue la célebre toma de la prisión de La Bastilla, fecha que se considera el inicio de la revolución, El 12 de agosto de 1790, Luis XVI y su familia fueron encarcelados en la Torre de Temple.

Llama la atención el servicio que en materia de alimentos se daba al rey en la prisión, a pesar de la gravedad de la situación. El personal de servicio constaba de un jefe cocinero –Gagnié, quien era cocinero en Versalles- tres segundos jefes, un ayudante, un pastelero, un platero, un officier d’office (para preparación de aperitivos, café, etc.), un fregón y tres mozos de comedor, encargados de servir la mesa.

Se le servía en el desayuno café, chocolate, una jarra de leche caliente, otra con leche fría y otra con crema; una botella de jarabe, otra de agua de cebada, otra de limonada; tres bloques de mantequilla,



un frutero con fruta variada; seis bollos, tres panes blancos y azúcar molida o en trozos. Eran cinco las personas prisioneras y los vigilantes decían que comían poco.

La comida se servía en el salón del segundo piso, a las dos de la tarde; la mesa se cubría con un fino mantel y se colocaban cubiertos de palta. Se servían tres sopas distintas, seis fuentes con diversos manjares, seis asados distintos y cuatro o cinco postres de cocina: uno al horno, tres compotas, tres cestillos de fruta y tres piezas de pan con mantequilla.

El rey era el único que tomaba vino y muy moderadamente, los demás bebían agua, y para la reina la traían de Versalles, ya que era la única que le gustaba. El vino para el rey era de Champagne, Burdeos, Malvasía y Madeira, como patés de ave, carne o foie-gras y brioches; él mismo se encargaba de trinchar las carnes.

Luis XVI fue guillotinado el 21 de enero de 1793 y a partir de entonces la reina ya no recibió el mismo trato en el servicio, aunque tuvo el mismo género de muerte.

## LITERATURA GASTRONOMICA.

El primer libro francés de cocina fue *Le Viandier*, de Guillaume Tirel, más bien conocido como Taillevent. Parece ser que fue impreso por primera vez hacia 1490 y contó con varias ediciones en el siglo XVI.

En la edad moderna se escribieron en Francia –como ya se mencionó- los libros de Francois Pierre De La Varenne. Su primera obra fue el *Cuisinier Francois*, muy popular, que contó con varias ediciones, siendo la más buscada la de 1656, impresa en La Haya por Adriane Vlacq. En 1658 publicó el *Patissier Francois*, un libro pequeño que no destaca mucho por su contenido, pero que se convirtió en pieza de colección de los famosos impresores Elzevier de Amsterdam, alcanzando así un precio estratosférico; probablemente es éste el libro de cocina más caro del mundo.

## ESPAÑA

España es un país que tuvo gran importancia durante el Renacimiento, ya que el siglo XVI se convirtió en una nación poderosa. Carlos V, quien fuera Carlos I de España, se convirtió en emperador del más vasto imperio jamás conocido. De sus abuelos paternos heredó los Países Bajos, Artois, Flandes y el Franco Condado, además del archiducado de Austria y las posesiones de la casa de Habsburgo. De sus abuelos maternos heredó los reinos de Aragón, Sicilia y Nápoles y Cerdeña, el reino de Castilla y las presiones de América, donde Cortés y Pizarro le conquistaban reinos. Más adelante heredó también Alemania. Se decía que el sol no se ponía jamás en sus dominios.

Sin embargo, aunque el emperador Carlos V fue muy buen político y desplegó una sorprendente actividad, este gran imperio –donde no se tenía la misma reza, lengua y costumbres- no pudo sostenerse ante las continuas guerras con Francia –su principal enemigo- y en las que intervinieron otros países europeos. A pesar de haber sufrido importantes derrotas, Francia, nación mucho más pequeña, pero donde había mucha unión y los súbditos obedecían a su rey, logró restablecerse rápidamente, a diferencia de España. Finalmente, Carlos V abdicó y se retiró al Monasterio de San Jerónimo, dividiendo su reino entre su hijo Felipe II y su hermano, el rey Fernando de Bohemia y Hungría. Aun dividido, el reino español de Felipe II siguió siendo muy poderoso.





La cocina española, que había tenido la influencia árabe en la Edad Media, fue la primera en conocer la mayoría de los alimentos procedentes del Nuevo Mundo. Que luego llegaron al resto de Europa.

El chile se menciona en tratados botánicos en el siglo XVII, pero con el nombre de “pimientos”, ya que cuando Colón los probó pensó que se traba de una variedad de pimienta, por su sabor picante; sin embargo en España sólo se consumían los más dulces, que al secarse se conocen como el pimentón, muy empleado en la cocina española y Hungría, donde tiene el nombre de “paprika”. Parece ser que el chile se extendió más rápidamente en Asia y África, donde prefieren los más picantes.

El tomate ya se empleaba en la elaboración de salsas desde el siglo XVI, aunque en el resto de Europa sólo fue usado como planta de ornamento, hasta el siglo XVIII. La papa se consumía en España desde 1534 y como ya se mencionó, el chocolate era apreciado por los españoles desde este siglo.

En los siglos XVI y XVII la cocina española se vio influida por otras cocinas europeas dada la constante comunicación entre los países del continente por razones políticas, comerciales o de guerra. La comida era abundante en platillos y muy especiada, con un uso excesivo de azúcar y canela por la influencia de los árabes en este país. De esta manera, la cocina de la corte se fue haciendo más cosmopolita debido también a la influencia de las reinas extranjeras.

Parece ser que en el siglo XVII en España se hacían cinco comidas diarias, que eran: desayuno, almuerzo, merienda, cena y zahena o segunda cena.

La cocina española no era muy apreciada entre los franceses porque además de muy especiada, se usaba para guisar la manteca y el aceite, a diferencia de la mantequilla que se acostumbraba en la cocina francesa. Este puede verse en las memorias del mariscal duque de Grammony en 1659:

Asistí a la misa del rey. Luego nos trasladamos al palacio del almirante de Castilla, que nos obsequió con un festín suntuoso y magnífico, al estilo español, del que ninguno pudimos comer.

Y nos muestra también enseguida, la gran admiración que despertaba entre los europeos las piezas de metales preciosos que obtenían de sus colonias americanas:

Conté más de setecientas fuentes y bandejas de plata de ley, todas ostentando el escudo del almirante, señal de que la vajilla era de su propiedad: pero como todo el contenido estaba lleno de azafrán y de dorado, ninguno pudo catarlo, y eso que el banquete duró más de cuatro horas.

Sin embargo, hay autores que reconocen la influencia positiva de la cocina española en la francesa, como Turpin, quien mencionó que Francia debe a España no sólo las ollas podridas, convertidas en pot au feu, sino otros excelentes platos de la cocina francesa, como las “Anguilas a la Real” y las “perdices a la Medina Coeli”, que aparecieron en Francia con el séquito de la reina Ana de Austria.

Una figura importante de la cocina española del siglo XVII es Francisco Martínez Montañón, cocinero mayor del rey Felipe III, Aunque no se sabe casi nada de su vida, se conoce por sus obras que era un hombre instruido, amante de su profesión, y nos ayuda a conocer como era la cocina de la corte española en este época.



Así, por su obra *El Arte de Cocina*, escrita en 1611, podemos notar que se servían abundantes “viandas” o servicios con alimentos parecidos o incluso repetidos en cada una. Por ejemplo, en una misma vianda o tanda de platillos había palominos, pichones, capones y tórtolas. Abundaban las empanadas y gigots o picadillos y en cambio se menciona poco el pescado y los huevos. Se encuentra un uso inmoderado de azúcar, canela, limones y vinagre; la mezcla de lo dulce y lo salado da un sabor agrídulce muy propio de la época, que es herencia de la cocina bizantina. Hay pocas salsas y de mala calidad.

Llama la atención que las recetas de Montañón no llevaban pimentón ni chorizo, tan característicos de la cocina española, aunque sí menciona que le gustaban al rey. Tampoco hace alusión al tomate, oriundo de América. Las hortalizas son abundantes; dice que el abastecimiento diario de verduras debía ser de cinco arrobas de repollos, calabazas o habas; 120 berzas, ocho docenas de lechugas, un costalillo de perejil, dos docenas de manojos de hierbabuena, 12 a 16 horcas de cebollas, ocho horcas de ajos y 50 docenas de berenjenas, si éstas van como hortaliza principal.

Es interesante en la obra de Montañón, la importancia que da a la limpieza del área y utensilios de trabajo, así como del personal. Menciona muchos detalles sobre el asunto, como la forma de lavar las mesas o de seleccionar para el trabajo de cocina hombres que se crean guapos para que cuiden con esmero de su limpieza y presentación personal; no toser ni hablar mientras se trabaja, no comer sino en el tiempo destinado específicamente para ello y muchas cosas más.

La información respecto de un banquete nos permite conocer como se realizaba el servicio de alimentos en estas ocasiones. El banquete constaba de tres viandas o servicios de 60 fuentes cada uno. En la mesa, los comensales ocupaban solo un lado, dejando libre el del centro para colocación y servicio de las fuentes. Seis maestresalas se encontraban en la mesa, supervisando el servicio y la colocación de bandejas; seis veedores o camareros supervisaban cada uno a cinco pajes que llevaban los platoes desde la cocina. Hasta que todos los veedores y pajes estaban junto a su maestresala, se ponían los platoes en la mesa; después de presentar de esta forma las tres viandas, se recogía todo y se traían los postres. Al inicio de la comida se ponían perniles asados y otros “principios” que permanecían en la mesa hasta que los postres eran presentados.

Como se ve, la comida era muy abundante, pero predominaba la cantidad sobre la calidad; la comida era sustanciosa y algo pesada.

## LITERATURA GASTRONOMICA.

El primer libro español de cocina de Ruperto de Nola, escrito en Catalán en el siglo XV y editado por primera vez en 1520, *Libre de Doctrina per a ben servir, e tallar i de l'art de coch*, alcanzó gran éxito y tuvo muchas ediciones posteriores.

Don Enrique de Villena escribió también por esas fechas su obra *El arte cisoria*, pero quedó manuscrita hasta 1766 y fue reimpresa hasta 1879 en Barcelona.

Otros libros posteriores fueron el *Libro del arte de cocina* de Diego Grande, Madrid, 1599 y el ya mencionado *El arte de cocina, pastelería, bizcochería y conservarías* de Francisco Martínez Montañón, Madrid, 1611; ambos cuentan con varias reimpresiones.



## INGLATERRA

Este país adquirió gran importancia en los tiempos modernos, sobre todo durante el reinado de Isabel I (1558-1603), hija de rey Enrique VIII y de Ana Bolena.

Desde el punto de vista alimenticio, la corte en esta época gustaba de los grandes pastelones de carne y piezas asadas enormes, que no faltaban en las comidas de la gente acomodada. Se cuenta que el rey Enrique VIII era muy aficionado a ellas y popularizó el célebre “borón del buey” o “sirloin of beef”, llamado así porque en una ocasión en que le presentaron una pieza de la parte trasera del buey (lomo y piernas) asada a la perfección, sacó con júbilo su espada y armado caballero a la pieza, le dijo: “Yo te nombro barón”. Desde entonces se le llama así en los libros de cocina.

Dicen que este monarca comía mucho, gustaba de usar vajillas de plata y sus bandejas eran tan grandes y abundantes que se necesitaba de varios pajes para transportarlas. Además de las grandes piezas de caza, se amontonaban en la misma fuente carnosos trozos de carne como cordero, ternera, lechón, pollos, pichones y liebres.

A pesar de la falta de moderación del rey al comer, introdujo en la corte la costumbre de lavarse las manos con agua perfumada antes y después de las comidas.

Brillat-Savarin mencionaba que la reina Ana era muy golosa y cambiaba impresiones con sus cocineros, por lo que en los tratados de cocina ingleses aparecen muchos guisos llamados “a la manera de la reina Ana”.

Después, durante el reinado de Isabel I se incrementó el lujo en la cocina y las mesas inglesas. En 1575 le regalaron el manuscrito “The form of Cury”, el más venerable documento de la cocina inglesa y en esta época es cuando se escriben recetarios como el de Thomas Watson, *The good Huswives Jewell* (1587) y *The good Huswives treasure* (1588) y la traducción del *Epulario* de Giovanni Rosselli, *The italian banquet*.

En estos recetarios aparecen las típicas recetas de la cocina medieval y del Renacimiento: el agua rosada, los pastelones de caza, los pudding de arroz, salsa de menta, capones de zumo de naranja, manos de cerdo con manzanas y las clásicas recetas de la cocina benedictina inglesa.

Acostumbraban servir ciertos platillos en determinadas épocas del año, por ejemplo, en Cuaresma consumían pescado que habían conservado en salazón durante el invierno; en Pascua, cerdo, cordero o ternera; en verano la comida era más ligera, abundante en hortalizas; en otoño por la fiesta de San Miguel, la reina puso de moda matar y consumir una oca; por San Martín se sacrificaba un buey y su carne era secada y ahumada, conservándose para ser consumida en invierno.

Los más privilegiados gustaban de la pastelería, cremas o confituras como postres y terminaban con frutas frescas o secas. Era muy apreciado el vino francés, sobre todo el de Burdeos, que conseguían a buen precio, llevándolo a Inglaterra en grandes cantidades. En el sur y el oeste del país se producía un vino clarete bastante agradable, sobre todo en el condado de Gloucester; pero los ingleses consideraron que esos viñedos podían convertirse en pastos para corderos y ganado bovino y de esa manera se terminó con la producción de vino en la Gran Bretaña. La cerveza se introdujo más adelante y alcanzó un gran consumo.



Fue una época floreciente para Inglaterra al vencer a la gran armada española; así prospero el comercio, el arte y la economía. La guerra contra los españoles en el mar y la aparición de la piratería aumentaron las riquezas del país. Francis Drake, el pirata más famoso, conquistó para la reina tierras en América y entró al comercio de las especias en Oriente, venciendo a las flotas portuguesas.

Después del reinado de Isabel I, en 1650, se abrió el primer café comercial en Inglaterra, en la ciudad de Oxford. Parece ser que la planta de café es originaria de Rafia, Etiopía, y se cree que el primero que la bebió fue un monje que descubrió su poder estimulante en las cabras que al pastar en los cafetos se caían llenas de vitalidad y energía.

La bebida del café fue introducida en el Reino Unido por el obispo griego ortodoxo de Esmirna, durante su estancia en Oxford. Cuentan que un estudiante quedó admirado con el rito del obispo al preparar el café; cuando lo probó, difundió su consumo para combatir el sueño en el medio estudiantil. En 1699 los ingleses eran los mayores consumidores de café. Luis Moreri escribía que estaba de moda en Europa y que tan sólo en Londres había unos tres mil establecimientos que se dedicaban a vender la bebida con lleno completo a todas horas del día y parte de la noche. Además, los cafés desempeñaron un papel social, pues mientras lo bebían, los clientes charlaban. Más adelante fueron reuniéndose en determinados establecimientos según sus gustos o aficiones comunes; hombre de negocios, clérigos, artistas, intelectuales, etcétera.

En Francia tardó en aceptarse, pues los médicos pensaban que era perjudicial para la salud, pero al ver que ningún daño hacía a los ingleses, terminaron por consumirlo. Parece ser que Luis XIV envió a la Martinica la primera planta que se conoció en América y de ahí se propagó rápidamente por el continente con condiciones muy favorables, de manera que después el Nuevo Mundo abasteció de café a Europa.

El té llegó a Inglaterra a fines del siglo XVI, pero fue hasta el siglo XVIII que aumentó su consumo, cuando los ingleses se establecieron en la India. En este mismo siglo, la duquesa Ana de Bedford inició la costumbre de tomar el té a las cinco de la tarde, acompañado con pastelillos y todo un protocolo, costumbre que hasta la fecha se considera muy inglesa.

El aumento del impuesto al té que los británicos impusieron en las trece colonias en 1773 fue lo que precipitó la Guerra de Independencia. Los pobladores de los Estados Unidos consumieron menos té y se volvieron los mayores consumidores de café.

Otra innovación en materia alimenticia que se dio en Inglaterra en ésta época fue la del aristócrata John Montagne (1718-1795), cuarto conde de Sandwich. Era un gran jugador que no quería alimentarse fuera de la mesa de juego, por lo que pidió le sirvieran un platillo a base de rebanadas de pan untadas con mantequilla y un buen trozo de jamón o carne. Al perfeccionar su invento, tuvo gran éxito entre los otros jugadores que lo imitaron y propagaron, poniéndolo de moda. Los "sándwiches" empezaron a venderse en Londres y después en el mundo entero. Como sabemos, en la actualidad se conocen muchas variedades que se emplean en reuniones menos formales o en cierto tipo de buffet.

Durante el siglo XVIII se dio un fenómeno importante que fue la revolución agrícola. La agricultura en este país casi no había cambiado desde la Edad Media y los terratenientes buscaron la forma de



hacer rendir más sus tierras. Con el apoyo del parlamento empezaron por cerrar sus terrenos para separarlos de los demás; luego estudiaron que productos convenía sembrar y de qué forma. Se sembró la semilla en hileras en la tierra usando un arado tirado por animales; durante todo el año sembraron los forrajes más adecuados para el ganado y se seleccionaron los mejores animales para hacer las cruces, de manera que se aumentara su calidad. Estaba de moda dirigir una finca modelo y los interesados intercambiaban ideas, productos o sistemas; hasta el mismo rey Jorge III montó una finca en Windsor.

Todas esas medidas afectaron a los pequeños propietarios, quienes se vieron obligados a dejar el campo y buscar trabajo en la ciudad, donde podían alimentarse mejor. La industria necesitaba trabajadores y los agricultores que habían aumentado mucho su producción encontraron en las ciudades el mercado para vender sus productos.

Los resultados de los cambios en el campo fueron sorprendentes. Los ingleses, que durante el invierno sólo comían carne con conserva, pudieron alimentarse con carne fresca durante todo el año, en mayor cantidad y de mucha mejor calidad; también contaban con alimentos derivados como la leche, queso mantequilla. Asimismo se producían más y mejores vegetales. Todo esto hizo que la población estuviera mejor alimentada, aumentando considerablemente.

Los adelantos en materia agrícola se difundieron y llegaron también a las colonias inglesas en América, donde más tarde se perfeccionaron de manera asombrosa.





EDAD MODERNA

TABLEA DE CONCEPTOS FUNDAMENTALES

CIVILIZACIÓN	EPOCA	ALIMENTOS MAS USADOS	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIOS	LITERATURA GASTRONÓMICA	APORTACIONES
Mesoamérica	Siglo XV	<p>Los cronistas españoles narran asombrados la gran cantidad de productos alimenticios que encontraban en los mercados de la gran Tenochtitlan, a saber: Gran variedad de aves, tanto de caza como de cría. Piezas de animales de caza, grandes y pequeños: conejos, liebres, venados, tuzas, topos, lirones. Insectos y animales pequeños de agua y tierra. Grandes variedades de pescados, frescos y salados. Hortalizas, entre las que se destacan el maíz, chile, calabaza y tomate. Muchas y variadas frutas; las que más se vendían eran ciruelas y capulines. Semillas y granos, sobre todo muchos tipos de frijol, semilla de amaranto, papita de calabaza, cacao y cacahuate.</p>	<p>El maíz se empleaba para hacer tortillas y tamales de muchas variedades; también para hacer atoles. La aves y carnes se preparaban asadas, cocidas, empanadas o en salsa. Hacían numerosas preparaciones llamadas "cazuelas" con cualquier tipo de carne, ave, pescado o insectos, con salsa de tomate, chiles diversos y semillas de calabaza. Estas salsas recibían el nombre de mullis. Hacían diferentes sopas con hierbas, chile, semillas de amaranto y de calabaza. Como bebidas, usaban el atole en muchas formas: el cacao con miel de diversos tipos; el pulque y bebidas de frutas frescas y fermentadas. Bernal Díaz dice que en la corte del emperador se preparaban "sobre treinta maneras de guisados".</p>	<p>Entre la gente del pueblo la alimentación era muy sobria. Los padres enseñaban a los hijos a comer con corrección: no debía ser con bocados muy grandes ni demasiado aprisa, sino con sosiego; beber con moderación y lavarse bien las manos antes y después de comer, así como la boca y los dientes. Comían sentados sobre petates de palma y con mesas bajas. Los utensilios del comedor eran muy variados, casi siempre de barro cocido o madera. En el palacio, el rey comía con gran lujo. Aunque los platillos que se preparaban eran muchos, comían poco. Las mesas siempre eran cubiertas con manteles de manta blanca que cambiaban en cada servicio. Había gran variedad de platos y vasijas de barro, aunque el rey tenía también copas de oro. El servicio al emperador estaba a cargo de cuatro hermosas doncellas que le presentaban aguamaniles y toallas para las manos. En ocasiones, mientras el rey comía, disfrutaba de cantos y danzas. La bebida de cacao no faltaba en la corte. El</p>		<p>A partir del siglo XV llegaron a Europa los nuevos productos de América, aunque en general, no fueron aceptados rápidamente. Entre los más importantes están el tomate, papa (originaria de Perú) chile, cacao, pavo, gran variedad de frutas, tabaco y chile. El oro y la plata americanos sirvieron para embellecer las mesas europeas, sobre todo en España. A América llegó de Europa el ganado, la caña de azúcar, olivo, algunos cítricos, arroz, trigo. De los productos del viejo continente, el cerdo fue el más apreciado. En México se fue creando una magnífica cocina indígena con la española.</p>



				<p>emperador solía fumar después de comer.</p> <p>Se esmeraban en la preparación de sus banquetes, A veces duraban varios días – según las posibilidades económicas religiosas.</p> <p>En muchas ocasiones consumían hongos que provocaban alucinaciones.</p> <p>Entre sus instrumentos de cocina y servicio, se encontraban: ollas, tinajas, cántaros, cazuelas, comales, jicaras, vajillas, vasos, cucharas y cestos, hechos principalmente de barro cocido, madera y mimbre</p>		
Italia	Siglo XV	Se empezaron a usar mas las frutas en el menú	<p>En esta época, las preparaciones culinarias en Italia eran más refinadas que en otros lugares europeos.</p> <p>La comida no era muy especiada.</p> <p>Consumían frutas al comienzo de la comida.</p> <p>Tenían buenos quesos.</p> <p>Había recetas de cocina que después se perfeccionaron en Francia y fueron platillos famosos: pato con naranjas (origen del pato a l'orange), consomé, pollo al vino (origen del coq au vin), pichones con uvas (origen de las cailles au rein).</p>	<p>EN el siglo XV Italia es el país europeo que destaca por su elegancia. Aquí se inició el Renacimiento, con el florecimiento de las artes y la cultura.</p>	<p>Platina di Cremona escribió De la voluptuosidad honesta y del bienestar cuya primera edición data de 1475.</p>	<p>En el siglo XV, Italia figuran como el país refinado.</p> <p>Los elementos del montaje de la mesa sobresalen de los usados en el resto de Europa; esto se debe en gran parte, a la influencia bizantina.</p> <p>Se prepararon recetas nuevas, que influyeron en la cocina francesa.</p>
Francia	Siglo XV	A finales del siglo XV Carlos VIII invadió Italia y gustó mucho de los quesos italianos y el melón al comienzo del menú, que introdujo en Francia.	La comida no había evolucionado aún y continuaba con las características de finales de la edad Media,		A finales del siglo XV fue impreso el primer libro de cocina francés, escrito por el maestro Taillevent y titulado Le Viandier.	Carlos VIII queda maravillado por la belleza y el refinamiento en Italia, e inicia algunos cambios en Francia.
Italia	Siglo XVI	Llegó el tomate americano, pero fue usado solo con planta de ornato. Se le llamó pomodoro. Ya se tomaba té en Venecia. El maíz americano se empleaba para la	Se siguieron preparando nuevas recetas. Son de ésta época el pan de Pise (origen del pan d'épices), la crema frangipane y una receta muy parecida a lo que luego fue el	Se sabe que en el servicios de la mesa ya se usaba la porcelana; cubiertos finos como los que Catalina de Médicis llevó a Francia y que estaban cincelados por el gran artista Benvenuto	En 1516 se imprimió el Epularic, de Giovanni Rosselli. En 1570 aparece la opera de Bartolomeo Scappi. En 1581 aparece	En Italia se embellecieron y enriquecieron las vajillas, los cubiertos y el cristal que se empleaban en el montaje de la mesa.



		confección de plato "polentas", típico de Italia.	vol-au-vent francés. Francesco Procopio inventó el helado, que más adelante se popularizó en París. Se consumen ya licores y aguardientes como el véspero, la ratafia y el rosolí.	Cellini. También los platos esmaltados por Bernard Palissy y fino cristal de Venecia. Se cuidaban más los modales en la mesa.	el libro de Trincante de Vincenzo Servo.	Fue el primer país europeo donde se empezó a beber el té. Continuaron creciendo recetas que influirían más tarde en la cocina francesa. Francesco Procopio inventó el helado.
Francia	Siglo XVI	Francisco I come el guajolote o pavo procedente de América. Catalina de Medicis introdujo en Francia alimentos italianos, como el aceite de Toscana y las alubias.	La influencia italiana y las tendencias renacentistas de Francisco Iieron origen a la creación de nuevas preparaciones culinarias: muy variadas formas de preparar huevos, ragouts, salsas y patajes. Aparecen las bisques. La reina de origen italiano llevó a sus cocineros a la corte francesa y con ellos, nuevas recetas y preparaciones como helado, macarrones, platos fríos, postres y licores.	Las piezas italianas que llevó Catalina embellecieron las mesas francesas. Los meseros de la reina mejoraron el servicio. La presencia de las damas en la corte francesa ayudó a mejorar las buenas maneras en la mesa.		Gracias a la influencia del rey Francisco I y de Catalina Médicis, que se caso en 1533 con Enrique II y se trasladó a Francia, se empezó a mejorar la gastronomía francesa, tanto en sus preparaciones culinarias como en la mesa.
España	Siglo XVI	Fue el primer país que conoció los alimentos mesoamericanos. Ya se consumía la papa, y el tomate se empleaba para hacer salsas. Los chiles, llamados por Colón "pimientos" –pues creía que eran una variedad de pimienta, por su sabor picante- eran más dulces y no se emplearon pronto en las recetas. El chocolate fue muy apreciado en España. Sobre todo por los clérigos y las mujeres.	Las preparaciones españolas de esta época no fueron muy refinadas. La comida era muy abundante y especiada, con muestras claras de la influencia árabe, como fue la mezcla de lo dulce y salado, con abuso de azúcar, canela y vinagre. La reina Ana de Austria llevó a Francia platillos españoles como las ollas podridas, las perdices de la Medina Coeli y las anguilas a la Real.	Con la palta y el oro procedentes de América se hicieron bellísimas piezas para montar las mesas de la corte y la gente acomodada.	Aparecen los primeros libros de cocina españoles: Ruperto de Nola escribió en el siglo XV su libro Libre de doctrina per a ben servir, de tallar y de l'art de coch, editado en 1520. EN español se conoce como libro de manjares, guisados y potajes. Don Enrique de Villena escribió El Arte cisoria también en el siglo XV, pero éste fue un manuscrito que se hizo hasta 1766. En 1599 apareció el libro del arte de cocina, de Diego Grande.	España fue el país a través del cual se dieron a conocer la mayoría de los alimentos procedentes del Nuevo Mundo.
Inglaterra	Siglo XVI	Aunque en un principio los detestaba, el fraile inglés Thomas Gage	Durante el reinado del rey Enrique VIII y su hija la reina Isabel I, se	Los reyes gustaban de lavarse las manos con agua perfumada antes y después de comer.	Fueron famosos en Inglaterra manuscritos culinarios como	Surgieron las recetas clásicas de la cocina benedictina



		<p>menciona y elogia productos americanos como el chocolate y el aguacate, pero no son aceptados por la población inglesa. A finales de siglo llegó el té, que más adelante sería característico de este país.</p>	<p>consumían grandes pastelones de carne y piezas de carne asadas. El rey dio el nombre de sirloin of beef, al nombrar "barón" a una pieza de carne. Surgen recetas en honor a la reina Ana. Fueron muy característicos de esta época los puddings de arroz, la salsa de menta, capones con jugo de naranja o manos de cerdo con manzanas. Se consumía pescado en salazón en cuaresma y carne seca o ahumada en invierno. Por pascua se consumía cerdo, cordero o ternera y en otoño se preparaban gansos, sobre todo rellenos. En la elaboración de los postres, se empleaban frutas, así como cremas, aguas perfumadas y frutos secos.</p>	<p>En el servicio de la mesa se empleaban grandes y pesadas bandejas de plata y vajillas del mismo metal.</p>	<p>The form of Cury y recetarios como The good Huswives treasure (1588). Tuvo gran éxito la traducción al inglés del Epulario de Rosselli.</p>	<p>inglesa. El rey Enrique VIII y la reina Isabel I dieron impulso al arte culinario en Inglaterra.</p>
Francia	Siglo XVII	<p>Las reinas españolas Ana y Teresa de Austria, casadas con monarcas franceses - Luis XIII y Luis XVI-, llevaron a Francia el chocolate y lo pusieron de moda en la corte. En 1648. Llegó el té a París y en este mismo siglo se conoció el café, que llegó a tener gran éxito en el café de Procopio, durante el reinado de Luis XIV.</p>	<p>El gusto que los monarcas franceses tenían por la comida dio lugar a la creación de muchos nuevos platillos y recetas. Se dice que Luis XIII era experto en la preparación de huevos. Aunque no fue apreciada en un principio, hubo una influencia de la cocina española en la francesa. En la boda de Luis XVI con María Teresa probaron la salsa española.</p>	<p>En 1642, Enrique III, hijo de Catalina de Médicis, elaboró un reglamento con las normas que se debían seguir al comer. También quiso implantar -sin éxito- el uso del tenedor en Francia. Luis XIV mandó construir el castillo de Versalles y creó un estricto protocolo en la corte francesa, aunque aún no existían comedores y comían con los dedos. Apareció el primer establecimiento para tomar café en París. Los vinos de Borgoña se hicieron muy famosos.</p>	<p>Francois Pierre De la Varenne escribió en 1651 Le Cuisinier Francois y en 1658, el Patissier Francois, el cual fue considerado como el primer reformador de la cocina.</p>	<p>Los reyes franceses, a quienes gustaba el arte culinario, dieron un gran impulso a la gastronomía en este país, que empieza a ser la mejor del mundo. Apareció el primer "café" en París, cuyo dueño fue Procopio dei Cotelli.</p>
España	Siglo XVII	<p>En la corte se consumían mucho las aves, carnes y perniles. También hortalizas y frutas. Seguía habiendo un uso inmoderado de grasa, especias, azúcar, canela, limón y</p>	<p>A pesar de no ser muy refinada, la cocina española se fue haciendo más cosmopolita, por la relación que se tenía con otros países europeos. Pero las</p>	<p>En su libro, Martínez Montañón nos permite conocer cómo era el servicio de los banquetes en la corte de Felipe III. Menciona que constaban de tres viandas o servicios de</p>	<p>En 1611 apareció el libro de Francisco Martínez Montañón, que tituló El Arte de Cozina, pastelería, bizcochería y conservería, que</p>	<p>España poseía maravillosas piezas y vajillas de plata y otros metales preciosos, que conseguían en sus colonias de América.</p>



		vinagre.	preparaciones todavía eran poco variadas, aunque abundantes. Se usaba mucho el aceite y manteca, por lo que la comida era más pesada y poco apreciada por los franceses. Una preparación valiosa fue la salsa española.	60 fuentes cada uno; el servicio estaba a cargo de maestresalas, que supervisaban a camareros y éstos a su vez a pajes. La cocina de Montañón dio gran importancia a la limpieza del personal y áreas de cocina. Entre la gente acomodada se hacían cinco comidas diarias. En España había grandes vajillas y piezas de plata y metales preciosos, que llamaban la atención entre los europeos.	más bien se conoce como Arte de Cocina.	
Inglaterra	Siglo XVII	Un francés empezó a vender chocolate en su casa de Londres; pero dicho alimento aún no era aceptado entre los ingleses. A fines de siglo, era el país donde se consumía más café. Los ingleses entran al comercio de las especias en Oriente.		En 1650 apareció el primer establecimiento de venta de café en Oxford.		Apareció la primera cafetería en la ciudad de Oxford.
Francia	Siglo XVIII	Parmentier y Luis XVI lograron introducir la papa en París. Llegaron a Francia frutas originarias de América, como la piña y la fresa. El tomate deja de usarse tan sólo como planta ornamental y empezaron a apreciarlo en la cocina.	En tiempos de Felipe de Orleans se empezaron a usar las salsas oscuras. Las preparaciones culinarias son mucho más variadas y refinadas: aparecieron salsas, guarniciones, cremas, mousses, crepas y postres. Personajes de la nobleza se interesaron por la gastronomía e inventaron y dieron nombre a diversos platillos. Son figuras importantes: Talleyrand, María Leczinska (platillos "a la reina"), el duque de Mirepoix, Mme. Dubarry. También surgieron preparaciones "a la financiera" o "a la princesa". Pralin elaboró piezas de chocolate confitadas con gran éxito y en 1776, Luis XVI autorizó la Chocolaterrie	A fines del reinado de Luis XIV se inició el uso de los platos individuales. Felipe de Orleans usaba batería de cocina de plata e instituyó las meriendas con alimentos más ligeros. En la época de Luis XV tuvieron gran auge las reuniones sociales con excelentes comidas e invitados importantes. En 1765 Boulanger abrió el primer restaurante. Se ponen de moda las "petites soupers", cenas íntimas de pocos invitados, pero de gran distinción. La comida en la corte se dividía en "cocina de boca", la del rey y "cocina de estado", la de los cortesanos. Los reyes comían en diferentes aposentos. Todavía no había comedores. El servicio a la reina era siempre realizado por mujeres.		Indiscutiblemente, Francia tiene el cetro de la gastronomía mundial. En la cocina se realizan numerosas creaciones culinarias: salsas, mousses, crepas, cremas, guarniciones, postres, patés. Los personajes famosos dieron su nombre a diversas preparaciones. El montaje y el servicio esmerado en la mesa dieron lugar a excelentes cenas, donde tanto el anfitrión como los invitados cuidan las buenas maneras y agradable conversación. En 1765,





			<p>Royale. Se inventó el famoso paté de foie-gras, la salsa mayonesa y la bechamel. Fueron más apreciados los vinos de Burdeos y se empezó a usar el champagne para acompañar postres.</p>	<p>La comida era muy abundante y refinada. El servicio esmerado y el montaje de la mesa, muy fino. Se generaliza el uso del tenedor en Europa.</p>		<p>Boulangier abrió el primer restaurante en París. En este siglo se generaliza el uso del tenedor en Europa.</p>
Inglaterra	Siglo XVIII	<p>Aumentó mucho el consumo del té. Se inició la revolución agrícola, con grandes cambios en materia alimentaria. Los cultivos mejoraron notablemente y como consecuencia la población pudo contar con una alimentación más completa y abundante, tanto de productos vegetales como animales y derivados.</p>	<p>John Montagne, conde de Sandwich, inventó la preparación culinaria que lleva este nombre.</p>	<p>La duquesa Ana de Bedford instituyó la costumbre de tomar té a las cinco de la tarde, acompañado con pastelitos y gran protocolo en su servicio.</p>		<p>Surgió en este país la revolución agrícola y con ella, una alimentación más variada y completa para la población, con el aumento consiguiente de la misma. John Montagne inventó el sándwich. Se instituyó la costumbre de tomar té a media tarde.</p>



## CAPITULO 4

### EDAD CONTEMPORÁNEA.

Este capítulo, que abarca de 1789 hasta nuestros días, se abocará a Francia, ya que ha sido el país que ha contado con más cocineros y autores gastronómicos, creadores de la cocina clásica, la cocina moderna y las tendencias de la cocina actual. La evolución que el arte culinario tuvo en éste país dio indiscutiblemente a Francia el cetro de la gastronomía mundial que ocupa hasta nuestros días, aunque en los últimos años se ha producido conocer mejor las características de la gastronomía de otros países.

Después de los acontecimientos de la Bastilla en 1789, siguieron preparándose excelentes comidas en las casas de los nobles, y los cocineros continuaron creando verdaderas obras de arte culinarias. Por otro lado, los cambios acaecidos a consecuencia de la revolución hicieron que también los burgueses y la gente común pudieran apreciar la buena comida gracias a la proliferación de los restaurantes que daban a conocer tanto los latillos clásicos de la cocina de París, como la excelente cocina regional de la provincia. En los famosos restaurantes y hoteles de Francia y de las principales ciudades europeas, los grandes cocineros se dieron vuelo con sus creaciones y se cambió de una cocina más pesada y especiada a una cocina más ligera y natural, de gran calidad.

Personajes importantes figuran al comienzo de esta época, en la que destacan tres autores gastronómicos: Jean-Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826), Balthasar Grimod de la Reyniere (1759-1837) y el gran cocinero Antonin Careme (1783-1833).

#### JEAN-ANTHELME BRILLAT-SAVARIN

Fue el mayor de ocho hermanos y desde pequeño tuvo afición por la cocina, heredada de su madre. Estudió derecho en Dijon y elementos de química y medicina. Desempeñó distintos cargos públicos en su país: en 1800 fue consejero en el Tribunal de Casación, puesto que ocupó hasta su muerte.

Debido a su gran gusto por el arte culinario, frecuentaba los mejores restaurantes de París: Véfour, Véry, Beauvilliers y Tortoni. Recibía con frecuencia a sus amistades en su casa, encargándose él mismo de la preparación de algunos platillos. En sus ratos de ocio se dedicó a escribir la obra que lo hizo famoso: Fisiología del gusto. Este libro salió a la venta sin el nombre del autor dos meses antes de su muerte y tuvo éxito inmediatamente, por lo que se hicieron varias ediciones.

En su obra, Savarin habla de la gastronomía como una ciencia, apoyado por la física, química, medicina y anatomía. Hace una serie de reflexiones sobre muy diversos aspectos relacionados con el arte culinario: los sentidos, los alimentos vegetales y animales, las bebidas, la fritura; el papel de la alimentación en el reposo, los sueños o el agotamiento, la obesidad y la delgadez. Contiene una historia filosófica de la cocina y una evocación de los restaurantes parisinos en los años 1810 a 1820,



y da al lector direcciones sobre sus proveedores favoritos. Este libro –escrito de tal forma que su lectura resulta muy agradable- es una de los más elogiados dentro de la gastronomía.

En el prologo de la Fisiología del gusto, Savarin establece veinte aforismos gastronómicos que se anotan a continuación:

- I El universo sólo existe por la vida y todo lo que vive, se nutre.
- II Los animales pastan, el hombre come: sólo el hombre de talento sabe comer.
- III El destino de las naciones depende del modo en que se nutren.
- IV Dime lo que comes y te diré lo que eres.
- V El creador, al obligar al hombre a comer para vivir, le incita a ello por el apetito y le recompensa por el placer.
- VI La gourmandise es un acto de nuestro juicio mediante el que concedemos preferencia a las cosas agradables al gusto, sobre las que no tienen esa cualidad.
- VII El placer de la mesa es para todas las edades, para todas las condiciones, para todos los países y para todos los días; puede asociarse a todos los demás placeres y se queda el último para consolarnos de la pérdida de los otros.
- VIII La mesa es el único sitio donde no nos aburrirnos durante la primera hora.
- IX El descubrimiento de un nuevo plato hace más en beneficio del género humano, que el descubrimiento de una estrella.
- X Los que se indigestan o se emborrachan, no saben comer ni beber.
- XI El orden de los comestibles es desde lo más sustancioso a los más ligeros.
- XII El orden de los caldos es desde los más templados a los más fuertes y perfumados.
- XIII Sostener que no debe cambiarse de vinos es una herejía; la lengua se satura y después del tercer vaso, el mejor vino sólo despierta una débil sensación.
- XIV Un postre sin queso es como una hermosa a quien le falte un ojo.
- XV Puede llegarse a cocinero; se nace asador.
- XVI La cualidad más indispensable del cocinero es la e actitud y también debe serlo del convidado.
- XVII Esperar demasiado tiempo a un invitado que se retrasa es una falta de consideración hacia los que se hallan presentes.
- XVIII Quien recibe a sus amigos y no se toma ninguna molestia personal por la comida que se les prepara, no es digno de tener amigos.



XIX La dueña de la casa debe asegurarse de que el café sea muy bueno; y el dueño, de que los licores sean escogidos.

XX Convidar a una persona es encargarse de su bienestar durante todo el tiempo que esté en nuestra casa.

En honor a éste célebre gastrónomo, en la época del segundo imperio, los hermanos Julien –famosos pasteleros de París- hicieron un pastel moldeado en forma de corona, rociado con un jarabe de azúcar y ron, y guarnecido con crema pastelera y crema Chantilly y con frutas frescas o confitadas. Parece ser que Brillat-Savarin dio a Augusto Julien el secreto del jarabe para emborrachar el pastel.

## **BALTHASAR GRIMOD DE LA REYNIERE**

Era hijo de un príncipe; nació sin manos y se distinguía por ser una persona amargada con un fino humor burlón. Daba extrañas fiestas en las que lo mismo recibía con lujo que se burlaba de los comensales, pero su capacidad como gastrónomo y escritor fue indudable.

Balthasar Grimond reunía en su casa, una vez por semana, a un selecto grupo de gourmands parisinos que degustaban una exquisita cena preparada por grandes cocineros que degustaban una exquisita cena preparada por grandes cocineros, con productos de diferentes establecimientos del país. Posteriormente, Grimod y los gourmands fundaron un tribunal gastronómico que tuvo mucho éxito y recibían muestras de manjares que provenían de especialistas de muchas partes de Francia, deseosos de obtener un “certificado” de legitimación” del tribunal que confirmara la calidad de su producto.

En 1803, Grimod publicó el Almanaque de los gourmands como portavoz del jurado, calificando productos y establecimientos; sin embargo, en muchas ocasiones las calificaciones fueron muy severas y los afectados presionaron para terminar con la publicación de la revista, lo cual lograron en 1812. El Almanaque de los gourmands contribuyó –sin lugar a dudas- a mejorar la calidad de los productos alimenticios.

En 1808 se editó otra obra de Grimod, el Manual del anfitrión, que constaba de tres partes: en la primera trató del arte de trinchar; en la segunda, del arte de disponer las minutas, y la tercera se titulaba; “elementos de la cortesía gastronómica”. Grimod de la Reyniere falleció en diciembre de 1837 y ha sido considerado uno de los genios de la gastronomía.

Algunos de sus aforismos son los siguientes:

- El huésped que en la mesa se hace esperar más de un cuarto de hora, no es un gourmand, es un grosero.
- Una comida sencilla servida en una mesa bien iluminada, sabe mejor que el manjar más rico que tenga que tomarse a oscuras.
- En ninguna parte el hombre culto debe elegir con más prudencia sus conversaciones que en la mesa.
- Nada hay que ayude tanto a la digestión como una buena anécdota de la que uno pueda reírse con toda el alma.



- Una persona estúpida jamás en ningún sitio se comportará más neciamente que en la mesa, mientras que una persona con agudeza de ingenio tiene en la mesa la mejor ocasión para lucir sus facultades.
- El que come manzanas o peras son mondar, demuestra que pasa hambre. Sólo los frutos que uno mismo coge del árbol pueden comerse así.
- La mayor virtud del verdadero gourmand es: no comer nunca más de los que se pueda digerir con dignidad, ni beber más de lo que se pueda soportar con plena conciencia.
- El hombre cortés no visita a nadie durante las horas de comida.

## ANTONIN CARÊME

Nació en París en 1783 de padres muy pobres, por lo que desde niño tuvo que valerse por sí mismo. A los 16 años logró colocarse en el taller del pastelero Bailly –proveedor del príncipe de Talleyrand– quien lo ayudó enseñándole su arte, que aprendió muy bien. De ahí pasó a las cocinas del príncipe, en donde tuvo como maestro a Laguipeire, de quien Carême se expresa como “el cocinero más extraordinario que haya existido”.

Además de su gran talento como cocinero práctico, escribió muchas obras con buen estilo e ilustradas con dibujos hechos por él mismo. Entre sus libros están: El pastelero real parisino, en dos volúmenes; El pastelero pintoresco, en un volumen; El maitre d´ hotel francés, en dos volúmenes y publicado en San Petersburgo, Londres y Viena; El cocinero parisino, y su gran obra, El Arte de la cocina en el siglo XIX en cinco volúmenes.

Harry Shraemli nos muestra a Careme, en su libro Historia de la gastronomía, no solo como el mejor cocinero de Europa, sino también como el más inteligente y el más culto. Además de sus numerosos libros fue considerado como un reformador, quien sentó los principios de la cocina francesa. Gracias a él la comida a él la comida fue más higiénica, y los cocineros adquirieron la categoría de artistas. La pastelería se vio como una sección de la arquitectura y el servicio de la mesa conoció un mayor refinamiento.

Carême murió el 11 de enero de 1833 y muchos personajes de la época manifestaron sus condolencias a su hija: el marqués de Cussy, Talleyrand, José Berchoux, Grimod de la Reynière, entre otros.

Aunque en vida sufrió algunas incomprensiones y envidias por parte de sus colegas, su trabajo fue reconocido siempre como excelente en la cocina de las Tullerías, el Hotel de Ville, el palacio de Talleyrand y en el Eliseo, y fue buscado por grandes personalidades como el zar de Rusia y el rey Jorge IV de Inglaterra, quienes tuvieron gran aprecio por el trabajo- tanto teórico como práctico- de este gran artista de la cocina.

## JOSÉ BERCHOUX

Fue un abogado francés interesado en el arte culinario. En 1801 se publicó un largo poema suyo que tituló “Gastronomía” en el vocabulario francés y en los otros latinos. Un verso de su libro que refleja su filosofía dice: “un poema nunca vale una cena”. En su honor se bautizaron algunas recetas con su nombre como la trucha asalmonada Berchoux.





## Cocineros y escritores

Estos personajes vivieron en la época de los grandes cambios políticos en Francia: la primera república (1792-1795), el directorio (1795-1799), el imperio napoleónico (1804-1814), la restauración de los borbones con los reinados de Luis Felipe I de Orleans.

Durante el gobierno de Napoleón volvió a formarse la corte imperial, ceremoniosa y brillante, ahora en la Tullerías, que era la residencia del emperador. En 1797, Napoleón instituyó una nobleza imperial en la que la jerarquía de los títulos correspondía a la de las funciones: los arzobispos eran condes; los obispos, barones; la mayor parte de los mariscales y grandes dignatarios civiles fueron duques y príncipes. Entre ellos hubo excelentes anfitriones que tuvieron a su servicio a famosos cocineros quienes inventaron nuevos platillos para personajes importantes y mejoraron la gran cocina francesa.

Uno de ellos fue Talleyrand (1754-1838) quien pertenecía a una familia de antigua nobleza y había sido ministro de Negocios Extranjeros en tiempos del directorio, el consulado y el imperio. Fue nombrado príncipe de Benevento por Napoleón, a quien finalmente traicionó.

Participó en el Congreso de Viena que contribuyó a promover la cocina europea, ya que los diferentes países dieron a conocer sus mejores platillos a través de sus representantes, con el afán de sobresalir en la moda gastronómica. Su gran capacidad política y la excelente calidad de su cocina, presentada – ni más ni menos – por su cocinero Carême, lograron que los resultados del Congreso no fueran tan desastrosos para Francia.

Talleyrand pensaba que una forma de gobernar era mediante la mesa, tanto que su influencia hizo decir a Napoleón: “C’est par la table que l’on gouverne.”

Se dice de este gourmet tenía un presupuesto de cien mil nápoles mensuales para la cocina, en gran parte absorbidos por Napoleón. El mismo Talleyrand preparaba el menú para la cena a la que siempre asistían de 10 a 12 invitados. Se servían cuatro entremeses, dos sopas, dos pescados, cuatro entradas, dos asados y dos postres. Tenía fama, no obstante, de ser personalmente sobrio; durante el día solo tomaba varias tazas de infusión de manzanilla y en la cena solo consumía la sopa, pescado y un plato fuerte: corazón de filete de ternera o costillas de cordero asadas. No tomaba postre y bebía vino de Burdeos y un poco de Jerez.

A Talleyrand se le atribuye la siguiente frase: “Inglaterra es un país con tres salsas y trescientas religiones y en Francia solo hay tres religiones, pero 300 salsas”.

La salsa “a la Talleyrand” se prepara con fondo blanco de ave con crema, mantequilla fresca y vino de Madeira.

Algunos platillos inventados durante el Congreso de Viena fueron los siguientes:

- “A la Metternich” (príncipe y primer ministro de Austria): guarnición para grandes piezas de caza a base de castañas y coles rojas estofadas. También una ternera braseada con paprika y un budín de castañas con salsa de chocolate.



- “A la Nesselrode” (canciller del imperio ruso): conomé de caza con profiteroles rellenos de puré de castañas. También una sopa de arroz con avena y ternera, así como una sopa de pescado aromatizada con vino blanco y un pudding helado de castañas y vainilla al marrasquino.
- “A la Suvarov” (general ruso): platillo de caza de pluma (perdiz, pato, faisán) con trufas, foie-gras y vino Madeira.
- “A la Santa Alianza”: faisán relleno de picadillo de caza y trufas, cubierto con foie-gras y salsa Perigueaux.

Otro gastrónomo reconocido en la época del imperio fue el marqués de Cussy. Grimod de la Reynière, quien fue su amigo, afirmaba que el marqués tenía 366 formas de servir el pollo, para no repetir ninguna en todos los días del año – incluyendo los años bisiestos.

Fue creador de las fresas a la Cussy (servidas con crema y champaña) y se le dio su nombre a una guarnición para piezas pequeñas de carnicería o para aves braseadas: fondos de alcachofa rellenos de pure de champiñones, riñones de gallo y laminillas de trufa, napados o cubiertos con una salsa al Oporto o al Madeira.

También destaca entre los grandes anfitriones de ese tiempo, el archicanciller Cambacérés, quien – junto con Talleyrand y Cussy – gozaba de gran reputación como gastrónomo.

El pollo a la Marengo fue inventado por Durand, cocinero de Napoleón, con ocasión de la batalla de Marengo, en 1800. Cuentan que después de la batalla, sin haber probado bocado, el emperador pidió su comida, lo único que el cocinero logro conseguir entre los habitantes fue unos pollo, huevos, tomates, cebollas y algo de aceite, con lo que elaboro su nueva receta.

Napoleón contribuyo a interesar a los científicos en algunos aspectos alimentarios, como sucedió con Nicolás Appert y Benjamín Delessert.

Appert recibió un premio ofrecido por el emperador a quien pudiera conservar alimentos para el ejército. Inventó el principio de la esterilización (se le llamo “appertizacion”) y escribió ese mismo año - 1810- su obra El arte de conservar durante varios años todas las sustancias animales y vegetales. Más adelante los ingleses usaron envases de hojalata en vez del cristal que empleaba Appert, resultando mucho más práctico.

Benjamín Delessert logro obtener azúcar del betabel o remolacha.

Recibió mucha ayuda financiera por parte de Napoleón, quien estaba muy interesado en que Francia pudiese producir azúcar. En 1812, Delessert perfecciono su invento y, auspiciado por el mismo emperador, intensifico el cultivo de la remolacha y abrió escuelas azucareras.

La invasión de Francia por sus enemigos, al ser vencido Napoleón, hizo que la cocina francesa fuera conocida, apreciada y llevada a otros lugares europeos.

## LOS RESTAURANTES

La difusión de los restataurantes se incrementó notablemente en la época napoleónica. Antiguamente había hosterías donde se servían comidas y bebidas a determinada hora y con menú



escaso y fijo. En 1765 Boulanger abrió un establecimiento en la calle Des Puolies en París, que ostentaba un letrero que decía: “Venite ad me omnes qui stomacho laboratis, ego restaurabo a vos”.

De éste se origino la palabra “restaurant” y ya en 1771, en el diccionario de Trevoux, se incluye la palabra “restaurateurs”. En su restaurante, Boulanger servía sopas a cualquier hora y tenía mesas pequeñas en vez de la table d’hôte o tabla larga.

Durante la revolución estos establecimientos se extendieron, algunos dirigidos por los cocineros de los aristócratas. Tal es el caso del restaurante Beauvilliers, cuyas cocinas estuvieron a cargo del que fuera cocinero del conde de Provenza. Fue inaugurado en 1792 y según Brillat-Savarin, fue el más famoso restaurante parisino en aquel entonces: el primero que tuvo una cocina superior. Otro ejemplo fue el restaurante Meot, abierto en 1788 y cuyo cocinero trabajaba en las cocinas del duque de Orleans.

Néstor Luján afirma que en 1789 no había ni 100 restaurantes parisinos, en 1795 pasaban de 500 y hacia 1810 había más de 2 000, de todas clases y precios. En efecto, durante el mandato de Napoleón, el número de restaurantes aumentó considerablemente.

Además de los ya mencionados, estaba el Véry, inaugurado en 1808, que goza de gran fama; Frères Provencaux, que dio a conocer la magnífica cocina de Provenza; Le Rocher de Cancale, con sus deliciosos productos marítimos; La Veau qui tétte, Le Cadran Bleu, La Galiote.

El *Almanaque de la mesa* menciona los restaurantes considerados de primer orden hacia 1846: el Café París, abierto en 1835 en el Quartier Latin, el Café Anglais, La Maison Dorée, Frères Provencaux, Véry, Café de Chartres, Rocher de Cancale, Chanpeaux, Lemardeley y L’Hérmitage. Nueve años después, la misma revista redujo el número de restaurantes, quedando anotados el Véry, Frères Provencaux, Café Anglais, Café París, Café de la Madeleine y Vefour.

Balzac, en la *Comedie Humaine*, describe los restaurantes que a su juicio eran los más famosos de París en 1850. Menciona al Palais Royal, Véry, Vefour, Frères Provencaux, el Rocher de Cancale, el Tortonni –de moda hacia 1845 –e l Café Hardy, el Riche, el Café París, Lointier, Café Anglais y la Maison Dorée, que contaba con una famosa “carpa al vino tinto”.

Durante el segundo imperio con napoleon III (1852-1870), la suntuosidad en la corte volvió a surgir. Había gran interés en el lujo y refinamiento de la mesa, donde debía seguirse un estricto –y en ocasiones muy complicado – protocolo.

En 1867, Vachette, en su *Guide de Restaurateurs et Restaurés*, cita como los grandes restaurantes de la época al Café Anglais, Bignon, La Maison Dorée, Philippe, Frères Provencaux, Café Riche, Vachette y Grand Vefour.

El primer célebre Café París cerró en 1856 y con el desapareció la gran cocina de la primera mitad del siglo XIX. En 1859, el Grand Vefour absorvio el Véry y en esta época surgió el restaurante Philippe, considerado entre los mejores del segundo imperio.



Una vez cerrado el Café París, el Café Anglais adquiere fama de ser el mejor restaurante del mundo. Su chef, Adolphe Dugleré, considerado como un artista en materia culinaria, invento la salsa bearnesa. El 7 de junio de 1867, Dugleré agasajo con un banquete a distintos personajes de la nobleza, al cual asistieron el rey de Prusia, Guillermo I, más tarde emperador de Alemania; el príncipe real, su hijo; el emperador Nicolás de Rusia; el zarévich Alejandro, que luego fue emperador; el príncipe de Bismarck y el gran duque Wladimiro. Se le llamo después “el banquete de los tres emperadores”. El menú que se sirvió en esta ocasión se encuentra hoy en día enmarcado en el restaurante “La Tour d’ Argent”, pues el duque Wladimiro lo envió a Terrail, último propietario del Café Anglais, quien después compro La Tour D’Argent.

La relación con Francia despertó en los zares rusos la afición por la gastronomía y piden a los grandes maestros de la cocina francesa que les enseñen a servir. De esta manera se distinguió en la mesa el servicio francés, en el que el mesero presenta el platón a los comensales por el lado izquierdo y éstos se sirven, y el servicio ruso, en el que el mesero presenta igualmente el platón al comensal, pero es él quien sirve.

Más adelante, en Norteamérica, apareció otro tipo de servicio: el servicio americano, en el que los platos son servidos en la cocina, lo que permite una atención más rápida cuando los clientes piden diferentes platillos.

Una figura que destacó entre los gastrónomos de este tiempo fue Alejandro Dumas (padre), célebre escritor y novelista, amante de la cocina y dotado de un excelente sentido del humor, que reflejó en todos sus obras y en su vida aventurera.

En 1869 escribió el *Gran diccionario de la cocina*, que cuenta con 1152 páginas. Para escribirlo se retiró a Roscoff, Finistère, junto con su cocinera Marie. Terminó su libro en 1870, unas semanas antes de su muerte, y apareció en las librerías en 1872. Según conocedores, no es exacto desde el punto de vista culinario, pero está lleno de anécdotas y artículos basados en las muchas experiencias y aventuras del autor, que lo hacen muy ameno y divertido.

Alejandro Dumas fue gran cliente de los famosos restaurantes de la capital francesa. Tenía un reservado en la Maison Dorée y frecuentaba las comidas de Vachette, Rocher de Cancale, el Jockey Club y el restaurante France de la Plaza de la Madeleine.

## LA BELLE ÉPOQUE

A finales del siglo XIX y principios del XX, el florecimiento en París dio lugar a una época que se llamó la *belle époque* (bella época), que se distinguió por el refinamiento y el auge de la capital francesa en todos aspectos, lo que la hizo la capital del mundo. Las buenas maneras, el gusto y el placer de vivir, los excelentes restaurantes, las conversaciones ingeniosas, el lujo y la belleza en el comer, beber y vestir fueron características de los ricos parisinos de este tiempo, que terminó con el inicio de la Primera Guerra Mundial.

Dos grandes figuras de la gastronomía aparecen entonces: Augusto Escoffier (1847-1935) y Prosper Montagné (1864-1948).

### Augusto Escoffier



Nació en Francia, proveniente de una familia modesta, a los 12 años entró como aprendiz en un pequeño hotel de Niza, propiedad de una tía suya. Cuando tenía 18 años, el jefe del restaurante Petit Moulin Rouge lo llevo a París. Comenzó a destacar en su vida profesional a los 35 años cuando entro a trabajar como jefe de cocina de la famosa empresa Chevet, en el Palais Royal, que prestaba servicio de banquetes en todos los lugares importantes de Europa; aquí realizo un excelente trabajo.

En Suiza conoció a Cesar Ritz, quien –en 1890 –le confió la dirección de la cocina del recién inaugurado hotel Savoy en Londres. Más adelante, entro al famoso hotel Carlton Ritz, también en la capital británica, donde desempeño una brillante labor hasta 1921. En la inauguración de este hotel creó su famoso plato “pêches à la Melba”, en honor a la cantante y actriz Nelly Melba. El platillo original de Escoffier consistía en duraznos escalfados en almíbar y colocados sobre helado de vainilla en un recipiente de plata, que iba encajado entre las alas de un cisne cincelado en hielo y cubierto con un velo de azúcar hilada. A su compatriota Sarah Bernhardt le dedicó también un platillo a base de fresas, que lleva su nombre.

En 1883 fundó con algunos amigos la revista profesional *L' Art Culinaire*, que llegó a ser muy conocida. Pero su obra principal fue la guía culinaria, famosa en todo el mundo y traducida a más de una docena de idiomas.

Su largo y exitosa carrera de cocinero le valió el título de “rey de los cocineros y cocinero de los reyes”. Fue conocedor de los cambios ocurridos en la vida moderna, en la que el ritmo de trabajo fue más intenso, por esto decía que es un deber social de los cocineros, y de todas las buenas esposas alegrar, con la perfección de la comida que se les sirve, la vida del hombre preocupado.

Hablo de simplificar la preparación y el servicio de los alimentos, tratando de hacerlos más ligeros y fácilmente digeribles, pero elevando al máximo la succulencia y la calidad alimenticia de las comidas. Decía que el arte culinario –sin dejar de ser arte – debía convertirse también en una ciencia que contara con recetas metódicas y precisas y que la belleza del platillo debía ser lograda con sencillez, usando exclusivamente adornos comestibles.

Por todo esto, Escoffier es considerado el creador de la cocina moderna y *La guía culinaria* es la obra gastronómica por antonomasia de la *belle époque*.

Prosper Montagné

Fue hijo de un cocinero de Carcasona, empezó a trabajar en un hotel de sus abuelos en Toulouse. Se preparó en importantes establecimientos de París, San Remo y Montecarlo y su prestigio aumento cuando regresó a París, donde fue chef del Pavillon d' Armenoville de la casa Ledoyen y del Gran Hotel.

En 1900 escribió con Prosper Salles su primera obra: *La gran cocina ilustrada*; en 1929, el *Gran libro de la cocina* y en 1938 apareció la primera edición del *Larousse Gastronomique*, considerado como su obra más importante.

En la Primera Guerra Mundial organizó las cocinas centrales de los ejércitos. Después de un viaje por Norteamérica abrió un restaurante en París en la calle de l'Échelle, que tenía una excelente mesa,





pero no prosperó por dificultades administrativas. Actualmente existe un club Prosper Montagné, asociación de gastrónomos y profesionales, fundada por René Morand.

## Los restaurantes en la belle époque

En esta época los restaurantes parisinos continúan siendo los mejores del mundo.

Después de haber adquirido gran prestigio, el Café Anglais cerró en 1913 y en su última comida organizó un banquete para los socios del jockey Club, que era la más aristócrata de las sociedades parisinas del momento. El último propietario de este restaurante –André Terrail– compró después a Frédéric Delair el restaurante La Tour d' Argent y trasladó al mismo su extraordinaria bodega, por lo que adquirió mucha fama.

Ya en la época del imperio, el cocinero de La Tour d' Argent, monsieur Lecoq, había inventado el “pato a la sangre” (*canard au sang*) o “pato a la prensa” que se constituyó en la especialidad del restaurante. Más tarde, Frédéric Delair perfeccionó el platillo y a partir de 1890 se empezaron a numerar los platillos del *canard au sang* que a través de los años han sido degustados por grandes personajes entre los que se cuentan Eduardo VII, Alfonso XIII, la Reina Isabel y el presidente Roosevelt.

Un restaurante que surge en esta época es el Maxim's, de gran prestigio hasta nuestros días. Un barman del bar americano Reynolds, cuyo nombre era Maxime Gallard, asociándose con unos amigos, compró en 1890 una heladería, pensando en poner un restaurante para empleados y choferes. Pero Gallard murió, entonces con el dinero recibido por su seguro de vida –cien mil francos– sus amigos abrieron el restaurante, poniéndole el nombre de su fundador. Años más tarde, se convirtió en uno de los restaurantes más refinados del mundo, debido en gran parte a la preferencia que tenían algunos jóvenes aristócratas por frecuentar el establecimiento.

Néstor Lujan hace una reseña de los restaurantes ya desaparecidos de la *belle époque* en París, salpicada de anécdotas de la vida social en la capital francesa; entre ellos están el Café Durand o Café de la Madeleine, el Paillard, el Fogot, el Marguéry, Voisin, Weber –con sus innovaciones británicas– y el gran Laruc, todos ellos escenario de reuniones de aristócratas, políticos, artistas e intelectuales.

También está la historia de los restaurantes de la bella época que aún subsisten: el Grand Véfour, que antes era el Café de Chartres y fue convertido en restaurante por Véfour, después fue comprado y dirigido por Raymond Olivier, gran cocinero y tratadista, quien escribió el prólogo del diccionario de Dumas y fue reconocido como un hábil gastrónomo francés.

El restaurante Lapérouse, que conserva el antiguo estilo de salones con servicio a particulares, el Prunier, célebre por sus productos marítimos; EL Drouant, con sus excelentes platillos de pescados y caza, y el Lucas Carton, con su magnífica bodega de vinos. Todos ellos han adquirido galardones de la Guía Michelin, que a partir de la segunda década de nuestro siglo otorga rosetas o estrellas, destacando la calidad gastronómica de los restaurantes.

El Palais Royal ha continuado como escenario del lujo parisino. Este palacio fue edificado por el cardenal Richelieu en 1624 por lo que se le llamo Palais Cardinal. Cuando Ana de Austria residió ahí, recibió el nombre de Palais Royal. Después, en sus jardines y galerías, se pusieron casas de juego,



grandes tiendas y los mejores restaurantes. En el Palais Royal y sus inmediaciones estaba la mayor parte de los establecimientos de lujo de la capital francesa en los siglos XVIII y XIX.

## EDAD CONTEMPORANEA

Tabla de conceptos fundamentales

CIVILIZACION	EPOCA	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO
Francia	Siglo XIX	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La preparacion y conocimientos de chefs, autores y gastrónomos dio lugar a una mayor calidad en productos y preparaciones culinarias.</li> <li>• El Congreso d Viena (1814-1815) dio un gran impulso a la gastronomía; aparecen platillos con nombres de personajes celebres del momento: Talleyrand, Cambacères, Metternich, Suvarov, Nesselrode, "Santa Alianza", entre otros.</li> <li>• Los grandes chefs de anfitriones y restaurantes crearon platillos celebres de la cocina francesa. Por ejemplo el vol au vent (Carême); la "carpa al vino tinto" (Casimir Moisson); la "salsa bearnesa" (Adolphe Dugleré); el "pato a la sangre" (M. Lecoq).</li> <li>• La tendencia de la cocina es suntuosa, compleja y sofisticada (Carême).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La elegancia y el protocolo, que perdieron interés después de la Revolución, vuelven a surgir en la época del primer imperio (1804-1814) y aun más en el segundo imperio (1852-1870).</li> <li>• El siglo XIX marco la expansión de los restaurantes en París, dando a conocer los platillos de la época. Entre los más famosos se contaban: Beauvilliers (primer restaurantes Elegante, 1792), Very, Frères Provençaux, Le Rocher de Cancale, La veau qui tête, Le Cadran Bleu, La Galiote, el célebre Café Paris (1835-1856), La Maison Dorée, Café Anglais, Véfour, Vachette, Philippe, Larue, La Tour d'Argent. A finales de siglo, se abrió el famoso restaurante Maxim's.</li> <li>• Es también el siglo de los grandes banquetes. Un ejemplo es el llamado "de los tres emperadores", que preparó Dugleré, chef del Café Anglais, el 7 de junio de 1867.</li> <li>• Continúa el excelente servicio en las mesas de los grandes anfitriones. La influencia francesa en la corte rusa dio origen al servicio denominado "ruso" en el que el mesero sirve del platón a cada comensal, a diferencia del servicio francés, en el que el platón era presentado a cada comensal, que se servía por sí mismo.</li> <li>• La aparición de los restaurantes dio lugar a un tipo de servicio que posteriormente se denominó "americano", en el que los platos se llevaban ya servidos desde la cocina.</li> </ul>
Francia	Siglo XX		<ul style="list-style-type: none"> <li>• La <i>belle époque</i> marco el clímax del refinamiento en París; el lujo y belleza en comidas, bebidas, vestido y buenas maneras confirmaron a París como la capital del mundo.</li> </ul>



Continuación

		LITERATURA GASTRONÓMICA	APORTACIONES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• En 1826, J.Anthelme Brillat-Savarin escribió La Fisiología del gusto, que tuvo gran éxito. Este autor vio a la gastronomía como una ciencia.</li> <li>• En 1808, Balthasar Grimod de la Reynière escribió el Manuel del anfitrión. En 1803 fundó la revista Almanaque de los Gourmands y creó un tribunal gastronómico.</li> <li>• El célebre chef y autor Antonin Carême escribió El Maître d'hôtel Français (1822) y El arte de la cocina en el siglo XIX (1833), entre otros libros. Se considera reformador de la cocina, elevándola al rango de arte y haciéndola más higiénica. Sentó las bases de la cocina clásica francesa.</li> <li>• En 1801 apareció el libro La gastronomía, o el hombre del capo en la mesa, de José Berchoux. La palabra "gastronomía" se puso de moda en Europa.</li> <li>• Alejandro Dumas escribió su Gran diccionario de la cocina, publicado en 1869 y considerado como un libro muy ameno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La gastronomía se eleva al rango de ciencia y arte.</li> <li>• El Congreso de Viena (1814-1815) dio a conocer la cocina francesa entre otros países europeos y da un gran impulso a la gastronomía.</li> <li>• Antonin Carême sentó las bases de la cocina clásica de Francia.</li> <li>• Figuran importantes autores que aumentaron el interés por la gastronomía.</li> <li>• La expansión de los restaurantes permitió disfrutar a los parisinos de las delicias del arte culinario, y sus chef y dueños la promovieron con excelentes preparaciones y magníficas bodegas.</li> </ul>
Francia	Siglo XX	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En 1903, Augusto Escoffier, "el rey de los cocineros y cocinero de reyes", escribió su <i>Guía culinaria</i>, el libro gastronómico por antonomasia de la belle époque.</li> <li>• Prosper Montagné escribió El gran libro de la cocina, publicado en 1929 y el Larousse gastronomique, editado por primera vez en 1938.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La bella época marco el clímax del refinamiento francés.</li> </ul>



## CAPITULO 5

### Cocina clásica y cocina regional francesa

Este desarrollo de la gastronomía se debe en gran parte a que en Francia había una gran variedad de productos alimenticios de mucha calidad, que –aunado al interés de los franceses por la buena comida – hicieron de este país el centro gastronómico más importante del mundo. Francia ha contado con aceite de oliva, mantequilla, quesos y vinos magníficos, cerveza, cría de animales. Se cuida la caza y el cultivo de hortalizas, legumbres y gran variedad de frutas. Se aprovechan las setas y la miel y en sus litorales hay peces de especies muy diversas.

Así que no es de extrañar que exista una alta cocina refinada, que se mejoro a través del tiempo. Junto con esta cocina que se tiene en la capital y a la que se llama también “cocina clásica”, está la de las distintas regiones de Francia. Esta “cocina regional” francesa es tan buena como la cocina clásica, ya que se aprovecha la riqueza gastronómica propia de cada región y en todas ellas se pueden encontrar excelentes restaurantes con magníficos cocineros, que preparan las recetas tradicionales que han sabido conservar celosamente.

Después de la Primera Guerra Mundial, la cocina regional fue cobrando mayor importancia, en parte por el invento del automóvil, que permitió una mayor facilidad de desplazamiento. También contribuyo el éxito de algunos restaurantes de cocina regional que se establecieron en París, como los de Mme Genot y Père Maillabeau, y el interés de algunos grandes gastrónomos como Curnonsky por conocer y difundir el gusto de la excelente cocina sencilla el país.

#### COCINA CLASICA O NACIONAL

Los platillos mas característicos de esta cocina son:

##### **Canard au sang (pato a la sangre)**

Se llama también “pato a la prensa”, y tiene una compleja elaboración ya que requiere de preparación anterior al servicio y después terminarlo frente al cliente. Es el platillo más famoso de la Tour d’Argent, donde numeran sus servicios.

El pato tierno se sas y se le quitan las pechugas y patas, el resto se prensa y el jugo se mezcla con consomé de pato y el hifado machacado. Se agrega apporto y cognac, trabajándolo hasta que queda una salsa oscura espesa, se sirve sobre la pechuga asada.



En la gastronomía francesa –asi como en la china –el pato es un alimento importante, pero debe usarse el pato joven (caneton).

**Canard à l'orange (pato a la naranja)**

De origen italiano, antes se llamaba en Francia “Canard Sauvage à la Bigarade” (pato salvaje a la naranja agria). Lo preparaban con naranja agria traída de la India, jalea de grosella y Cointreau. Actualmente se utiliza naranja dulce procedente de China.

**Carpe à la Chambord (carpa a la Chambord)**

La carpa es un pescado de origen chino aclimatado en muchos ríos de Europa. Este platillo se llamo así porque se usaba en los festines del castillo de Chambord en Borgoña, que fue regalado por Luis XV a Mauricio de Sajonia.

Consiste en una carpa estofada o braseada al vino tinto con hierbas aromáticas, trufas y champiñones. Lleva guarnición de quenefas d cangrejo; las quenefas son similares a las croquetas, se preparan con salsa blanca y huevo pero no se fríen, sólo se escalfan.

**Homard à la Thermidor (langosta a la Thermidor)**

El nombre se debe a que en 1894, después de la Revolución Francesa, se estreno una obra de teatro con este nombre y en un restaurante vecino lo tomaron para nombre de un platillo.

La langosta va cortada en cuadros y salteada en mantequilla. Se mezcla con una reducción de vino blanco, bechamel y jugo de ternera. Se sirve en su caparazón, gratinada con quesos gruyère y parmesano.

**Lièvre à la Royale (liebre Real)**

Es un platillo que debe prepararse en siete horas. Se trata de la liebre deshuesada y cocida con su sangre y vino tinto. Se le añaden trufas y foie-gras y se acompaña con tostadas.

**Vol-au-vent (volován)**

Es un pastel redondo –gran o pequeño – que se prepara con masa de hojaldre y se sirve relleno, puede o no tener tapa. Si es pequeño, se le llama “bouche” (bocadillo). Los rellenos pueden ser variados, por ejemplo: a la reina (relleno de ave en salsa velouté) o a la financiera (trufas y foie-gras ligada con salsa al vino de Madeira).

**Bisque d'écrevisses (sopa ligada de cangrejos de rio)**

Es una sopa de cangrejos flameada y cocida al vino blanco, se liga con arroz. Antiguamente se llamaba “bisque” a un potaje de verduras con todo tipo de carnes de caza y aves, después hubo tres tipos de bisque: una de codornices, otra de cangrejos y codornices y una de cangrejos solos.

Posteriormente se empezó a preparar solo con crustáceos y así ha quedado hasta la fecha.

**Cailles au raisin (codornices con uvas)**





Este famoso platillo es muy refinado. Las codornices se saltean con mantequilla, luego se terminan de cocer en el horno con vino blanco, uvas frescas y uvas pasa, después se sazonan con hierbas aromáticas.

## Crêpes (crepas)

Plato famoso de origen francés. El nombre viene de “crespo”, rizado, por lo que la crepa tiene que ser muy delgada y con las orillas onduladas. Puede ser salada o dulce y se prepara con leche o agua, harina (blanca u oscura), huevos y mantequilla. Las crêpes Suzette son las más famosas, rellenas de confitura de naranja o mandarina y con una salsa de mantequilla y licor de naranja.

## COCINA REGIONAL

La cocina regional no se divide por pueblos o ciudades, sino por regiones.

Éstas son seis:

- El noroeste: Bretaña y Normandía.
- El norte, región de París: Flandes, Picardía, Isla de Francia, Orleáns y Champaña.
- El noreste, región de Alsacia y Lorena: Alsacia, Lorena y Franco Condado.
- El centro, Borgoña y Delfinado. Borgoña, Auvernia, Lyon, Savoya y Delfinado.
- El sureste, región provenzal: Provenza.
- El suroeste, región Gascona, Girondina y del Perigord: Limousin, Charente, Guyena, Gasuña y Languedoc.

### Cocina del noroeste

Región de Bretaña y Normandía.

Bretaña

Se considera el paraíso de los pescados y crustáceos. Son famosas sus ostras de Balón, de carne ligeramente rosada, y gran variedad de platillos:

- *Petit salé*. Carne de cerdo en trozos que se prepara en salmuera con hierbas aromáticas. Después de guardarla por largo tiempo, se prepara de diversa maneras.
- *Cotriade*. Sopa a base de pescados de río que se prepara con cebolla, ajo, mantequilla salada y hierbas aromáticas. Se sirve por separado el caldo con pan tostado con mantequilla y después el pescado cocido con una vinagreta.
- *Andouille fumé*. Embutido de cerdo ahumado que se sirve de varias maneras, como el “andouille chaud” que es el embutido caliente, cocido en agua de cebada y servido con las papas de la región, que son muy famosas.
- *Crepas bretonas*. Son crepas de trigo sarraceno con harina un poco oscura, que se sirven con todo tipo de rellenos (dulces o saladas).
- *Queso Port Salut*. Es un queso de pasta cocida madurado por largo tiempo.

Normandía



Tiene una cocina rica y original. Las vacas normandas permiten la producción de quesos de sabor exquisito. En esta región se usa mucho la crema para cocinar, por lo que la llaman la *cuisine à la crème*.

- *Tripes a la moda de Caen*. Es lo que se llama también callos o menudo preparado de una manera especial de la región.
- *Caneton à la Ruennaise*. Es el pato a la sangre o a la prensa que es tan famoso en París. El pato se mata de un pinchazo para conservar la sangre en su caparazón. Son famosos los patos criados en Ruen.
- Esta región tiene gran variedad de quesos: Livarot, Pont l'èveque (puente del obispo), Petit Suisse, Camembert (Vimoutiers).
- *Sidra*. Es una región en que se cultivan muchas manzanas. La sidra que se produce es dulce y suave.
- *Jamón a la sidra*. El jamón es braseado en sidra y hierbas aromáticas.
- *Calvados*. Aguardiente de manzana.
- *Cordero pre-salé*. Se le llaman así a los corderos que se crían en las marismas con pastos salados. La carne toma así un sabor especial que lo hace muy sabroso.

## Cocina del norte

Región de París: Flandes, Picardía, Isla de Francia, Orleáns y Champaña.

### Flandes

En esta región está el puerto de Calais, por lo que se utilizan pescados y mariscos en gran variedad de sopas, así como el arenque salado.

- *Pate de becacina*. Pastel en croûte preparado a base de esta ave de caza de pico muy largo.

### Picardía

- *Anguilas en gelée*. Las anguilas se encuentran en los ríos, aunque nacen en el mar; sus crías son las angulas. Las preparan estofadas y las moldean en gelatina de carne.
- *Sablés*. Son galletas famosas de esta región. Se preparan con masa muy quebrada y azucarada (arenilla).

### Isla de Francia (en el centro de París)

Es donde se guisan mejor algunos platillos populares, además de los famosos de la cocina clásica.

- Trucha a la pimienta
- Paté de caza
- Pan de miel y especias (pan d'épices)
- Bollos de anís
- Buey a la moda. Carne de buey braseada con verduras y vino.



- Pescado en salsa Bercy (Bercy, barrio de París). Es una salsa muy famosa a base de una velouté de pescado con vino blanco, chalotas y perejil.
- Brioche. Pan de masa fermentada que regularmente tiene encima una bola montada. Son grandes o individuales y se pueden rellenar. También se hacen de otras formas.
- Navarín. Estofado de cordero y papas.
- Paris Brest. Originario de este lugar. Es un pastel de pasta de choux relleno con crema.

## Orleáns

- Pastel Pithiviers. Es de masa hojaldrada y se rellena antes de la cocción con crema de almendras (frangipane).
- Tarta Tatin. Se prepara en un molde acaramelado con manzanas estofadas en mantequilla. Luego se cubre con masa y se cuece, ya cocida se voltea y queda como una tarta.
- Matelote de anguilas. Se trata de un estofado de anguilas. La matelote se puede hacer de todo tipo de pescados.

## Champaña

Cocina fina, delicada y variada.

- Patas de cerdo St. Menehould. Las patas de cerdo cocidas y deshuesadas se empanan y se fríen. Se sirven con una salsa a base de pepinillos, mostaza, cebolla y tomillo. Esta salsa toma el mismo nombre y se utiliza también para servir el jamón de Reims.
- Matelote de pescado. Es un estofado con variedad de pescados de río.
- Filete de lenguado al Champagne
- Conejo salteado
- Riñones de cordero al Champagne
- Lucio asado con salsa de Champagne

## Cocina del noreste

Región de Alsacia y Lorena: Alsacia, Lorena y Franco Condado.

### Lorena

Esta región tiene cuando menos 60 recetas originales.

- Pouchouse. Estofado de pescado de mar con vino blanco.
- Lomo de liebre a la crema.
- Ranas al gratin
- Estofado de pescado Lorraine
- Cangrejos al horno
- Quiche Lorraine (quiche au lard). Tarta a base de crema y huevo, con tocino o carne de cerdo. Los habitantes de la región dicen que no debe llevar queso.
- Col fermentada con vino blanco o tinto
- Truchas a la crema



## Alsacia

Se le llama el lugar de las empanadas, destacan las de foi-gras, aunque hay más de 150 variedades. Además tiene gran diversidad de salchichas, y su cocina es parecida a la alemana, ya que comparten fronteras. Utilizan mucho el choucroûte, que es col agua aromatizada con eneldo y tomillo. La dejan fermentar en una salmuera y después la cuecen y la sirven con variedad de platillos: cerdo con caracoles, perdices o petit salé (carne en salmuera). Son famosas las salchichas de Estrasburgo.

- Ganso relleno. Es el plato típico en la Navidad, igual que en Alemania.
- Tarta de cebolla. Especie de quiche con tocino y cebollas salteadas que se mezclan con crema y huevos.
- Tarta alsaciana de manzanas. La tarta tiene relleno de manzanas y crema de huevo. Ya cocida se espolvorea con azúcar y se flamea con Kirsch.
- Licor de frambuesa (eau de vie)
- Encebollado de liebre con tallarines.

## Franco Condado

Es un lugar donde se sabe comer. En sus ríos abundan truchas y cangrejos, y en los bosques hay morillas. Hay una gran variedad de platillos: huevos revueltos con papas, pollo al estragón, buñuelos de flores de acacia, dulces con pasta de hojaldre. De aquí es el famoso vino “Château Chalon”, llamado “vino de paja”, que es casi amarillo y combina bien con todos los platillos a pesar de ser dulce. Además se cuenta con una serie de preparaciones como:

- Pularda con morillas. Es una gallina joven con salsa de morillas (setas).
- Queso Comté. Son quesos tipo gruyère, muy grandes –de 50 kilos de peso –con los que preparan fondues, empanadas, sopas, etcétera.
- Salchichón con comino
- Timbal de morillas
- Sopa de ranas
- Kirsch. Originario de este lugar, éste es un famoso licor de cerezas.

## Cocina del centro

Región de Borgoña y Delfinado: Borgoña, Auvernia, Lyon, Savoya y Delfinado.

### Borgoña

Tiene gran riqueza culinaria: cuenta con 140 platillos regionales. De aquí son todos los platillos que se denominan a la borgoñona o bourguignone que llevan vino tinto de Borgoña.

- Buey y lechón a la borgoñona
- Jamón al vino
- Coq au vin o pollo a la borgoñona. En la región se hace con vino de Chambertin.
- Caracoles a la borgoña o a la bourguignone. Se preparan con jamon, chalotas y vino tinto de la región. Cuando se usa el vino blanco de Chablis, se le llama a la Chablissienne.



- Pan gougère. Es un pan de masa fermentada a la que se agrega queso en pequeños trozos. Se hornea y se sirve caliente.
- Meurette. Estofado de pescado que puede ser de río o de mar, como la carpa, lucio o anguilas. Se flamea con MARC DE Borgoña y se cuece con vino tinto.
- Truchas con vino del Ródano.
- Pouchouse. Es igual que la meurette, pero con vino blanco
- Tortilla de sangre de gallina
- Cochon au lait. Coxhinillo lechal asado.
- Civet de lièvre. Es un estofado de liebre que se cuece con vino tinto y su sangre.
- Ècrvisses à la crème. Cangrejos de río en salsa de crema.
- Rable de lièvre à la Pirón. Es un lomo de liebre marinado en vino blanco y Marc de Borgoña, además de hierbas aromáticas. Después se asa al horno con uvas blancas y negras y se sirve con crema.
- Licor de Cassis. A base de grosella negra que se da en esta región.
- Mostaza de Dijon. Especialidad de este pueblo.

## Auvernia

Entre sus platillos característicos están:

- Soupe au choux. Sopa de coles.
- Vichysoisse. Sopa fría de papa y poro. se llama así por el pueblo de Vichy.
- Zanahorias Vichy. Cocidas en agua y mantequilla y después glaseadas.
- Queso Cantal. Es el queso francés más antiguo, se origina en los conventos. Es un queso añejo de gran tamaño.
- Sopa Cantal. Preparada con el queso de la región.
- Ranas fritas.

## Lyonesado

Aquí se come bien, tanto en las casas como en los restaurantes, aunque sean modestos. Es famoso el salchichón caliente, las albondiguillas, pollos Cebados, pescados y vino de Beaujolais. Además:

- Catigot. Estofado de anguilas
- Quenefas de brochet. En Francia se le llama “brochet” al lucio (pescado de río). Es una croqueta de pescado con bechamel o velouté y huevo. No se fríen, solo se escalfan.
- Cervelás truffé. Salchichas trufadas calientes.
- Alcachofas al foie-gras
- Poularde demi-deuil. Demi deuil quiere decir “medio luto”; se llama así a gallinas jóvenes que se trufan y se brasean. Al rebanarlas se ven blanco con negro. En esta región se encuentra Bresse, que es el lugar donde se producen las mejores aves de Francia.
- Bleu de Bresse. Son quesos fermentados que pueden ser de leche de cabra, oveja o vaca.

## Saboya y Delfinado





La cocina de estas regiones posee magníficos platillos. Son famosos sus patés, además de otras muchas preparaciones:

- Pastel de Saboya. Es preparado a base de una genovesa que también se llama “saboyarda”.
- Vacherin. Pastel de merengue en forma de timbal que va relleno de crema batida y fresas al Kirsch.
- Pote savoyarde. Sopa o puchero de carne de cerdo con verduras.
- Nouilles. Tallarines frescos con crema.
- Vermouth. Es una bebida a base de vino blanco con hierbas aromáticas y tónicas como la quina y la genciana. Es originaria de Italia y se bebe como aperitivo.
- Variedad de quesos como: Reblochon, Vacherin y Chevrotin.
- Papas Dauphine. Especie de buñuelos a base de papa y pasta de choux, se sirven fritos.
- Gratin delfinés. Papas cocidas y rebanas gratinadas al horno con jamón y queso.
- Nougat de Montelimar. Turrón a base de huevo y miel con frutos secos como pistaches, nueces y almendras. Montelimar es un pueblo de esta región.

## Cocina del sureste

### Región provenzal

Las preparaciones “a la Provenzal” siempre llevan aceite de oliva, ajo y perejil, utilizan también el tomate rojo. Es una región mediterránea que se podría llamar la cocina marinera, pues son exquisitos sus sopas y platos a base de pescados y mariscos. Le llaman “la otra cocina de Francia” porque no lleva mantequilla, ni trufas, ni salsas elaboradas; tiene como base el aceite y el ajo, además de una gran variedad de hierbas aromáticas como el romero, azafrán, tomillo, salvia, mejorana, albahaca y laurel. Como hortalizas utilizan mucho la berenjena, calabacita y alcachofa.

- Bouillabaise. Es una sopa que se conoce en todo el mundo, originaria del puerto de Marsella. Se prepara con varios tipos de pescado y crustáceos, y se aromatiza con cascara de naranja, azafrán, aceite de oliva, ajo, tomates y vino blanco.
- Pissaladière. Es una tarta de cebollas con anchoas, tomate y aceitunas negras.
- Calderada. Sopa de pescado de la que hay muchas variedades.
- Ratatouille. Es un estofado de berenjena con calabacita, pimiento, tomate, cebolla y ajo con aceite de oliva.
- Aioli. Le llaman también “alioli”; es una mayonesa al ajo. Se prepara con miga de pan remojada en leche o vinagre y ajo machacado. Se le añade yema de huevo y el aceite gota a gota, hasta que queda espesa. Se sirve con caracoles y sopas de pescado.
- Gigot au romarin. Pierna de cordero pre-salé al romero. Va asada al horno.
- Bourride. Sopa de pescado con aioli.
- Queso Banon. Un queso muy famoso de esta región.

### Cocina del suroeste y sur

Región gascona, girondina y del Périgord: Limousin, Charente, Guyena, Gasuña y Languedoc.

#### Limousin



El paladar se deleita en un lugar donde todo abunda: truchas, carpas, delicadas aves. Además:

- Caracoles al vino.
- Carpa al vino blanco
- Paté de foie gras. Es un pastel relleno de hígado de ganso marinado y trufado.
- Trufas. Esta es la región del Périgord, donde se dan las mejores trufas del mundo. Se encuentran bajo tierra entre el limo, debajo de los árboles de coníferas. Las rastrean los cerdos y suelen cocinarse en ceniza caliente. La salsa Périgueroux es una salsa oscura, con mantequilla, trufas y vino de Madeira.

En esta región esta Limoges, donde se encuentra la famosa fabrica de porcelana.

Carentes

Aquí se encuentra la región de Cognac. En estos lugares se preparan muchos platillos flameados.

- Balotina de ave con setas. Es una pierna de ave deshuesada y rellena, con salsa de hongos.
- Ostras Marennes. Es un pueblo donde hay criaderos de ostras muy apreciadas, de carne ligeramente verde.
- Galantina de becacas. Se trata de una preparación con el ave deshuesada y rellena, que se sirve con gelatina de carne.

Guyena (Burdeos)

Cocina rica, fina y sin pretensiones. De esta región provienen los platillos à la bordelaise o a la bordelesa, que se preparan con vinos de la región.

- Setas a la bordelesa. Salteadas en mantequilla con ajo. Con frecuencia usan grasa de pato para cocinar.
- Lamprea a la bordelesa. La lamprea es una especie de anguila; esta se prepara estofada con vino tinto.
- Écrevisses à la bordelaise. Cangrejos de río flameados con armagnac y cocidos con vino. El armagnac es un aguardiente como el cognac, pero un poco más perfumado, originario de este pueblo.
- Hígado de pato con uvas.
- Ostras de Arcachón, de carne muy blanca.
- Confit d'oise. Carne de ganso adulto al que se dejó crecer el hígado para sacar el foie-gras. La carne tiene poca calidad y se cuece en su grasa. Se guarda por largo tiempo en recipientes de barro, cubierta de grasa fundida y se puede tomar sola o añadirla a otras preparaciones.
- Poule au pot. Puchero de gallina con ternera, cerdo, verduras y hierbas aromáticas.
- Lamprea y pescado a la marinera.

Gascuña

- Garbure. Sopa o potaje de coles con papa, tocino y confit d'oise.
- Foie-gras. Esta es la región que produce más foie-gras de ganso o de pato. Los animales se engordan en exceso para que se desarrolle el hígado. El hígado crudo se prepara de muchas



maneras, casi siempre va trufado para que tenga mejor sabor. Se hacen patés (pasteles) y pasta o espuma de foir-gras.

- Sopa de cebolla. Es originaria de esta región. Actualmente hay muchas variedades.

## Languedoc

Aquí se origino el cassoulet, platillo considerado como una obra maestra.

Después lo adoptaron otras regiones. Es un potaje de alubias –casi una crema – con carne de ganso, carne de cerdo, cebollas, tocino y salchichas al que se le agrega confit d’oie.

- Berenjenas con setas
- Tripas a la Alesienne. Manera de preparar los callos al estilo de Ales.
- Queso Roquefort. En esta región está el pueblo de Roquefort, que tiene muchas cuevas con aire frío en el subsuelo, lo que permite una fermentación especial de los quesos, que son de leche de oveja.

## COCINEROS REGIONALES EN EL SIGLO XX

Hubo tres grandes cocineros en la provincia francesa en los años treinta: Fernand Point en Vienne (Delfinado) con su famoso restaurante La Pyramide; André Pic en Valence (Lyon) con su restaurante Chez Pic, y Alexandre Dumaine en Saulieu, con su establecimiento Côte d’Or. Entre éstos destacó Fernand Poin, quien tuvo varios discípulos que gozaron de prestigio como Paul Boucuse, los hermanos Troisgros y Louis Outhier.

Point nació en Louhans, Francia, en 1897, donde su padre tenía un restaurante en la estación del ferrocarril. Inicó su aprendizaje en París y más tarde regresó al restaurante paterno que había sido trasladado a la estación de Vienne. Fernand lo llamó La Pyramide y lo convirtió en uno de los establecimientos de más fama, visitado por los mejores gastrónomos de la época.

Por los principios culinarios que estableció en su cocina y entre sus discípulos, es considerado como el padre de la Nouvelle Cuisine (“nueva cocina”). Point aconsejó cambiar las salsas, adornos y platillos demasiado elaborados, considero que en las cocinas es importante trabajar “con amor”, y se convirtió en maestros de la improvisación, impulsando la creatividad de los cocineros para que no estuvieran sujetos a libros y recetas al pie de la letra. Sin embargo, siempre cuidó con esmero la calidad de los productos empleados, la preparación minuciosa y los sistemas de cocción adecuados.

En este aspecto introdujo tiempos de cocción más ligeros para diferentes alimentos: para el pescado, cocción “en rosa”; para las verduras y pastas “al dente”, es decir, que queden crujientes. Decía que una buena comida debe ser tan armoniosa como una sinfonía y tan bien construida como una catedral románica, que muchas veces en la cocina lo más difícil es lo que parece más sencillo.

Algunos de sus platillos más famosos fueron la pularda de Bresse trufada, buey al tuétano, colas de cangrejo de río al gratin, trucha asalmonada rellena y braseada al oporto. Era famoso su pastel de chocolate hecho con almendras, avellanas y tres cremas: al chocolate, a la mantequilla y al praliné.



## Curnonsky

Este personaje, como ya se mencionó, fue un gran impulsor de la cocina regional francesa y contribuyó –con su gran prestigio como gastrónomo– a asentar las pautas de una nueva cocina más sencilla y acorde con las necesidades y circunstancias de la vida moderna.

Maurice Edmond Sailland fue el verdadero nombre de este periodista y escritor francés. Cierta día que buscaba un seudónimo, su amigo Alfonse Allais le sugirió: “¿Por qué no Sky?”. Cabe hacer notar que en esa época los términos rusos estaban de moda por la alianza que existía entre Francia y Rusia. Tradujeron la frase al latín: “¿Cur non sky?” y así se originó el nombre con el que se le conoció en todas partes.

Gran amante de la buena cocina, Curnonsky dedicó parte de sus obras al tema gastronómico. En 1927 fue nombrado “Príncipe de los gastrónomos” por un referéndum organizado por la revista *Le bon gîte et la bonne table*. Un poco después –en 1921– organizó un “viaje gastronómico” junto con su amigo Marcel Rouff, ellos mismos se llamaban gastronomadas, y recorrieron las distintas provincias de Francia con objeto de probar la cocina sencilla del campo, que se preparaba con las delicias propias de cada lugar. Elogió la buena cocina provinciana que manifiesta el gusto de los alimentos tal y como son, frente a la cocina sofisticada de muchos restaurantes parisinos.

Escribió sus 28 opúsculos de la Francia gastronómica y en 1930 fundó la Academia de Gastronomía, de la que fue primer presidente. Admirador de Brillat-Savarin, fue cliente asiduo de los buenos restaurantes franceses tanto en provincia –La Pyramide de Fernand Point o el restaurante de Mélanie Rouat en Riec-sur-Belton– como en la capital: el Maxim’s, Weber o La Closerie de Lilas.

Fue condecorado por innumerables clubs y asociaciones gastronómicas, y cuando tuvo 80 años fue especialmente elogiado en 80 restaurantes de París por iniciativa de la revista *Cuisine et vins de France*, que fue fundada por el mismo Curnonsky. En el lugar que el gastrónomo usaba habitualmente en los comedores de dichos establecimientos se colocó una placa conmemorativa con las siguientes palabras:

Este lugar es el de Maurice Edmond Sailland Curnonsky, elegido príncipe de los gastrónomos, defensor e ilustrador de la cocina francesa, huéspedes de honor en esta casa.



Tabla de conceptos fundamentales

CIVILIZACION	EPOCA	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	LITERATURA GASTRONOMICA	APORTACIONES
Francia	Siglo XX	<ul style="list-style-type: none"> <li>Algunos platillos quedaron establecidos como los "clásicos" de la cocina francesa: pato a la sangre, carpa a la Chambord, liebre Royal, el volován, bisque de cangrejos, langosta Thermidor, codornices con uvas y las crepas.</li> <li>Las distintas regiones de Francia aprovecharon la gran variedad de productos alimenticios que les son propios, y dieron lugar a una magnífica cocina regional, que tuvo auge después de la Primera Guerra Mundial.</li> <li>Las principales regiones son: Bretaña y Normandía (NO); Flandes, Picardía, Isla de Francia, Orleáns y Champaña (N) ; Alsacia, Lorena y Franco Condado (NE); Borgoña, Auvernia, Lyon, Saboya y Delfinado (centro); Provenza (SE), Limousin, Charente, Guyena, Gascuña y Languedoc (SO).</li> <li>Hacia los años 30, Fernand Point inicio nuevas formas de preparación: tiempos de cocción más cortos para legumbres ("al dente") y pescados ("en rosa"). Busca preparaciones menos elaboradas, pero de gran calidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El servicio, al igual que la cocina, se simplifico. Escoffier fue un propulsor de este cambio.</li> <li>Junto al servicio elegante de los restaurantes de la capital y algunos de la provincia, se dio a conocer la cocina de las regiones, con un servicio sencillo o incluso rústico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Maurice Edmond Sailland – Curnonsky– fundó la revista Cuisine et Vins de France y en 1930, la Academia de Gastronomía. Fue gran promotor de la cocina regional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Después de la Primera Guerra Mundial la cocina y el servicio se simplificaron.</li> <li>Se forja la cocina moderna y se dio a conocer la excelente cocina de las regiones.</li> <li>En los años treinta, Fernand Point inicio los primeros cambios de la nueva cocina.</li> </ul>





## CAPITULO 6

### La nouvelle cuisine

Después de la Segunda Guerra Mundial el ritmo de vida y los intereses de las personas han sufrido cambios notables, y en ocasiones, muy bruscos, que se reflejan en todos los aspectos de la vida humana y –desde luego – también en el arte: nuevas escuelas en pintura, música, danza y arquitectura rompen con los moldes establecidos, originando nuevos estilos en los que la creatividad personal juega un papel muy importante.

En el arte culinario también se dieron estos cambios como consecuencia de las nuevas estructuras socioeconómicas. En la actualidad, la gente prefiere dedicar menos tiempo a las comidas, porque tiene muchas más ocupaciones que antes. También se preocupa más por su salud y quiere saber qué es lo que más le conviene comer para estar en mejores condiciones físicas. Por otra parte, surge un nuevo ideal de la belleza: la figura delgada y esbelta –a diferencia de la figura robusta de antaño – que marca una pauta en los hábitos alimenticios. Muchos prefieren consumir alimentos más ligeros y de menor contenido calórico.

Todos estos factores dieron origen la *nouvelle cuisine* o “nueva cocina”, cuyo precursor fue Fernand Point, que tuvo su mayor auge en los años setenta. Como la creatividad es una característica de la nueva cocina, encontramos varias tendencias en la misma, pero todas coinciden en dos puntos básicos:

1. Emplean alimentos frescos, de primera calidad.
2. Presentan los alimentos de manera simple y sencilla, según la inspiración del chef.

He aquí sus principios más generales.

#### Ingredientes

La frescura es, pues, un elemento indispensable en la *nouvelle cuisine*, tanto, que hay platos que consisten en legumbres y carne o pescado semi crudos. Se emplean hierbas frescas y variadas como perifollo, estragón, eneldo, albahaca, azafrán, salvia, tomillo, jengibre, hierbabuena, pimienta verde y otras de poco uso en la cocina clásica. Muchos chefs tienen una pequeña huerta fuera de su restaurante o incluso un jardín hidrónico dentro de la misma cocina para tener a la mano las diferentes hierbas frescas que utilizan en sus preparaciones.

Sin embargo, el uso de condimentos que se tiene en la *nouvelle cuisine* es muy distinto del que se tenía en la edad antigua y la Edad Media: en aquellos tiempos las especias y condimentos se empleaban en gran medida para disfrazar el sabor de los alimentos y disimular su mal estado, ya que no podían conservarse en buenas condiciones por mucho tiempo. En cambio, en la nueva cocina



siempre se pretende conservar el valor propio de los alimentos y los condimentos empleados buscan resaltarlos; en la *nouvelle cuisine* no hay falsificación.

La variedad de los ingredientes se ve favorecida por la extensa y rápida comunicación que hay actualmente en todo el mundo, de manera que se puede contar con alimentos exóticos procedentes de otras regiones. Asimismo, se ha podido conocer la cultura gastronómica de países no europeos – sobre todo asiáticos y americanos – y se han adoptado preparaciones y sistemas de cocción de dichos lugares.

Se usa lo menos posible la harina y los elementos grasos. Entre estos últimos se prefiere el aceite de oliva u otros aceites vegetales con los que se mezcla, como el de cacao o nuez.

Las mostazas son sazonadas con otros condimentos (cebollines, chalotas, estragón, etc.) y los vinagres suelen ser de cereza, pera, manzana, zarzamora u otras frutas. Gustan mucho las carnes, pescados y mariscos de gran calidad.

## **Preparación y cocimiento**

La nueva cocina se prepara en el momento, por lo que nunca se usan preparaciones congeladas, a excepción de los fumets o fondos de carne que se emplean en la elaboración de salsas y cuya confección requiere de mucho tiempo.

Las hortalizas se cortan en juliana o en rebanadas delgadas. Siguiendo los principios de Fernand Point, se cuecen “al dente”, de manera que queden crujientes. Solamente se usan bien cocidas cuando se van a elaborar purés, empleados como elementos espesante –sustituyendo al roux – o como salsas de base o en la preparación de mousses.

Los purés y las mousses de verduras y frutas son muy apreciados en esta cocina.

Los pescados también se preparan poco cocidos y en ocasiones se consumen crudos. Esta marcada tendencia a usar tiempos de cocción rápidos es una influencia oriental que predomina en la cocina actual. Las carnes se pueden preparar asadas en el horno –con un mínimo de grasa o sin ella– al vapor, estofadas o al baño maría. Estos métodos de cocción permiten conservar mejor los valores nutritivos de los alimentos.

En la *nouvelle cuisine* se utilizan preparaciones que –a juzgar por el nombre– resultarían insólitas en la cocina clásica para ciertos alimentos, por ejemplo: mermeladas de verduras, compotas de legumbres o sopas de postre. Las combinaciones y nombres en los platillos podrían parecer ridículos: huevo con caviar y vodka (Jacques Manière), mermelada de berenjenas al vapor de azafrán (Michel Guerard), molleja de ternera a la crema de erizo (Alain Saenderens), o verdaderamente absurdas, como los gigots de pescado.

Como postres se usan sobre todo helados, soufflés, tartas y frutas en compota.

## **Presentación y servicio**

En la *nouvelle cuisine* todos los platos son montados directamente en la cocina. Al hacerlo se aprovecha la combinación de los colores vivos de las legumbres y frutas frescas, que intervienen



también en las salsas. Las piezas nunca son muy grandes, ni tampoco las raciones, que siempre son moderadas.

Las salsas no cubren las piezas –como se hace en la cocina clásica–, sino que las piezas van encima de las salsas, acomodadas de diversas formas. La imaginación del chef busca una bella presentación que al mismo tiempo sea sencilla. En ocasiones se usan flores para adornar los platos y se cuida mucho la decoración de los mismos.

El servicio, menos formal que en la cocina clásica, es sin embargo atento y rápido, ya que el personal tan sólo lleva los platos de la cocina a la mesa, tapados con la campana o “cloche”.

## PRINCIPALES EXPONENTES

La fórmula *nouvelle cuisine* fue lanzada en 1972 por dos periodistas y críticos gastronómicos: Henry Gault y Christian Millau, sus principios fueron formulados también más adelante por el cocinero Alain Saenderens en 1976.

### **Paul Bocuse**

Nació en Francia en 1926 y es descendiente de restauranteros. Fue discípulo de Fernand Point y después de adiestrarse en importantes establecimientos de Francia se independizó, y se puso un restaurante que en 1959 salvó de la ruina el negocio familiar de Lyon y lo convirtió en un importante centro gastronómico que aprovecha las tradiciones de la región para confeccionar platillos novedosos sin caer en excesos.

Hombre de gran personalidad y creatividad, ha sido galardonado con diversos premios por su labor culinaria. En 1961 recibió su primera estrella de la Guía Michelin y luego dos más en 1962 y 1965, convirtiéndose en el primer joven cocinero premiado con tales honores.

Después de haber viajado y conocido otras cocinas y ansioso por expandirse en otros lugares, lanzó la nueva cocina francesa a través de *la bande de Bocuse* (la banda de Bocuse), un grupo de jóvenes cocineros que apoyados por la publicidad difundieron sus ideas en muchas partes.

El mismo Bocuse dio numerosos cursos y conferencias, sobre todo en Japón, donde abrió un restaurante y puso una escuela.

En 1980 escribió su obra más importante: *La Cuisine du Marché*, en la que enfatiza que el cocinero debe basar su menú diario en la existencia de los productos que se encuentran en el mercado; los platillos deben elegirse de acuerdo con los productos frescos y de calidad que se encuentren cada día.

Entre sus platillos destacan la “sopa de trufa negra”, el “bogavante en terrina al Mersault” y su pastel de chocolate.

### **Michel Guérard**

Este chef francés nacido en 1933 se inició como pastelero y abrió su primer restaurante en 1965 cerca de París, llamado Pot-au-feu y –como su nombre lo indica– su especialidad era el cocido francés.



Lo que realmente lo hizo famoso fue la creación de la **cuisine minceur** como una variación de la *nouvelle cuisine*, pero dentro de sus lineamientos. Guérard pensó que la buena cocina debe ser fiesta en todas circunstancias y creó una serie de platillos apetitosos que pudieran ser consumidos y disfrutados por personas obesas, ayudándoles a bajar de peso.

Con este objetivo abrió un restaurante, *Le prés et les sources d'Eugenie*, en el balneario de Eugenie les Bains, cerca de Biarritz. Su menú dietético, bajo en carbohidratos y grasas, pero apetitoso y nutritivo, tuvo éxito rotundo. Al cabo de dos años obtuvo el Gallo Rojo Colorado, máximo honor de la Guía Kebler Colombes, así como una puntuación excelente en la Guía Gault-Millau, y para 1977 había recibido tres estrellas de la Guía Michelin.

Escribió en su libro titulado *La grande cuisine Minceur* –publicado en 1976– los principios generales de su cocina, descrita por el mismo como una cocina “que cuida la salud y que combina ligereza, sabor y encanto”. En ella se puede encontrar influencia de las cocinas china y japonesa, donde se pone de manifiesto la conveniencia de la moderación, tanto en la comida como en la bebida, para conservar la buena salud física y mental.

Entre sus platillos más famosos está la “ensalada de langosta con tomates confitados”, el “hojaldre de alas de codorniz trufadas con setas” y el “soufflé ligero de durazno al caramán”.

Jean y Pierre Troisgros

Nacieron en 1926 y 1928, respectivamente. Su padre los envió a París para iniciar su aprendizaje como cocineros en la casa Lucas Carton y luego con Fernand Point en Vienne. Regresaron después al hotel familiar De la Place de la Gare en Roanne, que fue adquiriendo más prestigio a partir de entonces. Los hermanos Troisgros utilizan platillos tradicionales de su región e incorporan también las nuevas técnicas aprendidas de Point.

Obtuvieron su primera estrella de la Guía Michelin en 1955, una más en 1965 y la tercera en 1968. Pierre es el especialista en carnes, mientras Jean (falleció en 1983) fue el especialista en vinos. Sin embargo, ambos trabajaron juntos en la creación de sus platillos. Entre estos destacan su famoso “escalope de salmón con acedera”, su “mosaico de legumbres trufado”, la “costilla de buey al tuétano” acompañado de papas gratinadas; las “vieiras en croûte a la mantequilla” y la ensalada “rica” (foie-gras, bogavante y trufa).



## La nouvelle cuisine

Tabla de conceptos fundamentales

CIVILIZACION	EPOCA	PREPARACION DE ALIMENTOS	PROTOCOLO Y SERVICIO	LITERATURA GASTRONOMICA	APORTACIONES
Francia	1972	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcada preferencia por los alimentos frescos, de primera calidad.</li> <li>• Empleo de gran variedad de hierbas y condimentos frescos.</li> <li>• Se usan productos exóticos, procedentes de lugares lejanos.</li> <li>• Preocupación por emplear alimentos mas nutritivos.</li> <li>• Uso mínimo de alimentos grasos y harinosos.</li> <li>• Preparaciones rápidas. Consumo de algunos alimentos crudos. Cocciones cortas “al dente”; empleo de cocciones al vapor, estofados o en baño maría.</li> <li>• Uso de purés de frutas y verduras, que sirven para confeccionar mousses y salsas.</li> <li>• Gran tendencia a la libertad de innovación. Combinaciones nuevas de sabores y colores: mermeladas y compotas de verduras; sopas de postres y frutas como guarnición.</li> <li>• Los condimentos realzan el sabor natural de los alimentos; nunca se pretende</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El servicio es menos elegante. Se busca la rapidez y todos los platos salen montados desde la cocina.</li> <li>• Piezas y raciones más pequeñas.</li> <li>• Uso de las salsas bajo las piezas –a manera de espejo –sin naparlas.</li> <li>• Gran imaginación en la presentación de platillos; uso de colores contrastantes y vivos y adornados de forma original, aunque con sencillez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paul Boucuse, creador de la “cocina del mercado”, escribió su obra titulada Cuisine du Marché en 1980. Esta cocina se caracteriza por conseguir diariamente los ingredientes frescos y de gran calidad. Gran promotor de las nuevas tendencias en diferentes lugares del mundo, sobre todo en Japón.</li> <li>• Michele Guerard, creó la “Cuisine Minceur” (Cocina de la esbeltez), que se especializa en comida baja en calorías, pero apetitosa y nutritiva. Chef de su restaurante Les prés et les sources d’Eugenie. Escribió La grande cuisine minceur,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Surgió la <i>Nouvelle cuisine</i> o nueva cocina, que sale de Francia al resto del mundo.</li> <li>• Aparecen nuevos restaurantes en los que se sirven platillos preparados con alimentos frescos y de gran calidad, con nuevas combinaciones y sabores. Algunos tienen menús especiales bajos en calorías, pero nutritivos y apetitosos.</li> </ul>





		disfrazarlos.		publicada en 1976.	
--	--	---------------	--	-----------------------	--

## Capítulo 7

### La cocina de nuestros días

Y la historia sigue su curso... Algunos cambios han resultado verdaderamente vertiginosos, ocasionando un nuevo estilo de vida: el postmodernismo.

Uno de estos cambios, quizás el que mayores repercusiones ha tenido y el que avanza a mayor velocidad es la tecnología.

No cabe duda que la cibernética ha marcado una magna brecha entre la actual generación con las anteriores: los niños hoy en día manejan con total naturalidad todo tipo de aparatos, oprimiendo botones y manejando controles que a la mayoría de los adultos les resulta difícil entender y aprender. La generación net tiene intereses peculiares y nuevas formas de aprendizaje.

La tecnología ha eliminado fronteras y ha achicado al mundo. La comunicación entre personas de muy diversos lugares del globo está al alcance de cualquiera. Los acontecimientos de todas partes se conocen inmediatamente en casi cualquier sitio del planeta: se ha implantado la globalización.

Por otra parte, los roles desempeñado por el hombre y la mujer tanto en el hogar como en la sociedad, así como el dinamismo de la actividad cotidiana urbana, ha ido confirmando un estilo de vida ágil, ligero, con tendencia a lo saludable y la preferencia por la figura esbelta. Todos estos aspectos confluyen en las nuevas tendencias gastronómicas.

La globalización permite la difusión de platillos típicamente regionales en muchos países del orbe, con la consecuente ventaja de poder conocerlos y disfrutarlos, pero también con el riesgo de ir perdiendo la calidad propia de su identidad, desprovista del entorno original, tanto en la materia prima como en la producción, ambientación y cultura.

Las tendencias que ya se observan en la *nouvelle cuisine*, hacia una comida más sana y ligera, continúan, y se ven intensificadas con un mayor cuidado en todo el proceso de plantación, fertilización y recolección de los alimentos.

A partir de entonces los cocineros han hecho otras propuestas como la *cuisine actuelle* (cocina actual) y la cocina contemporánea; después fueron *slow food* y *fast food*, una comida preparada con rapidez pero servida sin prisas, que se consume en el mismo establecimiento o que puede ser para llevar. Más tarde surgió en California la cocina fusión, que reúne características de aquí y de allá, tanto orientales como occidentales, con conocimientos al vapor y alimentos poco cocidos.



También surgió el construccionismo culinario, cuya máxima expresión es la cocina llamada total *cooking*, contraria a la cocina basada en su mayor parte en la creatividad y que toma como referencia el sabor, gusto, texturas, aromas y color tradicionales de los alimentos. Busca “alcanzar un conocimiento integral, global, que explique la cocina como un todo por el que se nutre, vive y sobrevive, tan grande y extenso como la propia vida en la naturaleza, y que incluye el conjunto de las ciencias y de las artes”.

## LA COCINA DE AUTOR

Pero de todas las nuevas corrientes culinarias la que marcó un cambio más significativo fue la cocina de autor. La identidad gastronómica perdida en la globalización se recupera en la persona del chef. El autor culinario plasma en cada una de sus creaciones no solamente su técnica y habilidad, sino que de alguna manera involucra en ella toda su personalidad: recuerdos y sentimientos, costumbres, preferencias y modo de ser... Con frecuencia es posible identificar al cocinero que ha elaborado un platillo porque tiene su sello personal, que expresa en su cocina como parte de sí mismo. La cocina de autor exige un estilo de obra diferente, una capacidad para idear una nueva estructura formularía, que no es lo mismo que recoger ideas de uno u otro lado para reunir las en un tercero. O como dice Pepe Carvalho, el diseño de una estrategia culinaria singular y renovadora, más o menos basada en el gusto tradicional, pero tan innovadora que representa un salto cualitativo con respecto a la cocina anterior. Significa la madurez creativa de la cocina del siglo XX que pasa de la dictadura del chef cómplice, aunque a veces genial, que acepta el paladar del establishment, a la aportación del cocinero creador que encuentra un estilo propio y modifica el gusto.

Y así como hay muchos imitadores y pocos autores en otros rangos del arte, no muchos chefs pueden considerarse realmente fieles representantes de esta cocina, que requiere una genialidad que se encuentre por encima de toda discusión, porque sus platos son únicos, no copiados o semejantes a otros ya existentes, y porque, además dominan las técnicas culinarias y su procedimientos.

### Origen de la cocina de autor

A principios de los años ochenta del siglo XX se inició un movimiento llamado “Nueva Cocina Vasca”, en la que los cocineros se reunían para mejorar las recetas originales antiguas, buscando resaltar los sabores de los productos de la región y pasando de la cantidad a la calidad de los platillos, no sin esfuerzo, ya que el pueblo español suele caracterizarse por comer abundantemente.

Podemos decir con Néstor Lujan, que la cocina vasca es auténtica, leal y persistente y que en tiempos de tantas falsificaciones sus cocineros supieron mantener una fidelidad admirable a los cánones de su gastronomía tradicional, lo que no les impidió, sobre tan firmes bases, lanzarse a una cautelosa aventura que culminó en esta nueva cocina.

Surgieron así platillos sencillos, minimalistas y muy creativos. Pero no faltaron cocineros que en aras de la creatividad cayeron en copias, excesos y abusos, y como respuesta surgió la cocina de autor, en la que “no basta con hacer filigranas de Nueva Cocina, sino que estas han de ser de cosecha propia, originales, personales.



Esto mismo percibió Paul Bocuse, quien se percató del peligro que la difusión de la cocina francesa entrañaba para la pérdida de su identidad y el riesgo de que tantas innovaciones le hicieran perder sus cauces. Así las cosas, fueron desembocando en esta nueva cocina. España se convierte en pionera de las nuevas tendencias culinarias, seguida también de Francia, donde igualmente cobro gran fuerza.

Ahora mencionaremos algunas de las características de esta cocina, para luego hablar de sus principales exponentes.

## Ingredientes y sabores

Audacia es un término que puede definir la elaboración y presentación de la cocina de autor. Siguiendo con la tendencia de la *nouvelle cuisine*, se busca resaltar el sabor del ingrediente principal, pero la conjunción de ingredientes y la mezcla de sabores resulta verdaderamente revolucionaria. Esto puede verse también en la repostería, donde el uso de las hierbas aromáticas juega un papel importante: las salsas o cremas suelen tener un ligero sabor a perejil, hinojo, jengibre, pimienta u orégano, especias que se consideran fundamentales en las recetas de los pasteleros. Dos ingredientes están haciendo furor en la pastelería europea: el regaliz (producto muy dulce y nutritivo con textura similar al caucho) y el caramelo. Dentro de los frutos se usan mucho las castañas. Asimismo, encontramos en la repostería, compotas o mermeladas novedosas, como la de pimiento, aguacate y productos del mar.

También merece una mención el uso de las flores, que hacen más atractivos los platos y proporcionan nuevos sabores. No se pueden usar flores de cualquier tipo, pues podrían tener un tratamiento químico durante su cultivo, y por tanto es mejor consumir las que se cultivan en los viveres. Las flores más utilizadas son los pétalos de rosa recién cortados, flores de azahar, de lavanda, violetas, orquídeas, crisantemos, mastuerzos y flor de calabaza. Estas deben ser recién recolectadas, bien lavadas y desprovistas de estambres y pistilos que pueden amargar.

Dentro de los platillos salados, desfilan pescados, mariscos y otros productos del mar; frutos y vegetales esmeradamente cultivados; carnes de ave, vaca y caza, con cocciones breves, a la plancha y muy pocas veces fritos. Aderezos aromatizados con diversas frutas, hierbas y especias. En algunos platos españoles vuelve a aparecer el término *garum*, empleado para aderezar diferentes preparaciones.

Los sabores más disímolos son reunidos inusitadamente para aromatizar en estos novedosos platillos, donde predomina la genialidad. Mencionaremos algunas de estas combinaciones para regojo del lector, tan sólo como una pequeña muestra:

- Arroz con polvo de café y alcaparras o azafrán
- Spaghetti con hígado de sepia, aceite y guindilla
- Tagliolini al humo con mantequilla, anchoas y lascas de huevo seco
- Tuétano con habas y café amargo, o con clara batida con cacao a la guindilla
- Gazpacho de tomate y sandía a la hierbabuena
- Tosta de pargo con *garum*
- Helado de regaliz con remolacha



- Berenjena con helado de especias

¿Cuántas combinaciones pueden encontrarse? Tantas cuantas sea capaz de crear la imaginación de los chefs.

## **Presentaciones y servicio**

Luz, color y contraste pueden apreciarse en los platos, con pequeñas porciones acomodadas con creatividad y adornadas con variedad de hierbas, frutos o flores, salsas con colores vivos bajo los alimentos, filigranas y estructuras hechas con vegetales o caramelo.

Así lucen ahora las mesas, con vajillas con platos redondos o cuadrados y de los más variados materiales y colores. Las formas para las copas de cristal que contienen el vino son también menos rigoristas; tienden a ser más bien altas, pero las hay más abiertas o más esbeltas.

Una novedad en la presentación de los platillos es el uso de vasos de vidrio en los que se disponen los alimentos y que en la carta suelen estar ubicados en medio, entre los bocaditos de entrada y el plato principal. También el uso de las flores de sal, que se han puesto de moda en Francia para adornar los platos, sobre todo en la pastelería.

Actualmente los grandes chefs y pasteleros europeos organizan lujosos eventos para exponer sus últimas creaciones de temporadas, con una cuidada selección de platillos propia para la estación: primavera-verano u otoño-invierno, con los sabores, temperaturas y presentación y correspondientes a cada estación.

El servicio esmerado busca que el cliente se encuentre con la mejor atención y que satisfaga todas sus expectativas, tanto en la degustación de los alimentos, como en la perfecta ambientación, que le permita pasar un espacio de tiempo verdaderamente placentero, agradable.

## **LOS CHEFS EN LA COCINA DE AUTOR**

Otra de las consecuencias de la tecnología ha sido el boom de la gastronomía. Las escuelas donde se enseña el arte culinario se ha incrementado por doquier. Incluso en Francia existe ya un instituto multidisciplinar dedicado a la gastronomía. En la televisión pueden encontrarse continuamente programaciones dedicadas a los más variados aspectos relacionados con la coquinaria: clases de cocina, enología, cata de vinos, establecimientos y valoración de restaurantes, etcétera. A manera de ejemplo veamos lo que se dice de *Canalcocina*, programa español de los que transmite programación gastronómica las 24 horas: “En lo referido propiamente a los fogones, hay espacio para todos, para niños, para principiantes para cocinar con microondas, pastelería, para niveles medios y cocina denominada “de autor” con buenísimos y reputados cocineros españoles como Salvador Gallego, Pedro Larrumbe, Sergi Arola, Pedro Subijana, etcétera, etcétera.

Así como cocinas de otros países tan cercanos como Italia o Grecia o tan lejana como puede ser la cocina tailandesa”. Y esto puede verse en muchos lugares del mundo.

Por otra parte, la informática también aporta lo suyo: las páginas web dedicadas al tema son cada vez más y los programas televisivos complementan su información con sitios en Internet. Así pues, la profesión del chef se ha puesto de moda en muchos lugares y cuenta con gran difusión. Pero



¿Cuántos de estos autores cuentan realmente con reconocimiento mundial? ¿Qué problemas podemos encontrar en la profesión?

## **Cocineros españoles**

Rafael García Santos, comentarista gastronómico en Internet, habla de la situación culinaria en España y dice que el futuro de la alta cocina en este país está asegurado, pues cuenta con al menos tres generaciones de grandes cocineros. Sin embargo, menciona también la dificultad que se está percibiendo con la nueva generación, en la que no se ve tan claro que pueda haber los magníficos chefs con que ha contado en los últimos años.

Efectivamente, España ha sido, como ya se anotó, un país que ha proporcionado grandes aportaciones a la cocina de nuestros días. Además de la región de Vasconia, esta la cocina de Cataluña, que cuenta con un gran renombre internacional y ha dado excelentes cocineros de gran talla, como Ferrán Adriá, Santi Santamaría, Joan Roca y Carme Rusalleda.

La cocina catalana, que cuenta con ricas tradiciones regionales y zonas muy cosmopolitas como Barcelona, presenta dos tipos de cocina: la de la montaña, con famosos productos cárnicos, lácteos y frutos secos como la avellana, que en Reus goza de Denominación de Origen, y la cocina mediterránea, marinera por excelencia, en la que el ingrediente estrella es el pescado que se acompaña con arroz, frutas y verduras. La ancestral cocina de esta región mediterránea de España, actualizada y renovada con tan grandes figuras, goza hoy en día de un momento excelente.

Así pues, García Santos menciona a los siguientes chefs españoles, que han conseguido ser famosos en su actividad:

Probablemente la última generación, la que ahora se sitúa entre los treinta y cuarenta años, haya sido la más numerosa en brillantez que se recuerde: Quique Dacosta (El Poblet), Andoni Luis Aduriz (Mugaritz), Dani García (Calima), Isaac Salaberria (Fagollaga), Jordi Vila (Alkimia), Xavier Pellicer (Abac), Raúl Alexandre (Ca Sento), Nacho Manzano (Casa Marcial), Pepe Rodríguez (Bohío), Josean Martínez Alija (Guggenheim Bilbao) y Sergi Arola (La Broche) figuran como primeros exponentes, a los que hay que añadir casi medio centenar de chefs que en ese abanico de edad han alcanzado la notabilidad en su quehacer.

La anterior generación, compuesta por aquellos que se sitúan por los 45 años arriba o abajo, tiene nombres tan relevantes como Ferran Adriá (El Bulli), Martín Berasatequi, Joan Roca (El Celler de Can Roca), Santi Santamaría (Can FABES) Y Manolo de la Osa (Las Rejas). Todos ellos se encuentran en su plenitud.

Sin lugar a dudas es menos numerosa que la gente que le sigue, aunque está por comprobar si la más joven superará la grandeza de la más veterana. Y tanta gloria no se entiende sin la labor de los maestros que les precedieron y que hoy ejercen con doctoral sapiencia: Juan Mari Arzak, Pedro Subijana (Akelare), Carme Rusalleda (Sant Pau) e Hilario Arbelaitz (Zuberoa).

Este ramillete de cocineros españoles, aunado a muchos otros que aquí no se mencionan, da razón de por qué la cocina de España es vanguardista en la gastronomía mundial.

## **Cocineros italianos**





La gastronomía italiana está situada entre las mejores del mundo. País rico en variedad y calidad de verduras entre las que destacan las setas, productor de excelentes aceites de oliva vírgenes y famosos vinagres como el de Módena; creadores de excelentes platillos de arroz y de pasta, en las que son los reyes; grandes elaboradores de pan y criadores de pichones; fabricantes de deliciosos quesos como el gorgonzola y el parmesano o el mozzarella de búfala; maestros en la producción de helados y de café y excelentes vinicultores, tienen mucho que aportar a la gastronomía.

García Santos menciona como los chefs de mayor renombre dentro de la cocina de autor a Maximiliano Alaimo (Le Calandre), Carlo Cracco (Cracco-Peck), Paolo Lopriore (Il Canto, Hotel Certosa di Maggiano), Enrico Crippa (Ristorante in Piazza Duomo) Moreno Cedroni (madon-chefs, considera que la cocina italiana aun tiene mucho que avanzar en esta nueva cocina, ya que se encuentra muy apegada a la cocina tradicional, que impide llegar a las nuevas creaciones.

### **Los grandes chefs franceses**

Si bien la cocina de autor se inicio en España, el abolengo y calidad de la gastronomía francesa ha producido, poa si decirlo, magníficos chefs considerados entre lo mejor de la cocina actual. El célebre Alain Ducasse, de renombre mundial, habla de que en su país se puede contar un centenar de buenos cocineros. Ciertamente, tres franceses son considerados por un grupo de sesenta periodistas de todo el mundo como integrantes de los diez cocineros más influyentes del orbe: Alain Ducasse (La Terrasse), Michel Bras (Laguiole) y Pierre Gagnaire (Hotel Balzac de París).

Vale la pena mencionar el gran esfuerzo que representa el IHEGGAT: Institut des Hautes Études du Gout, de la Gastronomie et des Arts de la Table (Instituto de Altos Estudios del Gusto, la Gastronomía y el Arte de la Mesa), en la recuperación y enseñanza del arte culinario francés. Este instituto interdisciplinario se abrió en noviembre del año 2004 en la Universidad de Reims, en el centro de la región de Champagne. En su primer año circularon por sus aulas 70 alumnos franceses y 30 extranjeros. Cuenta con profesores de gran prestigio como Hervé This, químico francés considerado como el padre de la gastronomía molecular, Alain Ducasse y Gerard Boyer. Entre el currículo se pueden ver todo tipo de materias relacionadas con la gastronomía: ciencia del gusto, técnica de los alimentos, historia y geografía de la cocina, comunicación asociada a la alimentación, ciencias económicas y jurídicas relacionadas con el tema, talleres sensoriales y de cata, psicología de la nutrición, historia del gusto culinario, etcétera.

Los fundadores y dirigentes de la institución buscan, por una parte influir en la juventud para rescatar la buena alimentación de la comida rápida y comercializada, que además de ir desconociendo la cultura culinaria, ocasiona serios trastornos alimenticios a nivel mundial, y por otra, difundir la cultura gastronómica francesa: crear un grupo de embajadores del arte de vivir francés.

La cocina de nuestros días ve incluidos a los grandes chefs entre las celebridades a nivel internacional, como sucede con los artistas, empresarios o deportistas estrella. Sin embargo, no es fácil en ninguno de estos rasgos colocarse entre los primeros. Para los amantes del arte culinario no es fácil acceder a los grandes restaurantes, pues su consumo resulta económicamente elevado. Para los dueños de los establecimientos tampoco es fácil, pues a pesar del alto precio de los platillos, muchas veces el negocio no es rentable. Los grandes en la materia logran tener magníficos ingresos



en gran parte por su fama, sus asesorías o presentaciones, o porque han sabido ser, además de excelentes cocineros, muy buenos empresarios. Conozcámoslos un poco.

## LOS COCINEROS MAS FAMOSOS

### Ferran Adriá

Es considerado como el gran genio de la cocina actual: creativo, inventor imaginativo y tenaz, impulsor intuitivo de la revolución culinaria, vanguardista conocido en todo el plante. No sólo es considerado el número uno en la cocina española, sino que su prestigio se ha extendido hasta el punto de ser mencionado por la prensa mundial como el genio español de mayor relieve internacional en la actualidad. A sus 42 años, ha sido titular en los grandes diarios de las principales ciudades del mundo: Times, New York Times, Le Monde, El País, convirtiéndose en todo un mito.

Nacido en Barcelona, Adriá menciona su inspiración inicial en los grandes de la *nouvelle cuisine* y en su patria, en Juan Mari Arzak, aunque el discípulo aventajó al maestro.

Después de trabajar en algunos restaurantes y hoteles, en el año 1983 inicia su actividad en el restaurante El Bulli, dirigido por Juli Soler, en Roses, Gerona. En sólo tres años llega a ser jefe de cocina, y junto con Soler inicia la modernización de la cocina y la reforma del local. Sus esfuerzos y brillantes ideas dieron como resultado la renovación de la cocina española y catalana y el establecimiento fue galardonado con la tercera estrella de la Guía Michelin. Su fama se vio acrecentada con las colaboraciones que tuvo con los medios de comunicación, la publicación de sus libros y la creación del Hotel Bulli.

Su cocina de autor se basa en tres pilares fundamentales:

- Uso de los productos de la zona y de temporada;
- Una técnica esmerada, profesional y exquisita, con conocimiento pleno de las bases culinarias;
- Una profunda investigación, en la que pone en juego su creatividad para dar a sus platillos una razón de ser, un sentido armónico a la integración de sus platos.

Ferrá es experto en la “deconstrucción” de platillos, es decir, su modificación en texturas, temperaturas y modo de combinar los ingredientes. Éste es el origen de sus fantásticas espumas, granizados, gelatinas frías y calientes, croquetas líquidas, etc. Con frecuencia es solicitado para servir banquetes de personajes importantes como bodas reales o cumbres del jefe de Estado. Ha publicado diversos libros, ofrece conferencias en países de todo el mundo y asesora a grandes empresas.

### Alain Ducasse

El nombre Ducasse es toda una referencia en la gastronomía mundial, tal como lo dijo el mismo Adrian en el prologo del Diccionario del amante de la cocina, del mismo Ducasse. Alain es considerado como un gran empresario, pues ha creado un emporio gastronómico a su alrededor, ya que cuenta con 26 establecimientos en todo el mundo con más de 1200 trabajadores.

Es mencionado entre los cien personajes mas influyen del mundo, según Forbes, condecorado con la Legión de Honor en 2004 y que cuenta en su haber con 14 estrellas de la Guia Michelin: tres en el



restaurante Louis XV, en Mónaco, en el Plaza Atenas de París y en el Essex House, de Nueva York, que son los más famosos; aunque tiene otros que han sido galardonados con una estrella; sus restaurantes están distribuidos en cuatro continentes (solo le falta tener en Australia). Además es presidente de la asociación de hoteles de lujo Chateau et Hotels de France y propietario de la editora Alain Ducasse, que ha recibido el premio Gourmend Award a la mejor editorial de libros de cocina del mundo, en la ciudad de Kuala Lumpur.

Nació en Francia en 1956 y muy joven empezó a trabajar aprendiendo sobre cocina provenzal y mediterránea, teniendo como inspiración a Alain Chapel. En 1981 se hace cargo de la cocina del restaurante la Terrase, que tres años después gana dos estrellas de la Guía Michelin; pero su prestigio internacional lo adquirió al dirigir el Restaurante Louis XV en Montecarlo. Es interesante hacer notar que Ducasse tuvo la audacia de comprometerse por escrito, al recibir este trabajo, a recibir tres estrellas de la afamada guía en tres años, y las obtuvo en 33 meses.

Afirmo en una entrevista que concedió en el Ritz de Madrid a Magazine de El Mundo, que el éxito de sus restaurantes y hosterías en lugres tan dispares está en que sabe adaptarse a cada uno de ellos. En efecto, aunque tiene técnicas culinarias y recetas francesas, busca productos, de cada lugar y trata de seguir los gustos de los habitantes de esos sitios. Estas experiencias le han llevado a afirmar que en todos los lugares del mundo hay alimentos de 10, sólo hay que buscarlos.

En la misma entrevista afirmo que el mayor patrimonio de Europa es su memoria, su pasado, sus sabores, y que hay que preservarlos porque en tecnología e industria no se puede competir con los chinos. Asimismo, manifestó que “no hay que tener miedo a la globalización, sino conservar lo local sin despreciar lo global: aferrarse al terruño mental pero manteniéndose curioso, abierto. Hay que conocer y respetar lo ajeno para poderlo valorar”. En su línea de restaurantes Spoon lo pone en práctica: “Cada Spoon se adapta a cada ciudad: es muy diferente el de París del de Hong Kong o del de Isla Mauricio. La cocina de fusión te da esa libertad. Pero Spoon es fusión sin confusión, guardando la identidad de las cosas: si hago una salsa barbacoa o una sopa thai, las hago clásicas, no les agrego ingredientes o especias nuevas. Es una cocina global pero no bastarda.”

### **Heston Blumenthal**

Es sorprendente la personalidad de este joven cocinero, que en poco tiempo y de forma autodidacta ha alcanzado las cumbres de la gastronomía mundial. Es un vívido ejemplo de quien con decisión, tenacidad y audacia, logra alcanzar sus elevadas metas y cumplir sus sueños.

En un país que no se distinguía precisamente en el campo culinario surge esta figura ciertamente revolucionaria que hace volver los ojos de cocineros, comensales y científicos hacia su persona y su restaurante: The Fat Duck, ubicado en Berkshire, al sur de Londres. En diez años, el establecimiento de Blumenthal ya contaba con tres estrellas de la Guía Michelin y el nombramiento de la prestigiosa revista Restaurant, como el mejor del mundo (abril de 2005).

Heston Blumenthal destacó en la gastronomía por su vinculación con la ciencia. Interesado en la cocina molecular, llevo la química y la física a su restaurante y a sus platillos. Ávido por conocer los fundamentos racionales, el porqué de la cocina, se contactó con Harold Mac Gee, autor del libro *On food and cooking*, que despertó en Blumenthal gran interés y fascinación. También con Nicholas Kurti, el científico creador de la llamada cocina molecular, y a través de su esposa, también con otros



miembros de esta corriente gastronómico-científica, como Barham. Sus estudios y observaciones fueron arrojando resultados y en poco tiempo obtiene la primera estrella Michelin.

Llega el momento de la remodelación de su restaurante y monta en el piso de arriba un laboratorio para realizar sus experimentos y plasmarlos, llenos de creatividad, en sus platillos. Los grandes chefs del mundo voltean a esta nueva corriente culinaria y empiezan a sentirse atraídos por ella; tal es el caso del Juan Mari Arzak, quien se interesa por una cocina más integral.

Aquel joven, sin mayores estudios, antes de los cuarenta años se encontró dando conferencias en la universidad de Oxford y otras más, intercambiando ideas con premios Nobel de física y química, escribiendo artículos y publicando libros.

Algunas de sus alabadas y novedosas creaciones son: porridge de caracoles, risotto de coliflor con gelatina de chocolate, tofee de zanahoria, discos de caviar y chocolate blanco, gelatina de ostras con jugo de parchita y lavanda, avena de serpientes, tostadas con sorbete de sardinas y la mousse de limón con nitrógeno líquido.

Uno de sus libros publicados, *Cocinar en familia*, manifiesta otra faceta de su personalidad: el gusto por compartir los placeres de la mesa con los seres queridos, de participar con los hijos en la elección y preparación de los platillos y desde luego, de disfrutarlos en la mesa familiar.

## **Juan Mari Arzak**

Ahora pasamos a otro gran personaje de la gastronomía con una historia culinaria muy diferente, ya que pertenece a una familia de cocineros que actualmente está ya en la cuarta generación, con la inclusión en el negocio de su hija Elena.

El restaurante de Juan Mari, llamado Arzak y ubicado en San Sebastián, ha sido galardonado con tres estrellas de la Guía Michelin, entre otros muchos premios. Después de estar un tiempo en las cocinas del restaurante materno, conoce la *nouvelle cuisine* en el primer certamen gastronómico organizado por el Club de Gourmets. La figura de Paul Bocuse influye en su carrera de chef, que a partir de entonces da un giro hacia una nueva cocina y un afamado restaurante, considerado con el mejor de España por la revista del Club de Gourmets en 1984, y ganador del Premio Nacional de Gastronomía en 1985, además de obtener excelentes puntuaciones en las mejores guías españolas de gastronomía.

En el proceso de este cambio, Arzak dedicó tiempo a conocer a los principales exponentes de la *nouvelle cuisine*: en 1977 estuvo con Bocuse en Lyon; en 1978, con Troigros en Roanne; en 1979 con Sanderens en París, y en 1980, Boyer en Reims.

Y sus esfuerzos han sido recompensados, pues en 1983 fue nombrado el mejor Cocinero de España por la revista del Club de Gourmets; y en 1992 obtuvo el Gran Premio del Arte de la Cocina como el mejor cocinero europeo por la academia europea de Gastronomía. Además, ha recibido otras distinciones, como ser nombrado Caballero de la Orden de las Artes y las Letras de Francia, la Medalla de Oro por la ciudad de Donostia y también la de Guipúzcoa.

Entre los platillos del famoso restaurante Arzak, podemos encontrar el rape con hilos y médulas, mendrska de bonito con ajedrea y espina mentolada, el círculo del chipirón, cordero con café



cortado, pompas de fresa, la flor de huevo y tartufo en grasa de oca con chistorra de dátiles, todos ellos con las novedosas presentaciones que plasma el arte del cocinero autor.

Juan Mari ha tenido varias publicaciones, entre las que mencionamos: Arzak, recetas; Celebrar el milenio con Adriá, de los dos famosos cocineros españoles, y Escuela de cocina y de la buena mesa I y II, con su amigo y cocinero Karlos Arguiñano, con quien también comparte un programa de televisión desde el año 2005.

## **Charlie Trotter**

Giramos ahora hacia otro continente: América. La ciudad de Chicago alberga al restaurante Charlie Trotter's, fruto de la esmerada trayectoria culinaria de un hambre oriundo de esta ciudad el norte de Estados Unidos. Una vez decidida su vocación gastronómica, Trotter no escatimó ningún esfuerzo para lograr el éxito e invirtió el tiempo necesario para el estudio y la practica requerida para alcanzar objetivos.

Comenzó por un curso en la California Culinary Academy para después dedicar cuatro años alternando actividades de trabajo, con estudio y numerosos viajes, en los que se propuso aprender lo más posible en restaurantes de diversos lugares. Entre ellos, La Pyramide, de Fernand Point, y el restaurante del chef Fredy Girardet contribuyeron de forma significativa en su filosofía gastronómica.

¿Su estilo? Un perfeccionista que busca incansablemente la excelencia y se rodea de un equipo de líderes, especialistas en su arte, para lograr la máxima calidad en todos los detalles. Genialmente innovador, la cocina de Charlie tiende a no repetirse fácilmente. Conocedor de las técnicas culinarias tradicionales, busca ingredientes cien por ciento frescos, al grado de que no tiene refrigeradores en sus restaurantes. Usa pocas grasas, disfruta la comida artesanal y actualmente sabores encontrados en sus andanzas alrededor del mundo.

Es escritor de temas culinarios muy variados: vegetales, comida del mar, postres; entre sus publicaciones se encuentran Charlie Trotter's Meat and Game, Lessons in Service from Charlie Trotter, The Kichen Sessions y Lessons in Excellence.

En 1997 inauguró el Trotter's Charlie Restaurante en Chicago, que goza de una gran aceptación tanto por la crítica como por parte del público, y un año después es reconocido por la revista Win Spectator como el "Mejor Restaurante del Mundo para tomar Vino y Alimento". Esta misma revista lo declara como el Mejor Restaurante del Mundo. También recibe las Cinco Estrellas del Mobil Travel Guide, los Cinco Diamantes de la AAA y siete de la James Beard Foundation. A través de estas premiaciones va logrando influir más en la cultura gastronómica de su país, al mismo tiempo que le da mayor prestigio.

También logra su expansión como empresario, ya que en 2004 abrió el restaurante C en los Cabos, México, con comida especializada en cenas finas de pescados y mariscos; abrió una tienda en Marshall Field's y una línea de productos gourmet y de banquetes en Chicago; creó la Charlie Trotter Culinary Education Foundation, que le valió el premio Humanitario del Año por la International Association of Culinary Professionals, y en 2006 abrió otro nuevo restaurante en Nueva York.



No extraña que con esta impresionante trayectoria haya sido enlistado como uno de los chefs más influyentes de nuestro tiempo en todo el mundo, en la Cumbre Internacional de Cocina, en Madrid.

Thomas Keller

En Estados Unidos ha surgido otra gran figura en el campo gastronómico. Al igual que su compatriota Trotter, basó su creatividad culinaria en la técnica francesa, pero su proceso hasta convertirse en un gran chef fue por derroteros muy distintos.

Thomas Keller nació en el estado de California, situado al suroeste del país, y fue en este mismo estado donde, después de superar una fuerte crisis profesional, estableció el restaurante donde empezó a adquirir fama internacional: The French Laundry.

Con ciertas habilidades culinarias y empujadas por la necesidad de trabajar para obtener ingresos económicos, Keller se inicia en el gremio en el estado de Florida. En esta época tuvo la oportunidad de trabajar con el chef Roland Henin, donde aprendió los fundamentos de la cocina clásica francesa. Estos conocimientos se verán reforzados cuando unos años más tarde decide viajar a París y disfruta de la cocina de los afamados cocineros que trabajan en los restaurantes galardonados por la Guía Michelin.

Con esta nueva visión, trabaja como socio y cocinero en el restaurante Rakel, donde se sirve una comida francesa refinada; es visitado por clientes exigentes y atendido con cierto éxito. Pero su trayectoria sufre un terrible revés cuando el Rakel es visitado por el New York Times obteniendo tan sólo dos estrellas.

Se ve obligado a sufrir un tiempo de desprestigio, que afortunadamente cambio por completo cuando en 1994 abre su restaurante The French Laundry. Empezaron a obtenerse los reconocimientos tan deseados: en 1996, la James Beard Foundation le otorga el título del Mejor Chef de los EEUU; en 1997 recibe el premio al Chef del Año por la revista Bon Appétit, y al siguiente año obteniendo las Cinco Estrellas de la Mobil Travel Guide, que no ha perdido hasta la fecha. Luego es nombrado el Restaurante Favorito de la Union Americana en la Revista Food & Wine. en el año 2000 forma parte de la lista de los Top Restaurant for Food, según la revista Wine Spectator. En el 2001 la revista Times le otorga el título del Mejor Chef de America; en el 2001 la revista Times le otorga el título del MEJOR Chef De América; en el 2003 recibe el premio James Beard Foundation por el servicio extraordinario del restaurante, y en 2004 es condecorado con el título de Best Restaurant in the World, por Restaurant Magazine. Para cerrar con broche de oro, fue mencionado entre los diez cocineros más influyentes del mundo en la Cumbre Internacional de Cocina Madrid Fusión.

Keller no se conformó con el éxito del FRENCH Laundry, sino que abrió el Bouchon, con platillos excelentes a precios más moderados, y luego una sucursal del mismo en la ciudad de Las Vegas. También creó la panadería del Bouchon con gran éxito, para posteriormente triunfar como chef en la ciudad donde antes sufrió el rechazo profesional: Nueva York, con su famoso restaurante Per Se, que llegue a obtener las Tres Estrellas de la Guía Muchelin de Nueva York.

Keller es visto como el representante por antonomasia de la cocina "clásica" norteamericana, enriquecida con la pluricultural gastronomía del mundo. El servicio atento, cordial, eficiente y



refinado de sus establecimientos, así como la excelente calidad de sus alimentos, refleja el nivel de la prosperidad económica y cultural de California y de Estados Unidos.

Sus menús, que cuentan entre cinco y nueve tiempos, son perfectamente equilibrados. Algunos de sus platos que no solamente son creativos en su sabor y presentación, sino también en su denominación, son Oysters and Pearls (ostras y perlas), Soup and Sandwinch (sopa y sándwich), Surf and Turf (oleaje y copete), Peas and Carrosts (chícharos y zanahorias) y Coffe and Doughnuts (café y buñuelos).

Su libro de cocina The French Laundry ha sido también merecedor de varios premios.

### La cocina de nuestros días – cocina de autor

Tabla de conceptos fundamentales

CONCEPTO	INGREDIENTES Y SABORES	PRESENTACION	PROTOCOLO Y SERVICIO	PAISES MÁS REPRESENTATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Cocina innovadora y creativa en la que el cocinero, además de dominar las técnicas culinarias, plasma su personalidad en cada una de sus creaciones.</li> <li>Diseño de una estrategia culinaria singular y renovadora más o menos basada en el gusto tradicional, pero tan innovadora, que representa un salto cualitativo con relación a la cocina anterior.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Resalta el sabor del ingrediente principal.</li> <li>Combinación audaz de sabores.</li> <li>Uso de ingredientes de muy diversos lugares.</li> <li>Uso de hierbas aromáticas en repostería.</li> <li>Uso frecuente de regaliz y caramelo en la repostería.</li> <li>Uso de flores no sólo como adorno, sino también como alimento: rosa, azahar, violeta, crisantemo, orquídea, mastuerzo, flor de calabaza.</li> <li>Pescados, mariscos y otros frutos del mar.</li> <li>Frutas variadas, de muchos lugares.</li> <li>Castañas.</li> <li>Carnes de ave, vaca, caza...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gran creatividad artística en la presentación de los platos.</li> <li>Porciones pequeñas.</li> <li>Uso de flores de sal como adorno.</li> <li>Presentación de colecciones de temporada d los mejores chefs.</li> <li>Luz, color y contraste.</li> <li>Filigranas y estructuras de verduras o d caramelo.</li> <li>Salsas a manera de espejo.</li> <li>“deconstrucción”: cambio de texturas y temperaturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Servicio refinado y esmerado.</li> <li>Uso de vajilla con platos redondos o cuadrados, de muy diversos materiales y colores.</li> <li>Servicio de alimentos en vasos de vidrio en medio del menú.</li> <li>Algunos cocineros sirven menús entre cinco y nueve tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>España, especialmente Vasconia y Cataluña</li> <li>Francia</li> <li>Estados Unidos.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de garum y aderezos aromatizados con frutas, hierbas y especias.</li> <li>• Reunión inusitada de ingredientes y sabores.</li> </ul>			
--	--	--	--	--

## La cocina de nuestros días - Principales cocineros autores

Tabla de conceptos fundamentales

COCINERO	NACIONALIDAD	CARACTERISTICAS GENERALES	RESTAURANTES	ALGUNOS RECONOCIMIENTOS
Ferran Adriá	Español	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Renovador de la cocina española y catalana.</li> <li>• Basa su cocina en tres principios: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso de productos de la zona y de temporada.</li> <li>- Técnica esmerada con conocimiento pleno de las técnicas culinarias.</li> <li>- Investigación profunda con gran creatividad.</li> </ul> </li> <li>• Experto en reconstrucción</li> <li>• Autor de varios libros, conferencista y asesor de grandes empresas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• EL Bulli, en Gerona, con Juli Sobrer</li> <li>• Hotel El Bulli</li> <li>• Taller El Bulli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El Bulli tiene tres estrellas de la Guía Michelin.</li> <li>• Nombrado como el mejor cocinero del mundo por el Times.</li> <li>• Máxima puntuación en la Guía CAMPSA.</li> <li>• Mejor restaurante en la Guía Gourmetour de 1996.</li> <li>• Premio nacional de la academia Española de Gastronomía.</li> <li>• Premio al mejor libro de Cocina de Autor.</li> <li>• Grand Prix de l'Art de la Cuisine de la Academia Internacional de Gastronomía.</li> <li>• Uno de los diez cocineros más influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004.</li> </ul>
Alain Ducasse	Francés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gran conocedor de las técnicas culinarias y recetas francesas.</li> <li>• Reconocedor de la gran valía de la cocina de su país, es sin embargo curioso y aprecia otras cocinas de diferentes lugares.</li> <li>• Sin temor a la globalización, sabe buscar en cada lugar los ingredientes de calidad propios de la región.</li> <li>• Buen empresario, cuenta con 26 establecimientos y más de 1200 empleados.</li> <li>• Afamado autor, cuenta además con una prestigiosa editorial culinaria.</li> </ul>	<p>De sus 26 restaurantes, los más famosos, que cuentan con tres estrellas de la Guía Michelin, son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Louis XV, en Monaco.</li> <li>• Plaza Atenas, en París.</li> <li>• Essex House, en Nueva York.</li> <li>• Su cadena de restaurantes Spoon se caracteriza por adaptarse al lugar donde se encuentra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forbes lo menciona como uno de los cien personajes más influyentes del mundo.</li> <li>• Condecorado con la Legión de Honor en 2004.</li> <li>• Cuenta con 14 estrellas de la Guía Michelin en sus diversos establecimientos.</li> <li>• Presidente de la Asociación de Hoteles de Lujo Chateaux et Hotels de France.</li> <li>• Premio Gourmand Award a la Editora Alain Ducasse como la mejor editorial de libros de cocina del mundo.</li> <li>• Uno de los diez cocineros más influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004</li> </ul>



Heston Blumenthal	Inglés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su gastronomía se caracteriza por su vinculación con la ciencia.</li> <li>• Se trata de un cocinero autodidacta.</li> <li>• Impulsor de la cocina molecular, lleva los resultados de su laboratorio a su cocina.</li> <li>• Autor de varias publicaciones, ha escrito también sobre el placer de compartir el arte culinario en familia.</li> </ul>	Su famoso restaurante es The Fat Duck, ubicado muy cerca de Londres.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tres estrellas de la Guía Michelin para The Fat Duck.</li> <li>• Considerado el mejor restaurante del mundo para la prestigiosa revista Restaurant, en abril de 2005.</li> <li>• Uno de los diez cocineros más influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004.</li> </ul>
Juan Mari Arzak	Español	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descendiente de familia de cocineros.</li> <li>• Renovador de la cocina vasca.</li> <li>• Admirador de la <i>nouvelle cuisine</i>, recibe influencia de los grandes de esta cocina: Bocuse, Troisgros, Sanderens.</li> <li>• Autor de varias publicaciones, alguna compartida con Ferran Adriá y otras con su amigo Karlos Arguiñano, con quien también tiene un programa de televisión.</li> </ul>	Arzak, ubicado en San Sebastián	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejor cocinero de España, por la revista del Club de Gourmets, en 1983.</li> <li>• Mejor cocinero europeo por la Academia Europea de Gastronomía, en 1992</li> <li>• Medalla de oro por la ciudad de Donostia y de Guipuzcoa.</li> <li>• Caballero de la Orden de las Artes y las Letras de Francia.</li> <li>• Tres estrellas en la Guía Michelin para su restaurante Arzak.</li> <li>• Uno de los diez cocineros más influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004.</li> </ul>

## La cocina de nuestros días- Principales cocineros autores

### Tabla de conceptos fundamentales

COCINERO	NACIONALIDAD	CARACTERISTICAS GENERALES	RESTAURANTES	ALGUNOS RECONOCIMIENTOS
Charlie Trotter	Norteamericano.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deseoso de dedicarse a la gastronomía, se propuso aprender de los franceses Point y Girardot, quienes influyeron en su filosofía gastronómica.</li> <li>• Perfeccionista que busca la excelencia en calidad. Busca alimentos cien por ciento frescos, tanto que no tiene refrigeradores en sus establecimientos.</li> <li>• Usa pocas grasas, disfruta de la comida artesanal y tiende al uso de alimentos crudos.</li> <li>• Le agrada innovar con sabores de diferentes partes del mundo.</li> <li>• Escritor de varios libros gastronómicos, influyó en la cultura gastronómica de su país.</li> <li>• Empresario con visión, además de los restaurantes, abrió una tienda en Marshall Field's y una línea de productos gourmet y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Charlie Trotter's, en la ciudad de Chicago.</li> <li>• Restaurante C en Los Cabos, México.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El Charlie Trotter's es considerado como el mejor restaurante del mundo para tomar vino y alimento, según la revista Win Spectator.</li> <li>• Cinco estrellas de la Mobil Travel Guide.</li> <li>• Cinco Diamantes de la AAA.</li> <li>• Premio Humanitario del Año por la Internacional Association of Culinary Professionals.</li> <li>• Uno de los diez cocineros más influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004.</li> </ul>



		<p>banquetes en Chicago.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creo la Charlie Trotter Culinary Education Foundation.</li> </ul>		
Thomas Keller	Norteamericano	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendió fundamentos de cocina clásica Francesca con el chef Roland Henin en Florida y luego fueron reforzados en París, con la visita a afamados restaurantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• The French Laundry, en California.</li> <li>• Bouchon, en California.</li> <li>• Boucon, en las Vegas.</li> <li>• Per Se, en Nueva York.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejor Chef de EE.UU. por la Jmaes Beard Foundation.</li> <li>• Mejor Chef del año en 1998 por la revista Bon Appétit</li> <li>• Cinco estrellas de la Mobil Travel Guide, que no ha perdido hasta la fecha.</li> <li>• Mejor Chef de America por la revista Times.</li> <li>• Premio James Beard Foundation por el servicio extraordinario del restaurante.</li> <li>• Best Restaurant for Food, por la revista Restaurant Magazine.</li> <li>• Uno de los diez cocineros mas influyentes del mundo en la última década, en Madrid Fusión, 2004.</li> <li>• El restaurante Per Se obtuvo las tres estrellas de la Guía Michelin de Nueva York.</li> </ul>

## Capítulo 8

### El menú a través del tiempo

#### EL MENÚ

Se llama menú a la lista de platillos que componen una comida y –por extensión – al papel o cartulina donde están escritos y que en los restaurantes se conoce como “carta”.

Parece ser que la palabra “menú” data de 1718, aunque de hecho, las listas de platillos se hacían desde antes. En un principio, la lista era puesta en la pared para que los oficiales de boca siguieran el orden del servicio.

Una anécdota cuenta que en 1849 el duque Enrique de Brunswick agasajó con un banquete al conde Hans de Montforte, en Baviera. En el transcurso de la comida el duque consultaba un pergamino que tenía delante; intrigado, el conde de Montforte le preguntó que leía con tanto interés, a lo que respondió: “ la lista completa y por orden de los manjares y vinos que nos van a servir”.

La idea gusto mucho y empezó a difundirse por diversas partes, poniéndose de moda. Luego se hicieron listas individuales y hasta pintadas a mano por grandes artistas. En el siglo XIX, los restaurantes del Palais Royal hicieron unas pequeñas reproducciones de las listas de la pared para dárselas a los clientes.

Los primeros menús contenían una larga lista de platos, frecuentemente en desorden y poco variados. Con el tiempo, el numero de platillos de la lista se redujo mucho; se busco un mejor equilibrio entre ellos y se procuró elaborar platos más sencillos pero más nutritivos.





El gran cocinero Augusto Escoffier hizo notar que escoger el menú era de las cosas más difíciles para un chef, sobre todo en los restaurantes. Se tiene que pensar en dejar contentos a todos: al que come poco y al que come más, al que gusta de lo tradicional y al que prefiere lo novedoso, hay que cuidar esmeradamente la calidad de la materia prima, aprovechando también los productos que en esa época se encuentran y pensar qué especialidades se pueden tener, buscar una armonía entre los platillos y además, hacer renovaciones. Pero nunca se introduce un platillo a la carta si el cocinero no está bien seguro de él.

A continuación se exponen algunos menús de diferentes lugares y épocas que nos permitirán ver cuánto ha evolucionado la gastronomía hasta llegar a los menús sencillos de nuestros días.

Como se vio en el capítulo de la Edad Media, en el siglo XV en la corte de Borgoña –la más refinada de su época en Francia– había un cierto orden en la sucesión de platillos, aunque el número de los mismos era enorme. No obstante, en otros lugares, este orden se fue adquiriendo más tardíamente, como lo muestra el menú de Montañón que se presenta a continuación y que dista mucho de parecerse al menú de nuestros días.

Como se vio en el capítulo de la Edad Media, en el siglo XV en la corte de Borgoña –la más refinada de su época en Francia– había un cierto orden en la sucesión de platillos, aunque el número de los mismos era enorme. No obstante, en otros lugares, este orden se fue adquiriendo más tardíamente, como lo muestra el menú de Montañón que se presenta a continuación y que dista mucho de parecerse al menú de nuestros días.

## MENU ESPAÑOL DE 1623

### **Primera vianda**

Perniles con los principios

Capones de leche asados

Ollas de carnero, aves y jamones de tocino

Pasteles hojaldrados

Platillos de pollo con habas

Truchas cocidas

Gigots de pierna de carnero

Torreznos asados y criadillas de cordero

Cazuelas de natas

Platillos de arteletes de ternera y lechugas

Empanadillas de torreznos con masa dulce

Aves en filete con huevos megidos



Platos de alcachofas con jarretes de tocino

### **Segunda vianda**

Gazapos asados

Morcillas blancas de cámara sobre sopas de vizcochos y natas

Pastelones de ternera, caña, pichones y criadillas de la tierra

Ternera asada y picada

Empanadas de palominos

Platillo de pichones con criadillas de carnero y cañas

Empanadas inglesas de pechos de ternera y lenguas de vaca

Hojaldres rellenos de masa de levadura

Fruta de cañas

Pollos rellenos sobre sopas doradas

Empanadas de venado

Pastelillos de conservas y huevos megidos

### **Tercera vianda**

Salmon fresco

Pollos asados sobre arroz de grasa

Pastelones de salsa negra

Cabrito asado y mechado

Tartas de dama

Lechones en salchichones

Empanadas frías

Barbos fritos con tocino y picatones de pan

Manjar blanco

Frutas de piña

Bollos maimones

Corzo

Becadas

Patos de Ruan

Espárragos al natural

Judías verdes

Pastel mil hojas Pompadour

Gelatina de naranja y mandarina

Timbal Châteaubriand

Cesta de albaricoques con arroz



Las viandas eran servicios que constaban de numerosos platos que se ponían al mismo tiempo en la mesa, después se recogían y se sustituían por otros tantos que integraban la siguiente vianda. Solamente los perniles de los comienzos permanecían todo el tiempo sobre la mesa.

Aunque no se sabe en qué consistían realmente muchas de estas preparaciones –porque no se pueden traducir con exactitud–, llama la atención al ver el menú la gran cantidad de platos que se servían y sin ningún orden. En cada vianda hay sabores y preparaciones repetidas, mucha carne, caza, aves y salchichonería y muy pocas verduras; platos dulces alternados con platos salados y muchas harinas.

## MENÚ PARA CENA, DE AUGUSTO ESCOFFIER

Velouté Écossaise

Filet de sole Meunière

Côtelette d'asperges à la crème

Mignonnette de poulet glacée au paprika

Sopa Escocesa ligada

Filete de lenguado Meunière

Chuletas de cordero Mariscal

Puntas de espárragos a la crema

Pequeños filetes de pollo glaseados a la paprika

Como ya se vio al comienzo del presente capítulo, Escoffier fue uno de los grandes cocineros de principios de siglo, que se distinguió por asentar bases más sencillas en el arte culinario. Aunque muchos de los menús citados e su Guía Culinaria son más extensos, el que hemos presentado muestra una mayor semejanza con los menús actuales. Consta de sopa, pescado, dos carnes y un biffet frío, alternando con espárragos y una ensalada, para finalizar con los postres. El número de platos sigue siendo alto, presenta el cordero antes que el pollo y no señala en qué consiste el buffet frío.

## MENÚ DE 1959

Parfai de foie-gras

Lenguado soufflé Abel Luquet

Silla de cordero Antonin Carême

Sorbete de Cointreau

Supremas de pavo nantés a la naranja

Quesos

Omelette duque de Prslin

Este menú de mediados de siglo comienza con un entremés seguido por un pescado, luego se presentan dos platos de carne: el primero de cordero y el segundo de caza, entre ambos se sirve el sorbete para preparar el paladar para las supremas de pato, aunque debería estar antes de la silla de cordero, ya que también se trata de un plato fuerte. No se menciona ninguna guarnición. Al final se sirven los quesos y el postre.



## LOS MENÚS ACTUALES

Como ya se ha visto en el presente capítulo, las exigencias de la vida moderna han simplificado de forma notoria el menú, principalmente reduciendo el número de platos y elaborándolos de manera más sencilla, ligera y nutritiva.

Así, pues, se puede decir que en nuestros días se cuenta con dos tipos de menús: el menú clásico y el menú moderno. El primero se sirve sólo ocasionalmente y consta de los siguientes servicios: entremés, sopa, entrada (puede ser pescado) sorbete, plato fuerte con guarniciones y postre. El menú moderno se usa con más frecuencia y consta de sopa, entrada, plato fuerte con guarniciones y postre; si se quiere servir entremés, se sustituye por la sopa o la entrada. El menú doméstico diario puede ser incluso más reducido, sirviendo sopa o entrada, plato fuerte con guarniciones y el postre.

**Entremeses.** Un platillo en este servicio siempre debe tener cierta categoría en la preparación. Pueden ser entremeses sencillos (verduras) pero complementados con algún ingrediente de mayor calidad, como camarones, jamón o huevo. Solamente se servirán verduras solas si son en sí mismas de categoría, como champiñones, espárragos, palmito, alcachofa. Los entremeses siempre se sirven fríos, en platos chicos o copas, como el coctel de camarones.

### Primer servicio

**Sopas.** La sopa puede ser fría o caliente, clara o ligada. Si va después del entremés, deberá ser siempre clara (consomé); en este caso, no se sirven cremas o sopas ligeras

### Segundo servicio

**Entradas.** Son siempre platillos calientes ligeros que casi nunca llevan guarnición, pero deben tener elementos que pudieran hacerlo plato completo. Las raciones no deben ser muy grandes, por lo que se usa un plato más pequeño que el plato trinche. Son más o menos elaborados, dependiendo de los comensales a quienes vaya dirigido el menú. Son ejemplos de entradas: verduras gratinadas, arroces, pasta italianas, piezas rebozadas, carnes de ave o pescado en salsa, terrinas, soufflés, patés, croquetas, pescados, mariscos, etc. Es un servicio que puede tener una variedad infinita; puede suprimirse cuando se sirven entremeses y sopas.

### Tercer servicio

**Platos fuertes.** Este es el servicio más importante dentro del menú y sirve de base para planear los demás platillos. Siempre se trata de alguna carne; es más fino si son platillos a base de asados, ya que significa carne más suave de mayor categoría. Son menos finos los estofados y los braseados, aunque bien preparados pueden ser un plato de mucha calidad.



## Cuarto servicio

**Postres diversos.** Los postres varían dependiendo de la estación del año y del menú que se sirva. En el verano son postres ligeros que pueden ser frutas o helados y en el invierno se sirven postres más pesados o postres calientes: puddings, soufflés, tartas con crema, crepas, frutas flameadas, los pasteles o cakes no se sirven como postre por ser muy pesados. Los quesos no son propiamente un postre, por no ser dulces. Sin embargo hay personas que los prefieren en este servicio; en este caso, deberán ser siempre dos tipos de queso distinto. Generalmente se sirven con fruta; esta se presenta en el centro de la mesa o se pasa a los comensales, pero se requieren cubiertos especiales para fruta y cítricos. Aunque se sirvan postres sencillos o comprados, deberán tener un complemento: salsas, frutas, cremas, natillas, etc.

### Aspectos a cuidar en la planeación de un menú

Al planear un menú se deben tomar en cuenta diversos aspectos, como los siguientes: nutricional, económico, cultural, y sobre todo, el gastronómico, que determina la consistencia, el sabor y la presentación de los alimentos. Los platos deben agruparse con inteligencia para que el menú resulte armónico, tanto en el colorido como en la textura y variedad de ingredientes.

Como planear un menú:

- Cada plato deberá ser de preparación y presentación distinta: no puede haber dos frituras o dos estofados. Ni repetir platillos moldeados, espesos o secos. Estos pueden alternarse, pero no repetirse.
- Se evitará la repetición de colores e ingredientes. Si hay sopa de verdura, no se pondrán las mismas en una guarnición. Si sirve la carne en salsa blanca, no se podrá servir sopa de crema o natilla en el postre. Si se sirve consomé de pollo, esta ave no deberá estar en ningún otro platillo.
- Las salsas blancas van antes que las salsas oscuras. Si hubiera varios tipos de carne, se servirán primero las blancas: pescado, ave, ternera, cerdo y después las carnes rojas.
- No repetir alimentos harinosos que hacen una comida demasiado pesada. Si se sirve una pasta o arroz como entrada, no deberán ponerse papas como guarnición, ni crepas como postre.
- No conviene repetir sabores muy fuertes en un menú. Si hay sopa de col o cebolla, no deberá haber en los siguientes platillos coliflor, bacalao u otro sabor demasiado marcado.
- Los únicos ingredientes que pueden repetirse son las trufas y los hongos, siempre que estos sean de distinto tipo, como champiñones y otro tipo de setas.
- En las comidas tempranas no se aconseja tomar sopa, sobre todo en tiempo de verano, en ese caso sería mejor empezar con un entremés y luego entrada. Sin embargo, las sopas frías son muy agradables en esta época: gazpacho, sopa de tomate, pepino, aguacate, *vichysoise*, etc.





- En la noche es poco usual un entremés, a menos que sea algo muy refinado como ostras, caviar, salmón ahumado, etc. En cambio, la sopa es indispensable; lo más fino es el consomé, pero puede servirse una crema o alguna sopa de cuerpo, siempre que no haya antes entremés.

## NOMENCLATURA CLASICA DE LOS PLATILLOS

Es importante conocer los elementos que determinan el nombre de un platillo, en ocasiones será suficiente con que tenga dos elementos adecuados para tomar el nombre.

Nombre	Elemento(s) de base
Alsaciana	Choucrûte, salchichas
Argenteguil	Espárragos. Pueblo francés
Bordelaise o Bordelesa	Vino de la región de Burdeos
Bretona o Mozart	Alubias
Bruxelloise o bruselense	Coles de Bruselas



Cardenal	Langostas o salsa de langosta
Chasseur o Cazadora	Hongos y algunas veces pimientos rojos y tomate
Conti	Lentejas o puré de lentejas y tocino
Doria	Pepino
Enrique IV o a la reina	Gallina en salsa blanca
Flamenca	Col y tocino
Florentina	Espinacas
Jardinera	Guarnición o sopa de verduras cortadas en bastones

Meunière o Molinera	Pescado frito en mantequilla con limón
Mimosa	Decoración de huevo duro picado
Mirabeau	Aceitunas y anchoas como guarnición
Mornay	Bechamel con queso
Napolitana	Pasta, de preferencia macarrones
Parmentier	Papas, como base o como guarnición
Perigordina o del Perigord	Trufas negras



Piamontesa	Trufas blancas
Polonesa	Verduras salteadas en mantequilla, espolvoreadas con miga de pan tostado
Princesa	Puntas de espárragos
Provenzal	Ajo, perejil y aceite
Rusa	Caviar
Saint Germain	Chicharos. Conde de la corte de Luis XV
Soubise	Puré de cebolla. Príncipe y mariscal en la época de Luis XV
Suiza	Queso
Tirolesa	Cebolla y tomate salteados en mantequilla
Vichy	De zanahorias o con guarnición de ellas. Es un pueblo francés
Zurichoise	Cominos

































