

## TESOROS DIGITALES 8

### De las tabletas de arcilla de Yale a Auguste Escoffier : una pequeña historia del libro de cocina

En estas vísperas de fiestas de fin de año, proponemos en nuestra octava entrega de Tesoros Digitales, un recorrido por la historia del libro de cocina occidental, **De las tabletas de arcilla de Yale a Auguste Escoffier : una pequeña historia del libro de cocina**. Será la ocasión de descubrir sabores originales e ideas de recetas al mismo tiempo que conoceremos los autores entrañables que marcaron su tiempo en este tipo de literatura. ¡ Buen provecho !

#### Antigüedad



Fresco de una fiesta, Catacumbas de Domitila, Roma

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

El libro de cocina más antiguo se compone de **tres tabletas de arcilla cuneiforme**, datada de 1700 a.C., provenientes de Mesopotamia y actualmente guardada en la **Universidad de Yale**. Este tratado de cocina menciona como base de la alimentación de Mesopotamia unas papillas espesas tipo polenta y líquidas, como el porridge. También cita una masa para galleta que permite realizar diversas preparaciones que todavía se conocen en Líbano y en Túnez. La mantequilla, la leche, el pescado fermentado (algo parecido al *nuoc-mâm* asiático o al *garum* romano) son ingredientes básicos y consta que el ajo, la cebolla, el puerro y la cerveza aparecen en casi todas las recetas.

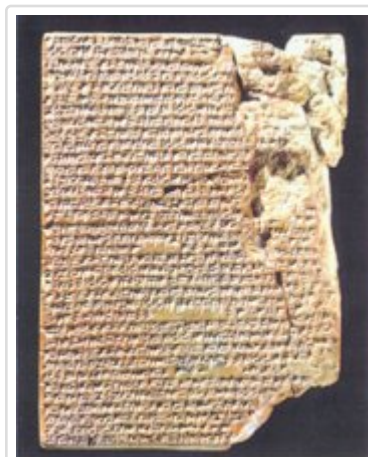
« Caldo rojo

No lleva carne. Pones agua. Pones grasa.

Salado. Intestinos o tripas. Sal en granos sin calcular. Cangrejo en migas.

Cebolla. Samidu. Cominos. Coriandro. Puerro. Ajo prensado.

Después de mojar la carne en la sangre, lo juntas todo en el caldero. »



Old Babylonian recipe collection (YBC 4644)

Una receta mesopotámica, en una tableta de arcilla

Ilustración : [Yale University](#).

Existen numerosas fuentes que dan un testimonio bastante exacto de la alimentación de las civilizaciones de la Antigüedad,



Fresco de la casa de Julia Felix, en Pompeya

en particular de los Griegos y los Romanos : los restos arqueológicos, el arte e incluso la literatura, ya que diversos autores (**Aristófanes** o **Plinio el Viejo**, por ejemplo) mencionan técnicas culinarias, comidas o alimentos que consumían. El yacimiento de Pompeya, por ejemplo, es muy rico en información de este tipo : existen muchos frescos y mosaicos que representan alimentos o comidas, y hasta se encontraron restos alimenticios sepultados debajo de la lava o las cenizas. Pero nos han llegado muy pocas obras de esta época dedicadas exclusivamente a la cocina y a las recetas.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

En el siglo IV a.C., el griego **Arquestrato**, poeta, gastrónomo y posiblemente cocinero, escribe un poema épico al que le dieron diversos nombres : *Gastronomia*, *Gastrologia*, *Opsopoia*, *Deipnologia* y *Hedupatheia*. Este texto, del que conocemos sólo una tercera parte, ya que el resto se ha perdido, contiene pocas recetas y es más bien un tratado de gastronomía y de usos sociales relacionados con la mesa. Gran viajero, **Arquestrato** se inspiraba de las especialidades de las regiones que visitaba para experimentar con nuevas recetas.



Cerámica griega

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« *Aprecio todas las anguilas, pero la más exquisita es la que se pesca en el estrecho del mar. [...] Tienen mucha fama las anguilas de Strimona y de Copea porque son perfectamente gordas y grasas. Menjar regio entre todos, a mi parecer, la anguila gana al resto por su suavidad y porque es el único pescado que es todo carne.* »



Mosaico romano de la villa de Tor Marancia, cerca de las Catacumbas de Domitilla.

Desde el final del Imperio Romano (finales del siglo V d.C.), nos ha llegado *De re coquinaria* (en inglés), atribuido al gourmet **Marcus Gavius Apicius**. Se trata de la colección de recetas más antigua de Europa y describe tanto la cocina griega como la romana. Esta obra sobrevivió hasta nosotros gracias a una copia manuscrita del siglo VIII. Muy útil para conocer la cocina mediterránea de la Antigüedad y sus ingredientes, este libro destaca por ser dirigido a unos lectores ricos, proponiendo hasta recetas con ingredientes exóticos.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« *Para preparar el flamenco (y el loro).*

*Escaldar el flamenco, limpiar y vaciarlo. Colocarlo en un caldero, añadir agua, sal, eneldo y un poco de vinagre. Llevar a ebullición. Terminar la cocción con un manojo de puerros, coriandro y añadir mosto concentrado para darle color. En el mortero, picar pimienta, cominos, coriandro, raíz de*

*laserpitium, menta, ruda, mojar con vinagre, añadir dátiles y caldo de ave braseada, dejar espesar la salsa. Cubrir el flamenco con la salsa y servir. El loro se prepara de la misma manera.* »

« *Tortilla de sardinas.*



Limpiar sardinas quitándoles la piel y los huesos. Romper y batir huevos. Mezclarlos con la mitad del pescado. Añadir caldo, vino y aceite. Calentar. Cuando está en su punto, añadir el resto de las sardinas, dejar a fuego lento un momento para que la mezcla cuaje. Darle la vuelta encima de un plato, verter salsa de vino caliente, salpicar con pimienta y servir. »

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).



Marcus Gavius Apicius - De re coquinaria, edición de 1541

## Manuscritos medievales



Un banquete, en « Luttrell Psalter », ca. 1330

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

En la época medieval, empiezan a aparecer los fundamentos de las cocinas nacionales y regionales de la Europa contemporánea. Por otra parte, la exportación de alimentos frescos (fruta, carne y pescado), la internacionalización de recetas más elaboradas destinadas a los nobles y soberanos y la emulación por parte de las clases inferiores de estas recetas, contribuyeron al desarrollo de una cultura culinaria medieval y europea que sigue en vigor en nuestra época.

## Cocina árabe

La cocina de los árabes dejó muchos aromas y sabores en las cocinas europeas, en particular en las de España y Portugal, después de 800 años de dominio árabe. La gastronomía de Al-Andalús nos da una idea de los ingredientes y las técnicas utilizados en esta época : salazones de pescado, conservas en vinagre, el uso de cereales, legumbres, muchas hortalizas y por supuesto un gran abanico de especias.

Ilustración : *Biblioteca Nacional de Francia.*

*Kitab al-Tabikh* (*El libro de los platos*) fue el título de dos libros de recetas árabes en la Edad Media. El primero es una compilación realizada en el siglo X por el bagdadí **Ibn Sayyar al-Warraq**. Es probablemente el libro de cocina medieval más antiguo que se conozca. Más escueto que su predecesor, el segundo volumen, que también se conoce como *A Baghdad Cookery Book*, fue escrito dos siglos más tarde, concretamente en 1226, por **Muhammad bin Hasan al-Baghadi**. En ninguno de los dos se proporciona una descripción detallada de las recetas, pero su interés histórico es indudable por la valiosa información que aportan sobre los ingredientes y las especias utilizados, así como de los procesos culinarios empleados. Por otro lado hay que destacar que tuvieron gran influencia sobre la cocina andalusí medieval...



Djami, *Tohfât al-ahrâr* (*El Presente de los hombres libres*), Fiesta organizada por un príncipe, 1530



Pseudo-Galien, *Kitâb al-diryâq*, Tabla de plantas medicinales del s. XII, 1199

Compuesto de 132 capítulos que reúnen 615 recetas, el primer *Kitab al-Tabikh* es a la vez un libro de dietética, de cocina, de cosmética y un manual de normas para el servicio en la mesa. Además **Al-Warraq** propone numerosas anécdotas, poemas y citas literarias para ilustrar sus ideas, y nombra además sus fuentes : autores de libros de cocina o dietética, de recetas, en total, unas 30 personas de los siglos VIII y IX. Se conserva un manuscrito de este texto en la biblioteca de Topkapi en Estambul. Varias recetas del *Kitab al-Tabikh* de **Al-Warraq** serán reapropiadas por libros de cocina árabes posteriores y hasta en la cocina india del siglo XV o en el *Liber de Coquina* renacentista italiano.

Ilustración : *Biblioteca Nacional de Francia.*

« En un *ziqq* limpio (recipiente de cuero), verter el yogur y añadir la sal. El exterior del *ziqq* debe salarse también. Mezclar yogur, cebolla picada, dientes de ajo peladas, perejil picado, menta « *na'na'* », estragón, ruda, *khiyar* (pepinos pequeños y lisos) y *giththa'* (pepino largo), troncos de lechuga peladas, y – cuando es la temporada – alcachofa. Poner también almendras frescas y verdes.

Es preferible añadir una cantidad conveniente de menta « *na'na'* », ruda, perejil, cebolla y ajo. Además debe mantener el *ziqq* limpio todo el tiempo, para que los líquidos puedan escurrirse. Cuando esté hecho, servir con aceite de oliva. »

Atribuído a **Ibn al-Adîm** (1192-1960), sobrino nieto de **Saladino**, poeta, calígrafo e historiador, el libro *Kitâb al-wusla ilâ l-habîb fi wsf al-tayyabât wa l-tîb* (*El libro de la relación con el amigo, o Descripción de los buenos platos y de los perfumes*), más conocido como *al Wusla*, ofrece recetas muy cosmopolitas : cocina de Alepo o Badgad, pero también platos armenios, griegos, kurdos, egipcios, indios o del magreb. Incluso una receta hace referencia a los cruzados... De esta obra se conservan varios manuscritos en diversos lugares del mundo.

« *Hummâdiya* : cortar la carne grasa en trozos de tamaño medio, ponerla en una cazuela, cubriéndola con agua y con un poco de sal. Llevar a ebullición y echar dentro un saco de algodón robusto con los condimentos : cilantro seco, jengibre,



pimienta y clavo ; añadir también algunos trozos de canela. Ahora, picar carne roja con condimentos y hacer albóndigas. Cuando hierve la cazuela, echar las albóndigas dentro y cuando están cocidas, quitar el saco de condimentos. Sacar la pulpa de limones grandes, quitar las semillas y prensar con la mano. Añadir aproximadamente un cuarto de mosto y verter en la cazuela encima de la carne. Hervir durante una hora. Pelar y picar almendras dulces, remojarlas y echarlas en la cazuela. Endulzar con azúcar o jarabe si se prefiere. Dejar la cazuela en el fuego para aclarar. Salpicar de agua de rosas, limpiar los bordes con un trapo limpio y retirar. »

Ilustración : [Wikimedia commons](#).



Cerámica andalusí, S. XI

Del Egipto mameluco del siglo XIII-XIV, nos ha llegado *Kanz al-Fawa'id fi tanwi al-mawa'id* (El tesoro de consejos útiles para la composición de una mesa variada), titulado generalmente *Kanz*. Se compone de más de 800 recetas de cocina, postres, bebidas y dietética, provenientes de Oriente Medio.

### Más lecturas

- *El Anónimo andalus (Kitâb al-Tabîkh fi'l-Maghrîb wa'l-Andalus fi'asr al-Muwahhidin)*
- *Fadilat al khiwan fi tayybat et-ta'am Wa-l-alwa*, de **Ibn Razin at-Tugibi** (La cocina andaluz y marroquí) ([Selección de recetas](#)).

### Cocina catalana

Rica y refinada, la cocina catalana medieval era considerada por **Francesc Eiximenis** y diversos autores como la primera cocina del mundo cristiano. Cocina de reyes, aristócratas, pero también de ciudadanos y mercaderes, fue introducida en Italia gracias a la refinada corte de Nápoles del siglo XV y a los Borja ; hasta tal punto que los cocineros italianos se vanagloriaban de cocinar *alla catalana*.

Anteriores a los clásicos del género franceses que marcaron su época, los primeros textos catalanes de cocina, escritos en el siglo XIV, permanecieron sin embargo bastante desconocidos en el resto de Europa.



Anónimo - Llibre de Sent Sovi

Muy rica en verduras, hortalizas y frutas de todo tipo, muchas de ellas importadas por los árabes, la cocina catalana no desdeña las carnes (las aves y el cordero se reservan para los ricos, mientras que el cerdo es más popular entre las clases inferiores) o el pescado y el marisco (los pescados más comunes del Mediterráneo, sardina, boquerón, caballa o salmonete, pero también su usaban la anguila, la lamprea o mamíferos marinos como la ballena y el delfín).

Ilustración : [Biblioteca Virtual Joan Lluís Vives](#).

El más conocido de todo es sin duda, el *Libre de Sent Sovi*, texto anónimo, probablemente escrito en 1324. Este manuscrito, del que existen dos copias, actualmente en posición de la **Biblioteca de la Universidad de Valencia** y de la **Biblioteca Universitaria de Barcelona**, se compone de 222 recetas de redacción muy clara y detallada, que marcaron los albores de la cocina catalana, con sus técnicas propias : el *sofregit* (sin tomate, por supuesto) y la *picada*. Representante por excelencia de la cocina mediterránea, el *Libre de Sent Sovi* es resultado de la

influencia de las cocinas romana y árabe, utilizando numerosos ingredientes y técnicas representativos de estas cocinas : en el caso de la influencia árabe, por ejemplo, la berenjena, los garbanzos o el azafrán o técnicas como el escabeche...

« *Cómo se hace mig-raust (mirrauste, medio asado) con leche de almendras :*

*Si quieres hacer mig-raust con leche de almendras, se hace de esta manera. Primero pones gallinas a asar. Luego coge caldo de otras gallinas y haz caldo con el interior de las gallinas asadas y con panceta ; luego coge almendras blanqueadas y haz leche con el caldo. Después, coge los hígados, pícalos bien y mezcla con la leche de almendras. Ponlo a hervir con buenas especias : pimienta, jengibre, clavo, canela, y luego añade algún ingrediente agrio y azúcar blanco. Hierve todo esto hasta que veas que está cocido. Sirve en bols con las gallinas o si quieres, sirve las gallinas en platos. O si das manjar blanco, puedes dar esta salsa con las gallinas que te sobrarán, a saber, las cabezas, los cuellos, los muslos, las alas y las caderas. Pero sofríelas en una cazuela con grasa de panceta, y una vez hecho, lo echas dentro de la salsa. Y si por casualidad, no quisieras poner azúcar, ponle buena miel. »*



Resurrección milagrosa de los pollos asados, 1470

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

## Más lecturas

- *El libre del coch de la Canonja de Tarragona* (1331)
- *El libre de ventre* (S. XIV)
- *Com usar de beure e menjar*, del teólogo **Francesc Eixemenis** (1384). Más que un libro de recetas, se trata de un compendio de información sobre las costumbres de los países catalanes, el ritmo de las comidas, la elección de los alimentos según las temporadas, de los vinos, según las comidas...
- *El libre de totes maneres de confits* (S. XIV) Escrito por un autor anónimo, se compone de 33 recetas de frutas confitadas
- *De apereylar be de menjar* o *Llibre d'aparellar de menjar* (S. XIV-XV)

## Cocina

### italiana

La literatura culinaria italiana es la más rica de Europa. En particular, en la Edad Media y el Renacimiento, florecieron numerosas obras en italiano y en los idiomas regionales de Italia : lombardo, toscano, veneciano...

Sin embargo, el más antiguo y el que sirvió de base a las otras obras, es el *Liber de Coquina*, del que se conocen tres versiones latinas y dos versiones italianas. Su origen y autoría permanecen oscuros y los especialistas modernos no se ponen de acuerdo sobre estos puntos. Lo que sí está claro es que este libro se redactó en el siglo XIII y que su objetivo era la redacción de un manual de gastronomía internacional. Su redacción inicial en latín no sería más que una estrategia para dar al *Liber de Coquina* una difusión europea.

En su versión más extensa, el *Liber de Coquina* comprende 172 recetas, desglosadas en 5 capítulos, en función del ingrediente principal : verduras y legumbres, carne, pasta, huevos y leche, pescado y platos compuestos, como por ejemplo la torta parmesana.

En él hacen su aparición las primeras recetas de pasta italianas (ravioli, lasaña...) y destaca la obra por sus recetas de influencia extranjera : cocina catalana o árabe-andalusí... Es uno de los pocos libros de cocina medieval que usa plantas aromáticas y que da numerosas recetas de verduras.





Tacuinum Sanitatis, Elaboración de la pasta, S. XIV

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« Para el brodio hispánico se toman pollos o cualquier ave o carne y se cuece. Después, se pone todo con buenas especias y hierbas bien picadas, y se le añade huevos batidos. Y se añade en el caldo de la carne hirviendo. No conviene que el brodio sea demasiado espeso. » (NdT : el brodio (hoy, bodrio) es un caldo que se preparaba con sobras a los mendigos)

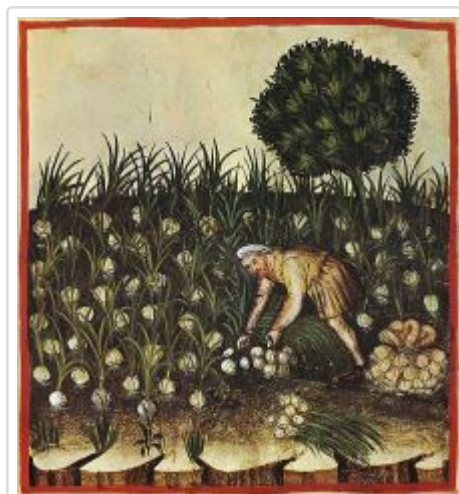
« Poner a hervir habas cascadas, lavadas con agua tibia. Después de hervidas, lavar bien. De nuevo poner a cocer en agua suficiente como para cubrirlas. Una vez bien cocidas y removidas con cuchara, vigilar bien el fuego y destemplantar con agua fría o con vino blanco en pequeñas cantidades y cascar bien. Después, freír cebollas en aceite y servir. Si se prefiere, se puede destemplantar con leche de almendras. Si se quiere destemplantar con agua caliente, poner pimienta, azafrán, miel o azúcar. Estas habas se pueden servir con atún o

cualquier otro pescado graso. »

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

En los siglos XIII y XIV, aparecieron varios libros de cocina de las distintas regiones de Italia, en sus idiomas respectivos, que tienen ciertas recetas en común con el *Liber de Coquina*. Siendo posteriores al *Liber de Coquina*, los especialistas creen que se trata de copias o versiones de esta obra básica :

- *L'Anonimo Meridionale* (1238-1239) : compuesto de dos manuscritos, en italiano meridional, latín, e italiano centro-meridionale, consta de 175 recetas (51 de ellas comunes al *Liber de Coquina*). Curiosidades : la ausencia de recetas con huevos, o la primera receta italiana de berenjenas.
- *Anonimo Toscano* (S. XIV) : 183 recetas en toscano (101 comunes con el *Liber de Coquina*, y 41 con el *Anonimo Meridionale*). Curiosidades : la agrupación de las recetas por tipo de preparación o variantes de una misma receta.
- *Anonimo Veneziano* (S. XV) : 135 recetas (22 comunes con el *Anonimo Toscano*). Curiosidades : se compone de recetas bastante detalladas, previstas para 12 personas, lo cual podría ser un testimonio de la *brigata spendereccia* (la brigada pródiga) de Siena : un grupo de 12 jóvenes muy ricos que dilapidaron su fortuna en banquetes.
- *Frammento di un libro di cucina del secolo XIV* (S. XV) : se compone de un manuscrito con 92 recetas encontrado en un códice de la **Biblioteca de Bolonia**, escrito en toscano.



Tacuinum Sanitatis, El huerto, S. XIV

Ilustración : [Archive.org](#).

## [Cocina francesa](#)



Anonimo toscano, edición de 1863



Histoire d'Olivier de Castille et d'Artus d'Algarbe, Banquete medieval, S. XV

De la cocina medieval francesa, se conoce de manera bastante detallada, gracias a los textos que nos han llegado, los banquetes que realizaba la nobleza de primavera a otoño. Grandes piezas de carne se servían y cortaban en la misma mesa, acompañadas de salsas muy especiadas y de tartas saladas con diferentes ingredientes. En invierno se consumían alimentos conservados en la sal (la ternera), en salmuera (los pepinillos), ahumados (ciertas partes del cerdo) o incluso hervidos en miel (las frutas, nueces y hortalizas de raíces). Las hierbas aromáticas, las especias se usaban mucho y se valorizaba mucho el aspecto visual, llegando a utilizar colorantes verde, amarillo, rojo. En grandes ocasiones, se llegaba a utilizar hojas de oro o plata para cubrir tartas o pasteles.

La cocina francesa medieval viene descrita en dos obras fundamentales.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

**Guillaume Tirel**, llamado **Taillevent** (132?-1395), fue el cocinero medieval más famoso de Francia. Cocinero para varios reyes franceses, plasmó su arte culinario en un texto llamado *Le Viandier* (transcripción). En realidad, no se sabe exactamente si **Taillevent** creó realmente las recetas o si realizó una recopilación de las que conocía. Sin embargo, *Le Viandier* no deja de ser el texto culinario más difundido de la época. Se conocen actualmente tres manuscritos de esta obra, el primero de ellos, propiedad de la **Biblioteca Nacional de Francia**, de 1380, en vida de **Taillevent**. Los otros dos manuscritos (uno apareció en el Vaticano, y el otro está en la **Biblioteca Mazarine de París**) son del siglo XV. A partir de 1486 y hasta 1606, se imprimió periódicamente el texto de **Tirel**. El número de recetas varía según los manuscritos. El más antiguo de todos se compone de 145 recetas, mientras que la primera edición impresa tiene 221 recetas y cuatro menús completos. Con **Taillevent**, la cocina empieza a considerarse como una ciencia, con sus reglas y sus leyes. En general, se trata de una cocina muy rica y elaborada, que utiliza mucho las especias ; pero hay también platos más sencillos, en particular, en el caso de los platos « magros » de Cuaresma.



Taillevent - Le Viandier, edición de 1892

Ilustración : [Gallica](#).

« Erizos y « pedos » de España.

Coja carne cruda. Píquela lo más fino que se pueda. Luego hace falta uva de Digne, queso cremoso en migas. Mézclelo todo con polvo fino de especias. Luego, coja tripas de ovejas. Escáldelas. Límpielas muy bien, pero en agua no muy caliente, para que no se retracten. Rellénelas con la carne picada. Cóselas con un pequeña brocheta de madera.

Para hacer « pedos » de España, hay que coger pequeños tarros de cristal, en forma de aguamanil de barro. Mojarlos de clara de huevo por dentro, para que el relleno cuaje mejor. Llenarlos. Hervir en una sartén o una cazuela. Luego, cuando están bien hechos, sacarlos y escurrirlos. Cuando se enfrien, romper los tarros. No corte nada. Coger finos pinchos, pero no tan pequeños como para los erizos. Hay que hacer pequeñas albóndigas y colocarlas en los pinchos, en dos o tres filas.





Cena en casa de una señora noble

Luego, hacerlas dorar con masa y harina. »

Ilustración : *A feast for the eyes.*

« Sutil caldo de Inglaterra. Coja castañas cocidas y peladas, yemas de huevo cocidas en vino, un poco de hígado de cerdo. Picarlo todo junto. Mojar con un poco de agua tibia. Luego, filtre. Añada jengibre, clavos y azafrán para dar color. Hervirlo todo junto. »

En 1420, el **Duque Amedeo VIII de Saboya** pide a su cocinero, **Maître Chiquart**, que explique por escrito su arte culinaria, a la gloria de la corte de Saboya. Así nace *Du fait de cuysine*, que conocemos hoy gracias a un manuscrito conservado en la **Biblioteca cantonal del Valais**, en Sion. En 78 recetas separadas según si son para días grasos o días magros, se deja entrever la personalidad de **Chiquart** : su orgullo de cocinero, su meticulosidad y su constante preocupación por la limpieza. A la lectura de este texto, vemos vivir y funcionar una cocina principesca de los años 1400, con su material, su personal o sus dificultades de abastecimiento. Más allá de la descripción de las recetas y las técnicas, destaca en *Du fait de cuysine*, una verdadera obra literaria, con su musicalidad propia.



Detalle del Tapiz de Bayeux, S. XI

Ilustración : *Wikimedia Commons.*

« Un puré verde de espinacas y perejil para los enfermos.

Para explicárselo al que lo preparará. Que consiga buenas y hermosas espinacas y perejil en función de la cantidad de puré que tendrá que preparar. Que las limpie y lave muy bien. Luego, que las ponga a hervir. Cuando han sido suficientemente hervidas, que las saque sobre hermosas tablas de cortar limpias. Que las pique muy finamente. Que las escurra bien de su agua. Luego, que tenga una olla hermosa y limpia. Que las saltee en ella, muy a punto, con un poco de sal y la buena agua hervida, tanta como sea necesario. Si no dispone de aceite de almendras previamente preparado, coja una gran cantidad de almendras buenas y dulces. Límpielas muy bien. Lávelas en 3 o 4 aguas tibias. Luego, póngalas a secar y escurrir, sobre una mesa hermosa y limpia. Cuando están muy secas, délas a romper sobre las hermosas piedras en las que se hace el aceite de nueces. Que le hagan aceite a partir de estas almendras. Una vez está hecho, colóquelas en una bonita botella limpia, en la que se conservarán. Luego, que saltee sus espinacas, bien y delicadamente. Cuando estén bien preparadas, hagáselo saber al médico, para que se sirva al amo. »



Tacuinum Sanitatis, Recolectión de las espinacas, S. XIV

Ilustración : *A feast for the eyes.*

## Más lecturas

- *Enseingnemenz qui enseingnent a apareillier toutes manières de viandes, ou Traité de faire, d'apareillier touz boires comme vin, claré, mouré e toz autres e d'apareillier et d'assouvenir toutes viandes soronc divers usages de divers pais* : manuscrito escrito entre 1304 y 1320. Comprende 46 recetas de carne y pescado y parece más un recordatorio dietético que un libro de cocina.

- *Le Mesnagier de Paris* (Tomo 2) es un tratado de economía doméstica, escrito en 1393 por un burgués parisino para su joven esposa adolescente. Tratado de moral y de economía doméstica, contiene reflexiones filosóficas y consejos prácticos sobre la vida de la familia y su organización. Las recetas de cocina presentadas retoman, simplificándolas, las del *Viandier* y se nota cierta influencia de la cocina de Borgoña : aves rellenas, bacalao, crepes à la mode de Tournai (recordemos que en aquella época, una parte de Bélgica estaba en posesión del ducado de Borgoña)....

Ilustración : *Biblioteca Nacional de Francia.*

- *Le Vivandier* : manuscrito compuesto entre 1420 y 1440 en Flandes, que se encontró en un códice que contenía documentos sueltos del médico **Jacques Despars**, que fue médico de, entre otras celebridades de la época, del rey de Francia **Carlos VII**. 73 recetas testimonian de lo fastuosa y cosmopolita que podía ser la Corte de Borgoña.



Anónimo - Enseingnemenz qui enseingnent a apareillier...

## Cocina inglesa



Un banquete en el siglo XI

La comida tradicional inglesa viene directamente inspirada en su cocina histórica : pan y queso, carnes asadas o estofadas, verduras hervidas y caldos, y pescado de mar y de agua dulce. El pasado de Gran Bretaña como gran potencia comercial contribuyó a la introducción de las especias exóticas en su cocina.

Se conocen diversos manuscritos que proporcionan un testimonio de la cocina en Inglaterra a finales del siglo XIII y principios del S. XIV : los *Manuscritos anglo-normandos* (1293-1297), *Doctrina faciendi diversa cibaria* (1325) o *Ancient cookery* (también conocido como *Diversa Servicia*, 1381).

Ilustración : *A feast for the eyes.*

*The Forme of Cury* (*Las Reglas de la Cocina*), fue redactado hacia 1390 por los jefes de cocina del rey **Ricardo II**. Como para el *Liber de Coquina* italiano y en general para muchos textos culinarios europeos, se conocen varias versiones de *The Forme of Cury*. Desafío o vieja rivalidad anglo-francesa, el texto inglés se autoproclama mejor y más real que el *Viandier*. En todo caso es muy representativo del papel político de los banquetes organizados por los grandes amos feudales. *The Forme of Cury* no presenta una organización muy lógica, mezclando postres con recetas saladas o carnes asadas con recetas de verduras. Marca de prestigio del amo, existen varias recetas de entremeses, platos muy elaborados (un paté de jabalí, en forma de castillo, por ejemplo). Así como las verduras no están muy presentes en la cocina francesa, *The Forme of Cury* se acerca más a la cocina meridional, ofreciendo recetas de verduras, de ensalada con vinagreta o de pasta italiana e incluso utilizando ingredientes típicamente del Sur : almendras, leche de almendras o el azafrán y la granada.

Ilustración : *Universidad de Manchester.*

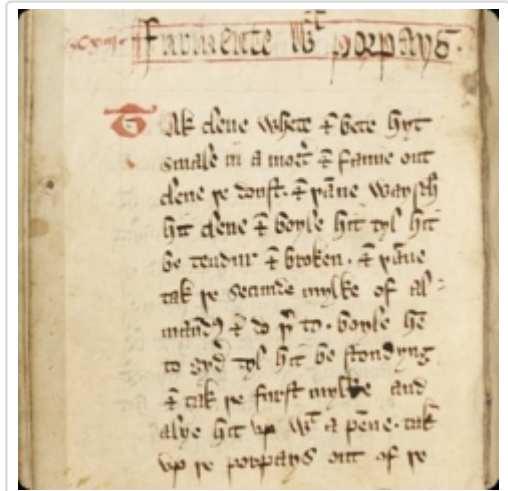




Medieval Life

Illustrations, Rellenando una gallina

« Mawmene : Coger una botella de vino griego y dos libras de azúcar. Aclarar el azúcar con una cantidad de vino ; colar y verter en un recipiente de barro. Coger canela y mezclar con una parte del vino y luego con la mezcla de azúcar y vino. Coger piñones y dátiles y freírlos en panceta o en aceite y combinar con los otros ingredientes. Coger todos los clavos y la canela y añadir a la mezcla. Darle color con un poco de madera de sándalo y, si es necesario, sazonar con sal. Hervir a fuego lento y no dejar que espese demasiado.



VV.AA. - The Forme of cury

Coger la carne de los capones, separarla con los dedos, o carne de faisanes finamente despedazada con los dedos, y añadir al caldo. »

Ilustración : *A feast for the eyes.*

« *Bukenade* : Coger pollos o conejos o ternera u otro tipo de carne y cortarla en trozos pequeños. Lavarlos y hervirlos bien. Moler almendras sin blanquear y mezclar con el caldo de la carne y añadir grosellas, azúcar, jengibre en polvo y hierbas fritas en panceta con cebolals y sal. Si es demasiado ligero, espesar con harina u otra cosa y dar color con azafrán. »

## Más lecturas

- *Two fifteenth Century cookery books* (Dos libros de cocina del siglo XV) : dos manuscritos de, respectivamente, 257 y 181 recetas, y con dos menús de banquetes.
- *Liber cure cocorum* : 134 recetas presentadas en forma de versos burlescos, escritos entre 1422 y 1471.

## Cocina alemana

Se conocen actualmente hasta 55 libros de cocina medievales en alemán, todos anteriores al siglo XVI. No se conocen libros de cocina de casas reales. Son más bien tratados para cocineros de la burguesía o de monasterios y de la nobleza regional. La cocina alemana es más próxima a las cocinas inglesa e italiana que a la francesa, por los sabores agri-dulces y el uso de frutas : almendras, uvas pasas, manzanas e higos están muy presentes. La carne (pollo y cerdo principalmente), pescado de agua dulce, pocas verduras y muchas especias (pimienta, azafrán, gengibre, clavo) son ingredientes esenciales de esta cocina. Los alimentos suelen cocerse mucho, e incluso, cocerse varias veces : los purés, compotas, cremas o patés son muy frecuentes.



Grandes heures d'Anne de Bretagne, La matanza del cerdo

Ilustración : *A feast for the eyes.*

Es de notar que los únicos textos de cocina medievales escritos por mujeres son alemanes : *Das Kochbuch der Sabina Welserin* et *Ein Köstlich new Kochbuch* de **Anna Wecker**.

*Daz bûch von gûter spîse* (El Libro de buena comida) es el primer libro de cocina alemán que se conozca. Probablemente redactado entre 1345 y 1354, se compone de 101 recetas.



Anónimo - Daz bûch von gûter spîse

« Tarta pagana

Eso se llama tarta pagana. Se debe coger una masa y rebajarla finamente, y coges una carne hervida y panceta picada y manzanas y pimienta y huevos, que pones dentro, y cueces eso y la sirves y no la cortes. »

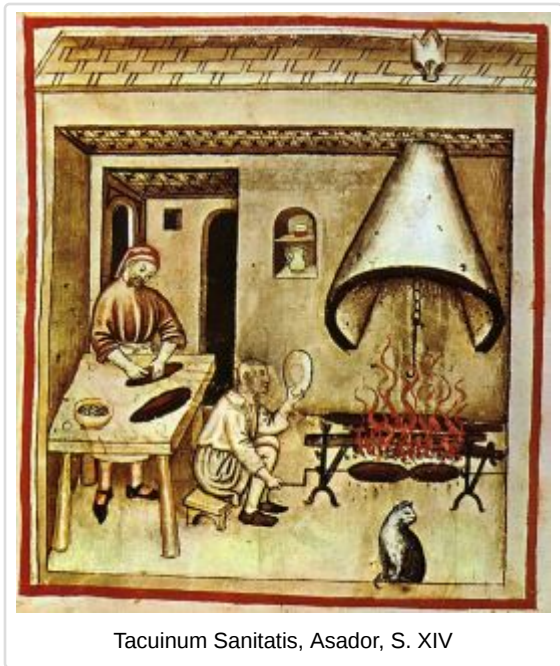
Ilustración : [Wikipedia](#).

**Meister Eberhards (Maestro Eberhards)** era el maestro cocinero del duque de Baviera. Cocinero culto, experto en dietética, escribió su *Das Kochbuch Meister Eberhards (El Libro de cocina de Maestro Eberhards)*, en la primera mitad del siglo XV. El texto sólo contiene 24 recetas detalladas, pero da una idea de la cultura de su autor, por las citas de **Hipócrates** o **Avicena**.

No se sabe mucho de **Sabina Welserin**, tan sólo que los **Welser** eran una importante familia de comerciantes de Augsburgo. Su libro de cocina, *Das Kochbuch der Sabina Welserin (transcripción)*, fue escrito en 1553 y contiene 205 recetas.

« Un plato de varios colores

Un plato, en el que cada parte tiene un color distinto, se hace así. Asar pollos en una brocheta, pero sin apretarlos demasiado. Una vez estén asados, haga seis colores. El blanco se hace así : coger claras de huevo, echarles un poco de harina, batir en una pasta fina. El marrón se hace así : coger mermelada de guindas amargas y hacer una pasta marrón con huevos y harina. El amarillo se hace así : coger yemas de huevo, un poco de harina de trigo, azafrán y tres o cuatro huevos, hacer una pasta con todos estos ingredientes. El verde se hace como sigue: coger perejil y colarlo con huevos a través de un paño, poner harina con ello, y hacer una pasta. Negro, coger harina y huevos, hacer una pasta. Poner clavos en polvo que han reposado una noche en huevo batido en esto, poner bastante, así se vuelve verdaderamente negro. Cuando ha hecho los cinco colores de esta manera, rocíe cada pollo con su color y tenga cuidado de que no se quede demasiado caliente. Y cuando el color está seco y ha adherido al pollo, sacar los pollos de la brocheta, y colocarlos en un plato al lado de otras carnes asadas. »



Tacuinum Sanitatis, Asador, S. XIV

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« Para hacer pastas españolas

Primero preparar una masa firme con huevos y manteca y allanarla muy fino, para que se quede tan larga como la mesa, y espolvorear de almendras y azúcar, mantequilla o manteca, y enróllela sobre ella misma, como una salchicha. Después, cortarla en trozos y cerrar las extremidades. De esta manera : haga las pastas una después de la otra y vuelque la parte de abajo sobre la parte de arriba. Cocer en una sartén lisa, con manteca en la sartén. Dejar cocer a fuego lento, con una tapadera caliente, y servir frío. »

*Ein Köstlich new Kochbuch* fue escrito en 1598 por **Anna Wecker**, esposa de un famoso médico. Como era de esperar, contiene recetas para enfermos.



### Más lecturas

- *Guot ding von allerlaÿ Kochen* (1460, por **Maister Hansen des von Wirtenberg Koch**, 289 recetas)
- *Büchlein von guter Spîse* (1470, 55 recetas)
- *Hie sagt der maister von allerlay kochen* (1469-1473, 120 recetas)
- *Hienoch findestu wie man kochen und fremde essen beraiten sol* (S. XV, 65 recetas)
- *Von Speiß zu kochen* (S. XV, 154 recetas).

### Cocina de otros países de Europa

Se conocen otros manuscritos medievales de cocina que nos han llegado de otros países europeos.

De Dinamarca nos llegó el *Libellus de arte coquinaria*, un manuscrito en latín escrito hacia 1300, compuesto de 25 recetas.

La riqueza de la cocina portuguesa no se tiene que demostrar ; la historia del país hace que recibiera diversas influencias : los romanos, los árabes dejaron su huella en una cocina que más tarde vendría enriqueciéndose de ingredientes y especias exóticas gracias a los viajes de los exploradores y navegantes. *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal*, es un manuscrito portugués, de fecha desconocida (probablemente del siglo XV). Se compone de 67 recetas, algunas de las cuales son importadas de Brasil. También de cocina portuguesa, el texto *Um tratado de cozinha portuguesa do seculo XV*, ofrece una buena muestra de recetas de este país.



Ilustración : Google Libros.

« *Canutos de huevos revueltos*

*Mezclar las yemas de huevo y dejar cocer al horno, en un almíbar ligero, sin revolver, para que no se rompa. Hacer una masa y amasar, harina, mantequilla, agua de naranja y una pizca de azafrán. A continuación, extiéndala con un rodillo, como para el pastel, hacer los canutos y freírlos. Rellenar los canutos con el dulce de huevo y pasarlos por jarabe de azúcar. Espolvorear con azúcar y canela. »*

Los Países Bajos siempre han sido una nación comerciante y sus puertos eran lugares de intercambio multicultural. Navegantes de toda Europa llegaban a Amsterdam y Rotterdam y obviamente, la cocina flamenca tenía que ser un reflejo de este multiculturalismo europeo.

Varios textos nos dan una idea de la cocina flamenca medieval. Una serie de manuscritos de los siglos XV y XVI, conservados en la **Academia Real de Gante**, describen tanto recetas aristocráticas como otras más regionales, por ejemplo, el salchichón de hígado o el cramique, que todavía son especialidades de Bruselas. *De Keuken van de late Middeleeuwen* es un manuscrito del siglo XVI, con 267 recetas, escritas por 8 manos distintas. Parece contener



Joos van Cleve - Retablo de la piedad

recetas inspiradas de un tratado de Borgoña, de la época en la que formaba parte de los Países Bajos.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

## Incunables y primeros textos impresos del Renacimiento



Sandro Botticelli - El Banquete en el bosque de pinos (detalle, 1482-1483)

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).



Le Livre de Taillevent, S. XV

La aparición de la imprenta de **Gutenberg** a mediados del siglo XV supuso un considerable despegue de la difusión del conocimiento en todas las ramas del saber universal. La cocina y la gastronomía se beneficiaron también de esta nueva tecnología y muy pronto se empezaron a imprimir libros de cocina.

Por una parte se pasaron a libros impresos los textos ya clásicos de la cocina medieval, el *Viandier* francés, o el *Liber de Coquina* italiano se siguieron imprimiendo y reimprimiendo durante décadas, hasta el siglo XVIII.

Se cree que los primeros libros de cocina impresos fueron *De honesta voluptate et valitudine* (Italia, 1473), *Kuchemaistrey* (Alemania, 1485) y *Le Viandier* de **Taillevent** (Francia, 1486).

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

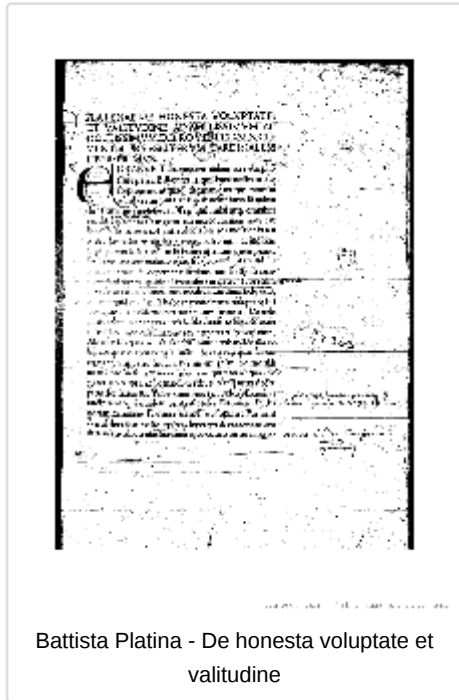
El primero de estos tres incunables (así se denominan los libros impresos antes del 1 de enero 1501), *De honesta voluptate et valitudine* fue escrito en latín por el humanista, escritor y gastrónomo italiano **Bartolomeo Sacchi** (1421-1481, también llamado **Battista Platina**) antes de 1468 y se imprimió en Roma a partir de 1473. Primer texto culinario impreso, se siguió imprimiendo durante todo el siglo XVI y fue traducido a diferentes idiomas : italiano, alemán, francés. Inspirándose en los autores griegos y romanos (**Catón**, **Virgilio**, **Hipócrates**...), **Platina** propone reflexiones e informaciones sobre la comida, la higiene alimenticia y la dietética, además de recetas de cocina de **Maestro Martino**, el cocinero medieval más famoso de Italia. Inspirado por la fuerza y el talento de **Martino**, **Platino** no duda en hacer comentarios de apreciación como « Los cocineros catalanes son los mejores del mundo » o sobre las recetas, como en el caso de esta nueva receta del mig-raust catalán...

Ilustración : [Wikipedia](#).

« *Mirrauste a la catalana*

*El pueblo catalán, muy rico y no muy diferente del pueblo itálico, tanto por su inteligencia como por su fuerza física y su destreza, prepara un plato que llama mirrauste, de la siguiente manera. Pone a asar en un brocheta capones o pollos o*





palomas, cuidadosamente vaciados y lavados, y los deja luego hasta media cocción. Luego, los saca y los corta en trozos, que pone luego en una olla. Mientras tanto, tuesta almendras debajo de la ceniza, las limpia con un trapo de lino y las pica. Añade a las almendras costras de pan tostadas y criba todo mezclándolo con vinagre y caldo. Lo pone todo en otra olla, espolvorea de canela, azafrán en polvo y de

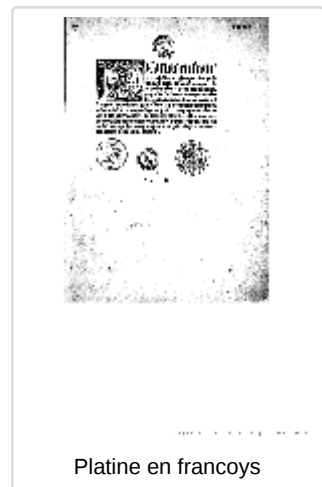


mucho azúcar. Añade luego la mezcla a la carne y lo hierva todo a fuego lento, lejos de las llamas, hasta llegar al punto de cocción deseado, sin dejar de remover con una cuchara para que no se pegue al recipiente. No me acuerdo de haber comido algún día algo más sabroso con mi amigo Valiscara. Es un plato muy nutritivo, pero más bien pesado de digerir, calienta el hígado y los riñones, engorda y por otro lado, es laxante. »

Ilustración : Gallica.

En 1505, se imprime en Lyon el libro *Platine en francoys* (Platina en francés), que no es más que una traducción adaptada del *De honesta voluptate* de **Bartolomeo Sacchi**, llamado **Battista Platina**, impreso en 1470. El título completo es *Platine en francoys tresutile et necessaire pour le corps humain qui traicte de honneste volupte et de toutes viandes et choses que lomme menge ...* y el autor de la traducción es **Desdier Christol**, un religioso de la región de Montpellier. La parte de las recetas de cocina se reduce a una 30% del libro (mientras que en el original en latín, constituía el 50%), algunos artículos han sido suprimidos, otros son nuevos, para adecuarse al gusto de los lectores franceses.

Ilustración : Gallica.



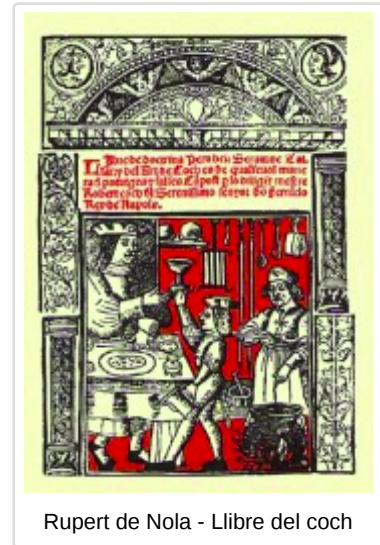
*Een notabel boecxken van cokeryen* (Un librito notable de cocina) se publicó en Bruselas hacia 1514 por un tal **Thomas VanderNoot**, del que no se sabe si era el autor o el editor del libro. Compuesto de 175 recetas sin orden aparente, de las cuales 61 son recetas del *Viandier* francés, destaca por la gran cantidad de recetas de capones y gallinas (34 en total) y por la aparición de características de la cocina holandesa moderna, como por ejemplo el uso de manquequilla, crema, leche o queso como grasas para cocinar.

Ilustración : Kookhistorie.

« Crema fría

Coja crema de leche y poner a hervir en el fuego. Entonces coja pan blanco desmigado en trozos muy pequeños y añadir a la crema, o coja obleas trituradas, una buena cantidad. Entonces, coja yemas de huevo y mezclarlas con la leche y la crema. Entonces hervirlo todo junto y añadir una buena cantidad de azúcar y un poco de sal, pero no mucha. »

No se conocen muchos elementos sobre la vida del cocinero **Mestre Robert de Nola**. Escribía en catalán, pero podría haber sido un italiano que hablaba catalán por vivir en la corte de Nápoles, con un rey catalán. Las distintas ediciones de su *Llibre del coch* lo presentan bajo diferentes nombres : **Mestre Robert** en la primera edición catalana de 1520, **Rupert de Nola** (Nola es una ciudad cerca de Nápoles) en la edición castellana de 1529. La duda sobre su identidad es tal que ciertos especialistas dudan de su existencia real o de si se trataba de un engaño editorial montado para la edición castellana. Según su propia presentación en el *Llibre del Coch*, fue Mestre, o sea jefe de cocina, de un tal **Don Fernando rey de Nápoles**, que la mayoría de autores coincide en que debió de ser **Fernando I de Nápoles** y que se hacía llamar **Robert**. *El Llibre de doctrina per a ben servir, de tallar y del art de coch es (ço es) de qualsevol manera, potatges y salses compost per lo diligent mestre Robert coch del Serenissimo senyor Don Ferrando Rey de Napols*, más conocido por su nombre simplificado, el *Llibre del Coch*, fue escrito en 1477 e impreso por primera vez en Barcelona, en catalán. Se trata del primer libro de cocina imprimido en España. Contiene básicamente recetas catalanas de la época (algunas de ellas extraídas del *Sent Sovi*), y algunas recetas occitanas e italianas, pero curiosamente ninguna receta castellana. Además de recetas, comprende capítulos en los que se explica los oficios de mesa y sala. Como curiosidad, podemos citar las primeras recetas de arroz : *arròs ab brou de carn* (arroz a la cazuela) y el *arròs en cassola al forn* (arroz y costra).

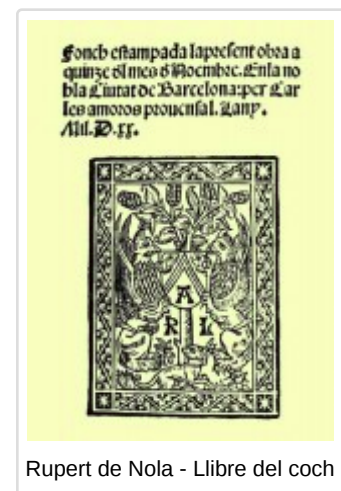


Rupert de Nola - Llibre del coch

Il·lustración : [Biblioteca Virtual Lluís Vives](#).

« Arros ab brou de carn

Cogerás el arroz y lo limpiarás con agua fría tres o cuatro veces, o con agua tibia. Cuando esté bien enjuagado, lo metes a escurrir sobre un colador de madera al sol, o si no hace sol, lo pones cerca del fuego. Cuando está escurrido, quítale bien las piedras y la suciedad y después coge una olla limpia para que cueza el arroz y ponle un buen caldo de carne, que sea graso y que está bueno de sal, y ponlo al fuego. Y cuando comience a hervir el caldo, pones el arroz en la olla, y cuando el arroz esté medio cocido, ponle leche de cabras o de ovejas, si no, ponle leche de almendras y ponlo en la olla y cueza hasta que esté todo cocido. Después, retira del fuego y pon dentro una cantidad de salvado, bien cubierto y deja que repose aquí una hora o al menos media. Después, coge huevos y bátelos bien. Y como querrás hacer platos individuales, ponlos en la olla dándole unas cuantas vueltas para que se mezcle todo junto. Y después haz los platos, y pon encima de cada uno azúcar y canela. »



Rupert de Nola - Llibre del coch

Il·lustración : [Biblioteca Virtual Lluís Vives](#).

« Arros en cassola al forn

Tendrás que limpiar el arroz de las piedras y la suciedad, después de enjuagarlo con dos o tres aguas frías, y después con agua caliente. Y cuando lo hayas enjuagado, ponlo a escurrir en un colador de madera al sol o delante del fuego. Y cuando esté seco, vuélvelo a limpiar de manera que esté bien limpio. Después, coge una cazuela que esté limpia y échale el caldo





Arroz con costra

de la carne, que sea muy graso, y pónlo al fuego a hervir, échale dos o tres brotes de azafrán molido de manera que el caldo se vuelva muy amarillo y cuando el caldo esté muy amarillo, le echarás el arroz, meneando con una meneadora de manera. Y cuando el arroz esté dentro de la cazuela, le añadirás tanta cantidad de caldo como te parezca necesario para que el arroz se cueza pero que sea bien graso y pon al horno a cocer. Un poco antes de que esté cocido, sácalo del horno y échale huevos frescos encima del arroz. Vuelve a colocar la cazuela en el horno. Cuando acabe de cocer, verás que el arroz habrá hecho una crosta, la cual es muy buena. Después prepara platos y en cada uno, pondrás un poco de aquellos huevos. Si por casualidad no tuvieras horno, pondrás la cazuela sobre un fuego de carbón y lo

taparás con una cubierta de hierro ; de esta manera saldrá como si hubiera sido cocida al horno y aún mejor porque si lo haces de esta manera, lo podrás tener más cerca que si lo hubieras hecho al horno. Y aquí tienes una buena y agradable manera de arroz. »

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).



Nostradamus

**Michel de Nostre-Dame**, llamado **Nostradamus** (1503-1566), es universalmente conocido como astrólogo y por sus famosas predicciones, *Centuries astrologiques*, que empezaron a imprimirse a partir de 1555. El mismo año, **Nostradamus**, que también era médico, publica un librito en dos partes titulado : *Excellent et moult utile Opuscule à tous necessaire, qui desirent auoir cognoissance de plusieurs exquisés Receptes, diuisé en deux parties. La premiere traicte de diuerses façons de Fardemens et Senteurs pour illustrer et embellir la face. La seconde nous montre la façon et maniere, de faire confitures de plusieurs sortes, tant en miel, que sucre, et vin cuict, le tout mis par chapitres, comme est fait ample mention en la Table. Nouuellement composé par maistre Michel de Nostredame docteur en Medicine de la ville de Salon de Craux en Prouence, et de nouveau mis en lumiere.* La primera parte se compone de técnicas y recetas de cosmética y perfumería y la segunda está dedicada a recetas de mermeladas, por lo que este libro se conoce más como el *Libro de las mermeladas* de **Nostradamus**. Las mermeladas y los caramelos, el jarabe y el azúcar constituyen la base de medicinas importantes en la farmacopea arabo-andalusí y de la medicina medieval europea. Obviamente,

además de sus propiedades medicinales, están deliciosos y en muchos casos, **Nostradamus** termina su receta explicando las propiedades medicinales y gastronómicas de su preparación.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« Otra manera de hacer jalea de membrillo, que será mejor de sabor y de consistencia, y no será peor en belleza, gusto y calidad que las otras.

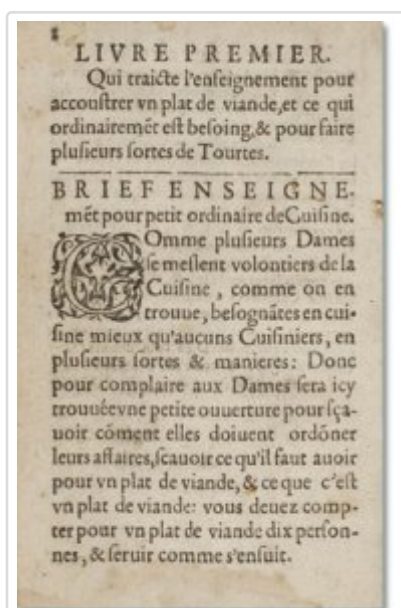
Coja membrillos, la cantidad que quiera ; cuanto más habrá mejor será. Pélelos bien & límpielos & póngalos en trozos como le parezca. Ponga a hervir con mucha agua, tanta como le parezca. & cuando estén cocidos a la perfección, los escurrirá con un trapo muy limpio & lo exprimirá muy fuerte. & pondrá la decocción a cocer en el fuego & mientras cuece, cogerá un membrillo muy maduro, muy amarillo & lo pelará & cogerá sólo la parte cerca de la piel porque la parte más cercana a la semilla es granulosa & cuando esté bien pelado, lo pondrá en trocitos cuadrados como dados & los hervirá en una pequeña

sartén con agua hasta que estén cocidos y blandos & cuando estén así cocidos, lo echará todo en la decocción & lo hervirá todo junto hasta que se ponga en forma de jalea que probará con una cuchara de plata & lo sacará del fuego & lo dejará reposar un poco, para que, si hubiera sacado un poco de espuma, la sacará poco a poco, siempre con una cuchara de plata : porque, por muy fino que sea el azúcar, por culpa de la acetosidad del membrillo, el azúcar lo purifica & hace su espuma por encima & cuando haya depositado su espuma, entonces lo verterá en cajas de cristal o de madera tallada o esculpida así como le parezca & verá su jalea en toda su bondad & belleza maravillosamente buena. »

Ilustración : [Oldcookbook.com](http://Oldcookbook.com).



Nostradamus - Excellent et moult utile Opusculé à tous necessaire...



Lancelot de Casteau - Ouverture de cuisine...

El belga **Lancelot de Casteau** fue maestro cocinero de tres príncipes-obispos de Lieja, en el siglo XVI. En 1585 escribió en francés *Ouverture de cuisine, de Maistre Lancelot de Casteau, Montois, en son temps Maistre Cuisinier de trois Princes de Liège* (Obertura de cocina, de Maestro Lancelot de Casteau...). Publicado en 1604, el libro se compone de 183 recetas y dos menús de banquetes y podemos decir que se trata de un libro de cocina europea, muy representativo de una región revuelta en la que convivían liejenses francófonos, españoles y flamencos, con recetas de inspiración italiana, española, inglesa, húngara, portuguesa e incluso catalana. Sin embargo, la mantequilla y la nata, tan características de la cocina belga actual, no dejan de ser muy presentes. Una curiosidad : el libro ofrece 4 recetas de *tartouffles*, sobre las cuales los especialistas no se ponen de acuerdo : unos creen que se trata de trufas, otros piensan que son las primeras recetas de patatas.

Ilustración : [Bibliothèque numérique de la Bibliothèque Royale de Belgique](http://Bibliothèque numérique de la Bibliothèque Royale de Belgique).

« Tartouffle hervida

Coger tartouffle bien lavada & póngala a hervir en agua ; estando cocida, hay que pelarla, cortar a rodajas, mantequilla derritida por encima & pimienta.

Tartouffle de otra manera

Corte la tartouffle a rodajas como queda explicado arriba & póngala al vapor con vino de España, mantequilla & nuez moscada

De otra manera

Coja la tartouffle en rodajas, y ponga al vapor, con mantequilla, mejorana picada, perejil : luego, coja cuatro o cinco yemas de huevo batidas, con un poco de vino & échelo encima de las rodajas, hervir & saque del fuego & sirva así.

De otra manera

Ponga a asar la tartouffle en cenizas calientes, de la misma manera que se cuecen las castañas, luego hay que pelarla & cortar a rodajas, poner encima menta picada, uvas hervidas por encima & vinagre, un poco de pimienta & sirva así. »

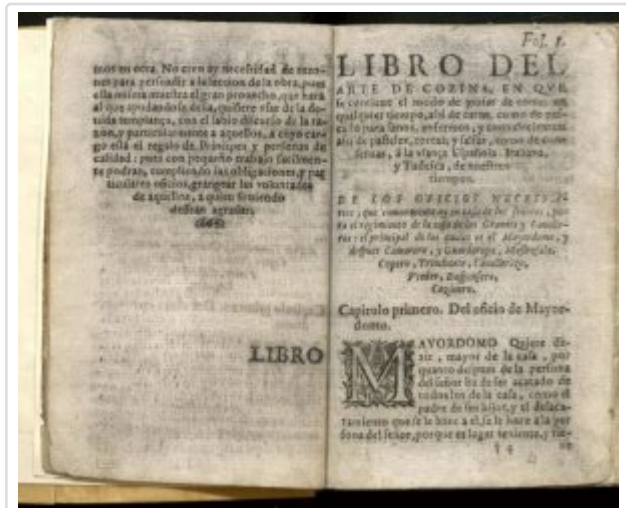


La « tartouffle », ¿ patata o trufa ? - Lámina de Wolf Helmhardt von



## Más lecturas

- El primer libro de cocina que se imprimió en lengua alemana es el *Kuchemaistrey* (o *Küchenmeisterey*). Fue impreso en 1485 y reeditado múltiples veces hasta 1574.
- Desde Frankfurt nos ha llegado el libro *New Kochbuch für die Krancken* (*Nuevo libro de cocina para los enfermos*), escrito en 1545 por el médico y escritor **Walter Ryff**, y destinado al personal que cuida de los enfermos. Contiene indicaciones de dietética y terapéutica para los enfermos.
- *Eenen nyeuwen coock boeck, dye noyt gheprint en heeft gheweest* (*Un nuevo libro de cocina*) fue escrito en holandés e impreso en 1560. Recoge parte de las recetas del *Een notabel boecxken van cokeryen*, pero lo completa con recetas nuevas de ensaladas y verduras, demostrando la influencia de la cocina italiana sobre la cocina holandesa.
- *Ein new Kochbuch* (*Un nuevo libro de cocina*), fue escrito por **Marx Rumpolt**, cocinero en la corte de Sajonia. Es el fruto de la experiencia de un cocinero deseoso de transmitir su saber a los jóvenes. Editado en 1581, contiene más de 2000 recetas.
- **Carel Baten** escribió en holandés *Eenen seer schoonen ende excellenten Cocboeck* (*Un exquisito y excelente libro de cocina*), que fue impreso en 1593. Este médico de Gante fue el primero en escribir libros de medicina en holandés. Curiosamente, su *Cocboeck* sólo contiene 7 recetas para enfermos. Las otras 291 recetas que constituyen el libro vienen inspiradas por la cocina medieval europea : francesas, italianas, españolas y valones, pero con características propias de las costumbres alimenticias de Holanda.
- En 1599, el cocinero español **Diego Granado** publica el *Libro del arte de cozina*. De escaso valor histórico en cuanto al recetario, el libro sí aporta mucha información sobre los oficios del servicio de mesa.



Diego Granado - Libro del arte de cozina

Ilustración : [Universitat de Lleida](#).

- *Le Thresor de santé ou mesnage de la vie humaine*, fue publicado en Lyon en 1607 y fue escrito por otro médico. Se trata esencialmente de un libro de dietética, describiendo los alimentos, su valor dietético y su preparación.
- **Francisco Martínez Motiño** (o Montañó) fue jefe de cocinas de **Felipe II**. Es el autor de *El arte de la cocina, pastelería, bizcochería y conserjería*, publicado en Madrid en 1611. El libro recoge unas quinientas recetas e información sobre preparación de banquetes, conservas, dulces, técnicas de cocción, higiene en la cocina... Reimpreso varias veces hasta el siglo XVIII, es uno de los compendios más notables sobre gastronomía escritos en lengua española.

## Renacimiento tardío – Ilustración



William Hogarth - El Banquete (detalle, 1754)

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

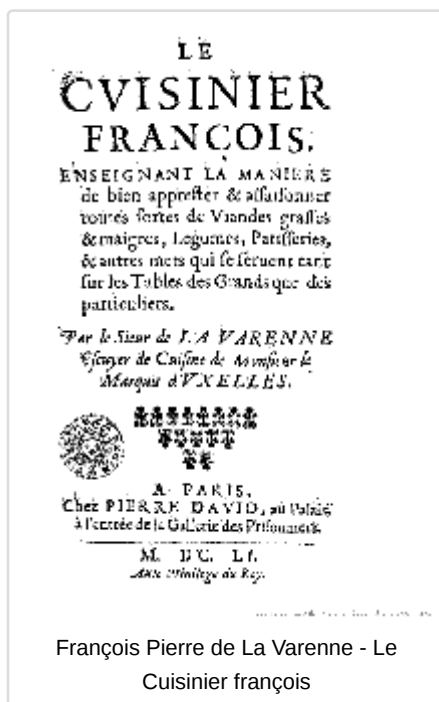
A partir del Renacimiento, los libros de cocina se hacen cada vez más numerosos y variados. Por una parte, el descubrimiento de nuevas tierras, en especial las del Nuevo Mundo, trae a las mesas europeas nuevos ingredientes y nuevas recetas : el tomate, el maíz, la patata y, por supuesto, el chocolate empiezan a usarse...

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

Además, el desarrollo de la imprenta permite editar una mayor cantidad de volúmenes y por consiguiente, una popularización de este tipo de literatura. Sin embargo, la lectura de libros de cocina queda en manos de la gente acomodada, por una razón sencilla : pocos eran los que sabían leer... De hecho, las amas de casas solían leer y explicar las recetas de los libros de cocina a sus empleados y cocineros analfábetos...



Luis Egidio Meléndez - Bodegón con servicio de chocolate



Publicado en 1651 por **François Pierre de La Varenne**, *Le Cuisinier François* (El Cocinero francés), es una obra

fundamental, pues marca la transición entre la cocina medieval y la *grande cuisine* moderna. A lo largo del siglo XVII, la gastronomía francesa conoce una revolución en sus sabores y técnicas. Se abandonan las especias exóticas y los sabores agridulces abundantemente utilizados en la cocina medieval, para aprovechar mejor las finas hierbas locales (perejil, tomillo, laurel, salvia...) y trabajar más el sabor natural de los ingredientes. En lugar de intentar disimular el sabor de los alimentos, como se hacía antes, se procura respetar su integridad gustativa y visual. **La Varenne** decía : « Cuando como una sopa de col, quiero que sepa a col. » *Le Cuisinier François* es el primer libro de cocina que pone en aplicación estas novedades y que las codifica con unas reglas y principios metódicos. En este libro aparecen recetas que todavía constituyen clásicos de la gastronomía francesa actual : *el bœuf à la mode* (salsa de ternera), los *œufs à la neige* (isla flotante) o la *bisque* (una sopa muy espesa). También se da mucha importancia a las verduras que quedaban un poco olvidadas por la cocina francesa medieval, muy carnívora. Y salsas como la



holandesa o la bechamel hacen su aparición. El éxito del *Cuisinier françois* es tal que se reeditó 250 veces hasta 1815, y fue traducido al inglés e incluso se publicaron ediciones piratas en Holanda.

Ilustración : [Gallica](#).

« Foie gras cocido en las cenizas

Hay que envolverlo con una fina loncha de panceta, sazonarlo con sal, pimienta, clavo batido y hierbas finas. Luego envolverlo con cuatro o cinco hojas de papel y ponerlo a cocer en las cenizas, como un membrillo. Cuando está cocido, tenga cuidado de no perder la salsa al moverlo. Quite las hojas de arriba & sirva en las hojas de abajo o, si quiere, en un plato. »

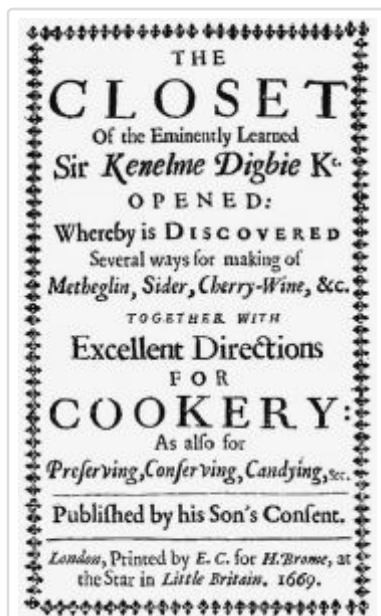
Ilustración : [Wikipedia](#).



Isla flotante

« Œufs à la neige

Hierva leche con un poco de harina, añada más de la mitad de doce claras de huevos & remueva todo junto & añada azúcar. Cuando esté a punto de servir, pongalo de nuevo encima del fuego & eche por encima el resto de las claras fritas. Colocar en una tartera & sirva endulzado con aguas perfumadas. En lugar de las claras, puede usar las yemas y colocar las claras fritas por encima. »



Sir Kenelm Digby - The Closet of the Eminently Learned Sir Kenelme Digbie Knight Opened

**Sir Kenelm Digby** (1603-1665) fue un diplomático inglés, apasionado por temas tan diversos como la cocina, la medicina, la esgrima, la astrología, la alquimia, la literatura o la filosofía natural. Escribió para su propio uso el libro *The Closet of the Eminently Learned Sir Kenelme Digbie Knight Opened*, pero gracias a su mayordomo y a su hijo se publicó por primera vez en 1669 este texto, después de la muerte de **Sir Digby**. Este texto se considera como un excelente vínculo entre la cocina medieval y la del Renacimiento. En particular, desaparece la componente medicinal o curativa que muchas veces albergaban los libros medievales de cocina y se presenta más como una descripción de lo que comía la gente con medios en este época. Las recetas abarcan un largo abanico de ingredientes, desde flores, verduras y especias hasta carne, huevos, leche o cereales. Incluso, propone sustituciones de ingredientes, para adecuar las recetas a los gustos personales y las disponibilidades de cada temporada.

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« Caldo portugués, tal y como se hacía para la Reina

Haga un caldo muy bueno con magro de ternera y oveja, y una gallina o un gallo joven. Cuando ha hecho espuma, ponga una cebolla troceada (y, si le gusta, un diente de ajo), un poco de perejil, una ramita de tomillo, menta, un poco de melisa, semillas de cilantro rotas, un poco de azafrán, un poco de sal, pimienta y un clavo. Cuando la preparación ha hervido, y que el caldo está bueno, lo puede beber así, o eche un poco de caldo encima de unas lonchas de pan tostado, y cocerlo, hasta que el pan haya bebido todo el caldo ; entonces, añadir un poco más de caldo, y cocer, y proceder así poco a poco, para el pan se impregne y se hinche (mientras que si echa el caldo de una sola vez, el pan no se hinchará) y crezca como una jalea y entoncés, tendrá una buena sopa. Puede añadir raíces de perejil o puerros, col o endivias, cuando el caldo hierve, y con tiempo suficiente para que se hagan tiernos. En verano, puede poner lechuga, acereda, verdolaga y borraja, o

cualquier hierba aromática que le guste. Pero las hierbas verdes le quitan fuerza y cremosidad a la sopa.

El bouillon de santé de la Reina, por la mañana, era eso. Una gallina, un manojo de perejil, una ramita de tomillo, tres de hierbabuena, un poco de melisa, media cebolla grande, un poco de pimienta y sal, y un clavo, bastante agua para cubrir la gallina, y todo eso hervido hasta reducir a menos de una pinta. »

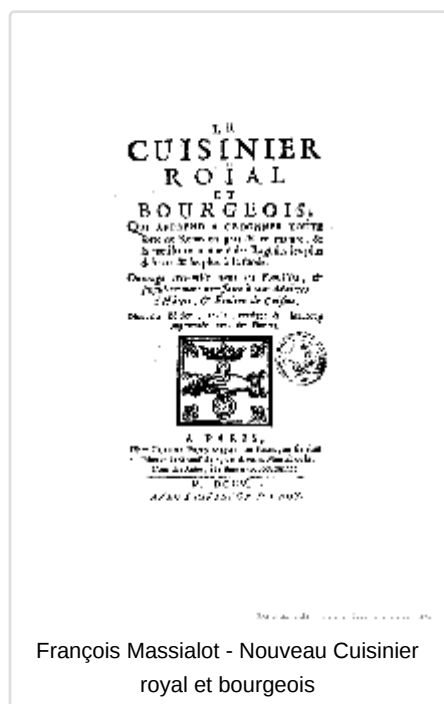
« Té con huevos

El jesuita que volvió de China, en 1664, llamado dijo a Mr. Waller que allá proceden a menudo de esta manera. Para casi una pinta de infusión, coger dos yemas de huevos recientemente puestos, y batirlas muy bien con un azúcar muy fino en cantidad suficiente para esta cantidad de licor. Cuando estén bien mezclados, verter el té encima de los huevos y el azúcar, y revolver todo bien. Bébalo caliente. Eso es para cuando llega a casa después de realizar gestiones fuera y tiene mucha hambre y no es hora ni conveniente de hacer una comida consistente. Eso satisface todas las necesidades del estómago, vuela de repente a través de todo el cuerpo y en las venas, da muchas fuerzas y preserva durante un buen momento de la necesidad de comer. Mr. Waller descubrió que todos estos efectos se deben a los huevos. Dijo que aquí dejamos el agua caliente demasiado rato encima del té, lo cual hace que se disuelven las calidades saludables de la hierba. El agua no debe permanecer encima del té más rato que el tiempo de decir el Salmo del Miserere muy despacio. Entonces verterla encima del azúcar o del azúcar con huevos. Es cuando tiene la parte espiritual del té, que es mucho más activa, penetrativa y natural. Puede coger un poco más de hierba, aproximadamente una dracma de té servirá para una pinta de agua, lo que corresponde a tres bebidas ordinarias. »



Kenelm Digby, por Anthony van Dyck

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).



François Massialot - Nouveau Cuisinier royal et bourgeois

**François Massialot** (ca. 1660-1733) fue un cocinero francés que trabajó para las más ilustres mesas de la época. En 1691, se publica su *Nouveau Cuisinier royal et bourgeois* (Nuevo Cocinero real y burgués), seguramente el libro de cocina más importante de la época, después del *Cuisinier françois* de **La Varenne**. Hasta 1730, el libro se reeditará, modificará y ampliará múltiples veces, hasta el punto de pasar a tres volúmenes en lugar del volumen único que constituía la primera edición. Su originalidad radica en que presenta menus y recetas por orden alfabético, abriendo la moda de los diccionarios de recetas. Dos clásicos de la repostería hacen su aparición, con el nombre que se les conoce : el merengue y la crème brûlée.

Ilustración : [Gallica](#).

« Manera de hacer col rellena como entrante

Coger una col grande. Quitarle el pie y parte del cuerpo. Blanquearla. Sacarla del agua y extenderla encima de la mesa, de manera que las hojas se mantengan juntas. Cuando las hojas están bien extendidas, colocar dentro un relleno compuesto de carne de aves, algún trozo de pierna de ternera, panceta, grasa de jamón cocido, trufas y champiñones ; picar perejil y



cebollino, un diente de ajo ; sazonar con hierbas finas y especias, miga de pan, dos huevos enteros y dos o tres yemas, todo bien picado. Una vez la col rellena de esta preparación, cerrarla, darle la vuelta y atarla y colocarla en una olla. Al mismo tiempo, coger lonchas de pierna de ternera, colocarlas en una cazuela, como para hacer jugo. Dorar la carne un poco, añadirle harina y dorar de nuevo todo junto. Mojar con un buen caldo, sazonarlo con hierbas finas y trozos de cebolla. Cuando esté medio hecha la carne, colocarla junto a su jugo y con la col ; cocer todo junto, teniendo cuidado de no poner demasiada sal. Cuando esté todo cocido, habrá que colocarlo en una fuente, sin caldo, echar encima una salsa, a la Saingaraz u otra. Servir caliente. »

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« Merengues

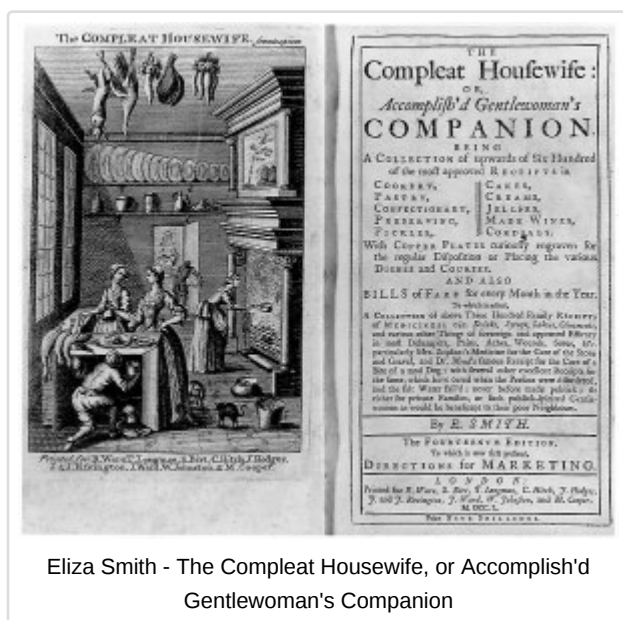
Los merengues no son más que cosas de oficiales, pero como los cocineros los hacen a veces, para rellenar cosas, eso es la manera de hacerlos.

Coger tres o cuatro huevos frescos, según la cantidad que se quiere hacer.

Retirar las claras y batirlas hasta que formen nieve. Después, hay que poner corteza rallada de limón verde, tres o cuatro cucharas de azúcar, y todo batido. Se puede también añadir un poco de ámbar preparado. Luego, coger papel blanco, & con una cuchara, formar los merengues redondos u ovalados, a su gusto, del tamaño de una nuez, dejando espacio entre uno y otro. Coger azúcar en polvo en la punta de una servilleta, y salpicar los merengues. En la misma mesa en la que los ha preparado, puede colocar la tapa del horno que no haya estado dentro del fuego, pero sólo con el fuego por encima y cubrir los merengues para que cojan un color de cenizas. No deben tener fuego por debajo. Una vez cocidos y bien glaseados, quitarlos del papel. Puede poner dentro un grano de fruta, o frambuesa, o cereza o fresa, según la temporada y juntar con otro merengue para hacer gemelos. »



Georg Dionysius Ehret - Brassica capitata alba



Eliza Smith - The Compleat Housewife, or Accomplish'd Gentlewoman's Companion

*The Compleat Housewife, or Accomplish'd Gentlewoman's Companion* (La ama de casa completa, o El Compañero de la gentlewoman cumplida), escrito por **Eliza Smith** y publicado en Londres en 1727, es el primer libro de cocina publicado en Estados Unidos. No se trata sólo de un libro de cocina, también contiene consejos domésticos de todo tipo, pintura, limpieza... La publicación de este libro en Estados Unidos, en 1742, fue un intento de proponer a las amas de casa americanas una obra que les permitiera estar a la última moda londinense. Escrito por una mujer y destinado a un público femenino, *The Compleat Housewife* se presenta como una colección de centenares de las recetas más apreciadas, en cocina, pastelería, conservas, pasteles, cremas, mermeladas, vinos, cordiales.

Ilustración : [Google Libros](#).

« Para hacer tarta de perifollo o de espinacas

Cortar en tiras pequeñas un galón de espinacas o de perifollo, añadir media libra de mantequilla derretida, la pulpa de tres limones, sin la piel ni las semillas, la corteza de dos limones, una libra de azúcar ; poner todo en una bandeja con masa de

buñuelos por debajo y encima y hornear. Cuando está cocido, cortar la tapa y poner nata o crema encima como para la tarta de manzanas. Echar azúcar encima, servir fría. »

*The Art of Cookery made Plain and Easy* (El Arte de la cocina hecho fácil), de **Hannah Glasse**, se publicó en 1747 y constituyó una de las referencias más importantes de la cocina casera en Inglaterra, en las colonias americanas, y en general en los países de habla inglesa, hasta el principio del siglo XIX. Destinado a los empleados de casa y escrito en un lenguaje familiar, como quien explica una receta a un familiar, el libro presenta recetas que todavía se comen hoy en día. Aparecen las primeras de comida india, que actualmente son pilares de la cocina inglesa, y la autora expresa una clara desaprobación en cuanto a los estilos culinarios franceses.

Ilustración : [Archive.org](http://Archive.org).



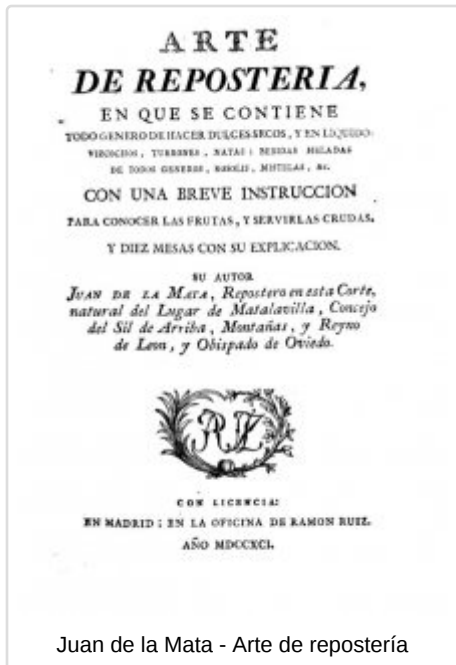
Hannah Glasse - The Art of Cookery made Plain and Easy

« Para hacer un curry, según el método indio

Coger dos pollos pequeños, quitarles la piel y cortarlos como para sofreír, lavarlos y cocerlos en aproximadamente un cuarto de agua durante cinco minutos, luego sacar el caldo y poner los pollos en un plato limpio ; coger tres cebollas grandes, desmenuzarlas y freírlas en aproximadamente dos onzas de mantequilla ; luego añadir los pollos y freírlos hasta que se queden dorados ; coger un cuarto de onza de cúrcuma, una cuchara grande de jengibre, pimienta picada y un poco de sal a su gusto ; esparcir todos estos ingredientes encima de los pollos mientras se fríen, verter el caldo y dejar cocer cerca de media hora ; luego añadir un cuarto de pinta de nata, el zumo de dos limones y servir. El jengibre, la pimienta y la cúrcuma deben molerse muy finamente.

Para hervir arroz

Poner dos cuartos de agua en una pinta de arroz. Dejar hervir hasta que crea que está hecho. Entonces añadir una cuchara de sal, y verter a un colador. Dejar cinco minutos cerca del fuego para que se seque y servir en un plato tal cual. »



Juan de la Mata - Arte de repostería

Poco se sabe de **Juan de la Mata**, sino que fue un repostero español del siglo XVIII, natural de un pueblo de León y que fue jefe en las cortes de **Felipe V** y **Fernando VI**. Su repostería, influenciada por las corrientes italianas y francesas, dió lugar a la publicación en 1786, de su *Arte de repostería*.

Ilustración : [AlAndalús.com](http://AlAndalús.com).

« Compota de frambuesa

Es la frambuesa un género de fruta muy similar a la fresa, sólo que es de un olor más fragante y suave, con un género de pelusilla muy sutil, y su color muy encendido. Críanse en una especie de zarzas, y echa unas varitas algún tanto espinosas, de lo largo de una vara ; hállanse generalmente dos especies : ambas muy buenas, unas silvestres, y otras domésticas, que se crían en los jardines.

Tomaránse hasta en cantidad de una libra, y bien limpias, así enteras, se echarán en agua fría ; y de allí, después de bien enxutas en el cedazo, se cocerán en azúcar preparado a la fuerte pluma, en que sólo darán un lento

hervor, y después de frías, se podrán servir en el modo ordinario en su almivar. »



« Pastillas de chocolate

En una libra de azúcar cocido a la primera pluma, y antes clarificado, se echarán dos onzas de chocolate menudamente raspado, removiéndole con la cuchara para que se deshaga y mezcle ; y así caliente, se pondrá en los moldes o vasijas. »

El libro de cocina sueca más conocido de la historia es, sin duda *Hjelpreda I Hushållningen För Unga Fruentimber* (Asistente para llevar casas destinado a mujeres jóvenes), escrito por **Anna Christina Warg** (conocida como **Cajsa Warg**, 1703-1769). **Warg** fue cocinera y gobernanta de diversas casa poderosas de Estocolmo. El libro, publicado por primera vez en 1755 y reeditado unas catorce veces hasta 1822, traducido al alemán y el finés, es un tratado de economía doméstica : además de numerosas recetas de cocina, contiene diversos consejos para llevar el hogar. Fue una guía de economía doméstica para varias generaciones de mujeres, hasta que se quedó obsoleto por la llegada del equipamiento moderno en los hogares suecos. En cuanto a las recetas de cocina, se trata de un documento valioso ya que describe la cocina sueca antes de la introducción de las patatas, que todavía hoy constituyen un ingrediente básico de esta cocina.



Ilustración : [Wikimedia Commons](#).



*Le Cannaméliste français, ou Nouvelle instruction pour ceux qui désirent d'apprendre l'office* (El Cannaméliste français, o Nueva instrucción para los que desean aprender el oficio), es uno de los tratados de cocina franceses más conocidos del siglo XVIII. Su autor, llamado **Joseph Gilliers** (16?-1758), era el jefe de cocina del rey de Polonia. El título hace referencia a la cannamelle, antigua palabra francesa para nombrar la caña de azúcar. Efectivamente, el azúcar ocupa mucho lugar en este libro destinado a los debutantes : mermeladas, pastas, bizcochos, caramelos, turrone, frutas confitadas, helados, constituyen la mayor parte del libro. De este libro sólo se realizaron dos ediciones, en 1751 y en 1768 ; las dos ilustradas por preciosas láminas representando elegantes piezas de orfebrería realizadas con azúcar caramelizado.

Ilustración : [Gallica](#).

« Queso de café

Coger tres pintas de nata y veinticuatro huevos. Separar las yemas de las claras. Colocar las yemas en una sartén. Diluir la nata con las yemas y poner a cocer a fuego lento, sin dejar de remover con una espátula, hasta que se vea

que la mezcla quiere hervir. Sacar del fuego y tamizar la mezcla. Colocar la crema en una tarrina. Tenga especial atención en que la nata en verano suele cortarse. Por lo tanto, hay que cocer la nata a parte, y luego diluirla con las yemas. De esta manera, si la nata se corta, por lo menos, no perderá los huevos. Esta crema sirve para hacer quesos helados, de pistachos, de café, de canela, de clavo, de vainilla, de azafrán, a la italiana... etc. Coger un cuarto de café bien torrefacto y bien molido. Hacer un café fuerte, es decir ponerle la mitad de agua de lo

necesario para prepararlo como bebida. Dejar reposar en las cenizas calientes. Sacarlo y mezclar con una pinta de la crema preparada anteriormente. Añadir azúcar en polvo y tamizar. Dejar reposar al menos una hora. Luego sacar del molde y servir. »

Ilustración : [Gallica](#).



Joseph Gilliers - Le Cannaméliste français



Juan de Altamiras - Nuevo Arte de Cocina

**Juan de Altamiras** es el pseudónimo de un fraile franciscano

llamado **Raimundo Gómez** (?-1769). En 1745 escribió *Nuevo arte de cocina*, en el que rescata su experiencia en el convento zaragozano de San Diego. Lejos del nivel adquisitivo de otros textos culinarios de la época, el « arte de cocina » de **Altamiras**, basado en escasos recursos, se destinaba a los frailes que optaban por una vida de sobriedad y a los indigentes que eran alimentados por beneficencia. En su libro, **Altamiras** alaba el buen hacer del cocinero virtuoso que puede mediante su habilidad disimular la escasez y explica los métodos de cocina, el aprovechamiento de los recursos y la elaboración de platos aceptados por las costumbres gastronómicas de la España del siglo XVIII. Se trata actualmente de un valioso testimonio de la alimentación de las clases populares españolas de esta época.

Ilustración : [Universidad de Navarra](#).

« Pavo asado con verdura.

Después de bien limpio el pavo grueso, le cortarás los alones y cuello, le recogerás los garrones ácia la rabadilla, de modo que haga poco bulto, lo cocerás, y cocido lo compondrás así: le pondrás dentro tocino frito, en poca cantidad, cogollos de lechuga, pencas de cardo, cocidas antes con agua y sal, un polvo de pimienta y sal; acomodarás el pavo en una tortera, lo bañarás bien con manteca de puerco, sal y pimienta, lo llevarás al horno, tendrás cuidado de darle algunas vueltas; y quando estuviere asado, tomarás una escudilla de vino blanco bueno, lo rociarás bien, lo volverás al fuego, y se pondrá tierno con el vino; pondrás pedazos de cardo y lechugas emperdigadas, como está dicho en la sustancia del pavo, con unas lonjas de tocino largas y estrechas, fritas lo volverás al fuego, hasta que tomen del recado las verduras, con un polvo de canela, por encima: son de tanto gusto las yerbas, como el pavo. »

« Almondiguillas de ranas.

Quitarás la carne de las piernas, la capolarás con perejil y unas yemas de huevos duros para que abulten; luego tomarás un poco de pan rallado y queso á proporcion, de modo que no se conozca mucho; compondrás el capulado con huevos crudos, sazonarás de sal y todas especias, y harás las almondiguillas sin tocarlas con la mano; tendrás un molde para hacerlas, y sino es mas facil una xícara, mojándola en agua tibia á veces; cogerás del capulado lo que quisieres dentro de la xícara y moviéndola, quedará la almondiguilla hecha con perfeccion, y esta diligencia no escusa la monja mas curiosa, aunque se tenga por la mas limpia: ogee bien las moscas que no tendrá poco que hacer, no se





aumente con ellas la pasta; no quisiera que con esta advertencia quedara alguna mosqueada. Prevenirás caldo si puede ser de pescado, y quando menos de garbanzos, las echarás en el hervor y con un par de hervores quedarán cocidas; harás una salsilla de yemas ú de avellanas, las servirás con poco caldo; y sábelo para todo guiso y particulamente en el pescado, es la mayor falta la sobra. »

Johann Dietrich Findorff - tudie von verschiedenen Kleintieren und Insekten (detalle)

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

El primer libro de cocina estadounidense enteramente gestado en Estados Unidos se titula *American Cookery: Or, the Art of Dressing Viands, Fish, Poultry and Vegetables, and the Best Modes of Making Puff-Pastes, Pies, Tarts, Puddings, Custards and Preserves* (La cocina americana, o el arte de aliñar viandas, pescados, volatería y vegetales, el mejor modo de hacer pastas ligeras, tartas, pasteles y conservas). Fue redactado por una mujer, **Amelia Simmons**, y se publicó en 1796. Este pequeño volumen de 47 páginas, que llegó a ser muy popular en su época, refleja una cultura culinaria norteamericana emergente, con sus ingredientes propios (el famoso pavo asado o el maíz, por ejemplo) y constituye una valiosa fuente de información sobre los orígenes de la cocina de este país.

Ilustración : [American Treasures of the Library of Congress](#).



Tarjeta de « Thanksgiving », con el tradicional pavo asado, 1900

« Para rellenar y asar un pavo

Una libra de pan de trigo rallado, 3 onzas de sebo de

ternera, 3 huevos, un poco de tomillo, mejorana, pimienta y sal, y ciertas personas le añaden un cuarto de pinta de vino. Llevar el ave con eso y cocerla, colgarla en un buen fuego constante, rociando a menudo con sal y agua, y asar hasta que el pecho eche vapor ; poner un tercio de libra de mantequilla al jugo, espolvorear harina encima del ave y rociar con el jugo ; servir con cebollas hervidas y salsa de arándanos, mangos, encurtidos o apio.

2. Ciertas personas no ponen hierbas finas, y añaden perejil con patatas.

3. Hervir y hacer un puré con 3 patatas, mojarlas con mantequilla, añadir hierbas finas, pimienta, sal. Rellenar y asar como queda descrito anteriormente. »

Ilustración : [New York Public Library](#).

« Cookies

Una libra de azúcar, hervido suavemente con media pinta de agua, espumar bien, añadir dos cucharillas de carbonato de potasio disuelto en leche, luego dos libras y media de harina, frotar con 4 onzas de mantequilla, y dos cucharas grandes de semillas de cilandros, finamente molidas, mezclar con lo anterior. Hacer rollos de media pulgada de espesor y cortar con la forma deseada. Cocer quince o veinte minutos en un horno no muy caliente. Bueno tres semanas. »

Más lecturas

- *Il Cuoco piemontese (El Cocinero piamontés)*, reeditado 25 veces entre 1766 y 1855, e inicialmente y curiosamente publicado en París. Contiene pocas recetas modernas italianas : poca pasta, poco arroz, ninguna receta de polenta, pero sí numerosas recetas de sopas y verduras, y de carne (mucho ternera).

## S. XIX – S. XX



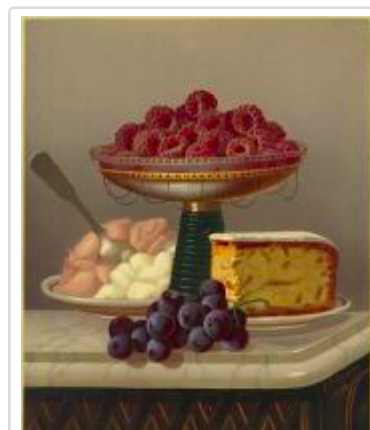
Émile Friant - Les Canotiers de la Meuse (detalle, 1888)

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

A partir del siglo XIX, las mujeres empiezan a ocupar cada vez más protagonismo en la redacción de libros de cocina. Sin embargo, si ellas centran sus esfuerzos en la cocina casera y familiar de una clase media, aparecen en esta época textos culinarios para el ámbito profesional y, en regla general, siguen siendo obras redactadas por hombres...

Por otro lado, los libros de cocina de esta época empiezan a ser más precisos, más detallados : las cantidades de ingredientes, la temperatura del horno, son detalles que hacen ya su aparición...

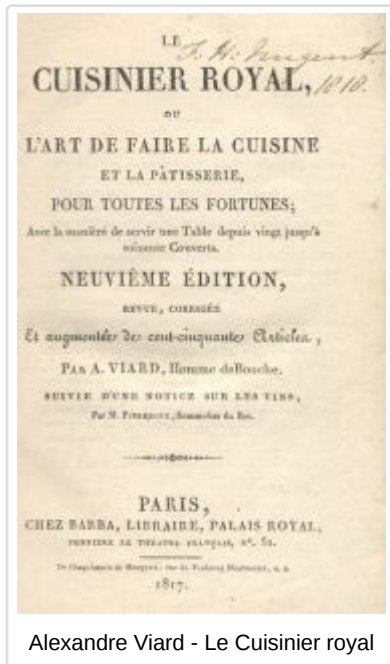
Mientras que durante siglos, la cocina europea ha ido enriqueciéndose de ingredientes de otros continentes (las especias asiáticas, los productos del Nuevo Mundo...), a partir del siglo XIX, se observa que, debido a la colonización casi mundial, el estándar de la cocina europea parece imponerse. También se desarrollan los grandes restaurantes en las capitales, siguiendo el modelo parisino.



Carducius Plantagenet Ream -  
Dessert nº4

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

*Le Cuisinier royal (El Cocinero real)* de **Alexandre Viard** tiene una historia editorial muy curiosa. Publicado por primera vez en 1806 bajo este título, fue reeditado hasta 32 veces a lo largo del siglo, cambiando de título según el contexto político de la época : en época de **Napoleón**, la novena edición se publicó con el título de *Le Cuisinier imperial (El Cocinero imperial)*. En 1817, bajo la Restauración, se tituló de nuevo *Le Cuisinier royal*, para en 1822 cambiar de nuevo y llamarse *Le Cuisinier national (El Cocinero nacional)*. Tantas reediciones son señal de que *Le Cuisinier royal* fue un éxito de ventas durante este revuelto siglo XIX. **Viard** era cocinero y ocupó el puesto de jefe de cocina de **Napoleón**. En su libro propone recetas y salsas de la cocina burguesa del siglo XIX : *blanquette* a la burguesa, filetes de faisán con trufas, gallina a la mantequilla de cangrejo de río...



Alexandre Viard - Le Cuisinier royal

Ilustración : [Kansas State Libraries](#).

« Palomas à la crapaudine, à la burguesa

Hay que recoger las patas de las palomas por dentro, flamearlas, quitar las plumas, cortar desde la punta del estómago hasta la bolsa, sin separarlas. Aplastar las palomas dando un golpe sobre la espalda. Sazonarlas y poner en el grill. Pondrá una cuchara grande de chalotes picadas, tres cucharas de vinagre, medio vaso de agua, un poco de sal y pimienta. Hervir todo junto. Una vez asadas las palomas, echar esta salsa encima. »

« Helado de chocolate con crema

Para una pinta doble de crema, pondrá nueve yemas muy frescas, que mezclará con la crema y media libra de azúcar. Pondrá a cocer a fuego lento ; cuando esté en su punto, derretirá media libra de chocolate en un vaso de agua. Cuando esté derretido el chocolate, lo mezclará con la crema. Colarlo todo y poner a helar. »

**Antonin Carême** (1784-1833) ocupa un lugar particular en esta galería de retratos de cocineros y autores de libros de cocina. Conocido como el « rey de los chefs y el chef de los reyes », fue el primero en

llevar este término de *chef* (jefe de cocina). Pastelero virtuoso, famoso por sus pièces montées, eminente representante de la haute cuisine francesa, Carême fue autor de varios libros en los que eleva la cocina al nivel de ciencia. Sus tratados de pastelería en particular vienen ilustrados por láminas espectaculares dibujadas por el propio **Carême**.

- [Le Maître d'hôtel français](#) (El Maître francés), 1822.
- [Le Pâtissier royal parisien](#) (El Pastelero real parisino), 1810.
- [Le Cuisinier parisien](#) (El Cocinero parisino), 1828.
- [L'Art de la cuisine au XIXe siècle](#) (El Arte de la cocina en el siglo XIX), 1833.
- [Le Pâtissier pittoresque](#) (El Pastelero pintoresco), 1815.

Ilustración : [HathiTrust Digital Library](#).

« Tortilla soufflée con marrasquino

Poner en una tarrina seis yemas, seis onzas de azúcar en polvo, seis macarrones dulces, un poco de sal y una buena cuchara de marrasquino. Mezclarlo todo unos minutos ; batir las claras de los huevos e incorporar al resto. Verter en una sartén en la que se habrá derretido previamente dos onzas de mantequilla. Cuando la tortilla empieza a calentarse, hacerla saltar para darle la vuelta. En cuanto empieza a coger color, doblarla y verterla en una bandeja de plata. Tenga cuidado en doblar las esquinas por debajo, para que parezca más redonda y apetitosa. Poner a horno moderado ; cuando coja un color amarillento, espolvorear encima azúcar en polvo muy fino. Glasear a la llama. »



Antonin Carême - Le Cuisinier parisien

Entre 1828 y 1854, la americana **Eliza Leslie** publicó numerosos títulos ( entre otros, [Miss Leslie's complete cookery: Directions for cookery, in its various branches, Seventy-five receipts for pastry, cakes, and sweetmeats](#)) que hicieron de ella la autora de libros de cocina más importante de su época. Sus libros se componen de la mejor cocina regional americana y de las recetas francesas que consideró poder adaptarse a las cocinas americanas. Esta autora también publicó varios libros de economía doméstica, de educación para mujeres...





Eliza Leslie

Ilustración : *Portraits of American Women Writers.*

« *Pudding de boniato*

*Un cuarto de libra de boniato hervido.*

*Tres huevos.*

*Un cuarto de libra de azúcar en polvo.*

*Un cuarto de libra de mantequilla fresca.*

*Un vaso de vino mezclado con brandy*

*Medio vaso de agua de rosas*

*Una cucharilla de especias mezcladas, nuez moscada, macis y canela*

*Preparar las especias, dejando una menor proporción de macis que de nuez moscada y canela.*

*Hervir y pelar boniatos, y cuando se hayan enfriado, pesar un cuarto de libra. Hacer un puré, muy suavemente, con el boniato, y pasarlo a través de un tamiz. Mezclar el azúcar y la mantequilla en una crema.*

*Batir los huevos y mezclarlos con la mantequilla y el azúcar, y el boniato.*

*Añadir poco a poco el licor, el agua de rosas y las especias. Removerlo todo muy enérgicamente.*

*Colocar masa de hojaldre sobre una bandeja. Poner la mezcla dentro y hornear media hora a fuego moderado.*

*Espolvorear azúcar encima. »*

**Jean Anthelme Brillat-Savarin** (1755-1826) fue un famoso gastrónomo francés. Alcalde de un pueblo cerca de los Alpes antes y después de la Revolución Francesa, era un hedonista convencido. Aunque publicó varias obras de economía política y de derecho, es recordado por su *Physiologie du goût, ou méditations de gastronomie transcendante* (*Fisiología del gusto, o Meditaciones de gastronomía transcendente*) que se publicó por primera vez, sin nombre de autor, en 1825, dos meses antes de su muerte. En 1838, se volvió a publicar el texto, acompañado de un prólogo famoso del escritor **Honoré de Balzac** : *Traité des excitants modernes* (*Tratado de los excitantes modernos*).

Más que un libro de recetas, el tratado de **Brillat-Savarin** recoge meditaciones sobre las técnicas culinarias, las clases de ingredientes, los placeres de la mesa, la gula e incluso sobre la forma de comer de distintas clases sociales. En todo momento, estas meditaciones rebosan de filosofía epicúrea. Para él, la comida más sencilla puede ser fuente de placer, siempre que se haya preparado artísticamente.

Como anécdota, comentaremos que se le considera como el padre de las dietas bajas en hidratos de carbono, ya que consideraba que el azúcar y la harina blanca eran causa de la obesidad y en su lugar, proponía el consumo de ingredientes ricos en proteínas.



Jean Anthelme Brillat-Savarin

Ilustración : *Wikimedia Commons.*

« *Propiedades del chocolate*

*El chocolate ha dado lugar a numerosas disertaciones, cuyo objetivo era determinar su naturaleza y propiedades, y ubicarlo en la categoría de los alimentos calientes, fríos o temperados, y hay que reconocer que estos sabios escritos poco han servido para la averiguación de la verdad.*

*Pero, con el tiempo y la experiencia, estos dos grandes maestros demostraron que el chocolate, preparado con cuidado, es*



Françoise de Bonneville - Mujer tomando el baño con una taza de chocolate

un alimento tan saludable como agradable ; que es nutritivo, de fácil digestión, que no tiene para la belleza los inconvenientes que se le reprochan al café, del que es, al contrario, el remedio ; que es muy conveniente para las personas que se dedican a una gran contención de la mente, a los trabajos del púlpito o de abogados, y sobre todo para los viajeros ; que por fin conviene a los estómagos los más débiles ; que ha dado buenos resultados en las enfermedades crónicas, y que se está convirtiendo en el último recurso en las afecciones del píloro.

[...] Cuando uno ha almorzado completamente y copiosamente, si traga después una grande taza de buen chocolate, habrá digerido perfectamente tres horas después y podrá cenar. Por el amor de la ciencia y a fuerza de

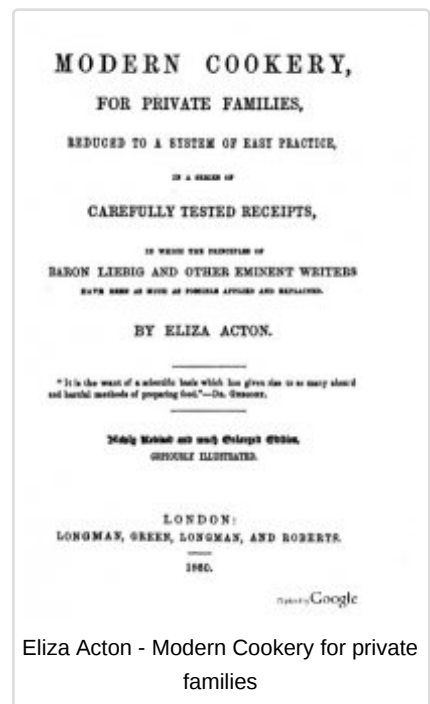
elocuencia, hice probar este experimento a muchas señoras, que aseguraban que se morirían; siempre les ha sentado de maravilla y no dejaron de alabar el profesor.

Las personas que gastan el chocolate, son las que gozan de una salud más constantemente igual, y que están menos sujetas a una multitud de pequeños achaques que fastidian la felicidad de la vida ; su gordura es también más estacionaria : son dos ventajas que cada uno puede averiguar en su sociedad, y entre las personas de las que se conoce la dieta. »

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

*Modern Cookery for Private Families* (Cocina moderna para familias privadas, 1845) de **Eliza Acton**, es posiblemente el primer libro inglés de cocina básico, destinado a un ámbito doméstico. **Elizabeth Acton** (1799-1859) era poeta y cocinera y fue una de las primeras en introducir la lista detallada de ingredientes con las cantidades exactas y en sugerir el tiempo de cocción para cada receta. Su libro fue reimprimido numerosas veces hasta 1914 y sus recetas todavía se usan actualmente. En el libro de **Acton**, aparece por vez primera una receta de coles de Bruselas.

Ilustración : [Google Libros](#).



Eliza Acton - Modern Cookery for private families

« Estas pequeñas y delicadas coles, que raramente llegan a crecer más que una nuez grande, deberían recogerse cuando

están frescas. Quitarles las hojas descoloradas, cortar los tallos y lavar las coles cuidadosamente. Echarlas en una cazuela con agua salada y hervirlas rápidamente entre ocho y diez minutos; escurrirlas muy bien y servir las encima de una loncha gruesa de pan tostado, con mantequilla en los dos lados. Servir una buena mantequilla en la mesa, junto

con las coles. Eso es la manera belga de preparar esta excelente verdura que se sirve en Francia con una salsa encima o



Eliot Hodgkin - Siete coles de Bruselas

que se echa en una olla con un poco de mantequilla, pimienta y sal : una cuchara de salsa de ternera (y a veces, un poco de zumo de limón) se añade cuando las coles están perfectamente mezcladas.

8 a 10 minutos. »

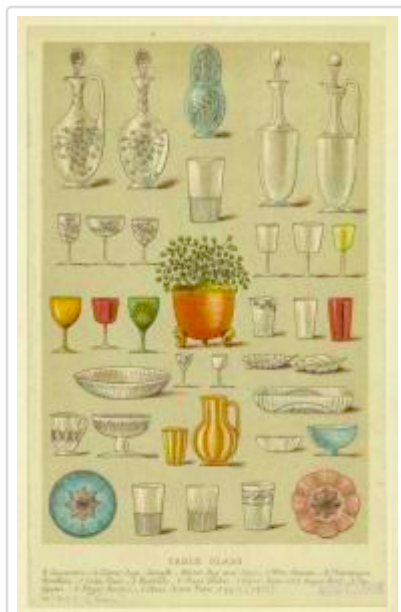
Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

De las 1112 páginas que componen el popular *Mrs Beeton's Book of Household Management* (El libro de economía doméstica de la Sra Beeton), casi 900 contienen recetas de cocina. **Isabella Beeton** (1836-1865) era la esposa de un editor londinense. Empezó escribiendo artículos de cocina y de economía doméstica, que se publicaban en las revistas editadas por el **Sr. Beeton**. Poco a poco, su contribución se convierte en un suplemento mensual de la revista *The Englishwoman's Domestic Magazine*, suplementos en los que además de la cocina se trataban temas tan diversos como la moda, el cuidado de los niños, la crianza de animales, los venenos, la religión, las ciencias... Hasta que en 1861, se publicaron todos los suplementos en un volumen único, la primera edición de *The Book of Household Management*, también conocido como *Mrs Beeton's Cookbook*, por la gran cantidad de recetas, ilustradas por grabados en color, que lo componen. Las recetas propuestas por la **Sra Beeton** no son recetas originales : el libro es una recopilación de recetas conocidas por la época y la autora comparte con **Eliza Acton** el hecho de ser de las primeras en presentar las recetas en la forma que las conocemos actualmente : con la lista de ingredientes y sus cantidades detalladas y los tiempos de cocción exactos.



Isabella Beeton - The book of household management

Ilustración : [New York Public Library](#).



Isabella Beeton - The Book of Household Management

« Receta 1081 : Alcachofas fritas

(Entremés, o plato pequeño, para acompañar un segundo plato.)

Ingredientes : 5 o 6 alcachofas, sal y agua. Para la masa :  $\frac{1}{4}$  de libra de harina, un poco de sal, la yema de un huevo, leche.

Método : Cortar y hervir las alcachofas, y rociarlas con zumo de limón, para que se queden blancas. Cuando están bastante tiernas, sacarlas, quitar los pelos, y cortar los fondos ; colocar cada trozo en la masa, freírlos en grasa caliente, y preparar el plato con perejil picado. Servir con mantequilla.

Tiempo : 20 minutos para hervir las alcachofas, 5 a 7 minutos para freírlas.

Cantidad : 5 o 6 para 4 o 5 personas.

Temporada : de julio a principios de Septiembre. »

Ilustración : [New York Public Library](#).

**Jules Gouffé** (1807-1877) es un famoso cocinero y pastelero francés, a menudo llamado « el apóstol de la cocina decorativa ». Hijo de un pastelero parisino, cuyas piéces montées fueron apreciadas por **Carême**, aprende el oficio primero al lado de su padre y más tarde, con el mismo **Carême**. En 1840 abre su propia pastelería en París y logra el reconocimiento de la sociedad parisina. En 1867,

publica su primer libro : *Le Livre de Cuisine : comprenant la cuisine de ménage et la grande cuisine* (El Libro de cocina :



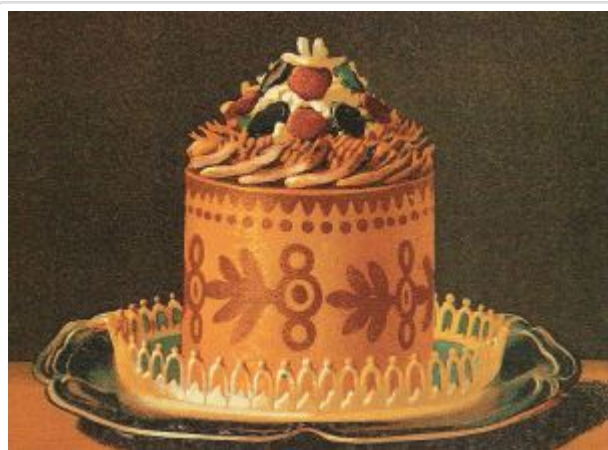
contiene la cocina casera y la gran cocina), que pronto será seguido de *Recettes pour préparer et conserver les viandes et les poissons salés et fumés, les terrines, les galantines, les légumes, les fruits, les confitures, les liqueurs de famille, les sirops, les petits fours* (*Recetas para preparar y conservar las carnes y los pescados salados...*, 1869), *Le Livre de soupes et des potages contenant plus de 400 recettes de potages français et étrangers* (*El Libro de sopas, con más de 400 recetas francesas y extranjeras*, 1872) y *Le Livre de pâtisserie* (*El Libro de repostería*, 1873).

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

Como lo indica el subtítulo, *Le Livre de cuisine* se compone de dos partes, una primera dedicada a la cocina casera, sin complicaciones y al alcance de los cocineros noveles, y la otra a la grande cuisine, la de los restaurantes. Explica los utensilios y aparatos utilizados, las cantidades y los tiempos de cocción. Gouffé hasta llegó a encargar varias láminas dibujadas, con el fin de explicar mejor ciertos conceptos. El libro contiene 500 recetas, algunas de las cuales se las explicaron compañeros suyos al autor.



Jules Gouffé - Livre de cuisine, Lámina explicativa de la técnica de cortar pollos



Jules Gouffé - Livre de cuisine, Timbale à la milanaise

« *Patatas cocidas con leche*

*Pelar y hervir 1 kilo de patatas de Holanda, en dos litros de agua con un poco de sal. Tienen que cocer muy suavemente para que no se derritan.*

*Cuando están cocidas, escurrirlas, pelarlas y cortarlas en rodajas de 8 milímetros de grosor.*

*Ponerlas en una cazuela grande, añadiendo 5 decilitros de leche. Cocer durante 10 minutos, luego añado 40 gramos de mantequilla cortada en 6 trozos, y un poco de sal.*

*Remover hasta que la mantequilla esté completamente derretida.*

*Servir. »*

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

« *Gelée de macédoine au vin de champagne* (*Gelatina de macedonia al vino de champagne*)

*Poner en una cazuela 55 gramos de gelatina, 4 hectogramos de azúcar, 3 claras de huevos que batirá y que remojará con 1 litro de agua, el zumo de un limón.*

*Verter el agua y las claras sobre la gelatina y el azúcar.*

*Poner al fuego, sin dejar de batir hasta que empiece a hervir.*

*Cuando hierve, sacar un minuto del fuego y tamizar varias veces hasta que la mezcla salga clara.*

*Dejar que enfríe completamente. Añadir 4 decilitros de vino de Champagne.*

*Preparar una macedonia de frutas, con peras cortadas del tamaño de aceitunas grandes, manzanas cortadas de la misma manera, cerezas confitadas, ciruelas y albaricoques confitados.*

*Poner un molde en el hielo.*

*Verter la gelatina en el molde, hasta la altura de medio centímetro.*

*Colocar en el fondo, encima de la gelatina, una capa de frutas.*

*Cubrir las frutas de gelatina.*

Continuar alternando capas de gelatina y de frutas hasta llegar a un centímetro del borde del molde. Dejar que cuaje y terminar de rellenar sólo con gelatina.

Cubrir con una tapa, colocando hielo por encima.

Dejar reposar dos horas, sacar del molde y servir. »

Ilustración : *Zu Tisch – À Table!*



Alexandre Dumas

En 1869, **Alexandre Dumas**, agotado, medio arruinado va a Bretaña a descansar y, quizás para compensar su falta de apetito, empieza a escribir su *Grand Dictionnaire de cuisine* (*Gran Diccionario de cocina*). Dirigido tanto a los especialistas como a los neófitos, tiene como objetivo la redacción de un libro a la gloria de la buena comida, en la que se enumerarían todos los elementos inherentes a la cocina : platos, ingredientes, técnicas, utensilios, accidentes... Los artículos del *Dictionnaire*, más o menos largos y documentados, vienen embellecidos de anécdotas históricas, vividas (o inventadas), de extractos literarios, o de comentarios personales con poca relación con la cocina (por ejemplo, unas consideraciones sobre la utilización del motivo de la hoja de acanto en arquitectura...).

Sus numerosos viajes fueron ocasión de probar otros sabores y de recoger recetas de toda Europa. La cocina siempre ocupó un gran lugar en la vida de **Dumas** : siempre organizaba fiestas, cenas fabulosas para las cuales no desdeñaba ponerse en los fogones... Su obra narrativa está plagada de referencias gastronómicas, como por ejemplo, los banquetes de los Mosqueteros o las cenas refinadas de Monte-Cristo...

La cocina siempre ocupó un gran lugar en la vida de **Dumas** : siempre organizaba fiestas, cenas fabulosas para las cuales no desdeñaba ponerse en los fogones... Su obra narrativa está plagada de referencias gastronómicas, como por ejemplo, los banquetes de los Mosqueteros o las cenas refinadas de Monte-Cristo...

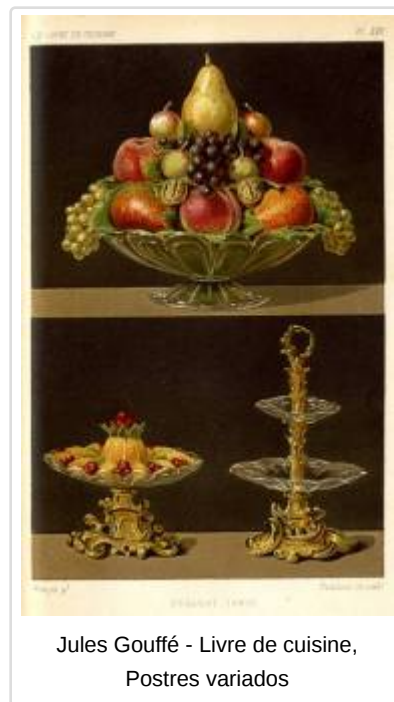
Ilustración : *Gallica*.

**Dumas** entregó el manuscrito a su editor en marzo 1870. Muere en el mes de diciembre siguiente, sin haber visto publicado su obra, la cual, después de haber sido supervisada por un cocinero (que no dudará en apropiarse alguna recetas), verá la luz en 1873. El *Grand Dictionnaire de cuisine* es una guía más que un manual. Efectivamente, las recetas son bastante difíciles de seguir : lista de ingredientes incompletas, ingredientes « exóticos » – pies de elefantes o chuletas de oso del Pirineo, por ejemplo -, cantidades aproximadas... El objetivo de **Dumas** es iniciar en el arte de la cocina, animando a que sus lectores se acerquen a los fogones y desarrollen su propia creatividad e inventiva...

Ilustración : *Joconde, Portail des collections des musées de France*.

« Tostadas de anchoas

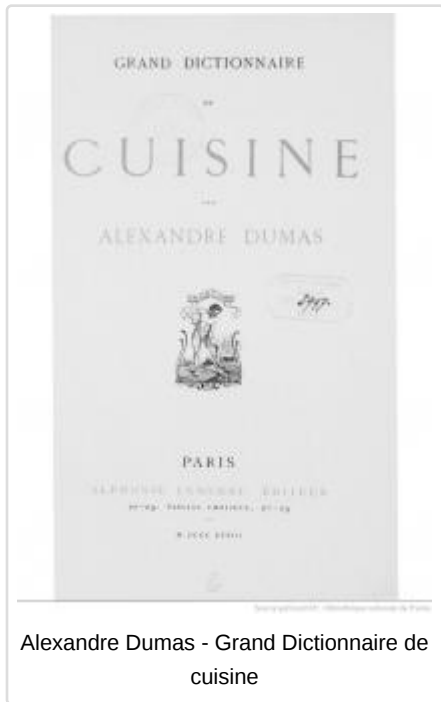
Freír en aceite unas rebanadas de pan, finas y largas. Prepararlas en una bandeja vertiendo encima una salsa hecha con aceite de oliva virgen, zumo de limón, pimienta, perejil y cebollino. Colocar encima de las rebanadas



Jules Gouffé - Livre de cuisine, Postres variados



Alexandre Dumas cenando con Eugène



Alexandre Dumas - Grand Dictionnaire de cuisine

*filetes de anchoas que habrá lavado previamente con vino blanco. »*

« *Huevos con parmesano*

*Ponga todos los huevos que quiera en una cazuela, con parmesano, un poco de pimienta, nada de sal. Batir los huevos como para hacer tortilla ; hacer cinco tortillas pequeñas. Pongan encima parmesano rallado. Enrollar la tortilla y colocarla en la bandeja que piensa utilizar para servir. Echar por encima el parmesano. Limpiar la bandeja. Colocarla al horno o con una tapa. Sólo hace falta un cuarto de hora para glasear y cocer el parmesano ; pero sobretodo hay que servirlo caliente. »*

« *Fritura de verdolaga a la Milanesa*

*Macerar durante varias horas tallos de verdolaga enteros en zumo de limón, canela, y azúcar en polvo. Pasarlos después en una masa de freír, mezclada con claras de huevos batidas y un poco de aguardiente. Cocer a fuego lento y servir caliente. »*

*Ilustración : Gallica.*

**Pellegrino Artusi** (1820-1911) era un crítica literario, escritor y gastrónomo italiano nacido en la provincia de Emilia-Romaña. Al haber sido la droguería familiar víctima de unos bandidos, la familia **Artusi** se trasladó en 1865 a Florencia, y **Pellegrino** decidió dedicarse a sus dos pasiones : la literatura y la gastronomía. Al principio no tiene demasiado éxito y en 1891 publica, pagando él los gastos, *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* (*La Ciencia en cocina y el arte de comer bien*). Este libro, manual de cocina y recopilación de recetas a la vez, es el resultado de las notas que ha ido tomando durante sus viajes en las regiones italianas. El libro tiene en seguida muy buena acogida por parte del público y las reediciones se van sucediendo, aumentando cada vez el número de copias. Escrito unos veinte años después de la unificación de Italia, este libro fue el primero en recoger en un solo volumen recetas de las diferentes provincias italianas y hace de su autor el padre de la cocina nacional italiana.

*Ilustración : Pellegrinoartusi.it.*

« *Gnocchi alla romana*

*Estas bolas de masa hervida, que he modificado y dosificado de la siguiente manera, espero que les gusten a los que las vayan a probar. Si esto ocurre, haga un brindis a mi salud si yo estoy vivo, o envíeme un requiescat si he muerto.*

*Harina, 150 gramos.*

*Mantequilla, 50 gramos.*

*Queso gruyere, 40 gramos.*

*Queso parmesano, 20 gramos.*

*Leche, medio litro.*

*Huevos, 2.*



Pellegrino Artusi - La Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene





Pellegrino Artusi

Se dice que en la mesa el número de invitados no debe ser menor que el número de las Gracias, ni más que el número de las Musas. Si no conoce el número de las Musas, duplique la dosis. Deje que la mezcla cuaje y luego, hacer bolas pequeñas en una bandeja que pueda ir al fuego y sazonar con el resto de la mantequilla en pequeños trozos, y el queso parmesano por encima, pero no en la superficie, dado que el parmesano, con el fuego, suele hacerse amargo. Se doran debajo de una tapa de hierro o en la olla y se sirven calientes. »

Ilustración : [Wikipedia](#).

« Gelato di banane (Helado de plátano)

El plátano, musa paradisíaca de Linneo ; en su país natal se llama comúnmente higo de Adán, o Árbol del paraíso terrestre, porque el pueblo creía que se trataba de la famosa fruta prohibida y porque sus

grandes hojas servían para tapar la desnudez de Adán y Eva, después del pecado de desobediencia.

Nació en las Indias y su fruto tiene forma de vainas grandes, de aspecto parecido a un pepino de piel verde, pero suave, de forma triangular. Su pulpa interior tiene un sabor delicado, pero cuando no ha llegado todavía a la madurez perfecta, tiene un efecto bastante astringente ; para hacer el helado, elegir frutos de piel amarilla, ya que son los maduro.

Aquí están las dosis para preparar un helado para seis personas.

Plátanos, 4, correspondiente al peso de 240 g, sin la piel.

Azúcar blanco, 200 gramos.

Un limón de jardín.

Agua, medio litro.

Pasar la pulpa de los plátanos a través de un tamiz, añadir a esto el zumo del limón ; hervir el azúcar en una cacerola durante cinco minutos ; tapar, revolverlo todo bien y verter la mezcla en una máquina para hacer sorbetes, sin ahorrar ni el hielo, ni la sal. »

Ilustración : [New York Public Library](#).



Jean Baptiste Debret - Voyage pittoresque et historique au Brésil, ou Séjour d'un artiste français au Brésil, Plátano

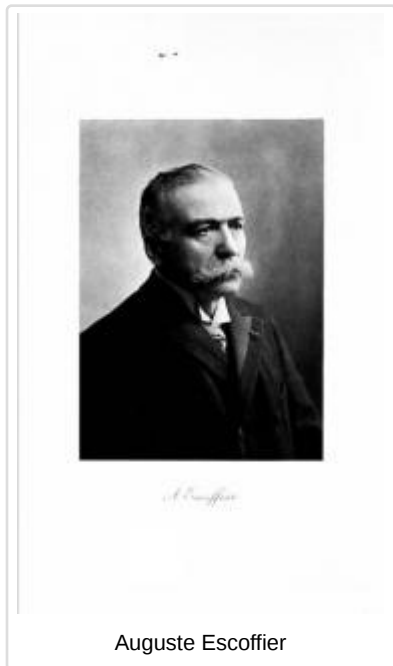
El « rey de los cocineros » del siglo XX fue **Georges Auguste Escoffier** (1846-1935). Este chef, restaurador y autor culinario francés, trabajó en establecimientos prestigiosos (el Hotel Ritz de París, o el Carlton de Londres) y fue el primer cocinero en recibir la Legión de Honor. Inspirándose en la técnica de **Antonin Carême**, simplificando y modernizándola, **Escoffier** supo elevar el trabajo de cocinero a una profesión de alto nivel, introduciendo meticulosidad, limpieza, disciplina y sobriedad.

Escribió en 1902 su primer libro *Le Guide culinaire* (La Guía culinaria, edición en inglés), y con esta obra inició una carrera de autor culinario. *Le Guide Culinaire* es una extensa obra de más de 5000 recetas, que refleja lo mejor de la haute cuisine francesa y se sigue utilizando hoy en día como libro de texto de cocina clásica o como recetario. La descripción de las recetas es muy breve, asumiendo que el lector o conoce o puede documentarse sobre las técnicas y vocabularios nombrados, lo cual hace del *Guide culinaire* un texto intimidante para los cocineros debutantes.

Ilustración : [Archive.org](#).

« Abricots à la Parisienne (Albaricoques a la Parisina)

Hervir los medio albaricoques en un jarabe perfumado a la vainilla. Enfriar y secarlos. Reconstituir los albaricoques enteros



juntando dos mitades con una bola de helado de vainilla, del tamaño de una nuez, en el centro.

Servir los albaricoques encima de unos macarrones grandes, cubiertos de nata montada perfumada con vainilla, en forma de cono y salpimentada de trocitos de avellana garrapiñada. »

Ángel Muro (1839-1897) fue un ingeniero, gastrónomo y escritor español. En 1892 publicó el *Diccionario General de cocina* y en 1894, *El Practicón*, subtítulo *Tratado completo de cocina al alcance de todos y aprovechamiento de sobras*. *El Practicón* es especialmente interesante porque existen muy pocos libros de cocina españoles de finales del siglo XIX, tan prolífico en esta literatura en toda Europa. El libro fue popular hasta finales de los años 20, llegándose a editar hasta 34 veces entre 1894 y 1928.

Ilustración : [Archive.org](#).

« Gachas manchegas

Agustín Lhardy, el director en servicio activo de la gastronomía madrileña, es autor de esa fórmula, tan divorciada de los platos de alta cocina, que constituyen la especialidad y la fama de su casa.

« En un poco de aceite frito se echa papada de cerdo cortada en trozos pequeños.

Se retiran estos pedazos cuando están fritos, y en la grasa que resulta se echa pimentón, clavo (muy poco), alcaravea y pimienta, y después se va adicionando poco a poco cierta cantidad de harina de almortas a dorarse en la grasa.

Se va echando luego agua bastante caliente hasta desleír la harina y se hace cocer, moviendo constantemente con una paleta de madera hasta que no sepan a crudas.

Cuando están preparadas la gachas, se colocan los trozos de papada encima. » »



« Tocino de cielo

En dos cuartillos de agua, se clarifican dos libras de azúcar de pilón. Se cuele por manga de fieltro ; después se batan tres docenas de yemas hasta que se ligen en cordoncillo y se mezclan bien. Se sigue batiendo, y luego se coloca en un molde-flanera, o en moldecitos chicos, en dónde se cuece el manjar al baño maría. No se saca del molde el tocino de cielo hasta que esté muy frío. »

Ilustración : [Archive.org](#).

## Más lecturas

- *El Cocinero Puerto – Riqueño, formulario para confeccionar toda clase de alimentos, dulces y pasteles, conforme a los preceptos de la Química y la Higiene y a las circunstancias especiales del clima y de las costumbres puerto-riqueñas.* 1859 (autor desconocido)

« *Malanga en tortilla*

*Tómense cuatro malangas de las grandes, poniéndolas a asar, y después se pelan y majan, se les echa un poco de leche y se pasa por un jibe ; se les echan dos onzas de manteca, perejil picado, un poco de anís, cuatro yemas de huevos, y un poco de azúcar con canela en polvo ; se amasa todo perfectamente ; se hacen las torticas, se envuelven en migas de pan o harina, y se fríen en manteca, se espolvorean con azúcar y canela, poniéndola en una fuente para servir las. »*

- o *Le cuisinier européen : ouvrage contenant les meilleures recettes des cuisines française et étrangères pour la préparation des potages, sauces, ragoûts, entrées, rôtis, fritures, entremets, desserts et pâtisseries* (El Cocinero europeo : obra que contiene las mayores formulas de las cocinas francesas y extranjeras para la preparacion de sopas, salsas, guisados, entradas, asados, frituras, postres, y pasteleria, 1860), por **Jules Breteuil**. Este libro obtuvo un éxito importante y fue traducido a varios idiomas.

- o *The Epicurean* (El Epicúreo, 1894), de **Charles Ranhofer**. El francés **Charles Ranhofer** (1836-1899) fue el chef del mítico restaurante de Nueva York, el **Delmonico's** durante más de treinta años. *The Epicurean* es un libro de cocina enciclopédico, al estilo del *Guide culinaire* de **Escoffier**, de más de 1000 páginas, y recoge algunas de las recetas que **Ranhofer** dedicaba a los visitantes ilustres del restaurante : *Sarah potatoes*, en honor a **Sarah Bernhardt**, *Salad à la Dumas*, en honor al padre de los *Tres Mosqueteros*, o *Veal pie à la Dickens* y *Beetroot fritters à la Dickens*, en homenaje al escritor inglés, cuando visitó Nueva York en 1867.



Charles Ranhofer - The Epicurean

« *Beetroot fritters à la Dickens* (Buñuelos de remolacha à la Dickens)

*Cortar remolacha cocida en rodajas de grosor de un octavo de pulgada.*

*Secarlas bien y colocar sobre la mitad de las rodajas una capa de un cuarto de pulgada de la preparación siguiente : freír dos cebollas bien picadas en mantequilla ; añadir cuatro onzas de champiñones picados y un poco de perejil, sal y pimienta ; encima de esta capa, colocar otra rodaja de remolacha. Desde el centro, retirar círculos de una pulgada y media de diámetro. Meter los círculos en mantequilla de freír y freír con aceite muy caliente. Escurrir, secar y servir como guarnición alrededor de una carne. »*

*Ilustración : The Historic American Cookbook Project.*

- *The Boston Cooking-School Cook Book* (El Libro de cocina de la Escuela de Cocina de Boston, 1896) de **Fannie Merritt Farmer**. Brillante estudiante primero y luego asistente del director en la **Escuela de Cocina de Boston**, **Fannie Merritt Farmer** (1857-1915) plasmó su ciencia culinaria en este libro, en un estilo conciso y sencillo, y a base de recetas muy exactas. El libro conoció un inmenso éxito desde su publicación y sigue reeditándose periódicamente hoy en día.
- *The Settlement Cook Book* (El Libro de Cocina del Asentamiento, 1901) de **Lizzie Black Kander**. **Lizzie Black Kander** colaboraba en misiones judías del estado de Wisconsin, enseñando a chicas jóvenes la cocina y el arte de llevar la casa. Su libro de cocina conoció un enorme éxito y fue reeditado múltiples veces. El dinero recaudado con la venta del libro sirvió para financiar la construcción del edificio del Centro de la Comunidad Judía de la ciudad de Milwaukee.

« *Pelotas sorpresa*

*Puré de patatas (patatas hervidas y aplastadas).*

*Carne magra picada.*

*Mantequilla o grasa.*

*Hacer pelotas con el puré de patatas. Hacer un agujero en la parte superior con una cucharilla. Sazonar la carne y colocarla dentro del agujero de la pelota. Poner las pelotas en una bandeja de horno engrasada, con un poco de mantequilla encima de cada pelota. Dorar al horno y servir caliente. »*



Ilustración : *The Historic American Cookbook Project.*

## Conclusión



Libros de cocina modernos

Durante el siglo XX, y sobre todo a partir de los años 1970, la utilización de libros de cocina se hace cada vez más corriente hasta llegar a sustituir a la entrañable y familiar transmisión oral. Más



Lizzie Black Kander - The Settlement Cook Book

recientemente, el libro de cocina evolucionó y se convirtió en éxito de ventas. Enriquecido de fotos y siguiendo las modas culinarias (wok, máquina de hacer pan...), las recetas se adaptan a nuevos criterios de simplicidad y rapidez, al mismo tiempo que de originalidad... La última década ha visto bajar el número de ventas al mismo tiempo que crecía el número de títulos propuestos. El auge de Internet, como en otras materias, ha permitido una nueva forma de acceder a las recetas de cocina, más interactiva y más global : ¿ no es más cómodo utilizar un buscador para encontrar una receta que nos permita consumir los ingredientes que tenemos en la nevera ? ¿y más lógico buscar una receta de cuscús en una web marroquí, o una de paella en una web valenciana ? Numerosas webs son auténticas bibliotecas digitales de recetas de cocina ; por ejemplo [Wikilibros](#) o [Marmiton.org](#) ofrecen en todo momento miles de recetas, con los más variados ingredientes...

Ilustración : [Wikimedia Commons](#).

*Como hemos visto, la mayoría de recetas de nuestro Tesoro Digital se reduce casi a numerar los ingredientes sin detenerse demasiado en los pasos a seguir. Si se atreve a poner en práctica alguna de ellas, la biblioteca no se responsabiliza del resultado final ni de ningún tipo de indigestión.*

## Referencias

- [Wikipedia](#)
- [Cuneiform Cuisine: Culinary History Reborn at Brown University](#)
- [Cocina medieval : Oldcook.com](#)
- [Medieval cookery](#)
- [Diachronie](#)
- [Generalitat de Catalunya : Cocina catalana medieval](#)
- [L'Aventure du livre : histoire des livres de cuisine](#)
- [Monográfico de la Biblioteca de Dijon](#)
- [History of cookbooks](#)
- [British Library : Books for cooks](#)
- [Libros de cocina suecos](#)

- [Cookbooks a a historical source](#)
- [Sobre \*Le Cannaméliste\* y Reading Europe](#)
- [Sobre \*Nuevo Arte de cocina\*, de Juan de Altamiras](#)
- [Sobre \*Il Cuoco piemontese\*](#)
- [Sobre \*Le Cuisinier royal\*](#)
- [Sobre Eliza Leslie](#)
- [Sobre \*Grand Dictionnaire de cuisine\*](#)

Dossier elaborado por **Christine Sétrin**, con la colaboración de **Ángel Pozo**. **Biblioteca Municipal de Vila-real**. Diciembre 2011.



Este trabajo está bajo una licencia de [Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported](#).