

Hábitos alimentarios y cocina del Quijote

Almudena Villegas Becerril

UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA

Resumen:

El texto realiza un análisis sobre algunos hábitos alimentarios en *El Quijote*. Explica cómo se manifiestan las formas de pensar y de ser tanto en Sancho como en don Quijote a través de sus inclinaciones alimentarias, presentando una forma de manifestación de las costumbres alimentarias españolas de la época y de la propia historia de la alimentación española.

Palabras clave:

Cocina, hábitos alimentarios, Quijote, hidalgos, popular, cultura alimentaria española, alimentación.

Food and Cuisine of the Quixote.

Abstract:

The text realizes an analysis about some food habits that Cervantes presents in the cuisine of his work *Don Quijote de la Mancha*, and how the food ways demonstrate of thinking and being both, in Sancho and in don Quijote, as well as the food customs and the proper history of the Spanish nourishment.

Key words:

Cuisine, food habits, Quijote, ancient nobleman, popular, spanish food, nourishment.

"Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lantejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos..."

Cómo no iniciar un análisis sobre la alimentación en *El Quijote*, por modesto que sea, con las palabras del comienzo del *Quijote*, en las que ya en el primer párrafo define Cervantes la alimentación del hidalgo, que tal vez fuera la de muchos de los hidalgos de la España de la época. Quizás sea *El Quijote* en este sentido el libro de la no gastronomía, de la alimentación por sí misma, y por la necesidad de sustento propia de los seres humanos. La semblanza doméstica de don Quijote que hace el gran autor, describe el mundo de los hidalgos españoles a caballo entre la austeridad y una auténtica pobreza, con mesas escasamente dotadas de instrumentos, apenas platos y sencillos vasos, a tono con los escasos condumios presentados en ellas. Pero a pesar del escaso interés que don Quijote manifiesta por la gastronomía, y de su complejidad fisiológica, característicamente recia, seco de carnes y enjuto de rostro, propia de un hombre frugal y poco aficionado a los placeres de la mesa, sí encontramos otros personajes mucho más apasionados por la buena mesa, y también, y sobre

todo, por la mesa de la abundancia¹.

En cuanto a esta última característica, se pone de manifiesto a través de la lectura del *Quijote* el gusto propio de la época por la comida abundante², más que por la alimentación exquisita, característica de un momento histórico en el que el hambre era una compañera de la cotidianidad humana, en la que los individuos se tenían que ocupar de evitarla día a día. Por otra parte, la cantidad de comida servida era una cuestión de prestigio, que manifestaba la capacidad económica del anfitrión, quién podía disponer de comida incluso para que sobrara, y vemos en este sentido que las grandes celebraciones, o las mesas más ricas eran también unas mesas socialmente útiles, ya que la gente más necesitada solía abastecerse de los restos de los grandes banquetes en las casas ricas. Así vemos las exuberantes cocinas y mesas del rico Camacho, y atraído por el aroma de las sabrosas comidas que allí se cocinaban, cómo Sancho se acerca, esperando que por la alegría propia del momento de la celebración, le dejaran migar un trozo de pan en

¹En este sentido, CRUZ CRUZ, J., *Teoría elemental de la Gastronomía*, Pamplona, 2002, 196, señala que la mayoría de las apetencias gastronómicas, en este caso por el deseo de abundancia, funcionan como identificadores sociales, siendo el funcionamiento de muchos alimentos no sólo para nutrir, sino para identificar grupos sociales, estados o sexos, incluso.

²En este sentido, la obra de MONTANARI, M., *El hambre y la abundancia*, Barcelona, 1993, es una referencia importante para explicar las relaciones entre el hambre y el gusto por la presentación de abundantes alimentos en la mesa.

alguna de aquellas impresionantes ollas. Pero no solamente le invitan a comer lo que guste, sino que le animan a que "espume una gallina o dos", y es que "el aparato de boda era rústico, pero tan abundante, que podía sustentar a un ejército": cincuenta cocineros y cocineras, un novillo relleno de doce lechones, especias por arrobas, seis medias tinajas usadas como ollas, en las que cabían carneros enteros, liebres, gallinas, gansos, pájaros y caza de todo tipo. Además, odres de vino, montones de pan blanco -un pan de prestigio y calidad frente a los panes negros-, quesos apilados en pilas, y calderas de aceite para freír, seguramente dulces, como frutas de sartén. Vemos más de lo necesario para satisfacer el hambre, que no apetito, de un Sancho expectante y asombrado, y también de los numerosos invitados a las bodas del rico Camacho, así como de todos aquellos que se acercaban, aún sin estar invitados, como era el caso de don Quijote y Sancho.

Como señala Fernández Armesto³, la comida es un criterio de diferenciación social entre miembros de distintos grupos sociales, ya que, en realidad, nunca existió una edad de oro de la igualdad en la historia de la humanidad. Tampoco esto sucede aquí, y don Quijote, cuyas posibilidades alimentarias son escasas, en concordancia con su patrimonio, elige alimentarse muy escasamente incluso dentro de esas cortas posibilidades, actitud que hace resaltar llamativamente la diferente postura de muchos de los personajes que le rodean en sus aventuras, que comen con apetito, y hasta con voracidad, manjares tan rústicos como bellotas o sencillos panes. Él elige la casi absoluta frugalidad, en una actitud extrema de sobriedad hasta los límites humanos, igualándose con los que, por su condición social, son diferentes a él, ennobleciéndolos por las leyes de la caballería y compartiendo con ellos tanto el condumio sustancioso como el humilde⁴.

En los momentos en los que se comparte una comida en común, ocasiones características de la vida social, incluso de aquella existencia tan rústica como la de los cabreros que protagonizan esta escena, las personas se someten voluntariamente a esas normas establecidas y no escritas, ya que, a pesar de que vemos que comen con apetito, no les falta la comida, por sencilla que ésta sea. Así, los cabreros son capaces de convidar a los desconocidos a compartir sus parcos condumios, de forma que comprobamos cómo incluso en los ambientes menos refinados se cumplen ciertas normas de conducta social, como hicieron los cabreros, tendiendo en el suelo unas pieles de oveja para sentarse a comer, organizando una rústica mesa con muy buena voluntad, y ofreciendo a don Quijote un dornajo vuelto del revés para que pudiera sentarse lo más cómodamente posible a compartir su comida con ellos. Se trata de unas nor-

mas de comportamiento muy sencillas, como paralelamente podemos hablar de la existencia de un protocolo mucho más refinado de la época⁵, en otros ámbitos, pero dichas normas son características del medio en el que se comparte la comida, que como esta, son muy simples y poco elaboradas. Aunque la simplicidad del entorno no fue motivo para que don Quijote no compartiera gustosamente la mesa con los cabreros, valorando la generosa actitud de compartir los alimentos.

En cualquier ambiente -sencillo o acomodado- observamos una serie de normas sociales de comportamiento en relación con la alimentación y su protocolo, a pesar incluso de la frugalidad propia del caballero andante. Así, un caballero enseñaba sus conocimientos no solamente con el ejemplo, sino con la palabra, y Cervantes no olvida hacer mención de algunos de estos aspectos en relación con la interacción social, y hace decir al Quijote en el capítulo XLIII:

"... En lo que toca a cómo has de gobernar tu persona y casa, Sancho, lo primero que te encargo es que seas limpio, y que te cortes las uñas, sin dejarlas crecer, como algunos hacen, a quien su ignorancia le ha dado a entender que las uñas largas les hermosean las manos, como si aquel excremento y añadidura que se dejan de cortar fuese una uña, siendo antes garras de cernicalo lagartijero: puerco y extraordinario abuso. No andes, Sancho, desceñido y flojo, que el vestido descompuesto da indicios de ánimo desmazelado, si ya la descompostura y flojedad no cae debajo de socarronería, como se juzgó en la de Julio César. Toma con discreción el pulso a lo que pudiere valer tu oficio, y si sufriere que des librea a tus criados, dásela honesta y provechosa más que vistosa y bizarra, y repártela entre tus criados y los pobres: quiero decir que si has de vestir seis pajes, viste tres y otros tres pobres, y así tendrás pajes para el cielo y para el suelo; y este nuevo modo de dar librea no la alcanzan los vanagloriosos. No comas ajos ni cebollas, porque no saquen por el olor tu villanería. Anda despacio; habla con reposo, pero no de manera que parezca que te escuchas a ti mismo, que toda afectación es mala. Come poco y cena más poco, que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago. Sé templado en el beber, considerando que el vino demasiado ni guarda secreto ni cumple palabra. Ten cuenta, Sancho, de no mascar a dos carrillos, ni de erutar delante de nadie..."

Es decir, don Quijote recomienda a Sancho cuidar ciertos aspectos de educación, normas de relación social con respecto a otras personas, a través de los cuales podemos ver reflejadas las normas básicas de cualquier tratado de protocolo, como son la limpieza personal como principio básico, y le advierte que debe eliminar aquellos hábitos que

³ FERNÁNDEZ ARMESTO, F., *Historia de la comida*, Barcelona, 2004, p. 163.

⁴ En el capítulo XI, vemos a don Quijote y Sancho compartiendo mesa y alimento con un grupo de cabreros, y cómo: "Sentóse don Quijote, y quedábase Sancho en pie para servirle la copa, que era hecha de cuerno. Viéndole en pie su amo, le dijo:

-Porque veas, Sancho, el bien que en sí encierra la andante caballería...quiero que aquí a mi lado y en compañía desta buena gente te sientes, y que seas una mesma cosa conmigo, que soy tu amo y natural señor; que comas en mi plato y bebas por donde yo bebiere: porque de la caballería andante se puede decir lo mesmo que del amor se dice: que todas las cosas iguala".

⁵ Un protocolo puesto en la práctica en el ámbito de los grandes banquetes palaciegos y señoriales, heredero de una tradición muy estricta y reglamentada, que podía incluso convertir la alimentación cotidiana de los reyes en unos momentos cargados de normativas, a veces excesivamente complicadas.

pudieran ser desagradables en el trato social. Asimismo, don Quijote aconseja a Sancho que cuide ciertos aspectos relacionados con su alimentación, como evitar el comer ajos o cebollas -desagradables para los demás por su olor-, no embriagarse ni comer sin medida. Se trata de normas de carácter socializador, dispuestas para facilitar la convivencia de forma agradable al conjunto social. Así, vamos percibiendo cómo no solamente en los grandes banquetes existe este protocolo característico de la conducta comunitaria, sino que en momentos y espacios menos selectos, también existen ciertas normas gracias a las cuales se organizan ordenadamente las comidas en común.

A propósito de los grandes banquetes que también se celebraron en este siglo pocos años después de la publicación del Quijote -en el año 1624-, se dispuso en Doñana un gran banquete organizado por el Duque de Medinasiona para festejar a su primo el Rey Felipe IV, un banquete que costó la friolera de 300.000 ducados gastados durante la celebración de las fiestas, las cuales duraron tres días, y a las que asistieron doce mil invitados. Este banquete es comparado por uno de los asistentes, el capellán del rey D. Pedro de Espinosa⁶, con las ya entonces famosas bodas de Camacho del Quijote: "*Sabido es que las bodas de Camacho fueron penitencia de monje y parvedad de anacoreta si se comparan con (y aquí describe prolijamente todos los alimentos y sus enormes cantidades utilizados en el banquete) con que el Duque obsequió a cuantos personajes asistieron a la fiesta...*"

Para don Quijote y Sancho, sin embargo, las tan nombradas bodas de Camacho son el momento álgido de celebración alimentaria, pero por norma general, sólo subsisten, y Sancho se preocupa continuamente por lo más cotidiano y necesario, como es la comida, celebrando siempre con gran alegría el momento de tomarla, incluso aunque consista en un trozo de pan y queso, como es lo más habitual, que le parece siempre un momento muy feliz, precisamente porque la toma adobada con hambre. Así, la sencillez del alimento del cual disfrutaban Sancho y don Quijote, y su constante escasez, hacen que la finura de percepción gastronómica se encuentre totalmente ausente de su conducta alimentaria, precisamente porque en los momentos en que se tomaba, el alimento era lo necesario, y no lo superfluo. Era el alimento para suplir carencias y no el festivo, el alimento imprescindible para la vida. En este sentido, Revel⁷ señala que "*Tener hambre no es el mejor estado para apreciar los platos, porque, entonces, todo parece delicioso*", como efectivamente sucede con Sancho, que no llega a alcanzar el placer de lo innecesario, la exquisitez o el refinamiento.

A pesar de su sencillez aparente, el texto cervantino que citábamos al principio, sí nos puede dar una visión de lo que era la alimentación de un hidalgo de la época, que comienza con la olla "*de algo más vaca que carnero*", heredera de la elaborada adafina⁸ de orígenes judíos, un guiso complejo en el que intervenían diferentes carnes, sobre todo de carnero, garbanzos -y a veces otras legumbres-, cebolla y otras verduras, hierbas aromáticas y, en el caso de las adafinas más opulentas, algunas aves. Esta adafina se "cristianizó", haciéndola suya la población española desde época muy temprana con la incorporación de trozos de carne de cerdo, tocino o embutidos, denominándose olla por el recipiente en el que se cocinaba, en el cual cocía lentamente, desprendiendo todos sus sabores y aromas. Sin embargo, en casa del hidalgo se comía con vaca, una carne mucho menos apreciada en la época que la del carnero, ya que se solían sacrificar vacas viejas y no terneras jóvenes, por lo que finalmente resultaba una carne dura y poco sabrosa y se consideraba peor, sin duda, que el carnero. Estas ollas⁹ tenían una gran cantidad de variantes, que dependían en primer lugar de los gustos personales, pero también de las posibilidades económicas -las familias más pudientes les añadían más cantidad de carnes variadas, y las pobres, más legumbres y verduras-, así como de la época del año y de la existencia o no de caza, embutidos y especias¹⁰.

Casi todas las noches, en la hacienda de don Quijote se comía salpicón, hecho que al analizarlo comprobaremos cómo se trata de una situación lógica derivada de la posición económica del hidalgo. El salpicón es un plato que se preparaba con los restos de la olla del mediodía que se tomaba en la hacienda manchega a diario, añadiendo grandes cantidades de cebolla a los restos de la carne desmigada, algunas legumbres y a veces nabos, componiendo así una cena muy sabrosa que debía ser patrimonio culinario corriente y cotidiano en la España cervantina, y que vemos que se repite en el Quijote con cierta frecuencia, como cuando protesta Sancho, en el capítulo XLIX de la segunda parte por la falta de comida, y le dan finalmente de cenar: "*un salpicón de vaca con cebolla y unas manos cocidas de ternera, algo entrada en días...*", y es que, se quejaba Sancho: "*mi estómago... está acostumbrado a cabra, a vaca, a tocino, a cecina, a nabos y cebollas*", en vez de otras exquisiteces como "*francolines de Milán, faisanes de Roma, ternera de Sorrento, perdices de Morón o gansos de Lavajos*", manjares a los cuales no estaba acostumbrado, y más que probablemente, sólo conocía de oídas.

Así, vemos un salpicón emparentado directamente con la clásica receta de la "ropa vieja", que también utiliza los sabrosos restos del cocido, y que es muestra de una

⁶ ALONSO, J.C., *El tan célebre banquete de Doñana*, Huelva, 1995, 25-26.

⁷ REVEL, J.F., *Un festín en palabras*, Barcelona, 1996, p. 31.

⁸ MARTINEZ LLÓPIS, M., *Historia de la Gastronomía española*, Madrid, 1981, p. 118.

⁹ CRUZ CRUZ, J., *Teoría elemental de la Gastronomía*, Pamplona, 2002, pp. 104-107. Analiza diversos aspectos de la clásica olla podrida española a través del tiempo, incluyendo aspectos relacionados con el Quijote.

¹⁰ CHAMORRO, M.I., *Gastronomía del Siglo de Oro español*, Barcelona, 2002, pp. 124-126. Esta autora recoge diferentes tipos de olla característicos del siglo de oro español, desde la olla gitana a la morisca, la olla con pies de cabrito o la clásica y más conocida de todas, olla podrida, alabada por todos los autores de este siglo y considerada como el plato nacional de la época.

cocina popular y de aprovechamiento, como sucede con muchos de los platos reflejados a través de las páginas del Quijote.

Por otra parte, los viernes, como buen hidalgo cristiano, don Quijote practica la abstinencia -la ausencia de carne en la dieta como recuerdo y honra del día de la muerte de Jesucristo-, comiendo lentejas sin mucho condimento. La importancia de la práctica de hábitos alimentarios en relación con creencias religiosas es una constante en todas las culturas, que honran sus creencias a través de las prácticas alimentarias por medio de sacrificios, símbolos y comidas simbólicas, aunque también por la ausencia de ciertos alimentos en la dieta y por la presencia de muchos otros de forma intencionadamente buscada. Pero además de las lentejas de los viernes, y también en relación con las prácticas religiosas de la época, don Quijote come los sábados duelos y quebrantos.

Con ciertas variantes en las que no interesa aquí entrar directamente, como en la carne utilizada o la forma de presentar los huevos, los duelos y quebrantos consisten tradicionalmente en un plato preparado con huevos, sesos de cordero y jamón o tocino entreverado y torreznos. Y en cuanto a su particular nomenclatura, opinamos que se debe, no a que en la casa se haga duelo por la oveja muerta, de la cual se tomaban los sesos en este plato singular, como por otra parte opina Lorenzo Díaz¹¹, en su interesante tesis al respecto, sino que más bien se refiere a las costumbres alimentarias de los nuevos cristianos, antes judíos viejos. Y es que el sábado es el día del precepto religioso hebreo, el día de culto a Yahvé, la jornada festiva por excelencia, en la que casi todas las actividades están reglamentadas de acuerdo con un estricto código. Si a esto unimos que las creencias religiosas hebraicas prohíben tajantemente el consumo de cerdo, que tan abundantemente prolifera en los duelos y quebrantos en forma de jamón, tocino fresco o entreverado, encontramos una doble ruptura del código judío. El consumo de carne de cerdo durante el sábado supondría ese doble quebranto de la ley religiosa hebrea, dando por esta razón nombre al plato, ya que quienes lo tomaban, a pesar de estar aparentemente cristianizados, rompían con la religión de sus mayores, con las costumbres religiosas milenarias, y de ahí el duelo por hacer lo que estaba preceptualmente prohibido, y el quebranto ante sus normas religiosas ancestrales.

Y los domingos, ahora sí, el día festivo semanal, el día de descanso y holganza del mundo cristiano, se comían palominos, que muy probablemente habría cazado el mismo don Quijote, ya que era muy aficionado a la caza y a la pesca. Quizás preparados en mirrauste, una salsa de origen muy antiguo que ya recoge Ruperto de Nola en su recetario del año 1520, ligada con almendras, azúcar y caldo de ave, o bien cocinados de cualquier otra forma.

En sus hábitos alimentarios, don Quijote refleja su forma de pensar, su economía doméstica -muy escasa-, su

condición íntegra de hidalgo y sobre todo, sus creencias religiosas, directamente emparentadas con su forma de comer, con los días en que come -o no- determinados alimentos, remarcando con esta actitud la antigüedad de su condición de creyente antiguo, con orígenes no judíos ni musulmanes, manifestándose así de nuevo su condición de hidalgo.

Cervantes presenta el panorama de un momento histórico español en el que podemos percibir claramente la presencia de una serie de costumbres gastronómicas muy ricas y complejas, algunas de ellas herencia de la cocina hebrea y en algunos casos, también de la cocina árabe, que se mezclaron silenciosamente con la tradicional cocina de los cristianos viejos, llegando a alcanzar entre todas una rica fusión gastronómica. Algunas de las costumbres alimentarias actuales, son herederas de la sociedad que refleja la obra cervantina, como muchos platos todavía presentes en la más profunda cocina de la Mancha. A lo largo de las páginas del Quijote, Cervantes recoge un extenso recetario de la cocina manchega, una cocina basada en las actividades agrícolas y ganaderas de la zona, en los productos naturales y autóctonos de la Mancha. Se trata de una forma de alimentación que presenta platos muy nutritivos y calóricos, sabrosos y adaptados a las necesidades de los habitantes de la Mancha de aquella época, desde grandes señores a pastores, labradores o arrieros. Algunos de los platos más importantes de la cocina del Quijote son los sonoros duelos y quebrantos, la carne de cabrito y las tiernas gallinas de corral, las deliciosas y complejas ollas, los gazpachos manchegos, las empanadas con reminiscencias árabes. El vino de la zona, transportado en pellejos de gran tamaño o pequeñas botas, es el compañero de Sancho, que cuelga los zaques de árboles, para que el vino se refresque¹². Eran vinos del año, sin envejecer, jóvenes y proclives al avinagramiento, pero capaces de calmar la sed, sin duda.

Los hábitos alimentarios, como hemos comprobado, reflejan toda una cultura, en una gran cantidad de aspectos de los que algunos son muy complejos: desde los relacionados con el ámbito religioso, como vemos que sucede entre cristianos viejos y nuevos, a otros de ámbito social como las diferencias que quedan patentes entre los hidalgos y la gente del pueblo, pero también los hábitos relacionados con las actividades económicas, como la alimentación de los cabreros o la de arrieros en las ventas del camino.

A través de las páginas del Quijote se pone de manifiesto la cultura alimentaria de los hidalgos de la época, de los hidalgos pobres, claro, pero también se manifiesta una cultura popular y cotidiana, a veces con crudeza, que se alimenta sencillamente con bellotas. Y además, hay algún atisbo de la cocina de élite, en algunas referencias de Sancho a ciertos platos muy prestigiosos, que seguramente jamás ha probado, pero que se hacían casi míticos, y también la podemos ver durante su etapa de gobernador en la soñada Insula Barataria, desplegada en una imagen ideal de hartaz-

¹¹ DÍAZ, L., *La cocina del Quijote*, Madrid, 2002, p. 26.

¹² Capítulo XI: "Sancho, asimesmo, callaba y comía bellotas, y visitaba muy a menudo el segundo zaque, que, porque se enfriase el vino, le tenían colgado de un alcornoque".

go y sin embargo, una realidad de auténtica hambre. La realidad, sin embargo, se impone constantemente, contrastando con la actitud de don Quijote, y mientras él sueña con aventuras, Sancho se encarga de llevar las alforjas llenas o de abastecer lo mejor que puede a su señor y a las caballerías. Sus intereses alimentarios, sin duda, reflejan su forma de vivir y de pensar, de ser una época histórica concreta, que Cervantes pormenoriza en algunas de las costumbres culinarias del héroe manchego universal.

BIBLIOGRAFÍA

ALONSO, J.C., *El tan célebre banquete de Doñana*, Huelva, 1995.
 CERVANTES SAAVEDRA, M., *Don Quijote de la Mancha*, Madrid, 1991.

CHAMORRO, M.I., *Gastronomía del Siglo de Oro español*, Barcelona, 2002.
 CRUZ, CRUZ, J., *Teoría elemental de la Gastronomía*, Pamplona, 2002.
 DÍAZ, L., *La cocina del Barroco. La gastronomía del Siglo de Oro en Lope, Cervantes y Quevedo*, Madrid, 2003.
 -*La cocina del Quijote*, Madrid, 2002.
 FERNÁNDEZ DURO, C., *La cocina del Quijote. La cocina del Quijote con todas las recetas*, Madrid, 2004.
 LÓPEZ CASTANIER, M., *Todas las recetas. La cocina del Quijote con todas las recetas*, Madrid, 2004.
 MONTANARI, M., *El hambre y la abundancia*, Barcelona, 1993.
 REVEL, J.F., *Un festín en palabras*, Barcelona, 1996.
 SANJUÁN, G., *Ollas, sartenes y fogones del Quijote*, Madrid, 2004.