

## RESUMEN TESIS DOCTORAL

ALMUDENA VILLEGAS BECERRIL

En esta Tesis se estudia y analiza la riqueza del Sistema Alimentario de Roma, su fecundidad, sus posibilidades, y el profundo conocimiento con respecto a la tecnología culinaria y las actividades vinculadas con esta, desde las de carácter agrícola hasta los aspectos culinarios.

Asimismo, analiza la importancia que llegó a adquirir desde el punto de vista social el alimento, así como el banquete, o el sencillo acto cotidiano de compartir la comida, desde diversos puntos de vista, desde el puramente administrativo y de la organización estatal al pequeño y de carácter doméstico. Esta hipótesis comprende, por tanto, una serie de aspectos bien ensamblados, sobre diferentes aspectos de la alimentación, cada uno de los cuales pudo ser importante y necesario para que comer cada día, en Roma, no fuera un sueño, sino una necesidad bien cumplida.

Igualmente, deja de manifiesto la investigación compleja que relaciona los aspectos culinarios y tecnológicos, con los sociales y los de producción alimentaria, para finalmente llegar a la comprensión del Sistema Alimentario y su desarrollo. Igualmente, se demuestra cómo la alimentación fue una manifestación de la cultura romana a través del tiempo, y que conoció modificaciones importantes vinculadas a dicha civilización.

Se divide en tres grandes bloques para el mejor análisis de un tema tan extenso:

1-Aspectos culinarios: tema con una gran cantidad de vertientes, todas importantes para conocer a fondo la práctica culinaria y los hábitos alimentarios en Roma. A través de este primer eje se han analizado los siguientes aspectos:

2-Aspectos sociológicos: Presentación de un análisis de los hábitos alimentarios en relación con ciertos aspectos del comportamiento social romano.

3-Dinámica histórica y Sistema alimentario: Capítulo en el que se presenta un análisis sobre la evolución del Sistema alimentario romano a través de su desarrollo temporal, aportando para ello una cronología y unos hitos.

TITULO: *ARS CIBARIA: CULTURA Y ALIMENTACIÓN EN LA SOCIEDAD ROMANA*

AUTOR: *Almudena Villegas Becerril*

---

© Edita: UCOPress. 2019  
Campus de Rabanales  
Ctra. Nacional IV, Km. 396 A  
14071 Córdoba

<https://www.uco.es/ucopress/index.php/es/ucopress@uco.es>

---

## ABSTRACT. DOCTORAL THESIS

ALMUDENA VILLEGAS BECERRIL

This thesis examines and dissects the privileged Food System developing in Ancient Roman times. The evolution of the diverse means, productivity, and capabilities, that made possible to the Roman society to accumulate a significant expertise regarding among other attributes, the culinary technology and the activities associated to it, from agriculture to cooking processes, from the development of preservation techniques and methodologies, to storage, from transport to the establishment of trading routes, from the expansion of markets to the regulation of prices, to weights and measures.

The work discusses the social significance bestowed to food, the banquet, and to the simple daily act of sharing food with others; from diverse angles, from the purely administrative organisation of the state, to those of small and household character. The findings of this work, address, therefore, a series of systematised food attributes deemed relevant in ascertaining that every day eating in Rome was not a dream, but a well-satisfied need.

It also outlines the complex research that associates culinary, technological and social facets, and those of food production, to finally arrive at a coherent understanding of the Roman Food System and its development over time. In addition, the thesis discusses how food was a manifestation of Roman culture through time and the significant changes this civilisation underwent due to food.

The thesis is structured into three blocks that address as a common reference, the social elites food habits as well as the more mundane customs of popular sectors:

1-Culinary aspects: a topic encompassing a large number of topics, that the thesis autor deemed relevant to get an in-depth knowledge of culinary practices and eating habits in Ancient Rome. The following factors have been reviewed through this first block:

2- Sociological characters: presentation of an analysis on eating habits in relation to certain interpretations of Roman social behaviours.

3-Historical Dynamics and Food System: block that explains the evolution of the Roman Food System through time, providing a chronology and relevant milestones.

**ARS CIBARIA:  
CULTURA Y ALIMENTACIÓN  
EN LA SOCIEDAD ROMANA**

ARS CIBARIA: FOOD AND CULTURE IN ROMAN SOCIETY

ALMUDENA VILLEGAS BECERRIL

Investigación realizada para la obtención del grado de Doctor en Historia bajo la dirección del Dr. D. Enrique Melchor Gil, Catedrático de Historia Antigua de la Universidad de Córdoba.

V. ° B. ° Dr. D. ENRIQUE MELCHOR GIL

PROGRAMA DOCTORAL EN PATRIMONIO

Inscrito en IDEP 9 julio 2019



ALMUDENA VILLEGAS BECERRIL  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA ANTIGÜEDAD  
Y DE LA EDAD MEDIA  
UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA



*Ad optimus parentibus*





## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	11
Estado de la cuestión.....	17
Objetivos.....	18
Fuentes .....	21
Sobre una metodología para la historia de la alimentación en la Antigüedad .....	24
Estructura de la obra.....	32
Desarrollo del trabajo de investigación .....	35
Agradecimientos .....	39
I. ASPECTOS CULINARIOS.....	43
1. Suministros: de la huerta a la despensa.....	45
1.1. Lugares de producción. Transporte hasta los lugares de venta.....	45
1.1.1. Lugares de producción.....	45
1.1.2. Transporte de los alimentos .....	53
1.1.3. Abastecimientos en Roma.....	74
1.2. De los mercados a las casas .....	90
1.2.1. Mercados.....	91
1.2.2. Otros centros de aprovisionamiento .....	112
1.3. Despensas, sótanos, bodegas y cocinas .....	126
2. Tecnología conservera .....	139
2.1. Importancia de las conservas en la alimentación del Mundo Antiguo .....	139
2.2. Tipos de conservas .....	148
2.2.1. Tipos de conservas según la producción: caseras e industriales.....	149
2.2.2. Tipos de conservas según la elaboración .....	163
2.3. Preparación de conservas.....	165
2.3.1. Conservación por almacenaje.....	166
2.3.2. Preservación por acción química.....	191
2.3.3. Conservación por fermentación.....	213
2.3.4. Métodos de preservación por tratamientos físicos.....	261
2.3.5. Otros tipos de conservas .....	272
2.4. Tiempos de consumo de las distintas conservas y problemas de salud .....	282
3. Cocinado.....	285
Introducción.....	285
3.1. Instrumentos.....	287
3.2. Técnicas de cocinado.....	331
3.2.1. Limpieza y preparación de alimentos .....	331

3.2.2. Procesos de cocinado.....	346
3.2.3. Acompañamientos y salsas .....	389
4. Presentación y preparativos.....	397
4.1. Consumo inmediato, consumo diferido.....	397
4.1.1 Organización y previsión: la profesionalidad de los cocineros .....	398
4.2. Las mesas.....	410
4.2.1. Etapas culturales.....	410
4.2.2. El comedor. <i>Triclinia</i> de verano y de invierno.....	415
4.2.3. Esclavos relacionados con el servicio de mesa .....	419
4.3. Instrumentos y útiles de mesa.....	425
4.3.1. Vajilla .....	426
4.3.2. Copas .....	429
4.3.3. Ropa de mesa .....	433
4.3.4. Otros instrumentos.....	435
4.4. Horarios y distintas comidas.....	436
4.4.1. Desayuno.....	436
4.4.2. Entre horas .....	439
4.4.3. Aperitivos.....	440
4.4.4. Cenas .....	442
VALORACIÓN GLOBAL .....	449
II.ASPECTOS SOCIOLÓGICOS .....	451
Introducción.....	453
<i>Filosofía, estatus social y alimentación</i> .....	453
<i>La alimentación como manifestación del pensamiento</i> .....	455
1. Gastronomía y élites.....	459
1.1. Élités: de la República al Imperio .....	459
1.2. Diferencias alimentarias entre el mundo rural y el mundo urbano.....	485
1.3. Posibles patologías relacionadas con la alimentación de las élites .....	493
2. La alimentación de los sectores populares .....	504
Introducción.....	504
2.1. Mundo rural-mundo urbano.....	505
2.2. La comida al aire libre, restaurantes y <i>thermopolia</i> .....	534
2.3. Posibles patologías relacionadas con la alimentación de los sectores populares .....	544
3. La bebida.....	555
3.1. El vino en la cultura romana .....	555
3.2. Aspectos sociales del vino .....	561
4. Fiestas y alimentación .....	577

Introducción.....	577
4.1. Celebraciones públicas.....	578
4.2. El ámbito privado: celebraciones y fiestas.....	593
VALORACIÓN GLOBAL.....	599
III. DINÁMICA HISTÓRICA Y SISTEMA ALIMENTARIO.....	601
Introducción.....	603
1. Etapas alimentarias.....	604
1.1. Primera etapa: Monarquía.....	612
1.2. Segunda etapa: Ideal Republicano.....	621
1.3. Tercera etapa: Evolución hacia la apertura.....	628
1.4. Cuarta etapa: Arraigo de los cambios.....	645
1.5. Quinta etapa: Desarrollo bidireccional de la Antigüedad tardía.....	653
2. Frutos de la Geografía.....	663
2.1. Geografía Gourmand.....	663
2.2. <i>Nihil sub solem novo</i> : la evolución del Gusto.....	689
IV. CONCLUSIONES.....	695
Conclusiones.....	697
1. CONCLUSIONES SOBRE LOS ASPECTOS CULINARIOS.....	701
2. CONCLUSIONES SOBRE LOS ASPECTOS SOCIOLÓGICOS.....	705
3. CONCLUSIONES SOBRE LA DINÁMICA HISTÓRICA Y EL SISTEMA ALIMENTARIO.....	709
V. APÉNDICES.....	713
1. GLOSARIO.....	715
2. BIBLIOGRAFÍA.....	719
3. ABREVIATURAS DE AUTORES Y FUENTES LATINAS UTILIZADAS.....	773
4. ÍNDICE DE LÁMINAS.....	779
5. ETAPAS ALIMENTARIAS.....	781



## INTRODUCCIÓN

Abordar el análisis de una sociedad, la romana, a través de la historia de la alimentación nos ha llevado a un mundo de conocimiento muy particular en el que ha sido necesario encajar minuciosamente las diferentes piezas que este análisis requería. La integración de diferentes parcelas científicas en la historia de la alimentación y su necesario

---

*Justificación del tema  
elegido: historia de la  
alimentación*

---

conocimiento convierte a los estudios sobre alimentación en investigaciones polifacéticas de una gran riqueza intelectual, que obligan al investigador a conocer bien distintos grupos de fuentes y a interconectarlas para extraer resultados coherentes y bien ensamblados. Tratar de comprender mejor una sociedad a través de la alimentación es una tarea compleja que requiere de la participación del conocimiento de su tecnología, de sus instituciones, de su arquitectura, de sus recursos agroalimentarios, de los hábitos sociales. Incluso de la forma de intuir la religión y la moral, e incluso de la experimentalidad. Y se encuentra en el eje de la vida cotidiana, por lo que de repetitivo y constantemente necesaria es el hecho de la alimentación.

El valor, por tanto, de la hipótesis que se presenta, será si existe una la visión de conjunto, completa, y en su caso, si esta ofrece suficiente riqueza para ofrecer datos clave sobre la existencia de un Sistema Alimentario de Roma, su fecundidad, sus posibilidades, y si esta investigación es capaz de ampliar el conocimiento con respecto a la tecnología culinaria y las actividades vinculadas con esta. Asimismo, pretendemos analizar la importancia que socialmente llegó a adquirir el alimento, así como el banquete, o el sencillo acto cotidiano de compartir la comida, desde diversos puntos de vista, desde el puramente administrativo y de la organización estatal al pequeño y de carácter doméstico. Esta hipótesis comprende, por tanto, una serie de aspectos que deberán estar bien ensamblados, sobre diferentes aspectos de la alimentación, cada uno de los cuales pudo ser importante y necesario para que comer cada día, en Roma, no fuera un sueño, sino una necesidad bien cumplida.

No pretenderemos, por tanto, el análisis exhaustivo de cada uno de los aspectos, que son muy numerosos. Más bien trataremos de dejar de manifiesto la investigación compleja que relaciona cada uno de ellos con los aspectos culinarios y tecnológicos, con los sociales y los de producción alimentaria, para finalmente llegar a la comprensión del Sistema Alimentario y su desarrollo. Igualmente, trataremos de comprobar si finalmente la alimentación fue una manifestación de la cultura romana a través del tiempo, y si conoció modificaciones importantes vinculadas a dicha civilización.

En cuanto a las fuentes por una parte han resultado imprescindibles, como es natural, las de origen literario: tanto latinas como griegas, habiendo sido, además, necesario recopilar información de las fuentes epigráficas y arqueológicas. Por otro lado hemos analizado la literatura actual generada en relación con la alimentación, la cual incluye los estudios económicos, médicos, ecológicos, administrativos, agrícolas, y por supuesto, aquéllos que se encuentran estrictamente referidos al hecho alimentario. También hemos añadido a este el conocimiento aportado por la ciencia de la nutrición, para poder realizar una interpretación de ciertos aspectos particulares de la alimentación en la Antigüedad y que desarrollamos a lo largo de nuestro trabajo. Y finalmente, hemos trabajado los aspectos experimentales, imprescindibles para confirmar las investigaciones de carácter teórico.

Sinceramente, podemos decir que ha resultado todo un reto el que el tema elegido durante los inicios de la investigación fuera una novedad, por este mismo motivo en primera instancia. Y en segundo lugar, por la necesidad de estructurar el trabajo a partir de información muy difusa, siendo necesario construirla casi como si de un rompecabezas se tratara. A pesar de las dificultades, el desafío que ha supuesto su localización, análisis e interpretación, ha resultado un trabajo enriquecedor y estimulante, al que hemos dedicado una gran parte de nuestro recurso más preciado, el tiempo.

Con respecto a la novedad de la existencia de los estudios científicos sobre la historia de la alimentación, sí podemos decir que despiertan gran interés, pero asimismo requieren una gran disciplina de trabajo y rigor ya que resulta común encontrar el interés general centrado en uno de los más simples instrumentos como por ejemplo son las recetas, y no en la globalidad de los profundos procesos históricos que tienen una estrecha relación con la alimentación. En los inicios de estos estudios, y como señala J. Pilcher, el panorama resultaba algo descorazonador, aunque finalmente cuando ciertos historiadores percibieron

–muy lentamente- la importancia de la alimentación, encontraron en las fuentes primarias las evidencias de su trascendencia<sup>1</sup>. Y más allá de contar calorías o de enumerar recetas, se comenzaron a valorar los aspectos sociales y culturales del hecho alimentario. En este mismo sentido coincide J. H. D´Arms<sup>2</sup>: “Far from being frivolous or trivial, the food habits of any society are fundamental aspects of culture, and so are socially expressive: they can be guides to social proximity and social distance; to ritual fraternity and to status; to political superiority and subordination. This becomes clear at once, when it is recognized that biological *needs*, in dietary terms, have little to do with what in fact we consume, or the order, the occasions, the social rituals which come to cluster around our consumption of it”. Por su parte, para M. Montanari, la alimentación –y no solo la receta- juega un papel esencial a la hora de definir un modelo de civilización, existiendo en el Mundo Antiguo tres aspectos de este modelo: el análisis de la convivialidad, el tipo de comida consumida y finalmente el arte de la cocina y las dietas desde el punto de vista de la medicina<sup>3</sup>.

Tendremos en cuenta que esta disciplina analiza en profundidad algo tan importante para el ser humano como es su propia alimentación. Y es relevante, en primer lugar, porque la comida es nuestro combustible, la fuente de energía gracias a la cual sobrevivimos. En segundo lugar, el alimento proviene de una serie de actividades agrícolas, ganaderas, productivas e industriales que nos proporcionan un conocimiento valioso sobre otros campos no alimentarios directamente. Entre ellos tenemos el económico, el agrícola, el industrial, el religioso, el político o el sociológico, cuyas consecuencias finales se encuentran directamente relacionadas con el hecho alimentario. Finalmente, el alimento vincula a los hombres con el territorio, con la producción agrícola, con los ecosistemas y con las posibilidades que este ofrece en cada caso.

Como señala F. Cerdón, la comprensión de la historia de la alimentación es fundamental para el correcto entendimiento de la evolución humana<sup>4</sup>. Esta se encuentra estrechamente relacionada con el consumo de proteínas de alto valor biológico -como son,

---

<sup>1</sup>J. PILCHER, “Introduction”, J. Pilcher (ed.) *The Oxford Handbook of Food History*, Oxford, 2012, XVIII.

<sup>2</sup>J. H. D´ARMS, “Control, Companionship, and Clientela: Some Social Functions of the Roman Communal Meal”, *Echos du Monde Classique/Classical Views* 28, n. s. 3, 1984, p. 327.

<sup>3</sup>M. MONTANARI, “Food Systems and Models of Civilization”, en J. L. Flandrin, M., Montanari (eds.) *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999b, p. 69.

<sup>4</sup>En este sentido se desarrolla la teoría que presenta en su obra el biólogo evolucionista F. CORDÓN BONET, *Cocinar hizo al hombre*, 1999, Barcelona.



por ejemplo, la carne y el pescado-, además de estar enlazada con el consumo de hidratos de carbono, los cuales podemos encontrar bajo forma de cereales. También lo está con el avance tecnológico debido a las técnicas utilizadas -el fuego en el caso más primario-, y con los procesos de comunicación desarrollados en torno al hecho alimentario.

---

*Fisiología del hambre: la pulsión por el alimento*

---

Además, la historia de la alimentación nos aporta el análisis de la actividad humana practicada con más constancia y recurrencia: la búsqueda de aporte energético. La pulsión producida por el hambre, originada en el hipotálamo a partir de bajos niveles de glucosa en el organismo humano, ha provocado que el hombre haya podido sobrevivir como especie y evolucionar a lo largo de miles de años, induciéndole a la búsqueda de alimento. Y podemos progresar en este sentido, incluso podríamos hablar también de la alimentación como proceso intelectual y artístico, de su transformación en gastronomía o bien de la alimentación como forma de expresión de una determinada cultura. Y cómo no, de su conexión con aspectos legislativos o jurídicos, en relación con las actividades concurrentes que en nuestro caso observamos expresadas en el *Digesto*, en el Edicto de Diocleciano o en la *Lex Imitana*, por ejemplo.

Los médicos han sido un colectivo relacionado muy estrechamente con el mundo de la alimentación, debido a que su ciencia se encontraba directamente conectada con el conocimiento de posibles estados patológicos, originados por las carencias o excesos de alimentos. Algunos de los libros del *Corpus Hippocraticum* estudian la dieta en el caso de enfermedades agudas, aspectos generales de ésta o incluso el mismo alimento, evaluando la alimentación como un elemento fundamental tanto en las prácticas de carácter profiláctico como terapéutico.

Con este trabajo, por tanto, pretendemos interpretar y contrastar toda la información puesta a nuestra disposición, teniendo en cuenta la utilidad histórica de los estudios alimentarios: se trata de su esencia como herramienta clave para el conocimiento histórico del hombre como ser complejo y completo. Sin alimento no hay vida, y la primera actividad humana es precisamente alimentarse. Los hábitos y las prácticas alimentarias fueron muy tenidos en cuenta por agrónomos, legisladores, moralistas y escritores. Y debido a su permanencia en el tiempo, no fue un conjunto de prácticas estáticas, sino dinámicas. De hecho fue transformándose de forma paralela y equivalente a la evolución

social, originando en este devenir una avanzada tecnología y conocimiento de la alimentación.

Por tanto, esperamos poner de manifiesto precisamente la importancia de una justa valoración de la historia de la alimentación como una disciplina más de la gran familia de las humanidades. Que por su parte requiere una serie de atributos distintivos para que su estudio resulte productivo, y así: rigor en el trabajo, utilización de conocimientos

---

*La historia de la alimentación  
como disciplina histórica*

---

interdisciplinarios y una metodología de estudio capaz de analizar los alimentos, recetas y tecnología integrados en una sociedad y como recurso de esta en diferentes niveles. En consecuencia, esperamos que el contenido científico de la historia de la alimentación adquiera toda su relevancia en el marco del gran interés que supone caracterizarse por ser un campo de estudio en el que participan aspectos científicos multidisciplinares. Desde luego, y como señala C. Badel<sup>5</sup>, estará más relacionado con la historia social, y no constará necesariamente de largos y aburridos catálogos de comidas, ingredientes o recetas.

Una de las novedades que incorpora este trabajo y que consideramos una aportación singular, es el hecho de haber testado en cocinas actuales y con la ayuda de profesionales, muchas las recetas ofrecidas por diferentes autores en el mundo antiguo y gran parte de las técnicas, en la medida de lo posible. Y por supuesto, no tanto con la idea de hacer degustaciones, algo que sería muy difícil de conseguir teniendo en cuenta cómo se ha desarrollado la evolución del gusto, y teniendo en cuenta que deseábamos alejarnos de los aspectos anecdóticos para profundizar en los complejos procesos de investigación que se requieren para el análisis de la historia de la alimentación en la Antigüedad. Y así, con el objetivo de reconocer el conocimiento que se tenía de diferentes técnicas, y de las propiedades físico-químicas de los alimentos, se han realizado algunas pruebas con excelentes resultados, que nos acercan a comprender la inteligencia y comprensión de las diferentes técnicas y propiedades de los alimentos, incluso de los más sencillos.

El hecho es que la historia de la alimentación en la Antigüedad (quizás aún más que en otras épocas) requiere la participación de diferentes áreas del conocimiento para obtener

---

<sup>5</sup>C. BADEL, “Alimentation et société dans la Rome classique: bilan historiographique (IIe siècle av. J.-C.–IIe siècle apr. J.-C.)”, *Dialogues d'Histoire Ancienne, Supplément 7: L'histoire de l'alimentation dans l'Antiquité. Bilan historiographique*, 2012, p. 133.

resultados satisfactorios y completos, en la medida que los datos de que dispongamos nos lo permitan. Y por tanto, en los casos que ha sido posible y que ofrecían suficientes datos de interés como para modificar nuestro conocimiento sobre ciertas preparaciones, hemos aplicado este sistema de trabajo, el cual, como se observará a lo largo del trabajo y en las conclusiones, nos ha ofrecido aportaciones relevantes. El análisis puramente práctico de carácter culinario no ha hecho sino reforzar el conocimiento aportado por las fuentes, pulirlo y perfeccionarlo. Y en especial nos ha ofrecido una visión muy completa del conocimiento técnico y aplicación de las técnicas culinarias sobre los productos, con respecto al control de temperaturas y fases de producción en cocina. Es decir, el conocimiento del Sistema Alimentario romano nos aleja de unas prácticas culinarias alocadas o casuales, fruto del azar, para sumergirnos en unas formas de trabajar bien conocidas y puestas en prácticas, en cierto modo sistematizadas y con la necesidad de la presencia de buenos profesionales, que necesariamente debían ser excelentes conocedores de estas y de su puesta en práctica.

En el aspecto más académico y con respecto a las fuentes, debemos citar en los orígenes de estos estudios las obras ya clásicas de L. Friedländer y J. Carcopino, *La sociedad romana y Vida cotidiana en Roma*, respectivamente, como parte de los orígenes de la epistemología de la historia de la alimentación romana. Pero fue en la década de 1970 cuando comenzaron a apuntar más intensamente. Representaron unos esfuerzos que se concretaron en la creación de la revista *Petit Propos Culinaire*, fundada por A. Davidson en el año 1979: era la primera publicación periódica sobre la historia de la cocina y de la alimentación. Estos desvelos fueron dando sus frutos y finalmente se observa cómo la historia de la alimentación va cobrando fuerza ya en la década de 1990 con trabajos como *Food and society in classical antiquity*, de P. Garnsey, o a través del famoso artículo de M. Corbier “La fève et la murène: hiérarchies sociales des nourritures à Rome”. Y desde luego, junto con el trabajo de J. André puesto de manifiesto en la excelente traducción del *De re coquinaria* de Apicio así como otras de sus obras: *L'alimentation et la cuisine à Rome*, y *Les noms des plantes dans la Rome antique*, los que animan la nueva época de estudios sobre la historia de la alimentación en Roma.

## Estado de la cuestión

La historia de la alimentación como estudio independiente es una disciplina relativamente nueva en el panorama historiográfico actual, aunque muchos autores la han trabajado parcialmente, o han analizado algunas de sus facetas en estudios por ejemplo, sobre economía, agricultura o sociedad.

El marco temporal que hemos elegido ha sido el mundo romano, en el que ya hemos trabajado anteriormente, en concreto sobre una fuente de carácter gastronómico, *De re coquinaria*, de Apicio, que fue objeto de nuestra Memoria de licenciatura y galardonada con el Premio Nacional de Investigación en Gastronomía en el año 2002. Aunque en este trabajo hicimos referencia a varias facetas de la historia de la alimentación en Roma, se trataba de un estudio dedicado fundamentalmente al análisis de la alimentación de las élites en el entorno de la obra de Apicio<sup>6</sup>.

Por tanto, faltaban muchos aspectos para una visión más completa de la alimentación en Roma. Por ejemplo, el análisis de la alimentación vinculado con la sociología y los distintos grupos y categorías sociales. También, el análisis de la tecnología de la alimentación, e incluso un estudio sobre la dieta del Mediterráneo en aquel momento histórico. Estas perspectivas explican, por tanto, la división de nuestra tesis en tres grandes bloques, distribución con la que procuramos una sistematización bien definida en el desarrollo del trabajo. Y así, analizando en cada uno de los bloques las tres facetas que hemos considerado más destacadas, podíamos dar cabida a los objetivos de nuestra tesis. Y por supuesto, hemos añadido el imprescindible conocimiento de la práctica culinaria que hemos señalado anteriormente, y que nos ha permitido realizar una reflexión más profunda y bien documentada, en todos sus aspectos.

Hay aspectos muy bien trabajados por autores españoles, como es el caso de J. Remesal Rodríguez o E. García Vargas y L. Lagóstena Barrios, quienes han analizado respectivamente productos bien conocidos, de producción hispana, en concreto el aceite de oliva y el *garum*. Y el vino, completando la tríada de productos alimentarios mediterráneos está bien representado en los trabajos de J. P. Brun y A. Tchernia.

Los trabajos recientes de autores anglosajones han analizado las fuentes propias de esta materia desde dos perspectivas: una muy específica, en artículos y capítulos de libros

---

<sup>6</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *Gastronomía Romana y Dieta Mediterránea*, Córdoba, 2001.

cuyo tema principal es la historia de la alimentación, que abarca estudios concretos sobre la cultura alimentaria en la Antigüedad, entre ellos podemos destacar la obra de K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, Cambridge. En el contexto de otras materias como la economía, la antropología, la medicina o la agricultura, también encontramos referencias al mundo de la alimentación, pero tratado de forma tangencial y no directa. El estudio de la alimentación del Mundo Antiguo es un complejo universo del que la historia de la alimentación en Roma es una parte, siendo necesario analizarla en conexión con esa otra gran historia, debido a las vinculaciones entre ambas. Queremos manifestar este interés hacia el resto del Mundo Antiguo, señalándolo como una futura línea de investigación, en la cual pretendemos continuar trabajando.

### **Objetivos**

Los objetivos que nos hemos marcado para centrar nuestro trabajo, buscando respuestas a las cuestiones primarias, los hemos estructurado en torno a la propia división de la tesis, en tres grandes bloques de contenidos:

Aspectos culinarios

Aspectos sociológicos

Dinámica histórica y Sistema alimentario

Como referente común a todos ellos, el objetivo principal consiste en conocer y analizar el Sistema alimentario desarrollado en época romana, no solamente el correspondiente a las élites, sino también, y en la medida de sus posibilidades, el de los sectores populares. Desde luego, la dinámica histórica en relación con los Sistemas Alimentarios se inscribe en un momento de cambios en muchos otros sentidos: progreso cultural, económico, tecnológico, intelectual, espiritual, filosófico e incluso moral, propiciados todos ellos por factores económicos, militares y políticos, principalmente<sup>7</sup>. La cultura material evoluciona, a veces se refina -pero no en todos los casos-, y con ella también lo hace el estilo de vida. Pero no podemos olvidar que los cambios del Sistema alimentario se producen dentro de esta corriente, y no de forma aislada, lo que implica el análisis del contexto histórico y la explicación de los cambios alimentarios dentro de aquél.

---

<sup>7</sup>Sobre la evolución de dichos cambios ver M. LE GLAY, *Grandeza y decadencia de la República romana*, Madrid, 2001, pp. 183-201.

1-Aspectos culinarios: Representa el más ambicioso y complejo de todos los objetivos propuestos. Es un tema con una gran cantidad de vertientes, todas importantes para conocer a fondo la práctica culinaria y los hábitos alimentarios en Roma. Este primer objetivo podríamos subdividirlo en los siguientes apartados:

-Analizar el transporte de mercancías alimentarias desde los lugares de producción hasta los espacios urbanos y mercados, entendiendo estas estructuras como un mundo en relación directa con los alimentos, e imprescindible para este. Asimismo, desarrollar un análisis sobre los suministros y el almacenamiento, realizado ambos a nivel doméstico.

-Conocer el desarrollo de la tecnología de la alimentación a través de la práctica de las técnicas culinarias. Igualmente, conocer el desarrollo del mundo de las conservas, tanto domésticas como elaboradas a gran escala, la manufactura de éstas y los niveles de calidad finalmente conseguidos.

-Estudiar las diversas transformaciones sufridas por los alimentos, además de la repercusión en ellos de las técnicas utilizadas. Investigar acerca de los instrumentos necesarios para llevar a cabo las técnicas anteriormente descritas y su vinculación.

-Realizar las investigaciones necesarias, de carácter culinario. Y no solo desde el punto de vista teórico, sino aportando el conocimiento práctico con respecto a las técnicas estrictamente culinarias. Para ello será necesaria la experimentalidad, por lo que se repetirán diferentes procesos previamente conocidos con el fin de establecer cual era realmente el estado de la cuestión en lo relativo al conocimiento de la física y la química tanto de los alimentos como de las técnicas utilizadas y aplicadas sobre estos.

-Investigar sobre la transformación del alimento desde su contexto agrícola, ganadero o pesquero hasta llegar al ámbito de las cocinas. Y el servicio en el banquete, en su caso. Y finalmente qué supuso y de qué forma se desarrollaron la preparación y presentación de los alimentos en las mesas.

2-Aspectos sociológicos: Pretendemos realizar un análisis de los hábitos alimentarios en relación con ciertos aspectos del comportamiento social romano. Para ello hemos elaborado un estudio sobre las diferencias o similitudes entre diversos Sistemas Alimentarios de distintos grupos sociales: élites y estamentos populares. Además se analizarán tanto el entorno rústico como el urbano, así como sus peculiaridades alimentarias distintivas.

-En el universo de los aspectos sociológicos, otro de nuestros objetivos ha sido analizar la repercusión de las fiestas y el calendario anual en el Sistema alimentario. Entendiendo éstas como momentos en los que se realizaban una serie de aportaciones extraordinarias de ciertos alimentos poco habituales en la vida cotidiana.

-Asimismo, estudiaremos la introducción de la bebida en su contexto sociológico, los problemas que pudo causar según los distintos niveles de consumo y la asiduidad del consumo alcohólico, con los posibles beneficios o patologías provocadas por el vino.

-Análisis de la alimentación como forma de expresión de los poderes públicos, que vemos reflejada en instituciones de tanto calado como la *annona* o los *epula*.

-Estudio de los diferentes oficios concretos, vinculados con el trabajo en las cocinas como en los comedores, que eran un mundo completo de especialidades, actividades profesionales, recursos y personal cualificado o al menos muy concreto. Y también en otros aspectos relacionados con la alimentación.

3-Dinámica histórica y Sistema alimentario: Capítulo en el que pretendemos estudiar la evolución del Sistema alimentario romano a través de su desarrollo temporal, aportando para ello una cronología y unos hitos. Hemos establecido cinco etapas fundamentales sobre las que articulamos los cambios, la permanencia de diferentes factores –o su desaparición- y su desarrollo a través del tiempo.

-Nuestro objetivo con respecto a la dinámica histórica consistirá en analizar la historia de Roma y su desarrollo a través de la alimentación.

-En este sentido, nos parecía importante señalar la existencia de una verdadera *Geografía Gourmand*, dada la extensión territorial de Roma a partir del s. II a.C. y el aporte de novedades que llegaron a partir de ese momento desde distintos puntos del Imperio, que más adelante veremos vinculada con la literatura etnográfica.

-A través de estos dos últimos aspectos, la geografía y la dinámica histórica, se presenta un objetivo más, en forma de lo que hemos denominado *Evolución del Gusto*, que sin duda se desarrolla a través de los siglos de pervivencia de la cultura romana y que es incluso perceptible en la actualidad.

Al finalizar el análisis de cada uno de los tres bloques que componen esta Tesis, realizaremos una valoración global de los aspectos más importantes, con el fin de facilitar la visión de cada uno de manera independiente. Finalmente, estructuraremos las

conclusiones respectivas al final del trabajo, de forma que proporcionen un todo coherente y organizado. Será entonces cuando concluyamos lo que hemos denominado Sistema alimentario romano, que nos proporcionará, la perspectiva de la historia de la alimentación en el mundo romano a través del tiempo.

## Fuentes

Parte del bagaje de trabajo del historiador, las fuentes en el Mundo Antiguo, tienen tradicionalmente problemas con su transmisión ya que sucede con frecuencia que conocemos la existencia de determinadas obras de las que solamente se conserva su nombre –como es el caso de casi todas las que cita Ateneo–, y otras veces carecemos de importantes fragmentos de ellas. Muchas las conocíamos a fondo después del trabajo realizado en nuestra memoria de licenciatura *Gastronomía Romana y Dieta Mediterránea*. Sin embargo, no hemos querido que el análisis, por conocidas las fuentes, fuera menos profundo sino todo lo contrario, hemos buscado en ellas un mayor conocimiento, nacido de la experiencia de estudios anteriores, al tiempo que hemos investigado y añadido nuevas fuentes que consideramos relevantes o complementarias a las ya referidas en nuestro anterior trabajo. Por su parte, obras como las de Estrabón o de Herodoto que presentan información etnográfica, nos proporcionan gran cantidad de referencias de carácter alimentario. En ellas encontramos una constante común: la descripción de los hábitos alimentarios de distintos pueblos, en las que ponen de relieve las diferencias alimentarias entre distintos pueblos de la Antigüedad, así como entre los conceptos romanos de civilización y barbarie, señalando diferencias y semejanzas, y mostrando de nuevo cómo el alimento es símbolo de identidad<sup>8</sup>.

Las fuentes literarias: En primer lugar hay que hablar de la literatura clásica, de autores griegos y romanos como los satíricos Marcial y Juvenal. Dentro de ellas tenemos las fuentes médicas, como las escritas por Hipócrates, Galeno o Celso. Y también las obras de carácter agronómico, como son las de Catón, Varrón, Columela o Casiano Baso. Otras fuentes de carácter general, como son las de Plinio y Séneca, han proporcionado también información muy valiosa, al detallar todo tipo de productos en el caso de Plinio, o al

---

<sup>8</sup>M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *El arte de comer en la antigua Grecia*, Madrid, 2001, pp. 22-23.



comentarlos en su entorno social e incluso moral, en el caso de Séneca. Al requerir este trabajo una clara división por épocas ya que la investigación se ha desarrollado de forma diacrónica, no solo hemos clasificado las fuentes por temas, sino por siglos. Así, y sin intención de ser exhaustivos en ningún caso:

Para el s. II a.C., obras de Catón, Ennio, Terencio...

Para el s. I a.C., obras de Varrón, Cicerón, Horacio, Virgilio...

Para el s. I d.C., obras de Celso, Apicio, Columela, Dioscórides, Plinio el viejo y el joven, Juvenal, Persio, Petronio, Séneca, Marcial...

Para el s. II d.C., obras de Plutarco, Apuleyo, Galeno...

Para el s. III d.C., obras de Tertuliano, Ateneo...

Para el s. IV d.C., obras de Edicto de Diocleciano, Paladio, Ausonio...

Para el s. V al VII d.C., obras de Marcelo, Zósimo, Macrobio, Antimo, Isidoro de Sevilla, Casiano Baso...

Asimismo las obras contemporáneas dedicadas al estudio de la alimentación en el Mundo Antiguo, han constituido una fuente de preciadas aportaciones a nuestra investigación ya que los autores modernos representan un importante núcleo de estudio en nuestro trabajo. Algunos estudiosos que han trabajado sobre la Historia de la alimentación en la Antigüedad son A. Dalby, con publicaciones como *Food in Ancient World, Empire of Pleasures* o *Siren Feast*, o junto a S. Granger en su obra *The Classical Cookbook*. N. Blanc y A. Nercessian presentan *La Cuisine Romaine Antique*, con un desarrollo temático bien organizado y aparato fotográfico relevante. D. y P. Brothwell con *Food in Antiquity*, ofrecen un estudio cuyo punto de vista es más antropológico que histórico, pero muy valioso en todo caso. Dentro del mundo romano en concreto, R. L. Curtis ha publicado diversos estudios sobre el *garum* y la tecnología en la Antigüedad, este último un tema escasamente investigado. Por su parte, L. Landolfi, con su obra *Banchetto e società romana*, es un clásico que desarrolla un estudio pormenorizado del banquete y su evolución desde los orígenes de Roma al s. I a.C. Y con respecto a la importante cuestión de la *annona*, disponemos de una obra de A. Sirks, *Food in Rome*, que estudia distintos aspectos de carácter alimentario, desde el transporte hasta el reparto. P. Garnsey ha trabajado también sobre aspectos alimentarios específicos de la Antigüedad, con trabajos como *Cities, peasants and food in Classical Antiquity* o *Food and Society in Classical Antiquity*,

entre otros. Podríamos citar igualmente otros autores como I. Gozzini, L. Lagóstena Barrios, o E. Salza Prina, con trabajos especialmente enfocados hacia el mundo alimentario en la Antigüedad, y también, dentro de los estudios generales sobre la historia de la alimentación, las obras de M. Toussaint-Samat y R. Tannahill o la magnífica obra editada por K. F. Kiple y K. C. Ornelas, *The Cambridge World History of Food*, que presenta un muy completo elenco de especialistas en diversas materias, los cuales ofrecen un panorama muy bien acabado de la Historia de la alimentación.

Otra importante herramienta para el historiador de la Antigüedad son las fuentes epigráficas, que junto a las de carácter literario nos han ayudado a reconstruir un panorama bastante exacto de los oficios de cocina y sala a niveles domésticos, un capítulo interesante para comprobar cómo, además de los *officia* relacionados con la alimentación en el ámbito de la vida pública -*diffusores olearii, mercatores, tabernarii* o *vinarius...*-, existió la especialización en el servicio de mesa y en la cocina a nivel privado y doméstico.

Con respecto a las fuentes arqueológicas, hemos realizado un estudio y presentación de material fotográfico recopilado en diferentes lugares, como son en el ámbito internacional: el Museo Británico, en Londres y en el Museo del Vino, en Beaucaire y el Louvre, en París, ambos en Francia. También en el Museo de Historia del Arte de Viena, en el Museo de Antigüedades Egipcias de El Cairo, en Egipto. En el Museo etrusco de Villa Giulia, en Roma, así como en la zona arqueológica de la ciudad y en los Museos Capitolinos. Y en el Museo Arqueológico de Nápoles así como en las ciudades de Pompeya y Herculano, viaje de estudios que pudimos realizar gracias al apoyo del grupo de investigación: “Ciudad, territorio y estructuras socioeconómicas en la Bética romana”, dirigido por el profesor Dr. D. J. F. Rodríguez Neila y encuadrado dentro del Plan Andaluz de Investigación. Por su parte, en España en la necrópolis de Carmona, en Itálica, Sevilla, también en el Museo Arqueológico de Mérida y en el Museo Arqueológico de Córdoba, en el Museo Arqueológico Nacional, en Madrid, en la zona arqueológica de Torreparedones, en Córdoba.

En este sentido, hemos analizado espacios domésticos y extradomésticos, además de escenas pictóricas. También hemos estudiado mosaicos y relieves relacionados con escenas de banquete y alimentos.

### **Sobre una metodología para la historia de la alimentación en la Antigüedad**

La metodología es una herramienta imprescindible para los estudios históricos. Por otro lado, cada tema de investigación, por sus características propias, requiere la presencia de una metodología específica para conseguir aprovechar al máximo los recursos disponibles para el investigador. La historia de la alimentación en la Antigüedad, con las carencias de que adolece -además de las oportunidades que ofrece para el conocimiento histórico-, también necesita el concurso de una metodología específica, que aclare en primer lugar los objetivos y, en segundo lugar, el método de trabajo. No pretendemos tanto plantear una compleja teoría de la historia, sino algo mucho más sencillo: la elaboración de nuestro pensamiento aplicado al *Ars Cibaria*.

La parcela temporal de la historia de la alimentación que trabajamos es muy específica y atañe a otros aspectos no directamente alimentarios señalados anteriormente, como son el agronómico, el económico, el social, el médico, el tecnológico, incluso el farmacológico. Así, aplicando un método de trabajo que requiere el concurso de otras disciplinas en nuestro caso particular, trataremos de ofrecer una panorámica completa y globalizadora de la trascendencia de la historia de la alimentación para un mejor conocimiento de la historia de Roma. De ahí la necesidad de un estudio diacrónico que explique la evolución de la historia de la alimentación, contextualizando los datos y añadiendo las conclusiones oportunas en cada caso, de forma que pueda ofrecerse un panorama completo, clarificador de las causas y conocedor de sus derivaciones. El material de trabajo aportado por los diferentes campos de estudio aparejará la existencia de unas conclusiones que trasciendan el detalle de los hechos singulares, consiguiendo elaborar en su conjunto teorías aplicables, las cuales permitan ampliar el panorama de conocimiento de la historia de la alimentación.

Nuestro método de investigación, en primer lugar, parte de la base de su propia entidad como método histórico-social. A partir de aquí, el tratamiento de las fuentes se convierte en la primera etapa. Las fuentes en la historia de la Antigüedad, como sucede en

otras disciplinas, necesitan un cierto distanciamiento del historiador para adquirir perspectiva ya que no siempre son objetivas ni presentan una realidad imparcial, así la crítica se hace necesaria. La aportación del pensamiento de Séneca o el ambiente plasmado por Petronio, por ejemplo, son dos buenas muestras de la necesidad de presentar la obra en un contexto humano e histórico y después interpretar el mensaje de los autores. En la definición que propone J. Aróstegui<sup>9</sup> sobre el proceso del conocimiento científico, comprobamos que es necesario, en primer lugar, la observación dirigida y bien estructurada de la realidad, posteriormente la construcción de los datos y finalmente, su organización. En un último paso se hace necesario dar respuestas a las preguntas planteadas, explicando y no describiendo.

El presupuesto del cual hemos partido ha sido el análisis de la cultura alimentaria en el mundo romano, especificado en los objetivos señalados con anterioridad. Tras dichos objetivos es el momento de aplicar los procedimientos de trabajo, que han consistido en el análisis del material disponible, tanto en lo referente a la literatura clásica como a la contemporánea, además del material arqueológico. Conjuntamente con el estudio de las fuentes de conocimiento se hace necesaria la visión del historiador, y con ello el análisis de los aspectos relacionados con la alimentación, los hábitos y la cultura material, todo ello desde una perspectiva basada en el conocimiento histórico sin descartar el nutricional. Después de trabajar con el material recopilado, nuestra tarea ha consistido en analizarlo, estudiarlo y establecer en él un orden ya previsto, aunque necesariamente flexible. Para elaborar un Sistema alimentario coherente, lógico y objetivo, hemos examinado la existencia de la cultura material de que disponemos así como su plasmación artística y literaria. A continuación, hemos analizado las prácticas alimentarias que, como comprobaremos, conducen de una forma compatible, a la diversidad y complementariedad. El conjunto de estas fases, finalmente, nos llevará a la elaboración del Sistema alimentario característico de la cultura romana.

Por otra parte, y en torno al universo de los Sistemas Alimentarios, no solamente en Roma, sino en todo el contexto histórico del Mundo Antiguo, encontramos que la alimentación cumple un importante papel como signo de diferenciación social, con un significado que representa, por tanto, ambos extremos: es un motivo de identidad y a la vez

---

<sup>9</sup>J. ARÓSTEGUI SÁNCHEZ, *La investigación histórica: teoría y método*, Barcelona, 1995, p. 60.

de conflicto social. Por otro lado, en cuanto al significado de la alimentación romana en su época, E. Gowers señala que: “...the meaning of food in Roman literature is rarely just social or economic. Roman writers, like the gourmets they despise, choose from a vast repertoire: the significance of the food they use is determined not just by wider cultural codes but also by personal manipulation; the particular connotations evoked are specific to each context<sup>10</sup>”.

A lo largo de todo este trabajo tendremos patente que de ninguna forma debemos confundir la gastronomía con el trabajo del cocinero (es decir, con los aspectos culinarios). La gastronomía es un proceso intelectual por el que una persona se acerca a determinados alimentos y a una forma de nutrirse de manera personal y voluntaria, la cual es producto de un proceso de elección. Por su parte, el trabajo del cocinero es sencillamente la plasmación de ese universo intelectual y gastronómico, mediante unas herramientas simples que son las indicaciones prácticas: las recetas a través de las cuales los productos se transmutan en preparaciones. La receta es un final, con frecuencia meramente anecdótico, que no representa nada más que la plasmación del conocimiento en materia, y que es una perspectiva más del proceso gastronómico y no la principal. Dicho proceso es un entramado con complejas facetas, las cuales no están centradas únicamente en el acto de comer<sup>11</sup>.

Es por eso que existe, previamente a la puesta en práctica de los recursos alimentarios, un sistema de valores y reglas gastronómicas, así como una lectura estética y literaria de la gastronomía, que llega a formar parte incluso de la identidad nacional. Como veremos a lo largo de nuestra tesis doctoral, este sistema llega también a formar parte de la identidad de una época histórica determinada, participando en su creación y fortaleciéndola. Acercándonos a niveles más concretos, podemos decir que la gastronomía forma parte del conjunto de símbolos que representan la identificación socio-profesional y cultural de un colectivo. Tiene, además, una parte importante en la simbología que explica cada uno de ellos, incluso a través de sistemas de pensamiento filosófico y religioso. Vemos, por ejemplo, la relación de la víctima sacrificial con la comida, y del cocinero con el

---

<sup>10</sup> E. GOWERS, *The Loaded Table*, Oxford, 1993, p. 35.

<sup>11</sup> Sin embargo, esto no es óbice para que en este caso hayamos considerado la posibilidad de poner en práctica desde el punto de vista culinario una tarea experimental que nos puede proporcionar excelentes resultados tanto en este trabajo como en el futuro, en diferentes investigaciones, como método de trabajo complementario y necesario.

sacrificador o sacerdote. La receta, por su parte, equivale a las instrucciones divinas ya que, de alguna forma, es una mistificación del alimento que se llega a transmutar en gastronomía, convirtiéndose en un símbolo íntimamente relacionado con el pensamiento, con el desarrollo intelectual de una sociedad, incluso con otros símbolos válidos a niveles personales. Es entonces cuando podemos comprobar cómo la gastronomía no representa solamente un sistema social vertical, sino que además se encuentra sometida a una interacción en relación con las posibilidades materiales y ecológicas del grupo, \_\_\_\_\_ vinculándose con el pensamiento religioso o filosófico, y con *Nueva terminología* las circunstancias que matizan las realidades sociales e \_\_\_\_\_ individuales.

El estudio diacrónico se impone como medio de conocer la evolución de las costumbres y la introducción de alimentos, así como la posible existencia de una auténtica revolución alimentaria en la antigua Roma, de tanto peso e importancia como la que se produjo en el Neolítico con la aparición de la agricultura y la cerámica o la que existió en Europa desde el s. XV a partir de la conquista americana. A través del estudio de la historia de la alimentación en Roma, hemos encontrado distintos fenómenos que han requerido una terminología específica y concreta, inexistente hasta el momento, y la cual nos ha parecido muy interesante crear, de forma que podamos explicar los procesos estudiados con la mayor claridad. En particular nos referimos a los términos “Sistema alimentario” y “Revolución alimentaria”.

A través de estas dos expresiones hemos articulado todo el universo alimentario romano, que engloba una gran cantidad de facetas. Con el término Sistema alimentario hemos querido reflejar el complejo mundo de la realidad en torno a la alimentación, que es más amplio y rico que el simple hecho de comer. Además, recoge aspectos en relación con el espacio material en torno al alimento -mercados y transporte, despensas, comedores, cocinas...-, así como costumbres, tradiciones y novedades de cada momento particular, tecnología conservera y culinaria, incluso actitudes personales y sociales ante los distintos alimentos. Y por supuesto, el alimento como símbolo en distintos campos: religioso, social, o cultural. En definitiva, entenderemos el alimento como plasmación de un pensamiento, como forma de expresión de un proceso intelectual.

Así, podemos establecer la relación entre los distintos componentes que dan forma al Sistema alimentario en forma de triángulo. En cada uno de los vértices colocamos uno de los elementos que intervienen en el acto de alimentarse: alimento, individuo y entorno. Y es que, comer no es solamente llevarse los alimentos a la boca y tragarlos. No se trata de un acto restringido únicamente a seguir los pasos de una receta o a deglutir el alimento, sino que antes de todo eso es un sistema de pensamiento, filosófico, religioso, incluso con connotaciones importantes en el resto de los aspectos vitales. Alimentarse es una forma de manifestarse en sociedad. Para que exista un Sistema alimentario, del que hablaremos en adelante, es necesario que exista, en primer lugar, una cultura material, después una serie de prácticas alimentarias, y posteriormente que haya entre ellas diversidad y complementariedad. De ahí en adelante podemos hablar de Sistema alimentario y enriquecerlo con distintos aspectos característicos de cada época y cada sociedad.

Alimentarse, por encima del simple acto nutricional, es una cuestión de prestigio<sup>12</sup> o de necesidad, que funciona a nivel social o individual, y que adquiere características complejas o muy sencillas, y en la cual se interrelacionan los tres vértices del triángulo que presentamos:



El primer vértice es el individuo, quien elige, que se encuentra limitado siempre por un entorno. Pero... la persona tiene unos gustos que le ayudan a seleccionar, una salud que le impide tomar ciertos alimentos, o que le inclina a ellas, una ocupación, unas creencias

---

<sup>12</sup>Para K. DUNBABIN, *The Roman Banquet. Images of Conviviality*, 2003a. Cambridge, p. 11: "In the Ancient world, to lie down to eat and drink while others stood to serve you was a sign of power, of privilege, of prestige".

religiosas, una situación económica y un entorno social. Factores todos ellos que tienen una relación directa con el acto de elección de alimento. Importa en este sentido dónde y cuándo come, qué alimentos se consumen y cómo se produce este acto. El individuo no es solamente, en este sentido, el destinatario del alimento, sino que es capaz de ejercer una acción directa sobre este, eligiéndolo, modificándolo, y consumiéndolo o no finalmente.

El segundo vértice es el alimento posible. No todos los alimentos son viables en todos los momentos: la elección está limitada a unas posibilidades que se encuentran supeditadas a un contexto ecológico, histórico y geográfico. Así, vemos que en la Europa del s. X no se comían tomates o patatas simplemente porque no se habían llegado a conocer; eran todavía una opción alimentaria que pertenecía al mundo ultramarino. Actualmente tampoco podemos comer especies extinguidas, del reino animal o vegetal, como mamut o *silfium* de Cirene. Cada alimento tiene unas peculiaridades innatas, una historia y una singularidad características que determinan que pueda ser comido por el ser humano en un momento concreto<sup>13</sup>.

El tercer vértice del triángulo es el contexto, las circunstancias que envuelven el hecho alimentario. Es el vértice que enriquece la relación entre el individuo y el alimento, porque aporta la riqueza de unas circunstancias muy complejas: son los aspectos agronómicos, arquitectónicos, religiosos, de producción, económicos, sociales, políticos (en lo que comporta una regulación sobre aspectos alimentarios) médicos, gastronómicos y tecnológicos que tienen relación directa con el individuo y el alimento y que modifican definitivamente su relación. El alimento y el individuo no considerados de forma aislada, sino insertos en un medio que les corresponde geográfica e históricamente hablando<sup>14</sup>.

---

<sup>13</sup>Sobre los alimentos posibles y los recursos alimentarios en ese momento ver: P. FOSS, *Kitchens and dining rooms at Pompeii: the spatial and social relationship of cooking to eating in the Roman household*, Michigan, 1994, pp. 8-9; W. JASHEMSKI *et alii*, "Plants of the Roman Garden", en W. Jashemski *et alii* (eds.), *Gardens of the Roman Empire*, Cambridge, 1993, pp. 455-480; I. GOZZINI GIACOSA, *A taste of ancient Rome*, Chicago, 1992, pp. 11-18; A. DOSI y F. SCHNELL, *Pasti e vasellami da tavola*, Roma, pp. 39-104; D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *Food in Antiquity*, Baltimore, 1998, pp. 14 ss. Por su parte, G. W. JASHEMSKI, *A Pompeian herbal: Ancient and modern medicinal plants*, Austin, 1999, y J. ANDRÉ, *Les noms de plantes dans la Rome antique*, Paris, 1985, hacen un recuento en ambas obras de alimentos de origen vegetal, muchos de ellos de uso prácticamente perdido al día de hoy.

<sup>14</sup>Como muestran en su obra G. FUMEY y O. ETCHEVARRIA, *Atlas mondial des cuisines et gastronomies*, Paris, 2004, pp. 20-21.



Por tanto, el Sistema alimentario parte de la complejidad de las relaciones entre los tres elementos descritos en el triángulo: individuo, alimento y entorno. Y se relaciona con multitud de aspectos en distintas direcciones del conocimiento como son los aspectos ecológicos, agronómicos y productivos. Y además los económicos, culturales, religiosos,

---

*El Sistema alimentario  
como reflejo de una cultura*

---

tecnológicos, y por supuesto el entorno social e histórico. Contando también con los aspectos de carácter personal -en cuanto a la selección o rechazo de determinados alimentos-.

Con el término Sistema alimentario queremos reflejar el complejo mundo de la realidad en torno a la alimentación, que es más amplio y rico que el simple hecho de comer. Y que por otro lado, recoge diversos aspectos que se desarrollan en torno al alimento y en relación con el espacio material. Es el caso de los mercados, incluso del transporte o la existencia de estructuras a nivel doméstico como son despensas, comedores, bodegas y por supuesto cocina y espacios para comer.

El Sistema alimentario también integra costumbres, tradiciones y novedades de cada momento particular, los conocimientos sobre la tecnología conservera y la culinaria, así como las actitudes personales y sociales ante los distintos alimentos. Y adopta una serie de importantes aspectos en relación con el pensamiento: el alimento como símbolo en distintos campos. Desde el ámbito religioso al social o al espacio cultural, en definitiva, el alimento como plasmación de un pensamiento, como forma de expresión de la intelectualidad. Es un proceso dinámico, que está en construcción continua, y que a la vez, y debido a la propia

---

*La compleja realidad en  
torno a la alimentación*

---

esencia del cambio, destruye también ciertos aspectos relacionados consigo mismo. Dentro del triángulo que presentamos, el Sistema alimentario corresponde al espacio interior, delimitado precisamente por unos vértices bien definidos: individuo, alimento y entorno. El interior de este triángulo no está cerrado a las novedades, es permeable en ambos sentidos, capaz de dejar atrás o aceptar distintos aspectos en relación con la alimentación.

Además, el Sistema alimentario es un concepto flexible y aplicable a cualquier época histórica ya que refleja un conjunto de realidades de tipo cultural, social, tecnológico, intelectuales, medioambientales o materiales de un momento determinado, pero

naturalmente en nuestra tesis lo hemos utilizado como herramienta de conocimiento del mundo romano. Representa el desarrollo de una cultura en sus aspectos alimentarios a través del tiempo, es decir: se trata de un proceso de carácter dinámico, cambiante, capaz de asumir novedades, pero también adecuado para recoger y transmitir ciertos aspectos a través de la Historia. Es un eje que transporta los distintos aspectos en relación con la alimentación y que discurre paralelamente al desarrollo histórico, cuya característica fundamental es activa, ya que se recogen, se adaptan o incluso se pierden o transforman algunas de sus facetas. Es, por tanto, una cualidad primordial del Sistema Alimentario la constante metamorfosis, que lo caracteriza intrínsecamente.

Por su parte, la revolución alimentaria a la que nos referiremos en distintos momentos de nuestra tesis, requiere una explicación menos compleja ya que adquiere sentido propio a través de los evidentes términos de la expresión. Habla de la llegada de una serie de cambios trascendentales y turbulentos en relación con el Sistema alimentario del s. II a.C., tanto en lo relativo a alimentos como a costumbres<sup>15</sup>. Incluso en lo referente a espacios físicos en conexión con los alimentos. Fue una revolución que afectó a todo el Sistema alimentario preexistente, cambiándolo de una forma radical e irreversible. Las causas de estos cambios se encuentran en la conquista de los estados helenísticos y en la forma en que *Graecia capta ferum victorem cepit et artes intulit agresti Latio* -Hor., *Epod.*, 2, 1, 156-. Y esto en todos los sentidos, incluido también una conquista de carácter cultural y de ámbito alimentario<sup>16</sup>.

Como señala J. H. D'Arms, y nosotros mismos ponemos de manifiesto a lo largo de nuestro trabajo, Grecia fue *fons* y *origo* de muchos de los cambios que llegaron a Roma, desde donde partieron los conceptos de *mollitia* y *otium*, que contrastaban radicalmente con

---

<sup>15</sup>Sobre la dinámica y el mecanismo de estos cambios a través del banquete, ver L. LANDOLFI, *Banchetto e società romana: dalle origini al I sec. A.C.* Roma, 1990, pp. 57 y 75-77.

<sup>16</sup>Sin embargo, y según F. J. NAVARRO SANTANA, "Expansión e identidad: ideas y valores del imperialismo romano", en A. Caballos Rufino y E. Melchor Gil (eds.), *De Roma a las provincias: las élites como instrumento de proyección de Roma*, Sevilla, 2014, p. 87, "Roma no desapareció humillada a los pies de los griegos, como diría Horacio en sus versos, sino que se sirvió de la cultura griega, muy avanzada y superior, para difundir por el Mediterráneo valores e ideas que reflejaban la propia identidad romana".

la austeridad y disciplinado modo de ser romano, aunque fueron finalmente, tan atractivos, que la cultura romana no se pudo resistir a ellos<sup>17</sup>.

### **Estructura de la obra**

Nuestro trabajo está estructurado en los tres bloques citados y que, unificados, representan la globalización de los distintos aspectos del Sistema alimentario romano.

1. En primer lugar, los Aspectos culinarios, que analizan el recorrido y distribución de los distintos productos, desde el lugar de procedencia hasta su llegada al consumidor. Es decir, los suministros: desde la huerta hasta la despensa. Una vez realizada la puesta en escena de dichos productos, se hace necesario un estudio sobre las técnicas de alimentación y el conocimiento que se tuvo de ellas en la Antigüedad romana. Otro subcapítulo dentro de este gran bloque, es el estudio sobre el mundo de las conservas, dada su importancia en un momento histórico en el que la estacionalidad marcaba la alimentación humana. Posteriormente presentamos un análisis sobre la forma de cocinado, en el que destacamos tanto los instrumentos utilizados como las técnicas empleadas.

Tras la tecnología y las transformaciones de los alimentos en la cocina, el paso siguiente corresponde a un análisis sobre los preparativos y la presentación de todo este universo de alimentos. También el conocimiento sobre etiqueta, protocolo y costumbres puestas en práctica en la mesa. En él recogemos tanto la importancia que llegaron a adquirir los cocineros profesionales como la existencia de un estricto sistema organizativo, así como la organización de los comedores y los instrumentos y útiles de mesa. Sobre los manteles se exhibió una manifestación de poder, expuesta a través de la presentación y revelación de los medios gastronómicos. En este sentido podemos señalar que existió un estricto protocolo, así como una serie de delicadas diferenciaciones sociales, y de estratificación, de características típicamente romanas. También analizamos los horarios y las diferentes comidas realizadas a lo largo del día.

2. El segundo gran bloque recoge los Aspectos sociológicos del Sistema alimentario, otra importante faceta de éste. La alimentación de las élites y la menos estudiada alimentación de los sectores populares, examinando las diferencias entre el

---

<sup>17</sup>J. H. D'ARMS, *Romans on the Bay of Naples: a Social and Cultural Study of the Villas and Their Owners from 150 B.C. to A.D. 400*, Bari, 2003, p. 161.

mundo rural y el mundo urbano. En el contexto de las élites estudiaremos las divergencias entre la variada tipología aristocrática: filósofos, libertos enriquecidos o clases políticas. Y también la alimentación como manifestación del pensamiento, analizando dentro de este capítulo las expresas actitudes alimentarias en torno a la frugalidad o la intemperancia. El capítulo de la alimentación de las élites se cierra con un estudio sobre las posibles patologías relacionadas con sus hábitos de vida.

En cuando a los sectores populares, hemos analizado su medio de vida y posibilidades de alimentación, observando una gran diversidad en ellas. Asimismo hemos considerado la importancia de la venta de comida preparada y la alimentación a nivel doméstico, tanto en el mundo rural como urbano. Hemos finalizado de igual manera que con el apartado sobre las élites, con un estudio de las patologías producidas debido a diferentes estilos vitales y a prácticas no siempre saludables.

Otro capítulo dentro de los aspectos sociológicos es el de la bebida. No la examinaremos tanto desde el estricto punto de vista gastronómico, sino más bien como la expresión de los hábitos que representó. En realidad, el vino fue un referente cultural que nos muestra las valoraciones sociales de la época, así como la consideración cultural en torno a la moderación o a la desmesura. Finalmente veremos cómo una bebida potencialmente beneficiosa para el organismo humano, se pudo transformar en un tóxico o adicción, un hecho por otra parte, bien conocido.

El último capítulo dentro de este bloque estudia la frecuencia y los ritmos de ciertos momentos extraordinarios en el desarrollo de la alimentación. Los observamos puestos de manifiesto a través de las fiestas de carácter cívico y religioso, teniendo en cuenta la interconexión de estas dos actividades y su tradicional vinculación en el Mundo Antiguo. Tras analizar las fiestas públicas así como otras de carácter privado, hemos elaborado un calendario en el que se pueden observar fácilmente cada una de las fiestas que tenían entre sus componentes lúdicos una celebración de carácter gastronómico, con la repercusión consiguiente en la alimentación.

3. Por último, presentamos un apartado al que hemos llamado Dinámica Histórica y Sistema alimentario. Éste viene a dar forma a los contenidos de los otros tres grandes capítulos, ofreciendo una perspectiva histórica de conjunto y una visión del desarrollo del Sistema alimentario. En él presentaremos el Sistema alimentario romano y su aplicación

como método para el estudio de Roma, recogiendo las cinco grandes etapas que lo caracterizan, ajustando una cronología estrechamente relacionada con la historia romana y en constante interacción con ella<sup>18</sup>. A través de este gran bloque estudiaremos la llegada de los nuevos productos y la existencia de la auténtica revolución alimentaria a la que nos hemos referido anteriormente, así como la presencia de una *Geografía Gourmand* muy bien conocida y apreciada en la época, y una necesaria y difícil de localizar evolución del gusto.

Este último bloque aparece como medio de estrechar la relación entre la evolución histórica y el Sistema alimentario, y sobre todo representa una explicación sobre la interacción entre ambos fenómenos, comprobando a través de su estudio la estrecha relación del Sistema alimentario con la historia de una determinada cultura, y como se implican en idéntica evolución simultáneamente. Es una aportación novedosa, que enlaza tecnología, hábitos sociales, dinámica histórica, desarrollo político y pensamiento, englobando éstos y otros aspectos con un dinámico y progresivo Sistema alimentario. En este bloque incluimos una serie de mapas en los que se pueden observar las transformaciones del Sistema alimentario, además de una serie de gráficos a través de los cuales visualizar de forma sintética los complejos procesos por los que atraviesan dichos cambios.

Como epílogo de nuestra tesis, presentamos un último apartado con las conclusiones, que hemos dividido, por las diferencias en cuanto a los temas tratados: Aspectos Culinarios, Aspectos Sociológicos, el Estilo de Vida y la Dinámica Histórica y finalmente, el Sistema alimentario. Tras las conclusiones, presentamos un glosario de términos técnicos, un apéndice con la bibliografía y un índice de ilustraciones. Y finalmente hemos añadido un pequeño glosario de términos técnicos de carácter culinario, así como médicos, que consideramos requieren una pequeña reseña.

---

<sup>18</sup>En este sentido, la obra de L., LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, reivindica estos cambios, que si bien tienen lugar en la sociedad romana, se revelan a través de las modificaciones del banquete, entre otros aspectos. Es por ello que el autor estructura su obra en tres capítulos, que representan tres épocas diferentes: la primera hasta el final del s. III a.C., la segunda es la época del *luxus mensaje*, en pleno s. II a.C. La tercera finalmente se refiere al s. I a.C., en la cual analiza el banquete en relación con las aspiraciones políticas.

## **Desarrollo del trabajo de investigación**

El origen de esta tesis doctoral se encuentra en nuestra memoria de licenciatura. Era un segundo e inevitable paso, después de trabajar con el recetario de Apicio, o más bien, tal como nos señalaba el Dr. D. Feliciano Delgado, “colección de recetas”. Si para la primera obra apenas necesitamos desplazarnos, para el desarrollo de esta tesis ha sido necesario hacerlo con mucha frecuencia, para trabajar y conocer de primera mano todos los aspectos de la historia de la alimentación en Roma. Este apartado pretende hacer memoria y recoger todos los lugares en los que hemos investigado para recopilar multitud de datos, hablar con personas que nos han aportado información necesaria, consultar fondos bibliográficos o realizar fotografías que pudieran apoyar la información aportada por las fuentes literarias.

En el año 1997 disfrutamos de una beca del gobierno italiano en la ciudad de Verona, que nos permitió aprender la lengua italiana y conocer la zona arqueológica de Verona y Roma, así como los Museos Capitolinos.

En el año 2002, la Academia Española de Gastronomía concedió el Premio Nacional de Investigación en Gastronomía a nuestra Memoria de Licenciatura, momento en el que el presidente de esta Academia –Dr. D. Rafael Ansón- y la vicepresidenta –Dña. Ymelda Moreno de Arteaga-, nos abrieron las puertas de la biblioteca de la Academia, así como las de sus bibliotecas personales, ambas ubicadas en Madrid. También la Dra. Simón Palmer, investigadora del CSIC, nos apoyó en el conocimiento de la bibliografía gastronómica, no solamente la de época antigua, sino también en la general, de carácter multidisciplinar y básico para la comprensión de la evolución de la historia de la alimentación en su conjunto. Algunos aspectos técnicos de la cocina práctica, los comentamos personalmente con Ferrán Adrià, el cocinero español de más prestigio internacional, gracias a la colaboración que realizamos con él en la Cátedra de Gastronomía que lleva su nombre, en la Universidad Camilo José Cela, de Madrid.

En el verano del 2003, realizamos una visita de trabajo al Museo Británico, en Londres, dedicando varias jornadas a un exhaustivo trabajo fotográfico, centrado, naturalmente, en las exposiciones dedicadas a la historia antigua. A pesar de que algunas salas se encontraban cerradas por reformas o diversos cambios, el personal fue flexible y nos permitió tomar algunas fotografías en dichas salas. En este viaje a Londres destinamos una parte de nuestro tiempo no sólo a la necesaria labor de investigación en bibliotecas,

sino también a la búsqueda de material bibliográfico en las bibliotecas universitarias de Oxford.

En el otoño del 2003, el IEHA, Instituto Europeo de Historia de la alimentación, con sede en Tours, Francia, tuvo a bien concedernos una beca de estudios dentro del primer curso anual que organizan en esta ciudad, en la cual el director del Instituto M. Aymard y los investigadores Dres. A. J. Grieco, del Centro Universitario de Harvard para la investigación del Renacimiento Italiano, y J. R. Pitte, profesor de la Universidad de París, 4 París-Sorbona, fueron de gran ayuda en la búsqueda bibliográfica y sobre la metodología de la investigación alimentaria. En Tours tuvimos la gran oportunidad de conocer personalmente y trabajar con otros investigadores como la Dra. I. de Ornêllas, de la Universidad de Lisboa, traductora de la obra de Apicio al portugués, D. F. Duhart, en aquel momento vinculado al IEHA como investigador, o el Dr. D. Serra, de la Universidad de Lund, en Suecia, cuyo trabajo sobre la evolución de la cerveza en el mundo nórdico nos fue de gran ayuda para aplicar algunos de sus parámetros al mundo mediterráneo.

Gracias a aquella beca, también tuvimos la oportunidad de viajar, en el mismo año 2003, al Languedoc francés, en concreto la ciudad de Beaucaire, donde visitamos una explotación vitivinícola en la que los arqueólogos A. Tchernia y J. P. Brun han desarrollado los antiguos métodos de viticultura, recolección y vinificación que Catón y Columela describían en sus obras. Su propietario, H. Durand, tuvo la amabilidad de dedicarnos parte de su tiempo a explicarnos detenidamente diversos conocimientos sobre la viña y el tipo de uva utilizado en esta labor, así como los espacios destinados a la transformación de la uva en vino, y explicarnos las técnicas utilizadas, que nos resultaron sumamente interesantes y didácticas.

En el invierno de 2004 preparamos una visita al Museo del Louvre, en París ya que queríamos conocer de primera mano algunas piezas que se encontraban en dicho museo. Esta visita se refleja en nuestro trabajo fotográfico, buscábamos algunas piezas expresamente, y encontramos otras muchas que nos han resultado de gran utilidad.

A finales del invierno de 2004 tuvimos la oportunidad de investigar en los fondos bibliográficos de la Universidad de Navarra, apoyados por el Dr. J. F. Rodríguez Neila, con los Dres. F. J. Navarro Santana y J. Cruz Cruz, quienes nos proporcionaron algunas trazas para el desarrollo de nuestro trabajo, y con los que pudimos mantener conversaciones

académicas sobre nuestros respectivos puntos de vista en esta materia. Asimismo, nos ayudaron en nuestra tarea los miembros del Área de Historia Antigua de dicha Universidad. Además de valiosa información bibliográfica, en Pamplona aprendimos el valor de la organización eficiente en el trabajo y la importancia de la aplicación de una metodología eficaz en los sistemas de organización de los investigadores.

Durante la primavera del año 2005, volvimos al Museo del Louvre, con motivo de una conferencia que impartimos en París, dentro del Seminario para jóvenes investigadores, en la Escuela de Altos Estudios en Ciencias Sociales -EHESS-, dedicando tiempo a revisar algunas piezas que nos habían parecido especialmente interesantes, así como a otras que en la visita anterior habían quedado sin ver por motivos de la propia exposición. Para ello contamos con la ayuda de F. Duhart, que nos sugirió la visita a alguna pieza especialmente interesante.

En el verano del 2005 nos desplazamos a Nápoles y a Pompeya gracias al apoyo del grupo de investigación: “Ciudad, territorio y estructuras socioeconómicas en la Bética romana”. En Nápoles visitamos el museo arqueológico, dotado de piezas excepcionales, aunque padeciendo una abismal diferencia con la exposición y organización museística que ofrecen el Museo Británico y el Louvre, a pesar de lo cual fue una experiencia muy interesante para dotar a nuestra tesis de las fotografías de algunas piezas fundamentales en nuestra investigación. En Pompeya contactamos con la Dra. A. Ciarallo, con quién habíamos coincidido en una conferencia en Toledo sobre alimentación en el mundo romano pocos meses antes y que se ocupó de que el Soprintendente de las excavaciones, el Dr. P. Giovanni, autorizara nuestro trabajo y apoyara nuestra investigación en Pompeya. Ese mismo año volvimos a visitar la zona arqueológica de Roma,

En el año 2010 visitamos el Museo de Antigüedades Egipcias de El Cairo, en Egipto, en el año 2015 el Museo de Arte de Viena, con excelentes fondos romanos. Y finalmente, en el año 2016 volvimos a viajar a Roma, para recopilar material fotográfico del museo etrusco de Villa Giulia, y estudiar la zona arqueológica de Roma.

Estas visitas se han completado con otras realizadas en nuestro entorno más cercano, como a Itálica, a la necrópolis de Carmona, a la factoría de *garum* en Baelo Claudia, a la ciudad de Torreparedones, en Baena, o a los Museos Arqueológicos de Córdoba, Madrid –Museo Arqueológico Nacional- y Mérida, donde el personal nos ha



tratado en todos los casos con una gran amabilidad, prestando su valiosa colaboración y facilitando siempre nuestra labor investigadora.

En otros términos, en relación con la historia de la alimentación, el jefe de cocina del Parador de la Arruzafa de Córdoba, D. Timoteo Gutiérrez, tuvo la amabilidad de dedicarnos su tiempo para realizar la reconstrucción de una receta de Apicio. Trabajamos con diferentes variedades de una emulsión de huevo y aceite, para descubrir que era posible que una combinación que presentaba Apicio fuera antecedente de la salsa mayonesa, o incluso estrictamente una mayonesa como hoy la conocemos. En algunos casos, nos hemos permitido trabajar con reconstrucciones de productos, realizando así una investigación sobre las técnicas y su conocimiento aplicado al alimento.

El resultado de todos estos viajes es visible en la aportación fotográfica de nuestra tesis, toda ella realizada de primera mano, y que recoge aspectos muy variados en relación con la historia de la alimentación en el mundo romano. En ellos, como hemos señalado en esta misma introducción, no hemos dejado atrás al resto del Mundo Antiguo, en el que esperamos continuar trabajando más adelante, aprovechando cada situación vivida para recopilar información sobre el mundo egipcio, el griego y Oriente Medio.

A lo largo de estos viajes hemos contactado con diferentes personas que tenían inquietudes similares a las nuestras, las cuales no han dudado en facilitar nuestra labor y apoyarnos en cualquier caso. Además del trabajo de investigación realizado en las fuentes bibliográficas, epigráficas y arqueológicas, ha sido muy enriquecedora la relación humana con todos ellos, que nos ha abierto puertas en nuestra propia investigación, aportándonos algún dato, alguna pista sobre aspectos que desconocíamos o bien que estaban incompletos. De alguna forma, además de las fuentes tradicionales y ortodoxas ya señaladas anteriormente, queremos reseñar la importancia que en nuestro trabajo han tenido todas estas estancias, en las cuales ha sido posible acercarnos a ese material, por un lado, pero también a una fuente básica para un investigador, como es el intercambio de información con otros colegas. A lo fructífero de cualquier viaje, se han sumado otros dos elementos: la propia dinámica investigadora y las relaciones humanas, tres aspectos de gran valor en nuestro trabajo.

## **Agradecimientos**

Finalmente, queremos manifestar nuestro profundo agradecimiento a las personas que a través de este tiempo de trabajo nos han apoyado y ayudado. En primer lugar, al Dr. E. Melchor Gil, director de este trabajo, con cuyo apoyo constante, ayuda y enseñanza hemos contado, y sin cuya ayuda, este no habría sido posible. Al Dr. J. F. Rodríguez Neila, Catedrático emérito de Historia Antigua de la Universidad de Córdoba, y primer director de este trabajo, al que estamos profundamente agradecidos por su excelente dirección profesional, así como calidad humana.

Un recuerdo especial, al fallecido Dr. F. Delgado, en su momento miembro del tribunal que juzgó nuestra memoria de licenciatura, cuyos amplios conocimientos de los Sistemas Alimentarios de época Clásica nos fueron de una gran ayuda, y que nos animó constantemente en nuestra labor investigadora. Al Dr. A. Urbán Fernández, del Área de Filología Griega de la Universidad de Córdoba. Al Dr. J. Solana Pujalte, del Área de Filología Latina de la misma Universidad, que nos ha ayudado con aspectos filológicos latinos. Al personal de la biblioteca de la Universidad de Córdoba. Al Dr. F. Infante, miembro inicial del grupo que analizó los beneficios de la dieta Mediterránea en la mitad del pasado siglo con cuyo apoyo y buenos consejos hemos contado para conocer a fondo la perspectiva médica y nutricional, y al que estamos muy agradecidos. También al Dr. R. Moreno Rojas, catedrático de Bromatología, que nos ha facilitado bibliografía actualizada sobre diferentes aspectos alimentarios, así como aclarado numerosas dudas. A la Dra. A. Ciarallo, directora de biología del Laboratorio de Investigación aplicada, de la Soprintendenza Arqueológica de Pompeya, así como al Soprintendente Dr. Pietro Giovanni Guzzo. Al IEHA, Instituto Europeo de Historia de la Alimentación, institución de la que formamos parte como investigadora de su red de excelencia, por ofrecernos una beca de la que pudimos disfrutar en la Universidad de Tours en septiembre del 2003, para conocer el trabajo que se está realizando en Europa en el campo de la Historia de la alimentación. Al Dr. J. M. Albuquerque, catedrático de Derecho Romano de la Universidad de Córdoba, por su ayuda en materia bibliográfica. A los profesores doctores C. Márquez y A. Ventura, del Área de Arqueología de la Universidad de Córdoba. Al Dr. J. Navarro, profesor de Historia Antigua de la Universidad de Navarra. A la Dra. M<sup>a</sup> C. León, del Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social, en México, que

nos introdujo en aspectos metodológicos. A D. J. Salas Gómez, coordinador del laboratorio agroalimentario de Córdoba ya Dña. María Santolalla Fragero, responsable técnica de aceites y grasas del laboratorio agroalimentario de Córdoba, por su valiosa ayuda en aspectos técnicos del aceite de oliva y la aceituna. A D. F. Duhart, del EHESS, Paris, por su ayuda en aspectos bibliográficos y de investigación. A mis padres, con cuyo buen consejo y ayuda siempre he contado. A mi esposo, Miguel Sánchez de Pedro, por su apoyo constante y meritorio en un trabajo que ha necesitado tanto tiempo. A mis tres hijos, Pedro, Carlos y Enrique, por quienes he trabajado, me he esforzado y a quienes he intentado enseñar el valor de la constancia en el trabajo.

Terminamos esta introducción a nuestra tesis doctoral en tono poético, muy distinto al histórico que utilizaremos más adelante, recogiendo un texto de Virgilio que ensalza la Roma de su época y recoge el pensamiento del *Saeculum Augustum*: la importancia de la tierra y de los productos, los pueblos que la habitaron y los notables efectos del trabajo humano y civilizador sobre ella:

*Haec loca non tauri spirantes naribus ignem invertere satis inmanis dentibus hydri nec galeis densisque virum seges horruit hastis; sed gravidae fruges et Bacchi Massicus humor inpleuere; tenent oleae armentaque laeta. Hinc bellator equus campo sese arduus infert; hinc albi, Clitumne, greges et maxima Taurus victima, saepe tuo perfusi flumine sacro, Romanos ad templa deum duxere triumphos. hic ver adsiduum atque alienis mensibus aestas bis gravidae pecudes, bis pomis utilis arbos. at rabidae tigres absunt et saeva leonum semina nec miseros fallunt aconita legentis nec rapit immensos orbis per humum neque tanto squameus in spiram tractu se colligit anguis. adde tot egregias urbes operumque laborem, tot congesta manu praeruptis oppida saxis fluminaque antiquos subter labentia muros. an mare, quod supra, memorem, quodque adluit infra anne lacus tantos? Te, Lari maxume, teque, fluctibus et fremitu adsurgens Benace marino an memorem portus Lucrinoque addita claustra atque indignatum magnis stridoribus aequor Iulia qua ponto longe sonat unda refuso Tyrrhenusque fretis inmittitur aestus Avernis? haec eadem argenti rivos aerisque metalla ostendit venis atque auro plurima fluxit. haec genus acre virum, Marsos pubemque Sabellam adsuetumque malo Ligurem Volscosque verutos extulit, haec Decios, Marios, magnosque Camillos, Scipiadas duos bello et te, maxume Caesar, qui nunc extremis Asiae iam victor in oris inbellem avertis Romanis arcibus Indum. salve, magna parens frugum, Saturnia tellus, magna virum; tibi res antiquae laudis et artem ingredior, sanctos ausus recludere fontis, Ascraeumque cano Romana per oppida Carmen*

-Virgilio, *Geórgicas*, 2, 140-175-.



## **I. ASPECTOS CULINARIOS**



## 1. Suministros: de la huerta a la despensa

### 1.1. Lugares de producción. Transporte hasta los lugares de venta

Como le corresponde en el marco de las civilizaciones mediterráneas, Roma tuvo una cultura bien estructurada desde el punto de vista de los abastecimientos, con abundancia y variedad de productos alimentarios de todo tipo, tanto de origen agrícola como ganadero, de carácter extractivo o cultivados. En este apartado analizaremos esos suministros, imprescindibles para el buen desarrollo de una alimentación satisfactoria tanto en lo personal como para que las diferentes administraciones contaran positivamente con lo que se llamó paz social<sup>19</sup>. Este apartado, por tanto, queda enmarcado en el compendio que nos llevará a conocer finalmente, el estilo de alimentación y vida, así como su significado en el mundo romano. Es el concepto que hemos denominado Sistema alimentario, en el que todos los factores se encuentran vinculados y son necesarios para un correcto análisis global.

#### 1.1.1. Lugares de producción

La estructura agraria fue uno de los cimientos que configuró la sociedad romana. Desde época muy temprana convivieron latifundios y pequeñas propiedades, cuya única *Importancia de la estructura agraria* disparidad en los primeros tiempos -hasta la Primera Guerra Púnica aproximadamente-, fue la extensión de los terrenos y no tanto la diferenciación con respecto a los cultivos<sup>20</sup>. Pero a partir de la época de expansión hacia Oriente -s. II a.C.-, se va desarrollando una agricultura de mercado, paralela por una parte al desarrollo urbanístico y

<sup>19</sup>J. REMESAL RODRÍGUEZ, “Introducción”, en J. Remesal Rodríguez (ed.), *Economía romana: nuevas perspectivas*, Barcelona, 2017, p. 14.

<sup>20</sup>Según T. J. CORNELL, *Los orígenes de Roma*, Barcelona, 1999, p. 314, “las tierras que poseían los campesinos tenían muy poca extensión. Se dice que Rómulo repartió a cada uno de sus compañeros una parcela de tierra de unos 2 iugera (1 iugerum = 0,25 hectáreas). Esta leyenda quizá no sea en su totalidad pura fantasía, pues sabemos que en las colonias de la Roma arcaica se repartían a los colonos parcelas de 2 iugera. Otros testimonios indican que en la Roma arcaica eran muy habituales los minifundios de 7 iugera o menos. Esta circunstancia resulta sorprendente porque una hacienda de 7 iugera es incluso menos de la mitad del mínimo necesario para mantener a una familia, usando los métodos de la agricultura romana”. Y por su parte, para P. GARNSEY y R. SALLER, *El imperio romano: economía, sociedad, cultura*, Barcelona, 1991, pp. 57 y 67, “la economía romana estaba subdesarrollada”, y “la mayor parte de la fuerza laboral se dedicaba a la agricultura y vivía en el nivel de subsistencia”.



por otra a una mayor necesidad de alimentos en los centros de consumo. La explotación de las tierras para el autoabastecimiento dejó de ser una realidad apremiada por la necesidad, para convertirse en un trabajo de especialización en la producción de bienes más rentables destinados a los mercados urbanos. Se impuso, finalmente, el beneficio económico frente a la subsistencia familiar de época anterior<sup>21</sup>.

El ideal republicano de carácter campesino, representado magníficamente por Catón, y expresado a lo largo de su obra *De re rustica*, fue el modelo que simbolizó un especial concepto de vida en Roma. El autoabastecimiento de las *villae*, “siempre vender y nunca comprar” –Cato., *Agr.*, 2, 7-, poco a poco fue convirtiéndose tan solo en un recuerdo<sup>22</sup>. Este ideal de Catón, “el último republicano”, fue sólo un concepto moralizador y ejemplarizante ya que, como hemos señalado anteriormente, a partir de la expansión oriental aparece una agricultura de mercado que cambió el panorama de los abastecimientos en Roma. Se va configurando como una civilización urbana, edificada sobre el excedente agrícola<sup>23</sup>.

### *Orígenes campesinos del hombre romano*

El hombre romano fue campesino en sus orígenes, y esta característica es visible a lo largo de toda la historia de Roma. Según P. Garnsey y R. Saller, la gran mayoría de la población romana trabajaba la tierra, o bien dependía directamente de ésta para subsistir<sup>24</sup>. Vivía en villas rústicas, ajustadamente a las posibilidades de cada familia, de forma que el

<sup>21</sup>En cuanto a los latifundios, son P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 84, quienes nos acercan a una medida de extensión aproximada, y aunque los agrónomos romanos no hayan dejado datos exactos al respecto, Plinio el viejo señalaba que se podía adquirir uno con 1.300.000 sestercios –Plin., *N.H.*, 13, 92-. Pero según los anteriores autores de nuevo, son datos que inducen a confusión, en todo caso, y “a veces se emplea el término en sentido amplio para referirse al conglomerado de propiedades dispersas de tamaño más modesto que, según se cree, solían constituir la finca de un senador: eran más o menos del orden de las granjas «modélicas» de los tratadistas de agricultura (200 *iugera*, lo que equivale a 50 hectáreas, para una granja cultivable; 100 *iugera*, es decir, 25 hectáreas, para un viñedo; 240 *iugera*, esto es, 60 hectáreas, para un olivar) o mayores”. Desde luego, M. WEBER, *Historia agraria romana*, Madrid, 2008, p. 15, aporta un dato de interés: la relación de la propia división del *genera agrorum* en relación con el tamaño de las fincas, apostando por las medidas de los agrimensores romanos.

<sup>22</sup>Para R. WITCHER, “Agrarian Spaces in Roman Italy: Society, Economy and Mediterranean Agriculture”, *Arqueología espacial (Paisajes agrarios)* 26, 2006, pp. 341-359, este concepto o más bien estereotipo de dignificar el trabajo y el destino del campesino sin corromper por el vicio urbano, estuvo generado por las condiciones sociales y políticas específicas de la última república, aspecto en el que coincide P. GARNSEY, “Non-Slave Labour in the Roman World”, en P. Garnsey (ed.), *Non-Slave Labour in the Greco-Roman World*, Cambridge, 1980, pp. 34-47; 35-36.

<sup>23</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 143.

abastecimiento esté así asegurado. Para este autor, mediante la buena organización de las posibilidades, tierras, brazos y economía, se podía conseguir un estado de recursos casi independiente.

Catón y Varrón hacen un canto a la práctica vida rústica y a los beneficios que ésta conlleva en la vida cotidiana, y más avanzado en el tiempo y de forma más bucólica, también lo hace Virgilio<sup>25</sup>. Este último autor, en su obra *Moretum*, retrata a un campesino modesto y previsor, que se ocupa de sembrar una pequeña huerta para tener alimentos con qué subsistir, previendo la temida temporalidad típica del Mundo Antiguo -Virg., *Mor.*, 1-30; 59-84-. Incluso para vender los excedentes en los mercados periódicos que tenían lugar cada nueve días<sup>26</sup> -Virg., *Mor.*, 78-79-. Símulo, el campesino que retrata Virgilio, cultiva un terreno pequeño, pero a pesar de sus difíciles circunstancias es capaz de estructurar tanto su subsistencia como la de su criada. Para proveerla, en realidad no necesitaba gastar más, sino tener su trabajo bien organizado, haber adquirido el conocimiento preciso de los momentos en los que tenía que recoger la cosecha, almacenar en forma de conserva algunos alimentos y, finalmente, conocer la manera de combinarlos para que su aprovechamiento fuera máximo. Claro que esta situación no es nada más que un aspecto de la vida rústica. También Plauto y Terencio nos presentan en sus obras a esclavos para los cuales su mayor castigo era ser enviados al campo, donde vivir la dura existencia campestre<sup>27</sup>.

---

<sup>24</sup>P. GARNSEY y R. SALLER *op. cit.*, 1991, p. 135, opinan que: “The primacy of agriculture is reflected in the prevailing ideology, which was that of the land-owning aristocracy”, reflejando cómo la realidad laboral y vital del hombre medio romano tenía un fiel espejo en su pensamiento, y cómo esta unión de realidad y pensamiento configuró una sociedad cuya aristocracia estaba basada precisamente en la propiedad de esos bienes raíces, la riqueza agrícola, de la que dependía, por tanto, el resto del complejo universo social.

<sup>25</sup>Sobre el pensamiento de Varrón y Catón, y su repercusión en el pensamiento de época augústea y posterior, ver T. J. CORNELL, *op. cit.*, 1999, pp. 36 ss. Es lo que L. LANDOLFI *op. cit.*, 1990, p. 67 ss., define como “il modello catoniano”, un: “modelo ético inattaccabile in materia di moderazione e di sobrietà”. En *De senectute*, Cicerón dibuja a un Catón con un perfil público en el que disfruta de banquetes con colegas, lo que reafirma el espíritu cívico romano -Cic., *De sen.*, 45, 1-3-. Se percibe, según L. LANDOLFI, la claridad que Catón percibe en el valor formativo del convivio, por lo que no es de extrañar la declaración del propio Catón en el sentido de haber dado en su vida menor peso a los placeres físicos que a aquellos relacionados con los sociales y espirituales. Y por otra parte, su sentido patriótico le condiciona a olvidar el sentido que también tenía el banquete en Grecia, L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 68-69.

<sup>26</sup>Sobre los *nundinae*, ver, J. ANDREAU, *Banking and Business in the Roman World*, Cambridge 2003, pp. 149-150.

<sup>27</sup>Como Tíndaro, el personaje de Plauto, quién ya en el s. III a.C., relata la dureza de la vida en las canteras en su obra *Los cautivos* -Plaut., *Cap.*, 1000-. O la difícil vida en el campo, en *El mercader*

En el terreno de la producción agrícola y con respecto al rendimiento del cereal, base alimentaria en la Antigüedad, siguiendo la tesis de P. Garnsey y R. Saller, podemos decir que no necesariamente funcionó bajo lo que llaman estos autores una “debilidad crónica que garantizaba su derrumbamiento”<sup>28</sup>. Por el contrario, más bien los pequeños propietarios se encontraban en situación de obtener unos relativos buenos rendimientos de sus cosechas y campos, explotándolos intensivamente.

Por su parte, el campesino rico, que buscaba la manera de vivir confortablemente instalado en su villa, trataba de facilitar la comunicación desde la ciudad a sus posesiones, o bien que las comodidades de que disfrutaba le permitieran vivir en el campo continuamente, dirigiendo sus cultivos. Con el tiempo, muchos grandes propietarios optaron por dejar en la hacienda a un *villicus*, esclavo de confianza y encargado de la dirección de la propiedad mientras el dueño se dedicaba a la actividad política en la ciudad<sup>29</sup> –Cato., *Agr.*, 4-. Mientras, su casa de la ciudad se abastecía de los productos del propio *fundo* -*Dig.*, 33, 7,

---

–Plaut., *Merc.*, 65-. Por su parte, Terencio, en el s. II a.C., en su obra *Los hermanos*, narra las dificultades de la vida en la granja, y cómo el hermano de Mición, el protagonista: “ha pasado su vida en el campo, manteniéndose siempre con parquedad y esfuerzo” -Ter., *Adeplh.*, acto I, escena I, 45-, Trad. G. LÓPEZ FONTANA, *Terencio. Comedias II. El eunuco, Formión, La suegra, Los hermanos*, Madrid, 1982, p. 248.

<sup>28</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, “Responses to Food Crisis in the Ancient Mediterranean World”, en L. F. Newman; W. Crossgrove *et alii* (eds.), *Hunger in History: Food Shortage, Poverty, and Deprivation*, Cambridge, 1990, p.102. Por su parte, O. GONZÁLEZ CAMAÑO, *Cum ventre tibi humano negotium est: la annona Roma, un intento de resolver el problema del hambre*, en: «<http://www.oscargonzalezcamano.com/publicaciones.html>» p. 8 ss. en una tesis contraria a la de P. GARNSEY y R. SALLER, presentando una tabla en lo que denomina “Un acercamiento a la cronología del hambre”, en las cuales anota todos los años en los que se produjeron carestías de alguna forma, en un espacio temporal que iba del año 211 a.C. hasta el 193 d.C. Penurias, guerras, epidemias, desastres naturales y diversas crisis de subsistencia que llegaron incluso a provocar disturbios en Roma. Por su parte, J. P. ALCOCK, *Food in the Ancient World*, Westport, 2006, pp. 161-171, opina que en la época republicana: “Frugality was promoted as a virtue, rooted in fortitude and prudence”, cuando la comida era tan simple y nutritiva que era fácil contentarse con poco, mientras que el crecimiento del imperio provocaría que se adoptara un estilo de vida más sofisticado y lujoso que no llegaría al pueblo, y brotarían conflictos sociales como el de 133 a.C. con Tiberio Graco.

<sup>29</sup>Con respecto a esta ausencia del propietario y a la necesaria gestión de la propiedad, G. MINAUD, “Villégiature, absence et gestión. De Néron à Hadrien”, *Neronia IX. La villégiature dans le monde romain de Tibère à Hadrien. Actes du IX<sup>e</sup> congrès de la SIEN*, Bordeaux, 2004, pp. 115-116, quién señala que parece una banalidad la ausencia del propietario, cosa que sucedía en cuanto este hacía fortuna, por lo que tenían que dejar la gestión en manos del *villicus*, un hombre de condición servil pero bien cualificado. Según este autor, se trata de un sistema de modelos de

12 (39)-. Así, el panorama exclusivamente rústico cambiaba progresivamente, a la vez que la sociedad se hacía cada vez más urbana.

Por este motivo, las grandes *villae* se convirtieron en importantes centros de producción, y el transporte se hizo imprescindible: la comunicación, relativamente rápida y eficiente, comenzó a ser capaz de abastecer a un mayor número de posibles mercados. El suelo romano se vio finalmente, dividido en dos grandes grupos de propietarios: los pequeños agricultores, que apenas subsistían con los cortos ingresos que les proporcionaba la tierra, y los grandes propietarios, para los que la tierra era una importante fuente de ingresos, y ya no solamente eran objeto del aprovisionamiento familiar. Para Lo Cascio, este proceso de declive del campesino está asociado a la reafirmación de las villas esclavistas y su producción especializada de vino y aceite, que se percibe casi industrializado y que lleva consigo el declive de la población rural libre y pequeños propietarios<sup>30</sup>.

Con respecto a la estructura de producción agrícola a través del tiempo, podemos establecer tres fases que van a ir desvelando la propia organización de los mercados y la procedencia de los recursos alimentarios.

1º- Autoabastecimiento<sup>31</sup>. Desde los inicios hasta el s. III a.C. Época en la que los latifundios y las pequeñas extensiones fueron cultivados de forma similar, con mano de obra campesina y casi sin esclavos. Los hijos y los esposos de las hijas cultivaban la tierra bajo la autoridad del padre, jefe de familia, y las propiedades prácticamente se bastaban a sí mismas<sup>32</sup>. La carne que se comía era la de cerdo o de oveja, muy frecuentemente salada y en conserva, también volatería y caza mayor, aunque más corrientemente caza menor<sup>33</sup>. Los

---

producción que tienen similitudes tanto en la administración pública como en los negocios privados, aunque es difícil señalar cual inspira a cual.

<sup>30</sup>E. LO CASCIO, "Popolazione e risorse agricole nell'Italia del II secolo a.C.", en D. Vera (ed.), *Demografía, sistema agrari, regimi alimentari nel mondo antico, Atti del Convegno Internazionale di Studi (Parma 17-19 de 1997)* Bari, 1999, pp. 219-220. Ver L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 15-49, podemos vincular esta etapa con la sociedad romana arcaica descrita por él, y enlazada con el primitivo banquete.

<sup>31</sup>No todos los autores están de acuerdo en una presencia exclusiva del autoabastecimiento, y defienden la presencia de este en combinación con la aparición de ciertos cauces para la redistribución. Es la opinión de R. WITCHER, *op. cit.*, 2006, pp. 341-2.

<sup>32</sup>Sobre los deberes del padre de familia, ver Columela –Colum., *R.R.*, 1, 7-.

<sup>33</sup>Según L. A. CURCHIN, "Jobs in Roman Spain", *Florilegium* 4, 1982, p. 33, la caza, la pesca y la agricultura eran actividades básicas y esenciales, que a veces se convertían por las circunstancias en

bueyes y las vacas no se sacrificaban habitualmente, sino que se destinaban a los sacrificios públicos: para un particular este animal era demasiado valioso. Servían como fuerza de tiro para labrar los campos y también como fuente de suministro de productos lácteos, fundamentalmente en forma de quesos, alimento de más larga duración que la leche<sup>34</sup>. La necesaria austeridad como forma de vida marcó esta etapa de la vida romana, convirtiéndose en modelo y paradigma siglos después, quizás incluso un estereotipo, como hemos señalado anteriormente. Poco a poco, los progresos del urbanismo y de la creación de un estado fuerte, obligaron a los padres de familia a trasladarse a la *Urbs*, desempeñando así sus papeles políticos dentro de Roma y abandonando progresivamente la vida rústica en manos de esclavos de confianza, en un proceso inevitable.

2º- Creación de grandes latifundios y monocultivos, más rentables económicamente que la simple autosuficiencia. Podemos datar sus inicios<sup>35</sup> en el s. III a.C. hasta el s. I d.C. Esta situación responde a la existencia de una sociedad esclavista, con mano de obra muy económica y por tanto, rentable<sup>36</sup>. La crisis agraria que marcó la etapa final de la República estuvo motivada en parte por el desequilibrio del sistema anterior<sup>37</sup>. El campesinado, propietario de pequeños dominios, vio desaparecer sus posibilidades en el mundo rural, y muy frecuentemente necesitó vender sus propiedades, acercándose así a la gran ciudad en busca de otra manera de sobrevivir, transformándose en artesano o ejerciendo algún otro oficio.

Este hecho, sumado a la mayor capacidad económica de los propietarios medio-altos y altos, hizo que aumentara el número de latifundios, disminuyendo gradualmente el de pequeñas propiedades. Para poder mantener estos dominios de un tamaño considerable, fue necesario disponer de un cierto número de esclavos para trabajar en la propiedad. Al

---

exterminio de plagas, como la de los ratones en Cantabria o de conejos en la Bética –Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6; 3, 4, 18-. Desde luego, en Hispania se cazaban osos, liebres y ciervos –Mart., *Epigr.*, 1, 49-.

<sup>34</sup>A pesar del relativo aprovechamiento de la leche de vacuno, la fuente principal de producción de leche provenía del ganado caprino y ovino.

<sup>35</sup>Como señala P. PETIT, *La paz romana*, Barcelona, 1976, p. 66.

<sup>36</sup>Según K. R. BRADLEY, *Esclavitud y sociedad en Roma*, Barcelona, 1998a, pp. 14-15, mientras que los esclavos domésticos tendían a proporcionar a sus propietarios servicios que no tenían que ver con la generación de ingresos, es más, tendían a consumir riqueza y no a producirla, eran muy conscientes de que la esclavitud en el campo era imprescindible para obtener buenos ingresos.

<sup>37</sup>Para M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, p. 213, resulta más adecuado hablar de cuestión agraria que de crisis, ya que en principio una crisis no alarga su duración, sino que responde a un espacio de tiempo corto.

igual que se hace actualmente en el medio rural, durante las épocas más intensas de trabajo, como era por ejemplo la recolección, era necesario contratar mano de obra de refuerzo para poder realizar todas las labores. Catón, en el s. II a.C., presenta un panorama de la agricultura muy revelador: la viticultura y el injerto de los frutales eran labrantíos muy rentables que se cuidaban con delicadeza, mientras que poco a poco otros cultivos, como el cereal, empezaban a no resultar tan beneficiosos<sup>38</sup>. Esto se debía a que tenían una productividad menor que los anteriores, y sobre todo, porque fue posible importar con menor esfuerzo los productos de otras zonas.

3º- Desaparición de un campesinado eficiente en Italia y mayor rentabilidad en la importación de alimentos básicos desde las provincias. A partir del s. I d.C. Mientras, proliferaban los grandes viveros de productos de lujo, como señalan las fuentes y contrasta C. de Ruyt<sup>39</sup> -Varro., *Rust.*, 3, 3, 1; Sen., *Ad Luc.*, 90, 10; Mart., *Epigr.*, 10, 30-.

---

*Cambios en la  
actividad productiva*

---

A la vez que se producía esta especialización y una fracción del campo se dedicaba al cultivo de la vid, del olivo y de los frutales, otra gran parte se dejó a los ganaderos, cuya actividad requería menor cuidado que el cultivo del cereal. Es decir, la orientación de la actividad agrícola y ganadera había cambiado definitivamente el panorama de la autosuficiencia familiar, transformándose en comercializadora y empresarial.

Varrón escribe su tratado sobre la agricultura en el año 37 a.C., y en él podemos comprobar la importancia que adquieren los viveros de productos de lujo: pavos, faisanes, lirones y caracoles, sin olvidar las piscifactorías<sup>40</sup>. La forma de vida en Roma y en las

---

<sup>38</sup>Como señala M. WEBER, *op. cit.*, 2008, p. 163, quién anota que “La escasa renta proporcionada por el cultivo de cereales ya llevó en tiempos de Catón a evitar inversiones de capitales, con finalidad de mejoras, en las zonas cultivadas para cereales”. Lo que significó que la agricultura se desplazó hacia otros sectores de la producción, como fueron el oleícola y vinícola, así como el cultivo de hortalizas, frutales y legumbres –Cato., *Agr.*, 1-. Catón ya habla con profundo conocimiento de causa de la arboricultura –Cato., *Agr.*, 40 ss.-, mientras Varrón señala que se envían simientes a los viveros, y que se hacen traer simientes a Roma –Varro., *Rust.*, 1, 41-. Por su parte, P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *Agricultura romana de la Bética, Sevilla*, 1987, pp. 34-55, analiza la viticultura en la Bética.

<sup>39</sup>C. DE RUYT, *Macellum. Marché alimentaire des Romains*, Lovain-la-Neuve, 1983, pp. 312-315.

<sup>40</sup>Cuyo consumo era apreciado, pero para nada resultaba exótico –Mart., *Epigr.*, 3, 59-. Sin embargo, sí hay que tener en cuenta a los alimentos como objeto de lujo, como demostración de riqueza y con ello de poder. En realidad, los alimentos y la mesa se convierten en una forma de demostrar la clásica estratificación social propia de la sociedad romana. Para G. DARI-

grandes ciudades así como el aumento de unas relaciones sociales dentro de un nuevo marco conceptual, proporcionaba explicación a estos hechos. La demanda de productos, técnicas y presentaciones novedosas se impuso frente a una forma de pensamiento y vida que habían quedado caducos. Entre la ciudad y el campo, desde luego, existieron un conjunto de relaciones interactivas, que se vieron influidas por diversos factores que incluyeron la ecología, la historia de sus propias relaciones o los sistemas políticos y socio-económicos<sup>41</sup>. Estas conexiones llevaron a una interacción entre las ciudades y sus territorios, canalizando la capacidad de producción, la importancia progresiva de los mercados, y diversos aspectos.

Las conquistas orientales llevaron a Roma a conocer muchos cambios, entre los que se incluyeron la introducción de nuevas especies animales y vegetales, que en adelante formaron parte del universo agroalimentario romano. Estos productos modificaron el panorama de la alimentación extraordinariamente, ampliando, enriqueciendo y multiplicando la riqueza gastronómica del Sistema alimentario. Injertos, introducción de especies, novedades de huerto y jardín<sup>42</sup>... Los nuevos conocimientos y las técnicas agronómicas y ganaderas fueron aceptados tan rápidamente que en poco tiempo resultó difícil distinguir entre lo autóctono y lo importado. De alguna manera, Oriente creó en los romanos necesidades inéditas, propició nuevas costumbres alimentarias por imitación de las

---

MATTIACCI y A. PLISECKA, "Luxury in Ancient Rome: Scope, Timing and Enforcement of Sumptuary Laws", *Legal Roots* 1, 2012, p. 196, "Food consumption, as emphasized in archaeology and cultural anthropology, is one of the most relevant factors revealing social stratification. Food consumption can be used to emphasize social status and enhance social distinction. From this perspective, food consumption is perceived as a system of signs that serves to display social status. It is therefore not important what is consumed, but "the signal it gives to those who cannot consume it". Such a view implies that luxury expenditures occur only in societies with strong social stratification. Interestingly, whereas in such societies special occasions are marked by the quality and foreignness of the food consumed, in societies with little social stratification usually it is the quantity of food that accompanies special occasions". Sobre las piscifactorías ver A. MARZANO, *Harvesting the sea. The exploitation of Marine Resources in the Roman Mediterranean*, Oxford, 2013, pp. 199-234.

<sup>41</sup>M. MILLET, "Roman towns and their territories: an archaeological perspective", en J. A. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, 1994, p. 171.

<sup>42</sup>Algunos ejemplos de alimentos llegados desde Oriente a Roma fueron las cerezas, desde el Mar Negro, el albaricoque de Armenia, el melocotón desde Persia, el limón desde Persia también –vía Grecia-, los dátiles de África y Palestina, y el arroz desde la India. Cfr. P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 13; I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, pp. 12-14; A. DOSI y F. SCHNELL, *Le abitudini alimentari dei Romani*, Roma, 1992a, pp. 24-28; J. ANDRÉ, *L'alimentation et la cuisine à Rome*, Paris, 1981, pp. 219-221.

cortes orientales. La sencillez o la frugalidad antigua dieron paso a la variedad y el refinamiento ¿Afectación, esnobismo, modernidad, o bien adaptación a los nuevos tiempos?<sup>43</sup>

### 1.1.2. Transporte de los alimentos

#### *Navegación y caravanas de larga distancia*

Tendremos en cuenta, en primer lugar, que el comercio marítimo y fluvial frente al comercio terrestre estaba en franca ventaja<sup>44</sup>. La red de caminos, como veremos más adelante, era espléndida, pero sin duda era más lenta, en especial para grandes cargas, cuyo transporte a gran escala podría incluso llegar a ser imposible. Es por ello que se dio preferencia al transporte por vía acuática frente al terrestre, que finalmente se convirtió en parte de unas rutas más completas, generándose así una complementariedad necesaria entre ambas modalidades<sup>45</sup>. Los problemas del transporte marítimo, por su parte, estarían

---

<sup>43</sup>Sobre la llegada del lujo a Roma como un fenómeno social, A. WALLACE-HADRILL, “The Social Spread of Roman Luxury: Sampling Pompeii and Herculaneum”, *Papers of the British School at Rome* 58, 1990, p. 147 opina que la definición de lujo para el mundo romano tiene connotaciones morales que es necesario tener en cuenta, y: “One essential preliminary is to clarify our definition of 'luxury', since confusion can arise from its alternative senses. One sense, typical of usage in Roman authors, is essentially moralising. Luxury is what goes against the natural order, what is morally shocking and depraving in its effect. This definition we find unsympathetic, since from our own perspective what the Romans found depraving may be a normal part of life”. Cfr., A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1990, pp. 145-192; G. CLEMENTE, “Le leggi sul lusso e la società romana tra III e II secolo”, en A. Giardina y A. Schiavone (eds.), *Società romana e produzione schiavistica. Modelli etici, diritto e trasformazioni social*, III, Roma-Bari, pp. 1-14; A. ASTIN, “Regimen Morum”, *Journal of Roman Studies* 78, pp. 14-34; D. P. MILES, *Forbidden Pleasures: sumptuary laws and the ideology of moral decline in ancient Rome*, London, 1987; C. H. EDWARDS, *Transgression and Control: studies in ancient Roman immorality*, Cambridge, 1989; E. LA ROCCA, “Il lusso come espressione di potere”, *Le tranquille dimore degli Dei*, 1986, 3-35.

<sup>44</sup>Sobre el comercio y las utilidades de las escalas fluviales en Roma, las vinculaciones con los mercados –especialmente los de lujo– y el *Portus Tiberinus*, ver L. CHIOFFI, “Portus Tiberinus e altri scali fluviali a Roma”, en C. Zaccaria (cur.) *L'epigrafia dei porti. Atti della XVII 2 Rencontre sur l'épigraphie du monde romain, Aquileia, 14-16 ottobre 2010*, Trieste, 2014, pp. 41-64. También G. CHIC GARCÍA, “La navegación fluvial en época romana”, *Revista de arqueología* 142, 1993, pp. 28-39. Este mismo autor, en p. 225, señala que aunque “Las rutas terrestres eran sin duda muy importantes... para cargamentos de un cierto volumen, la navegación fue siempre el medio idóneo de trasladar los bienes que el hombre necesita”.

<sup>45</sup>D. MATEO CORREDOR, *Comercio anfórico y relaciones mercantiles en Hispania Ulterior (siglos II a.C.- II d.C.)*, Barcelona, 2016, p. 338, recoge los datos para el comercio y relaciones mercantiles en Hispania Ulterior entre los s. II a.C. y II d.C.



representados principalmente por la acción de los piratas<sup>46</sup>. Es R. P. Duncan-Jones quien nos proporciona la referencia de los costes de transporte, señalando que el transporte por río era casi cinco veces más oneroso que por mar. Y por tierra supondría entre 34 y 42 veces más<sup>47</sup>.

Por otro lado, la necesidad que la *Urbs* tenía diariamente de productos de consumo básico como son: el cereal, el vino, el aceite, incluso el *garum* y otros alimentos, cada uno de ellos en grandes cantidades, provocó que fueran necesarios vehículos de gran capacidad,

---

*Enormes necesidades de alimentos en la Urbs*

---

o bien gran cantidad de ellos para su transporte<sup>48</sup>. La circulación de grandes navíos que transportaban alimentos no perecederos estaba dirigida por libertos que acumulaban enormes fortunas, como el ficticio Trimalción, negociante riquísimo que fletó sus primeras cinco naves con vino y las perdió todas. Pero, no obstante, no se desanimó, y por segunda vez fletó otras cinco, de mayor tamaño aún que las primeras, atestándolas esta vez de tocino, vino y habas, además de otras mercancías no alimentarias como perfumes y esclavos. Este fue, según Petronio, el principio de su gran fortuna<sup>49</sup> -Petron., *Satyr.*, 76, 3-10-.

---

<sup>46</sup>Aunque Pompeyo Magno en el año 67 a.C. ejerció una auténtica operación antipiratería que completó Augusto tras las guerras civiles. Ver A. ÁLVAREZ-OSSORIO RIVAS, *Los piratas contra Roma: estudios socioeconómico y cultural de la piratería cilicia: 143-36 a. C.* Écija, 2008.

<sup>47</sup>R. P. DUNCAN-JONES, *The economy of the Roman Empire*, Cambridge, 1974, pp. 366-369, señala que el coste de las mercancías voluminosas se multiplicaba por cinco si se hacía por mar, y por un mínimo de 28 si el transporte era terrestre. Por su parte, G. CHIC GARCÍA, *El comercio y el Mediterráneo en la Antigüedad*, Madrid, 2009, pp. 227 ss., coincide en que el transporte por agua era bastante más económico que por tierra, ya que los costos de transporte terrestre doblaban el precio original del cereal cada 100 millas, lo que explica que las calzadas se utilizaran para transportes de corto recorrido, en el caso de volúmenes pequeños o cuando realmente no existía otra posibilidad. De nuevo G. CHIC GARCÍA, *La navegación por el Guadalquivir entre Córdoba y Sevilla en época romana*, Écija, 1990, pp. 13-14, incide en la diferencia de costes en los diferentes tipos de desplazamiento. Por su parte, y para el caso de la Hispania meridional, P. SILLIÈRES, *Les voies de communication de l'Hispanie méridionale*, Bordeaux, 1990, pp. 319-321, anota el coste del desplazamiento de mercancías en esta zona.

<sup>48</sup>De la circulación de estos navíos se ocupaban los *corpora naviculariorum*, dirigidos por los *navicularii*. A. SIRKS, *Food for Rome. The legal structure of the transportation and processing of supplies for the imperial distributions in Rome and Constantinople*, Amsterdam, 1991, pp. 45-107.

<sup>49</sup>Y no fue el único liberto enriquecido: en el propio banquete de Trimalción, el liberto Hermerote detalla sus propiedades, que comprenden un terrenito, algo de dinero, la liberación de su compañera e incluso la compra de su propia libertad, la cual le costó mil denarios. Este liberto (ficticio) empleó a veinte personas a su servicio e incluso llegaría a acceder a un cargo modesto, pero público al fin y al cabo, de sevirio -Petron., *Satyr.*, 57, 6-. Sobre los precios pagados en la liberación de esclavos, ver K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a p. 159 ss. Sobre la vida de Trimalción, ver P. VEYNE, "Vie de

Con gran seguridad, los beneficios y márgenes de los grandes comerciantes eran muy importantes, pero por otra parte, también lo eran los riesgos. El transporte era un negocio lucrativo, y si no existían contratiempos como el que le ocurrió a Trimalción en su primer viaje, podía ser muy rentable: el liberto consiguió resarcirse después de la pérdida de los cinco primeros barcos, hecho que para otras personas pudo haber supuesto una total ruina. La suerte y el espíritu emprendedor hicieron el resto, y el transporte de alimentos fue un negocio muy fructífero para él. En este sentido, P. Temin señala que en todo el Mediterráneo había sido muy lucrativo el comercio de productos caros, pero no el de bienes de consumo como son los alimentos, pero cuando se consiguió abaratar costos y hacer envíos en grandes cantidades, el beneficio sí fue una realidad<sup>50</sup>. Por su parte, Plinio observa que las mercancías procedentes de la India se vendían en Roma cien veces por encima de su precio original, lo que nos proporciona una idea de los enormes beneficios del comercio de alimentos y objetos de lujo –Plin., *N.H.*, 6, 101; 13, 84-.

Con respecto a los alimentos transportados, podemos extraer un modelo gracias a que disponemos de un estudio de G. Camodeca sobre una decena de documentos de los archivos de los *Sulpicii* de Murecina, conservados en gran parte sobre tablillas enceradas (Fig. 1)<sup>51</sup>. Gracias a este archivo conocemos el movimiento del puerto de *Puteoli* entre los años 37 y 39, en concreto de un *mercator frumentarius* de dicha ciudad, un liberto llamado *C. Novius Eunus*. Sabemos que algunas de las mercancías que se conservaban en los almacenes del puerto, y con las que se comerciaba, eran trigo, legumbres -garbanzos y lentejas- y un misterioso *monocopus*, que parece ser una variedad de leguminácea o de cereal<sup>52</sup>. Esto habla de un aspecto importante en el transporte de alimentos en largas

---

Trimalción”, en *Annales* 16, 2, 1961, pp. 213-247. Y del mismo autor, “*Cave canem*”, *Melanges d’archéologie et d’histoire* 75, 1, 1963, pp. 59-66.

<sup>50</sup>P. TEMIN, “The contribution of economics”, en W. Scheidel (ed.), *Roman Economy*, Cambridge, 2012, p. 59.

<sup>51</sup>G. CAMODECA, *Le provincie orientali dell’ Impero Romano*, Roma, 1994, pp. 103-128.

<sup>52</sup>Sobre las posibilidades de este producto, sin identificar plenamente, ver J. URBANIK, “*Sponsio servi*”, *The Journal of Juristic Papyrology*, vol. XXVIII, 1998, pp. 181-197, quién realiza un análisis de los textos y sus posibles interpretaciones, sin llegar en ningún caso a clarificar qué era exactamente el *monocopus*. En cualquier caso, este autor sugiere que sea algún tipo de grano, J. URBANIK, *op. cit.*, 1998, pp. 190-192. Y en cuanto al latín plasmado en las tablillas, y escritas por el liberto *C. Novius Eunus*, según J. N. ADAMS, “The latinity of *C. Novius Eunus*”, *Zeitschrift für Papyrologie und Epigraphik* 82, 1990, pp. 227–247, no seguía las normas de la ortografía clásica, por lo que es posible que el problema del *monocopus* se deba más bien a una inexacta escritura por parte del liberto que a la presencia de un producto desconocido.

distancias y es que existió un comercio que traficó con productos de amplio margen de conservación, como las salazones, conservas, cereal o legumbres<sup>53</sup>.



Fig. 1. Tabula cerata.

Proviene del archivo de los *Sulpicii*

Murecina, Pompeya<sup>54</sup>.

En relación con las distancias, los beneficios obtenidos y las características de los productos transportados, tenemos una cuestión más para analizar: el tamaño de las embarcaciones, que lógicamente harían más rentable el viaje cuanto mayor fuera su tamaño y por tanto, más cuantiosa la carga. Sobre el tamaño de las que partían del sur de Hispania, Estrabón señala que aquellas que salían de Turdetania lo hacían en gran número y eran de grandes dimensiones -Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6-. Estos barcos navegaban rumbo a Dicearquia -hoy Pozzuoli, cerca de Nápoles- y a Ostia<sup>55</sup>, transportando trigo, vino, aceite, cera, miel, sal, salazón de pescado, carneros y ganado variado. Seguramente, la carne de diferentes animales se transformaría antes del transporte en salazones, y se curaba así, o se ahumaba,

---

<sup>53</sup>En cuanto al material depositado en *Puteoli* y definido por G. CAMODECA, *op. cit.*, 1994, p. 104, era la garantía de un préstamo, lo que nos sugiere que dichos productos debían tener cierto margen de durabilidad, como sucede con las legumbres y cereales descritos en el archivo.

<sup>54</sup> Todas las fotografías de esta Tesis doctoral están realizadas por su autora, con excepción de una (Fig. 41) que está debidamente referenciada.

<sup>55</sup>Los productos alimentarios que llegaron a Ostia eran de todo tipo. El análisis de las ánforas ha permitido conocer no solo el tipo de producto, sino su origen, como los vinos y dátiles que provenían de Palestina y Líbano en el s. II y III, ver E. RADAELLI: "Los alimentos (vino y dátiles) de Palestina y Líbano en Roma y en Ostia durante el Medio Imperio (siglos II-principios del III d.C.): Análisis de datos que derivan de las ánforas", en M. Andrés Chain, A. M. Gutiérrez Hernández *et alii* (eds.), *La alimentación en la Historia*, Salamanca, 2018, pp. 127-140.

conservándose otras veces en mantecas animales o grasa vegetal<sup>56</sup>. Desde luego, el transporte por río o por mar, era sin duda más económico y eficiente que el que se desarrollaba por tierra<sup>57</sup>. A veces podía ser muy rápido, A. Sirks señala cómo, durante el verano mediterráneo, un barco podía hacer el trayecto Ostia-África en dos días, y *Puteoli-Alejandro* en nueve, lo que representaba una singladura muy favorable para que los productos transportados no se deterioraran<sup>58</sup>. Sin embargo, durante el invierno, los viajes se reducían al mínimo, evitando así las tormentas y la falta de visibilidad.

Los senadores, con suficiente capacidad económica para emprender grandes negocios, podían permitirse inversiones importantes en el transporte a gran escala, pero la ley limitaba sus posibilidades de negocio en este sentido. Sólo les estaba permitido traficar con naves con capacidad máxima para 300 ánforas, estrechándose para ellos el ámbito legal del comercio a gran escala<sup>59</sup>. A pesar del estricto marco jurídico por el cual se impedía que la clase política tuviera acceso a este gran comercio, existieron formas de vulnerar el límite que las leyes imponían. Y así, se construyeron naves de tamaño muy superior al señalado, de las cuales eran propietarios los dueños de grandes fortunas, entre los que se encontraban los senadores<sup>60</sup>. Para P. Temin, los hombres de negocios más activos y visibles provenían del grupo de caballeros y de los libertos enriquecidos, lo que vincula de nuevo esta actividad con la sugerida anteriormente de Trimalción, llevándola a la realidad. La diferencia entre el grupo de senadores y estos últimos, es que el segundo grupo no tenían

---

<sup>56</sup>Las salazones fueron un importante objeto de comercio debido a la alta apreciación que tuvieron, y que justificaría incluso la existencia de uno o más manuales específicos para su elaboración, además de las anotaciones más genéricas de los agrónomos. Es el caso de la obra de Eutidemo de Atenas *Sobre las salazones*, recogida en la obra de Ateneo –Athen., *Deipnos.*, 7, 307B; 308E; 315f; 328D-. Asimismo, otra obra de Sofrón, citada por el mismo Ateneo y titulada *El atunero*, sugiere una relación con este campo –Athen., *Deipnos.*, 7, 303C; 306D; 309D-.

<sup>57</sup>P. ERDKAMP, *Hunger and the Sword. Warfare and food supply in Roman republican wars (264-30 B.C.)*, Amsterdam, 1998, p. 197.

<sup>58</sup>A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 42-43.

<sup>59</sup>*Lex Claudia* de 218 a.C., promulgada por el tribuno de la plebe Quinto Claudio. Por la que se prohibía que un senador o un hijo de senador poseyera naves con mayor capacidad de 300 ánforas.

<sup>60</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, pp. 68-69, señalan con respecto al crecimiento económico que supuso la construcción de una flota importante y consecuentemente la capacidad de provocar cambios en la infraestructura del comercio, en la tecnología y en las instituciones comerciales, que los grandes cambios en la construcción de barcos se produjeron en las postrimerías de la república, así como en los comienzos del imperio, que son los dos grandes momentos de innovación.

las limitaciones legales e incluso culturales que coartaban a los senadores<sup>61</sup>. Así, les era más sencillo el acceso a las grandes fortunas, en las que se incluían propiedades inmuebles como villas, granjas y grandes propiedades y casas, y por supuesto, capital -Cic., *Att.*, 3, 196, 3; Cic., *Pro Rosc. Am.*, 133-. Por su parte, los senadores pudieron desarrollar un comercio de carácter alimentario a gran escala poniendo al frente de sus negocios a libertos de confianza para evitar incurrir en la ilegalidad<sup>62</sup>. Para Zevi, las grandes necesidades de Roma justificaban la existencia de enormes navíos mercantes, con capacidad muy superior a la permitida<sup>63</sup> -con la limitación de 300 ánforas por barco para los senadores-. Además, las empresas de mayor envergadura se desarrollaban gracias a la existencia de embarcaciones de gran tamaño, con capacidad para un número mucho mayor de ánforas, lo que hacía inviables otras fórmulas.

Pero el puerto romano, Ostia, no estaba preparado para las enormes dimensiones de estos grandes navíos, por lo que se utilizó *Puteoli* como lugar de desembarco de los cereales llegados de Sicilia, Egipto o el norte de África, como señala G. Camodeca, pero también de otros productos como vino<sup>64</sup>. Para este autor, es necesario reexaminar *Puteoli* como puerto *annonario* debido a tres factores: la actividad de los *mercatores frumentarii* en el período Julio-Claudio y el comercio del grano alejandrino a dicho puerto, justificado por la información recogida en el archivo *Sulpicii*. En segundo lugar, por la aparición de las estructuras portuarias y comerciales tan bien integradas, y recientemente reconstruidas topográficamente, con la aparición del famoso *opus pilarum* de la ciudad, del período

---

<sup>61</sup>Como señala P. TEMIN, *The Roman Market Economy*, Princeton, 2013, p. 102, los más activos hombres de negocios eran los libertos, que alcanzaron fortunas importantes e incluso ascenso social, aunque las diferencias de clase entre senadores y libertos era sin duda importante, al fin y al cabo, los libertos eran la primera generación de ex-esclavos. Y para T. J. CORNELL, *op. cit.*, 1999, p. 384, a finales del s. IV a.C., “los libertos eran tan numerosos y tan influyentes que su condición se convirtió en uno de los grandes temas de debate político”.

<sup>62</sup>Sobre los libertos en el entorno familiar y en relación con su patrono, R. P. DUNCAN-JONES, *op. cit.*, 1974, pp. 91-97.

<sup>63</sup>F. ZEBI, “Le grandi navi mercantili, Puteoli e Roma”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, 1994, p. 64.

<sup>64</sup>A. TCHERNIA, *Le vin de l’Italie romaine. Essai d’Histoire économique d’après les amphores*, Roma, 1986, pp. 26-27, señala que cada año llegaban a Ostia entre 1.000.000 y 1.800.000 hl. de vino, que eran los que consumía la población de Roma, lo que nos da una idea de las monumentales dimensiones de este comercio.

neroniano. Y finalmente, por la existencia de los documentos epigráficos sobre la organización *annonaria* y el comercio de cereal en *Puteoli*<sup>65</sup>.

Otra práctica común para poder desembarcar y organizar adecuadamente el tráfico de las mercancías de los grandes buques, era el transbordo de dichos artículos a barcos de menor tamaño. Gracias a esta operación, las naves de inferior tamaño podrían arribar más fácilmente a los puertos pequeños, además de disponer de la posibilidad de la navegación fluvial en estas embarcaciones menores hasta llegar al puerto de destino. El negocio de transporte de grandes cantidades de alimentos se desenvolvía, como vemos, en manos de los propietarios de grandes fortunas, que frecuentemente completaban el ciclo de producción con el de transporte y venta de artículos alimentarios, lo que les facilitaba cerrar sus transacciones con considerables beneficios económicos -Petron., *Satyr.*, 101, 4-.

Una forma más de llegada de grandes cantidades de cereal a Roma, provenientes del próspero sur italiano fue un sistema de navegación a través de un canal construido en época de Nerón<sup>66</sup> -Suet., *Nero*, 31-. Las obras comenzaron aproximadamente en el año 64 d.C. Dicho canal se extendía desde el lago Averno hasta el puerto de Ostia, donde se canalizaba de nuevo hasta la capital<sup>67</sup>. A veces, la mercancía llegaba a *Puteoli*, se canalizaba hasta Ostia y desde allí llegaba a Roma por el trayecto habitual.

Finalmente, en el Alto Imperio, los grandes viajes habían adquirido mayores facilidades para efectuar los traslados. Para A. Bancalari, el primer gran eslabón de los desplazamientos importantes comenzó con la empresa alejandrina en la que se movilizaron entre los años 334 y 323 a.C. más de 50.000 hombres -griegos y macedónicos- los cuales penetraron en el continente asiático. En el Alto Imperio, continua A. Bancalari, “el mundo romano constituyó una comunidad panmediterránea, abierta, multiétnica, plurilingüística, y sobre todo, un espacio integrado, interconectado y multicultural”. Fue Octavio Augusto -31 a.C. al 14 d.C.- quién sentó las bases de las relaciones entre la capital y las provincias, ayudando a la libre circulación y desplazamientos, y se produjo un movimiento migratorio

---

<sup>65</sup>Ver G. CAMODECA, *op. cit.*, 1994, pp. 118-123.

<sup>66</sup>Detallado por W. JOHANNOWSKY, “Canali e fiumi per il trasporto del grano”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*”, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, 1994, p. 160.

<sup>67</sup>Según A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, p. 39, no se llegó a finalizar el proyecto.

significativo, que tuvo que afectar al desplazamiento de productos alimentarios en los casos de migraciones de carácter empresarial y económico<sup>68</sup>.

Con respecto a la calidad final de las mercancías transportadas, por el tiempo transcurrido y las condiciones de los desplazamientos, podemos señalar que el vino no sufriría demasiado, siempre y cuando se dejara reposar unas semanas antes de ser bebido<sup>69</sup>. El aceite, transportado en ánforas que impiden el paso de la luz y el aire, y con ello la oxidación de la grasa, se podría conservar en buenas condiciones al menos durante un año, sin enranciarse. Otros alimentos transportados como las salazones y la miel, o el *garum*, eran por su propia naturaleza, de muy larga duración, y por lo tanto su conservación, siempre que el envase impidiera la introducción de objetos extraños o insectos, era de una gran perdurabilidad.

Por su parte, tanto los cereales como las legumbres si bien tienen una conservación fácil y no plantean grandes problemas, sí podrían padecer riesgo de parasitación por insectos, incluso deterioro de los granos o las semillas, o bien su germinación prematura. Tanto durante el ensilado de estos alimentos como durante su transporte, el objetivo más importante para que llegaran a su destino en buen estado era la correcta aplicación de unos estrictos métodos de conservación. Los daños más graves podrían haberse producido por la propia calidad del sistema de transporte, por la proliferación de insectos o por el calor excesivo, factores evitables si se mantienen las temperaturas por debajo de los dieciocho grados. El calor intenso activa las enzimas del grano, degradando el almidón y promoviendo con ello la actividad microbiana. Para que el transporte mantuviera sus

---

<sup>68</sup>A. BANCALARI, “Notas acerca del desplazamiento y viajes en el Alto Imperio romano: un intento de tipología”, en A. Caballos Rufino y E. Melchor Gil (eds.), *De Roma a las provincias: las élites como instrumento de proyección de Roma*, Sevilla, 2014, pp. 117-139. Sobre los viajes en el mundo romano ver: C. ADAMS y R. LAURENCE, (eds.) *Travel and Geography in the Roman Empire*, London, 2002; C. ADAMS, *Transport and Travel in the Roman World*, Stroud, 2002; M. REDDÉ y J. C. GOLVIN, *Voyages sur la Méditerranée romaine*, Paris, 2005; J. REMESAL y F. PINA, (eds.) *Viajeros, peregrinos y aventureros en el mundo romano*, Barcelona, 2010.

<sup>69</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 17, señala que el vino era el medicamento más importante de la Antigüedad, y que la distribución de este a los soldados enfermos que estaban en campaña se hacía mediante toneles, que llegaban a los campamentos por los circuitos comerciales ordinarios. Se pueden ver algunos de estos barriles en la columna Trajana y en la Aureliana. Por otra parte, para J. P. BRUN, *Le vin et l'huile dans la Méditerranée antique: viticulture, oléiculture et procédés de transformation*, Paris, 2003, pp. 105-106, el tiempo de distribución podría acortarse en el caso de que el propietario revendiera directamente el producto al consumidor final, lo que ocurría en algunos casos en Pompeya o Egipto, o incluso que el mismo fuera propietario de la *tabernae* donde se dispensara al público.

cualidades en perfecto estado sería necesaria una correcta ventilación, de manera que los granos no germinaran, lo que podría ocurrir en presencia de oxígeno, temperatura y humedad adecuadas. La existencia de plagas también era peligrosa en los grandes barcos y caravanas ya que podían deteriorar fácilmente los alimentos transportados.

Las condiciones de conservación del trigo y legumbres durante los secos veranos mediterráneos requerían la existencia de silos, a veces tratados con alpechín (*amurca*), paja o arcilla –Varro., *Rust.*, 1, 57, 1-3 Colum., *R.R.*, 1, 6, 16-. Especialmente si estaban destinados a conservarse en graneros de provincias. Pero si el grano tenía que ser transportado durante el verano, que era el momento óptimo para hacerlo, era necesario mantener en los barcos un nivel de humedad adecuado -lo más bajo posible- evitando encharcamientos, acelerando las travesías y manteniendo el grano alejado de la humedad mediante sus propios envases. De esta forma, tanto el cereal como las legumbres podrían llegar en buenas condiciones a su destino<sup>70</sup>. Si por el contrario germinaban durante el proceso de transporte, el vendedor podría encontrar graves dificultades al intentar realizar la venta posterior.

---

*Conservación del grano durante el transporte*

El grano se transportaba desde los barcos a los almacenes y silos en *saccae*. Para ello existía un *corpus saccariorum*, quienes llevaban la mercancía a los *mensores*, ocupados de atestiguar los pesos y medidas del grano transportado<sup>71</sup>. Parece que los *sacarii* estaban unidos en un *collegium*<sup>72</sup>, de los que se conoce su existencia en Stobrez<sup>73</sup>. También en Roma existían estas asociaciones y tenían relación directa con la organización de la *annona*<sup>74</sup>.

---

<sup>70</sup>Con respecto a los cuidados necesarios para mantener el cereal seco y bien conservado, ver J. SALIDO DOMÍNGUEZ, “El almacenamiento de cereal en los establecimientos rurales hispanorromanos”, en J. Arce Martínez, B. Goffaux, *Horrea d’Hispanie et la Méditerranée romaine*, Madrid, 2011, pp. 128 ss. Y sobre la necesidad de buscar silos estancos y secos para la mejor conservación del grano, ver P. LACORT NAVARRO, “Cereales en Hispania Ulterior: Silos de época ibero-romana en la campiña de Córdoba”, *Habis* 16, 1985, p. 369.

<sup>71</sup>Sobre el control y administración de pesos y medidas en el mundo romano, ver: A. PEREZ ZURITA, “Control y administración de pesos y medidas en las ciudades del Imperio romano (*pars Occidentalis*)”, *Gerión* 29, 2011 pp. 123-148.

<sup>72</sup>Los romanos, como señala J. M. SANTERO SANTURINO, *Asociaciones populares en Hispania romana*, Sevilla, 1978, pp. 10-11, eran un tipo de asociaciones, con peculiaridades distintas en cada caso, una de cuyas manifestaciones era la celebración de banquetes, y cuya unión se basaba en el ejercicio de una profesión común.

<sup>73</sup>En Dalmacia, la costa de Croacia, Stobre (Epetium).



Por su parte, el transporte de *garum* y salsas de pescado era menos complicado en el sentido de que estas no se deterioraban durante el transporte, como sí sucedía con otros productos<sup>75</sup>. Producido a lo largo de toda la costa mediterránea, incluso desde el Mar Negro hasta la costa atlántica de la actual Portugal, había algunos especialmente bien valorados, como el *garum sociorum* de *Cartago Nova* –Mart., *Epigr.*, 13, 102-, mientras Estrabón alaba los túnidos de Italia y el norte de África, las factorías de la Península Ibérica y del Mar Negro –Strab., *Geog.*, 5, 2, 6, 8; 6, 1, 1; 17, 3, 18; 3, 1, 8; 3, 4, 2-6; 7, 6, 2; 11, 2, 4; 12, 3, 1, 19-.

---

### *Transporte del garum*

---

Desde luego que la evidencia epigráfica nos muestra que los *negotiatores allecarii* transportaban estos productos desde la costa mediterránea española hasta Bretaña y en general esta viajaba a grandes distancias desde ciudades costeras mediterráneas hacia el interior<sup>76</sup>. Las diferentes calidades de este tipo de salsa nos dice que esta se encontraba fácilmente en las casas ricas tanto como en las pobres, con un uso extenso y sociológicamente extendido<sup>77</sup>.

---

<sup>74</sup>A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 257-258. Por otra parte, estas asociaciones, según J. M. SANTERO SANTURINO, *op. cit.*, 1978, p. 9, responde a “La inclinación del hombre a asociarse con sus semejantes en busca de un objetivo común... En una sociedad tan minuciosamente organizada como la romana, todas las diversas formas de asociación, bajo el nombre general de *collegia*, constituyeron la base de las estructuras sociales organizadas a todos los niveles”.

<sup>75</sup>Sobre las evidencias arqueológicas de las factorías de *garum* y *salsamentum*, y esta compleja industria, ver: M. PONSICH y M. TARRADELL i MATEU, *Garum et industries antiquae de salaison dans la Méditerranée occidentale*, Paris, 1965. Con respecto al transporte de salsas de pescado, el pecio Bou Ferrer ha proporcionado interesantes datos, presentando un conjunto de ánforas DR 7-11 que contenían una salsa elaborada a base de diferentes especies de pescado. Ver C. JUAN FUERTES; F. CIBECCHINI; J. S. MIRALLES RODA, “El pecio Bou Ferrer (La Vila Joiosa-Alicante) Nuevos datos sobre su cargamento y primeras evidencias de la arquitectura naval”, en Nieto Prieto, X. y M. Bethencourt Núñez, *Arqueología subacuática española. Vol. 1*, Cádiz, 2014, p. 116.

<sup>76</sup>Ver R. L. CURTIS, “Sources for Production and Trade of Greek and Roman Processed Fish” en T. Bekker-Nielsen (ed.), *Ancient Fishing and Fish Processing in the Black Sea Region*, Aarhus, 2005, p. 43.

<sup>77</sup>Sobre la composición y distintos restos ictiológicos encontrados en fábricas de *garum* del sur hispano, que estuvo compuesto por una gran variedad, desde el atún rojo al bonito, caballa, sardinas, arenques, barracudas, sardos o boqueros, ver P. CORRALES AGUILAR, “*Salsamentum* Sur-Hispano: apuntes para su estudio”, *Onoba* 1, 2013, p. 207. Por su parte, E. GARCÍA VARGAS, *et alii*, “*Confectio Gari Pompeiani*: procedimiento experimental para la elaboración de salsas de pescado romanas”, *SPAL* 23, 2014, pp. 65-82, documenta en su trabajo experimental la composición de *muria*, *liquamen* y *allec*.

### *Transportes de recorrido corto y medio*

La importancia y calidad del sistema de vías romanas es incuestionable, y sabemos a través de ellas que se realizaba gran parte del transporte tanto de personas como de animales o productos alimentarios transformados o no<sup>78</sup>. Por lo tanto, debemos pensar en un Imperio en el que la difusión comercial, especialmente la alimentaria, siempre encontraba una salida satisfactoria a la producción, en la que Roma, la capital, era la ciudad mejor abastecida, donde según L. Friëdlander “confluían los productos de todas las tierras y de todos los mares<sup>79</sup>”. Desde luego, era necesario para ello dotar a las vías de espacios de descanso para los viajeros. Y así, a lo largo de las vías existieron una serie de edificios conocidos como *mansiones*, los cuales se construían al pie de dichas redes viarias, en zonas intermedias para que los viajeros pudieran realizar paradas<sup>80</sup>. En las *mansiones*, los mesoneros atendían a los viajeros, como establecimientos públicos que eran, facilitándoles el descanso, así como su propia alimentación y el cuidado de las bestias -*Dig.*, 47, 6, 1, 6-. Como ejemplo de uno de estos viajes, Horacio realizó un viaje entre Roma y Aricia, en el cual utilizó uno de estos lugares de descanso en los que se proveía a los viajeros de un lugar para descansar, leña, sal y forraje para los caballos o mulos -*Hor.*, *Sat.*, 1, 5, 45-. Y G. Chic señala que: “era normal encontrar a la puerta de las ciudades los grupos de personas dedicadas al transporte en burros *asinarii* o mulos *muliones*, a la espera de los clientes”,

---

<sup>78</sup>Para D. L. THURMOND, “A Handbook of Food Processing in Classical Rome. For Her Bounty No Winter”, *Technology and Change in History* 9, Brill, 2006, p. 2, es exactamente verídica la expresión que *todos los caminos conducían a Roma*, y que los problemas de distribución y transporte de alimentos fueron, gracias al sistema viario, “the wonder of its age”. Hasta tal punto que no se alcanzaría dicha calidad de transporte hasta principios del s. XX. Por su parte, J. W. HUMPHREY, *Ancient Technology*, London, 2006, p. 74, señala que el sistema de vías públicas comenzó en 321 a.C., cuando el censor Apio Claudio, con el fin de expandir la influencia económica y militar romana en la Campania, hizo construir una carretera desde Roma a Capua. Tuvo tal éxito que pronto se extendió hasta *Brundisium*, en la costa adriática. En ello no solamente está de acuerdo L. FRIEDLÄNDER, *La sociedad romana*, México, 1982, p. 327, sino que la describe de la siguiente forma “Era lo suficientemente ancha para que pudieran cruzarse en ella dos coches sin rozarse y su pavimento de una piedra que sólo se empleaba para ruedas de molino... las losas, finamente talladas y pulimentadas, se hallaban tan perfectamente ensambladas sin ayuda de ningún metal o argamasa, que no parecía haber solución de continuidad entre unas y otras”.

<sup>79</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 285.

<sup>80</sup>Sobre *mansiones* y *stationes*, CHEVALLIER, R., *Voyages et déplacements dans l'Empire romain*, Paris, 1988; DONATI, A., *Viator: Il viaggio dei romani*, Bolonia, 2013; FRANCE, J. y NELIS-CLÉMENT, J. (eds.), *La statio: archéologie d'un lieu de pouvoir dans l'empire romain*, Burdeos, 2014. E. MELCHOR GIL, *Vías romanas de la provincia de Córdoba*, Córdoba, 1995, p. 27. Y sobre estos establecimientos de carácter hotelero, ver T. KLEBERG, *Hôtels, restaurants et cabarets dans l'Antiquité romaine*, Upsala, 1957.

algo que también destaca Columela, el alquiler de bestias de carga para desplazarse desde la ciudad al campo<sup>81</sup> –Colum., *R.R.*, 1, 3-. Y que incluso Séneca, en tono jocoso dedica a Hércules, quién según el escritor, había caminado por multitud de lugares: *Tu autem, qui plura loca calcasti quam ullus mulio perpetuarius* –Sen., *Apoc.*, 6, 1-.

Miliarios e inscripciones viarias salpicaban estas vías anunciando los nombres de los emperadores bajo cuyos mandatos se realizaron, las referencias al lugar donde terminaban dichas vías, el nombre del camino o su categoría<sup>82</sup>. Estas redes viarias tuvieron necesidad de una seguridad que garantizara el libre acceso de todos. Para ello, las ciudades o los destacamentos militares desarrollaron un sistema de vigilancia, intentando evitar así que bandas de asaltantes robaran o mataran a los transeúntes<sup>83</sup>. La construcción de las redes viarias sirvió en principio a los intereses militares, pero pronto dejaron paso a las motivaciones de carácter económico. De esta forma, las vías facilitaban el transporte desde puntos de producción y almacenaje hasta poblaciones con cierto número de habitantes. Y también con destino a la exportación a través de sus salidas naturales como ríos o puertos marítimos.

Por su parte, los viajeros iban de las propiedades rurales a las ciudades a lomos de mulas, caballos o burros. El mismo Catón viajaba así, con las alforjas colgando del lomo de la cabalgadura, según nos relata Séneca -Sen., *Ad Luc.*, 87, 9-. Por su parte, el propio Séneca, con pocos esclavos y sin apenas ajuar, realizó algunos viajes en un vehículo rústico adaptado a los austeros gustos del cordobés. Sin embargo, no eran los únicos carruajes, ya que por las vías romanas circulaban otros mucho más lujosos, coches cincelados, con caballos cubiertos con vestiduras de púrpura y colleras de oro -Sen., *Ad Luc.*, 87, 1-8-.

Pero no eran estos los vehículos dispuestos para el transporte de alimentos, sino destinados al transporte humano como fueron las literas o la silla de mano, perfectamente diferenciados de los que se utilizaban para el comercio alimentario. En los viajes de posta, con cambios de caballo se podían recorrer, según L. Friedlander, unos 180 km al día, lo que

---

<sup>81</sup>G. CHIC GARCÍA, “La miel y las bestias”, *Habis* 28, 1997, p. 156.

<sup>82</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1995, p. 35. D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 74 ss. señala el famoso *miliarium aureum*, ubicado en el Foro Romano, el cual tenía inscritos los nombres de las principales ciudades del imperio y las distancias hasta cada una de ellas por carretera. La clave era la enfatización de la capital geográfica y su rol simbólico como centro del mundo.

<sup>83</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1995, pp. 58-59.

se consideraba una velocidad muy elevada y excepcional<sup>84</sup>. Por su parte, la silla de mano era un transporte corriente, que Plinio el Viejo usaba frecuentemente. Es precisamente este último autor quién atribuye a los frigios la invención de uncir dos caballos al carro –Plin., *N.H.*, 7, 202-. Juvenal cuenta su salida de Roma en pleno verano con un amigo, huyendo de los incendios y del calor estival, montados ambos en un carro en el que cargó todas sus pertenencias<sup>85</sup> –Iuv., *Sat.*, 3, 10-. Entre todas las posibilidades de vehículos de viaje, lujosos o sencillos, individuales o colectivos, las mercancías tenían un transporte propio (Fig. 2). Eran los rústicos carruajes *plaustra* y *serruca*. También los hubo lujosos, cubiertos o llevados por mulas con largos varales, e incluso vehículos rapidísimos, tirados por dos caballos, la *biga*<sup>86</sup>. Para el transporte de muchos pasajeros y de mercancías existían otro tipo de vehículos.



Fig. 2. Bajorrelieve de una urna funeraria. Viaje en *carpentum*.

Finales II a.C. ,Volterra Museo del Louvre.

<sup>84</sup>Este autor recoge datos sobre tiempos de realización de diferentes viajes en la época, L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, pp. 339 ss.

<sup>85</sup>Sobre los días de descanso veraniego, durante los que los romanos buscaban un mejor clima y diversión, especialmente en Nápoles, ciudad que aparece continuamente citada en las fuentes con este fin, ver L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, pp. 409 ss.

<sup>86</sup>Los paseos por la ciudad y sus alrededores eran una costumbre romana, así como los viajes de recreo que se realizaban a las provincias, y de éstas a Roma. Eran viajes largos que requerían unos medios económicos muy importantes y que estaban reservados a las élites. Sobre caballerías iban y venían los labradores desde las fincas cercanas a la ciudad. Los carruajes eran los siguientes: el *essedum*, *carpentum*, *covinus* y *cisium*, de dos ruedas. De cuatro, más pesados y firmes eran: *rheda*, *petorritum*, *carruca*, *plaustra* y *serruca*, J. GUILLÉN CABAÑERO, *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. II, La vida pública*, Salamanca, 1995, pp. 420-432. Sobre la *biga*, tipo de carro pequeño, tirado por dos caballos y muy rápido, ver I. MORENO GALLO, “Vías romanas. Estado de la cuestión y perspectivas de futuro”, *Dendra médica. Revista de humanidades* 12, 2, 2013, p. 217. Por su parte, este mismo autor, en su trabajo: I. MORENO GALLO, *Vías Romanas. Ingeniería y técnica constructiva*, 2004, Monterreina, pp. 25-27, describe estos tipos de carruajes y sus características, como ligereza, velocidad, etc., y así, algunos vehículos señalados como la *carruca* la presenta como un coche dormitorio, la *biga* como: “pequeños y rapidísimos carros tirados por dos caballos ... era el vehículo ideal para que el viajero no se extenuase”.

Más allá de los viajes de particulares, y en lo relativo a aquellos de carácter comercial, la velocidad de la marcha marcaba la calidad del producto en su destino final, y esta dependió de diferentes factores, como el estado de los caminos, la climatología o la carga del carro y la fuerza de tiro<sup>87</sup>. Por su parte, las distancias eran variables y dependían del vehículo utilizado, del peso de la carga y de calidad de la carretera, y según I. Moreno Gallo, podían llegar hasta un pico máximo de 25 km/h en óptimas condiciones para un carro ligero o incluso a caballo, lo que parece una velocidad extraordinaria<sup>88</sup>. Sin embargo, la jornada media del desplazamiento de un carruaje de viajeros o mercancías tirados por mulas, según este autor, podría llegar a unos 60 a 75 km al día (Fig. 3). Por su parte, los vehículos abarrotados con pesadas cargas no podían ser tan rápidos debido a su mayor peso, que dificultaba el paso. Tampoco se podrían permitir demasiadas jornadas de viaje ya que el deterioro en los productos frescos estaría en proporción directa a la duración del viaje. Con bastante seguridad podemos decir que estos alimentos frescos, de huerta, procedían de las zonas periurbanas, que estuvieran lo más alejadas en un radio de hasta 50 km. de la ciudad. Horacio deja constancia de la existencia de estas huertas suburbanas, que representaron la forma de vida y supervivencia de los hortelanos que las cuidaban. Algunos de los productos de regadío, sin embargo, no se apreciaban tanto como otros que habían sido cultivados en huertas de secano, y que eran especialmente sabrosos como las coles. Para el poeta los frutos de las huertas de regadío eran, sin lugar a dudas, insípidos -Hor., *Sat.*, 1, 4, 16-.

Tanto en grandes trayectos como en viajes más cortos, existieron formas combinadas de transportar tanto alimentos como personas, y se utilizaban grandes embarcaciones, transportes por tierra y barcazas en recorridos fluviales. El viaje del poeta Horacio que más atrás hemos descrito, realizado entre Roma y Aricia, la actual La Riccia, él y sus acompañantes utilizaron este tipo de transporte combinado, con barcas en zonas fluviales y mulos para la fracción terrestre del viaje -Hor., *Sat.*, 1, 5-. Las barcazas

---

<sup>87</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 222, señala que estas pequeñas explotaciones, con productos como frutas, legumbres o aves incluso, “encontraban una buena salida en el mercado de Roma... sabemos, por ejemplo, que algunos árboles frutales situados cerca de la capital daban cosechas anuales hasta de 2.000 sesteracios”.

<sup>88</sup>I. MORENO GALLO, *op. cit.*, 2013, pp. 217-219. Este autor también propone un extremo de *cursus velox*, que llegaría en circunstancias excepcionales a alcanzar 350 km en una jornada de 12 horas de viaje.

descritas debían tener una capacidad relativamente grande ya que cargaban con él, con otro amigo, varios criados y el equipaje, además del barquero y otros viajeros. Para mercaderías de tamaño mediano, la combinación de barcazas y mulas debió ser un transporte práctico y relativamente rápido. Es un formato de desplazamiento que también pudo ser utilizado con fines comerciales.



Fig. 3. (Incluyendo ampliación) Figura de terracota portando mortero y alimentos: cebollas, higos, queso...  
Corinto, 350 a.C.  
Museo Británico.

El transporte de alimentos a gran escala comenzaba con frecuencia a través de vías terrestres, en lo que suponía un pequeño paso hacia el encuentro con los cauces fluviales o marítimos. Por las vías terrestres podían circular varios tipos de productos alimentarios: en primer lugar los no perecederos o con una vida larga. Entre estos se encuentran los cereales, que necesitarían vehículos de gran capacidad, como carros. También el vino pudo transportarse en carros, así como el aceite, el vinagre y las legumbres<sup>89</sup>.

Aunque estos alimentos eran capaces de soportar un viaje por mar en buenas condiciones, el traqueteo de los carros en un viaje largo podía perjudicarlos si se transportaban en recipientes cerámicos y requerían estar bien afianzados en el vehículo (Fig. 4).



Fig. 4. Relieve que representa el transporte del vino en carros.  
S. III d.C., Colección Townley.  
Museo Británico.

<sup>89</sup>D. MATEO CORREDOR, *op. cit.*, 2016, pp. 337 ss.

Por ejemplo, el vino necesitaría bastantes días de quietud al llegar finalmente a su destino, permaneciendo necesariamente en un lugar fresco y seco para que se depositaran las turbulencias, los posos, al fondo de la vasija, facilitando que el reposo evitara el deterioro del producto. El vino en la Antigüedad era una bebida muy distinta al vino actual. Aromatizado con especias, resinas o miel, fermentado con mostos muy concentrados y con distintos añadidos como agua de mar, seguramente presentaba aromas muy complejos, turbulencias, posos concentrados y depósitos de diferentes sustancias que precisamente por ésta composición requerían un cierto tiempo de reposo antes de consumirlo<sup>90</sup>. La existencia de “madres” o “lías” en el vino –significa que hay que filtrar-, la atestigua Marcial, explicando la preparación de un banquete que ofrece en su casa a sus mejores amigos<sup>91</sup>. Todos los platos eran excelentes, y el vino, muy viejo, de Nomento, lo ofrece sin madres, es decir añejo, filtrado y a la vez de buena calidad.

Otro grupo de productos que se transportaron necesariamente por vías terrestres fueron los altamente perecederos, como los hortícolas, procedentes de las huertas de la zona periurbana, que se podían conducir fácilmente a lomos de un animal de tiro o mediante fuerza humana. La frescura de estos productos y su aspecto serían excelentes debido a la proximidad de los puntos de venta, y por tanto tendrían un precio más elevado que los que estaban estropeados por el transporte<sup>92</sup>. Por esa razón, los que procedían de huertas más alejadas tendrían un aspecto marchito y su precio tendría que ser necesariamente más bajo en este último caso o si se había producido deterioro. En invierno, debido a las condiciones de temperatura, el transporte no estropeaba tanto los productos hortícolas. Pero al llegar el verano, diversos factores como la intensidad de sol característica del entorno mediterráneo,

---

<sup>90</sup>Este vino de Marcial está pasado por un tamiz con el fin de retirar esos posos, lo que refleja un cierto nivel de refinamiento. Las madres del vino o lías son las heces del “almuerzo biológico” de las levaduras vínicas, que necesitan el azúcar del mosto de las uvas para desarrollarse, y que en dicha transformación producen desechos compuestos principalmente por alcohol etílico o etanol, y anhídrido carbónico, además de glicerina, extractos, alcoholes superiores y aromas, quedando en este proceso incluso restos de las propias levaduras. J. SÁNCHEZ GUILLÉN, *El apasionante mundo del vino*, Córdoba, 2009, pp. 114-115 y 117.

<sup>91</sup>*De Nomentana vinum sine faece lagona. Quae bis Frontino consule trima fuit*, –Mart., *Epigr.*, 10, 48, 19-.

<sup>92</sup>Según G. KRON, “Food production”, en W. Scheidel, *Roman Economy*, Cambridge, 2012, p. 161, Roma, fue el mercado urbano más rico e importante del mundo preindustrial. Había creado una importante demanda agrícola para satisfacer el necesario abastecimiento, y entre otros medios para ello, disponía de unos suburbios dotados con una compleja red de *horti* y villas, famosos por las diferentes especialidades que se producían en ellas.



las altas temperaturas y la proliferación de insectos podrían ser capaces de deteriorar rápidamente los alimentos<sup>93</sup>.

Además, diversas bacterias patógenas tuvieron capacidad de dañar estos productos,

---

*Posibilidad de  
contaminación alimentaria*

sobre todo la *Escherichia coli*, si la toma de aguas para regar los huertos se encontraba contaminada por los desagües de viviendas. También los virus pudieron contaminar los alimentos, tanto por contacto directo como por el efecto de los desechos de las cloacas.

Estos últimos, vertidos al mar, tuvieron la posibilidad de contaminar ciertas especies que fueron de consumo cotidiano como las ostras, almejas y mejillones. El gran problema de estos productos (moluscos) es que si se toman crudos, la higiene debe ser extrema, porque no hay fuente de calor que elimine algunos de los microorganismos capaces de contaminarlos. Sin embargo y, teniendo en cuenta las técnicas de elaboración descritas por Apicio, no era corriente tomar este tipo de alimentos crudos. Como los virus se desactivan con la cocción, si los alimentos transportados eran cocinados antes de tomarlos, el problema desaparecía<sup>94</sup>. Pero si la técnica utilizada era el crudo y el alimento se encontraba contaminado, podría ser muy fácil que esta produjera algún tipo de infección<sup>95</sup>.

En definitiva, durante el transporte se aceleraban los procesos degenerativos del alimento capaces de producir enfermedad en los seres humanos, debido a que la mayoría de las bacterias, microbios y virus son mesófilos, es decir, que pueden vivir y proliferar

---

<sup>93</sup>Por lo que debemos tener en cuenta la importancia del transporte nocturno, ya que en Roma estaba permitido el tráfico rodado en estas horas para facilitar tanto el paso de personas como el tráfico cotidiano durante el día. Fue a expensas de una ley dictada por César para resolver el problema del acceso de los vehículos con ruedas –CIL 1, 593, 56-66-.

<sup>94</sup>Con respecto a los alimentos crudos dentro del recetario de Apicio, sabemos que no eran las preparaciones más populares, ya que estaban más considerados como digestivos que como platos formalmente aceptados en el entorno del banquete, y por tanto, se utilizaban para aliviar las molestias de tipo gástrico. A partir del s. I d.C., comienzan a utilizarse algunos alimentos crudos participando en ensaladas, como la lechuga, que se servía al principio de las comidas, para abrir el apetito, mientras que en épocas anteriores, romanos más austeros la tomaban al final, para facilitar la digestión. Pepinos, sandías y melones, malvas, brócoli, apio, rábanos, hierbas del campo, achicoria y cardos, son los que Apicio utiliza crudos, a lo largo de catorce recetas, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 262-263. Incluso algunos alimentos que hoy tomamos crudos, como las ostras, entonces se comían guisadas o conservadas en vinagre, para eliminar la posibilidad de toxiinfecciones alimentarias, conocidas de forma empírica.

<sup>95</sup>Sobre la higiene alimentaria y las causas de alteración de los alimentos –que son de carácter biológico y químico-, así como sobre las toxiinfecciones de origen alimentario, ver P. CERVERA i RAL, *et alii*, *Alimentación y Dietoterapia*, Madrid, 1999, pp. 177-189.

fácilmente a temperatura ambiente, y con más facilidad aún si el ambiente que los envuelve es cálido. Por su parte, los factores que mayor incidencia tienen -y tuvieron- para la proliferación de organismos patógenos son: la luz, la humedad y la temperatura. Y en otro sentido, el transporte, por su propia naturaleza y las condiciones en que se llevaba a cabo, aumentaba las posibilidades de dicha contaminación. La manipulación de los alimentos por distintas personas también ampliaba el espectro de agentes contaminantes, sobre todo la higiene personal era poco escrupulosa o inexistente. Estas son las posibilidades de contaminación por una defectuosa manipulación o transporte de los alimentos, que puede verse acrecentada por otras causas que analizaremos en los apartados correspondientes.

Por otra parte, conociendo la existencia de estas posibles fuentes de deterioro, así como de los mataderos y carnicerías vinculados con los mercados de carnes -*Forum Boarium*-, era mucho más rentable llevar a los animales vivos al matadero vinculado con el mercado. Tanto por su propio pie en el caso de los de mediano y gran tamaño como en jaulones transportables si eran de pequeño tamaño, como el caso de las aves. Allí serían sacrificados convenientemente y troceados por piezas los mayores, o enteros los más pequeños. Estos espacios no se encontraban en el interior de la ciudad, sino en las afueras, debido al olor que desprendían los animales y las características de estos lugares, aunque son espacios de muy difícil localización. En Pompeya y también en Douga, Túnez, se han identificado mercados de animales cerca de los mercados generales. Asimismo, en Roma y cerca de *Porta Capena*, se han localizado los mataderos de carne<sup>96</sup>.

En cuanto a los transportes de productos agrícolas, su desarrollo era diferente al de las carnes, ya que era necesario cosechar para después transportar el género hacia los mercados. Marcial presenta la ridícula vida de un campesino, Baso, cuya propiedad no producía nada útil y necesitaba hacer el camino contrario al que hacían otros campesinos, es decir: comprar en la ciudad donde había de todo, y llevarlo al campo para poder subsistir -*Mart., Epigr., 3, 47*-. Pero no era el único personaje que carecía de provisiones en el mundo rural, y este autor también retrata a otro personaje, Pánico -*Mart., Epigr., 12, 72*-. Este era un abogado bien reputado, que, aunque no era rico, adquirió un terreno para dedicarse a la agricultura. Paradójicamente, cuando era abogado hacía también negocios de venta de alimentos: trigo, mijo, cebada y habas, pero sobre el papel. Después, al dedicarse a

---

<sup>96</sup>R. L. CURTIS, *Ancient Food Technology*, Leiden, 2001, p. 398.

la agricultura, tenía que comprar esos productos en la ciudad. Más allá de la jocosa sátira de Marcial, podemos observar cómo los suministros urbanos estaban perfectamente garantizados y tenían además procedencias muy diversas, con lo que se relativizaban los problemas que conllevaban los años de malas cosechas, como eran sequías, plagas o inundaciones. Los pequeños productores llevaban sus frutos al mercado, conduciendo unos carros sencillos que iban repletos de todo tipo de alimentos que dependían de la temporada y de los cultivos o capturas: coles, puerros, lechugas, setas, tordos, liebres, cochinitos o huevos, estos últimos a buen resguardo del traqueteo mediante una inteligente cama de heno –Colum., *R.R.*, 8, 7. El *Forum Holitorium* -Plin., *N.H.*, 19, 52-, perfectamente abastecido, como veremos más adelante, habla precisamente de la existencia de un transporte continuo y bien dotado<sup>97</sup>.

---

### *Transporte de productos de lujo*

---

Por su parte, el transporte de productos de lujo procedentes de los viveros especializados, se realizaba con un cuidado especial, tanto por el coste de los propios productos como por la fragilidad de estos en muchos casos. Por ejemplo, los animales criados en cautividad tenían un alto coste, pero también un elevado rendimiento económico para los propietarios de viveros y piscifactorías, por lo que el transporte, lógicamente, se realizaría con el consiguiente cuidado para mantenerlos en buenas condiciones hasta su llegada a los mercados<sup>98</sup>. Lirones, caracoles, variedades de pescados o caza menor como perdices, fueron algunos de los más solicitados<sup>99</sup>. Al sur de Roma se localizaba la costa de Formias, donde según Marcial había viveros en los que se criaban rodaballos, róbalo, morenas, mújoles y salmonetes<sup>100</sup>. Estas piezas nunca tuvieron la excelente calidad del pescado criado en libertad, a pesar de lo cual

---

<sup>97</sup>En N. BLANC y A. NERCESSIAN, *La cuisine romaine antique*, Chambéry, 1992, pp. 86-107, o en J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 15-49, podemos observar la variedad de productos de origen vegetal, independientemente de cereales y legumbres, que se podían encontrar en los mercados de Roma. Esta visión se completa con la de los productos vegetales utilizados en el recetario de Apicio, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 40-65.

<sup>98</sup>Varrón señala que algunos de estos propietarios eran importantes aristócratas romanos, como Hortensio o Lúculo –Varro., *Rust.*, 3, 3, 1-.

<sup>99</sup>Según Plinio, la estabulación de los lirones la inventó un personaje llamado *Fulvio Lipino* -Plin., *N.H.*, 8, 211; 224-.

<sup>100</sup>*Si quando Nereus sentit Aeoli regnum, ridet procellas tuta de suo mensa: piscina rhombum pascit et lupos vernas, natat ad magistrum delicata muraena, nomenclator mugilem citat notum, et adesse iussi prodeunt senes nulli* -Mart. *Epigr.*, 10, 30-.

fueron un recurso muy apreciado. Tanto por los propietarios de las piscifactorias como por los compradores de estos pescados en los canales de venta especializada<sup>101</sup>. Los consumidores de pescados de piscifactoría, en cualquier caso, podían disfrutar en cualquier época del año de dichas piezas, que incluso en cautiverio producían pescados con carnes de textura consistente, sabrosas y con sabores característicos y diferenciados. Desde luego, la existencia de los viveros aseguraba un abastecimiento continuo de pescado a la capital, producto que, por otra parte, estaba muy solicitado en los banquetes de las élites. Ennio retrata en su corta obra *Hedyphagetica* distintos tipos de pescados y mariscos, y como veremos, el autor destaca la procedencia de las distintas especies, lo cual era origen de las diferentes calidades:

*Omnibus ut Clipea praestat mustela marina, mures sunt Aeni, aspera ostrea plurima Abydimus. Mytilenae est pecten Charadrumque apud Ambraciae sus. Brundisii sargus bonus est; hunc, magnus si erit, sume. apriculum piscem scito primum esse Tarenti; Surrenti tu elopem fac emas, glaucumque apud Cumas. quid scarum praeterii cerebrum Iovis paene suppremi (Nestoris ad patriam hic capitur magnusque bonusque) melanurum, turdum, merulamque umbramque marinam. polypus Corcyrae, calvaria pinguis acarnae, purpuram, murriculi, mures, dulces quoque echini*<sup>102</sup> –Apul., *Apol.*, 39, 3-.

Este poema es todo un tratado de gourmets, y no sólo a nivel teórico, ya que en él encontramos el compendio de indicaciones muy precisas sobre dónde y de qué forma poder encontrar las mejores calidades de pescado y crustáceos, que en este caso –son productos destinados a sibaritas y acaudalados- no proceden de viveros. Hasta tal punto proliferaron este tipo de estanques de pescado, cercanos a los lugares de distribución y consumo, que ya en tiempos de Catón este se enfrenta a lo que considera lujos propios de la ciudad, y declara

---

<sup>101</sup>Para J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 95-96, fue a partir del s. I a.C. cuando estos viveros o piscinas de crianza de pescado comienzan a darse con más frecuencia, con el fin de evitar la irregularidad propia del abastecimiento de pescado. Entre los productos que se cultivaban estaban las ostras, que parece se criaban bien en agua dulce –Plin., *N.H.*, 9, 168; Macr., *Sat.*, 3, 15, 3-. Pero no fueron los únicos tipos de estanques, incluso conocemos al inventor de uno de ellos, C. Hirrius quién ideó los viveros de morenas –Plin., *N.H.*, 9, 171; Varro., *Rust.*, 3, 2, 17; Macr., *Sat.*, 3, 15, 3-. Sobre estas piscinas en el entorno de las villas marítimas ver A. MARZANO, *Roman Villas in Central Italia: a social and economic history*, Brill-Boston, 2007, pp. 47-63. Esta autora señala que tenemos evidencia arqueológica de estas piscinas en villas marítimas en la primera centuria d.C. También destaca ejemplo de villas vinculadas con las actividades relacionadas con la pesca y crianza de pescados en la costa italiana.

<sup>102</sup>Fragmento de la obra de Ennio, recogida a su vez por Apuleyo, al que igualmente le llama la atención el detalle con que Ennio describe los distintos peces.

que un pescado, en Roma, resulta más caro que un buey –Plut., *Quaest.Conv.*, 4, 4, 2, 9-. Y no dejaba de tener razón, ya que con el tiempo, se vería como en el 301 d.C., en las tarifas del Edicto de Diocleciano, el pescado de primera calidad podía multiplicar casi por veinte el mismo peso de carne de cabra<sup>103</sup>.

### 1.1.3. Abastecimientos en Roma

La enorme extensión del Imperio requirió una serie de alimentos para su consumo, tanto en la capital como en provincias, que las autoridades públicas debían proveer si querían garantizar la paz social. Hemos analizado anteriormente la populosa ciudad de Roma y las necesidades de grano que tenía diariamente, y según P. Garnsey y R. Saller, la cifra media de 250.000 receptores de la *annona* afectaba a unas 670.000 personas, teniendo en cuenta que solo se contabilizaban ciudadanos varones y que se podía comenzar a ser receptor a partir de los diez años<sup>104</sup>. Además de estos ciudadanos, según este mismo autor, en época de Augusto existía una población esclava del treinta por ciento del millón de ciudadanos posibles, sin contar con los extranjeros libres, con los ciudadanos de alta condición o con los de bajo estatus que no tenían derecho a este reparto<sup>105</sup>.

Sin querer ser exhaustivos, ya que el tema de los abastecimientos de carácter público es muy complejo, y porque nuestro objetivo es tratar de proporcionar una visión

---

#### *Abastecimientos annonarios*

---

genérica de este aspecto, que es complementario a la alimentación en Roma y no central, podemos decir que para abastecer a tan enorme cantidad de población, el recurso público más importante en

---

<sup>103</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 96. Según M. I. FINLEY, *Aspectos de la Antigüedad*, Barcelona, 1975, p. 193, el Edicto de Diocleciano no consiguió detener el alza de los precios ni la inflación desbocada por la que se originó, y es un documento simple de concepción, aunque muy pormenorizado –lo cual nos ha proporcionado interesantes datos sobre aspectos alimentarios-. En cualquier caso, pronto dejó de tener vigencia para caer en el olvido. En realidad, según este autor, Diocleciano no poseía ninguna teoría de precios y dinero, simplemente intervino en una situación que resultaba problemática.

<sup>104</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 103.

<sup>105</sup>Sobre la población de Roma ver K. HOPKINS, *Conquistadores y esclavos*, Barcelona, 1981, pp. 98-99.

Roma, la *annona*<sup>106</sup>, resultó una de las instituciones fundamentales y decisivas para proveer a la gran masa de población de alimentos básicos, como pudieron ser cereales, vino, aceite y *garum*, así como la institución de *alimenta*<sup>107</sup>. Gracias a ello, las personas beneficiadas no tuvieron necesidad de realizar ningún desembolso económico para adquirir el alimento cotidiano. Las consecuencias a medio plazo degeneraron en un grave problema de índole sociológica, conduciendo a una evidente falta de estímulo en el trabajo detectado incluso por la administración pública. Augusto se lamentaba de la existencia de estos repartos porque el pueblo, al tener cubiertas sus necesidades básicas, abandonaba progresivamente el cultivo del campo -Suet., *Aug.*, 42-. Y así, esto llevaba consigo otra serie de conflictos añadidos a los intrínsecos de la propia inactividad.

Además de la *annona*, otra forma de abastecimiento -esta de carácter no periódico ni estatal- y que aparecería tanto en Roma como en provincias, fue el evergetismo: los repartos que mediante el mecenazgo cívico realizaban los poderosos para el resto del pueblo. En cuanto a los productos distribuidos, lo más habitual era realizar repartos de trigo y más ocasionalmente de aceite, aunque éste no solo era para comer, sino sobre todo para su aplicación en los baños, para masajes. Y para ello se usaba un aceite de baja calidad, no comestible, aunque también se repartía el aceite lampante, utilizado para quemar en las

---

<sup>106</sup>Sobre el papel de la *annona* en relación con el abastecimiento de cereal, el producto básico en la alimentación romana, como una cuestión prioritaria en el desarrollo urbano, M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, “La panificación en la Hispania romana”, en D. Bernal Casasola y M. Bustamante Álvarez (eds.), *Artífices Idóneos: artesanos, talleres y manufacturas en Hispania, Anejos de AEspA LXXI*, 2014, pp. 326 ss., presenta cómo se desarrollaron las redes de abastecimiento y redistribución del cereal en el caso de Hispania romana, levantándose “grandes almacenes que constituyeron desde su fundación los edificios imprescindibles para cubrir las necesidades comerciales y... para garantizar el aprovisionamiento alimentario a la población”.

<sup>107</sup>Sobre el significado, organización y funciones de la *annona*, ver A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 10-24; Sobre la *annona* y su desarrollo temporal, J. B. III RUTER, *The seed of Principate: annona and Imperial Politics*, 2016, pp. 52-57, quien presenta un cuadro gráfico que describe muy bien este aspecto. Además, ver: P. GARNSEY, “Grain for Rome”, en P. Garnsey; K. Hopkins; C. R. Whittaker (eds.), *Trade in the Ancient Economy*, London, 1983, pp. 118-130 y P. GARNSEY, *Famine and Food Supply in the Graeco-Roman World. Responses to Risk and Crisis*, Cambridge, 1988, pp. 224-226 y 231. Sobre *alimenta*, ver R. P. DUNCAN-JONES, *The Economy of the Roman Empire: Quantitative Studies*, Cambridge, 1974, pp. 288-315. Y de forma genérica, sobre la *annona* y la importancia del cereal como base alimentaria en Roma, P. ERDKAMP, *The Grain Market in the Roman Empire: A Social, Political and Economic study*, Cambridge, 2005, pp. 306 ss.; G. RICKMAN, “The grain trade under the Roman Empire”, *Memoirs of the American Academy in Rome* 36, 1980a, pp. 261-265, y del mismo autor *The Corn Supply of Ancient Rome*, New York, 1980b.

lamparillas, ya que el aceite de primera calidad era excesivamente costoso para este tipo de repartos.

Como otros momentos de convivialidad, los banquetes celebrados entre miembros de la administración tenían diferentes motivaciones: el homenaje a un miembro de la comunidad, la inauguración de un monumento o algún edificio de servicio público, la exaltación de una fecha importante, incluso ceremonias relacionadas con el culto religioso<sup>108</sup>. En el fondo de todos estos motivos, subyace el hecho social total, complejo y completo, que incluye una serie de factores humanos en conexión con las relaciones interpersonales y sociales y un importante factor de prestigio social del grupo de miembros de la administración frente al resto de la sociedad<sup>109</sup>. La alimentación también era una forma de destacar los niveles jerárquicos de la sociedad romana, y de hecho, existieron diferentes expresiones del banquete público<sup>110</sup>, que examinaremos a lo largo de este apartado, y que son: *cenae*, *epula* y *viscerationes*.

De la misma forma que las personas construyen sus relaciones a través de los modos de alimentarse, este hecho define a su vez a estos mismos grupos y su entorno social<sup>111</sup>. Así, comprobamos en las diversas manifestaciones de los banquetes públicos la expresión jerárquica y la coherencia de grupo de sus miembros, claramente opuestas a los banquetes de carácter popular, en los que la conciencia de grupo no era tan estrecha. Teniendo en cuenta, como señala J. F. Rodríguez Neila, que Roma como modelo de civilización nunca

---

<sup>108</sup>J. F. DONAHUE, "Toward a Typology of Roman Public Feasting", *American Journal of Philology* 124, 3, 2003, p. 426, divide por su parte, las cenas en cinco categorías: institucionales, domésticas, excepcionales, segregativas y transgresivas.

<sup>109</sup>Para J. F. RODRÍGUEZ NEILA, "*In publicum vescere*. El banquete municipal romano", en J. F. Rodríguez Neila (ed.), *Hispania y la epigrafía romana. Cuatro perspectivas*, Bologna, 2009, p. 13, las fiestas públicas eran numerosas, y también "la ocasión para organizar banquetes comunales", y aunque algunos eran de carácter público y ritual, celebrados a expensas del estado, "los *epula* y *cenae* públicos, con carácter más político que religioso, llegaron a Roma por influjo del Helenismo".

<sup>110</sup>Según señala N. GILLES, "Banquets publics et édifices de banquets en Occident Romain: Une forme d'*amoenitas urbium*?", en R. Bédon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les regiones voisines*, 2001-2002, Limoges, 2002, pp. 227-239, el concepto de *amoenitas urbium* haría aparición en estos banquetes, en los que sería posible el disfrute de los placeres de la vida urbana, que se acompañaban de otros y diversos actos como ceremonias religiosas o sociales, incluso espectáculos, en unos edificios dotados de salas especiales para su celebración.

<sup>111</sup>C. M. COUNIHAN, "The Social and Cultural Uses of Food", en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 2, Cambridge, 2000, pp. 1520.

dejó de pivotar sobre una dominante oligarquía, resulta natural que los banquetes de estos sectores sociales adquirieran una importancia singular<sup>112</sup>.

En todo el Imperio existieron diferentes tipos de celebraciones públicas vinculadas con las oligarquías, como veremos a continuación, e incluso se pusieron de manifiesto diferencias entre los concelebrantes -como sucedería también en el banquete privado-, diferencias que dependerían del tipo de ceremonia y de la propia categoría de las personas que asistían a ellas<sup>113</sup>. En cuanto a la organización de estas ceremonias, en todos los banquetes, tanto de carácter público como privado, se celebraban tras caer el mediodía, como correspondía a la comida principal del día<sup>114</sup> -Cic., *Mur.*, 67-. A partir de esta hora se desarrollaban, estando la reunión a cargo de un presidente de mesa al que correspondía dirigir la reunión -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 122-. Este, siguiendo una costumbre ancestral, ofrecía la bebida al resto de los comensales en la misma copa en la que después se realizaba una ofrenda a los dioses.

Y esto se aplica a todas las élites, no solo a las de la capital, sino también a las municipales, siendo clave para todas ellas su vinculación con estos banquetes, ya que estaba en juego la promoción social, a través de la cual, finalmente, sus miembros formarían parte de las élites rectoras, como señala J. F. Rodríguez Neila<sup>115</sup>. Por su parte, las élites municipales tuvieron relación con estos banquetes a través de dos canales: por un lado como organizadores de los propios banquetes, y por otra como participantes en ellos. La Ley de Irni señala que entre las obligaciones de los ediles estuvo el ordenamiento de las contribuciones para los suministros, así como la organización de los mercados, y con esto la corrección en los sistemas de pesos y medidas característicos de los *Macellum* -*Lex Irn.*, 19,

---

<sup>112</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, "Elites municipales y ejercicio del poder en la Bética romana", en J. F. Rodríguez Neila y F. J. Navarro Santana (eds.), *Elites y promoción social en la Hispania romana*, Pamplona, 1999a, pp. 12-13. Sobre el origen del banquete cívico como expresión de la sociedad griega, heredada por la romana, ver P. SCHMITT-PANTEL, *La cité au Banquet. Histoire des repas publics dans les cités grecques*, Rome, 1997, pp. 443 ss.

<sup>113</sup>Sobre los diferentes tipos de celebraciones públicas con banquetes de carácter comunitario, ver J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, pp. 14-16; J. F. DONAHUE, *The Roman Community at Table during the Principate*, Michigan, 2004, pp. 93 ss. Sobre el banquete cívico como evento público integrado en la vida urbana e implicando a diversos miembros de la sociedad, ver P. GARNSEY, *Food and Society in Classical Antiquity*, Cambridge, 2002, p. 132.

<sup>114</sup>Sobre la hora en que se desarrollan este tipo de celebraciones, ver DOSI-SCHNELL, *Le abitudini alimentari dei Romani*, Roma, 1992a, pp. 45-47, y con respecto a su desarrollo, P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1997, pp. 281-358.

<sup>115</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999a, p. 16.



6-7-. Independientemente de su propia participación en las cenas de carácter comunitario, dichos ediles debían disponer la forma de organización, las partidas de gasto de los fondos municipales así como las cantidades que había que dividir entre las cenas o las ceremonias religiosas, y la forma de administrar ambas. En general, las reuniones de las élites municipales estuvieron motivadas fundamentalmente por intereses de carácter político. Este interés puesto de manifiesto en la celebración de banquetes en común, de carácter cívico, se debía a la importancia de la comunicación entre personas de alto rango administrativo y político, así como al prestigio que suponía la celebración de acontecimientos políticos, religiosos, o de carácter evergético. La celebración de estos banquetes señaló significativamente aquellos días en los que se festejaban, incluso la *Lex Irnitana* señala que los días en que se organizan no se deben celebrar juicios, lo que, según E. Melchor Gil, muestra la importancia de los banquetes de carácter municipal<sup>116</sup> -*Lex Irr.*, 92-.

Por su parte, en otros banquetes públicos, las *viscerationes*, había repartos de carne, la cual procedía del sacrificio de diferentes animales<sup>117</sup>. En cuanto a los alimentos que se consumían en ellos, desde luego, tanto el pan como el vino eran básicos, siendo corriente su presencia por la facilidad y bajo coste de su adquisición<sup>118</sup> -*Plut., Caes.*, 5, 9; 55, 4-. Sin embargo, el producto “estrella” entre los entre los diferentes alimentos, la carne, era protagonista, debido a que se consideraba un alimento de prestigio y calidad, y como tal protagonizaría los banquetes más importantes. En ellos, *epula, cena y viscerationes*, regulados en la Ley Irnitana, observamos la relación entre su disfrute y dichos festines<sup>119</sup> -*Lex Irr.*, 77; 79; 92-. Por su parte, la carne, que era un alimento más caro, era también muy apreciada por este mismo motivo, por lo que la carne de los sacrificios, el *ius epulandi publice*, se reservó a la élite social -*Suet., Aug.*, 35-. Y con el tiempo, su consumo fue acrecentándose hasta el punto de que en época de Aureliano se introdujeron distribuciones

---

<sup>116</sup>E. MELCHOR GIL, *El mecenazgo cívico en la Bética. La contribución de los evergetas al desarrollo de la vida municipal*, Córdoba, 1994, p. 18. La ley se refiere a: *Epulum aud vesceratione municipibus, aut cena decurionibus conscriptisue*.

<sup>117</sup>E. MELCHOR GIL, *La munificencia cívica en el mundo romano*, Madrid, 1999, pp. 35. Por su parte, con respecto a las *viscerationes*, P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, p. 132, señala que: “The sacrificial banquet is the last act, or one of the last acts, of the ritual of blood sacrifice. The meat is divided out equally. This is crucial... Equality among... the citizens, who might represent only a fragment of the population...”

<sup>118</sup>Con respecto al precio de los vinos corrientes, ver A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992a, pp. 181-182. En relación con el pan, C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, p. 348.

<sup>119</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, p. 36.

en la que se incluía la carne de cerdo, cuyo consumo hasta entonces no había sido fácilmente accesible<sup>120</sup>.

De nuevo, la *Lex Irnitana* señala como acontecimientos diferentes los tres grandes tipos de banquetes: *cenae*, *epulum* y *viscerationes*, destacando como la más prestigiosa la *cena* –*Lex Irn.*, 92-. Esta última estaba reservada para el disfrute de los miembros de la jerarquía del poder –generalmente decuriones, aunque también podían participar los Augustales<sup>121</sup>-, mientras que el *epulum* o la *visceratio* se destinaban a los ciudadanos aunque no exclusivamente, como veremos. Pasamos a describir cada uno de ellos a continuación:

*Cenae*: banquete de gran categoría, en comparación con el *epulum*, y más formal que otros banquetes<sup>122</sup>. La carne era un alimento de prestigio, y como tal fue el producto más consumido en los banquetes más importantes, como las *cenae*, las cuales estaban especialmente reservadas a los decuriones, aunque ocasionalmente podían participar en ellas los libertos ricos, lo que suponía siempre un gran honor<sup>123</sup>. Diferentes emperadores ofrecieron estas cenas a miembros de las élites, como Tiberio en el 12 d.C., emperador que ofreció mil mesas para este banquete –*Suet., Tib.*, 20; –*Cass., Dio., H. R.*, 57, 12, 5-. Por su parte, Calígula también las organizó en varias ocasiones –*Suet., Cal.*, 17; *Cass., Dio., H. R.*, 59, 11, 3-. Asimismo, Claudio, –*Suet., Claud.*, 32; *Cass., Dio., H. R.*, 60, 7, 4-. Pero fue sobre todo Domiciano, emperador que recuperó la costumbre de celebrar cenas formales, en lo que J. F. Donahue llama “Comensalidad transgresiva”, caracterizada según él por suponer la trasposición de los límites sociales de forma temporal, con idea de afianzar las relaciones entre diferentes estratos sociales o económicos –*Suet., Domit.*, 7-. Es lo que señala Estacio: *...una vescitur omnis ordo mensa, parui, femina, plebs, eques, senatus:*

---

<sup>120</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, pp. 65-66, señala que la carne de las *viscerationes* “En las ciudades provinciales... pudieron ser más habituales, como señala la ley de Irni” –*Lex Irn.*, 92-. Dicha carne podía proceder de la compra por parte de los munícipes, de los animales sacrificados en las *venationes*, o incluso de las víctimas de sacrificios. Y sobre el consumo de la carne de cerdo en este tipo de repartos, L. CHIOFFI, *Caro: il mercato della carne nell'occidente romano*, Roma, *op. cit.*, 1999, pp. 138.

<sup>121</sup>Para J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, p. 14, este tipo de celebraciones “ofrecidos a sus expensas por los evergetas a los grupos sociales más destacados, como los decuriones y los Augustales”, representó una “dimensión importante del convite público”.

<sup>122</sup>D'ARMS, “The Roman Convivium and the Idea of Equality”, en O. Murray (ed.), *Symptica. A Symposium on the Symposion* Oxford, 1999, pp. 308–320; S. MROZEK, *Les distributions d'argent et de nourriture dans les villes italiennes du Haut-Empire romain*, Bruxelles, 1987, p. 38.

<sup>123</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1994, p. 116.

*libertas reverentiam remisit. et tu quin etiam —quis hoc vacare, vis promittere possit hoc deorum? - nobiscum socias dapes inisti. iam se, quisquis is est, inops, beatus, convivam ducis esse gloriatur*<sup>124</sup>.

*Epula*<sup>125</sup>: banquetes de carácter público y origen griego en los que se festejaban acontecimientos religiosos, funerarios o bien eran de carácter cívico, destinados a los ciudadanos y no estrictamente para los cargos administrativos<sup>126</sup>. Quienes no participaban en los repartos gratuitos, festejaban los acontecimientos en banquetes comunes o *epula* o bien en las más prestigiosas *cena* decurionales<sup>127</sup>. Eran menos protocolarios y formales, y estaban abiertos a toda la población<sup>128</sup>. Sin embargo, algunos de estos banquetes estaban destinado a las élites, entre ellos los acordados para disfrute de los miembros del Senado – Suet., *Aug.*, 35, 3; Liv., *Ab Urb.*, 38, 37, 5-. También los *epula* se celebraron para el disfrute de cónsules y pretores, Tito Livio deja la descripción de uno de estos para cuya celebración se realizaron una serie de sacrificios según el ritual griego, los cuales fueron preparados por los decenviros, con las siguientes víctimas sacrificiales: para Apolo un buey con los cuernos dorados y dos cabras blancas con los cuernos dorados, y para Latona una vaca con los cuernos dorados<sup>129</sup> –Liv., *Ab Urb.*, 25, 12-13-. Según M. Kajava los animales

---

<sup>124</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp. 434 ss. Además, señala dicho autor que este tipo de comensalidad es típica de las sociedades muy jerarquizadas. Este tipo de mezclas sociales, en las que participaba el propio emperador, llegó hasta tal punto que Estacio en sus *Silvas* recoge cómo en la misma mesa... “comen todas las clases: niños, mujeres, plebe, caballeros, senadores... quienquiera que sea, pobre u opulento, puede gloriarse de ser comensal de su príncipe” –Stat., *Silv.*, 1, 6, 43-50-.

<sup>125</sup>Sobre el origen del término *Epulum* como fiesta romana conectada con algunos términos indo-europeos y sánscrito, y quizás con su propia celebración, ver J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2004, p. 7.

<sup>126</sup>L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 51 ss. señala que los *epula* y *cenae* de tipo político y no religioso, representaron la influencia helenística en Roma. Sobre los banquetes cívicos y los rituales de comensalidad que dan origen a los banquetes romanos –heredados del mundo griego y a su vez existentes en las sociedades arcaicas- ver P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1997, pp. 53-115. Y sobre el desarrollo de los banquetes públicos griegos, P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1997, pp. 291-358. Por su parte, J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp. 426, señala en lo relativo al uso del término, que el significado más común era sencillamente el de fiesta, usándose en el entorno del *epulum publicum*, y a continuación señala las dificultades de lectura de este término en las inscripciones epigráficas.

<sup>127</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, p. 100.

<sup>128</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, p. 15, destaca la diferencia ya señalada entre *cena* y *epulum*, señalando la *cena* como la “comida romana de más prestigio y calidad”.

<sup>129</sup>Para los sacrificios rituales cuya carne se destinaba a los *epula*, realizados al estilo griego, y sus diferencias con los banquetes y distribuciones a gran escala realizados por los romanos, ver M. KAJAVA, “Visceratio”, *Arctos* 32, 1998, pp. 118 ss. Sobre los sacrificios de animales en la

para el sacrificio se podían adquirir en las carnicerías y mercados de la ciudad, y su precio, según R. P. Duncan Jones podría variar entre seis mil hasta ochenta y cuatro mil sestercios<sup>130</sup>.

Según E. Melchor Gil, en Hispania hay constatados por la epigrafía cuarenta y dos *epula*, número que debe responder en cada uno de los lugares no tanto al grado de romanización como a un gran arraigo de este tipo de celebraciones. Solo hay dos testimonios de *cenae* y las *viscerationes* únicamente se aluden en el capítulo XCII de la *Lex Irnitana*<sup>131</sup>.

*Viscerationes*: otro tipo de banquetes o repartos públicos, en los cuales había una distribución de carne que procedía del sacrificio de diferentes animales<sup>132</sup>. De nuevo observamos el alimento de prestigio, la carne, como centro de una reunión comunal. El concepto de *visceratio*, para M. Kajava, tenía el significado del reparto de la carne de los sacrificios tras los rituales, y tras estos, el consumo compartido de la carne cortada previamente por los sacerdotes<sup>133</sup>. En realidad, y según sugiere este autor, la *visceratio* tenía lugar en diferentes ocasiones sociales, tanto en funerales como en grandes celebraciones. Por ejemplo, en el funeral de la madre de M. Flavio –Liv., *Ab Urb*, 8, 22, 2-4-, o con motivo de banquetes públicos y fiestas<sup>134</sup> –Cic., *De off.*, 2, 55-. Se trata de una ceremonia de orígenes muy antiguos, que se celebraba incluso antes del 338 a.C., cuando colapsa la Confederación de ciudades latinas. El ritual que se practicaba anualmente mientras funcionó la Liga, continuó poniéndose en práctica por parte de los romanos –Varro., *Ling. Lat.*, 6, 25; Plin., *N.H.*, 3, 69; Liv., *Ab Urb.*, 32, 1, 9-. Se trataba de un reparto ofrecido por políticos del más alto rango por lo general, como nos muestra el que se realizó a la muerte de P. Licinio Craso en el 183 a.C., o el que se celebró en el funeral del general T.

---

Antigüedad, ver G. EKROTH, “Animal Sacrifice in Antiquity”, en G. L. Campbell, *The Oxford Handbook of the Animals in Classical Thought and Life*, Oxford, 2014, pp. 324-354.

<sup>130</sup>M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, pp. 120. Igualmente, R. P., DUNCAN-JONES, *op. cit.*, 1974, p. 201.

<sup>131</sup>E. MELCHOR GIL, “Evergetismo y distribuciones en la Hispania romana”, *Florentia Iliberritana* 3, 1992, p. 377.

<sup>132</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1999, p. 35. Sobre el mercado, la producción y el comercio de carne, ver el trabajo de L. CHIOFFI, *Caro: il mercato della carne nell'occidente romano*, Roma, 1999.

<sup>133</sup>Sacerdotes, que según P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1997, p. 360, eran magistrados de la ciudad revestidos de una función sacerdotal.

<sup>134</sup>Repartos y fiestas cuyo valor moral y utilidad pública cuestiona directamente Cicerón, tachándolas de pródigas, efímeras y derrochadoras.

Flaminius, en el 174 a.C.<sup>135</sup> -Liv., *Ab Urb.*, 39, 46, 2; 41, 28, 11-. Tras el sacrificio, en el que se ofrecían a la deidad los órganos internos, la carne, propiamente dicha, se compartía entre los presentes, como señala M. Kajava. Séneca, por su parte, se refiere a la *visceratio* como una comida que se debe tomar en compañía –Sen., *Ad Luc.*, 19, 10-. Finalmente, M. Kajava señala que *visceratio* y *epulum* son parte de una misma celebración –Sen., *Ad Luc.*, 73, 8-. O que en realidad, no se diferencian por el tipo de comida que se consumiera en uno y otro, sino más bien en la forma de servirse, es decir: un banquete organizado frente a una distribución pública de carne, aspectos que sin embargo, no están totalmente definidos<sup>136</sup>.

Desde luego, en los banquetes de cualquier tipo existía un hecho convivial, algo que no necesariamente sucedía en los repartos, por ejemplo, a pesar de –en su caso- tener en común la gratuidad. Por su parte, J. F. Donahue realiza una distinción entre comensalidad y convivialidad, con el fin de establecer ciertas diferencias sutiles entre repartos y banquetes. Para él: “conviviality must be understood as the actual result of commensality. In essence, it is simply a by-product of the larger process of sharing food and drink, with its characteristic emphasis on internal hierarchies and social groupings<sup>137</sup>”. Es decir, en ciertos repartos no existiría el hecho convivial, como sería el caso de la *annona* e incluso ocasionalmente con los repartos evergéticos, debido a que estas celebraciones o repartos no dependían del deseo de los receptores de la celebración en común, sino o de la necesidad perentoria de alimentarse o de la voluntad de los poderes públicos y los evergetas. A través de estos repartos, por tanto, no se origina el momento convivial que sí se produciría en los banquetes de cualquier tipo, de cualquier categoría, tanto los de miembros de las élites como las reuniones sencillas celebradas entre amigos, banquetes privados y públicos. De cualquier manera, la intención de la administración no era fomentar la convivialidad con la *annona*, sino evitar la hambruna. Formaba parte de la estrategia para mantener la paz social, lo cual tiene diferentes connotaciones, que analizaremos en el apartado correspondiente<sup>138</sup>.

---

<sup>135</sup>M. KAJAVA, *op. cit.*, 1998, pp. 109 y 113-114.

<sup>136</sup>M. KAJAVA, *op. cit.*, 1998, pp. 116 y 122 ss.

<sup>137</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, p. 426; C. GRIGNON, “Commensality and Social Morphology: An Essay of Typology”, en P. Scholliers (ed.), *Food, Drink, and Identity: Cooking, Eating, and Drinking in Europe since the Middle Ages*, Oxford, 2001, pp. 24-25.

<sup>138</sup>J. REMESAL RODRÍGUEZ, *op. cit.*, 2017, p. 14, apunta a que la función de la *praefectura annonae* era “acarrear los suficientes productos básicos, sobre todo grano y aceite, necesarios a toda

La expresión de los diferentes tipos de formas de alimentación de orden público, tanto los que se manifestaban en forma de banquetes cívicos como en forma de repartos, tienen, como hemos comprobado, un entorno social diferente. El “hecho social total” expuesto a través de ellas, nos muestra las diferencias que las propias formas de alimentación indican y como ésta puede ser vehículo para un momento de convivencia y de relaciones sociales, pero no tiene necesariamente que serlo ya que esto depende de las

---

### Crustulum et mulsum

---

circunstancias que envuelven el hecho alimentario. Cada uno de los dos grandes grupos beneficiados por los alimentos en relación con la administración pública manifiestan sus diferencias entre ellos: en primer lugar, las diferencias sociales, de poder entre uno y otro. En segundo lugar, la jerarquización presente en todos los ámbitos de la vida romana, y en tercer lugar, la importancia de los alimentos y lo que estos simbolizan en los diferentes entornos de la vida social romana, tanto de los miembros de los grupos poderosos como de los más modestos.

En otro orden social, y más popularmente, también se repartieron conjuntamente una pareja de alimentos, distribución conocida como *crustulum et mulsum*<sup>139</sup>. Se trataba de un tipo de pan o galleta crujiente, y vino mezclado con miel. O también *panem et vinum* simplemente<sup>140</sup>. Aunque este último reparto corresponde a una época más tardía, ss. III y IV<sup>141</sup>. El *crustulum et mulsum* era un reparto conocido en época republicana que se consolidó en época de Augusto, distribuyéndose de forma regular hasta el año 173 d.C. y desapareciendo después progresivamente<sup>142</sup>. Se trataba de dos alimentos que se repartían

---

la población de Roma. Para mantener la paz social, el emperador tenía que asegurar que en Roma no se produjesen hambrunas”. Sobre la hambruna en el mundo romano, ver: P. ERDKAMP, “Famine and Hunger in the Roman World”, en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, pp. 296-307.

<sup>139</sup>J. VIZCAÍNO SÁNCHEZ, J. M. NOGUERA CELDRÁN; M<sup>a</sup> J. MADRID BALANZA, “Pistores *dulciarii* en el barrio del Foro de *Carthago Nova*. A propósito del hallazgo de dos moldes cerámicos bivalvos”, *Anales de Arqueología Cordobesa* 28, 2017b, pp. 146 ss., sugieren que el *crustulum* se fabricaba con un sistema de moldes bivalvos que adoptaban diferentes formas y se repartía en los *ludi publici*.

<sup>140</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1994, pp. 107-129. Desde luego, como existía una tipología dentro de los vinos mulsos, este reparto estaba realizado muy probablemente con un vino de baja calidad, Dioscórides señala las diferentes calidades de *mulsum*, el mejor de ellos elaborado con vino añejo y seco y buena miel –Diosc., *Mat.*, 5, 8-.

<sup>141</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, p. 24.

<sup>142</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, pp. 37-38.

para grupos populares, mientras que los decuriones participaban en banquetes más exquisitos en los que se servía la tan preciada carne señalada anteriormente. Está clara la calidad alimentaria del *crustulum et mulsum*, en la que participaba la mayor parte de una población, y que era bastante mediocre: un reparto modesto destinado a los sectores populares<sup>143</sup>. Por otro lado, no todos los grupos sociales eran beneficiarios de todos los repartos, y mientras unos recibían alimentos saciantes y simples como estos, otros festejaban los acontecimientos en banquetes comunes o *lex epula*, o bien en las más prestigiosas *cena* decurionales<sup>144</sup>. Es lo que J. F. Donahue llama “segregative commensality”, es decir, la limitación de participación en el acto de compartir una comida, lo que por otro lado provoca el refuerzo de la identidad del grupo<sup>145</sup>. A partir del tribunado de Cayo Graco, en el 123 a.C., el reparto de trigo se realizó mensualmente y para cada ciudadano, a expensas del erario público (Figs. 5 y 5a). Una *lex frumentaria* de Graco, instituida en el marco de la Ley Sempronia, vino oportunamente a calmar problemas de abastecimiento en la Roma del decenio del 120 a.C., asegurando el precio del modio de trigo -unos 8’75 litros- a 6 y  $\frac{1}{3}$  ases -Appian., *De bellis civ.*, 1, 21-.



Fig. 5. Estampilla entregada a cambio de una ración de trigo, emitidas posiblemente como pago del reparto de cereal. Museo Británico

<sup>143</sup>Las diferencias eran notables, y como ejemplo, podemos observar en el mismo acto, un reparto de *crustulum et mulsum* al pueblo, mientras que los decuriones disfrutaban de una magna cena -CIL, 9, 2962-. Sobre la sencillez de este reparto ver S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, pp. 40-41 y 71.

<sup>144</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, pp. 100.

<sup>145</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp. 432.



*Ad frumentum*

Fig. 5a. Moneda de plata de Piso y Caepio del 100 a. C.

La inscripción: *AD FRV(MENTVM) EMV(NDVM) EX S(ENATVS) C(ONSVLTO)*

Museo Británico.

Teniendo en cuenta los problemas de abastecimiento de grano a la *Urbs* debido a la Guerra de Sicilia, a la plaga de langosta en África -el tradicional granero de Roma-, y finalmente al agravamiento de la piratería, esta ley resultó muy oportuna para paliar las necesidades de alimentación de un importante sector de población que estaba a merced de las fluctuaciones de los precios del mercado<sup>146</sup>. De esta manera se aseguró el precio de un ingrediente básico en la alimentación como era el trigo a un coste asequible y estable.

En este sentido, la regulación de los precios jugó un importante papel y los abastecimientos en Roma, no solamente los repartos gratuitos, sino los de carácter comercial y lucrativo, se encontraban regulados por la *Lex Iulia de Annona*. Mediante la aplicación de dicha ley se impedían acciones fraudulentas y se regulaban y universalizaban en todo el Imperio pesos y medidas<sup>147</sup>. Quebrantar la ley, especular con alimentos, o engañar, al comprador eran actos regulados y considerados delito -*Dig.*, 48, 12, 1; 48, 12, 2-

Sin embargo, hay detalles que ignoramos en relación con estos repartos y que son de suma importancia para conocer un estado nutricional aproximado de la *plebs*. En este caso se trata de saber si el precio que la *lex frumentaria* asignaba al trigo estaba limitado por un máximo de compra, si tenía relación con el número de miembros de cada familia y, sobre

<sup>146</sup>Aunque no sería el único, como señala A. DALBY, *Empire of Pleasures*, London, 2000, p. 112, y confirman las fuentes, como Horacio y Cicerón -*Hor.*, *Od.*, 1, 31, 4; *Cic.*, *De lege Manil.*, 34-.

<sup>147</sup>Los encargados de controlar el sistema de pesos y medidas eran los ediles, según A., *op. cit.*, 2011, p. 124. Al menos, durante parte de la República, y contando con la parquedad de las fuentes “a la hora de hacer referencia a las instituciones y el personal administrativo en general que se hizo cargo del control y la supervisión de los pesos y medidas en Roma”.



todo, la relación de este precio con el que tenía en el mercado ordinario el trigo. Los problemas que podía causar la corrupción de los ediles encargados del abastecimiento de grano en momentos de carestía, llegaría a ser origen de revueltas populares. En lo que puede ser un atisbo de los problemas creados por la corrupción, Ganímedes, un personaje creado por Petronio, tras un año de hambruna se quejaba de los ediles que intrigaban junto con los panaderos<sup>148</sup> -Petron., *Satyr.*, 44-. Parece que llevaban a cabo su fraude de la siguiente forma: los primeros llevaban un porcentaje en las ventas y los segundos no respetaban los precios establecidos por ley, y elaboraban panes de inferior calidad, tipo de harina y peso a los requeridos.

Una de las preocupaciones de la administración romana en todas las épocas fue el abastecimiento, el cual se facilitó enormemente desde la época de Cayo Graco en relación con épocas anteriores. Esto se debió al impulso constructor de silos de gran tamaño, motivado por la necesidad de graneros para almacenar el trigo. Por otro lado, también fue un acicate la promulgación de la *lex frumentaria* instituida dentro de la Sempronia. Más tarde, en época de César ya había 320.000 beneficiarios de la *annona*, número que él redujo a 150.000, pero la cifra debió crecer pronto ya que Augusto se vio obligado a rebajarla a 200.000 – Suet., *Iul.*,41-. El propio Augusto, durante su juventud fue encargado de proveer grano a Roma -Aug., *Res gest.*, 5-. En esta última época, la coincidencia de unas graves inundaciones del Tíber y de una plaga que afectó a la agricultura italiana, provocaron una serie de hambrunas y una importante crisis alimentaria. A pesar de los problemas, el emperador proveyó de grano a la ciudad en pocos días, sin aceptar los honores que por tal motivo le ofrecieron después.

La estructura administrativa de la *annona* formaba parte de la propia burocracia gubernamental y disponía de sus propios cargos dentro de la administración pública. Entre sus obligaciones se encontraba tanto la gestión como la organización de infraestructuras. Entre estos cargos estaban los responsables de las puertas de entrada de trigo a la ciudad,

---

<sup>148</sup>El enriquecimiento de los panaderos es un tema tocado frecuentemente por los escritores satíricos. Marcial, por ejemplo, habla de un panadero que, habiendo prosperado por su quehacer profesional, se dedica a las leyes, y dilapida el dinero ganado doblemente, tanto como panadero como abogado, su profesión anterior –Mart., *Epigr.*, 8, 16-.

lugares de un gran tráfico comercial como el puerto de Roma, Ostia, al que arribaban una enorme cantidad de mercancías. Este puerto necesitó a partir del siglo III a.C. la creación de un *quaestor Ostiensis*, cuyas competencias fueron fundamentalmente annonarias. Esto

---

*Capacidad  
saciantes del cereal*

---

señala la necesidad de administración y organización de las importantes remesas alimentarias llegadas a Roma, y también del tipo de distribución que se realizaba. F. Coarelli insiste en el rol preminente de Ostia en la organización *annonaria* romana de la tardo República. Sin embargo, la importancia de los abastecimientos dependientes de Ostia no es exclusiva de esta época, y continúa a través del tiempo, llegando sin interrupción hasta el s. II d.C., tanto con respecto a la cantidad de mercancías arribadas, y a la necesidad de una organización sobre el almacenamiento, como a la administración de dichas mercancías<sup>149</sup>.

Por otra parte, hay que tener en cuenta con respecto al aprovisionamiento de trigo, la importancia de este grano como fuente alimentaria básica para los ciudadanos romanos. La gran concentración humana de la ciudad de Roma provocó un gran problema para el abastecimiento ya que en sus alrededores no se producía la cantidad suficiente para el consumo diario. Después de la Segunda Guerra Púnica, la cantidad de grano proveniente de Sicilia y norte de África decayó, lo que debido a la necesidad de este trigo en la capital, explica la necesidad de búsqueda de suministros alimentarios. La gran fuente de aprovisionamiento triguero, para A. Ciarallo, fue el sur de Italia, en concreto la zona vesubiana, que podía dedicar al cultivo cerealícola alrededor del 40% de unos 1.000 km<sup>2</sup> de territorio<sup>150</sup>. Esta cantidad de grano pudo ser suficiente para una población de 30.000 personas. Como en otros lugares del Imperio, el cultivo del cereal rotaba con otros cultivos, principalmente de leguminosas, que aportan nitrógeno a la tierra empobrecida por el cultivo del anterior.

---

<sup>149</sup>F. COARELLI, "Saturnino, Ostia e l'annona", *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*, Actes du colloque international de Naples (1991), Napoli-Roma, 1994, pp. 36-43 y 48.

<sup>150</sup>A. CIARALLO, "Il frumento nell'area vesuviana", *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*, Actes du colloque international de Naples (1991), Napoli-Roma, 1994, p. 138. No fue suficiente para mantener a la población de Roma, pero sí un apoyo en tiempos de decaimiento de los suministros de trigo africano.

Por su lado, el trigo no siempre se transformó en pan, y la *annona* se entregó bajo dos formas: como trigo sin elaborar o panificado. Cuando la forma que adquiriría era la de pan, se preparaban panes toscos, cocidos incluso con su salvado, de manera que el peso que se conseguía por cada porción de pan era más elevado con el mismo coste y cantidad de trigo limpio y sin salvado. No eran los panes blancos, dulces, que encontraremos en los banquetes de élites. Sin embargo, además de la diferencia visible por su aspecto más oscuro, rugoso y basto, los panes integrales eran mucho más beneficiosos para la salud que esos otros panes elaborados con harinas refinadas<sup>151</sup>.

La capacidad de los cereales para proporcionar saciedad y nutrir en adecuada combinación con otros alimentos es una de sus más importantes características nutricionales. Cada grano de cereal es una semilla completa que proporciona una gran cantidad de aminoácidos esenciales. Además de la fibra propia del salvado, los cereales también contienen el germen, otra preciada fuente de aceites y de vitamina E. Al procesarse para producir harinas, se rompe la capa exterior de cada grano, y el aceite del germen no tarda en oxidarse. También al eliminar el salvado se pierden sus propiedades benéficas. Es por estos motivos que el exceso de refinamiento del grano no mejora sus cualidades. Por otra parte, no solamente se tomaban en forma de harinas, sino que con bastante frecuencia se consumía el trigo completo, como ingrediente de base para elaborar guisos y potajes. Era imprescindible ponerlo a remojo unas horas antes de guisarlo.

Como estas semillas estaban destinadas a alimentar a los grupos sociales más desfavorecidos, es lógico concluir que se trataba de conseguir que, una vez cocinadas, suprimieran el apetito. Así, para extraer el máximo partido a estos alimentos, se preparaban en forma de guisos, estofados o *puls* ya que este tipo de elaboraciones son capaces de aplacar el hambre con gran eficacia. A idéntica cantidad de trigo molido panificado o formando parte de hervidos y estofados de cualquier tipo, la segunda técnica es más eficiente para este objetivo.

---

<sup>151</sup>La dieta que contiene entre sus ingredientes alimentos integrales en cantidad suficiente, es mucho más rica y saludable que la que incluye un exceso de alimentos refinados. Para una población que consume un bajo nivel de fibra, pueden aparecer las llamadas “enfermedades de la civilización”: que consisten en problemas de estreñimiento, hemorroides y diverticulosis de colon, quizás cáncer de colon. Su baja ingesta también tiene una relación directa con la enfermedad aterosclerosa, ya que la fibra absorbe el colesterol, ácidos biliares y otras sustancias tóxicas. P. CERVERA i RAL *et alii*, *op. cit.*, 1999, pp. 64-66.

Por otro lado, cuando el cereal se consume junto a una porción de legumbres, se convierte en una combinación muy interesante desde el punto de vista nutricional: las cadenas proteínicas correspondientes a los cereales y a las legumbres, independientemente consideradas son incompletas, pero si ambos ingredientes se consumen juntos, es posible completar una cadena proteínica<sup>152</sup>. De esta forma, el resultado final es de un valor nutritivo similar al de la proteína animal. A pesar del mayor valor biológico de las proteínas de origen animal, la combinación en el mismo plato de cereales y legumbres presentan una mejora nutricional con respecto a su consumo de forma aislada. Y por tanto, se produce entre ellos una interacción de sus características nutricionales, que se conoce como fenómeno de suplementación<sup>153</sup>. Esto nos señala, entre otros aspectos, que los estratos populares no necesariamente estuvieron mal nutridos, aunque otros asuntos son la calidad de los alimentos y las cantidades consumidas.

---

*Fenómeno de  
suplementación*

---

Por su parte, a las escaseces periódicas que sufría el Mundo Antiguo se les pudo hacer frente gracias a una buena organización, al apoyo de la administración pública y a la *annona*. No todos los años se producían cosechas regulares y constantes en cada uno de los puntos del enorme Imperio, y aquí es donde entraba en juego el criterio de importación de la administración, cuya consecuencia, en previsión de épocas malas, fue la compra de mayores cantidades de trigo de las que en realidad se necesitaban<sup>154</sup>. El estado se ocupó del abastecimiento de cereal y naturalmente, de agua, que suministrada mediante una red de acueductos no faltó en las grandes ciudades, de forma abundante y gratuita.

Hasta tal punto fueron eficaces las distribuciones públicas, que cada vez se solicitaban más. Por ejemplo, en época de Augusto, el pueblo se quejó de los precios del

---

<sup>152</sup>El fenómeno de suplementación entre cereales y legumbres está bien explicado en P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, pp. 20-21, y se refiere a que si bien el cereal es muy nutritivo, presenta baja cantidad del aminoácido lisina, de vitamina B<sub>2</sub> o riboflavina, así como escasa cantidad de vitaminas A, C y D. Las legumbres, por su parte, son capaces de completar estas deficiencias consiguiendo que ambos productos –cereal y legumbre- se conviertan en una importante fuente nutricional no solo energéticamente, sino desde el punto de vista de la correcta nutrición. Sobre la composición de las legumbres, contenido nutricional y proporción en la dieta romana, ver F. HEINRICH y A. M. HANSEN, “Pulses”, en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, 2019, pp. 116-128.

<sup>153</sup>F. GRANDE COVIÁN, *La alimentación y la vida*, Barcelona, 2000, pp. 11-14.

<sup>154</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.* 1990, pp. 103-109.

vino, pidiendo que de la misma forma que el trigo, fuera objeto de reparto gratuito<sup>155</sup>. Pero el emperador se enfrentó a la cuestión directamente, diciendo que Agripa, su yerno, se había ocupado de que el pueblo no pasara sed, y para ello había construido una magnífica red de conducción de aguas. También existieron repartos de aceite, como el que Septimio Severo realizó con intención de perpetuidad al pueblo romano<sup>156</sup> –*SHA., Sept., Sev.*, 18-. O de cerdo y vino, como hizo Aureliano, distribuyendo un pan realizado con flor de harina, es decir, panes de calidad –*SHA., Aurel.*, 35-. Este emperador tuvo la intención de perpetuar dicha costumbre. Por esta disposición se quejó el prefecto del pretorio, diciendo: *Si et vinum populo Romano damus, superest ut et pullos et anseres demus* –*SHA., Aurel.*, 48-.

El trigo, en forma de grano o pan, nunca faltó a los ciudadanos romanos. La administración pública estaba especialmente interesada en que este aspecto estuviera cubierto. También el evergetismo contribuyó a que no faltaran alimentos básicos para la *plebs*, aunque sus razones no eran ni mucho menos humanitarias, sino cívicas. Y es que los evergetas eran productores o comerciantes a la vez que benefactores: la paz social tenía un precio, y este fue pagado en forma de suministros alimentarios, aportando así tranquilidad a las ciudades romanas.

## 1.2. De los mercados a las casas

Los lugares de producción de alimentos que hemos visto podían estar tan alejados como las diferentes provincias, o incluso los exóticos países del Este que cultivaban especias, o muy cercanos, como los pequeños huertos extramuros de las ciudades y el entorno rural directo. Desde estas esferas se realizaba la distribución de los diferentes productos hasta las ciudades, en donde a su vez, y en cantidades inferiores, se irían redistribuyendo a través de los mercados, tanto periódicos como estables, mediante los pequeños puestecillos e incluso por mediación de vendedores ambulantes. En cualquier

---

<sup>155</sup>Es interesante observar cómo son justamente estos productos –vino, aceite y pan-, los que se consideran alimentos del hombre civilizado. Para M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, pp. 71-72, son los alimentos que humanizan, que civilizan. Las personas que no comían estos productos eran diferentes, eran bárbaros incivilizados. La clave es que dichos alimentos construían de alguna forma al hombre urbano, civilizado, romano, frente a los cazadores recolectores que comían alimentos naturales y silvestres, frente a ellos que consumían productos elaborados. Homero lo resume muy bien: “...porque no parecía ser humano que vive de pan...”, frente a los lotófagos, una forma de representar, enfrentadas mediante su alimentación, la civilización frente a la barbarie –Hom., *Od.*, 9, 192; 9, 82 ss.- Trad. C. T. PABÓN DE ACUÑA, *Homero. Odisea*, Madrid, 1998, p. 232.

<sup>156</sup>Sobre estos repartos gratuitos de aceite, ver A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 388-391.

caso, el final del trayecto eran las casas de cualquier tipo, y también los lugares de venta al público de alimentos preparados, como las *tabernae*. Hasta el consumidor final, el trayecto de los productos había sido complejo y requería una distribución bien organizada y ponderada para que los ciudadanos tuvieran acceso a los alimentos.

### 1.2.1. Mercados

Los mercados fueron -y aún siguen siéndolo en todo el mundo- el pulso de la vida cotidiana más auténtica, el lugar donde la población demostraba lo que esperaba, lo que poseía, cuál sería su actividad diaria y lo que podía pagar por los productos que deseaba comprar. Los mercados eran, además, una forma de medir el tiempo, de marcar el ritmo de la vida ordinaria<sup>157</sup>. Bullicio, actividad, ruido, colorido y abigarramiento son algunas de las características que describen mejor los mercados romanos. Algunos protestaban claramente, como Séneca, a quién le desagradaba sobremanera el trajín de personas y mercancías de la *Urbs* -Sen., *Ad Luc.*, 56, 1-2-. Desde su casa podía oír el ruido de los vendedores en las tiendecillas, pregonando sus mercancías, vendiendo salchichas, dulces o cualquier otro producto<sup>158</sup>. Seguramente lo hacían con una tonada característica, de manera que se identificara por el canturreo el producto en venta, como sucede aún en las pequeñas poblaciones del sur de España y en otros ámbitos del Mediterráneo<sup>159</sup>.

Los carros provocaban mucho ruido, chirriaban y traqueteaban en su tránsito sobre los adoquines del irregular pavimento, de lo que también se queja Séneca. La contaminación acústica en Roma debió ser muy alta, dificultando la paz diurna y el silencio nocturno. Marcial también se quejaba del terrible ruido, y explicaba que necesitaba irse a una pequeña finca que poseía en Nomento, donde no oía a los maestros de escuela, los panaderos, los golpes de los caldereros, los cambistas, los mendigos... decía que tenía que

---

<sup>157</sup>Las Leyes de las XII Tablas recogen una pena por deudas que se aplica después de haber pasado el tercer mercado desde que se impuso dicha pena. El ritmo vital que suponía la existencia de un mercado, es significativo desde el s. V a.C. *Tertiis (inquit) nundinis partis secanto* -*Lex XII tab.*, 3, 6-.

<sup>158</sup>Los vendedores de salchichas son una figura constante en la literatura latina, Zósimo, recoge la actividad de un sirio que se dedicaba a vender salchichas en el mercado -Zos., *N.H.*, 5, 9, 1-. Debieron ser tan populares que merecieron una obra "Las salchichas", mencionada por Ateneo y escrita por Epicarmo -Athen., *Deipnos.*, 3, 94F-.

<sup>159</sup>Sobre los ruidos como parte de la contaminación que padecían en Roma, J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *Ecología en la Antigüedad Clásica*, Madrid, 1996, pp. 56-57, señala que: "Las fuentes dan la impresión de que, tras una frenética mañana, las horas de la tarde eran más relajadas y silenciosas, se iba a las termas. Pero por la noche no faltaban los ruidos..."

salir de Roma cuando se sentía exhausto: *Et ad cubilest Roma. taedio fessis dormire quotiens libuit, imus ad villam* –Mart., *Epigr.*, 12, 57-.

Para abastecer las necesidades de los ciudadanos romanos, los comerciantes no solo proveían productos del entorno, sino que se relacionaban muy estrechamente con los caravaneros que traían productos desde lugares distantes –Pers., *Sat.*, 5, 53-55-. Para el suministro de productos de alto coste y calidad, existieron rutas que iban hacia Oriente buscando mercancías exóticas, condimentos y hierbas desconocidas<sup>160</sup>. Uno de los lugares de intercambio de los productos gourmet fue el puerto de Alejandría. Allí, los comerciantes llevaban mercancías de origen mediterráneo, cambiándolas por granos de comino o *rugosum piper*, seguramente una especia oriental desecada, y numerosos artículos distintos<sup>161</sup>. Tuvo tal importancia el interés por las especias exóticas durante el Imperio, que en el 92 d.C. se construyeron los *horrea piperataria*, o graneros de pimienta, que al llegar Alarico a Roma en 410, se reserva más de 1.600 kg de este botín<sup>162</sup>. Pero sin lugar a dudas, las especias más caras eran privilegio de los ciudadanos más ricos, mientras que las hierbas locales, de fácil acceso eran para todos.

---

<sup>160</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 205 ss., señala que hasta Roma llegaban especias exóticas, ya que la producción italiana era insuficiente para responder al consumo creciente y afición por este tipo de productos. Y así, desde azafrán de Cilicia, cilantro de Egipto, comino de Etiopía, Siria y Libia, y otras, los mercados romanos se vieron complementados por estos productos –Plin., *N.H.*, 21, 31; 20, 216; 19, 164-165; Apic., *De re coq.*, 1, 18; 3, 18, 3-. Incluso llegaron productos de la India, como fueron el nardo índico –Plin., *N.H.*, 12, 42-45; Diosc., *Mat.*, 1, 7-, el jengibre –Plin., *N.H.*, 12, 28; Diosc., *Mat.*, 2, 159, 4; 2, 160-, malóbatro –Plin., *N.H.*, 12, 129; Diosc., *Mat.*, 1, 12-.

<sup>161</sup>*Rugosum piper*, traducido en el texto como “pimientos rugosos”, suscita dudas ya que los pimientos son de origen americano y en aquel momento no se conocían en Roma. La descripción, por otra parte, podría hacer alusión a algún tipo de especia, y lo más acertado sería aplicarlo a una variedad no especificada de pimienta en forma de vaina, alargada y no redonda, seguramente deshidratada. Para J. ANDREWS, “Chilli Peppers”, en F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, p. 282, cuando los pimientos llegaron a África y a la India, de manos de los portugueses, no les resultó un alimento extraño y fue muy bien aceptado, ya que ellos conocían variedades de pimienta y jengibre con formas similares a las de los pimientos americanos aunque de menor tamaño. Según A. DALBY, *Food in the Ancient World. From A to Z*, Cornwall, 2003, pp. 254-255, la pimienta negra fue muy bien conocida en Grecia, y utilizada no solo en alimentación, sino en medicina. Para él, la pimienta negra llegó al imperio romano desde el puerto de Muziris, cerca de Cochin, a bordo de los buques comerciantes que atravesaban el Océano Índico. Pero hay otro tipo de pimienta alargada, la variedad *piper longum*, más dulce y aromática, y cuyo precio era el doble del de la pimienta negra, a lo que quizás se deba la confusión inicialmente anotada. Teofrasto define ambas claramente, como dos tipos diferentes –Teof., *H.P.*, 9, 20, 1-.

<sup>162</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 209.

Los mercados eran además de lugares de compra y venta, un punto de encuentro donde se podían citar amigos o colegas de negocios<sup>163</sup>. Los recintos estaban aislados por una barrera con una única puerta por la que poder salir o entrar. En época de Juvenal se construyó en Roma un gran mercado, edificio que recogía en su interior gran parte de las pequeñas tiendecillas repartidas por la ciudad. En él se podían vender alimentos de todo tipo: productos crudos o elaborados, también semi-preparados, conservas o salsas. Debido a la necesidad de un aprovisionamiento doméstico prácticamente cotidiano, las idas y venidas a las pequeñas tiendas del mercado eran imprescindibles, de manera que antes o después, como Juvenal describe, todo el mundo debía pasar por los mercados para comprar los alimentos necesarios<sup>164</sup>. El mercado, por tanto, tenía una

---

*Mercados:  
lugares de encuentro*

función primordial como espacio de abastecimiento, pero también una función social: eran lugares para el encuentro. Estos mercados estaban abiertos prácticamente durante todo el día, preparados para la venta -Petron., *Satyr.*, 12, 1-.

Naturalmente, a primera hora de la mañana estaban las mercancías en mejor estado y calidad, dispuestas para los más madrugadores. A última hora, a pesar de que la variedad de productos debía ser grande, solamente quedaban los de peor calidad, maltrechos por los viajes, por el calor del día y por el movimiento de personas alrededor de ellos.

En Roma existieron diversos tipos de mercados: en primer lugar los generales, en los que se podían adquirir todo tipo de productos. Pero también existían otros locales especializados en productos concretos, venta al por menor y mercados periódicos. En el caso de mercados generales y especializados, estas actividades se concretaban en espacios urbanísticos determinados. Entre los mercados especializados tenemos: en la venta de carne -*Forum Boarium* o *Suarium*<sup>165</sup>-, venta de pescado -*Forum Piscarium*<sup>166</sup>-, despachos de vino

---

<sup>163</sup>Existían incluso, para facilitar la adquisición de productos adecuados, una serie de *manuales de compra*, siendo Linceo de Samos el autor de una de estas obras -Athen., *Deipnos.*, 6, 228C; 7, 313F-.

<sup>164</sup>*Multos porro vides, quos saepe elusus ad ipsum creditor introitum solet expectare macelli, et quibus in solo vivendi causa palato est... dum gula saevit, retibus adsiduis penitus scrutante macello proxima, nec patimur Tyrrenum crescere piscem*, -Iuv., *Sat.*, 11, 10; 5, 95-.

<sup>165</sup>Los encargados de la venta de carne en estos mercados especializados, eran los *suarii* -CIL VI, 1784 a-b; 4761-.

<sup>166</sup>Que en cualquier caso, podría denominarse *Forum piscarium* o *piscatorium*, según señala C. DE RUYT, "Les produits vendus au *macellum*", en M. Montanari (ed.), *Food & History* 5, 2008, p. 139.



-*Forum Vinarium*<sup>167</sup>-, transacción de verduras -*Forum Holitorium*-. Y para la venta de golosinas y exquisiteces estaba el *Forum Cuppedinis* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 146-. En el *Forum Coquinum* alquilaban sus servicios los cocineros, y ofrecían sus habilidades y especialidades de platos elaborados<sup>168</sup>. En cualquier caso, los mercados eran un espacio en el que se desarrollaba la compra cotidiana, y donde se podían encontrar todo tipo de alimentos y productos -Hor., *Sat.*, 2, 3, 229; *Ep.*, 1, 15, 31; Mart., *Epigr.*, 10, 59; Iuv., *Sat.*, 5, 95; 11, 9-. En ellos, y desde época temprana, los romanos adquirirían sus alimentos, como señala Plinio -Plin., *N.H.*, 18, 108-.

Otros lugares de adquisición de alimentos eran los mercados periódicos, *nundinae*, que tenían lugar cada nueve días, y eran más propios del medio rural que de las grandes ciudades<sup>169</sup> -Plin., *N.H.*, 18, 3, 13-. Además, existieron un gran número de pequeños vendedores, tanto ambulantes como otros establecidos en sus *tabernae*.

En cuanto a los mercados generales, en los que se podían adquirir todo tipo de productos, repetían estructuras similares en todo el Imperio. Los mercados de época temprana en la *Urbs* no eran muy diferentes de los más sencillos conocidos de provincias, como es el caso del bien conservado mercado de Pompeya. Ambos modelos estaban constituidos por pequeñas *tabernae*, situadas alrededor de grandes espacios abiertos. Era una configuración arquitectónica típica, con un gran espacio rectangular en cuyo centro se situaba una construcción circular -en el caso de Pompeya-, constituida por una columnata abierta alrededor de la cual poder pasear<sup>170</sup>.

En Roma se construyó un gran *Macellum* en el año 179 a.C., en el que se ubicaron y centralizaron las mejores tiendas de comestibles de la ciudad -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 147-. Fue destruido durante la construcción de los foros de César y Augusto, siendo sustituido

---

<sup>167</sup>El *vinarius* era el vendedor y mercader de vino -CIL VI, 9671; 9676; 9679; 9682; 9993; IX, 4680-, una figura diferente al trabajador agrícola de las viñas.

<sup>168</sup>Según C. DE RUYT, *op. cit.*, 2008, p. 140, también es posible que se expendieran alimentos elaborados además de la oferta de profesionales de los fogones. Plauto menciona el *Forum Coquinum* con idéntico sentido -Plaut., *Pseudo.*, 790-791-.

<sup>169</sup>En estos mercados de carácter periódico, la venta se realizaba directamente entre el productor y el comprador. Esto también podría provocar que se produjeran maniobras especulativas para encarecer el producto, acciones consideradas ilegales -*Lex Irrn.*, 75-. Ver L. DE LIGT, *Fairs and Markets in the Roman Empire*, Amsterdam, 1993, p. 211. Según M. RENEE SALZMAN, Structuring time: festivals, holidays and the calendar”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, 2013, p. 483, estos días de mercado cuya aparición regular se puede datar desde mediados de la República, se vinculan con la creación de un sistema de calendario.

<sup>170</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2004, p. 25.

por el *Macellum Liviae*, en el Esquilino, y después, en el s. I d.C., por el *Macellum Magnum*<sup>171</sup>. Casio Dión señala la inauguración de dicho mercado en el año 59 d.C -Cass., Dio., *H.R.*, 61, 18, 3-. La existencia de unas infraestructuras urbanas dispuestas para proveer a la población de víveres y productos relacionados con la alimentación venía a cubrir una importante necesidad socio-económica (Figs. 6, 7 y 8).



Figs. 6, 7 y 8. Mercado de Pompeya. Reconstruido en el s. I d.C.  
Regio VII, 9.  
Pompeya.



<sup>171</sup>Para C. DE RUYT, *op. cit.*, 2008, p. 139, existió un *Macellum* datado de fines del s. III a.C. o principios del s. II a.C., y restaurado en época augústea, dotado de dos mercados como áreas separadas que corresponderían al *Forum piscarium* y el *Forum Cuppedinis*. Finalmente, este mercado sería al menos tan grande como el *Macellum* de Nerón. Sobre este *Macellum Magnum*, ver M. GARCÍA MORCILLO, “El «Macellum Magnum» y la Roma de Nerón”, *Iberia. Revista de la Antigüedad* 3, 2000, pp. 265-286.

En estos espacios se centralizaron las ventas a particulares y también a las pequeñas tiendas y vendedores ambulantes que realizaban su actividad de forma dispersa por toda la ciudad. La comodidad de comprar en las tiendas más cercanas a las viviendas compensaría un precio algo más elevado que el del mercado central. Se trataba de una forma de aprovisionamiento cómoda y efectiva.

Marcial nos deja un ejemplo de la eficacia de la distribución al narrarnos la cena de Materno, un jurisconsulto que vivía junto al mar. Este disfrutó de un banquete que consistió en distintas variedades de pescados y crustáceos, y a pesar de que vivía en la costa, los alimentos provenían del mercado de la ciudad -Mart., *Epigr.*, 10, 37-. Esto habla de una excelente red de distribución, canales para el consumo y de la cantidad de alimentos que llegaban a Roma, en la cual, además de cantidades se pudieron comprar un gran surtido de víveres. Estos se podían encontrar tanto en mercados como en venta callejera, y su diversidad fue muy celebrada -Mart., *Epigr.*, 10, 59-. En definitiva, podemos decir que los mercados romanos estuvieron perfectamente bien suministrados, contando entre sus productos con un gran número de alimentos, tanto de origen autóctono como de importación.

Más adelante, en época del emperador Trajano, se construyó un gran mercado en

---

### *Mercados de Trajano*

---

Roma en el cual se abrieron *tabernae* en cada una de las arcadas de la planta baja, repitiéndose el sistema en el piso superior, con tiendecillas corridas a lo largo de una galería<sup>172</sup>.

Para P. Garnsey y R. Saller es incluso probable que en los mercados de Trajano se almacenaran a gran escala aquellos comestibles destinados a alimentar a la población en forma de distribuciones gratuitas, y no solamente se vendiera al consumidor final<sup>173</sup>. Así, desde esta gran infraestructura se controlaba directamente una gran parte del abastecimiento de Roma.

La terraza superior de los mercados trajáneos comunicaba con una calle que se llamó en la Edad Media *Via Biberatica*, quizás por deformación de su nombre de origen, *Piperatica*, o calle de la Pimienta. A lo largo de ella, comunicando con el gran mercado trajáneo, se agruparon las tiendecillas especializadas en el comercio de especias orientales,

---

<sup>172</sup>Sobre los mercados trajáneos, A. GARCÍA y BELLIDO, *Arte Romano*, Madrid, 1990, pp. 341-343, sabemos que eran un conjunto de tiendas, almacenes y oficinas.

<sup>173</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1990, p. 222.

de hierbas y condimentos muy utilizados en época imperial. La especialización que se fue produciendo con el tiempo en diferentes espacios, como por ejemplo la venta de productos exóticos y especias en dicha *Via Piperatica*, habla de un sistema bien organizado y sobre todo, extraordinariamente bien abastecido, tanto de productos autóctonos como de otros importados<sup>174</sup>.

Por otro lado, este complejo sistema necesitó de una organización administrativa que estructurara y vigilara el cumplimiento de la legislación. A tal efecto se instituyó una magistratura regida por dos magistrados, los ediles curules<sup>175</sup>, cuyas principales ocupaciones eran: la vigilancia del mercado, la jurisdicción de policía y la dirección de las fiestas cívicas. Por su parte, estos ediles fueron elegidos en principio entre los patricios, pero a partir del año 366 a.C. también pudieron acceder a dicha magistratura los plebeyos<sup>176</sup> -Liv., *Ab Urb.*, 6, 42, 14; 7, 1, 1-. Otro aspecto importante de la planificación de los mercados fue la existencia de un eficaz sistema de pesas y medidas, perfectamente organizado y sistematizado, controlado por la administración pública y revisada regularmente por los ediles. Eran accesorios indispensables para la actividad del mercado, como señala C. De Ruyt, compuestos por juegos de pesas realizadas en piedra y plomo, balanzas fabricadas en bronce y mesas de medidas construidas en mármol<sup>177</sup>. El *corpus mentorum* se ocupaba de revisar pesos y medidas, cuerpo que también era de agrimensores. Incluso algunos de ellos llegaron a especializarse en la medida y pesado del cereal, organizándose como un *corpus mentores frumentarii*<sup>178</sup>.

---

<sup>174</sup>Con respecto a las especias orientales y su introducción en los mercados griegos, desde donde pasan a su vez a Roma, ver A. DALBY, *Siren Feast*, London, 1996, pp.137-142; A. DALBY, *Dangerous Tastes. The Story of Spices*, London, 2002, pp. 61 y 183. Y sobre la demanda de especias y hierbas en Roma desde el s. I a.C. al VII d.C., ver J. I. MILLER, *The spice trade of the Roman Empire*, Oxford, 1969.

<sup>175</sup>Sobre los ediles curules, ver D. FAORO, *L'amministrazione dell'Italia romana. Dal I secolo a.C. al III secolo d.C.*, Milano, 2018, p. 55.

<sup>176</sup>Sobre el *Edictum aedilium curulium*, ver F. SERRAO,  *Mercati permanenti e mercati periodici nel mondo romano*, Bari, 2000, pp. 31 ss.; R. ZIMMERMANN, *The law of obligations: Roman foundations of the civilian tradition*, Oxford, 1996, pp. 311-319; L. RODRÍGUEZ ENNES, *Estudio sobre el "edictum de feris"*, Madrid, 1992.

<sup>177</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 320-322.

<sup>178</sup>A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 260-264.

La existencia de distintos mercados especializados dentro de Roma habla, en primer lugar, de una planificación estratégica de los lugares de venta de comestibles<sup>179</sup>. También de las cantidades de alimentos que necesitó una ciudad con una población numerosa<sup>180</sup>. Las estructuras de dichos canales de abastecimiento alimentario, tanto de carácter público como privado, estuvieron muy bien organizadas, y fueron capaces de sostener adecuadamente las necesidades cotidianas de la población. Es visible, desde luego, el proceso de especialización que se produce en la venta de diferentes productos en los mercados. Entre ellos estaban los que expendían pescado o carnes, así como los especializados en el comercio de productos de origen vegetal, como legumbres, verduras y hortalizas. Además, existía un espacio destinado a la venta de *delicatessen*<sup>181</sup>, y finalmente estaba el mercado de los cocineros<sup>182</sup> –Plaut., *Pseud.*, 790ss.-

En cuanto al *Forum Piscarium*, citado ya por Varrón anteriormente, lógicamente y debido a las circunstancias singulares del producto requería unas infraestructuras adaptadas

---

### Forum Piscarium

---

y muy específicas, que lo distinguían del resto. Tito Livio comenta el incendio que asoló al citado *Forum* y a otros mercados en el año 210 a.C., y que recoge C. De Ruyt analizándolo en relación con una reconstrucción<sup>183</sup> –Liv., *Ab Urb.*, 27, 11, 16-. El sistema para tener el pescado muy fresco era simple y a la vez original: se mantenían vivos en pequeños estanques, ofreciendo al comprador la posibilidad de adquirir la pieza a su gusto. Al carecer de tecnología de frío, era imposible mantenerlos frescos demasiado tiempo, y no soportaban el transporte muy prolongado una vez muertos, por lo que su venta en vivo fue una manera óptima de mantenerlos en buen estado. Con respecto al origen de los distintos peces objeto de comercio, la primera diferencia era si

---

<sup>179</sup>Para M. GARCÍA MORCILLO, *op. cit.*, 2000, p. 266, “En la urbe romana se constata, desde temprana época republicana, la existencia de zonas de comercio especializado, como el *Forum Boarium* o el *Forum Holitorium*, así como un progresivo proceso de descentralización de este tipo de espacios desde el área del Foro republicano hacia otras regiones de Roma”.

<sup>180</sup>Sobre la población romana, que a mediados del s. II pudo alcanzar el millón y medio de habitantes, y los problemas que planteó la concentración urbana, ver A. GARCÍA y BELLIDO, *Urbanística de las grandes ciudades del mundo antiguo*, Madrid, 1985, pp. 117-165.

<sup>181</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 239-245.

<sup>182</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 245-246. Aunque C. HARCUM, *Roman Cooks*, Baltimore, 1914, 59 ss., apunta la posibilidad de que el *Forum Coquinum* fuera únicamente una forma más de referirse al *Macellum*, en el supuesto de que fuera solo una traducción inexacta del griego.

<sup>183</sup>Ver: C. DE RUYT, *op. cit.*, 2008, p. 138.

provenían de mar o de lagos y ríos. Por su parte, la pesca marítima era libre, según P. Ørsted, con excepción de los derechos que se hubieran transferido a las ciudades estado, de acuerdo con la antigua tradición o privilegios específicos<sup>184</sup>. Y por el otro lado, la pesca en aguas dulces era una actividad que sí se encontraba sujeta a regulación –Dig., 43, 14, 1.7; 43, 14, 2-.



Fig. 9. Estanque para peces, Villa Ariadna.  
Stabia, Italia.

Además de pescar estos animales, se criaban en cautividad, en viveros con diferentes formatos (Fig. 9). Columela dedica unas explicaciones exhaustivas sobre estos

---

<sup>184</sup>P. ØRSTED, “Salt, fish and the sea in the Roman Empire”, en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998, p. 20. Con respecto a la pesca, su representación en el arte y la literatura, así como un análisis detallado sobre las artes de la pesca en Roma, ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 15-38. Según esta autora, la pesca tuvo una categoría extraña –ambivalente- en la Antigüedad, y si bien por una parte los pescadores como gremio ocupaban un bajo espacio en la escala social, y la propia pesca era una ocupación vil, por otro lado se practicaba la pesca por placer, especialmente en las clases altas, 2013, 16-17. El propio Plinio el Joven, según narra él mismo, practicaba la pesca desde la ventana de su habitación en su villa del Lago Como –Plin., min., *Ep.*, 2, 8-.

espacios en los que se mantenía a los peces con vida –Colum., *R.R.*, 8, 16; 8, 17-. Algunas veces se establecían unas piscinas a orillas del mar, así entraban las olas y refrescaban el interior de las piscinas, manteniéndolas limpias y sin desechos. Un complejo sistema de conducciones que está bien documentado y estudiado provocaba la entrada y salida del agua de los viveros<sup>185</sup>. Sin embargo, no todos los pescados podían vivir en este tipo de infraestructuras, pero entre los que resistían la vida en las piscinas tenemos el lenguado, el rodaballo, la platija, las ostras, las doradas, los dentones, los mújoles, los meros, las lampreas y las morenas<sup>186</sup>. Tanta importancia se concedió a la lozanía de los pescados, que se presentaban en las mesas incluso vivos, como relata Séneca que se hacía con los salmonetes en las mesas más exquisitas: *In cubili natant pisces, et sub ipsa mensa capitur qui statim transferatur in mensam: parum videtur recens mullus, nisi qui in convivae manu moritur; vitreis ollis inclusi afferuntur et obsevatur morientium color, quem in multas mutationes mors luctante spiritu vertit; alios necant in garo et condiunt vinos* –Sen., *Quaest.Nat.*, 3, 17, 2-. De esta forma se mostraban a los comensales para exhibir la calidad y frescura de las piezas, mientras posteriormente se sacrificaban y procesaban en las cocinas.

El consumo de pescado muy fresco fue una exigencia de las mesas más selectas, una de las herencias de la cocina griega, de lo que deja muestra Arquéstrato de Gela en su obra, que es un muestrario de la más exquisita gastronomía de su época<sup>187</sup>. Y como sucedió con otros aspectos alimentarios de lujo, tanto la existencia de piscifactorías y de estos sistemas de conservación de pescado, se vieron sometidas a consideraciones de tipo moral. En este sentido, para Séneca, las piscifactorías representaban una cierta perversión de la moral tradicional ya que ayudaban a la satisfacción efectiva de la gula sin moderación alguna –Sen., *Ad Luc.*, 90-. Es decir, para este autor, el problema consistía en que el deseo por el consumo de pescado muy fresco no se contrariaba en ningún momento, no existía el control personal ya siempre había excelente abastecimiento de pescado.

---

<sup>185</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 312-315.

<sup>186</sup>Algunos de estos pescados alcanzarían un tamaño importante, por lo que las piscinas que los contenían debían tener una capacidad suficiente para que sobrevivieran.

<sup>187</sup>J. WILKINS y S. HILL, *Fragments of The life of Luxury*, Devon, 2011, traducen y analizan los fragmentos de su obra, en la que el gran protagonista es el pescado con denominación de origen. Piezas selectas, que provienen de aguas que les aportan gran calidad. Sobre la afición de los romanos al pescado, ver M. TOUSSAINT-SAMAT, *History of Food*, Cornwall, 2000, pp. 306 ss.

En las ciudades de mar, tras las capturas de los pescadores *-piscatores-*, los *propolae* vendían la pesca del día<sup>188</sup>. Este era un sistema de distribución y venta muy diferente al que practicaba en las sofisticadas piscinas de los mercados romanos. En la costa se podían encontrar todo tipo de pescados y mariscos, y un modelo de este tipo de venta es el que retrata Apuleyo en el personaje del anciano Lucio –Ap., *Met.*, 1, 24-. Tras la compra del pescado los llevaba a su casa en un cesto para su consumo. Desgraciadamente, por el camino se encuentra a un antiguo amigo, edil de la sección de abastos. Al enterarse el edil del precio abusivo que le habían cobrado, hizo que sus ayudantes tiraran y pisotearan la mercancía, dejando al anciano Lucio sin compra y sin dinero.

Entre los productos de mar era también importante la pesca realizada en alta mar, aquellas grandes piezas para cuya captura había pescadores especializados dotados de embarcaciones y aparejos específicos. Como vemos, tanto la pequeña como la gran pesca debió ser bastante exhaustiva, Juvenal se queja de ello, y explica la existencia de un comercio importador de pescados desde otras costas mediterráneas ya que las de la península itálica comenzaban a ser insuficientes –Iuv., *Sat.*, 5, 91-107-. Por su parte, J. André ofrece una lista pormenorizada de todas las especies de peces de mar, crustáceos, moluscos y peces de agua dulce que se consumieron en Roma<sup>189</sup>.

---

### Forum Cuppedinis

---

Otro de los mercados especializados es el *Forum Cuppedinis* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 146-. Podríamos entender su existencia comparándolo con un paralelo moderno, las actuales tiendas de *delicatessen*<sup>190</sup>. Estas ofrecían un comercio exquisito, no solamente de alimentos, sino también de objetos de lujo en general como telas, perfumes o cosméticos. Fueron centro de encuentro de gourmets y sibaritas, el lugar donde se podían encontrar mercancías exóticas, generalmente muy valiosas. Quizás hongos, setas, trufas, *garum* de primera categoría, especias orientales, salsas y condimentos muy especiales, como era el carísimo *laser*<sup>191</sup>. Además de estos productos, se podían encontrar géneros

---

<sup>188</sup>Sobre *piscatores* y *propolae* en la Hispania Romana, ver L. A. CURCHIN, *op. cit.*, 1982, p. 34.

<sup>189</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 97-108.

<sup>190</sup>Para C. DE RUYT, *op. cit.*, 2008, pp. 139-141, sin duda era un sobrenombre que se le daba al mercado de exquisitices, o a una zona específica en el interior del gran *Macellum*.

<sup>191</sup>El *laser* fue un sustituto de otra planta llamada *silphio*, extinguida en el primer siglo de nuestra era por la recolección masiva de que fue objeto. Fue base de la economía de Cirene, a pesar de lo cual, resultó imposible de conseguir reproducirla de forma artificial. La *Ferula Asa Foetida*, o *laser*,



importados y gravados por el tributo vectigal, como fueron la canela, la pimienta, el costo, el nardo, la barbárica, el costamomo, la vara de nardo, la casia de Tiro, la casia silvestre, la mirra, el amomo, el jengibre, el malóbatro, la especie india, el gában, el benjuí, el aloe, el licio, la sarcocola, el ónice de Arabia, el cardamomo y el cinamomo, como señala Marciano en *Digesto*<sup>192</sup>. También se expendían en el *Forum Cuppedinis* especias secas, nitro y otros condimentos muy apreciados (y seguramente caros) -Athen., *Deipnos.*, 169B-.

Y aunque estos productos costosos se reservaban por lógica de poder adquisitivo a los más ricos, en realidad el acceso a los mercados estaba abierto a todos los sectores sociales y contaba con una amplísima gama de productos. Por su parte, este mercado de alimentos para gourmets se caracterizó por la presencia de productos caros -Sen., *Ad Luc.*, 95-. Según señala Séneca en tono crítico, los sibaritas fueron incansables en su búsqueda de comidas sofisticadas y exóticas, pero constituían más bien una minoría. En el otro lado, existió un grupo de consumidores más modestos y mucho más numerosos, que principalmente se abastecieron en los mercados de verduras, donde podían encontrar suficiente variedad y calidad como para satisfacer su apetito. La sociedad romana requería una capacidad de almacenamiento adecuada para dar de comer a las grandes concentraciones humanas de carácter urbano y el epicentro de su venta fueron los mercados.

Por otra parte, el conjunto de las diferentes carnes eran una serie de productos muy delicados para ser conservados, y ante la falta de tecnología, sólo cabía elaborar con ellas salazones o embutidos. Así, y como sucedía con el resto de alimentos, se expendían en mercados especializados carnes frescas de todo tipo. Algunos animales se criaban en el entorno de ciudad, mientras que otros se llevaban hasta Roma o las diferentes capitales para ser sacrificados en los mataderos preparados para ello. En cuanto al tipo de carnes,

---

fue una alternativa al *silphio*, utilizándose una gomorresina derivada de ésta, que se disolvía y se añadía así a los alimentos. Sobre el *laser*, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 213-215. Por su parte, y según Columela el *laser* o *laserpicio* era idéntico al *silphio* -Colum., *R.R.*, 11, 57-.

<sup>192</sup>*Species pertinentes ad vectigal, cinnamomum, piper longum, piper album, folium pentasphaerum, folium barbaricum, costum, costamomum, nardi stachys, cassia turiana, xylocassia, smurna, amomum, zingiberi, malabathrum, aroma indicum, chalbane, laser, alche, lucia, sargogalla, onyx arabicus, cardamomum, xylocinnamomum, opus byssicum: pelles babilonicae, pelles parthicae, ebur, ferrum indicum, carpasum, lapis universus, margarita, sardonix, ceraunium, hyacinthus, smaragdus, adamas, saffrinus, callainus, beryllus, chelyniae, opia indica uel adserta, metaxa, vestis serica uel subserica, vela tinctoria carbacea, nema sericum, spadones indici, leones, leaenae, pardi, leopardi, pantherae, purpura, item marocorum lana, fucus, capilli indici* -Dig., 39, 4, 16, 7-.

podemos encontrar una cabaña ganadera variada que destacaba por su riqueza. En cuanto a los gustos el público priorizaba el ganado ovino, y tras él, las carnes de porcino. Finalmente, el ganado vacuno era el menos consumido<sup>193</sup>. Y no siempre todas las carnes se expendían en el mismo mercado, pudiendo encontrar algunas selectas en el *Forum Cuppedinis*, por ejemplo. Por su parte, L. Chioffi documenta la existencia en Roma de un *Forum Boarium*, un *Forum Suarium*, y con mayor cautela, de un *Forum Pecuarium*<sup>194</sup>. Por su parte, el primitivo *Macellum* republicano, en el que también se vendían carnes, fue pronto absorbido por los foros imperiales. Además de estos lugares de venta especializada, a la salida de *Porta Capena* existió un mercado general con un matadero anejo. La carnicería secundaria, que era la de venta directa al público, comprendía especialidades frescas y cocidas o en conserva. Aunque el caso de las elaboraciones más complejas se llevaba a cabo más bien en pequeñas *tabernae* que en carnicerías.

Con respecto al abastecimiento para el mercado de la carne, L. Chioffi llega a la conclusión de que los bueyes se usan como tiro para el transporte de carros de mercancías, lo que haría sus carnes duras y poco atractivas para la compra, ya que además de esta intensa actividad, los animales se sacrificaban entrados en años. En estos mercados de carne, para llamar la atención del comprador, se usaban como símbolos el *carnaria*<sup>195</sup>, la mesa laniena, el ábaco y la balanza con sus pesas (Figs. 10, 11 y 12). También existía una forma muy directa de anunciarse, mediante la exposición de los diferentes productos cárnicos como los jamones, la cabeza de cerdo, los pulmones o los costillares<sup>196</sup>.

---

<sup>193</sup>Sobre el consumo limitado de carnes de bovino en relación con otras carnes, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 96-99.

<sup>194</sup>L. CHIOFFI, *op. cit.*, 1999, pp. 122-125.

<sup>195</sup>Una barra con ganchos, más o menos sofisticada, que se realizaba en metal o madera, y que se utilizó tanto en la venta de alimentos como en las cocinas domésticas para colgar diferentes productos. Podemos observar la imagen de dos colgadores de tipo *carnaria* en el mosaico encontrado en Marbella y analizado por A. BALIL ILLANA, “Un bodegón en mosaico hallado en Marbella (Málaga)”, *Baetica* 6, 1983, pp. 162; lams. I y III, y que este autor identifica como “percheros”, lo cual corresponde a la aplicación del *carnaria*. Para él son colgadores, pendiendo en el primer caso algunos instrumentos de cocina de mango largo, y en el segundo caso tres aves (probablemente perdices) y dos pescados inidentificables.

<sup>196</sup>Que los costillares se consumían es un hecho que respalda el encontrar la representación de uno de estos en el mosaico hallado en Marbella y analizado por A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, p. 165, lam. I. Sin embargo, Apicio no habla en ningún momento de costillares en su recetario, pero sí lo hace Ateneo, y esto frecuentemente y de diversos animales, de vaca, de buey, o de cordero – Athen., *Deipnos.*, 1, 27E; 2, 57A; 2, 65C-. Incluso costillas de cerdo, como sería natural en el entorno mediterráneo, y en este caso bien tostadas, señala Ateneo –Athen., *Deipnos.*, 6, 269A-



Fig. 10. Mesa ponderaria. Entorno del *macellum* pompeyano.  
Pompeya.



Fig. 11. Balanza de platillos. S. I d.C. Hamilton Collection.  
Museo Británico.



Fig. 12. Balanza con pesa, conocida popularmente como “romana”.  
S. I d. C. Museo Británico.

Además de dicha exposición hay representaciones de carniceros despedazando piezas con cuchillos, o simplemente exposición o grabados de los grandes cuchillos que necesitaban para su tarea. La necesidad de instrumentos para preparar, cortar, limpiar, medir y pesar la carne fueron de gran importancia para los carniceros, que requirieron mesas especiales además de pesas, herramientas y cuchillos de todos los tamaños y pesos - *Dig.*, 33, 7, 18-.

Desde el pastoreo al gran comercio, y llegando al pequeño comerciante, el mercado de la carne era un negocio muy especializado y con numerosas actividades vinculadas. Esto quiere decir dos cosas: en primer lugar que las necesidades de carne eran importantes. En segundo lugar, y derivado del primero, que dichas actividades estaban muy bien organizadas, desde el pastoreo a la distribución y desde *Las carnes en el mercado* la venta al mayor a la venta directa al consumidor. De ahí el interés de la información proporcionada por L. Chioffi sobre las personas vinculadas a esta actividad, quién ofrece un estudio pormenorizado de toda la documentación conservada al respecto, que se divide de la siguiente forma y que se encuentra distribuido cronológicamente desde el s. II a.C. al VI d.C., observándolos según el tipo de carne puesta en venta:

-Cápridos (ovejas y cabras): Para el mercado de la carne en Roma documenta las siguientes actividades: un mayoral, un pastor trashumante, un ganadero de cabras, dos revendedores de carne de cabra, seis siervos ocupados de pastorear y vigilar los rebaños, dos pastores mayores, responsables de los rebaños, un comerciante de ovejas, un comerciante al mayor ocupado de la transacción de cerdos y ovejas, un mercader al mayor relacionado directamente con el mercado pecuario, cuya actividad no queda totalmente clara, un adjunto al ganado caprovino, un pastor y cuatro pastores-guardianes más. La diversificación de las funciones fue de gran importancia y habla de una gran cantidad de carne vendida.

-Ganado bovino: Documenta cuatro revendedores de carne bovina, un guardián del recinto del *Forum Boarium*, dos mercaderes de bueyes, un comerciante al mayor de ganado bovino, un ganadero y tratante de bueyes y terneras. La diversificación de funciones, como

vemos, es claramente menor que la dedicada a los cápridos y también al ganado porcino, muestra de la inferior cantidad de bovino consumido<sup>197</sup>.

-Ganado porcino: Documenta un agente comercial, un salchichero, tres comerciantes especializados en cerdos, un mercader relacionado con el *Forum Suarium*, un tratante de cerdos, un comerciante de cerdos y ovejas, un ganadero y mercader al por mayor de cerdos, dos tratantes en jamones, un porquerizo, cinco revendedores de carne de cerdo y un comerciante especializado en carne de cerdo.

-Ganado avícola: Un ganadero de patos y ocas, tres avicultores, un avicultor relacionado con la incubación y cuidados de pollos, dos avicultores relacionados con los piensos, dos avicultores más, un comerciante de pollos y gallinas. La comodidad del transporte de aves en grandes jaulas no era comparable a la de piezas mayores, lo que se evidencia en el menor número de personas relacionadas con su transporte. Sin embargo, hay más personas ocupadas del cuidado directo y sabemos que se conocía y practicaba la estabulación de aves -Colum., *R.R.*, 8, 1-. Algunas de las aves que se vendieron: gallinas, pulardas, palomas de diversas especies, tórtolas, zorzales, tordos, patos, ocas, gansos, cercetas y megánsares<sup>198</sup> -Iuv., *Sat.*, 6, 40; Varro., *Rust.*, 3, 4, 2-. Los faisanes y las pintadas fueron objeto de un comercio más específico, de época posterior, a partir del s. III d.C., que es cuando se conocen los primeros *phasianarii*<sup>199</sup>.

-Carnicería: Documenta veinticinco carniceros relacionados con el matadero principal o con otros. Además, dos revendedores de carne en pequeños comercios, un comerciante al mayor especializado en carnicería y un comerciante al mayor de carne de matadero.

En sintonía con el primer paso para el consumo de carne en la ciudad, que es la presencia de los animales en los mataderos, se llega a la conclusión expuesta en el apartado dedicado a los transportes: los animales llegaban vivos, por su propio pie, a las ciudades, donde se mataban y se vendían posteriormente. Exceptuando las carnes en conserva o salazones, el clima mediterráneo no permite mantener en buenas condiciones demasiado

---

<sup>197</sup>El ganado bovino se utilizaba fundamentalmente como fuerza de tiro enganchado en yugos -Ovid., *Rem.*, 235-. Cuando se sacrificaban estos animales, que desde que eran novillos habían sido utilizados en estas labores, su carne era dura y fibrosa, por razón de la edad y por el constante trabajo realizado.

<sup>198</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 128.

<sup>199</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 132.

tiempo las piezas de carne fresca, de modo que la mejor forma de tener un consumo de calidad sería mantener a los animales vivos hasta el lugar de sacrificio y venta.

En cuanto al origen de las personas vinculadas con todos estos oficios, L. Chioffi concluye que a lo largo de este margen temporal, es perceptible que el mundo del pastoreo es servil, mientras que los *mercatores* y *negotiatores* son corrientemente libertos. En

---

*Venta de  
productos de caza*

---

cualquier caso, el pastoreo era un oficio propio de esclavos y los padres enseñaban a los hijos las labores propias de su cometido - Liv., *Ab Urb.*, 22, 25, 19-. Lazos familiares solían unir a otros profesionales relacionados con los pastores, especialmente entre los mataderos (con la variedad de ocupaciones dentro de estos) y los carniceros. Al contrario que en otras profesiones, la participación femenina en el entorno del mercado de la carne, desde el pastoreo hasta la venta, se percibe una activa presencia. Esta es especialmente visible en la ventar al menor, encontrando mujeres como ayudantes del vendedor principal, que es corrientemente una figura masculina.

En relación con el consumo de la carne de bovino, según hemos analizado y además debido a las condiciones medioambientales y a las circunstancias de su consumo sabemos que su ingesta fue poco habitual. La excepción la marcaron las fiestas y también los repartos posteriores a los sacrificios religiosos, cuando sí se podía sacrificar a un novillo, que era por otra parte, carne más joven y tierna. Tras el sacrificio, se repartían los trozos de carne y se compartían en un comida común -Varro., *Ling. Lat.*, 6, 25-. En realidad, era una carne “festiva”, excepcional y apreciada<sup>200</sup>.

---

<sup>200</sup>En relación con el consumo de carne vinculado a la religión, como es el caso de los sacrificios, ver J. SCHEID, “Le statut de la viande à Rome”, *Food & History* 5, 2008, pp. 19-28 y, N. BELAYCHE, “Religion et consommation de la viande dans le monde romain: des réalités voilées”, *Food & History* 5, 2008, pp. 29-43. En cuanto al consumo de la carne en vinculación con los sacrificios de carácter religioso y su consumo en diferentes ciudades y provincias, ver W. VAN ANDRINGA, “Du sanctuaire au Macellum: sacrifices, commerce et consommation de la viande à Pompéi”, *Food & History* 5, 2008, pp. 47-72, para Pompeya; S. LEPETZ, “Boucherie, sacrifice et marché à la viande en Gaule romaine septentrionale: l’apport de l’archéozoologie”, *Food & History* 5, 2008, pp. 73-106, para la Galia; S. DESCHLER-ERB, y C. LACHICHE, “De la viande pour les homes et pour les dieux. Sa gestion dans deux villes de la Suisse romaine”, *Food & History* 5, 2008, pp. 107-133, para la Suiza romana.

En cuanto al consumo de carne de caza, esta llegaba ya sacrificada, como corresponde a este tipo de actividad<sup>201</sup>. Se podía encontrar desde primavera al otoño, y desde caza mayor –ciervo, corzo, jabalí, cabras montesas-, a caza menor –liebres, conejos- o incluso aves –perdiz, codorniz, faisán y muchas más-, y otras piezas en relación con el territorio, eran objeto de apreciación –Hor., *Sat.*, 2, 29-36-. Incluso algunas que se criaban en espacios limitados, pero sin dejar de estar asilvestradas, como señala Columela, que en principio solo se tenían liebres, pero poco a poco se fue aumentando la variedad de animales –Colum., *R.R.*, 8, 1-. La caza, ligada a la vida pastoril y en todo caso, azarosa, encontraba numerosos seguidores, que conocían bien las posibilidades de estas carnes<sup>202</sup>. Desde luego, eran también objeto de comercio, y en ciertos casos explícitamente tarifados, como sucedía con las tortugas, el faisán o la oca, tarifados en el Edicto de precios de Diocleciano –*Edict.*, *Diocl.*, 4, 18; 26; 29; 32...-.

En época republicana, la carne de los sacrificios también fue objeto de venta en los mercados, donde se podía encontrar cualquier animal procedente de un sacrificio religioso además de cualquier otra procedencia, y así, ovejas, aves, carneros y cerdo, eran sin duda los más consumidos<sup>203</sup>. También eran las piezas más económicas y de más fácil producción en la cuenca del Mediterráneo. Sin embargo, encontramos ciertos grupos que no consumían la carne procedente de sacrificios, aunque ya en época imperial, y así, los primeros cristianos fueron reacios a su consumo debido a que eran un subproducto de las fiestas y ritos paganos, con las connotaciones correspondientes. San Pablo, en la primera epístola a

---

<sup>201</sup>Para N. BELAYCHE, *op. cit.*, 2008, p. 35, en el Mundo Antiguo la caza era la captura de animales indómitos. Y tiene cierto aire de heroísmo, como sugiere el verso de Horacio, con respecto a la caza del jabalí capturado en Lucania –Hor., *Sat.*, 2, 8-.

<sup>202</sup>Ver J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 114-126. Y sobre la cocina de la caza, que es finalmente la utilidad que esta carne tenía, en el recetario de Apicio hay dieciocho recetas de caza, entre las que encontramos diez de jabalí, una de gamo y siete de cerdo. Ver A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 90-94. Por su parte, la poesía bucólica hace bellas descripciones de esta actividad –Nem., *Cineg.*, 50 ss.-.

<sup>203</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, p. 396. Por su parte, Plauto deja algunas escenas relativas a la inclinación por el consumo de las carnes de cerdo, como sucede en su comedia *Los cautivos*: "... ni un canal de cerdo voy a dejar sin cortarle el pescuezo; qué gran ruina amenaza a los jamones, qué epidemia va a caer sobre el tocino, cómo se van a consumir las tetillas, qué gran desgracia para los chicharrones, qué gran fatiga para los carniceros, para los tratantes de ganado porcino. Pues si me pusiera a enumerar otros artículos pertenecientes a la manutención del estómago, sería cuento de nunca acabar. Ahora voy, para en funciones de mi cargo, administrar justicia al tocino y prestar auxilio a los jamones"... –Plaut., *Cap.*, 900-905-. Trad. M. GONZÁLEZ HABA, *Plauto. Anfitrión, La comedia de los asnos, La comedia de la olla, Las dos baquides, Los cautivos, Cásina*, Madrid, 1992, p. 330.

los Corintios aclaraba que, si bien la compra y consumo de alimentos que procedían de los sacrificios no era un motivo de falta religiosa, sí lo era de mal ejemplo para otros cristianos, por la posible identificación del consumo de carnes provenientes de sacrificios con el propio culto a los dioses paganos<sup>204</sup> -Paul., *1, Ep., Cor.*, 1, 8; 10, 24-32-.

Con respecto al consumo de carne en la Península Ibérica, sabemos que la tradición literaria latina la considera un mundo esencialmente pastoril, algo que nos da una pista sobre una de las fuentes de su alimentación. Por su parte, las fuentes literarias reflejan muy bien la relación entre la producción de ganado y la alimentación durante el desarrollo de las campañas militares, y observamos, por ejemplo, la arenga de Aníbal a sus tropas, durante la que les promete como botín el rico ganado propio de Lusitania y Celtiberia, una recompensa ciertamente muy deseada por sus guerreros -Liv., *Ab Urb.*, 21, 43, 7-9-. Por su lado, cuando Escipión llegó a las cercanías de Numancia, obligó al ejército que acampaba allí a dejar todos los objetos innecesarios, autorizando únicamente para su uso: un asador, una marmita de bronce y una taza, limitándoles además la comida a carne hervida o asada -Appian., *Iber.*, 85-. La prohibición de comer otras cosas indica que existían diferentes productos que no se consideraron adecuados para el consumo del ejército. Estos datos sumados a los documentos epigráficos muestran el alto nivel de producción en cabezas de ganado en la zona, donde tampoco faltaron centros de venta, con todo un mundo de oficios relacionados con este campo, en los que destaca la posesión de los rebaños<sup>205</sup>. El mayor estatus de los íberos numantinos era el de ganadero, que estaba reservado a grupos locales emergentes.

Sabemos que los rebaños de vacas eran numerosos en la Bética -Strabo., *Geog.*, 3, 2, 4-. Así como los de ovejas -Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6; Colum., *R.R.*, 7, 2; Plin., *N.H.*, 8, 191-. De estas últimas se exportaba una lana excelente, calidad que fue reconocida a lo largo de los años y que se utilizaba en Roma para confeccionar las togas de mayor categoría<sup>206</sup> -Mart., *Epigr.*, 1, 96, 5; 9, 61, 3; 12, 98, 2; 12, 63, 3-5-; 8, 28, 5-. Por su parte, los carneros

---

<sup>204</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 377-378. Sobre el argumento paulino en el famoso texto de la primera carta a los Corintios, ver G. HALLBÄCK, "Sacred Meal and Social Meeting: Paul's argument in 1 Cor. 11.17-34", en I. Nielsen y H. Nielsen, (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998, pp. 166-176.

<sup>205</sup>L. CHIOFFI, *op. cit.*, 1999, pp. 88-90 y 135.

<sup>206</sup>Hay que señalar que en casi todas estas citas, el poeta Marcial nombra a la ciudad de Córdoba como eje de una importante economía ganadera donde el ganado ovino juega un papel fundamental.



jóvenes se vendían para carne, y con frecuencia se conservaba su carne en salazón. Del ganado porcino, los jamones ya tenían fama en todo el Imperio y se conocían bien en Roma los de la actual Cerdeña, en la Tarraconense -Mart., *Epigr.*, 13, 54-. La anécdota narrada por Varrón sobre el tamaño descomunal de un cerdo que se mató en Lusitania, habla de lo habitual de estas matanzas periódicas, aunque destaca por su excepcionalidad el tamaño del cerdo sacrificado -Varro., *Rust.*, 2, 4, 11-. Sin duda alguna, los carniceros debieron encontrar dificultades para secar el extraordinario jamón y desarrollar un correcto proceso de curación.

Continuando con los diferentes espacios dentro de los mercados romanos, destinados a la venta de productos concretos, uno de aquellos lugares era el *Forum Holitorium* o mercado de verduras. Se situaba cerca del lugar destinado al control de pesos

---

### Forum Holitorium

---

y medidas, y su lugar central estaba destinado a la venta de fruta, zona que estaba espacialmente diferenciada de la venta de los otros productos vegetales en el mercado. En este mercado de verduras -y por la propia naturaleza del producto- era donde la plebe se surtía de víveres más económicos que aquellos que se compraban en los mercados destinados a la venta la carne -Plin., *N.H.*, 19, 52-. Es un dato que muestra la importancia y cotidianidad de la alimentación vegetal para las clases populares, por encima de la alimentación de origen cárnico y, por supuesto, de los de pescados, un alimento claramente reservado a las élites.

Sin duda alguna, el *Forum Holitorium* era un lugar básico para el abastecimiento de la población. En él se ponían a la venta diversos productos de origen vegetal, como frutas, legumbres, frutos secos, verduras y cereales. Esto proporcionaba a los compradores una gran variedad de elementos vegetales comestibles. Como analizaremos más a fondo en el apartado sobre los huertos, se consumían muchas más especies vegetales que en la actualidad. Entre ellas, algunas flores como las malvas, o las rosas<sup>207</sup>. También se tomaban ciertas legumbres que hoy apenas se consumen como los altramuces y, en general, una gran cantidad de verduras y hortalizas con capacidad de saciar el apetito y que proporcionaban

---

<sup>207</sup>Las malvas y el asfódelo eran conocidas en la Antigüedad por su poder nutritivo -Plut., *Banq.*, 157E-.

una gran variedad a las dietas, que lógicamente estaban limitadas por la estacionalidad del Mundo Antiguo<sup>208</sup>.

Todos estos -y más- productos de origen vegetal, fueron objeto de compraventa y, por lo tanto, de consumo cotidiano. La riqueza de la alimentación, a tenor de los económicos precios de las verduras y su variedad estacional, ofrece indicios sobre la calidad de la nutrición en Roma. Por otro lado, en un mundo marcado por la temporalidad, los campesinos que no preveían bien el año, o los que sufrían circunstancias adversas, se veían obligados a comprar alimentos -especialmente de origen vegetal- en el mercado, al revés de lo que debería ser normal: el autoabastecimiento. Por este motivo, Plinio recriminaba a los pequeños campesinos la falta de cuidados de sus propios huertos –Plin., *N.H.*, 19, 52-. Para J. André, esta actividad estaba directamente vinculada con la agricultura, tan bien estudiada y analizada por los agrónomos romanos, desde Catón a Paladio, y en vinculación directa con la alimentación. En cuanto al consumo de frutas, se trataba de frutas silvestres en gran parte, que poco a poco, y gracias a la técnica de los injertos, fueron mejorando la productividad de las plantaciones<sup>209</sup>.

Los horarios de los mercados no estaban totalmente definidos, y con frecuencia en ellos se trabajaba de día y de noche. Durante el día se realizaban las ventas, tenían lugar las relaciones comerciales, el corte de piezas ya sacrificadas y la elaboración de embutidos, por ejemplo. Y de noche se transportaban las mercancías, evitando así el intenso tráfico diurno existente en Roma. Pero no eran los únicos, también en otros sectores de alimentación trabajaban los panaderos, los cuales tenían asimismo horario nocturno. Todo ello contribuía a incrementar la actividad y el ruidoso ajeteo, por lo que dormir tranquilamente era un deseo que los romanos veían raramente cumplido, de lo que dejan constancia las fuentes: el ruido era insoportable -Mart., *Epigr.*, 12, 57; Sen., *Ad Luc.*, 56, 1-2-.

Como hemos ido viendo, la distribución y venta de artículos comestibles en los mercados, era muy eficaz en Roma, y aunque no en todas las ciudades existieron grandes mercados como los de la *Urbs*, en todo el Imperio sí existió una distribución de mercancías alimentarias lo suficientemente eficiente como para abastecer generosamente a las ciudades

---

<sup>208</sup>Es inexcusable referirnos a la estacionalidad que caracterizó la alimentación del Mundo Antiguo. La lucha contra ella fue la pugna por organizar un Sistema alimentario estable, por equilibrar las diferencias anuales de la producción de alimentos. Las conservas, a cuyo estudio dedicamos un capítulo completo y detenido, fueron el arma más importante para combatir la estacionalidad.

<sup>209</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 74 y 91 ss.

desde distintos puntos geográficos. Las ciudades romanas se beneficiaron de esta organización y de unos buenos suministros, lo que se manifestó en la existencia de un mercado bien aprovisionado. Las estructuras no eran siempre complejas y sofisticadas, a pesar de lo cual cumplían a la perfección su cometido. En Pompeya, por ejemplo, el plano del *Macellum* era muy sencillo y en él se disponían todo tipo de tiendecillas. Entre otros alimentos, se han encontrado en él restos de higos, avellanas, ciruelas, uvas, lentejas, pan y pastas. También de pescados, mariscos y ovejas<sup>210</sup>.

Hemos ido viendo los mercados desde época temprana, su funcionamiento y desarrollo, y en el sentido de orden y organización de la comercialización de diversos productos, en el s. IV. En época de Diocleciano se estableció un edicto de precios mediante el que se regulaban las anomalías, tratándose de evitar la posibilidad de fraudes más o menos encubiertos. Para J.W. Ermatinger, la atención prestada por los emperadores a la protección de los ciudadanos contra el abuso de precios y la carestía había sido una norma habitual. Se trata de aspectos que podemos comprobar en la existencia de la *annona* y también en la presencia de una eficaz regulación de pesos y medidas de forma oficial, en cada uno de los mercados<sup>211</sup>. Estas medidas reguladoras, en definitiva, garantizaban un estado de paz social al asegurar unos abastecimientos organizados a precios razonables.

### 1.2.2. Otros centros de aprovisionamiento

Por su parte, el menudeo era compatible con la venta en los mercados, y se realizaba en diversos establecimientos dispersos por la ciudad, especialmente en las pequeñas *tabernae* que se diseminaban por toda Roma. El carácter del comerciante mediterráneo,

---

#### *Venta ambulante y a pequeña escala*

---

atrayendo a su clientela con una disposición atractiva de sus artículos, pregonando, anunciando y vendiendo, debió ser muy característico. ¿Se produjeron fraudes y pequeñas estafas? No sería raro seducir a los posibles compradores como nos muestra Séneca y a veces, los comerciantes prometían género que no poseían o

---

<sup>210</sup>R. ETIENNE, *La vida cotidiana en Pompeya*, Madrid, 1982, pp. 217-18.

<sup>211</sup>J. W. ERMATINGER, *The economic Reforms of Diocletian*, St. Katharin, 1996, pp. 67-70, opina que antes de la existencia del Edicto de precios de Diocleciano, se había practicado el control de precios desde el ámbito público. Mediante las medidas de protección se trataba de evitar la peligrosa aparición de un proceso de inflación que provocaría inseguridad inmediata en la economía ciudadana.

exageraban sus cualidades -Sen., *Ad Luc.*, 56, 2-. El mismo Plauto, en tono jocosos relata cómo se realizaban algunas de estas estafas en productos alimentarios: cerdos engordados a fuerza de salvado, pescado pasado y con mal olor, corderos sacrificados en diferente estado al prometido... -Plaut., *Capt.*, 805-820-. En estos establecimientos, las *tabernae*, no solamente se vendían alimentos, sino que también se comerciaba con artículos variados. Según el lugar que ocuparon en Roma a través del tiempo, se denominó al lugar donde se encontraban, *tabernae veteres* (designando el espacio de antiguas tiendecillas). Por su parte, la zona de tiendas original ardió en el año 210 a.C., y las que se construyeron con posterioridad fueron denominadas *tabernae novae*, desplazándose a otro espacio urbano diferente al primero<sup>212</sup> -Liv., *Ab Urb.*, 3, 48, 5-. En general, estos establecimientos se caracterizaron por la presencia de pequeñas habitaciones dotadas de mostradores, algunos realizados en piedra, otros revestidos de mármol y también construidos de obra, como pequeños muretes, similares a los que presentaban los *thermopolia*<sup>213</sup>. La utilidad de los mostradores era, como ocurre en los mercados actuales, exponer la mercancía, servir de espacio para cerrar el trato con el cliente y aprovecharlos como freno contra los ladrones, protegiendo así el interior de la tienda.

Aunque en tiempos antiguos la *taberna* designó un tipo de casa muy pobre, construida con tablas, poco a poco pasó a denominar a las tiendecillas que se adosaban a murallas y paredones y finalmente, a aquellas que ocupaban los pisos bajos de la *domus*. Otros establecimientos, muy importantes por su relación directa con la venta y consumo de productos alimentarios fueron los *thermopolia* (Figs. 13, 14 y 15). En ellos se podía

---

<sup>212</sup>Como es natural, el urbanismo de la ciudad de Roma fue conociendo diversas modificaciones a lo largo del tiempo. El propio Varrón lo atestigua: "...Donde existen cosas variadas, cerca de los Cornejales, está la plaza denominada *Forum Cuppedinis* "plaza de las Golosinas", que tiene su denominación a partir de *cuppedium*, esto es, "gusto difícil"... Después que todo esto que correspondía a la alimentación, fue reunido en un único lugar y fue edificado en un espacio para ello, este se denominó *Macellum*, "mercado". Las mejores tiendas de comestibles del foro se reunieron en este *Macellum*, que fue destruido cuando se construyeron los foros de César y de Augusto, sustituyéndole el *Macellum Liviae* en el Esquilino. Y en el s. I d.C., el *Macellum Magnum*. A la vez desaparecieron las *tabernae veteres* y *novae*, desplazándose a otras zonas de la ciudad. Sobre el término taberna ver T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 19-23. Sobre los cambios urbanísticos en Roma a través del tiempo, y el desplazamiento progresivo de los lugares públicos, ver A. GARCÍA y BELLIDO, *op. cit.*, 1985, pp. 117-165; F. KOLB, *La ciudad en la Antigüedad*, Madrid, 1992, pp. 142-169. Sobre la decoración de las tabernas, y sus horarios de apertura y cierre, T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 116-117 y 121-122.

<sup>213</sup>C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 317-319.

adquirir comida cocinada, tanto caliente como fría. Eran establecimientos con un mostrador alto, bajo el cual se localizaba un fuego que calentaba la parte superior, que a su vez estaba compuesta de unos espacios cóncavos donde se mantenía caliente la comida que se serviría a los clientes<sup>214</sup>.



Figs. 13, 14 y 15. Mostradores para la venta de productos alimentarios.  
*Popina* de *Vetutius Placidus* (arriba y derecha) y *Thermopolium* en *Via de la Abundancia*  
(izquierda).  
Pompeya.

<sup>214</sup>Sobre el término *thermopolium*, ver T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 24-25.

En estos lugares se podía comer, o bien comprar la comida y llevarla a los hogares en donde no se pudiera calentar por falta de espacio físico para disponer de una pequeña cocina. El *thermopolium* era un lugar con su mobiliario propio, que contenía todo lo necesario para cocinar en grandes cantidades: tinajas, vasijas, copas y jarras para que el público pudiera comer, urnas de bronce, congios, sextarios y similares -*Dig.*, 33, 7, 13; 33, 7, 15-. Además de las tiendas y mercados, había, como hemos señalado, otro tipo de venta esporádica. Los vendedores ambulantes hacían su agosto en Roma, pregonando, vendiendo cualquier cosa -*Petron.*, *Satyr.*, 46, 7-. Desde legumbres tostadas para tomar durante los espectáculos a bebidas frescas, bollos o buñuelos<sup>215</sup>. La venta de comidas preparadas fue una actividad frecuente en espacios públicos y eran accesibles a cualquier persona. Otros de estos lugares fueron las termas, donde no solamente se podía tomar un baño o hacerse dar unos masajes, sino también comer o beber<sup>216</sup> -*Iuv.*, *Sat.*, 8, 168-. En general, observamos que en los lugares donde había posibilidad de tránsito de público, los vendedores de alimentos solían hacer buen negocio. Tanto en las termas, en los edificios de espectáculos o centros cívicos se vendían golosinas, bebidas, comidas rápidas que se pudieran tomar de pie, o llevar para ingerir algo más tarde, por ejemplo durante el espectáculo<sup>217</sup>.

Por otro lado, las posibilidades de cultivo, y por tanto, de abastecimientos, no se limitaban al mundo rural. El espacio descubierto, *hortus*, que durante época republicana se situaba en la parte trasera de la casa, fue un lugar funcional y eminentemente práctico, en el que se cultivaban algunas plantas productivas, como legumbres y verduras para uso doméstico<sup>218</sup>. No era un jardín de recreo, en lo que se transformó posteriormente, debido a las necesidades de un urbanismo creciente y a un cambio en las

---

*Función abastecedora  
del primitivo hortus*

---

<sup>215</sup>Como los *globi* que presenta Catón -*Cato.*, *Agr.*, 79-.

<sup>216</sup>Incluso otro tipo de actividades, como baños de vapor, fríos y calientes, se podía nadar en piscinas, había tiendas, jardines y paseos, estadios, salones para el reposo para la gimnasia y el masaje, y hasta museos y bibliotecas, J. CARCOPINO, *Vida cotidiana en Roma*, Madrid, 1998, p. 322.

<sup>217</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *La casa romana*, Madrid, 1999, pp. 418-422.

<sup>218</sup>Para C. BRIAND-PONSART, "Les femmes et l'alimentation en Afrique du Nord pendant le Haut-Empire", en F. Deroche y M. Zink (eds.), *Actes de Colloque: L'alimentation de l'Afrique du Nord de la Préhistoire au Moyen Âge, VII Journée d'études nord-Africaines*, Paris, 2016, p. 19, este huerto cumplía un papel decisivo cuando fallaban los abastecimientos del mercado o incluso las reservas de la propia casa. Era la esposa o madre de familia la que se ocupaba de esta fuente de

costumbres. También influyó el gusto por el disfrute de las comodidades y lujos que recreaban un ambiente “natural”. Fue entonces cuando se perdió la función productiva del huerto y desapareció el recurso de recolectar hortalizas del huerto anejo a la casa, siendo necesario el aprovisionamiento de los productos expuestos en los mercados o bien el aprovisionamiento desde las propiedades rústicas<sup>219</sup>.

En la Roma primitiva, los huertos eran lugares cercados, protegidos y habitualmente de tamaño reducido. En ellos se producían diversos frutos destinados al autoabastecimiento<sup>220</sup>. Sus dimensiones permitían, por un lado, que el propietario y su familia lo cultivaran directamente. Por otro lado, debían tener un tamaño suficiente como para conseguir el autoabastecimiento total o casi total. Estos *hortus*, necesariamente, requerían cuidados intensivos, porque al ser de pequeña extensión, la tierra se agotaba si el cultivo era constante y monótono. Columela recomendaba, en primer lugar, cercarlos a la usanza tradicional –Col, *R.R.*, 1, 6-l. Posteriormente había que desaguar en ellos una gran parte del abono del corral y el alpechín, con el fin de fertilizar la tierra. Esa era la forma de evitar que la tierra agotara sus recursos.

Aislados por una tapia, en cualquier caso, los huertos independizaban y aislaban las casas de los vecinos y del tráfico callejero, incluso del ruido y de las intromisiones no

---

suministro alimentario. Este jardín era lo que llamaban “el campo del pobre”. Según Ponsart, esta afirmación era válida no solo para Roma, sino para la mayoría de la población en toda la Antigüedad –Plin., *N.H.*, 19, 52; 57-.

<sup>219</sup>Sobre el *hortus*, su evolución y relación con espacios vinculados con el banquete, ver P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 105. Para A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1990, p. 163, este huerto existía con funciones prácticas, como el cultivo comercial de flores o simplemente el aprovisionamiento de productos vegetales para la mesa, antes de transformarse en un signo de lujo, modificando las prácticas funciones anteriores.

<sup>220</sup>Para L. FARRAR, *Ancient Roman Gardens*, Sparkford, 2001, pp. 132-133, existían los huertos con fines prácticos, para cultivo de plantas de uso culinario, y no solamente para cultivo de flores, como jardín. Y no sólo esto, sino que también se cultivaban en estos huertos plantas con fines medicinales, como correspondía a una civilización práctica que trataba de extraer todas las posibilidades de la naturaleza. Desde luego, las fuentes insisten en este tema, y tanto Catón como Columela o Plinio proporcionan numerosos detalles sobre el *hortus rusticus*, y sobre su cultivo, que son trasladables al más pequeño jardín o huerto urbano. El propio Tito Livio señala como desde época de Tarquinio existían estos huertos, mientras Plinio ofrece además el uso culinario de las distintas plantas que se pueden cultivar en estos huertos, de las cuales se aprovechan las raíces, las hojas, las flores o los tallos –Plin., *N.H.*, 19, 53, 169-169; 19, 58-. Mientras Catón menciona las innumerables especies de coles a las que era tan aficionado –Cato., *Agr.*, 161-. A la vez que Columela ofrece datos sobre una gran cantidad de delicadas hortalizas –Colum., *R.R.*, 12, 7-. Y no solo para comer, para sazonar también se cultivaban aromáticas en los huertos urbanos –Plin., *N.H.*, 15, 35, 118-. Para P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 163, esta opinión de Livio con respecto a la antigüedad del *hortus* es, como mínimo, discutible –Liv., *Ab Urb.*, 23, 8, 8-9-.

deseadas. En estos huertos domésticos antiguos se recogían verduras para uso cotidiano, que eran productos de temporada, y los cultivadores trataban que el ciclo vegetativo se pudiera aprovechar al máximo, como la recordada por Ovidio huerta de Alcínoo, rey de los feacios, sumamente productiva –Ov., *Am.*, 1, 10, 56-. Entre los cultivos más habituales estaban las lechugas invernales, las malvas en primavera y verano, las coles, las calabazas otoñales y durante todo el año las aromáticas. Pero esta costumbre de cultivar para la familia se perdió, debido a los cambios sociológicos en el uso del *hortus* doméstico, que proporcionaba *amoenitas* y *salubritas* –Dig., 32, 91, 5-. Así, los antiguos *hortus* se transformaron en jardines y peristilos o jardines porticados, que eran símbolo de posición económica y distinción, quizás como el que el joven Plinio tenía en su villa de Laurentia<sup>221</sup> –Plin., *min.*, *Ep.*, 2, 17, 13-15-. O como los jardines de Druso, citados por Cicerón –Cic., *Att.*, 262, 3 ss.- Fuentes, mármoles, decoración con estatuas o pinturas, mosaicos... Todo valía para subrayar la diferencia social, para que el prestigio tomara cuerpo en los antiguos huertos, transformados hasta llegar a ser irreconocibles –Hor., *Sat.*, 2, 14, 22; Ovid., *Nux.*, 29 ss.- Como señala P. A. Fernández Vega: “La posición social también acabó por exigir un determinado tipo de *otium*. La naturaleza domesticada, sometida y humanizada también podía ser signo de poder<sup>222</sup>”. Este fue el sentido de la transformación de la primitiva casa romana, abriéndose a una naturaleza cultivada y arrinconando el aspecto productivo del huerto, que dio paso a un jardín más de acuerdo con la nueva filosofía de acercamiento a lo “natural<sup>223</sup>”.

De manera que tenemos dos épocas bien diferenciadas en el uso práctico del huerto: en primer lugar, una en la que este es el espacio donde se cultivan los alimentos necesarios, o al menos complementarios para la alimentación cotidiana, como señala Virgilio. Huertos donde no solo hay flores, sino además tomillo, laurel, colmenas y plantas fértiles como achicorias, apio, cohombro... –Virg., *Georg.*, 4, 109 ss.- Y una etapa posterior en la que se

---

<sup>221</sup>Con respecto a los placeres de los que se disfrutaba en estas villas rústicas, R. CHEVALIER, “Typologie des agréments de la vie à la champagne d’après les textes antiques confrontés avec l’iconographie”, en R. Bédon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les regiones voisines, 2003-2004*, Limoges, 2004, pp. 252-253, destaca entre los placeres físicos la gastronomía como algo importante en la vida cotidiana, alimentada por los productos cultivados en el huerto o jardín propios (de origen vegetal) y la caza, también considerada como actividad física placentera.

<sup>222</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 160.

<sup>223</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 307.



transforma en un jardín anexo a la casa, independientemente de su propia evolución arquitectónica hacia el peristilo<sup>224</sup>. Su existencia o inexistencia también habla de la cantidad y calidad de suministros alimentarios en las ciudades. La necesidad de un huerto en los primeros tiempos de la República se debía, no tanto al gusto por el recreo y el *otium*, tan valorado en la cultura romana, sino a la necesidad práctica del abastecimiento de verduras y legumbres, incluso a veces de frutas como higos, por ejemplo. Por otro lado, la inexistencia de ese huerto, la sustitución de éste por el lujoso peristilo, delicioso para el disfrute pero incapaz de proveer la despensa de alimentos, habla también de unos suministros bien organizados, de un momento en el que los abastecimientos estaban perfectamente asegurados y no era necesario el aprovisionamiento individualizado.

Los huertos urbanos, con su evolución posterior hacia el jardín de recreo, representaban un concepto muy distinto al de los primitivos huertos rústicos. Estos últimos sí fueron realmente una fuente de producción, tanto familiar como comercial, en caso de terrenos de mayores dimensiones. Esos huertos podrían ser lo suficientemente rentables, incluso, como para deshacerse de los excedentes con rentabilidad, vendiéndolos en el mercado. Y es que las huertas fueron el principal motor para la subsistencia de familias campesinas, que se veían obligadas a prever y organizar sus necesidades anuales. No estaban exentas de trabajo duro y constante para extraer todo el partido a las pequeñas propiedades -Plin., *N.H.*, 19, 57-.

Un interesante ejemplo de esta precaria existencia vinculada a un huerto es el protagonista del poema *Moretum*, de Virgilio. Se trata de un sencillo campesino dueño de un pequeño terreno que cultivaba él mismo y, junto a la casa -que era más bien una choza-, tenía un huerto protegido por juncos y cañas, resguardado así de animales y personas que pudieran robar el fruto de su esfuerzo. En él cultivaba una gran cantidad de plantas y su cuidado no le exigió ningún gasto, solamente el esfuerzo de organización y de trabajo cuando tenía un rato libre después de cuidar el terreno que poseía. En el huerto tenía plantadas varias hortalizas: berzas, acelgas, acedera, malvas, ajos, apio, ruda, cilantro y émulas (*Inula Helenium*). También chirivías, puerros, lechugas, cebollas rojas, mastuerzo, endibia y oruga, pepinos y calabaza. Este es un ejemplo de los productos que un campesino modesto podría cultivar e incluso le permitían comer de su propia huerta. En época de

---

<sup>224</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 117.

cosecha, los excedentes del consumo doméstico los vendía en el mercado que tenía lugar cada nueve días. Cuidaba, regaba y sembraba él mismo el trozo de tierra que le procuraría la subsistencia. Como él, muchos pequeños y medianos propietarios poseían un huertecillo que les facilitaba el acceso a los alimentos básicos.

Columela, en el prefacio de su obra, *De re rustica*, dedicada a Publio Silvino, elogia la labor y la vida del campesino, en contraposición a la vida que se lleva en la ciudad. Destaca la importancia de la agricultura y la necesidad de conocimientos que se requirieron para llevarla a cabo productivamente, además del intenso trabajo que era necesario para producir bien y en suficiente cantidad. Pero aunque Columela se refiere a grandes extensiones, latifundios, necesitados de mano de obra esclava para rentabilizarse, sus consejos se podían aplicar a cualquier extensión de terreno y recomienda que los propietarios se ocuparan personalmente de sus campos, para que los cuidados y la productividad fueran mayores. Al lado de los consejos prácticos, Columela expresa en su obra toda una filosofía de la vida campesina, al estilo de la moral tradicional romana –Colum., *R.R.*, Pref.; 1, 1- . Un huerto que nos es conocido es el situado en Pompeya, en la casa de Menandro<sup>225</sup>. Se accedía hasta él a través de un pasillo cercano a la cocina, por el que se bajaba. Sin duda, resultaba práctico vincular directamente la zona de producción con la zona de elaboración. Allí se cultivaron hortalizas para el consumo familiar, y a través del propio huerto se accedía a unos almacenes subterráneos donde se encontraron las conocidas piezas de plata del tesoro homónimo.

La otra cara de la moneda del autoabastecimiento es la de los propietarios de grandes extensiones. En ellas se solían producir todo tipo de productos destinados al uso

propio además de a la venta. El personaje de Petronio, Trimalción, poseía algunas de estas propiedades. Era un riquísimo liberto cuyas posesiones: *Ipse Trimalchio fundos habet, qua milui volant, nummorum numos*<sup>226</sup>, -Petron., *Satyr.*, 37, 8-. Debido a la cantidad y calidad de la producción cosechada en sus propiedades, en su casa no se compraba nada: y así, desde la lana a la pimienta, la miel, la fuerza de tiro o las mulas, todo era criado o cultivado en ella. Desde luego que la situación

---

<sup>225</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 293.

<sup>226</sup>“Sólo estaban al alcance del vuelo del gavilán”, Trad. L. RUBIO FERNÁNDEZ, *Petronio.El Satiricón*, Madrid, 1988, p. 60.

era bien distinta de la del otro personaje literario visto anteriormente, el humilde Símulo, retratado por Virgilio en su poema *Moretum*, que necesitaba sembrar y cultivar él mismo sus legumbres para poder sobrevivir. Sin embargo, no son situaciones contradictorias, sino por el contrario, aspectos de la misma situación. En ambos casos, tanto la pequeña huerta doméstica como las grandes posesiones rústicas alimentaban las necesidades de la vivienda habitual del propietario.

Naturalmente, no todos los ciudadanos tuvieron acceso a una propiedad agraria, extensa o no. Sin embargo, ambos tipos de propietarios dispusieron de recursos alimentarios sin necesidad de intermediarios, incluso sin tener que asistir a mercados o a las ferias periódicas. Pero la producción agrícola y ganadera no es regular, y hay años buenos y otros malos, por lo que la estacionalidad es un factor de incertidumbre clave en el Mundo Antiguo. Un problema mejor llevado por los grandes propietarios, que podían sobrellevarlo gracias a la diversificación de la producción. Por el contrario, para el pequeño agricultor las malas cosechas eran graves problemas, hasta el punto de hacerle endeudarse y provocar la venta de las tierras. Y con ello la inevitable emigración a las grandes ciudades, donde trabajaban como artesanos o en el sector de servicios<sup>227</sup>.

Aquéllos que disponían de una propiedad con cierta categoría, podían sobrellevar las necesidades familiares y a veces más incluso. Hasta disfrutaban de productos de calidad: leña, miel y cera, pieles, carne de animales semidomésticos o salvajes *-Dig.*, 9, 2, 28-. También caza mayor y menor *-Dig.*, 32, 66; *Dig.*, 41, 1, 1-4-. Y además patos, faisanes, gallinas, pavos, palomas y los huevos de todas las aves *-Dig.*, 41, 1, 5-. También de productos de huerta como frutas, hortalizas, flores, o bien cereales, vino y aceite<sup>228</sup>. En las

---

<sup>227</sup>Según P. GARNSEY, *Cities, peasants and food in Classical Antiquity*, Cambridge, 1999, pp. 138-139, la extensión mínima capaz de soportar la subsistencia de una familia, variaba entre unas seis *iugera* -1, 5 hectáreas-, hasta unas veinte. Como la extensión de las pequeñas propiedades era inferior habitualmente, era fácil que la falta de recursos provocada por la temporalidad se hiciera una realidad. Por otro lado, para N. MORLEY, "The poor in the city of Rome", en M. Atkins y R. Osborne (eds.), *Poverty in the Roman World*, Cambridge, 2006, p. 33, la vulnerabilidad era la característica de los más pobres, la cual se hacía realidad en época de restricciones alimentarias. Desde luego, el clima mediterráneo con las sequías estacionales, y la inestabilidad política típica del Mundo Antiguo provocaba que esta gente resultara más vulnerable. Y así, en escasez de tierra, con escasos ingresos y empleo irregular, en el campo los agricultores tenían ciertas estrategias a las que recurrir.

<sup>228</sup>Actualmente se ha perdido la costumbre de comer flores, hábito que han recuperado como moda algunos cocineros de última generación. En la Antigüedad era corriente utilizar las flores para aromatizar bebidas y comidas, y para comerlas en ensaladas o cocinadas. No tiene nada de

casas de labranza o en las señoriales de carácter rural también se producían subproductos animales, como queso y leche. Con toda esta producción no solamente se autoabastecían y el resto se destinaban a la venta, sino que se transportaban frecuentemente a las casas que los dueños poseían en las ciudades -*Dig.*, 7, 8, 12; 33, 7, 12-.

En las grandes fincas era posible casi todo, incluso la crianza de especies en cautividad, cuyo último fin era la alimentación<sup>229</sup>. Entre ellas se daban aves como: palomas, distintos tipos de tordos, perdices, calamones, cercetas, urracas, golondrinas, garzas y codornices. En lo relativo a la flora, viburnos -*Plin., N.H.*, 15, 128; *Cato, Agr.*, 8, 2-, oleandros -*Plin., N.H.*, 16, 79; 24-, palmeras -*Plin., N.H.*, 15, 37; 13, 28-34-, laureles -*Plin., N.H.*, 15, 127, 133-138-, pinos, lirios -*Plin., N.H.*, 21, 22-26; 126-127-. También margaritas -*Plin., N.H.*, 21, 99-, violetas -*Plin., N.H.*, 21, 18; 35; 37; 69; 130; 131-, hiedra -*Plin., N.H.*, 16, 144-153-, y madroños -*Virg., Aen.*, 2, 63-65; *Plin., N.H.*, 15, 57-. Y además rosas, plátanos orientales -*Plin., N.H.*, 12, 6-13-, jaras -*Plin., N.H.*, 24, 165-, vinca -*Plin., N.H.*, 21, 68; 172- sello de Salomón- *Plin., N.H.*, 27, 113 ss., 22, 40-, crisantemos -*Plin., N.H.*, 26, 87-, falsa camomila -*Plin., N.H.*, 21, 99-, amapolas -*Plin., N.H.*, 21, 70; 165-, campanillas - *Plin., N.H.*, 21, 23; 105- y otras. Se tomaban frescas, crudas o guisadas, pero también en forma de tisanas, o incluso se secaban y molían, o se usaban para aromatizar vinos y otras bebidas. Cada uno de estos productos tuvo una importante utilización en alimentación, aunque no todos se siguen consumiendo y se han transformado en sencillas plantas ornamentales. Pero entonces su empleo en la cocina y medicina fue bastante común, enriqueciendo considerablemente la diversidad alimentaria.

También se utilizaron arbustos como el romero, el boj, el acanto, el mirto, el tomillo, la vid, por supuesto. O el madroño, no solamente como comida directa, sino para aliñar o adobar, además de uso en fresco, elaborados y deshidratados o en infusiones. Y no olvidemos la farmacología. Las hojas de parra, por ejemplo, servían para proteger los alimentos de los insectos, colocadas cuidadosamente sobre ellos. Y previamente blanqueadas se preparaban en forma de rollitos o paquetes, en los cuales se introducían verduras y carnes picadas. Otros productos que se produjeron a pequeña escala en los

---

extraordinario, muchas flores son comestibles, apetecibles a la vista, aromáticas, tienen propiedades para la salud y buen sabor, ver A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 50.

<sup>229</sup>Ver L. FRANCHI DELL'ORTO, y A. VARONE, (eds.) *Rediscovering Pompeii*, Roma, 1992, p. 234.

huertos fueron cereales como el trigo, la cebada, la avena. Y otros cereales de uso forrajero como la alfalfa, la veza, la alholva, el yero y el mijo, la guija, la galgana, la linaza y el ajonjolí. Y entre las legumbres: garbanzos, lentejas, habas, altramuces y judías verdes<sup>230</sup>.

Los árboles frutales más comunes eran los manzanos y los pinos. Y además otros altamente productivos, como el olivo, la tradicional higuera, los nogales, los almendros, los melocotones, los perales, los granados, el serbal, el ciruelo y todas las variedades de injertos, técnica en la que los romanos fueron maestros<sup>231</sup> -Colum., *R.R.*, 5, 10; 11-. Otros árboles que por sus características no se cultivaron pero que sin duda fueron último reducto y solución en épocas de carestía, fueron el algarrobo, la encina y el castaño. La castaña sí se utilizó sin connotaciones peyorativas, incluso en recetarios de categoría como el de Apicio, al contrario que la bellota, cuyo uso se relacionaba con tiempos pretéritos<sup>232</sup> -Apic., *De re coq.*, 184-.

El consumo de la bellota se relacionaba con una época en la que el hombre era incapaz de cultivar plantas fructíferas para su sustento, por lo que necesitaba recurrir al consumo de este primitivo y sencillo aunque nutritivo alimento<sup>233</sup>. Tanto Plinio como Estrabón nos dejan constancia del consumo de la bellota en la Península Ibérica -Plin., *N.H.*, 7, 202; Strabo., *Geog.*, 3, 3, 7-. A pesar de esta consideración de tipo cultural, encontramos la bellota utilizada en los recetarios, aunque ocasionalmente. Apicio elabora con relleno de bellotas una liebre embuchada -Apic., *De re coq.*, 386-. Esto

---

*Alimentos primitivos:  
la bellota*

---

---

<sup>230</sup> *Leguminum genera cum sint complura, maxime grata et in usu hominum videntur faba, lenticula, pisum, phaselus, cicer, cannabis, milium, panicum, sesama, lupinum, linum etiam et hordeum, quia ex eo tisana est. Item pabulorum optima sunt Medica et faenum Graecum nee minus vicia* -Colum., *R.R.*, 2, 6-7-. Trad. C. J. CASTRO, *Columel. Los doce libros de la agricultura*, 2º vol. Barcelona, 1959, p. 48.

<sup>231</sup> L. FRANCHI DELL'ORTO, y A. VARONE, *op. cit.*, 1992, p. 258.

<sup>232</sup> Como señala P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, p. 40, sería un producto cuyo consumo era propio de épocas crisis de alimentación. Galeno señala igualmente, que era una comida nutritiva, y que ocasionalmente eran comida de cerdos salvajes -Galen., *De aliment.*, 4, 620-.

<sup>233</sup> La bellota es rica en glúcidos y grasas, presentando una pequeña cantidad de proteínas, aunque los porcentajes de unos y otros compuestos varían según el lugar de producción y la especie. Sobre las propiedades nutritivas de la bellota, ver: V. RODRÍGUEZ ESTÉVEZ, *et alii*, "Dimensiones y características nutritivas de las bellotas de los quercus de la Dehesa", *Archivos de Zootecnia* 57, 2008, pp. 1-12. La antigüedad de su uso y el conocimiento sobre sus propiedades nutricias llega hasta el punto de ser legislado en la Ley de las XII Tablas, que prescriben como se hará uso de las que caen fuera del alcance del dueño de la encina: *Autum est praeterea Lege XII tabularum ut glandem in alienum fundum procidentem liceret colligere* -*Lex XII tab.*, 7, 10; Plin., *N.H.*, 16, 5, 15-.

nos demuestra que a pesar de ser considerado un fruto cuyo consumo denotaba cierto primitivismo, su uso debía estar bastante extendido, fundamentalmente en zonas aisladas. Las bellotas más dulces se pueden comer crudas, asadas o hervidas, pero en las regiones donde estos frutos son más amargos por la concentración de taninos, el proceso resulta es más complejo<sup>234</sup>. Estos taninos pueden ser eliminado mediante procesos como la lixiviación, el tostado o la mezcla de harina de bellota con una pequeña cantidad de arcilla o ceniza, dando en cualquier caso, finalmente, un formato similar al de las tortas o panecillos citados por Estrabón.

Los cardos y alcachofas –plantas de la misma familia- también se cultivaron. Fueron especialmente conocidos y de probada calidad los alcauciles -alcachofa silvestre- del entorno agrícola de la actual Córdoba<sup>235</sup> -Plin., *N.H.*, 19, 152-. Las setas y hongos no se cultivaban pero sí se recolectaban, así como verduras y hortalizas variadas como espárragos, coles, cebollas, cebolletas y ajos, calabazas, rábanos, nabos, chirivías, zanahorias, malvas, eneldo, pepinos, malvavisco, apio, albahaca, acelgas, perejil, hierbabuena y ruda; bledos, eruca, puerro, cilantro, ajedrea, mastuerzo, orégano, cominos, lechugas, endibias, poleo, alcaparras, alcaravea, sérpil y anís, hinojo, cáñamo, escarola, adormideras, mostaza, linaza... La lista es amplísima, teniendo en cuenta además que hay otras muchas especies de plantas comestibles que se han recogido tradicionalmente en los países mediterráneos, como las collejas o las tagarninas, pero que han desaparecido de los

---

<sup>234</sup>J. PEREIRA SIESO y E. GARCÍA GÓMEZ, “Bellotas, el alimento de la edad de oro”, *Arqueoweb* 4, 2, 2002. Sobre las bellotas ver: J. G. LEWTHWAITE, “Acorns for the ancestors. The prehistoric exploitation of woodlands in the West Mediterranean”, en M. Bell, y S. Limbrey, (eds.), *Archaeological Aspects of Woodland Ecology*, Oxford, 1982, pp. 217–230. S. MASON, “*Acorns in human subsistence*”, London, 1992, (Tesis doctoral publicada en el Institute of Archaeology. University College); S. MASON, “Acornutopia: Determining the role of Acorns in Past Human Subsistence”, en J. WILKINS, Harvey y Dobson (eds.) *Food in Antiquity*, Exeter, 1995, pp. 12-24; J. McCORRISTON, “Acorn eating and agricultural origins: California ethnographies as analogies for that Ancient Near East”, *Antiquity* 68, 1994, pp. 97-107.

<sup>235</sup>Sobre el proceso de domesticación de la alcachofa a partir del cardo silvestre, ver G. SONNANTE, D. PIGNONE, K. HAMMER, “The Domestication of Artichoke and Cardoon: From Roman Times to the Genomic Age”, en *Annales Botanica*, Oct. 100 (5), 2007, pp. 1095-1100. Por su parte, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 25-27, opina que cuando en Roma se habla de alcachofa se hace sobre el receptáculo de los cardos, porque hasta el año 1466 d.C., no se habla estrictamente de la especie mejorada que es la alcachofa con respecto a estos –*Cynara cardunculus L.*-. En cualquier caso, Apicio deja constancia de la diferencia entre los tallos de los cardos, *cardui*, con respecto a los fondos de la flor del cardo, *sphondily*, que al cultivarse darían fondos de alcachofa cada vez mayores y divergentes de la original.

canales comerciales, perdiéndose progresivamente su consumo<sup>236</sup>. Solamente en el medio rural, y ocasionalmente, se recogen y ocasionalmente se venden.

El medio rural, como vemos, era origen de una gran cantidad de productos. Pero no solo de aquellos sin elaborar, sino que también se preparaban conservas. Así como los envases para guardarlos y transportarlos, como: orzas y cajas, cubas para el vino, pellejos para transporte, y finalmente, carros para el traslado de todos ellos. Columela repasa todas las actividades que se pueden realizar en el campo en relación con la transformación de la producción: desde la preparación de aceites y aceitunas<sup>237</sup> -Colum., *R.R.*, 12, 47-52-, hasta la elaboración de vinos y vinagres -Colum., *R.R.*, 11, 5; 12, 17-41-. Incluso de la melaza, miel y cera -Colum., *R.R.*, 9, 3-16-. Y por supuesto, conservas -Colum., *R.R.*, 12, 7; 10; 13; 41; 43- salazones -Colum., *R.R.*, 12, 53-, encurtidos -Colum., *R.R.*, 12, 9; 54; 55-, salmueras -Colum., *R.R.*, 12, 6-, quesos -Colum., *R.R.*, 7, 8; 12, 13-, salsas -Colum., *R.R.*, 12, 8; 57- y frutas desecadas -Colum., *R.R.*, 12, 14; 15; 16-.

Las labores relacionadas con la producción de alimentos señalada, desde la agricultura y ganadería hasta la transformación final de los productos, requerían una numerosa mano de obra, compuesta básicamente por esclavos. Además de las labores genéricas, en el mundo rural, los esclavos tenían cometidos especializados para los que se necesitaban conocimientos específicos: esclavos cazadores, otros que se ocupaban de las aves, los muleros, boyeros y pastores, cocineros o los mozos destinados a portar las literas -*Dig.*, 32, 99-. También guardabosques, panaderos, barberos, carpinteros, molineros, mayoral, tejedores, bataneros, administrador, portero, jardineros, camareros y aguadores, además de la servidumbre doméstica -*Dig.*, 33, 7, 12-. Este pequeño universo rural estaba dirigido por el *vilicus*, cuyo perfil conocía muy bien Columela -Colum., *R.R.*, 1, 8-. Era el

---

<sup>236</sup>Las collejas corresponden a la especie *Silene vulgaris*. Las tagarninas o *Scolymus hispanicus* (y también *Scolymus maculatus* en el resto del Mediterráneo) están recogidas por J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 231.

<sup>237</sup>Con respecto a la aceituna de mesa, tan común en las mesas romanas, P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1987, pp. 161 y 188-189, señala que aunque no fueron tan importantes como el aceite, ocuparon solamente un escalón inferior. Esto indica el elevado consumo de aceituna de mesa en esta época. Y parece deducir de las fuentes que las aceitunas se aderezan ya negras, o sea, maduras, y no en verde. Con respecto a la variedad de aceituna de mesa, era la orchites la más usada, al menos en la Bética. Además explica que hubo importantes exportaciones de aceituna de mesa a Roma, procedentes de la Bética, ya que los envases están perfectamente identificados. Lo que hablaría de exportación de esta aceituna desde el s. I d.C. hasta probablemente el s. IV d.C.

encargado y responsable de la actividad que necesitaba una persona -el *vilicus*- con capacidad y mando para establecer lo que había que hacer en cada momento<sup>238</sup>.

Observamos cómo la producción agrícola fue elevada y de buena calidad. Este hecho tuvo una consecuencia, y es que la abundancia estacional obligaba a desarrollar métodos de conserva para disponer de los recursos irregulares en tiempos menos favorables. El Mundo Antiguo, para sobrevivir debió desarrollar un comportamiento precavido y previsor. Así en cada estación se preparaban, recogían o elaboraban los productos de temporada. En primer lugar, se consumían frescos y con el resto se elaboraban conservas<sup>239</sup>.

Vemos cómo el microcosmos del mundo de los abastecimientos fue espléndido, al menos en posibilidades. Se aprovecharon todos los recursos tanto vegetales como animales. De muchos de ellos se han perdido, no sólo las indicaciones de uso, sino incluso la memoria. La riqueza del ecosistema mediterráneo pudo mantener dietas ricas y variadas, pero por otro lado también existían problemas, teniendo en cuenta que el abastecimiento no era regular, sino que acaecieron inconvenientes recurrentes como sequías, plagas y malas cosechas que pudieron provocar carestías locales, planificadas sólo parcialmente por las autoridades<sup>240</sup>.

---

*Riqueza del  
ecosistema  
mediterráneo*

---

---

<sup>238</sup>Sobre la forma de seleccionar y entrenar al *vilicus*, ver J. CARLSEN, "Land and Labour", en A. Giardina (ed.), *Studies in Roman Social and Economic History* 37, Roma, p. 87, quien señala las características de la persona que ocupaba esta función, sus obligaciones, educación e incluso como debía mantener cuidados y entrenados a los esclavos. También habla de sus subordinados principales, los *sub-vilici*.

<sup>239</sup>Como señala P. GARNSEY, *op. cit.*, 1988, pp. 39 y 271, "food crisis was endemic in the Mediterranean in classical antiquity", y: "food crisis was common, but famine was rare". La temporalidad era un problema que se podía paliar, porque era previsible, controlándose parcialmente gracias a los recursos de abastecimiento señalados en el texto.

<sup>240</sup>Para M. CORBIER, "The Broad Bean and the Moray. Social Hierarchies and Food in Rome", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, p. 133, eran importantes tres aspectos del alimento en Roma: la calidad, la cantidad y las porciones. Así la inclinación por distintos tipos de alimentos fue cambiando según la época, y si Varrón no podía pasar sin consumir cerdo, Catón adoraba comer coles, y las presentaba como un icono de salud. Para Plinio el alimento más importante para el ser humano era el trigo, y tras este las legumbres, quizás guisadas o en forma de *puls*. Esto nos indica que el alimento posible era muy variado y amplio, pero que a la vez también representaba cierta forma de jerarquía social, y que las carestías por tanto, también se fundamentaban en referencia a estos alimentos simbólicos. Por nuestra parte observamos cómo los satíricos se burlan de los alimentos de segunda clase, que sin embargo eran tan nutritivos como los más exquisitos, aunque no tan buenos o bien presentados.



### 1.3. Despensas, sótanos, bodegas y cocinas

Hemos analizado cómo el aprovisionamiento urbano e incluso el de carácter rural funcionaban satisfactoriamente, pero cuando el alimento llegaba al ámbito doméstico, se requerían estructuras arquitectónicas para conservarlo. Y estas estaban en relación directa con la categoría social y las posibilidades de los propietarios de la residencia. La *cella penaria*, o despensa era el lugar destinado a guardar las provisiones, y eran tan variadas como las propias viviendas. Las había de tamaño muy pequeño, como la que Suetonio compara con la habitación en que se crió Augusto a las afueras de Roma, una casa tan modesta que parecía una despensa -Suet., *Aug.*, 6-. Y aunque las cocinas, incluso de las casas importantes, eran lugares sencillos, las despensas cumplían un cometido necesario, ya que en ellas se almacenaban tanto alimentos como enseres. Algunas incluso disponían de diferentes cámaras para el almacenaje (Figs. 16 y 17). La necesidad de compartimentar es obvia: hay ciertos alimentos que no admiten la cercanía de otros sin modificar sus propiedades. Es el caso del vino y el vinagre ya que si se almacenan juntos el vino se estropea -*Dig.*, 33, 6, 3-.

En el medio rural la riqueza de una familia se medía por la capacidad de disposición de los elementos necesarios para la manutención cotidiana. Desde luego, era importante saber guardar y mantener en buen estado los distintos alimentos, ya hemos visto la importancia de prevenir la temporalidad típica del Mundo Antiguo, por lo que una despensa bien abastecida podía suponer en el mejor de los casos disfrutar de unos abundantes meses invernales<sup>241</sup>. En las despensas más selectas había un encargado de vigilar los tesoros alimentarios, que podían representar en última instancia

---

#### *Despensas: el tesoro de una familia*

---

---

Todos eran alimento, pero no todos significaban lo mismo, y en cualquier caso, su consumo podía excluir o hacer que las personas se sintieran excluidas de su círculo social habitual, haciéndoles sentir míseros, pero no morir de hambre.

<sup>241</sup>Que es la época que en el entorno mediterráneo hay una producción agrícola inferior. Debido a la temporalidad, los diversos alimentos se repetían constantemente en ciertas épocas del año, por lo que aspectos culinarios como la condimentación eran fundamentales para proporcionar algo de variedad a la dieta. Para I. GONZÁLEZ TURMO, *Antropología de la alimentación: nuevos ensayos sobre la dieta mediterránea*, Sevilla, 1996, p. 17, la tradicional dieta mediterránea: “ha sido... una tradición culinaria que todo lo ha aprendido de adaptarse a lo poco que tuvieran, es decir: a la periodicidad con que los ciclos naturales ofrecían los alimentos, a la parquedad con que éstos se han producido en el Mediterráneo y a la menguada capacidad económica de la mayoría de su población”. En lo relativo al concepto de la Dieta Mediterránea, en la década de 1950, el profesor

la supervivencia de los núcleos familiares, por pequeñas que fueran –Apul., *Met.*, 8, 31, 1-. Para P. A. Fernández Vega, existió además, la conciencia de que el corazón de la casa se encontraba precisamente en esta habitación, ya que es donde se mantenía el *larario*, y con él, el culto a los dioses del hogar, la zona sagrada. Aunque la zona donde se ubica el *larario* fuera pequeña o ni siquiera fuera en realidad una habitación como tal, sino un simple hueco, la *cella penaria* estaba siempre presente, además de su función principal, como espacio de piedad<sup>242</sup>.



Figs. 16 y 17. Reconstrucción de cocina romana en el Museo del Vino de Beaucaire, Francia.

---

A. KEYS y su equipo detectaron una serie de importantes diferencias entre la preeminencia de enfermedades cardiovasculares en los países de la cuenca mediterránea y los datos de los Estados Unidos. Entre sus conclusiones, se encontró que la alimentación y el estilo de vida jugaban un papel esencial. Algunos artículos de este autor, en los que se desarrolla esta relación causa-efecto de la alimentación y la salud, así como el concepto de Dieta Mediterránea son: A. KEYS, “Coronary heart disease in seven countries”, *Nutrition* 13, 1997, pp. 249-253. Del mismo autor: “The diet and the development of coronary heart disease”, *Journal of Chronic Diseases* 4, 1956, pp. 364-380. Y finalmente, “Diet and coronary disease”, *The Lancet* 264, 1954, pp. 37-38.

<sup>242</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 239.

Y esto lo observamos también en el mundo griego. En la Odisea, es Euriclea quién vigilaba de noche y día las bodegas de Ulises, que guardaban un valioso vino añejo, “bebida de inmortales<sup>243</sup>”. Telémaco en persona era quién se ocupaba de bajar hasta las bodegas y llenar las ánforas con el vino, no permitiendo que ningún sirviente realizara esta labor. En aquellas bodegas había además nutritiva harina de cebada, una provisión necesaria para que Telémaco pudiera partir en busca de su padre. Nada era nuevo, la prevención y las despensas repletas eran algo importante, y ya en el mundo romano, Persio ensalza las glorias de una despensa llena y provista de especias, de carnes en salazón -perniles-, de vinos y de otras salazones capaces de alimentar a una familia durante un buen período de tiempo<sup>244</sup> -Pers., *Sat.*, 3, 70-74-. Aunque existían aquellas opulentas y repletas de gozosos víveres, pero quizás fueran excepcionales, mientras que las más sencillas tenían trigo y cebada, y con suerte legumbres -*Dig.*, 33, 9, 3, 8-.

Por otro lado, y como estructuras domésticas, las despensas no tenían por qué ser cámaras ubicadas en el mismo piso que la cocina. Muy por el contrario, la temperatura más estable y fresca de las despensas construidas en un piso subterráneo, favorece la conservación y estabilidad de los alimentos. Si se consigue eliminar el riesgo de humedad de un piso bajo tierra, la conservación puede ser muy eficaz. Conociendo esta realidad, las despensas se construían orientadas hacia el norte, de manera que se conservaran secas y aireadas. También se evitaba que el sol les diera directamente. Con estos cuidados también se evitaba la proliferación de insectos -Varro., *Rust.*, 1, 59-.

Las más apropiadas condiciones en que se mantenían los alimentos en espacios subterráneos provocaron que se exploraran variantes de este sistema. Se buscaban lugares libres de corrientes de agua, protegidos y frescos. Tenemos los antecedentes de los grandes *dolia*, enterrados prácticamente completos bajo tierra, de los que únicamente asomaba la

---

<sup>243</sup>Hom., *Od.*, 2, 337-360. Trad. C. T. PABÓN DE ACUÑA, *op. cit.* 1998, p. 122.

<sup>244</sup>Sobre las especias, su variedad, utilización e importancia en el mundo romano, ver A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp.10-19 y 155-159.

boca. Así estaban protegidos de las temperaturas extremas, tanto del frío como del calor, y se mantenían con adecuados niveles de humedad<sup>245</sup>.

Al conservar estables los alimentos, se evitaba en gran parte la proliferación de microorganismos, sobre todo si se mantenían los alimentos bien envasados. Columela ofrece una fórmula que resulta clave para comprender este proceso. Se trata de la conserva de unas serbas<sup>246</sup> cogidas a mano, que recomienda conservar de la siguiente forma: desinfectando e impermeabilizando unas orzas para después sellarlas con tapadera y yeso (lo que evitaría contaminaciones posteriores al envasado). Finalmente se enterraban en hoyos ubicados bajo techo, con las bocas hacia abajo, incluso cubiertas de tierra. También recomendaba guardar las elaboraciones en muchas vasijas pequeñas, en lugar de pocas pero de mayor tamaño, así como tener cuidado al sacarlas, porque con el movimiento podían estropearse, y así: *Eodem tempore sorba manu lecta curiose in urceolos picatos adicito, et opercula picata inponito et gypso linito; tum, scrobibus bipedaneis sicco loco intra tectum factis, urceolos ita collocato, ut oblita ora eorum deorsum spectent; deinde terram congerito et modice supercalcato. melius est autem pluribus scrobibus pauciora vasa distantia inter se disponere: nam in exemptione eorum, dum unum tollis, si reliqua commoveris, celeriter sorba vitiantur. quidam hoc idem pomum in passo, quidam etiam in defruto commode servant, adiecto spissamento spissi faeniculi, quo deprimantur ita sorba, ut semper ius supernatet; ac nihilominus picata opercula diligenter gypso linunt, ne possit spiritus introire* –Colum., *R.R.*, 12, 16, 4-5-. Con ese mismo proceso, aconseja conservar igualmente las serbas en *defrutum*<sup>247</sup>. Como observamos, era clave, en todo caso, el buen desarrollo del proceso, que consistió en impermeabilizar y cerrar perfectamente el recipiente y evitar con ello la entrada de aire, ya que si la vasija tenía resquicios se echaba a

---

<sup>245</sup>G. KRON, *op. cit.*, 2012, p. 167, confirma este hecho desde el punto de vista de la arqueología, y cómo no solamente los agrónomos de forma teórica, sino los agricultores, ponían en práctica este método de almacenaje y conservación. Parece sensato que este paralelismo se produjera en los niveles de conservación más pequeños y domésticos, como eran las despensas familiares. Además, estaban orientadas al norte –Vitr., *De arch.*, 1, 4, 2; 6, 6, 2-.

<sup>246</sup>Las serbas son una frutilla que procede de la familia de las rosáceas, género *sorbus*, y el serbal europeo *Sorbus aucuparia*, es el arbusto al que parece que las fuentes se refieren. Las bayas del serbal producen un alcohol denominado *sorbita*, como señala P. FONT QUER, *Diccionario de Botánica*, p. 1011. Por su parte, para A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 306: “Sorb... is a domesticated tree fruit of south-eastern Europe... The sorb or service-apple (*Sorbus domestica*) is Greek *oon*, *ouon*, Latin *sorbum*”.

<sup>247</sup>Aunque más adelante se hablará de este producto, señalaremos que el *defrutum* es un mosto de vino cocido. Ver P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1987, p. 37.

perder su contenido. Las serbas son una fruta de aparición constante en la literatura clásica, y el propio Platón explica otro tipo de conserva: se partían por la mitad para deshidratarlas y se guardaban de esta manera –Pl., *Smp.*, 190D-.

En otro ámbito, y en proporciones más importantes de conservas o almacén de alimentos, el acopio de estos en la *pars rustica* de la villa era tan significativo como la propia labor agrícola. Mientras los líquidos como el aceite y el vino, se ubicaban en piezas bajas, el grano (con el resto de los áridos), se conservaba en las piezas altas, que debían estar bien ventiladas. Pero también se podía conservar el grano en graneros de bóvedas, edificados en zonas secas, con suelo pavimentado, y dividido en trojes para separar los distintos tipos de grano. O incluso, propone Columela, y dependiendo del clima del lugar, en unos sótanos secos o silos bien ventilados, al estilo de lo que hacían en las llamadas provincias ultramarinas, es decir, en Egipto: *Pars autem fructuaria dividitur in cellam oleariam, torculariam, cellam vinariam, defrutariam, fenilia paleariaque et apothecas et horrea, ut ex iis quae sunt in plano, custodiam recipiant humidarum rerum tamquam vini aut olei venalium; siccae autem res congerantur tabulatis, ut frumenta, foenum, frondes, paleae ceteraque pabula. sed granaria, ut dixi, scalis adeantur, et modicis fenestellis aquilonibus insporentur. nam ea caeli positio maxime frigida et minime humida est; quae utraque perennitatem conditis frumentis afferunt... neque me praeterit, sedem frumentis optimam quibusdam videri horreum camara contectum, cuius solum terrenum prius quam consternatur, perfosuet amurca recenti non salsa madefactum, velut signinum opus pilis condensatur. tum deinde cum exaruit, simili modo pavimenta testacea, quae pro aqua receperint amurcam mixta calci et arenae, supersternuntur, et magna vi paviculis inculcantur atque expoliuntur, omnesque parietum et soli iuncturae testaceis pulvinis fibulantur. quoniam fere cum in his partibus aedificia rimas egerunt, cava praebent et latebra subterraneis animalibus. sed et lacubus distinguntur granaria, ut separatim quaeque legumina ponantur* -Colum., *R.R.*, 1, 6-. Por su parte, en los climas más húmedos, se construían los graneros en alto<sup>248</sup> y *horrea*. Estos últimos debían estar orientados al norte

---

<sup>248</sup>Sobre estos graneros sobreelevados, J. SALIDO DOMÍNGUEZ, “Los graneros sobreelevados rurales en la Hispania romana: materiales y técnicas constructivas”, *Arqueología de la Arquitectura* 12, (<http://dx.doi.org/10.3989/arq.arqt.2015.008>. Consult. 5/12/18), señala que: “constituyen un sistema de almacenaje que tienen la propiedad de conservar el producto en una atmosfera renovada. En estos edificios, el cereal almacenado sigue respirando, obteniendo oxígeno y desprendiendo calor, dióxido de carbono y agua. Si este proceso continúa durante el tiempo de almacenaje, la

y situados en lugares elevados, ventilados y secos. Lejos asimismo de estercoleros y establos: *Situs horreorum quamvis ipsam septentrionis desideret partem, et superior et longe ab omni umore et laetamine et stabulis ponendus est, frigidus, ventosus et siccus, cui providendum structurae diligentia, ne rimis possit abrumpi* -Pall., *Op. Agr.*, 1, 19, 1-. Si el contenido de estos espacios requería diversificación por los distintos productos conservados, como por ejemplo ocurría en el almacenamiento de diversos tipos de grano, había que separarlos por medio de compuertas de cañizo o guardar cada producto en diferentes cestas de mimbre<sup>249</sup>.

Diferentes factores podrían perjudicar a estos alimentos ensilados: el sol que proporcionaría exceso de luz y calor, también la humedad y la proliferación de insectos, mohos y bacterias. Eran circunstancias bien conocidas por los antiguos romanos, que para evitarlas ponían en práctica una serie de normas de higiene alimentaria. Hoy sabemos que la mayoría de las bacterias patógenas proliferan y viven cómodamente a temperatura ambiente, por eso en los sótanos se buscaba crear una temperatura fresca. Con esta medida se evitaba tanto el calentamiento como la humedad, así como la proliferación de algunos insectos que, como el gorgojo, hacían temblar a los dueños del grano.

Estos sótanos donde se almacenaban grandes cantidades de alimentos, eran más propios de las villas rústicas que de las urbanas. En ellas se construían espacios como los descritos anteriormente y que Varrón conocía tan bien -Varro., *Rust.*, 1, 13, 1-. Para productos tan importantes como el aceite y el vino se requerían sótanos frescos, resguardados y amplios. Allí se almacenaban los grandes receptáculos y se trasegaban a otros recipientes fácilmente transportables, como pellejos, barriles y ánforas<sup>250</sup>.

---

fermentación, la aparición de hongos, moho e insectos o la germinación del cereal pueden acabar con la cosecha. Por ello, es necesario frenar este proceso manteniendo el ambiente interno de la cámara de almacenaje en condiciones ideales de temperatura y humedad”, que es justamente el problema que se trataba de evitar con su construcción: reduciendo la temperatura, ventilando y bajando los porcentajes de humedad.

<sup>249</sup>Y no solamente existían *horrea* privados, sino públicos, como señala P. LACORT NAVARRO, *op. cit.*, 1985, p. 379, los cuales estaban: “destinados al almacenamiento de cereales y utilizados por el Estado romano para fines fiscales o del abastecimiento de la *annona*”.

<sup>250</sup>Sobre la arqueología del vino y del aceite en la totalidad del imperio romano, ver J.P. BRUN, *Archéologie du vin et de l'huile dans l'Empire romain*, Paris, p. 2004. La bibliografía sobre vino y aceite en el mundo romano es sobradamente extensa, aunque algunas referencias sobre el aspecto que nos concierne, son: C. PANELLA, “La viticultura e il vino nell'Italia romana”, Marchetti M.G.; Torelli, M., (eds.), *Il vino. Tra mito e cultura*, Ginebra-Milano, 2006, pp. 41-54. Sobre ambos productos en Hispania, ver: Y. PEÑA CERVANTES, *Torcularia: la producción de vino y aceite en*

Así, observamos a las bodegas vinculadas con las despensas, como espacios donde conservar y no solamente donde guardar el vino, eran algo parecido a unos almacenes, y desde ellas hasta las cocinas se transportaban las pequeñas cantidades de alimento para el uso cotidiano. Los vinos, por su parte también tenían un lugar en las despensas y se ubicaban preferentemente en espacios en los que hubiera un relativo nivel de humo. Así, se trataba de disponer de un espacio en las cocinas en las que hubiera continuamente algo de humo ya que según Columela, la aplicación de humo provocaba una mejor maduración y conservación del vino. Esta aplicación, por otra parte, no debía ser muy prolongada – Colum., *R.R.*, 1, 6-.

Desde luego, también existieron las bodegas entendidas como espacios en los que se guardaban preferentemente vinos. Éste se mantenía en grandes botas o en ánforas y se dejaba envejecer en las mejores condiciones ambientales. En su interior se encontraban, como señalaría Séneca, *multorum saeculorum vindemiis horrea*<sup>251</sup> -Sen., *Ad Luc.*, 114, 26-. Tanto las cosechas de diferentes regiones y provincias como las del propio año e incluso de años anteriores. Se construyeron bodegas en casas particulares y también en locales en los que se vendía o almacenaba vino al por mayor -*Dig.*, 33, 7, 7-. Unas y otras debían estar orientadas al norte, eran frescas y oscuras y estaban alejadas de los baños, establos, hornos, estercoleros, cisternas y otros espacios que produjeran mal olor. Además debían ubicarse en una zona algo elevada, para poder trasegar fácilmente el vino de los depósitos -*Pall.*, *Op. Agr.*, 1, 18, 1-. Y requerían la suficiente capacidad para guardar cosechas pasadas, así como para recibir las anuales. El propio cocinero, cuando era realmente experto en su arte, debía ser conocedor no sólo de la elaboración de recetas, sino también de cómo la arquitectura debía servir al cocinado, lo señala Ateneo: “Orientar correctamente la cocina, obtener cuanta luz se necesita, y observar de dónde viene el viento tiene una gran utilidad para la

---

*Hispania*, Tarragona. Sobre la venta de vino, A. TCHERNIA, “La vente du vin”, en E. Lo Cascio (ed.), *Mercati permanente e mercati periodici nel mondo romano. Atti degli incontri capresi di storia dell'economia antica (Capri, 13-15 ottobre 1997)*, Bari, 2000, pp. 199-210. Sobre la relación de estos productos con la *annona* militar, J. REMESAL, *La annona militaris y la exportación de aceite bético a Germania*, Madrid, 1986. Y sobre el aceite en la Bética, del mismo autor *La economía oleícola bética: nuevas formas de análisis*, Archivo Español de Arqueología, 1977-1978, 50-51, pp. 87-142. En el mismo sentido, E. RODRÍGUEZ ALMEIDA, “Monte Testaccio: I mercatores dell'olio della Betica”, *MEFRA* 91, 1979, pp. 873-975.

<sup>251</sup>“...las vendimias de muchos siglos”. Trad. L. RIBER CAMPANET, *Lucio Anneo Séneca. Obras completas*, Madrid, 1966, p.746.

cuestión. El aire, según sea llevado allá o acá, normalmente supone cierta diferencia para las viandas<sup>252</sup>.

En cuanto a la cocina, *culina*, la necesidad de un fuego doméstico para calentar o cocinar los alimentos marcó en gran medida la arquitectura de la casa urbana romana<sup>253</sup>. En época antigua, este gran fuego estuvo situado en el atrio, un espacio doméstico consagrado

---

*Infraestructuras  
domésticas: las cocinas*

a las divinidades protectoras del hogar. Además de su carácter sagrado servía de estancia para cocinar los alimentos<sup>254</sup>. Más adelante, las cocinas se situaron en la parte trasera de la casa, asociadas a las letrinas y termas<sup>255</sup>. La razón era simple: con la misma fuente de calor se podían calentar las distintas zonas de aguas<sup>256</sup>. También ese calor se aprovechaba para calentar hornos, de todo tipo: pequeños o grandes, los destinados a cocinar las grandes piezas como otros para cocer el pan. Incluso los pequeños hornos de uso cotidiano, a veces portátiles.

La herencia griega en las infraestructuras domésticas fue asimismo de una gran sencillez. Los hornillos producían un ambiente ahumado y poco grato, que invadía todos los rincones de la casa<sup>257</sup>. Incluso era necesario resguardar ciertos alimentos a salvo del perjudicial entorno del humo, que podía llegar a deteriorarlos, como observamos en Homero -Hom., *Od.*, 19, 7-9; 19, 18-19-. Estos hornillos eran de uso cotidiano y carácter doméstico, y se utilizaron habitualmente, siendo de uso fácil y sencillez morfológica, y no requerían complicadas técnicas o instrumentos.

---

<sup>252</sup>Athen., *Deipnos.*, 378D-E. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros VIII-X*, Madrid, 2006b, p. 145.

<sup>253</sup>Sobre la cocina en Pompeya como espacio arquitectónico con diferentes posibilidades y estructuras, ver: P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 78-84.

<sup>254</sup>Con respecto a la cocina como espacio destinado a la preparación de alimentos ver, P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 69-74. En cuanto a las cocinas móviles, como señala Juvenal, también eran una realidad muy común, utilizadas para las comidas comunitarias y desplazamientos -Iuv., *Sat.*, 3, 249-251-.

<sup>255</sup>Sobre los aspectos sanitarios romanos, sistemas de aguas y letrinas, ver A. O. KOLOSKI-OSTROW, *The archaeology of Sanitation in Roman Italy*, Chapel Hill, 2015.

<sup>256</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 226-228.

<sup>257</sup>Sobre el humo que procede de los hornos ver: Colum., *R.R.*, 11, 3,60; Mart., *Epigr.*, 2, 90,7; Ovid., *Nux.*, 178; Petr., *Satyr.*, 135-136. Y sobre el humo en las cocinas: Mart., *Epigr.*, 1, 92, 9; 3.2.3, 10, 66, 3-4; Hor., *Sat.*, 1, 11, 13; 1, 5, 80-81; Sen., *Ep.*, 64, 1; 104, 6, 1-5.





Figs. 18, 19, y 20. Cocina de la Villa de los Misterios. Pompeya

Aunque en infraestructuras complejas había cocinas especialmente destinadas a este uso, no siempre era así (Figs. 18, 19 y 20). En espacios más modestos existieron formas alternativas de cocinado, como por ejemplo, el uso de estos hornillos. Eran fácilmente transportables y se usaban para calentar pequeños recipientes. Juvenal describe la simplicidad del fuego con el que cocinaba la gente corriente –Iuv., *Sat.*, 4, 66-. Y constatamos que en esos hornillos no se podían cocinar las grandes piezas que el propio autor refleja en sus sátiras<sup>258</sup>. Por el contrario, allí se calentaban pequeñas marmitas en las que se cocinaban alimentos muy sencillos, acordes con el ajuar doméstico de carácter modesto, como legumbres, cereales y hortalizas. Pero con el tiempo, ya en época imperial adquieren usos más complejos, como para calentar los platos en el *triclinium*.

Efectivamente, las cocinas en época antigua eran simplemente un rincón apartado en que se hacía fuego sobre el que guisar y calentar los alimentos. La vida era más sencilla, y con la alimentación ocurría lo mismo. Con el paso del tiempo, al evolucionar tanto la arquitectura doméstica como las costumbres sociales, también lo hicieron necesariamente las cocinas. Comenzaron a adquirir un lugar propio, aislado y diferenciado, pero en cualquier caso conservando un sentido estricto de sencillez y austeridad. De acuerdo con la propia estructura de estos espacios, equipados con un simple fogón realizado en albañilería, su disposición y organización era coherente con la actividad realizada<sup>259</sup>. Además, carecían de chimeneas o tiro para la salida de humos, por lo que éste podía invadir la habitación convirtiendo las cocinas en lugares sofocantes, oscuros y desagradables, lo que era, además, motivo de incendios más que frecuentes. Poco a poco, las cocinas fueron haciéndose más

---

<sup>258</sup>En cuanto al material con el que se prepara el fuego, es aparentemente carbón vegetal y desechos, como la cáscara del lino, ver: Plin. *N.H.*, 19, 18. Pero en cualquier caso se utilizan maderas, de las que encontramos abundantes referencias: “se recogía caída en el campo la que utilizaban para el hogar” -Varro., *Ling. Lat.*, 6, 66- Trad. L. A. HERNÁNDEZ MIGUEL, *Varrón. La lengua latina, Libros I-X y Fragmentos*, 2 vols., Madrid, 1998, p. 332. Y también en este sentido se inclinan diversas fuentes como: Plin., *N.H.*, 12, 81; Mart., *Epigr.*, 3, 58, 23; 8, 40, 9, 61, 21; Ov., *Fast.*, 4, 741; *Tib.* 2, 1, 21; Varro., *Rust.*, 1, 15. Para Virgilio, “aquí hay un hogar y teas resinosas, aquí un fuego abundante siempre y de un continuo hollín negro”... -Virg., *Ecl.*, 7, 48-, Trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *Virgilio. Bucólicas, Geórgicas, Apéndice Virgiliano*, Madrid, 1990, pp. 203. Y para este mismo autor, “Los hombres disfrutaban los ocios de una vida tranquila... y arriman a los hogares montones de robles y olmos enteros y los arrojan al fuego” -Virg., *Georg.*, 1, 174; 3, 377-, trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *op. cit.*, 1990, p. 343. También Catón hace referencia a este tema -Cato, *Agr.* 37, 3-5. Columela incluso habla de que este material se denominaba *cremia* debido a que ardía con mucha facilidad -Colum., *R.R.*, 12, 19, 3-.

<sup>259</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 231.

complejas y a medida de las necesidades sociológicas se modificaban. A la vez, se desarrollaba y evolucionaba la tecnología culinaria, con nuevos instrumentos y herramientas y también métodos de trabajo.

Tras aquel primer uso básico y popular de los hornillos, en época de Séneca adquirieron un papel más sofisticado –Sen., *Ad Luc.*, 78-. Así, para que las comidas no se enfriaran en el camino de la cocina a la mesa, los esclavos transportaban unos pequeños hornillos. En ellos, los cocineros ultimaban los platos, en presencia de los comensales, y se presentaban a la temperatura correcta. Las comidas que debían estar calientes, pero se presentaban tibias no eran bien recibidas por los invitados de las mesas de élite, por lo que la transformación en los usos del antiguo hornillo fue muy aplaudida. De ser una herramienta básica, simple y transportable, se transformó en un instrumento de finura, en una prueba de buen gusto y de cocina cuidadísima en todos sus detalles. Al poder transportarse se podían utilizar en cualquier lugar, y se llevaban incluso a las comidas que se celebraban al aire libre. Juvenal recoge en este sentido un banquete de cien comensales en el que cada uno llevaba su propio hornillo para cocinar o calentar la comida –Iuv., *Sat.*, 3, 249-253-.

Continuamos con la época de Séneca en la cual la infraestructura destinada a cocinas se perfeccionaba e iba haciéndose más compleja. En las cocinas de esta época se multiplicaban los cocineros, que se movían sin parar por ellas, por lo que debieron ser habitaciones de buen tamaño ya que acogían a un numeroso elenco de cocineros, pinches, pasteleros y reposteros<sup>260</sup>, además del mobiliario necesario como poyetes, mesas y fogones, instrumentos y vajillas – Sen., *Ad Luc.*, 114-. Hasta tal punto se multiplicó en la *Urbs* la existencia de cocinas particulares y profesionales, que Séneca se quejaba del infecto ambiente de Roma, en el que

---

*Problemas de  
contaminación y  
humos en Roma*

---

---

<sup>260</sup>M. BUSTAMANTE, *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 343, señala con respecto a los reposteros, que “las únicas evidencias epigráficas provienen de Pompeya”, de grafitos que se localizan en la cercanía del templo de Apolo, y que se refieren a dos *libarius* ambulantes, *Pudens* y *Verecundus*. Sabemos que el *libum* era una torta con connotaciones religiosas: ...*libari varias exclamaciones et botularium et crustularium* –Sen., *Epist.*, 56, 2-. Por este texto conocemos los sutiles matices entre los dos tipos de reposteros, *crustularii* y *libarii*, y por tanto, sobre dos productos diferenciados.

proliferaba el olor de cocinas humeantes, cuyos vapores se mezclaban con el polvo<sup>261</sup> – Sen., *Ad Luc.*, 114-. Esto provocaba que el ambiente estuviera turbio, fuera sucio e irrespirable. Aunque hay que decir que las cocinas no fueron la única fuente de contaminación en Roma<sup>262</sup>.

Por su parte, y en las cocinas construidas en las villas de ámbito rural, Columela recomienda situar la cocina en la *pars rustica*, edificándola grande y alta con la finalidad de que el techo, habitualmente construido con madera, se viera libre de los incendios, que eran tan frecuentes. Además de cocinar en ellas eran el lugar de reunión familiar, un sitio cálido donde había espacio suficiente para que la familia se encontrara a gusto en cualquier época del año -Colum., *R.R.*, 1, 6-. Calor, luz y compañía, además de la propia comida, eran los elementos que se buscaban en las cocinas rústicas, en las que después de un día de intenso trabajo se podían encontrar la familia y los amigos.

En este apartado hemos ido analizando cómo las cocinas romanas variaron su estructura y organización a través del tiempo: partieron del atrio, habitación en la que se cocinaba durante la primera época, cuya denominación proviene del ambiente ennegrecido por el fuego que se encendía en él. Posteriormente, las funciones de entrada a la casa y de cocina se diferenciaron y desaparecieron los fogones del atrio. Ambos espacios llegaron a convertirse en habitaciones independientes y provistas de muchas comodidades en las casas más lujosas. En ellas se podían encontrar recintos dotados de agua, con tuberías y depósitos, despensas y bodegas, pero incluso en las *domus* importantes las infraestructuras eran sencillas, descomplicadas, con fogones sin tiro ni chimenea, provistas solamente de un hogar construido a tal efecto y de mesas preparadas para cocinar. Sin embargo, una buena cocina, bien surtida y dispuesta era el sueño de snobs, sibaritas y gourmets, como destaca Persio: *Quae tibi summa boni est? uncta vixisse patella semper...* -Pers., *Sat.*, 4, 18-.

---

<sup>261</sup>P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 76, señala, sobre el problema de los humos y las cocinas que: "...fire produced smoke, and smoke was an inconvenience for both residents and neighbors. The use of charcoal reduced, but did not eliminate, the need for ventilation. Windows and doors provided some venting, especially if a kitchen was adjacent to the street or an open area such as a peristyle or garden. A few kitchens were provided with built chimneys or pierced tiles to allow smoke to escape through the roof. The fumes had simply to be endured; there were no legal precepts regulating smoke from private property..." Sobre los daños entre dos viviendas provocados por el fuego de la cocina -*Dig.*, 9, 2, 27, 10-.

<sup>262</sup>Sobre la contaminación en Roma ver J. D. HUGHES, *La ecología de las civilizaciones antiguas*, México, 1981; P. FEDELI, *La natura violata. Ecologia e mondo romano*, Palermo, 1990; J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1996, pp. 45-62.



## 2. Tecnología conservera

### 2.1. Importancia de las conservas en la alimentación del Mundo Antiguo

Uno de los aspectos clave del Sistema alimentario del Mundo Antiguo es la importancia de los alimentos en conserva. Tanto las conservas industriales como las de elaboración doméstica facilitaron la distribución sin deterioro de los productos, y en parte gracias a su consumo se evitaría la temida temporalidad característica del entorno mediterráneo. Las fuentes antiguas desarrollan una gran cantidad de técnicas de conservación, como podemos observar en obras de tipo agronómico, gastronómico, o incluso de carácter general, y así, autores como Catón, Columela, Paladio, Varrón, Apicio o Plinio explican en sus tratados la ejecución de diversas técnicas de conservación. Pero su importancia era de tal magnitud que, más allá de unas u otras recetas lo que realmente importaba era el desarrollo de una técnica que permitiera el aprovechamiento y rentabilidad de los cultivos y sus excedentes. De ahí que dichas técnicas, con recetas concretas incluso, podamos encontrarlas en este tipo de obras que no son recetarios (con excepción de la obra de Apicio), sino tratados históricos o incluso de agronomía. En recetarios de época tardía como es el de *Anthimus* –s. VI-, no hallamos referencias a elaboraciones de conservas, lo que nos indica que nos encontramos con un Sistema alimentario que ha sufrido cambios importantes, concepto cuyo análisis se expone en los últimos capítulos de este trabajo.

---

*Fuentes sobre  
las conservas*

---

Definamos el significado de conservar alimentos en el Mundo Antiguo<sup>263</sup>. Consiste en la aplicación de diversas técnicas culinarias a productos alimentarios, mediante las cuales se haga posible mantenerlos en buenas condiciones un lapso de tiempo proporcional a sus características y a la tecnología aplicada. Además, estas técnicas que alargan la vida de los comestibles también suelen ser el motivo de su transformación, siendo en cualquier caso la previsión el inicio de toda esta actividad como ya hemos visto. Ciertas conservas se distribuían en espacios geográficamente muy alejados: eran los productos gourmet que

---

<sup>263</sup>Que para D. L. THURMOND, “A Handbook of Food Processing in Classical Rome. For Her Bounty No Winter”, *Technology and Change in History* 9, Brill, 2006, p. 4, es: “The most fundamental purpose of food processing is simply to preserve food in an edible, i.e., unspoiled, non-pathogenic state. Reduced to common denominators, there are two basic ways to achieve this add preservatives to the foodstuff and/or take away the ‘rotting’ agent such as air, moisture, heat, etc.”

llegaban a Roma. Podemos decir, por tanto, que el conocimiento de unas complejas técnicas de preparación de conservas, alteraría definitivamente la temporalidad en la alimentación antigua. Y gracias a estos procesos de conservación se alcanzaría un logro fundamental: la posibilidad de que productos que anteriormente sólo se podían tomar en lugares concretos o momentos determinados, formaran parte de la alimentación durante más tiempo en el ciclo anual y en un espacio geográfico más extenso.

Ya hemos visto cómo la conservación de los alimentos fue un problema muy bien conocido, y puestas en práctica de forma habitual las técnicas para preservar diferentes productos. Conservar los alimentos era una práctica imprescindible para la supervivencia cotidiana. Pero las conservas no fueron únicamente la solución de problemas alimentarios perentorios, sino que su consumo, con toda seguridad, presentó además de esta primera, otras motivaciones<sup>264</sup>. En el medio rural podrían haber sido la forma de evitar hambrunas, pero en contexto de las oligarquías pudo tener otros motivos, ya que la razón de su consumo no era la falta de recursos, por lo que se hace necesario reflexionar sobre esas otras motivaciones<sup>265</sup>. Por otro lado, y como sucedió con casi todos los alimentos, en diferentes estratos sociales se utilizaban distintos tipos de conservas, presentando estas

---

<sup>264</sup>Sobre la inclinación que se produce con respecto al sabor de las conservas, A. CAPATTI, "The Taste for Canned and Preserved Food", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.) *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, pp. 492-493, sugiere que los saborizantes tradicionales necesarios para elaborar las conservas, como son la sal, el vinagre, la miel, y las especias, o las propias técnicas con sus sabores característicos como el humo, el proceso de deshidratación y la salazón, han supuesto una adición a los alimentos frescos. Y desde luego, esta novedad ha resultado muy bienvenida, ya que ha provisto a los consumidores de nuevos sabores sobre los básicos naturales (novedades a las que por otra parte, fueron tan aficionados en Roma). Por otro lado, según A. CAPATTI *op. cit.*, 1999 p. 493, la actitud del gourmet hacia este tipo de productos ha sido ambivalente, si por una parte han adquirido prestigio, por otra debían ser de gran calidad para ser valorados. Después de todo, las conservas no solo tienen un sabor particular, sino que heredan una imagen tradicional sobre su propio sabor que es a su vez heredera del pasado.

<sup>265</sup>Es por este motivo que J. L. FLANDRIN, "Seasoning, Cooking, and Dietetics in the Late Middle Age", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, pp. 313 ss., señala que además de la sal, el vinagre y el aceite como ingredientes esenciales para elaborar las conservas, las especias tienen un rol fundamental, en especial cuando dichas conservas elaboradas con productos como las especias forman parte de la alimentación de las élites. Desde luego, forman parte de un Sistema alimentario destinado a un grupo social concreto. Y por otro lado, el propio J. L. FLANDRIN, *op. cit.*, 1999, p. 320, también señala la importancia que las conservas tuvieron para la dietética, ya que los médicos consideraron la gastronomía una función importante para esta ciencia, ya que mejorar el sabor de los alimentos beneficiaba no solo al propio placer, sino al provecho con que se consumían y digerían dichos productos. En cualquier caso, para J. L. FLANDRIN, asumir que la gastronomía y la dietética sean aspectos opuestos de la misma cuestión, sería un grave error.

variadas calidades y precios, y por tanto, mejores o peores productos. Y aunque la miel, el vinagre, el aceite de oliva, los quesos o la fruta en conserva fueron patrimonio de todos, cada grupo social tendría acceso a diferentes calidades de productos dentro del mismo tipo de alimento. Esta es una primera diferencia entre ambos. La otra motivación de la utilización de conservas pudo ser la afición que la sociedad había derivado hacia ellas, creándose una auténtica influencia del gusto a partir del consumo de estos productos durante tiempos prolongados que muy probablemente serían incluso generaciones. Desde luego, como señala A. Pérez Jiménez: “la dieta no es un fenómeno antropológico independiente del resto de las costumbres del ser humano, sino un componente más de la cultura y de los hábitos de la vida<sup>266</sup>”. Esto explica por qué la afición al consumo de conservas estuvo relacionada con el fenómeno del exceso de producción en temporadas determinadas, y por tanto con el fenómeno de la temporalidad, ya señalado y finalmente, se vincularía con un hábito constante de consumo debido a que estos productos agradaban a los consumidores.

En las grandes *domus*, la existencia de unas despensas importantes con un buen fondo de conservas facilitaría la preparación de banquetes. Además de su calidad y valor sobre la mesa, suponían un recurso que facilitaba el desarrollo de las labores de cocina. Desde luego que las más exquisitas conservas serían productos destinados en gran medida a agasajar a los huéspedes, pero estas tenían otro importante sentido y utilidad: eran decididamente imprescindibles en el mundo rural, y también para los menos favorecidos<sup>267</sup>. Su preparación estaba inserta en las labores de los ciclos anuales, dependiendo de las temporadas de cosecha en la producción agrícola y ganadera<sup>268</sup>. Y por supuesto, también presentaba una estrecha relación con las variaciones estacionales<sup>269</sup>. Se conocían las épocas

---

<sup>266</sup>A. PÉREZ JIMÉNEZ, “La dieta mediterránea. Una herencia cultural saludable”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comidas y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, 2000, p. 19.

<sup>267</sup>I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 176.

<sup>268</sup>La producción agrícola y ganadera a través de los ciclos estacionales, cada una de las cuales lleva consigo la aparición de distintos productos agroalimentarios. Estos ciclos dependen de la naturaleza y son productos agrícolas fundamentalmente.

<sup>269</sup>Los productos en conserva cuya aparición en el mercado dependía de la temperatura y el clima, eran tanto de procedencia vegetal como animal. Era necesario, por ejemplo, realizar la matanza del cerdo durante los meses más fríos. Por otra parte, la preparación de los pescados en conserva y secos, también tuvo su ciclo estacional, y existe un momento en el que hay más cantidad de pesca y esta es de mejor calidad. Independientemente de este hecho, los alimentos de origen vegetal estaban



óptimas de preparación de cada una de ellas, las cuales estaban en relación directa con el momento de la recolección, captura o caza, y con que ésta fuera abundante o de gran calidad. Y después de la selección de un buen producto había que elaborarlas, cada una de ellas según sus características y momento óptimo de madurez. Así, a veces era necesario prepararlas antes de que tuviera lugar la maduración completa de los productos, y en otras ocasiones había que realizarlas en el momento exacto de su maduración. Cada una de las pequeñas circunstancias que había que tener en cuenta para la elaboración de las conservas dependía de dos eventualidades: por una parte, del tipo de alimento en origen. Por otra, del producto que se quisiera extraer de él. Por tanto, era necesario conocer ese tiempo exacto y particular que conocemos como el momento de sazón, dependiendo del cual mejoraban las cualidades organolépticas de los alimentos, ya que si éste se sobrepasaba, se perdía calidad en el producto final o incluso se podría llegar a su deterioro. En cualquier caso, y como conjunto de productos elaborados, lo más importante de las conservas era conseguir un cierto equilibrio en relación con la producción de distintos alimentos para que resultaran útiles durante todo el año, supliendo las necesidades e imprevistos, o simplemente contemplándolas como la inmediata necesidad de complementar la alimentación, como por ejemplo, señala Varrón –Varro., *Rust.*, 1, 62-.

Una de las claves de elaboración de conservas, era como hemos visto, la estacionalidad de los alimentos, con respecto a la cual se producía una situación ambivalente: si bien por una parte existía la superabundancia de producción en época de cosecha, por otro lado también podía haber escasez de víveres. Estos ciclos irregulares de superávit o de necesidad hacían que fuera necesario regular los acusados desniveles de producción alimentaria, y por tanto, aliviar y equilibrar ambos extremos, que era precisamente el objetivo de la elaboración de las conservas. Este sistema no fue la panacea, naturalmente, y la desproporción estacional continuó hasta fechas históricas muy avanzadas. Pero proporcionó la ventaja de mitigar las dificultades propias de la estacionalidad, permitiendo, gracias al conocimiento de las cualidades de técnicas y productos, una buena organización y distribución de las tareas. Además de asegurar el

---

marcados por el tiempo de cosecha, en relación directa con un factor no modificable en aquel momento por el hombre como era la estacionalidad.

abastecimiento regular de comida a lo largo del año mediante una eficaz planificación conservera.

El calendario agrícola y ganadero era bien conocido por los agrónomos, que describen perfectamente la producción de alimentos particular de cada una de las estaciones anuales. Algunos de estos alimentos producidos y familiares para ellos, admitieron el almacenamiento sin necesidad de ningún método de conservación físico o químico: simplemente seleccionando lugares adecuados o espacios libres de humedades y con temperaturas suaves. Esto sucedería con productos como el grano o las legumbres y los frutos secos como almendras, nueces, avellanas o piñones que por sus propias características naturales podían resistir bastantes meses en excelentes condiciones, especialmente si se guardaban en espacios que los mantuvieran secos y por supuesto, sin retirar la cáscara. Otros productos, previamente transformados, como fueron el aceite, el vino y el vinagre eran muy estables y se conservaban durante periodos de tiempo muy dilatados, así que podríamos decir que su fecha de caducidad era larga. Sin embargo, muchos otros productos eran frágiles y efímeros, y requerían procesos más complejos para perdurar. Y la forma de conseguirlo era aplicar estas técnicas, con las que se obtuvieron conservas.

De esta forma, la aparición de cada estación marcaba un momento climatológico y de producción que llevaba consigo sus cosechas propias, y con ellas el consumo de ciertos

---

*Ciclos agroalimentarios*

---

grupos de alimentos y la escasez de otros, en ese ciclo que conducía a la estacionalidad. Si la recolección había sido buena, se podía conservar el excedente, o incluso transformarlo para prolongar su duración, aunque esta era una labor a la que no todos los romanos tuvieron acceso. Los campesinos, tanto propietarios grandes como modestos, acostumbrados al ritmo de los ciclos naturales, no debieron desperdiciar ningún medio para garantizar el correcto abastecimiento familiar a lo largo del año, sabían que para la supervivencia familiar había que tener previsión con los alimentos. Catón es especialmente crítico con esta falta de previsión, que podía acarrear consigo

graves consecuencias para una familia, ya que señala que: *Si ita non caveris, quo inpuleris, trienni fructum amitte*<sup>270</sup> –Cato., *Agr.*, 5, 7-, lo que podía suponer una gran pérdida.

Para acceder a estos excedentes era necesario, en primer lugar, disponer de los recursos naturales, y posteriormente organizar la conserva correspondiente, cuya elaboración se desarrollaba gracias a la experiencia y el conocimiento. La estrechez de las casas urbanas modestas no parece que facilitara estas labores. Sin embargo, los propietarios de las grandes *villae* se podían permitir preparar las conservas en sus posesiones rústicas, trasladándolas después a las ciudades con el fin de disfrutar de ellas. Así, el medio rural contó con mayores posibilidades para la práctica conservera. La producción, por tanto, señala el universo extra urbano como centro de la actividad conservera de carácter doméstico, así como una gran parte de la industrial. Pero las conservas caseras no eran el único formato, también existiría un sistema de elaboración semi industrial. En la cercanía de los centros urbanos existió una gran industria organizada alrededor de otras conservas, como fueron el *garum* y las salazones de pescado o los quesos. Mientras, otras industrias conserveras, como los molinos de aceite o los de cereal, no necesariamente se ubicaban en el entorno urbano<sup>271</sup>.

La evolución de la tecnología conservera llevaría consigo diferentes beneficios para los consumidores finales. En primer lugar, aparejaba la creación de unas dietas más variadas. En segundo lugar, condujo a la creación de unos gustos determinados, de unas costumbres gastronómicas que se hicieron muy populares y que finalmente, fijaron ciertas características en cuanto a las cualidades organolépticas de los productos más solicitados. Vamos a aclarar estos dos puntos ya que ambos afectaron al consumo de conservas:

1) El consumo de alimentos variados es una de las condiciones más importantes para que la dieta sea equilibrada. Entre los alimentos adecuados existen diversas alternativas que hay que ajustar a las necesidades vitales de cada persona y que se encuentran en relación con el sexo, la actividad física, las condiciones de salud o la

---

<sup>270</sup>“Si no tomas estas precauciones, perderás tres años de cosecha allí donde los hayas metido”, Trad. A. GARCÍA-TORAÑO, *Catón. Tratado de Agricultura*, Madrid, 2012, p. 103.

<sup>271</sup>Sobre los molinos de cereal y de aceite, así como sobre los procesos técnicos vinculados, ver R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, pp. 335-358 y 380-394.

circunstancia vital como la niñez o vejez, el embarazo o incluso una enfermedad, algo que la medicina antigua conocía muy bien y que describe Hipócrates –Hip., *Diaet*, 68-. La variedad en la alimentación proporciona la posibilidad de una ingestión de más minerales, vitaminas, proteínas y sustancias nutritivas, enriqueciéndola globalmente y en cualquier

---

*Ventajas de una  
alimentación variada*

---

caso, los alimentos en conserva promovieron la variedad en la dieta a lo largo del ciclo anual. Esto no habría podido ser posible si la temporalidad no se hubiera superado (aunque no se llegó a solucionar del todo, solo se mitigó parcialmente) gracias al conocimiento de las técnicas de conserva y al adecuado tratamiento de los alimentos.

Se prepararon una gran cantidad y variedad de conservas, algunas realizadas con hierbas y especias, otras de fruta, carne y pescado, pero también se elaboraron salsas, hortalizas en conservas o frutos secos. Y para ello, se usaron medios como el ahumado, la miel, el vinagre, el vino, la sal o el aceite, entre muchos otros ingredientes. Es importante tener en cuenta que prácticamente todos los alimentos conocidos fueron susceptibles de ser conservados, incrementando paralelamente su temporada natural de consumo. Y paralelamente a este hecho, aumentó la diversidad de alimentos disponibles, aunque estos no tuvieran las mismas propiedades que sus homólogos frescos. Las propiedades de cada uno de los alimentos conservados dependieron del tratamiento a que se sometieran, de la eficacia, experiencia y habilidad del cocinero.

2) Las novedades gastronómicas fueron patrimonio exclusivo de las élites<sup>272</sup>.

---

*Los nuevos gustos  
gastronómicos*

---

Sabemos que en Roma hubo alimento para todos, pero no de la misma forma. La creación de los gustos y de las modas gastronómicas, requerían capacidad económica para sostener unos gustos muy costosos. Los sectores populares por su economía en primera instancia, tuvieron difícil acceso a los medios que eran necesarios

---

<sup>272</sup>En primer lugar por el coste de dichas novedades. Y por otro lado por la presencia de detalles que se valoraban especialmente, como era por ejemplo el uso de hielo para refrescar los vinos –Plin., *N.H.*, 19, 55-. Estas novedades estaban reservadas a esa clase privilegiada, la cual podía disfrutar de estos placeres, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 168. Por su parte, para A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 243-244, es precisamente en las artes en las que era necesaria la interacción humana, donde apreciamos el valor que los romanos ponían en los productos de su imperio, es lo que (según la visión romana expuesta por este autor) se justificaría el que las provincias hubieran sido despojadas de su riqueza para suministrar los deseos de lujo de Roma.

para que se llevaran a cabo comidas gastronómicas, podemos decirlo abiertamente: la gastronomía era un placer reservado a pocos. Era el hecho alimentario elevado al gozo, al placer, y no a la satisfacción de una necesidad básica de supervivencia. Para que exista, son imprescindibles ciertos medios. Y quienes se pudieron permitir transformar parte de sus excedentes económicos en satisfacer este placer fueron los sectores sociales altos<sup>273</sup>.

En resumen, esta minoría podía disfrutar de la buena mesa porque: tenían recursos económicos, además habían llegado a un grado de sensibilidad cultural que les hacía apreciar la comida como un arte, y por último era una forma de manifestar su estatus. Así, el menú de las élites romanas de época imperial estaba muy bien surtido y, excepto en ocasiones especiales, lo habitual era que los productos no resultaran especialmente extravagantes, sino simplemente exquisitos. Con las conquistas, *Graecia capta ferum* *victorem cepit et artes intulit agresti Latio*<sup>274</sup> -Hor., *Epist.*, 2, 1, 156-. Y muchos productos orientales, así como técnicas griegas, se introdujeron en Roma, de cuyos hábitos gastronómicos formaron parte rápidamente. Las élites comían más carne y pescado que los sectores populares, tenían cocineros de origen griego y se alimentaban con un mejor surtido de productos. Pero el punto más cuidado de sus mesas, de su gastronomía, fueron las técnicas de cocinado, la imaginación derrochada con la condimentación, el esmero con que se vigilaban todos los detalles y finalmente, una presentación exquisita y fuera de lo común de los distintos platos del menú<sup>275</sup>.

Al estudiar el recetario de Apicio, observamos cómo destacan en él la calidad de los procesos de conservación y la categoría de las técnicas de cocinado, puntales de la cocina romana de élite<sup>276</sup>. Fue en ellas donde se apoyaría la gastronomía, el arte de la alimentación de los sibaritas. El conocimiento de estas técnicas, convertido en moda de la mano de los cocineros griegos más refinados, supuso una habilidad que terminó dando forma a una

---

<sup>273</sup>Sobre el significado del lujo en Roma y sus aplicaciones en el universo material, ver A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1990, p. 148.

<sup>274</sup>“La Grecia conquistada a su fiero vencedor conquistó”, Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *Horacio. Odas, Canto Secular, Epodos*, Madrid, 2007, p. 315.

<sup>275</sup>Para P. ZANKER, *Augusto y el poder de las imágenes*, Madrid, 1992, pp. 17-18, este hecho era evidente: “La cultura romana está marcada de manera decisiva por un dramático proceso de aculturación que se inicia en el siglo II a.C. La conquista del Oriente griego había saturado la arcaica estructura social de la ciudad-estado con la cultura del mundo helenístico. A diferencia de lo que es habitual, en este caso fueron los vencedores quienes debieron soportar este proceso”.

<sup>276</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 266-267.

profesión. Directamente dependientes del cabeza de familia y por tanto de sus gustos, aplicaron las diferentes técnicas culinarias para crear diversos estilos gastronómicos -*Dig.*, 50, 16, 203 ss.- La importancia social de disponer en una mesa de las últimas novedades, fue tenida muy en cuenta por quienes deseaban desempeñar un rol preeminente y desarrollar sus relaciones sociales. Esta mesa bien equipada requería el cuidado de aspectos como la presentación, los propios alimentos e incluso la forma de cocinado, lo que se tradujo en un mayor consumo de alimentos elaborados y organolépticamente más complejos, así como de salazones. También se percibió la presencia de la nueva época en la naciente inclinación por la mezcla de sabores, lo que se manifestó en una pérdida del gusto por el sabor original de los alimentos<sup>277</sup>. La importancia de los recursos invertidos en las técnicas de conservación de alimentos de forma doméstica llegó a tal grado que llegó a requerir una legislación que los regulara -*Dig.*, 33, 6, 7-.

Sin embargo, no todo fueron productos exóticos, de importación o muy elaborados, y las ciudades requerían para su abastecimiento básico otros alimentos como eran el vino, el trigo, las salazones, el vinagre o la miel, todos ellos elementos imprescindibles para las comidas de cualquiera de los ciudadanos, desde los esclavos hasta los emperadores, formando así parte de su Sistema alimentario -*Dig.*, 3, 5, 21-22-. En cuanto al grupo de productos que nos ocupa, las conservas, su fabricación se organizó a diferentes niveles: desde el más sencillo y doméstico o incluso rústico, hasta los industriales, este último sector motor de grandes negocios -*Varro.*, *Rust.*, 1, 62-. Y todos ellos eran objeto de comercio, desde las pequeñas conservas caseras a aquellas que procedían de las industrias de conservas de pescado y salsas derivadas, como es el caso del *garum*<sup>278</sup>.

---

<sup>277</sup>El gusto por la imitación fue una de las pautas que condicionaron el comportamiento gastronómico. La intención era sorprender, proporcionar nuevos estímulos, crear platos imaginativos. A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 164-169, y así: “El sentido de las imitaciones en el recetario de Apicio fue conseguir elevar el rango de los platos presentados, de forma que encajaran en los parámetros de una cocina de categoría, destinada a las élites romanas”. El propio Apicio presenta en su recetario siete recetas de platos que son productos sumamente elaborados, hasta llegar a ser irreconocibles finalmente”, como se observa en diferentes ocasiones en el recetario de Apicio –Apic., *De re coq.*, 118, 139, 209, 430-32-.

<sup>278</sup>Sobre la industria del *garum* ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 111-122. Sobre la industria de los alimentos, G. KRON, *op. cit.*, 2012, pp. 170-172. Sobre la vinculación de la industria con el crecimiento económico en el mundo romano, ver P. TEMIN, *op. cit.*, 2013, p. 198.

Muchas de estas conservas (especialmente las de gama alta) eran objeto de comercio en el *Forum Cuppedinis* el mercado especializado en exquisiteces, como aclara Varrón<sup>279</sup> -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 146-. Era un lugar donde podían encontrar mercancías exóticas, poco comunes y muy apreciadas: quizás hongos, setas y trufas envueltos en

---

### Forum Cuppedinis

---

finísimas lascas de serrín y a salvo de la humedad -Apic., *De re coq.*, 27-. También *garum* de primera categoría, especias orientales y salsas y condimentos como el carísimo *laser*. Arropes, frutas envueltas en miel, lomos de pescado en salazón o jamones importados, género éste último que fue objeto de una gran actividad comercial. Productos todos ellos (alimentarios o no) gravados por un tributo *vectigal*<sup>280</sup> -Dig., 39, 4, 16, 7-. Pero no era el único lugar en el que se podían adquirir conservas, y el menudeo y despacho al por menor, así como los vendedores ambulantes eran otros de los medios de comercio en el medio urbano. Séneca nos habla de los vendedores que pululaban en *Baias* ofreciendo su mercancía, en este caso populares y baratas salchichas -Sen., *Ad Luc.*, 56, 2-.

## 2.2. Tipos de conservas

Las conservas eran un gran grupo de alimentos, elaborados mediante técnicas culinarias o simplemente bien almacenados por sus propias características naturales, que servían de alimento principal cuando las cosechas eran deficitarias, cuando el abastecimiento no era suficiente o para complementar la dieta, en cualquier caso. Se trataba de un gran universo de preparaciones que se podían elaborar industrialmente, como sería el caso de los quesos, o de forma casera. En cualquiera de sus dos vertientes, los tipos de

---

<sup>279</sup>El *Forum Cuppedinis* se presenta como un espacio diferenciado dentro del gran *Macellum*, C. DE RUYT, *op. cit.*, 2008, p. 139. Esta misma autora señala en 141, que finalmente, el *Macellum* absorbe al *Forum Cuppedinis*, integrándose en él. C. DE RUYT, *op. cit.*, 1983, pp. 243-245, señala la especialización y tipo de venta características de este espacio.

<sup>280</sup>Este era un tributo que, según M. CAMACHO DE LOS RÍOS, “*Festus*, 509, 18: *Quod populo debetur*”, *Revista General de Derecho Romano* 17, 2011, p. 3, tiene un significado impreciso, y se utilizaba en sentido de impuesto, por lo que solía ser necesario añadir a esta: “una palabra indicadora de un tipo de ingreso o contribución, tanto sea un impuesto directo como indirecto, una renta, una tasa o un canon”. Por su parte, según P. LE ROUX, “*Vectigalia et revenus des cités en Hispania au Haut-Empire*”, en *Il capitolo delle entrate nelle finanze municipali in Occidente ed in Oriente, Actes de la X<sup>e</sup> Rencontre franco-italienne sur l'épigraphie du monde romain (1996)*, Roma, 1999, pp. 159-160 y 160-170, eran el conjunto de rentas entregadas al tesoro público de una ciudad en pago de un impuesto o una tasa. Eran impuestos o tasas locales que gravaban el consumo de determinados productos o la explotación de diversos servicios o propiedades municipales (aquí *vectigalia* son edificios públicos como termas o almacenes, etc.)

preparaciones eran muy numerosas y enriquecían tanto la dieta como la producción gastronómica.

### 2.2.1. Tipos de conservas según la producción: caseras e industriales

Como hemos visto, prácticamente todos los alimentos fueron susceptibles de ser conservados. La tipología de conservas en Roma fue muy compleja y completa, y se encuentra en estrecha relación con la forma de producción y el papel que dicha conserva tuviera en el Sistema alimentario. Pero prescindiendo de la calidad o de sus aspectos gastronómicos, podemos decir que a través de ellas observamos un profundo conocimiento técnico de carácter culinario. Como señalábamos al principio del capítulo, la preparación de conservas fue un elemento imprescindible para luchar contra la temporalidad de la naturaleza y la producción irregular. Abundante en ciertas épocas del año y escasa en otras, era necesario desmontar el sistema económico natural para asegurar el abastecimiento. También fueron imprescindibles para el consumo regular del ejército, y por supuesto, para alimentar a las tripulaciones embarcadas<sup>281</sup>.

Desde luego, la preparación de conservas fue un hecho muy conocido, aunque como es natural, en el medio urbano, y especialmente en Roma, la necesidad de elaboración de conservas a nivel doméstico no fue habitual, lo que se debió no tanto al desconocimiento, sino más bien a la eficiencia del sistema de abastecimiento, que proveía de lo imprescindible, y también a que las casas urbanas más comunes no disponían de las condiciones adecuadas para su elaboración. Las viviendas ordinarias carecían de espacios bien acondicionados, de amplios lugares para preparar las salmueras, o de secaderos y despensas frescas. Las *insulae*, características de la gran Roma, grandes bloques de pisos construidos en altura, de ocupación múltiple, como señala P. A. Fernández Vega carecían de agua

---

<sup>281</sup>Sobre la alimentación en el ejército, ver los trabajos de P. ERDKAMP, “The corn supply of the Roman armies during the third and second centuries B.C.” *Historia* 44, 1995, pp. 168–9. Un trabajo del mismo autor, “Feeding Rome or feeding Mars? A long-term approach to C. Gracchus’ *lex frumentaria*,” *AncSoc* 30, 2000, pp. 53–70, analiza cómo se cuales fueron las necesidades de abastecimiento del ejército romano durante la Primera y la Segunda Guerra Púnica y las diferentes estructuras de suministros en uno y otro caso. Y analizado de forma sincrónica, L. KEPPIE, *The Making of the Roman Army. From Republic to Empire*, London, 1998, pp. 63-66 y 107.



corriente, saneamientos e incluso de fuego para cocinar<sup>282</sup>. Su pequeñez, la incomodidad del acceso y la escasa confortabilidad fueron factores añadidos a la estrechez de la mayor parte de los apartamentos de las *insulae*, por lo que es imposible considerar la posibilidad de elaboración de conservas en ellas. Las casas aristocráticas, dotadas de otra espacialidad, de diferentes dimensiones y de los requisitos necesarios para la preparación de estas conservas podían dedicarles una parte de sus recursos y su espacio. Por otro lado, en esas viviendas tan pequeñas, tampoco había espacio ni recursos para adquirir los instrumentos necesarios para la elaboración de conservas, elementos como hornillos, cazuelas, recipientes, etc.

Además de estos dos recursos –espacio e instrumentos- para elaborar conservas de calidad, se necesitaban manos hábiles, conocedoras de la técnica, despensas y bodegas para guardarlas y facilidad para abastecerse de las materias primas, lo que supone un importante coste en espacio físico y recursos humanos. Y en realidad, si en Roma nos encontramos con unos mercados perfectamente abastecidos de todo tipo de productos, en los que los encargados de aprovisionar las casas aristocráticas podrían adquirir cualquier alimento, carece de sentido la elaboración de conservas domésticas. En el nivel de mayor riqueza y prosperidad, los dueños de las grandes mansiones, que también eran propietarios de fincas rústicas, sin duda se harían llevar una parte de esta producción a las viviendas urbanas. La casa del rico liberto Trimalción (aunque se trata de un personaje de ficción literaria) se proveía de sus propios productos, que ya elaborados eran transportados desde el campo a su casa de Roma -Petron., *Satyr.*, 38, 1-5-.

Como observamos, la puesta en práctica de las actividades conserveras fue más sencilla fuera de la ciudad. En primer lugar por la cercanía de las provisiones y en segundo por la capacidad espacial para acoger las reservas: en los diminutos apartamentos romanos no había espacio siquiera para una pequeña despensa. La naturaleza no es regular, y el campesino de cualquier época ha sido consciente de esta circunstancia, algo que nos muestra la literatura de una forma bucólica. Virgilio recoge la actividad de los labradores en torno al mundo de la previsión, pequeños trabajos que realizan durante los largos días de lluvia, en las horas nocturnas o durante épocas muy frías, momentos en los que no se podía labrar la tierra y en los que se ocupaban de diversos quehaceres relacionados con el

---

<sup>282</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 436-446.

aprovisionamiento, con la reparación de enseres y la manufactura de pequeños útiles – Virg., *Georg.*, 1, 259-310-. Esta actividad de carácter cauto, y relacionada con el medio agrícola la encontramos desde épocas más antiguas que la de Virgilio, era ya arcaica y estaba vinculada con la supervivencia, y así, a mitad del s. VIII a.C., Hesíodo explica en su obra “Los trabajos y los días” las ocupaciones anuales propias de la actividad del campesino, divididas por estaciones -Hes., *Op.*, 385-615-. Por su parte, M.I. Finley retrata el mundo de Odiseo, señalando los usos de la tierra, la importancia del pastoreo, y cómo los hombres dependían de sus animales, que eran la fuente de riqueza principal, debido a que su suelo era pobre, rocoso y carente de agua para una agricultura intensiva<sup>283</sup>. En cualquier caso, y aunque la provisión de alimentos dependía de distintas fuentes, la previsión resultaba fundamental.

Esa actividad de carácter precavido trataba de proporcionar una existencia confortable y se plasmaba en labores como la preparación de barricas, el tostado de semillas y elaboración de harinas o la confección de mosto y *defrutum*. El campesino que iba a la ciudad cargado con un pellejo de aceite o con frutas de producción propia, podía volver con otros productos valiosos y poco accesibles para él, de manera que el enriquecimiento se producía en ambos sentidos, como explica Virgilio -Virg., *Georg.*, 1, 275-. Y en cuanto a quienes elaboraban todas esas conservas, algunas eran ocupaciones masculinas, pero la preparación de muchos de estos comestibles era de competencia femenina, como sucedía con el *defrutum*, detalle que recoge Virgilio: *Interea longum cantu solata laborem arguto coniunx percurrit pectine telas, aut dulcis musti volcano decoquit umorem et foliis undam trepidi despumat aeni* -Virg., *Georg.*, 1, 293-. Así, el año se sucedía, teniendo en cada temporada la producción y elaboración de distintos comestibles. La primavera y el verano eran épocas de mucha actividad, y tras ellas, el otoño llegaba cargado de frutos como uvas, higos o castañas tiernas. También en esta época se recogían ciertos productos preparados con antelación como los quesos cuajados durante el verano. En Roma, los animales de granja que proporcionaban leche más habitualmente eran ovejas y cabras, y más ocasionalmente las vacas, como es normal en el entorno mediterráneo<sup>284</sup>. Y

---

<sup>283</sup>M. I. FINLEY, *The World of Odysseus*, New York, 1954, p. 57.

<sup>284</sup>Y ya en los Tratados hipocráticos se anotan ciertas diferencias que existían en las calidades y características de distintos tipos de leche, por lo que la de vaca se considera astringente, la de cabra y oveja laxantes, y más laxantes aún la leche de yegua o burra -Hip., *Diaet.*, 42-.

si bien la leche por sus propias características, y como señala A. Dalby, se deteriora con facilidad, era un alimento destinado más a pastores nómadas y granjeros que como alimento para abastecer regularmente a las ciudades<sup>285</sup>. Es por esta razón que su transformación en queso era imprescindible si se querían aprovechar las cantidades de leche en época de producción animal<sup>286</sup>. Desde luego, así elaborada era más estable, y una comida excelente, fácilmente transportable y rica en nutrientes<sup>287</sup>. En Grecia y Roma se consideró un alimento propio de pueblos nómadas, y así, en los Tratados hipocráticos se dice que: “La leche es alimento para quienes tienen por naturaleza la leche como alimento, y para otros no<sup>288</sup>”.

La estabilidad de los quesos y su larga duración facilitaron la alimentación de pastores y campesinos cuya dieta se fortalecía gracias a su consumo -Virg., *Buc.*, 1, 81-. Y si bien en todas las ocupaciones relacionadas con el ámbito alimentario existían épocas de escasez, también había momentos en los que se producían excedentes, y así, la primavera con la llegada de pastos frescos, obraba un incremento sobre la producción láctea. Era el tiempo de aprovechar la fecundidad de la producción transformando la leche en quesos -Calp., *Ecl.*, 4, 104; 5, 33-. El ganado requería un doble ordeño, así, al anochecer se prensaba lo que se había ordeñado por la mañana y la mañana siguiente lo ordeñado la noche anterior -Nem., *Buc.*, 3, 70-. Gracias a su fácil conservación, además de la sencillez del almacenamiento y transporte, los quesos se podían consumir en lugares alejados, por lo que su venta debió ser un buen negocio que supuso ganancias importantes a sus productores, como destaca Calpurnio -Calp., *Ecl.*, 5, 36-. Por su parte, Apuleyo retrata a un individuo, vendedor de quesos, miel y otras mercancías que se podían degustar en mercados o tabernas, una persona que sabía dónde comprar los mejores quesos y no dudaba en viajar y buscarlos para sus clientes -Apul., *Met.*, 1, 5, 3-5-.

---

<sup>285</sup> Además, la leche cruda contiene patógenos graves para el ser humano, como son la tuberculosis y brucelosis.

<sup>286</sup> A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 217-218.

<sup>287</sup> Según el exhaustivo trabajo de E. MUEHLHOFF; A. BENNET; D. MACMAHON, *Milk and dairy products in human nutrition*, 2013, (<http://www.fao.org/search>, Consult. 2/5/18), el cual recoge diferentes aspectos sobre la leche y los productos lácteos en la alimentación humana: pp. 1-3 sobre la relación entre el consumo de leche, nutrición y salud; p. 43 acerca del rol de la leche como fuente de macronutrientes, y pp. 106 ss. sobre macro y micronutrientes; p. 60, sobre el valor nutricional de la leche de diferentes especies de mamíferos. Y finalmente, pp. 111-120, sobre el consumo diario de leche y la relación con el crecimiento y el desarrollo humanos.

<sup>288</sup> Hip., *De aliment.*, 33. Trad. C. GARCÍA GUAL *et alii*, *Hipócrates. Tratados Hipocráticos, Sobre la dieta, Sobre las afecciones, Apéndice A “Sobre la dieta en las enfermedades Agudas”, Sobre el uso de los líquidos, Sobre el alimento*, Madrid, 1986, p. 257.

En cuanto al origen de la leche para elaboración de quesos, la que se producía generalmente procedía de ovejas y cabras, más que la de vaca, que se tomaba en menor

---

*Una conserva básica:  
el mundo de los quesos*

---

medida<sup>289</sup>. Esto se debe a varios motivos, pero el primero de ellos es la vinculación de cada una de las cabañas ganaderas con el ecosistema, y es que los pastos mediterráneos, con veranos largos y secos no facilitan la producción masiva de leche de vaca, ya que es un animal que requiere una alimentación abundante y específica. Por el contrario, tanto las ovejas como las cabras se encuentran perfectamente adaptadas al entorno árido. Por su parte, la crianza de ovejas tiene una ventaja con respecto a la de las cabras en relación con el territorio, y es que estas últimas arrasan materialmente con todo lo que tienen a su paso, comiendo las hierbas e incluso sus raíces, con cuya acción impiden la reproducción del forraje<sup>290</sup>. Por el contrario, las ovejas solamente ramonean, permitiendo así la regeneración del pasto. A cambio de este inconveniente, las cabras son capaces de alimentarse en lugares donde apenas hay pasto, incluso en sitios de difícil acceso y donde han pastado otros animales, e incluso en estas circunstancias hacen buena leche -Virg., *Georg.*, 3, 309-. La adecuación de ovejas o cabras a cada ecosistema dentro del entorno mediterráneo depende de éste, sin embargo, la cabaña ovina parece ser más numerosa que la caprina. A pesar de esta limitación se consumió leche de cabra, aunque en menor proporción que la de oveja, que fue la más utilizada. En el terremoto del 62 en Pompeya, murieron seiscientas ovejas -Sen., *NQ.*, 6, 27, 1-2-. Muerte que Séneca achaca a la presencia de una plaga, y que no fue más que la intoxicación por gases que provocó el Vesubio tras su erupción, lo que nos da una idea de la importancia de la cabaña ovina de la zona. Sin embargo, R. Etienne, señala que en Pompeya y Gragnano se hacía también queso con leche de vaca, por lo que podemos añadir que, aunque consumida en menor cantidad, existía en ciertos lugares<sup>291</sup>. También en Cartago se hacía queso con

---

<sup>289</sup>Según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 244-245, el ganado vacuno en el mundo mediterráneo era el primer proveedor de fuerza animal –de tiro, principalmente-, el segundo animal productor de leche, y en tercer lugar, se consumía su carne.

<sup>290</sup>Sobre la adecuación al marco ecológico de ovejas y cabras, ver J. MATAIX VERDÚ, “Perspectiva evolutiva de la alimentación mediterránea”, en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, 1999, p. 39, quién señala la vinculación de la orografía y climatología mediterráneas con el desarrollo preferente de ganadería ovina y caprina, pero no bovina.

<sup>291</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 160.

leche de vaca, que describe el poeta Nemesiano de origen cartaginés, quién destaca en sus Bucólicas la preparación de quesos de leche de vaca –Nem., *Buc.*, 2, 27-34-. Desde luego, la presencia, fabricación y consumo de los quesos presentó una larga continuidad en el tiempo, en el s. III, los *Scriptores Historiae Augustae* señalaban la afición de Augusto por el queso de vaca prensado a mano, una preparación que era tradicional y que ya en el s. I d. C., había recogido y explicado Columela –Suet., *Aug.*, 76: Colum., *R.R.*, 7, 8-. Podría ser posible esta inclinación hacia los quesos de vaca, más que a los de oveja, ya que los primeros eran más suaves, lo que encajaría bien dentro de los austeros gustos gastronómicos de Augusto.

Los quesos no solamente se prepararon a nivel doméstico, también existieron fábricas especializadas en la elaboración de este producto, como recoge el *Digesto*, que sin duda, por la cantidad de humos que producían, molestaron a los vecinos<sup>292</sup> –*Dig.*, 8, 5, 8, 5-.

---

### *Industria quesera*

---

Sin embargo, esta actividad nos plantea otras cuestiones, como sobre la forma de realizar el transporte de la leche hasta el lugar de fabricación de los quesos o, si hubiera podido existir un primer paso en la transformación de ésta –y que se realizaría en el lugar de producción-. En cualquier caso, del lugar de producción de la leche al de los quesos no podía haber una gran distancia. Columela señala que si los lugares productores de leche se encontraban alejados de los centros urbanos, no convenía transportar la leche, sino transformarla en queso y realizar el transporte posteriormente –Colum., *R.R.*, 7, 8-. En los centros especializados en la transformación de lácteos se producía o adquiría la leche y se fabricaban los quesos, o bien se podían adquirir estos últimos ya preparados por los pastores, que eran quesos frescos dejados madurar posteriormente. También se ahumaban como parte del proceso de maduración, y de ahí el problema con los humos. La producción de cierto tipo de quesos requirió una tipología específica de instrumentos y recipientes contenedores, tanto en su fabricación industrial como a nivel doméstico. En especial respecto a un tipo de queso que necesitó fermentación, la cual se producía en unos cuencos con pitorro que documenta M. Beltrán Lloris<sup>293</sup>.

---

<sup>292</sup>...*an quis possit ita agere licere fumum non gravem, puta ex foco, in suo facere aut non licere. Et ait magis non posse agi, sicut agi non potest ius esse in suo ignem facere aut sedere aut lavare*, dice Ulpiano –*Dig.*, 8, 5, 8, 5-.

<sup>293</sup>Según M. BELTRÁN LLORIS, *Guía de la cerámica romana*, Zaragoza, 1990, p. 201.

Por el modelo de consumo romano, la transformación más importante sufrida por los lácteos fue la producción de quesos, destinados en gran parte al consumo urbano<sup>294</sup> -Virg., *Buc.*, 1, 33-35-. La leche podía consumirse en el lugar de producción, es decir, los pastores o los dueños de los rebaños tenían acceso directo a ella. Sin embargo en el medio urbano no era fácil acceder a su consumo, ya que la leche no podía soportar en buenas condiciones el transporte desde el entorno suburbano, sobre todo durante el verano. Por otro lado, había también ciertos tipos de leche peculiares, por ejemplo, los pastores tenían acceso al consumo de un tipo especial de leche, considerada exquisita: la primera leche de una oveja recién parida, los calostros -Virg., *Buc.*, 2, 20-23; Mart., *Epigr.*, 13, 38-. Sin embargo, debían tener cuidado con no agotar a los animales en esas circunstancias, ya que el cordero nacido necesitaba la leche materna para sobrevivir -Calp., *Ecl.*, 5, 36-38-. En general, la leche se ordeñaba y cuajaba diariamente y sólo la que se había ordeñado en la noche, conservada más fresca durante las horas nocturnas, se transportaba de madrugada a la ciudad -Calp., *Ecl.*, 4, 26-. El resto se preparaba en forma de quesos, bien para la venta, o para consumo propio durante el invierno -Virg., *Georg.*, 3, 395- 403-. El suero que sobraba de la preparación de los quesos se dejaba para alimento de otros animales, como los perros, y así se aprovechaba el ciclo completo de la leche -Virg., *Georg.*, 3, 406; Colum, *R.R.*, 7, 12-.

El queso se introdujo en la alimentación como comida fuerte, acompañado de aceitunas, pan o frutas en las comidas sencillas o en los desayunos y también en los postres, acompañado de galletas y dulces, y como sugiere A. Dalby y detalla Apuleyo, por supuesto en este tipo de refrigerios, acompañado de pan: *Caseum cum pane*<sup>295</sup> -Apul., *Met.*, 1, 18, 8-. Fue una comida tanto de élites como de clases populares, y la facilidad de su conservación hizo que también fuera un alimento destinado al consumo de los esclavos -Mart., *Epigr.*, 13, 30-. Muy apreciado y considerado como

---

*Papel del queso  
en la alimentación*

---

<sup>294</sup>Plinio recoge distintos tipos de leche según el animal de procedencia, desde la leche de camella, la de vaca, de burra, de yegua, de cierva, de liebre y la leche de cabra, comentando las cualidades de cada una y la calidad de los diferentes calostros -Plin. *N.H.*, 11, 236-239-.

<sup>295</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 80. Por su parte, Apuleyo: “Toma, aquí tienes a punto el desayuno... le ofrezco rápidamente pan con queso”, L. RUBIO FERNÁNDEZ, *Apuleyo. El asno de oro*, Madrid, 1995, p. 52.

alimento nutritivo, el queso se consideraba “fuerte, ardiente, nutritivo y astringente<sup>296</sup>”. Pero con la misma materia prima se podían elaborar multitud de variedades de queso, ya que la leche era un producto que admitía transformaciones complejas. Y no sólo eso, también se introdujo en preparaciones más elaboradas, formando parte de los más diversos platos, como la *Patinam ex lacte*, o: *Patellam tirotaricam ex quocumque salso* -Apic., *De re coq.*, 4, 140; 144-. Algunos de estos platos con queso fueron tan conocidos como la famosa *Sala Cattabia*, receta en la que el queso constituía un ingrediente imprescindible - Apic., *De re coq.*, 4, 125, 126, 127-. Además era útil para formar parte de salsas como la *hipotrimma*, como señala Apicio: *Piper, ligusticum, mentam aridam, nucleos pineos, uvam passam, cariotam, caseum dulcem, mel, acetum, liquamen, oleum, vinum, defrutum aut carenum* -Apic., *De re coq.*, 1, 38-. También con el queso se elaboraban panes, como confirma Ateneo: “También menciona (Sofrón) el pan de queso<sup>297</sup>” -Athen., *Deipnos.*, 3, 110C-. A la hora de los postres se podía consumir solo también, aunque este último tipo era un queso preparado sin sal, fresco y dulce -Athen., *Deipnos.*, 147E-.

Pero no solo en platos sencillos, también formó parte de otras preparaciones muy sofisticadas, fruto de técnicas más complejas. Por sus características físicas, y debido a que el queso es moldeable y susceptible de modificar su forma antes de cuajar, se prepararon algunos platos muy elaborados con él. Los más originales estaban cuajados en moldes. Uno de estos fue el preparado por los reposteros de Heliogábalo, en el que reprodujeron productos de origen vegetal, animal o cualquier otra figura, todos elaborados con queso como materia prima -SHA., *Heliog.*, 27-. Cualquier cosa, en definitiva, que la imaginación fuera capaz de crear. Sin embargo no todas las preparaciones con queso son tan sofisticadas como aquella que le gustaba a Heliogábalo, y mientras observamos el queso en las mesas imperiales, también podemos verlo en las modestas y rústicas. El campesino del poema *Moretum*, atribuido a Virgilio, también cocinaba con diversos quesos -Virg., *Mor.*, 58-. En su humilde choza disponía de un queso curado, colgado por una cuerda de esparto y mantenido en buenas condiciones gracias al humo del hogar. De él cortaba trozos para

---

<sup>296</sup>Hip., *Diaet.*, 51 ss. Trad. C. GARCÍA GUAL, et alii, *Hipócrates. Juramento, Sobre la ciencia médica, Sobre la Medicina Antigua, Sobre el Médico, Sobre la Decencia, Aforismos, Preceptos, El pronóstico, Sobre la dieta en las enfermedades agudas, Sobre la enfermedad sagrada*, Madrid, 1983, p. 66.

<sup>297</sup>Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *Ateneo, Banquete de los eruditos, Libros III-V*, Madrid, 1998b, p. 106.

acompañar el pan. Además disponía de otro queso fresco, ligeramente curado en sal, más tierno que el anterior -Virg., *Mor.*, 96-. Este último queso tierno lo trituraba junto a otros ingredientes hasta que conseguía un preparado homogéneo, dándole forma de bola, figura que da nombre al poema *Moretum*.

Los pastores sabían que el queso podía ser su único alimento en épocas difíciles -Virg., *Buc.*, 3, 96-. Por lo que preparaban el suministro durante todo el año, en mayor o menor medida, según la cantidad de leche que dieran las ovejas -Calp., *Ecl.*, 2, 70-; Pall., *Op. Agr.*, 7, 6-.

---

*Queso: recurso  
doméstico*

---

Durante el verano Columela recomendaba elaborarlos para el gasto doméstico más que para la venta ya que con frecuencia, el queso fresco se agriaba durante el transporte en un entorno muy caluroso, más aún si estaba recién hecho -Colum., *R.R.*, 12, 13-. El pastor era el encargado de llevar el queso a los mercados, aunque durante el verano no llevaba queso fresco debido a las razones anteriormente expuestas, por lo que los vendía previamente curados. Columela también presenta algunas recetas con variaciones sobre el *Moretum*, que llama *oxiporum moretum* y *oxigarum* -Colum., *R.R.*, 12, 42-. Se realizaban en un mortero, el instrumento imprescindible para preparar esta mezcla, donde se trituran diversas hierbas combinadas con este queso fresco y también con otro queso salado, más curado que el anterior<sup>298</sup>.

Se consumieron muchos tipos de queso: algunos dulces, sin sal, para tomar en los postres, piezas que muy probablemente respondieran a quesos frescos. Además había quesos curados, secos, que se podían tomar directamente o conservarse en mosto, como hoy se guardan en aceite, en vino o igualmente, en mosto -Colum., *R.R.*, 12, 42-. Algunos quesos estaban ahumados, como señala Marcial, *et Velabrensi massa coacta foco*, -Mart., *Epigr.*, 11, 52; 13, 32- en el *Velabro*, este último un barrio de Roma situado en la vertiente

---

<sup>298</sup>La variación en el uso de hierbas como condimento fue tan amplia como el gusto de quienes lo iban a tomar. Columela señala bastantes especies: ajedrea, hierbabuena, ruda, cilantro, apio, puerro, cebolla, lechuga, tomillo, poleo, pimienta, y a veces nueces, ajonjolí, piñones, avellanas o almendras, orégano o laser, *garum* y pasas. En ocasiones también se añadía miel.



oeste del Palatino<sup>299</sup>. Allí se preparaba un tipo de queso ahumado que por la calidad del combustible o las técnicas utilizadas era muy apreciado<sup>300</sup>.

Se conoció perfectamente la preparación de quesos, con una multitud de variedades, así como técnicas relacionadas con esta actividad -Pall., *Op. Agr.*, 4, 9-. Entre estas, la forma de conseguir que solidificara: con cuajo de estómago de oveja o con productos vegetales como cardo o leche de higuera<sup>301</sup>. También se conocieron muy bien las formas de tratarlo una vez cuajado, teniendo cuidado con colocarlo en lugar fresco y sombrío, dejándolo sudar con sal y después comprimiéndolo dentro de las encellas, y como señala Columela: *Nisi cum transmiserint in formas coactam materiam*, -Colum., *R.R.*, 7, 8, 6-. También Nemesiano hace referencia a la necesidad de este instrumento para contener los quesos: *Ipse ego nec iunco molli ne vimine lento perfeci calathos cogendi lactis in usus*<sup>302</sup> -Nem., *Buc.*, 2, 33-. El queso podía tener sabores distintos si se adobaba con piñones o con condimentos variados. Como señalábamos anteriormente, conocieron las técnicas para ahumarlo con leña de manzano o paja -Colum., *R.R.*, 7, 8-. Otros quesos bien conocidos

---

Algunos quesos con denominación de origen

---

fueron el *caseus Lunensis*, destinado al consumo de los esclavos, y recogido por Marcial -Mart., *Epigr.*, 13, 30-. El de los Vestinos o el de Trébula se tomaban incluso durante los desayunos frugales -Mart., *Epigr.*, 13, 31; Plin., *N.H.*, 11, 241; 13, 33-. Y entre todas estas variedades, Plinio cita distintos tipos de quesos: *Docleate, vatusico, cebano, sasinete, luniense y vestino* -Plin., *N.H.*, 11, 240-242-,

---

<sup>299</sup>“Cuajados al fuego del Velabro”. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *Marcial. Epigramas*, VII-XIV, Madrid, 2001b, p. 245.

<sup>300</sup>Y no sólo eso, según Plauto, también había en el *Velabro* panaderos, carniceros y los que se dedican a retocar las mercancías o los que las suministran para que sean retocadas -Plaut., *Curc.*, 480-. Sobre los quesos ahumados y cómo este proceso creaba una capa de creosota que era muy efectiva contra hongos y bacterias (y en consecuencia los hacía inocuos para la salud humana), ver D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 8. El mismo autor sugiere que tanto nos hemos acostumbrado a ese perfil de comidas tradicionales que hemos olvidado el propósito original.

<sup>301</sup>En el s. XVII, un manuscrito que es copia de otro más antiguo -sin fechar este último- señala la flor de cardo y la de alcachofa, como excelentes ayudas para cuajar la leche, lo que nos indica la continuidad en el uso de productos adecuados para realizar una técnica, y cuya práctica no se pierde. V. M. SAROBE PUEYO, (ed.) *El cocinero religioso. Antonio Salsete*, Pamplona, 1995, p. 82.

<sup>302</sup>“Tampoco yo he terminado, con dúctil junto o flexible mimbre, las encellas usadas para cuajar la leche”, Trad. J. A. CORREA RODRÍGUEZ, *Gratio. Cinegética. Ovidio. Haliéutica, T. Calpurnio. Bucólicas. Bucólicas Einsidlenses. Nemesiano. Bucólicas, Cinegética, De la caza de los pájaros. Endelequio. De la mortandad de los bueyes*, Madrid, 1984, p. 164.

y señala que todos ellos se tomaban en Roma. Algunos de ellos se caracterizaron por su transformación mediante la aplicación de un proceso de ahumado, otros que se mantenían siempre frescos conservados en una mezcla de vinagre y tomillo<sup>303</sup>. Y los había muy fuertes, como los quesos de la Galia, o tan famosos como los de Bitinia, en Asia Menor.

Quizás algunas variedades de quesos se consideraran una extravagancia o algo anecdótico, ya que Columela es el único que incluye tres productos de la misma familia: *oxygala*, 3-, mientras que Apicio solo incluye *melca* –Colum., *R.R.*, 12, 8, 1-3; Apic., *De re coq.*, 7, 304-. Plinio describe la preparación de la *oxygala*, que se conseguiría añadiendo una porción de leche agria a la fresca que se desea cortar<sup>304</sup> –Plin., *N.H.*, 28, 35-3-. Incluso *Anthimus*, ya en época tardía, también se refiere a la *oxygala* y a sus variantes, señalando que la *oxygala* y la *melca* son el mismo producto, pero corresponden a denominaciones latina o griega respectivamente: “*Oxigala*”, *vero graece, quod latine vocant “melca”, id est lac quod acetaverit, auctores dicunt sanis hominibus esse aptum, quia non cuagulatur in ventre. tamen si ipsud aut melle admixto aut, quando fuerit, oleo gremiali* –Anth., *De Observ.*, 78-.

Esa preparación de la *oxigala*, leche agria, se conseguía cortando la leche y añadiéndole sal y hierbas. El resultado era una preparación de sabor salado a agrio, que se aromatizaba con orégano, hierbabuena, cebolletas, cilantro y tomillo. La leche se dejaba en un recipiente totalmente cerrado, con las hierbas dentro, en manojo y sujetas por un cordel para poder retirarlas posteriormente. Después de cinco días se sacaba el suero, se volvía a tapar el recipiente, y se dejaba reposar otros tres días, tras lo cual se retiraba el manojo de hierbas y se añadía puerro picado, se dejaba reposar otros días y se retiraba el suero sobrante. Se añadía la sal a la *oxigala* y se tapaba definitivamente, sellando la boca del

---

<sup>303</sup>Sobre la producción y la tecnología quesera en el mundo romano, ver D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 189-206. Sobre los lácteos en general, P. I. BOGUCKI, “The Antiquity of Dairying in Temperate Europe”, *Expedition* 28, 2, 1986, pp. 51–8; J. A. CLARK, y S. A. GOLDBLITH, “Processing of Foods in Ancient Rome”, *Food Technology* 29, 1975, pp. 30–32; Y sobre el queso, DAVIS, J.G., *Cheese*, New York, 1965.

<sup>304</sup>Para D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 193, la *oxygala* conseguía ser un producto estable, y se podía sellar y guardar hasta que se utilizara. Debía tener una consistencia similar a la del queso blando, debido a que se retiraba el suero antes de añadir sal y conservarlo. Por su parte, el *schiston*, era literalmente leche cortada, elaborada con leche hirviendo (especialmente la de cabra) y añadiendo un poco de látex de higo de una ramita, que funciona como coagulante e introduce levaduras, por lo que según este autor, el *schiston* resulta finalmente, un tipo de queso.

recipiente con yeso. Finalmente se utilizaba cuando se necesitara<sup>305</sup>. Por su parte, Plinio conoció un producto que para él sería de una acidez agradable, el cual pudo tratarse de kéfir o yogur, o algún otro derivado de la leche, y que tomaban los pueblos bárbaros, así: *Mirum barbaras gentes, quae lacte vivant, ignorare aut spernere tot saeculis casei dotem, densantes id alioqui in acoem iucundum*<sup>306</sup> -Plin., *N.H.*, 11, 239-. A estas leches agrias se les atribuyeron propiedades casi mágicas, y se pensaba que el consumo de dichos productos influía directamente en la posibilidad de disfrutar de una vida larga, en la que no se experimentaban los efectos de la edad, como se atribuyó a la vida de Zoroastro -Plin., *N.H.*, 11, 242-.

Observamos cómo se buscó la manera de organizar la producción láctea y sus derivados, sin embargo, no produjeron mantequilla, considerada por la civilización romana poco avanzada culturalmente como señala E. Espeitx Bernal: “Los sistemas productivos dependen tanto de la actitud del hombre frente a un paisaje como de la configuración física de éste<sup>307</sup>”. Y la postura del hombre romano a este respecto fue muy concreta, teniendo a la mantequilla, a la cerveza y a las grasas animales como alimentos propios de bárbaros, como nos muestran las fuentes<sup>308</sup> -Strabo., *Geog.*, 4, 5, 4-. Pero que no se utilizara no implica

---

<sup>305</sup>*Oxygalam sic facito: ollam novam sumito eamque iuxta fundum terebrato; deinde cavum, quem feceris, surculo obturato et lacte ovillo quam recentissimo uas repleto eoque adicito viridium condimentorum fasciculos origani, mentae, cepae, coriandri. has herbas ita in lacte demittito, ut ligamina earum existent. post diem quintum surculum, quo cavum opturaveras, eximito et serum emittito; cum deinde lac coeperit manare, eodem surculo cavum obturato, intermissoque triduo, ita ut supra dictum est, serum emittito et fasciculos condimentorum exemptos abicito, deinde exiguum aridi thymi et cunelae aridae super lac destringito concisique sectivi porri quantum videbitur adicito et permisceto; mox intermisso biduo rursus emittito serum cavumque obturato et salis triti quantum satis erit adicito et misceto. operculo deinde inposito oblitito. non antea aperveris ollam, quam usus exegerit* -Colum., *R.R.*, 12, 8-.

<sup>306</sup>“Es curioso que los pueblos bárbaros, que viven de leche, ignoren o desprecien desde hace tantos siglos las cualidades del queso, mientras que espesan la leche, por el contrario, en un producto de una acidez agradable y en una mantequilla grasa”. Trad. E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *Plinio. Historia Natural Libros VII- XI*, Madrid, 1995, p. 569.

<sup>307</sup>E. ESPEITX BERNAL, “El valor simbólico de los alimentos: el caso de la leche”, en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional, Huesca, 1998*, Huesca, 1999, p. 463.

<sup>308</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 151-152, adopta una postura muy clara con respecto a este tema: sin duda, los romanos consideraron a sus vecinos bárbaros incultos bebedores de leche, actividad que les situaba automáticamente en un estadio de civilización muy primitivo. Cuando se consumió leche, naturalmente se tomaba con toda su grasa, que no se retiraba debido a que tampoco consideraron interesante el consumo de la mantequilla, que es, sin embargo, un producto elaborado. Por su parte, M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, pp. 69-71, opina que lo primero que distinguía al hombre civilizado de los bárbaros era la convivialidad. No comer juntos solo por satisfacer la necesidad de alimento, sino lo que representa el acto de transformar la comida en un momento

necesariamente que se desconociera la forma de preparación, muy al contrario, por ejemplo, Dioscórides, en el s. I conoce y describe detalladamente su proceso de elaboración -Dsc., *Mat.*, 2, 72-. Por su parte, Plinio, que la denomina *spuma id est, lacte concretior lentiorque quam quod serum vocatur*<sup>309</sup> -Plin., *N.H.*, 11, 238-39, recoge cómo estos pueblos son capaces de elaborar mantequilla, mientras que sorprendentemente para Plinio, no fabricaban ningún tipo de queso.

Dichos pueblos no solamente utilizaban mantequilla como producto alimentario y como grasa principal, sino también para suavizar la piel, costumbre que llevaban a la práctica tanto los miembros de los pueblos bárbaros como los niños romanos, como continua señalando Plinio<sup>310</sup>. Desde luego que era conocida, pero a pesar de todo, y según

---

*Mantequilla, una  
cuestión cultural*

---

asevera D. L. Thurmond, escasamente usada. Este autor asegura que la producción de aceite de oliva era tan importante que la cantidad de mantequilla carecía de significancia comparativa. Así, la mantequilla de vaca era, sencillamente por cuestión climática una rareza. De hecho es solamente Plinio quién deja constancia de la técnica de elaboración de la mantequilla, y D. L. Thurmond opina que ese sabor fuerte al que se refiere Plinio se debe a que la mantequilla estaba probablemente fermentada<sup>311</sup>. El mismo Plinio asevera que los productos derivados de la leche de vaca, como la leche agria, la mantequilla, o incluso el yogur, eran propios de tribus bárbaras -Plin., *N.H.*, 28, 33-36-.

Todas las indicaciones que los agrónomos romanos ofrecen sobre el mundo de las conservas, son aplicables tanto a la producción en gran escala como a las preparaciones

---

social y de comunicación. Desde luego, para este autor, existen asimismo detalles concretos en los que es perceptible esta diferencia, como la mezcla del vino y del agua en el banquete, la existencia de una etiqueta en la mesa y la capacidad de autocontrol. Por otro lado, una fuente tardía como *Anthimus*, a caballo entre los s. V y VI, nos muestra en su recetario *De observatione ciborum*, hasta qué punto había cambiado la perspectiva del tipo de alimentación romana, que señala este autor que la cerveza y el hidromiel eran bebidas perfectas para cualquiera: *Cervisa bibendo et medus uel aloxinum quam maxime omnibus congruum est ex toto, quia cervisa, quae bene facta fuerte, beneficium habet et rationem prestat...*-Anth., *De obs.*, 15-.

<sup>309</sup>“En una mantequilla grasa; esta es una espuma más gruesa y más dúctil que lo que llaman suero”. Trad. A. FONTÁN PÉREZ, *et alii*, *Plinio. Historia Natural, III-VI*, Madrid, 1995b, p. 569.

<sup>310</sup>“No debe omitirse que en ella (la mantequilla) reside la virtud del aceite y que, por eso, todos los bárbaros y nuestros niños se untan con ella”. Trad. A. FONTÁN PÉREZ, *et alii*, *op. cit.*, 1995b, p. 569.

<sup>311</sup>Según D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 202 ss.

domésticas. Disponer de un rico y variado surtido de productos no perecederos a lo largo del año fue cuestión de supervivencia y necesidad. Por esta razón, la tipología conservera que analizaremos en el apartado dedicado a la preparación de alimentos, es el fruto de la aplicación de diversas técnicas de carácter doméstico, cuyo objetivo fue disponer de esos recursos alimentarios para el consumo familiar. Sin embargo, en algunos casos en los que el excedente daba pruebas de un año feraz, los excesos que no se iban a consumir se vendían y los campesinos se acercaban al mercado con sus productos, volviendo cargados con otros que necesitaban y no producían. A veces, los mismos campesinos vendían a los voceadores, o a establecimientos fijos, que en cualquier caso eran vendedores profesionales, y en otras ocasiones exponían ellos mismos sus productos en el mercado<sup>312</sup>.

En este apartado hemos visto lo extendido del consumo de queso, también las diversas preparaciones industriales de estos y la presencia de circunstancias derivadas de su elaboración, transporte y venta, así como los problemas con los humos. Era inevitable que las factorías donde se secaban los quesos produjeran dichos vapores, como registra Ulpiano: *Aristo Cerellio vitali respondit non putare se ex taberna Casiaria fumum in superiora aedificia iure immitti posse, nisi ei rei talem admittit. idemque ait: et ex superiore in inferiora non aquam, non quid aliud immitti licet: in suo enim alii hactenus facere licet, quatenus nihil in alienum immittat, fumi autem sicut aquae esse immissionem: posse igitur superiorem cum inferiore agere ius illi non esse id ita facere* -Dig., 8, 5, 8, 5-. Asimismo, hemos comprobado la existencia de una gran cantidad de variedades de quesos, que dependieron del lugar de procedencia y de las técnicas empleadas en su preparación. Otro factor relacionado con el mundo de los quesos fue la presencia de vendedores especializados en este producto, que viajaban comprando y vendiendo sus mercancías. Todos estos factores: el queso como conserva preparada en gran escala, existencia de secaderos, la presencia de una importante actividad comercial y del mundo laboral consiguiente, la variedad de quesos y las técnicas utilizadas, son pormenores que incidieron en la existencia y extensión de una eficaz industria quesera.

---

<sup>312</sup>Para G. KRON, *op. cit.*, 2012, p. 24, si bien ciertas conservas como las salazones de pescado se produjeron de forma industrial y en cantidades muy importantes, otras conservas de origen animal como el queso, el jamón o los embutidos, se produjeron y exportaron incluso, aunque no a tan gran escala.

### 2.2.2. Tipos de conservas según la elaboración

El propósito de la elaboración de conservas era prolongar la duración de los alimentos. Y con ello, evitar el desarrollo de microorganismos para que el alimento no se deteriorara durante el tiempo que se encontraba almacenado. Una intención complementaria era controlar las transformaciones químicas y bioquímicas que pudieran dañarlo. En definitiva, se trataba de modificar los productos alimentarios para que se conservaran en condiciones óptimas durante el mayor tiempo posible. Controlando estos factores, los alimentos llegaban a convertirse en conservas, es decir, en alimentos capaces de ser consumidos sin riesgo durante un tiempo muy superior al que hubieran tenido en su vida normal sin la aplicación de dichos tratamientos de conservación.

En relación con el tipo de conserva que se deseaba elaborar, el alimento primario se transformó en un producto diferente, acabado y con características distintas a las del producto de origen. Los cambios podrían ser significativos. Por ejemplo, pudo cambiar el estado físico, como en el caso de la leche, que de ser líquida se transformaba en un sólido, el queso. O al revés, sólidos como la aceituna y la uva se transformaban en sus respectivos jugos: mosto y vino, vinagre y aceite. También se alteraban las cualidades organolépticas del alimento, es decir, el sabor, el olor, el aspecto, la textura... El resultado era un producto distinto del que se había utilizado como punto de partida. Sin embargo, otros productos no

---

*Las conservas:* únicamente por vigilar atentamente sus condiciones  
*prevención higiénica* medioambientales, como ocurrió con los frutos secos, con el  

---

grano o con las legumbres.

Para la preparación concreta de cada conserva, fueron necesarias las que llamamos operaciones preliminares, que consistieron en el lavado, selección, pelado -en caso de que fuera necesario-, troceado o picado y escaldado. Lo más adecuado era que la materia prima fuera procesada lo más rápidamente posible después de su obtención: es decir, tras la cosecha, la matanza, el ordeño o la pesca. En primer lugar, era necesario eliminar la suciedad del material alimentario, para lo cual se necesitaba agua, agua que corriera, una fuente, un río, agua de mar... y después de esta operación, se seleccionaban las mejores piezas de los ingredientes primarios y se organizaban según el uso que se les iba a dar a

cada uno. Incluso se podían utilizar distintas calidades de ellos de forma diferente, convirtiéndose mediante los tratamientos conserveros en productos diversos.

Después de esta selección, había que pelar las hortalizas o quitar la piel de animales con instrumentos como cuchillos o bien con la aplicación de diversas técnicas, como por ejemplo el blanqueo, es decir, la introducción del alimento en agua bullente durante un corto tiempo, de forma que se pelara perfectamente sin deteriorarse o se sometiera a una ligera cocción. A veces se mantenían en conserva los productos completos, como las manzanas<sup>313</sup>, las avellanas<sup>314</sup> o los garbanzos, y otras veces era necesario trocearlos para que todos los pedazos fueran uniformes y el proceso de conservación afectara a todos por igual ya que si no había uniformidad en el tamaño de todos los ingredientes primarios, el resultado después de someterlos al proceso conservero era desigual y poco satisfactorio.

---

*Personal encargado  
de las despensas*

---

Casi siempre eran necesarios otros elementos añadidos, como la salmuera y la sal, la aplicación de un ácido -como el vinagre- o la presencia de humo. También fueron básicos en la producción de conservas los envases, que era necesario mantener limpios y preparados antes de comenzar la aplicación de las técnicas conserveras.

Todo este mundo de conservas requirió la atención de personas que se ocuparan de renovar los fondos de las despensas, de que los tiempos de conservación fueran los adecuados, y de utilizar cada uno en su momento. Este control de los tiempos de cada una de las conservas, fue el cometido principal de los despenseros en las *domus* aristocráticas y en el medio rural, una obligación de la dueña o de la casera. El cuidado adicional con las conservas ya preparadas era muy importante a la hora de prevenir toda contaminación posterior a la preparación, de ahí la necesidad de guardarlas en lugares frescos y secos. Muchas veces era necesaria la combinación de técnicas: deshidratación y ahumado, salazón y secado, salazón y ahumado, o secado e introducción en un líquido como aceite, vinagre o combinaciones de diversos ingredientes.

Para elaborar una conserva, en Roma se conocieron bien los tipos de alimentos a los que se enfrentaban para prolongarlos en buen estado. La clasificación de las materias

---

<sup>313</sup>La manzana común, *Malus domestica*, bien conocida por los romanos, de la que Plinio ya cita numerosas variedades –Plin., *N.H.*, 17, 59; 15, 47-52-. También citada por Isidoro y Dioscórides – Isid., *Orig.*, 17, 7, 3; Diosc., *Mat.*, 3, 149-.

<sup>314</sup>Sobre la avellana y su procedencia ver el apartado Geografía Gourmand, *vide infra*.

primas, es decir, los alimentos sin elaborar, la organizaremos básicamente en tres grandes grupos según sus características de perdurabilidad:

- Perecederos, es decir, los que se descomponen fácilmente, como las verduras, la leche, la carne, el pescado y los huevos.
- Semiperecederos, como algunas hortalizas: la calabaza, los nabos, cebollas, ajos.
- No perecederos, como los frutos secos, el cereal, las legumbres, la miel y la sal.

Con estos alimentos se prepararon las conservas, modificando frecuentemente las características del producto primario, y para poder confeccionarlas, fue imprescindible conocer muy bien sus cualidades y las peculiaridades de otros alimentos necesarios para realizar combinaciones adecuadas, produciendo de esta manera, conservas de calidad.

### 2.3. Preparación de conservas

Todos los alimentos, tanto las conservas ya preparadas como los no perecederos -grano, legumbres, frutos secos...-, o los que estaban previamente tratados por otro método físico o químico, requirieron unas circunstancias medioambientales para conservarse en buen estado: atmósfera húmeda o seca, ventilación o temperaturas frescas. Para esto se necesitaron una serie de espacios establecidos, organizados adecuadamente, en los que poder crear estas atmósferas particulares. También fue fundamental el envasado para que la Preservación fuera óptima.

El lugar donde se almacenaban todos estos productos a nivel doméstico era la *cella*, la parte de un edificio en la que se mantenían además de los alimentos, otros productos de reserva. La *cella* era el conjunto de graneros, cavas y despensas, donde se guardaban las

---

#### *Organización de los recursos domésticos*

---

conservas, el papel, la cera, el carbón, los perfumes, y en general todo aquello que se necesitaba para el consumo del año. La *cella olearia* estaba destinada a guardar el aceite, como su nombre indica, la *cella vinaria*, el vino del año, que debería estar necesariamente alejado del vinagre. Algunos productos requirieron especiales condiciones de almacenaje, como la existencia de lugares soleados, o frescos, espacios húmedos o lugares secos, el descascarillado o no de los frutos secos, y un



eficaz sistema de envasado en recipientes untados con pez o cera o bien sin nada. Los quesos, conservas, legumbres y grano reclamaron lugares secos y frescos para evitar su deterioro o germinación, y las conservas preparadas con miel, aceite o vinagre, debían estar a salvo de la luz solar. Los vinos, naturalmente, necesitaban conservarse frescos y con un cierto grado de humedad muy equilibrada. A veces se sumergían los productos ya elaborados en piscinas o pozos donde mantenían un grado de temperatura relativamente bajo<sup>315</sup>. O bien se ubicaban cerca de las cocinas, donde se ahumaban, adquiriendo el característico sabor que fue tan apreciado<sup>316</sup>.

Aquellos alimentos que requerían la mediación de otros elementos para ser conservados, se transformaban mediante una reacción química. Esta forma de conservación presenta multitud de variantes y combinaciones, y modifica definitivamente las cualidades organolépticas del alimento a conservar. Con mucha frecuencia, la intencionalidad de este tipo de conservas no era solamente prolongar la vida útil del alimento, sino también hacerlo más agradable, buscando variedad en la alimentación.

Los métodos de conservación por tratamientos físicos solían formar parte de una cadena de actividades conserveras, soliendo complementarse con otra técnica. El ahumado y deshidratado son técnicas muy antiguas y experimentadas en el mundo mediterráneo, además de ser las más utilizadas. Con respecto al calor y al frío, sabemos que no se pudieron alcanzar temperaturas extremas que permitieran una conservación prolongada, pero sí se conoció la aplicación de ambos métodos actuando parcialmente con una cierta eficacia.

### **2.3.1. Conservación por almacenaje**

Aunque tenemos un amplio conocimiento sobre los métodos de almacenamiento de trigo, vino y aceite, no lo poseemos sobre otros alimentos que fueron cotidianos en Roma. La extensión del territorio conquistado dio lugar a la aparición de diversas formas de almacenamiento, el cual se encontraba condicionado siempre por las circunstancias climáticas y medioambientales. Por ejemplo, en Capadocia, Tracia, España y el norte de

---

<sup>315</sup>Como el mosto -Colum., *R.R.*, 12, 29-. O las uvas -Colum., *R.R.*, 12, 43-.

<sup>316</sup>Como el *aqua mulsa* -Colum., *R.R.*, 12, 12-. Igualmente la cecina de cerdo -Colum., *R.R.*, 12, 53-. Y finalmente la carne de liebre, los embutidos o el cochinillo -Apic., *De re coq.*, 61, 65, 287, 382, 390-.

África se construían graneros bajo tierra o se enterraban grandes recipientes como los *dolia*. Otras construcciones relacionadas fueron edificios bien ventilados y convenientemente orientados, o sobre pilares que los mantenían secos, como los *horrea*<sup>317</sup>. Cada uno de estos espacios se construyó específicamente para dedicarse a la conservación de distintos alimentos, edificándose según unas reglas precisas y bien conocidas por los agrónomos.

La mejor forma de mantener las conservas en buenas condiciones era depositarlas en lugares con estas características señaladas, y adaptadas a cada uno de ellos, algo que

---

### *Despensas, bodegas*

---

conocía muy bien Columela -Colum., *R.R.*, 1, 6-. Había que preparar las conservas y después colocarlas en el lugar conveniente y en el envase adecuado. En las despensas se guardaban los quesos, la sal, las jarras enyesadas que contenían *mulsum*, hidromiel o frutas introducidas en miel. Asimismo, el grano para ser cocinado directamente o convertido en harina, recipientes con frutos secos, panes endurecidos y deshidratados para ser utilizados como levadura, jarras con miel, *garum* y salazones de pescado, fruta seca y deshidratada, carne en conserva, calabazas secas y llenas de otros productos, legumbres secas y bien aireadas, condimentos, hierbas secas y especias exóticas, algunas de las cuales fueron tan caras como el *silphium*<sup>318</sup>. También se guardaban líquidos, como el aceite y el vinagre, o sólidos sumergidos en líquidos, como era el caso de aceitunas y hortalizas encurtidas. Todos estos productos requerían estar fuera del ambiente del hogar y la cocina, que era cálido y húmedo además de estar plagado de humos, con una atmósfera poco propicia para mantener los alimentos en buenas condiciones, excepto para aquellos que necesitaban ser ahumados.

A través del estudio de la tecnología conservera queda de manifiesto la necesidad de orden en las despensas y de sistemas de organización para la conservación. En este sentido, Columela propone dividir la provisión de recursos alimentarios del año en dos partes, de forma que no faltara nada en ningún momento para la familia -Colum., *R.R.*, 12, 3-. El

---

<sup>317</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, pp. 325-329. Sobre el almacenamiento y los *horrea*, ver J. ARCE y B. GOFFAUX (dirs.), *Horrea d'Hispaniae et de la Méditerranée romaine*, Madrid, 2011, pp. 1-6. Además, J. SALIDO DOMÍNGUEZ, "La investigación sobre los *horrea* de época romana: Balance historiográfico y perspectivas de futuro", *CuPAUAM* 34, 2008, pp. 105-124, presenta el desarrollo de la investigación de los *horrea* en época romana, y cómo ha sido posible mediante los estudios de paleobotánica analizar cuáles de estas estructuras contenían grano, así como el tipo de cereal.

<sup>318</sup>*Vide infra.*

encargado de estas cuenta, numera y organiza todas las provisiones, y algunas las deja bajo llave o bajo la estricta vigilancia de un despensero, como señala Marcial –Mart., *Epigr.*, 14, 218-. Esta era una figura imprescindible en algunas casas que disponían de numeroso personal. Con respecto a los espacios de conserva de la producción vinícola, más que los de carácter doméstico, Paladio explica detalladamente cómo debían ser las bodegas en las que se conservaba el vino: debían estar orientadas al norte, ser frías y prácticamente oscuras, alejadas de los centros productores de olores desagradables -Pall., *Op. Agr.*, 1, 18; Plin., *N.H.*, 14, 133-. Fresco, ventilado y seco debía ser el hórreo -Pall., *Op. Agr.*, 1, 19-. También orientado al norte. Por su parte, las almazaras de aceite debían estar orientadas al sur y encontrarse protegidas del frío: *Olearis cella meridianis sit obiecta partibus et contra frigus munita, ut illi per specularia debeat lumen admitti. ita et operas, quae hieme futurae sunt, nullus algor impedit: et oleum, cum premetur, iutum teporibus frigore non valebit adstringi* -Pall., *Op. Agr.*, 1, 20-.

El envasado fue la consecuencia lógica de la necesidad de almacenar el excedente estacional, procedente tanto del mundo animal como del vegetal. Así se podía disponer de alimentos fuera de su temporada de producción y como reserva. También para facilitar el transporte y la comercialización. El cristal y sobre todo, la cerámica de diversas calidades fueron los envases más utilizados, esta última a gran escala, debido a los bajos costes de fabricación y a la ductilidad del material, que permitió la fabricación de formas diversas,

---

*Pez y resina,  
imprescindibles para las  
conservas*

---

adaptando los modelos a las necesidades. Frecuentemente, los envases se reutilizaban, hecho que se produjo especialmente con los envases de categoría más frecuentemente que con otros más comunes<sup>319</sup>.

Prácticamente toda la cerámica para conservas estaba untada con pez o resina en sus diferentes variedades, con el objeto de impermeabilizar los recipientes<sup>320</sup> (Figs. 21-24). También se impermeabilizaba con cera,

<sup>319</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 15.

<sup>320</sup>Sobre la pez y las resinas, ver: J., ANDRE, “La résine et la poix dans l’Antiquité. Technique et terminologie”, *L’Antiquité classique* 3, Bruxelles, 1964, pp. 86-95. MELLO, E. Y PIZZIGONI, G., “Resine, peci, bitumi”, en Berti, F.: *Fortuna Maris. La nave romana di Comacchio*, Bologna, 1990, pp. 161-164; J. S. MILLS, y R. WHITE, “Natural resins of Art and Archaeology. Their sources, chemistry and identification”, *Studies in conservation*, 221, London, 1977, pp. 12-31. J. MARTÍNEZ MAGANTO y R. GARCÍA GIMÉNEZ, “Ánforas romanas altoimperiales de salazón.

pero con esta sustancia solamente se podían encerar las vasijas nuevas ya que si se habían guardado en ellas sustancias grasas, el recipiente no admitía la cera -Colum., *R.R.*, 12, 50-.

Figs. 21, 22, 23 y 24.

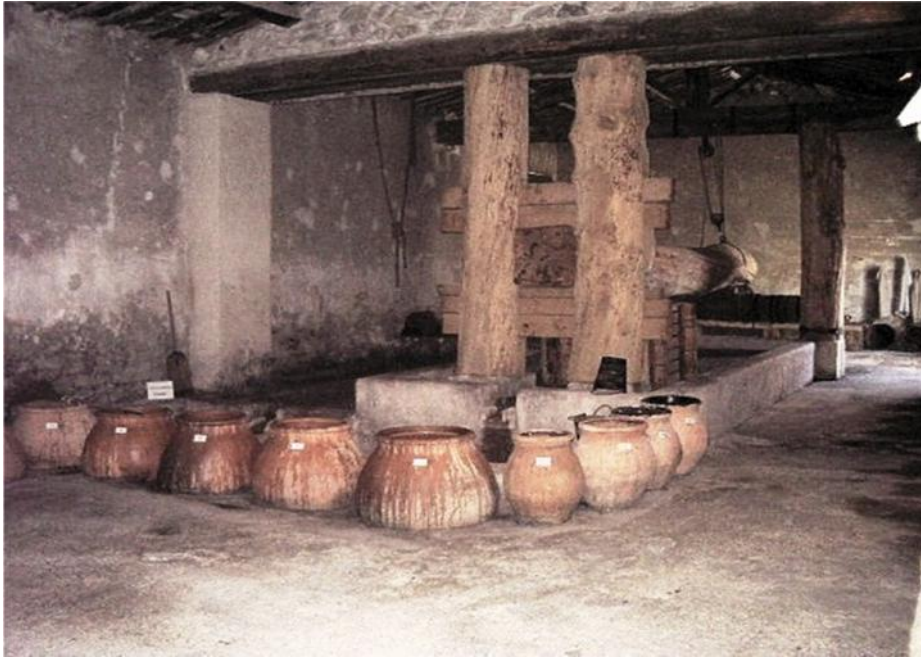
Resinas y pez para uso semi-industrial en una bodega. Aplicación en recipientes.

Museo del Vino, Beaucaire. Francia.



---

Analítica aplicada y aportaciones arqueológicas”, *I Congreso de Arqueología Peninsular* (Oporto, Octubre de 1993), Porto, 1994, pp. 367-385.



Llegaron al conocimiento de muchos aspectos técnicos sobre las propiedades de las grasas en general y del aceite en particular. Por su parte, las grasas absorben todos los olores que tienen cerca, por tanto, esta era la razón por la que Columela recomendaba encerar las vasijas de aceite después de untarlas con pez. Era para evitar que el aceite contenido en ella se impregnara rápidamente del aroma de la pez.

Y cuando se reutilizaban los envases, para que no adquirieran mal olor durante la época que estuvieran desocupados, al vaciarse se bañaban en arcilla muy líquida y se dejaban secar. Así, como explica Columela, antes de ser utilizadas se enjuagaban con agua, se retiraba los restos de arcilla y se tenían listos para usarlos de nuevo -Colum., *R.R.*, 12, 50-.

Los envases destinados a guardar aceite se lavaban con alpechín, después con agua, y finalmente se secaban, era entonces cuando se comprobaba si requerían la aplicación de una nueva capa de cera. La aplicación de la cera a los envases era una costumbre antigua, porque Columela dice que ya se ponía en práctica antes de su época, que fue la de los primeros años de nuestra era, ya que él nació en el año tercero o cuarto a.C. En su época, los agricultores lavaban las vasijas con resina líquida, y después añadían la cera, operación que había que realizar cada vez que se preparaban recipientes para contener aceite nuevo. Pero lo habitual era que se impermeabilizara con resina una sola vez ya que, como ocurría con la cera, después de haber contenido aceite, era muy difícil que el ánfora aceptara la pez<sup>321</sup>.

---

<sup>321</sup>Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1964, p. 86, es muy difícil determinar en las fuentes antiguas las expresiones que aclaran si el elemento utilizado es la pez o la resina. Pero explica que en todo caso, la pez se obtiene por cocción de las resinas naturales. Siendo así la diferencia principal entre ambos productos es su elaboración, y con esta la aplicación consiguiente de la técnica que corresponda. Para salir de dudas, Teofrasto señala que la resina es pez cruda -Teof., *H.P.*, 3, 9, 2-. En el mismo sentido lo explica Columela, -Colum., *R.R.*, 12, 20, 6-. Por su parte, para J. MARTÍNEZ MAGANTO, y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, "La pez y la impermeabilización de envases anfóricos romanos. Estudio analítico de una muestra e interpretaciones histórico-económicas", *AEspA* 71, 1998, p. 265: "Sin embargo, el origen y procesado de la pez sigue sujeto a discusión. Todos los indicadores parecen apuntar a la transformación de la resina de conífera, obtenida mediante la natural exudación del árbol. Posteriormente, esta resina bruta es sometida a un proceso de calentamiento, cuyo objetivo es la eliminación de los aceites volátiles, obteniendo así una sustancia negruzca y untuosa".

Muchos recipientes utilizados para conservar alimentos, aunque no todos, se bañaban con pez, con el fin de impermeabilizarlos -Colum., *R.R.*, 12, 4-. La pez es un producto resinoso obtenido de las coníferas y posteriormente tratado, cocido, que puede sufrir diferentes cambios si se le aplican estas técnicas de calentamiento o bien puede utilizarse directamente, en cuyo caso sería resina<sup>322</sup>. Según las propiedades físicas de la resina, las que en este apartado nos interesan son: resinas blandas o bálsamos -trementina, estoraque y bálsamos-, resinas duras -resina común del pino, benjuí, almáciga y ládano- y gomorresinas -la asafétida y la mirra-<sup>323</sup>. Aunque estas son las más importantes fuentes productoras de resinas, los tipos de pez más abundantes en el ámbito mediterráneo son<sup>324</sup>:

---

### *Tipos de pez*

---

Pez amarilla. Resina del abeto común, de olor aromático y balsámico, más fragante en caliente, de sabor aromático y no amargo.

Pez blanca, de pino común, de color claro. Aromática, pierde el olor a partir de un calentamiento de más de 100°C.

Pez negra, que procede de quemar los residuos de las fábricas de resina, como son las virutas, las hojas, las astillas o las ramas. De aquí se extraía una pez líquida -aceite de pez- y otra espesa y semisólida, que se hervía hasta perder toda la esencia. Es una sustancia de olor débil y particular, sin apenas sabor que se disuelve en los álcalis -la lejía y la sosa- y la disolución que resulta tiene un olor muy desagradable -Plin., *N.H.*, 16, 60-61-. Sabemos que Columela mezclaba la pez nemetúrica con lejía de ceniza para disolverla, para quitarle el olor y limpiarla de impurezas -Colum., *R.R.*, 12, 22-.

---

<sup>322</sup>Aunque también se puede obtener de otra materia prima no coníferas. Y según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1964, p. 86, en todo caso la pez es una elaboración obtenida a partir de la resina. Más precisos son F. DORREGO *et alii*, "Investigations on Roman amphorae sealing systems", *Materials and Structures* 37, 2004, p. 370, ya que si bien, estos son conceptos mal definidos, opinan que: "resin indicates a product that comes from very diverse plants, being obtained directly from them with no treatment. This resin, when heat treated (100–150 °C) produces essential oils which distil (essence) and a solid residue which is also called resin, with the consequent confusion, although they usually have their own names (rosin, mastic...). This solid (rosin, mastic, sandarac...) can also be distilled up to 300-350 °C, in turn producing distilled oils (pinolines) and a residue that is called pitch (pine tar, mastic pitch... according to the resin from which it comes)".

<sup>323</sup>Naturalmente, la clasificación y tipología no es exhaustiva. Se limita a exponer a las variedades que aquí nos interesan para concretar las cualidades de las resinas que se utilizaron para impermeabilizar los envases de las conservas.

<sup>324</sup>Con respecto a los tipos de pez y resinas, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1964, pp. 96-97, presenta dos léxicos, en griego y en latín, en relación con sus variedades, densidades, composición, etc.

Los distintos tipos de resinas y sus usos fueron bien conocidos -Plut., *Quaest.Conv.*, 2, 6, 2-. Plinio deja constancia de la utilización de resinas y explica las características de diferentes tipos de esta sustancia -*Plin., N.H.*, 14, 122-123-. Entre ellos: resina de terebintos<sup>325</sup> -que producen una pez de excelente calidad-, de lentiscos<sup>326</sup> -los cuales destilan la almáciga o mastix-, resina de cipreses -producen resinas de sabor ácido-, y finalmente la de cedros, que destilan una resina muy buena para hacer pez. También se conocían la resina arábica y la judaica, esta última más espesa y olorosa que la del terebinto, así como una resina clara, de color de miel, que procedía de Siria. Para Plinio entre ellas, la mejor de todas era sin duda la de Chipre. Desde Persia llegaban terebinto y lentisco -*Athen., Deipnos.*, 67A-. Y llamaban *psagdas* a una resina de procedencia asiática, que se extraía de una picea y era de color blanco. Teofrasto menciona una gran cantidad de resinas, además de los árboles de procedencia de cada una de ellas: el abeto, la picea, la cornicabra, distintas especies de pinos, el almendro, el cerezo, el ciruelo, el cedro, la acacia y el olmo -*Teof., H.P.*, 1, 9, 2-4-. También la mirra, el incienso, la acacia, el lentisco, el tragacanto y el *silphium*. Aunque cada una de ellas tuvo usos concretos, se consideraba que la mejor para extraer pez era la de coníferas como la de picea, abeto y pino -*Teof., H.P.*, 9, 2, 1-. Los troncos y las ramas se utilizaban para sacar la resina y para extraer el resto, que era muy abundante, se aplicaba a la madera cortada una combustión lenta y sin llamas -*Teof., H.P.*, 9, 3, 1-.

Las resinas forman parte del grupo de los productos no alimentarios que intervenían en los procesos de conservación, y que fueron elementos de gran importancia para el proceso alimentario<sup>327</sup>. Observamos que constituyeron un material básico para la impermeabilización de los recipientes que contuvieran sólidos o líquidos, impidiendo la deshidratación que se hubiera producido de no haberse aplicado la resina, por las características físicas de los recipientes cerámicos ¿Añadieron sabor las resinas a las conservas? Se tuvo buen cuidado de que no sucediera esto, utilizando resinas lavadas con

---

<sup>325</sup>En español, cornicabra, la especie *Pistacia terebinthus*. Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 256, un arbusto espontáneo en Italia, que adoptó el nombre de *terebinthus* cuando su resina fue importada desde Grecia -*Virg., Aen.*, 10, 136; *Plin., N.H.*, 13, 54-.

<sup>326</sup>La resina del lentisco *Pistacia lentiscus* es el mastix, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 155.

<sup>327</sup>Sobre las resinas y la antigüedad de su aplicación en los procesos alimentarios, ver D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 113 ss., quién sugiere que se han utilizado, en especial la del terebinto, en recipientes encontrados en Haji Firuz Tepe, en el norte de los montes Zagros, en unas jarras datadas entre 5400-5000 a.C.



lejía, sahumando con mirra a veces, e incluso cubriéndolas con cera en el caso de los aceites, que eran los productos más propensos a contaminarse con otros olores. Seguramente existieron resinas de buen y mal olor, unas bien preparadas, que incluso podían proporcionar un aroma grato a los recipientes, y otras mal elaboradas, lo que no es extraño debido a las propias características aromáticas de estas gomas -Colum., *R.R.*, 12; 38-. Las resinas, como hemos visto, son aromáticas, de agradable olor, a veces sin apenas sabor –dependiendo de la especie- únicamente adquieren un olor característico al ser tratadas para convertirse en pez. Algunas de ellas se utilizaron para condimentar -como el *silphium*-, otras se usaron para introducirlas en los vinos, costumbre que ha llegado hasta nosotros de la mano de los resinados vinos griegos, como señala Marcial, aromatizados con la *-flos resinae-*, rica en aceites esenciales y muy aromática –Mart., *Epigr.*, 13, 70-. Pero a la vez, las resinas son solubles en alcohol, por lo que en el caso de ser utilizadas en la preparación de vinos, proporcionaron este sabor característico: no es que debieran tener aroma a resina, es que es muy posible que lo tuvieran, como sugiere D. L. Thurmond<sup>328</sup>. El propio Plinio señala los diferentes sabores de las resinas que provienen de distintas regiones: *Pix in Italia ad vasa vino condendo maxime probatur Bruttia. fit e piceae resina, in Hispania autem e pinastris minime laudata. est enim resina earum amara et arida et gravi odore. differentiam rationemque faciendi proximo volumine demonstrabimus inter arbores feras. vitia praeter supra dicta acor aut fumidum virus, picis autem adustio; experimentum vero, si fragmenta subluceant ac sub dente lentescant acore iucundo. Asia picem Idaeam maxime probat, Graecia Piericam, Vergilius Naryciam. diligentiores admiscunt nigram mastichen, quae in Ponto bitumini similis gignitur, et iris radicem oleumque. nam ceram accipientibus vasis conpertum vina acescere. sed transferre in ea vasa, in quibus acetum fuerit, utilius quam in ea, in quibus dulce aut mulsum. Cato iubet vina concinnari -hoc enim utitur verbo- cineris lixivi cum defruto cocti parte quadragesima in culleum uel salis sesquilibra, interim et tuso marmore. facit et sulphuris mentionem, resinae vero in novissimis. super omnia addi maturescente iam vino iubet mustum, quod ille tortium appellat, nos intellegimus novissime expressum* –Plin., *N.H.*, 14, 25, 127-128-.

Otros tipos de resina se utilizaron por su grato aroma en perfumería y también por sus cualidades químicas, como en medicina, con el fin de aliviar enfermedades relacionadas

---

<sup>328</sup>Según D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 140.

con el aparato respiratorio. Hoy se sigue utilizando la pez derivada de la resina del pino o del enebro para impermeabilizar las pequeñas botas de vino realizadas en piel de cabra, aunque es preciso curar los recipientes con algún líquido -como agua o vino- antes de utilizarlos. Sin embargo, entre el producto original, la resina y el transformado, la pez, existieron diferencias en cuanto al perfume aportado a los alimentos o envases: más fresca la resina y un aroma menos agradable el de la pez.

Con el material extraído a partir de las resinas la pez, no solo se impermeabilizaban los recipientes alimentarios, sino también los estanques de agua. Con ello se evitaba la filtración de agua por las grietas de la construcción: *Rimas et lacunas cisternarum, piscinas uel puteos sarciemus hoc genere, etsi umor per saxa manabit. picis liquidae quantum volueris, et tantundem sumes unguinis, quod vocamus axungiam uel sebum. tunc in olla utrumque miscebis et coques, donec spumet: deinde ab igne removebis. cum fuerit eadem refrigerata permixtio, calcem minutim superadicies et ad unum corpus omnia mixta revocabis. cumque velut strigmentum feceris, inseres locis corruptis ac manantibus et pressum* -Pall., *Op. Agr.*, 1, 17, 3-4. Se trataba de un producto adecuado para este uso, ya que no se disuelve en agua fría. Por sus propiedades, conocidas desde antiguo, la pez era un elemento útil y codiciado, ya en el libro del Éxodo tenemos datos sobre su utilización como impermeabilizante de la barquilla de Moisés, en la que además de utilizar betún se añadió pez -Vulg., *Ex.*, 2, 3-. Hubo incluso especialistas calafates en impermeabilizar las naves con pez -Vulg., *Ezek.*, 27, 9; 27-.

Por todos los usos que tuvo la resina, su comercio fue muy importante en el Mediterráneo<sup>329</sup> -*Dig.*, 39, 4, 16, 7-. Así, distintos pueblos traficaban con este producto: los fenicios compraban resina en Israel -Vulg., *Ezek.*, 27, 17-, y los romanos en Turdetania<sup>330</sup> - Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6-. En todos los casos se trata de resina vegetal, que además de utilizarse de las formas anteriormente descritas, sufrió distintas transformaciones. Por ejemplo, se utilizaba como bálsamo, para lo que se empleaba el primer sangrado de la resina, más aromático, líquido y casi transparente. Esta primera resina se espesa y cambia de color a medida que los aceites esenciales que contiene la transforman en resina

---

<sup>329</sup>M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, p. 483, señala que en el Antiguo Egipto, la utilización de las resinas aromáticas estaba reservado al uso personal de los faraones y las familias reales, y esto se debía a su excelente calidad.

<sup>330</sup>“De Turdetania se exporta... pez”, Trad. M<sup>a</sup>. J. MEANA CUBERO, y F. PIÑERO TORRE, *Estrabón. Geografía, Libros III-IV*, Madrid, 1992, p. 56.

endurecida. Era un producto conocido y utilizado como perfume, que a lo largo de las fuentes romanas y del Antiguo Testamento, vemos citado en numerosas ocasiones, siempre como producto de lujo<sup>331</sup> -Vulg., *Gen.*, 37, 25; 43,11; *Cant.*, 5,1; *2Cron.*, 16, 14; Teof., *H.P.*, 9, 4-. También como cosmético, para la depilación masculina -Plin., *H.N.*, 14, 123-. O bien como medicina -Vulg., *Jer.*, 8, 22; 46, 11; 51, 8; Plin., *H.N.*, 24-. También se conocían perfectamente las diferencias entre la resina y otra sustancia que podría conducir a engaño sobre la naturaleza de la pez: la nafta. Era un alquitrán en estado puro y sin refinar que se utilizaba frecuentemente<sup>332</sup> -Vulg., *2Mac.*, 1, 36-. Aunque se distinguía sin ningún problema de la pez, incluso a veces se utilizaban juntos -Dan., 3, 46; 14, 27-. Turdetania exportaba, entre otras materias, cera, miel, resina y pez -Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6-. Y en la Céltica Cisalpina y en Cólquide, había factorías de pez -Strabo., *Geog.*, 4, 6, 9; 5, 1, 12-. Por su parte, las fuentes que narran la producción de pez hispana no se refieren a la nafta, producto que por otra parte no existió en esta zona, sino a la pez de resina, que los campesinos podían adquirir en los mercados urbanos a cambio de algunos de sus productos, como sucedía en Italia -Virg., *Georg.*, 1, 275-. Estas resinas se vendían en forma de masas que se diluían tras la compra. Se utilizaban entonces para impermeabilizar todo tipo de estanques y recipientes. La resina se ha continuado utilizando prácticamente hasta nuestros días para sellar las botellas que contienen vino, preparándose una mezcla con brea, resina y cera, o bien utilizándose un tipo de resina conocida como almáciga<sup>333</sup>. En el s. XIX aún se seguían haciendo estas operaciones para impermeabilizar las bocas de los contenedores de vino<sup>334</sup>.

---

<sup>331</sup>Las fuentes hablan de dos resinas diferentes: en el Génesis con respecto a la resina del estoraje y en el Cantar de los Cantares de la resina del tragacanto.

<sup>332</sup>Sobre los diferentes tipos de productos para impermeabilizar los envases, ver J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1964, p. 97; J. MARTÍNEZ MAGANTO y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 1998, p. 265. J. ANDRÉ recoge exhaustivamente todos los diferentes tipos de pez, su origen, tratamientos a que ha sido sometido, y terminología latina, como: *Pix cruda*, *pix liquida*, *pix sicca*, resina líquida, y otros.

<sup>333</sup>En relación con esta actividad de conservación de los vinos, también se impermeabilizan con pez las botas de vino, fabricadas principalmente con pellejo de cabra.

<sup>334</sup>N. BUSTAMANTE, *Arte de hacer vinos*, Barcelona, 1890, p. 174.

¿Aportaron un gusto acre, desagradable al vino romano? A pesar de que el mundo de los gustos es cambiante y de carácter cultural, por tanto subjetivo y variable, nos inclinamos a pensar que no necesariamente tuvieron que aportar una nota desagradable en los vinos<sup>335</sup>. Fue un problema más grave el del avinagramiento que el sabor que la pez que recubría las vasijas pudiera incorporar al vino. Para K. Farrer, las resinas añadidas, tanto a los vinos como las que impermeabilizaron los recipientes, cumplieron la importante función de ayudar a la conservación del alimento contenido, como siglos después se hacía fumigando los barriles con sulfuros para ayudar a la conservación y limpieza<sup>336</sup>. Como señala R. Tannahill y nosotros mismos hemos destacado, tenemos bastantes limitaciones para conocer los sabores de la Antigüedad<sup>337</sup>. Esto se debe a que los productos en crudo fueron más aromáticos que los que actualmente llegan a nuestras despensas ya que éstos han sufrido una serie de procesos de recogida en verde, manipulado, refrigeración, almacenamiento y distribución que han producido una merma de calidad en este aspecto. En cuanto a los sabores, lo más adecuado para conseguir que resultaran agradables, fue buscar el equilibrio en la condimentación de alimentos, en busca definitivamente, de un sabor grato.

Las resinas, o la pez utilizadas en las tareas de impermeabilización, sin duda añadieron algo de aroma, pero ¿cuánto y de qué forma? Seguramente, no tanto como para hacer los alimentos desagradables ya que la evolución de los gustos en el Mediterráneo es

---

<sup>335</sup>Por un lado y en cuanto a la intencionalidad de la adición de pez o resinas a los envases, para J. MARTÍNEZ MAGANTO y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 1998, p. 266, “la intencionalidad de esta operación sigue siendo objeto de controversia”. Por un lado sí es cierto que existió la afición al gusto resinado como señala N. LAMBOGLIA, “Per una classificazione preliminare della ceramica campana”, *Atti del I° Congresso Internazionale di Studi Liguri*, Bordighera, 1952, pp. 155, y aseveran las fuentes, –Colum., *R.R.*, 12, 20 ss.; Celso, *De Med.*, 4, 5, 29; Mart., *Epigr.*, 3, 77; 13 107; Plin., *N.H.*, 14, 24; Cato., *Agr.*, 23, 3-, e incluso es perceptible este sabor en algunos de los actuales vinos griegos, resinados. Es por ello, señalan J. MARTÍNEZ MAGANTO y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, que se utilizaron piñas resineras con el fin de obturar la boca de ánforas vinarias para su transporte. El argumento que niega este motivo es que parece que la resina afecta a la coordinación motriz humana, como señalan igualmente tanto los anteriores autores como J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1964, pp. 93. Es por esta razón que los primeros opinan que el enlucido interior de pez en los contenedores anfóricos no se debe tanto a causas palatales como a otras explicaciones prácticas, que es necesario investigar.

<sup>336</sup>K. FARRER, “Food Additives”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 2, Cambridge, 2000, p. 1668.

<sup>337</sup>R. TANNAHILL, *Food in History*, Nueva York, 1989, p. 88; A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 40.

perceptible a través del tiempo, pero no podemos asegurar que existieran ciertos productos, como es el caso de la pez o la resina, que hicieran algunos alimentos prácticamente incomedibles para un consumidor moderno. El peor escenario tenía lugar con el deterioro del contenido o del impermeabilizante ya que producían un olor característico y desagradable, que destaca Persio: ...*exhalet vapida laesum pice sessilis obba?* -Pers., *Sat.*, 5, 145-.

Aún hoy permanece ese hábito de consumo, y en Grecia se sigue tomando el vino

---

*Un uso alternativo de la resina: vinos resinados*

---

de *retsina*, un blanco joven al que se añade cierta cantidad de resina triturada, la cual aporta al vino un sabor característico y agradable, y que se elabora de forma muy similar a la antigua<sup>338</sup>. Esta era la primera razón por la que los romanos la añadían ocasionalmente, pero probablemente también tenían la intención de usarla con ciertos fines medicinales -Colum., *R.R.*, 12, 20; Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 3-. Como en todos los aspectos vinculados con la alimentación, los vinos resinados conocieron diversas calidades, por lo que se utilizaba tanto una resina de calidad, bien purificada como otras resinas inferiores, tanto solas como mezcladas con diversos ingredientes. La mezcla de vinos con diferentes ingredientes no estaba limitada a la resina o a la miel. Observamos en una de las recetas de *De re coquinaria*, como Apicio mezcla el vino con miel, reduciéndolo y añadiendo pimienta, *mastic*<sup>339</sup> (una resina) hoja de nardo, azafrán, y dátiles en dos formatos diferentes -Apic., *De re coq.*, 1-. Entre las diferentes resinas que se usaban para mezclar con el vino se utilizaba la almáciga, que tanto Apicio como Marcial mezclaban con ajeno, lo que nos sugiere que existía afición por dicha combinación -Apic., *De re coq.*, 3; Mart., *Epigr.*, 13, 107-. Además de impermeabilizar y conservar, la resina se añadía a los vinos en algunos casos para aportarles un sabor agradable -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 3; Colum., *R.R.*, 12, 23-24-.

---

<sup>338</sup>La resina proporciona un especial aroma y sabor a pino muy agradable, el cual caracteriza inequívocamente estos vinos. Algunas marcas de vinos griegos siguen trabajando esta especialidad actualmente. Son vinos blancos y jóvenes a los que se añade una pequeña cantidad de resina pulverizada. Estos vinos modernos, según D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 140 ss. por trazar un paralelismo con los vinos antiguos, presentan resina de pino en un 1% de su volumen.

<sup>339</sup>*Mastic* o *mastix*. Según señala A. DALBY, *op. cit.*, 2003, 209 ss., al igual que J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 155, se trata de la resina del lentisco *Pistacia lentiscus*. El primero añade que este arbusto crecía en la isla de Chios y que se usaba para refrescar el aliento, como un chicle. No solamente se usó en alimentación, también se utilizó en medicina, tanto en forma de resina sólida como de aceite.

Por su parte, Paladio explicaba la preparación de una serie de vinos y añadía a uno de ellos tres onzas de resina seca triturada por cada cuba, moviendo su contenido constantemente para que el vino tomara el sabor de la resina. Esta es la misma resina que se utilizaba para impermeabilizar los recipientes. Catón también recomendaba su uso para disolverla en los vinos y proporcionarles más sabor-*Cato., Agr., 23-*. Una de las propiedades físicas de las resinas es que es relativamente sencillo poder pulverizarlas en frío, por lo que era fácil triturarlas para añadirlas al vino y facilitar su dilución.

Además de disponer de envases adecuados en tamaño y capacidad, y del revestimiento interior adecuado en cada caso, las conservas requerían la participación de espacios domésticos, lugares frescos y secos donde guardar tanto los alimentos perecederos como los efímeros, de cuya necesidad surgiría la creación de despensas. A pesar de la mayor capacidad de duración de los alimentos no perecederos, como las legumbres, los granos o los que se encontraban previamente tratados mediante un proceso de conservación, tampoco estos eran totalmente inmunes al paso de la luz, del calor o de la humedad. Estos son los tres factores que deterioran rápidamente cualquier alimento, y más aún si se combinan entre ellos, por lo que analizaremos a continuación la tipología de algunas de las conservas que se mantenían depositadas en estos lugares.

---

*Legumbres,  
una conserva fácil*

---

Quizás por su similitud con los cereales y como ellos, por su capacidad de conservar durante largos períodos de tiempo su capacidad germinadora, las legumbres fueron consideradas como parte del mismo grupo de alimentos, como señala D. L. Thurmond<sup>340</sup>. Las legumbres son productos muy nutritivos, ricos en proteínas y carbohidratos, que pueden ser fácilmente la base de la alimentación saludable. Se pueden consumir tras estar conservados un largo periodo de tiempo, e incluso elaborar harinas a partir de ellas. Los garbanzos, las lentejas, las habas, los guisantes, la almorta e incluso la algarroba, fueron algunas de las más utilizadas por los romanos, aunque las más comunes fueron las cuatro primeras. Varrón –en un texto recogido por Plinio- señala que las legumbres deben conservarse cuidadosamente en unas vasijas que

---

<sup>340</sup>D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 166 ss.

hayan contenido aceite, bien selladas, lo que facilitará que duren muchos años; es lo que se llama una conserva de larga duración<sup>341</sup>.

Entre las legumbres más consumidas se encuentran las lentejas, *lens culinaris*, que son además, unas de las legumbres domesticadas más antiguas, cuyos restos se han descubierto en contextos arqueológicos desde el bajo Paleolítico<sup>342</sup>. Y se consumieron muy ampliamente, y ya en el mundo griego, como señala Aristófanes, las lentejas eran la comida de los pobres –Ar., *Vesp.*, 811, 984-. También las vemos en los *Deipnosophistas* –Athen., *Deipnos.*, 4, 156-, y por supuesto Columela, Catón, Teofrasto y Plinio se refieren a los cultivos y usos de esta legumbre –Colum., *R.R.*, 2, 7,1; 2, 10, 15-16; 2, 12; Cato, *Agr.*, 35; 116-. Por su parte, Plinio las considera un cultivo de primavera –Plin., *N.H.*, 18, 50; 123-. Es este último autor quién recomienda el consumo de lentejas con fines medicinales, explicando posteriormente cómo se deben cocinar –Plin., *N.H.*, 22, 142; 12, 145-146-. Para Teofrasto hay varios tipos de lentejas, unas que se pueden cocinar y otras que no, lo que según este autor dependerá de su cultivo –Teof., *H.P.*, 8, 8, 6-. Sin embargo, a pesar de toda la reprobación por esta humilde legumbre, merecieron una obra dedicada a ellas, *Las lentejas*, de Sópatro de Pafos –Athen., *Deipnos*, 6, 230E-. Por supuesto, Apicio también las tiene en cuenta, presentando cinco recetas de lentejas guisadas en potajes, sin proteína alguna, acompañadas únicamente de verduras y castañas, y aliñadas con hinojo, *garum* y vinagre<sup>343</sup>.

Los garbanzos, en tándem con las lentejas, fueron una de las legumbres cultivadas más antiguas, y crecieron en Palestina hacia el 8000 a.C., desde donde se llevaron por todo el Mediterráneo, como señala A. Dalby<sup>344</sup>. Eran un recurso barato, nutritivo y energético para dar de comer a la población romana –Plin., *N.H.*, 18, 48-51-. Plinio describe la

---

<sup>341</sup>Varro auctor est sic conditum triticum durare annis L. milium vero C. fabam et legumina in oleariis cadis oblita cinere longo tempore servari. idem refert fabam a Pyrrhi regis actate in quodam specu Ambraciae usque ad piraticum Pompeii Iagni bellum durasse annis circiter ccx. Ciceri tantum nullae bestiolae in horreis innascuntur. sunt qui urceis cinere substratis et pice inlitis acetum habentibus leguminum acervos superingerant, ita non innasce malificia credentes, aut in salsamentariis cadis gypso inlinant; alii qui lentem aceto laserpiciato respergant siccataeque oleo ungvant. sed brevisima observatio quod vitiis carere velis interlunio legere. quare plurimum refert condere quis malit an vendere; crescent enim luna frumenta grandescunt –Plin., *N.H.*, 18, 73, 308-309.

<sup>342</sup>K. FLINT-HAMILTON, “Legumes in Ancient Greece and Rome: Food, Medicine, or Poison?” *Hesperia* 68, 1999, p. 375.

<sup>343</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 47-49.

<sup>344</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 84.

naturaleza de los garbanzos, las variedades que en su época se conocían con respecto al tamaño y forma, color y sabor, además el tipo de cultivo que requieren, y su importancia en alimentación, comentando que si bien los cereales son excelentes para el invierno, las leguminosas procuran un alimento más sustancioso –Plin., *N.H.*, 18, 10, 60; 18, 32-. Marcial señala cómo forman parte de la dieta sencilla cotidiana: si hay hambre, se calma con aceitunas, con garbanzos hirvientes y tibios altramuces. Como el poeta señala, era una *cenula*<sup>345</sup> -Mart., *Epigr.*, 5, 78-. Pero pequeña y todo, al final sería una cena entre amigos y no habría que soportar una invitación incómoda y cargada de obligaciones para con los anfitriones.

Los guisantes *pisum sativum*, son muy energéticos y ricos en proteína vegetal. En el banquete de Trimalción se comenta que Habinas había tomado en un banquete funerario salchichas, guisantes, pan y otros ingredientes, pero parece que alude sarcásticamente a un menú poco agradable<sup>346</sup>.

Por su parte, las habas, muy ricas también en contenido proteínico, incluso más que los guisantes, eran muy populares en el Mediterráneo, no solamente en Roma. Aparecen con frecuencia en los Deipnosofistas, incluso en un menú exquisito –Athen., *Deipnos*, 4, 139-. Por su parte, Apicio solo las utiliza en forma de harina para clarificar vinos, y en su recetario no hay recetas con habas<sup>347</sup>. El interés de las legumbres en la alimentación mediterránea se debe, por una parte, a su capacidad nutritiva y su riqueza proteica, y por otra parte la capacidad que tienen de conservarse en buenas condiciones durante bastante tiempo. Garnsey insiste en este sentido en su estudio sobre las hambrunas en la Antigüedad, y cómo las legumbres podían ser un recurso importante para atravesar los meses más improductivos<sup>348</sup>.

---

<sup>345</sup>“...esta es la cenilla”, Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *Marcial, Epigramas*, I-VI, Madrid, 2001a, p. 251.

<sup>346</sup>Tendremos en cuenta que este banquete fue singular en muchos aspectos. A. DOSI y F. SCHNELL, *I romani in cucina*, Roma, 1992b, pp. 85-90, describen el banquete de Trimalción como una parodia grotesca y singular, para ellos: “Contro ogni buona usanza, egli si è riservato il posto d’onore. E ancora non basta: non è neppure presente all’inizio del banchetto, ma vi arriverà al suono di una marcetta solo dopo la prima portata, e sottolineerà il suo indifferente distacco dalla cerchia degli ospiti e dei clienti terminando una partita a scacchi con uno dei suoi valletti”, además “Il vasellame del banchetto è grottesco”.

<sup>347</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 47-48.

<sup>348</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 1988, pp. 53-54.



En cuanto a otro de los productos más importantes de la alimentación en Roma, el vino, o mejor los vinos, también requerían unas condiciones particulares para su óptima conservación. Esto se debe a que son sustancias vivas que se modifican con el paso del tiempo, incluso en las condiciones de temperatura, humedad, luz y envasado que los protegen. Los vinos pueden envejecer bien o también pueden deteriorarse y convertirse en vinagres. Se apreciaban los vinos viejos como los míticos vinos de época de los cónsules, y en exagerada postura, los de época de los reyes -Mart., *Epigr.*, 13, 111; *Epigr.*, 3, 62, 2-. Precisamente por su calidad de producto vivo fue importante el lugar en que se guardaron, y es que un vino costoso debía conservarse con todas las precauciones necesarias, y por otra parte un vino corriente podía envejecer con dignidad, si estaba bien conservado, aunque no alcanzara las cualidades de los mejores vinos.

---

### *Almacenaje de vinos*

---

Otra cuestión crucial fue evitar que los vinos se avinagrarán, este es un problema bien conocido, y por ello buscaron esos lugares frescos, sombríos y alejados del espacio donde se guardaban los vinagres ya que éstos son capaces de avinagrar un vino que se sitúe cerca. Columela deja muy claras las necesidades de cada conserva y las características que deben tener las habitaciones en que se guardan: un lugar seco para el grano, uno fresco para el vino, uno luminoso para la preparación de las conservas. También recomienda el orden como método seguro de disponer en cada momento de lo necesario, porque: *Paupertatem certissimam esse, cum alicuius indigeat, uti eo non posse, quia ignoretur, ubi proiectum iaceat, quod desideratur*<sup>349</sup> -Colum., *R.R.*, 12, 2-.

Uno de los más delicados aspectos del almacenaje fue la preparación de conservas de huevos. Se trata de un alimento muy perecedero, cuya ingestión en malas condiciones podría provocar graves problemas de salud. Los *oviarii*, encargados de la venta de huevos, y los campesinos los mantenían entre habas y durante el invierno se cubrían con paja, mientras que en verano se protegían con salvado -CIL II, 3334; Colum., *R.R.*, 8, 6-. Pero antes de guardarlos se cubrían durante seis horas en sal molida, o bien en salmuera caliente, aunque con la conserva en sal o salmuera aparecía un problema, y es que los huevos

---

<sup>349</sup>“No hay pobreza más cierta que cuando necesitas alguna cosa no poderte servir de ella por no saber dónde está tirada”. Trad. C. J. CASTRO, *op. cit.*, Barcelona, 1959, p. 157.

perdían algo de humedad, quedando más vacíos de lo normal y de calidad inferior a los frescos.

---

*Conservas  
domésticas*

---

La conserva de encurtidos, frutos secos y diversas preparaciones conserveras de carácter doméstico, requerían otras condiciones técnicas que las producciones semi-industriales. Se mantenían conservadas en envases pequeños aunque la producción fuera alta, una recomendación de carácter práctico ya que si se estropeaba el contenido de alguno de los envases, la cantidad perdida era pequeña y no rompía el ritmo de la economía doméstica anual. Por otra parte, las conservas se mantenían preferiblemente en pequeñas cantidades ya que así admitían mejor la condimentación y era más fácil guardarlas en las despensas. Al abrirlas, exponiéndolas a agentes agresores, el tiempo de consumo se acortaba con respecto al lapso durante el que se podían mantener conservadas en un envase cerrado, por lo que una vez abiertas, era necesario consumirlas en pocos días<sup>350</sup>. Y el tamaño de estas también era importante, como señala Columela, así como la cantidad de producto a conservar –Colum., *R.R.*, 11, 44; 12, 10-. En cuanto a la protección de los envases de las conservas, se bañaban con pez o se utilizaban sin este baño, dependiendo de la tipología de los ingredientes utilizados y de las necesidades concretas de cada conserva.

Algunos envases incluso debían tener particularidades en su estructura, como uno que se destinaba a la conserva de sólidos introducidos en un líquido. Para conseguir la inmersión total de los alimentos se utilizaba un pesillo que se introducía en el recipiente, empujando el contenido hacia el fondo, y evitando que éste se estropeará por su contacto con el aire -Colum., *R.R.*, 12, 4-. Para poder realizar esta operación era necesario que el recipiente tuviera las mismas dimensiones desde la boca hasta el fondo, de forma que el pesillo utilizado pudiera bajarse, comprimiendo los sólidos cada vez que se retiraran los alimentos de este particular envase. Columela presenta datos sobre las dimensiones del

---

<sup>350</sup>En realidad, se trataba de impedir que la presencia de oxígeno afectara al contenido de cada recipiente, ya que en su ausencia se evita el crecimiento microbiano, con excepción de las bacterias anaeróbicas. Es lo que se conoce como atmósfera anóxica –ausencia de oxígeno-, tan sencillo como la exclusión del contacto del oxígeno con los alimentos. De ahí la importancia de un sistema de envasado eficaz, y también de que los envases fueran pequeños: todo lo que se extraía de él debía ser utilizado, una vez había vuelto a entrar en contacto con oxígeno volvía a comenzar el proceso de descomposición. D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 8 ss.

recipiente, debido a la necesidad de que tuviera unas características morfológicas particulares. Sin embargo, no siempre era necesario que el contenido de una vasija estuviera totalmente sumergido en el líquido (*posca* en nuestro caso), aunque otras veces era al contrario y se necesitaba que el fruto flotara en el líquido para mantener la conserva en buen estado, como sucedía por ejemplo, con una receta de Paladio realizada con nísperos preparados en *sapa*: *Mespila ad servandum leguntur necdum mitia, quae et in arbore diu durabunt uel in urceolis picatis uel in ordinem suspensa uel, ut quidam, posca condita. die serena legantur ac media et paleis obruantur discreta, ne ea vicissim tactus adficiat. uel cum pediculis lecta semimatura et salsa aqua per dies quinque macerata postea sapae infundantur, ut enaten* -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 22-.

Las vasijas contenedoras de alimentos de mayor tamaño que conservaban aceite y vino, eran grandes *dolia* empotradas en el suelo, que mantenían así una temperatura más suave y uniforme -*Dig.*, 7, 1, 15, 6-. Estos grandes envases casi enterrados estabilizaban la temperatura tanto en verano como en invierno, proporcionando al contenido una conservación muy constante y regular. También se utilizaron como contenedores de líquidos cubas y barriles -*Dig.*, 7, 1, 15, 6-. Para el transporte de vinos se usaba, además de las ánforas, el barril de madera, sobre cuya intervención en el proceso de vinicultura en la zona alpina, al norte de Italia, recoge Plinio<sup>351</sup>. También se utilizaba para envejecer el vino. Para R. L. Curtis, este invento quizás fuera de origen etrusco o procedente del sur de la Galia<sup>352</sup>, pero de cualquier forma, apareció a partir del s. I a.C. y su utilización, aunque no tan extendida como la anfórica, sí tuvo continuidad<sup>353</sup>. En cuanto a la disposición de barriles y cubas, Paladio, en el s. V d.C., comenta que en el centro de la bodega se podían poner las cubas montadas en caballetes y ligeramente separadas unas de otras -Pall., *Op. Agr.*, 1, 18-.

<sup>351</sup>*Circa Alpes ligneis vasis condunt circulisque cingunt, atque etiam hieme gelida ignibus rigorem arcent...* -Plin., *N.H.*, 14, 132-.

<sup>352</sup>Hay que destacar la afición por el vino en la Galia, como señala M. BOUVIER, “Le vin, boisson privilégiée des villes”, en R. Bédon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les régions voisines*, 2001-2002, Limoges, 2002, pp. 241-253.

<sup>353</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, pp. 379 y 425-426, quién explica además el tipo de almacenamiento de grano, vino y aceite a partir del Bronce Medio en Creta hasta época romana.

Cada grupo de alimentos y tipo de conserva requería de unos envases preparados específicamente y adecuados a sus características. Los vinos, por ejemplo, necesitaban ánforas de boca estrecha embadurnadas con pez interiormente, tanto las ánforas como las tapaderas -Plin., *H.N.*, 14, 127-. Estas ánforas se limpiaban con lejía y a veces se sahumaban con mirra, para eliminar el olor. Y no solamente se fabricaban recipientes exprofeso para conservar alimentos: una interesante forma de envasar conservas sin necesidad de fabricar envases fue el aprovechamiento de recipientes naturales, que eran perfectamente capaces de mantener las conservas en buen estado. Uno de los más usados era la calabaza, un recipiente perfecto tanto para contener elementos sólidos como líquidos, que solamente necesita estar previamente vaciada y seca -Colum., *R.R.*, 11, 3-. En una calabaza que Paladio denomina “verde”, se introducía la conserva de higos verdes en miel, que cubría con la tapadera de la misma calabaza y después se guardaba en un lugar seco y sin humos -Pall. *Op. Agr.*, 4, 33-. Columela y Teofrasto, recomiendan la calabaza como recipiente para conservar peces o miel, y también para guardar el agua o el vino -Colum., *R.R.*, 10, 73; Teofr., *H.P.*, 1, 11, 4-. Además de estos usos, las calabazas se utilizaron para enseñar a nadar a los niños, por su capacidad de flotar<sup>354</sup>. Otras conservas requerían un envase sin pez, como la énula, que se mantenía en salmuera tres o cuatro días, adobada con orégano y vinagre, aunque después, para mantenerla en conserva durante un tiempo más prolongados sí necesitaba mantenerse en un recipiente con pez -Colum., *R.R.*, 12, 46-.

La conserva de diferentes tipos de nabos también demandaba una vasija empegada o de vidrio<sup>355</sup> -Colum., *R.R.*, 12, 54-. Idénticas condiciones requería el vinagre de cebolla albarrana, que se preparaba y dejaba reposar al sol en un envase y después se trasladaba a otro bañado en pez para ser conservado -Pall., *Op. Agr.*, 8, 8-. Además de los recipientes

---

<sup>354</sup>La calabaza no fue el único alimento que se utilizó con fines no directamente alimentarios: los odres, que solían contener vino o agua, también se utilizaron para confeccionar balsas improvisadas, como narra Zósimo -Zos., *N.H.*, 3, 30, 5-.

<sup>355</sup>El vidrio, como señala M<sup>a</sup>. D. SÁNCHEZ DE PRADO, “Los recipientes de vidrio”, en P. García Borja, D. López Serrano y J. L. Jiménez Salvador (eds. ciénts.), *Al pie de la Vía Augusta. Yacimiento romano de Faldetes (Moixent, València)*, Alcoy, 2012, p. 67, desde los inicios de su uso facilitó la imitación de materiales más valiosos como vasos y joyas. Fue considerado un artículo de lujo hasta la mitad del s. I a.C., cuando se descubrió la técnica del soplado, que modificó esta artesanía, facilitando la producción y provocando la bajada de los precios y la difusión de objetos de vidrio. Como señala esta autora, el vaso de vidrio terminaría sustituyendo a los vasos cerámicos, para todo tipo de bebidas.

señalados se usaron otros, como los odres confeccionados con piel de animales -Virg., *Georg.*, 2, 384- (Figs. 25 y 26).



Figs. 25, 26. Uso de odres como contenedores de vino.

Representación de Sileno ebrio, 270-250 d.C. Copia del original del 270-250 d.C.

Museo Arqueológico de Nápoles.

Estos se recubrían con pez para su impermeabilización y se utilizaban para contener cualquier líquido, pero sobre todo vino y aceite -Virg., *Georg.*, 1, 275-. Por su parte, el uso de los odres como envase para el vino es muy antiguo, remontándose a la época homérica<sup>356</sup> -Hom., *Il.*, 3, 257-. Y aunque apenas dejen rastro arqueológico, están documentados por

<sup>356</sup>Para D. MATEO CORREDOR, *op. cit.*, 2016, pp. 338 y 389, una opción más serían los toneles de madera. Y por su parte, los odres y pellejos no han dejado restos arqueológicos, pero son la opción más lógica para el transporte desde las almazaras hasta las áreas de producción anfórica.

Varrón, quién señala que *asellis dos suariis comportant ad marem oleum aut vinum* – Varro., *Rust.*, 2, 6, 5-. El propio Edicto de Diocleciano, nos muestra el hábito de alquilar odres, que como señala G. Chic, fue un costumbre que adquiriría continuidad temporal, lo que queda reflejado en las ordenanzas de odreros de Écija en los s. XV-XVI –*Edict., Diocl.*, 10, 15-. Estos odres servían para transportar vino, aceite, agua y miel, además debían estar bien untados de pez de la sierra de Segura y estar “trasquilados muy atezados<sup>357</sup>”. El mismo Chic, señala que en época romana, para el transporte de odres “se verían comprometidos tanto los odreros o *utricularii* como los muleros, burreros (*muliones, asinari*) o carreros que realizarían el transporte hasta el punto donde se producía la *diffusio* o trasvase de un recipiente a otro<sup>358</sup>”.

Además del aceite y del vino, otras conservas requerían envases impermeabilizados con pez. Estos recipientes tenían que estar cuidadosamente untados de pez, incluyendo expresamente ciertos recipientes y zonas de estos, más delicadas, como eran las costuras de los odres, aspecto que destaca Plinio<sup>359</sup> –*Plin., N.H.*, 14, 127-. Como ejemplos de la necesidad de unos recipientes bien sellados y envasados en recipientes impermeabilizados con pez, tenemos el caso de una conserva que se confeccionaba en la Campania para aprovechar la producción de higos. Esta fruta se extendía al sol para deshidrarla previamente y después se introducía en un horno hasta su cocción total. Aún en caliente y a presión, se colocaban intercaladas con hojas de higuera en un recipiente de barro barnizado con pez. Finalmente se cerraba con una tapadera –*Pall., Op. Agr.*, 4, 34-. Los higos, una fruta netamente mediterránea y cuyo tratamiento era bien conocido se dejaban secar al sol y se envasaban cuidadosamente<sup>360</sup> – *Plin., N.H.*, 15, 21, 82-. Otras frutas que se preparaban en conserva y cuyos recipientes necesitaban pez eran las azufaifas. Tras introducirlas en un recipiente característico, de forma alargada, se aireaba en un lugar seco –*Pall., Op. Agr.*, 4, 5, 3; 5, 4, 3-. Para conservar

<sup>357</sup>G. CHIC GARCÍA, *op. cit.* 1997, p. 159.

<sup>358</sup>G. CHIC GARCÍA, *op. cit.*, Écija, 1990, p. 90.

<sup>359</sup>Sobre la forma de realizar las operaciones de empegado de las vasijas alimentarias, ver J. MARTÍNEZ MAGANTO y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 1998, pp. 265-266.

<sup>360</sup>Sobre el transporte de higos deshidratados y transportados en ánforas, ver P. R. SEALEY, “Amphoras from the 1970 excavations at Colchester Sheepen”, *British archaeological reports. British series* 142, Oxford, 1985, p. 57; A. J. PARKER, *Ancient Shipwrecks of Mediterranean & the Roman Provinces*, Oxford, 1992, pp. 167-168.

el durazno<sup>361</sup>, tras arrancarlo del árbol se tapaba la herida del pedúnculo con pez, evitando así la deshidratación del fruto -Pall., *Op. Agr.*, 7, 8-. Después se introducían en *sapa* en el interior de un recipiente cerrado<sup>362</sup>. Por su parte, el queso de oveja ya curado se sumergía en mosto en el interior de una vasija embadurnada con pez, con la intención de impermeabilizar el recipiente y no perder el mosto -Colum., *R.R.*, 12, 42-.

Marco Columela, tío del escritor, se hacía preparar unas vasijas que componía en forma de platos dobles, uno sobre el otro, bañándolas en abundante pez por dentro y por fuera. En estos recipientes introducía una conserva de uvas -a las cuales tapaba el pedúnculo con una gota de pez- y después volvía a cubrir los platos con más cantidad de pez, hundiendo el recipiente en agua de fuente o pozo, así se conservaban las uvas bastante tiempo, sumergidas al fresco y sin humedad interior -Colum., *R.R.*, 12, 43-. Desde luego, lo pormenorizado de todos estos preparativos nos señala que fue bien conocido el fenómeno de la absorción de líquido por las vasijas de barro, razón por la cual se impermeabilizaban los recipientes cuidadosamente<sup>363</sup>. En el proceso de la preparación de recipientes para las conservas encontramos algunos instrumentos específicos, como las metretas<sup>364</sup>. Estas, previamente a su utilización se untaban con sebo reduciendo así la absorción del aceite contenido en ellas -Colum., *R.R.*, 12, 47-.

---

*Platos bañados  
en pez*

---

En cuanto a las conservas que requerían recipientes preparados para su posterior uso tenemos las diferentes legumbres, que también necesitaban una vasija recubierta de pez, de

---

<sup>361</sup>El durazno es un fruto del árbol del mismo nombre, de la familia del melocotón. Mencionada por Plinio por primera vez -Plin., *N.H.*, 15, 39-45; 23,123-, como *duracinum*, también Apicio menciona esta variedad como *duracina persica* -Apic., *De re coq.*, 80-.

<sup>362</sup>La *sapa* es un tipo de mosto cocido, cuya densidad está provocada por una reducción debida a la evaporación de la mitad del líquido inicial. Así, con la evaporación de agua aumentaba la cantidad de azúcares contenidos. Se utilizaba como sustituto de la miel, para endulzar o incluso dar color a las comidas. Debía reducir una tercera parte de su volumen, como señala Plinio: *Vino cognata res sapa est musto decocto donec tertia pars supersit* -Plin., *N.H.*, 23, 62-. Por su parte, para P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *Agricultura romana de la Bética*, Sevilla, 1987, p. 37, igualmente, la *sapa* y el *defrutum* son dos tipos de mosto cocidos en diferentes proporciones. Señala que se obtenían cociendo el mosto en grandes calderos “preferentemente de plomo”, en días serenos, no lluviosos, a fuego lento para que no se quemase. Se usaban para mejorar los vinos flojos y darles color, y señala que pueden equivaler a lo que en la actualidad se conoce como sancocho, un mosto reducido a 1/3.

<sup>363</sup>J. MARTÍNEZ MAGANTO y M. D. PETIT DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 1998, p. 266.

<sup>364</sup>La metreta era una medida de capacidad que correspondía a cuarenta litros, y también el recipiente de dicha medida.

esta forma se evitaba la entrada de la humedad y en consecuencia el brote de la semilla - Apic., *De re coq.*, 1, 24-. Otra fruta que necesitó envases impermeabilizados con pez fue la pera, tanto cuando se preparaban frescas o deshidratadas, en zumo o como cuando se elaboraban en conserva con miel -Pall., *Op. Agr.*, 2, 25, 8-12-. Asimismo, requerían envases con pez las manzanas, que se guardaban en recipientes individuales, untados en pez y bien tapados -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 17-19-. El vino de granadas, preparado con el jugo de sus granos, que a veces se cocía y a veces se tomaba sólo o mezclado con miel, se guardaba en recipientes recubiertos de pez y tapados con yeso -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 10-.

Con respecto a la forma de tapar las diferentes vasijas, tanto los tapones de ánfora, *dolia* y otros recipientes, se tapaban con *opercula*, según señalan diferentes autores<sup>365</sup> tanto

---

*Sellos de yeso y arcilla y fórmulas de apertura*

---

M. Mayer i Olivé presentándose diferentes posibilidades. En primer lugar, tenemos los tapones de las ánforas y otros tipos de vasijas, que podían ser cerámicos, mientras los tapones de los *dolia* eran discos cerámicos –pero planos- del mismo tipo. Por su parte, los tapones de ánforas y pequeños recipientes podían estar elaborados con diferentes materiales y tener distintas formas, e incluso las formas de sellarlos eran diversas. Dichos tapones, en ocasiones, podrían ser incluso reutilizables. El taponamiento más frecuente era el elaborado con las tapas de cerámica señaladas anteriormente, que en ocasiones tenían una agarradera central, pero también había tapones de madera o de corcho<sup>366</sup>. Otra posibilidad, según M. Mayer i

---

<sup>365</sup>M. MAYER I OLIVÉ, “Opercula, los tapones de ánfora: un indicador económico controvertido”, *Instrumenta Inscripta Latina II, Akten des 2. Internationalen Kolloquiums. Klagenfurt, 5, Mai 2005*, Verlag des Geschichtsvereines für Kärnten, 2008, pp. 223-224. Por su parte, P. BERNI MILLET y D. GOROSTIDI PI, “C. Iulius Valerianus et C. Iulius Iulianus: mercatores del aceite bético en un *signaculum* de plomo para ánforas Dressel 20”, *Journal of Roman Archeology* 26, 2013, p. 187, describe muy bien el proceso de cierre de las ánforas Dressel 20, que pudo repetirse de idéntica forma en otras ánforas: “Bajo este contexto que acabamos de describir se taponaba la boca del ánfora Dressel 20. Primero se colocaba la tapita redonda de sujeción fabricada con la misma pasta cerámica del ánfora. Sobre ella se añadía una espesa capa de mortero de cal que daba forma al tapón y que, además, tenía la propiedad de preservar el alimento al asilar el aceite del oxígeno. A partir de ese momento, los agentes del comerciante precintaban sus productos con un sello de seguridad..., que se imprimía sobre el tapón en su estado fresco, la mejor forma de asegurar que las ánforas no se abrieran sin autorización de su propietario”.

<sup>366</sup>Sobre los tapones de corcho ver A. CAMILLI; A. DE LAURENZI; E. SETARI, (cur.): “Pisa. Un viaggio nell mare dell’antichità”, *Catalogo della mostra (Roma. Complesso Monumentale San Michele a Ripa, 3 aprile-31 maggio 2006)*, Milán, 2006, pp. 56; F. FACCENA, “Il relitto di San Vito lo Capo”, *Bibliotheca Archaeologica* 17, Bari, 2006, pp. 39-41.



Olivé, son los “tapones de barro, de cal, de cal con diversas cargas de arena o sílice, o bien lo que se define ya simplemente como mortero. Generalmente se propone que se superponían a tapones de corcho u otros materiales<sup>367</sup>”. Según este autor, la cronología de estos tipos de taponamiento con puzzolana sostenida con corcho, se remontan a principios del s. II a.C. Algunos de estos tapones estaban bastante bien ajustados, como algunos que describe M. Mayer i Olivé, uno de ellos diseñado a torno sin asa, otro a torno con asa y otros dos hechos a molde. Algunos de ellos incluso presentan leyenda<sup>368</sup>.

Observamos, entonces, la importancia de una eficaz forma de tapar los recipientes, desde los de mayor tamaño a los pequeños, algo obvio en cualquier caso, pero aún más si estos estaban sometidos a desplazamientos. En este sentido están de acuerdo E. Denecker y K. Vandorpe, aunque determinan cierto matiz en dos tramos de este sellado, que

*Tapando los envases:  
opercula, sellos y más*

consistirían en la presencia de un tapón y finalmente el sellado, como dos fases del proceso de cierre. Es por ello que sugieren la presencia de un material de taponamiento, que independientemente del corcho señalado anteriormente, también se podía elaborar con materiales como hojas de vid o pajas, colocadas a modo de obturador en el cuello de las ánforas, a una profundidad de entre 7 hasta 8 cm. De esta forma se protegería el interior del propio sello, que, elaborado con arcilla o yeso, podría caer aún húmedo en el interior. Estos tapones también se podrían haber confeccionado con cañas, esteras, tejidos, o mezcla de diversos materiales, y por supuesto, por los discos cerámicos citados por M. Mayer i Olivé. La segunda parte estaría compuesta por ese sellado de material que al secarse se endurece, y que tipológicamente tiene tres formas: de hongo, tronco-cónica y convexos con una pequeña cavidad. Cuando se sellan con yeso, simplemente se vierte este sobre la boca del ánfora, cubriendo escasamente el exterior del cuello del ánfora, y presentando una parte superior plana. Mientras que los sellos de arcilla eran más sensibles al deterioro, ya que podrían encoger o agrietarse, lo que no favorecía en los transportes de largas distancias.

La siguiente cuestión, es ¿Cómo abrir estos recipientes sin deteriorar el contenido? Por una parte, estos autores sugieren que se podría cortar el cuello bajo el nivel del tapón

<sup>367</sup>M. MAYER I OLIVÉ, *op. cit.*, 2008, p. 225.

<sup>368</sup>M. MAYER I OLIVÉ, *op. cit.*, 2008, p. 238.

sellado, aunque no parece fácil. Y por otra parte, se encuentran unas cuerdas cruzadas por debajo del yeso, que se colocan antes de que este se endurezca, o bien una cuerda que atraviesa el tapón y el sellado, con una pequeña pieza de alfarería en su extremo, que provocaría la ruptura del tapón desde dentro hacia el exterior. La siguiente opción sería la presencia de una pieza textil que cubriría el tapón y el sellado y cuyos bordes saldrían hacia el exterior, de forma que al tirar de estos se extrajera fácilmente la taponadura<sup>369</sup>.

Además de la zona destinada a envasar, la preparación de conservas requirió amplios espacios y mucho material: barreños para lavar la comida, dolia y ánforas, jarras, morteros, lebrillos, cuchillos, coladores y cucharas, que son algunos de los materiales que estudiaremos en el apartado “Cocinado”. Aunque sin duda es evidente que la preparación de las conservas requirió tiempo, espacio y material necesario para poderlas realizar con eficacia.

### 2.3.2. Preservación por acción química

Con raíces que se hunden en la mitología, la miel es un alimento utilizado desde la Prehistoria<sup>370</sup>, mítico manjar que se ofreció a los hombres como regalo de los dioses. Las raíces de su recogida y consumo, vinculadas con la leyenda, nos hablan de su antigüedad. Por ejemplo, la tradición griega nos muestra a Aristeo<sup>371</sup>, hijo de Cirene, como introductor de la cría de abejas. Adiestrado por las ninfas en la realización de actividades relacionadas con la leche y en el cultivo de la vid, aprendió también a criar abejas y a aprovechar su producción. De tradición bíblica, también de la tierra deseada manaron leche y miel, productos prometidos al hombre con gran frecuencia a lo largo de los Libros Sagrados<sup>372</sup>. Los dioses mediterráneos no fueron ajenos a la rica influencia de estos productos y la miel fue el alimento de Zeus en su niñez, miel destilada especialmente para él por las abejas del monte

---

<sup>369</sup>E. DENECKER, y K. VANDORPE, “Sealed Amphora Stoppers and Tradesmen in Greco-Roman Egypt: archaeological, papyrological and inscriptional evidence”, *BABesch* 82, 2007, pp. 115-117.

<sup>370</sup>E. CRANE, *The Archaeology of Beekeeping*, Dorset, 1983, pp.19, ss., documenta la existencia de recolectores de miel en Europa, y especialmente en España desde época mesolítica, de la que existen evidencias en pinturas rupestres.

<sup>371</sup>P. FERNÁNDEZ URIEL, *Dones del cielo. Abeja y miel en el Mediterráneo antiguo*, Madrid, 2011, p. 174.

<sup>372</sup>*Gen.*, 43, 11; *Ex.*, 3, 8; 3, 17; 13, 15; 33, 3; *Lev.*, 20, 24; *Num.*, 13, 27; 14, 8; 16,13; 16,14; *Deut.*, 6, 3; 8, 8; 11, 9; 26, 9; 26, 15; 27, 3; 31, 20; *Jer.*, 12, 5; 32, 22; *Ezek.*, 20, 6; 20, 15.

Ida<sup>373</sup>. Sin embargo, el origen de la miel no estaba suficientemente claro y los antiguos creyeron que era un don divino, un rocío que caía del cielo y que después recogían las abejas -Virg., *Georg.*, 4, 1-.

La apicultura fue una actividad muy importante en el Mundo Antiguo<sup>374</sup>. Desde luego, una de las pocas formas de endulzar los alimentos era con miel<sup>375</sup>. Y aunque se conocía el azúcar de caña, que se utilizó como medicamento ocasionalmente, en ningún momento encontramos indicaciones sobre la inclusión del azúcar en la preparación de comidas. Dioscórides tuvo noticias de la zona de producción azucarera, situada al sur de Asia, y llamó poéticamente a este producto: “miel cuajada<sup>376</sup>” -Dsc., *Mat.*, 2, 74-. Se utilizaba para aliviar problemas estomacales, de vejiga y riñones y Plinio también la conoció (o al menos la citó), atribuyendo al azúcar estas mismas aplicaciones e igual procedencia<sup>377</sup> -Plin., *N.H.*, 12, 32-. Desechado entonces el azúcar como soporte de conservas, nos queda, pues, la miel, tanto para endulzar como conservar alimentos, casi como único endulzante<sup>378</sup>. Su empleo, de tradición netamente mediterránea, y vinculada con la alimentación griega, fue, como señala M<sup>a</sup>. J. García Soler, “de predominante uso en repostería<sup>379</sup>”.

---

<sup>373</sup>P. GRIMAL, *Diccionario de mitología griega y romana*, Barcelona, 1981, p. 547.

<sup>374</sup>Sobre las cualidades de la miel y la transformación desde la extracción del polen, M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, pp. 23-31.

<sup>375</sup>Sobre los usos de la miel en repostería, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 231-236.

<sup>376</sup>“Es una especie de miel cuajada, en la India y en la Arabia Feliz, que se encuentra sobre las cañas, semejante a la sal en su constitución y que se deshace entre los dientes como la sal”. Trad. M. GARCÍA VALDÉS, *Dioscórides, Plantas y remedios medicinales (De materia medica) Libros I-III*, Madrid, 1998a, p. 286.

<sup>377</sup>Para Plinio existieron dos procedencias del azúcar: Arabia y la India, señalando esta última como la más conocida o la que exportaba azúcar más valorada.

<sup>378</sup>Para cocinar y endulzar también se utilizaron mostos, zumos de frutas, vinos de pasas y mostos cocidos, pero ninguno de estos ingredientes pudo aportar finalmente la calidad y capacidad endulzante de la miel. Este producto actuó en exclusiva como conservante dentro del grupo de los productos dulces. En cuanto a las propiedades de la miel como elemento conservante, se debe a su contenido en ácido glucónico, que baja el Ph a 3,9. Junto a la acción antiséptica de los peróxidos que contiene, aumenta la capacidad antiséptica de este producto. A esto debe la miel su larga duración, e igualmente, a los productos que se introducen en ella, que se benefician de sus propiedades. Desde luego, pueden deteriorarla la humedad y el calor. H. McGEE, *La cocina y los alimentos*, Barberá del Vallés, 2007, p. 705.

<sup>379</sup>M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, p. 376.

Como vemos, la apicultura tuvo una gran importancia, lo que se reflejó en sus beneficios económicos<sup>380</sup> -*Dig.*, 41, 1, 5, 2; 7, 1, 9, 1-. Los agrónomos conocieron esta realidad, por lo que ofrecerían algunas recomendaciones para su cuidado, por ejemplo Columela dedica un libro completo de su obra a la descripción de los cuidados apícolas -*Colum.*, *R.R.*, 9, 2-16-, y Paladio, igualmente, sobre los cuidados, tipo de abrigo y entorno de cultivos: *Sit abundans floribus, quos uel in herbis uel in fructibus uel in arboribus procuret industria. herbas nutriat origanum, thymum, serpillum, satureiam, melisfyllum, violas agrestes, asfodilum, citreaginem, amaracum, hyacinthum, qui iris uel gladiolus dicitur similitudine foliorum, narcissum, crocum ceterasque herbas suavissimi odoris et floris. in fructibus vero sint rosae, lilia, violae flavae, rosmarinus, ederae: in arboribus zizyfus, amygdalus, persicus, pirus pomiferaeque arbores, quibus nulla amaritudo respondet flore desucto: silvestria vero glandifera robora, terebinthus, lentiscus, cedrus, tilia, ilex minor et linus. sed taxi removeantur inimicae. primi saporis mella thymi sucus effundit, secundi meriti thymbra, serpillum uel origanum, tertii meriti rosmarinus et satureia. cetera ut arbutus et olera saporem rustici mellis efficiunt* -*Pall.*, *Op. Agr.*, 1, 37, 2-3-, así como el traslado de las colmenas -*Pall.*, *Op. Agr.*, 1, 38-. Y como en la actualidad, era necesario el traslado periódico de las colmenas, para que el rendimiento de las abejas en plena temporada fuera lo más rentable posible<sup>381</sup>. Por su parte, las colmenas, que eran movibles, estaban situadas de forma horizontal en el interior de grandes recipientes de boca ancha<sup>382</sup>. Observamos cómo respetaban la típica colocación característica del mundo clásico, que es diferente a la del norte de Europa<sup>383</sup>. En cualquier caso, este producto fue la base de un próspero negocio -*Dig.* 33, 7, 10- ya que tanto la miel como la cera estaban destinadas a innumerables utilidades prácticas además de las mencionadas. En sus famosas *Verrinas*, Cicerón acusa a un personaje de sacar cuatrocientas ánforas de miel de Sicilia sin

<sup>380</sup>G. CHIC GARCÍA, *op. cit.* 1997, pp. 163-164, ilustra este aspecto mediante los impuestos que existían en Mileto, sobre las colmenas, que presentan un paralelo en relación con la utilización de los campos béticos para este uso. En este último caso era necesario que los mieleros dejaran a los propietarios de la finca donde se ubicaban las colmenas un sextario de miel por cada una de ellas -*Varro.*, *Rust.*, 3, 16, 10-.

<sup>381</sup>Para G. CHIC GARCÍA, *op. cit.* 1997, p. 162, era necesario trasladar las colmenas, y con ello, disponer de bestias de carga para hacerlo posible, algo que confirman las fuentes: *Plin.*, *N.H.*, 21, 43, 73; *Colum.*, *R.R.*, 9, 8, 3; *Cass.*, *Geop.*, 15, 2, 10 ss.

<sup>382</sup>E. CRANE, *op. cit.*, 1983, p. 200.

<sup>383</sup>E. CRANE, *op. cit.*, 1983, pp. 41 y 45-56.

pagar las tasas correspondientes, lo que nos muestra la importante actividad económica que generaba la apicultura –Cic., *Verr.*, 2, 74, 183-.

La miel fue, sin lugar a dudas, uno de los alimentos más importantes del mundo mediterráneo, con una gran antigüedad en su conocimiento y utilizada en multitud de aplicaciones<sup>384</sup>. Fue el medio de proporcionar sabor

---

*La miel en los  
procesos de vinificación*

---

dulce a las comidas, no el único, pero sí el más utilizado y además de sus propias particularidades dentro del mundo de la cocina, fue vehículo de conservas, tanto sola como mezclada con otros ingredientes como vino, vinagre, agua y diversos condimentos. Los procesos de conservación relacionados con la miel fueron complejos ya que requirieron, la aplicación de distintas acciones como la de calor o frío además de la existencia de vasijas especiales para contenerla, trasegarla y para dejarla fermentar en caso de que se mezclara con vinos. Como objeto deseado fue, en ocasiones, materia de manipulación y falsificación, la cual se podía realizar con harina, almidón, vino cocido o incluso agua<sup>385</sup>. Asimismo, también se mezclaron diversas calidades de miel para conseguir un producto final aceptable -Apic., *De re coq.*, 16, 17-.

La miel era imprescindible para facilitar los procesos de vinificación. Por ejemplo, en el caso de los vinos con menor porcentaje de azúcares era necesario añadirla para que se produjera la fermentación de los vinos<sup>386</sup>. Conocemos el caso concreto de dos familias dedicadas a la producción vinícola, que vivieron en las cercanías de Pompeya, los *Epidii* y los *Iulii*, quienes necesitaron añadir miel para provocar la fermentación de los mostos. Y no solamente para elevar el grado de alcohol o para facilitar la fermentación, la miel también era necesaria para elaborar vinos muy dulces como el *mulsum*, proceso en el cual resultaba indispensable *ac ne mulsum quidem ad mel et vinum*, como señala *Gaius* en *Digesto* -*Dig.*, 41, 1, 7, 7-. Este *mulsum* era una bebida de alto grado alcohólico y proporcionaba unos

---

<sup>384</sup>Sobre la abeja y la miel, ver E. CRANE, *The World History of Beekeeping and Honey Hunting*, New York, 1999. Sobre la abeja y la miel en el mundo mediterráneo, J. A. KELHOFFER, “John the Baptist’s “Wild Honey and Honey in Antiquity” *Greek Roman and Byzantine Studies* 45, 2005, pp. 59–73; P. FERNÁNDEZ URIEL, *Dones del cielo, abeja y miel en el Mediterráneo antiguo*, Madrid, 2014.

<sup>385</sup>J. ANDRÉ, *Apicius, l’Art culinaire*, Paris, 1987, p. 138.

<sup>386</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 157.

vinos espesos y dulces muy apreciados<sup>387</sup>, como confirma Virgilio -Virg., *Buc.*, 4, 102-. Para elaborarlos se utilizaba una miel algo líquida, de manera que la mezcla entre los dos líquidos –que tenían dos densidades diferentes- fuera fácil de obtener: *Massica Theseis tam bene vina favis* -Mart., *Epigr.*, 4, 13, 4-. Las proporciones entre miel y vino eran variables pero en cualquier caso la elaboración del *mulsum* comenzaba a partir del primer mosto recién prensado, tras lo que se le añadía una cantidad de miel de buena calidad, mezclándose ambos ingredientes cuidadosamente. Después de conseguir una dilución adecuada se tapaba el recipiente, enyesando la tapadera para cerrarlo herméticamente y finalmente se colocaba en un lugar fresco. Al cabo de un mes se destapaba el vino, se trasegaba, colaba y se calentaba, como señala Columela: *Quantum vini uno die feceris, eius partem decimam, quot metretas efficiat, considerato, et totidem metretas aquae dulcis in vinaceos, ex quibus unius diei vinum expressum erit, addito. eodem spumas defruti sive sapae et faecem ex lacu confundito et permisceto, eamque intritam macerari una nocte sinito; postero die pedibus proculcato et sic permixtam prelo subicito; quod deinde fluxerit, aut dolis aut amphoris condito et, cum deferbuerit, opturato; commodius autem servatur in amphoris. hanc ipsam loram Marcus Columella ex aqua vetere faciebat et nonnumquam plus biennio innoxiam servabat* -Colum., *R.R.*, 12, 40-.

Paladio facilita una receta de *mulsum*, para el que utiliza cinco partes de vino y una de miel bien batida -Pall., *Op. Agr.*, 11, 17-. La mezcla obtenida, ya dentro de su recipiente, se movía diariamente durante cuarenta o cincuenta días. Al finalizar el periodo se calentaba y colaba, momento en el que se envasaba el vino, que se introducía en pequeños recipientes barnizados de pez y tapados con yeso, guardándose en lugares frescos. Podemos observar que ambas recetas eran bastante similares y describen un *mulsum* elaborado con mosto yema<sup>388</sup>, procedente de uvas selectas de vid emparrada. Otras proporciones en una receta muy similar pero menos compleja las ofrece Dioscórides, que lo preparaba con dos partes de vino viejo y una de buena miel: “Se prepara, ordinariamente, mezclando dos metretas de

<sup>387</sup>Según D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 247, la miel era un producto caro al que únicamente tenían acceso las personas más adineradas en el medio urbano, lo que haría aún más valiosos los vinos mulsums. Se basa en la cita de Varrón en la que este habla de Apio, que bebía *mulsum* en casa y ofrecía aguamiel –parece que de mejor calidad que el anterior- a los invitados –Varro., *Rust.*, 3, 16, 1 ss.-.

<sup>388</sup>El mosto yema es el que se extrae del líquido que sale de la uva sin ser prensada, por efecto de la gravedad y su propio peso. Sobre el proceso técnico de vinificación, ver T. UNWIN, *El vino y la viña*, Barcelona, 2001, pp. 82-96.

vino con una de miel. Otros, para tenerlo a punto más rápido, cuecen la miel con el vino juntos y así lo envasan. Algunos, para ahorrar, mezclan un sextario de miel con seis sextarios de mosto hirviendo y, después de hervir, lo transvasan; se mantiene dulce<sup>389</sup> – Dsc., *Mat.* 5, 8, 2-. Con este excelente mosto, y antes de que tuviera lugar el proceso de vinificación, se le añadía la miel de buena calidad<sup>390</sup>. Igualmente, este *mulsum* se hervía y posteriormente se introducía en recipientes, como señala Dioscórides, pero en cualquier caso se filtraba y envasaba, ahumándose a continuación. Este proceso de ahumado también lo contemplan los autores anteriores, y, según Columela era de treinta y un días, mientras que Paladio lo eleva a cincuenta días<sup>391</sup>.

El *mulsum* sería un vino con un alto componente social, cuya presencia observamos con frecuencia en las distribuciones alimentarias. El mismo Varrón, por ejemplo, recoge un reparto de *crustulum et mulsum*<sup>392</sup> -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 107-. Desde luego, eran de carácter muy modesto, lo que documenta lo corriente que fue una versión barata de esta delicada bebida<sup>393</sup>. También sería objeto de regalos e intercambios entre amigos, tanto entre personas ricas, que enviaban a sus amistades *mulsum* de buena calidad, como entre gente más modesta, que utilizaba otras calidades de *mulsum*, igualmente como obsequio -Mart., *Epigr.*, 9; 94; 13, 106-. Esto indica que, como sucedió con otros productos, existieron diversas calidades de *mulsum*, y que el buen *mulsum* era un producto de lujo, con una elaboración más compleja y resultado del empleo de ingredientes de mejor calidad<sup>394</sup>. El

<sup>389</sup>Trad. M. GARCÍA VALDÉS, *op. cit.*, 1998a, p. 156.

<sup>390</sup>Impedir la vinificación en el mundo pretecnológico tenía la única dificultad de que había que bajar la temperatura para evitar la acción de las levaduras, pero moderadamente, para que estas levaduras no murieran y pudieran continuar posteriormente con dicho proceso. Así, y como señalan Plinio, Catón y Columela, se introducía el mosto en recipientes recubiertos con pez, tras lo que se cerraban herméticamente y se sumergían en agua helada -Colum., *R.R.*, 12, 29; Cato, *Agr.*, 120; Plin., *N.H.*, 14, 83-. Durante un tiempo variable se mantenía la mezcla de mosto y miel, y tras dicho periodo se sacaban los recipientes y se permitía que se produjera la vinificación.

<sup>391</sup>Es interesante observar que tanto Paladio como Columela extraen un vino blanco y no tinto. Como sabemos, el color del vino está directamente vinculado al contacto entre los hollejos y el líquido extraído. Como este *mulsum* no está en contacto con el hollejo, el color sería claro, hacia tonos dorados, tras la mezcla con la miel. Sobre los colores del vino, Plinio aporta los cuatro tonos que serían propios en su tiempo: blanco, amarillento, rojo sangre y negro -Plin., *N.H.*, 14, 80-.

<sup>392</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, p. 40.

<sup>393</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1994, p. 116.

<sup>394</sup>En este sentido, A. AGUILERA MARTÍN e I. GARCÉS i ESTALLÓ, “La inscripción *ante cocturam* de Esplujals (Foradada, La Noguera, Lleida). Un congariario para *mulsum*”, *Pyrenae* 28,

*mulsum* llegó a ser tan popular que a la primera parte del banquete, o *gustatio*, se le dio el nombre de *promulsis* –Cic., *Fam.*, 2, 16, 8; 9, 20, 1; Petr., *Satyr.*, 24, 7; 31, 9; *Dig.*, 34, 2, 19, 10-.

Otra bebida que se preparaba con miel era *oximel*, cuya receta nos dejan Plinio y Dioscórides. En ambos casos, las proporciones son las siguientes: cinco partes de miel y cinco de vinagre, sal, ajedrea y agua marina<sup>395</sup>. La mezcla se hacía hervir y se guardaba en tarros bien cerrados, que se dejaban añejar –Plin., *N.H.*, 23, 2; Dsc., *Mat.*, 5, 14-. La misma

miel se puede transformar, convirtiéndose así en una nada inofensiva  
*Hidromiel* bebida: hidromiel, un producto fermentado y con grado alcohólico  
diverso, fácil de preparar y con numerosas calidades, que acompañaba  
las míticas comidas de los dioses<sup>396</sup>. Pero no era solamente bebida de dioses, sino de

hombres, y Columela preparaba hidromiel utilizando agua de lluvia o agua hervida hasta purificarla totalmente. Este agua se mezclaba con la miel en diversas proporciones, introduciéndola en un recipiente que se cerraba herméticamente y se mantenía cuarenta días al sol –un número simbólico en todas las preparaciones de bebidas y alimentos– ahumándose posteriormente, y así señala Columela: *Itaque seposita a et ad condituras destinata, per se facienda erit optimo melle aqua mulsa. haec autem non uno modo conponitur; nam quidam multos ante annos caelestem aquam vasis includunt et sub dio in sole habent, deinde, cum saepius eam in alia vasa transfuderunt et eliquaverunt; nam quotiensque etiam per longum tempus diffunditur, aliquod crassamentum in imo simile faeci reperitur, veteris aquae sextarium cum libra mellis miscent. nonnulli tamen, qui austeriorem volunt efficere gustum, sextarium aquae cum dodrante pondo mellis diluunt et ea portione repletam lagonam gypsataque patiuntur per Caniculae ortum in sole*

---

1997, p. 279, proponen que además de la compleja elaboración del *mulsum* de calidad, existió este otro de calidad tan ínfima que se usaba para evitar peleas entre las abejas. De estas forma, cita Varrón: *Quae crebrius inter se pugnabant, aspargi eas oportet aqua mulsa. quo facto non modo desistunt pugna, sed etiam conferciunt se lingentes, eo magis, si mulso sunt asparsae, quo propter odorem avidius applicant se atque obstupescunt potantes*–Varro., *Rust.*, 3, 16, 35-.

<sup>395</sup>Para D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 258, era en realidad una miel avinagrada que describen bien Paladio y Casiano Baso y que se encuentra en el grupo de las mieles “artificiales” o mixturas –Cass., *Geop.*, 8, 25-30; Pall., *Op.*, *Agr.*, 11, 17-. Para A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 180, por su parte, era una bebida medicinal, lo que justifica por estar mencionada no menos de 221 veces en los trabajos de Galeno, así como por Hipócrates –Hip., *Diaet.*, 58-61-.

<sup>396</sup>M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, p. 34. Analizaremos más extensamente la hidromiel en el apartado de bebidas fermentadas.



*quadraginta diebus esse; tum demum in tabulatum, quod fumum accipit, reponunt* -Colum., *R.R.*, 12, 12-.

El otro producto obtenido de las abejas, en paralelo a la miel era la cera. Tenía innumerables usos cotidianos como por ejemplo encerar unas tablillas de madera sobre las que se podía escribir<sup>397</sup>. Y por supuesto, algunos usos netamente alimentarios, como impermeabilizar recipientes que contuvieran aceite, después de poner una primera capa de pez, como hemos visto -Colum., *R.R.*, 12, 50-. Por lo conocido y antiguo del consumo de la miel, se desarrollaron diferentes sistemas para la elaboración de conservas. De esta forma se conseguían varios objetivos, el primero conservar alimentos en época de gran producción, en segundo obtener el preciado sabor dulce, y el tercero conseguir variaciones en los alimentos, haciendo más interesante la alimentación cotidiana. De forma genérica, la elaboración de conservas con miel consistía en la introducción de los alimentos en un recipiente lleno de aquella, de forma que los cubriera completamente.

---

*Conservas  
elaboradas con miel*

---

Desde luego, cada tipo de conserva tuvo sus particularidades, que estaban vinculadas con la tipología del producto, que podían ser carnes, frutas o verduras e incluso elaboraciones de repostería. En el caso de las carnes, Apicio señala que la carne, tanto fresca como cocinada podía conservarse de la siguiente forma: se sumergía dentro de un recipiente lleno a su vez de miel, el cual se suspendía en el aire, de manera que se mantuviera al fresco –Apic., *De re coq.*, 1, 9-. También señala este autor que esta preparación tiene la cualidad de conservarse mejor en invierno que en verano, lo que parece natural por la presencia de diferentes temperaturas en ambas estaciones<sup>398</sup>. Esta técnica de conservación de carne la emplean actualmente los hindúes, según J. André<sup>399</sup>. También señala Flavio Josefo, que se utilizó la miel para conservar cadáveres, y así se conservó embalsamado el cadáver de Aristóbulo<sup>400</sup> –Josef., *A. J.*, 14, 123-.

---

<sup>397</sup>E. CRANE, *op. cit.*, 1983, p. 243.

<sup>398</sup>De cualquier forma, una conserva se mantiene en mejores condiciones durante las épocas frías que en el estío, simplemente debido a la capacidad conservante de las bajas temperaturas.

<sup>399</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 137.

<sup>400</sup>Trad., J. VARA DONADO, *Flavio Josefo. Antigüedades Judías, Libros XII-XX*, Madrid, 1997, p. 819.

*Pruebas realizadas en laboratorio para comprobar dicha técnica:*

En las pruebas de carácter experimental, realizadas para comprobar el buen estado de la carne conservada en miel<sup>401</sup>, podemos decir que los resultados han sido muy satisfactorios, desarrollándose de la siguiente forma la prueba:

Se ha realizado una prueba con tres piezas de carne de cerdo, cruda, con peso cada una de ellas de 1.200 gr.

Se han sumergido en la misma fecha y condiciones, en miel de abeja pura y cruda, que cubre las piezas, como indican las fuentes (Figs. 27, 27a y 27b). En las primeras horas, se ha producido una exudación de líquidos procedentes de la carne, los cuales se han combinado con la miel, dejándola en estado más líquido del original. El líquido de gobierno presenta un aroma agradable a fermentación vínica. Las levaduras de la miel han fermentado produciendo alcohol, de olor intenso.

Se han extraído las piezas tras los siguientes plazos:

Pieza 1: 7 días.

Pieza 2: 20 días.

Pieza 3: 40 días.



Figs. 27a, 27b y 27c. Desarrollo del proceso de conservación de carne cruda de cerdo en miel.

Paso 1: Inmersión de la carne en miel pura y cruda, de abeja.

Fermentación del líquido de gobierno, efecto visible tras 48 horas.

---

<sup>401</sup>Pruebas llevadas a cabo en la Facultad de Veterinaria de la Universidad de Córdoba, en el laboratorio de Tecnología de los Alimentos vinculado con el Departamento de Bromatología y Tecnología de los Alimentos.

Y se han realizado en cada uno de los casos los correspondientes análisis microbiológicos, que garantizan que el consumo en los tres casos es factible sin producir enfermedad. No hay, en ningún caso, organismos patógenos. La carne se puede consumir, incluso cruda.

Finalmente, se han cocinado cada una de las piezas con cebolla y vino generoso (repetiendo un modelo de estofado típico de Apicio) (Figs. 28 y 29).

Tras el desarrollo de un proceso de cocinado idéntico, tenemos para dos piezas de carne de idéntico peso y tamaño



Fig. 28. Pieza de carne tras el proceso de inmersión en miel, cocinada.



Fig. 29. Pieza de control cocinada con la misma receta, pero fresca.

*Como conclusiones de la evaluación, podemos decir que:*

La carne adquiere un agradable sabor dulzón propio de la miel, pero no excesivamente dulce.

Según avanza el proceso, la carne está más tierna. Es decir, la última pieza resulta más blanda que la primera (Figs. 30 y 31).

Se mantiene perfectamente, sin otra ayuda, en su líquido, que adquiere un cierto olor a levaduras y a vinificación, propio de la fermentación de la miel (debido a su riqueza en azúcares), que se produce en el desarrollo del proceso, y su transformación en alcohol.

Esta prueba ha demostrado cómo el proceso de conservación de la carne en Roma, por tanto, era efectivo y de gran calidad, favoreciendo la conservación de carne cruda, modificando sus cualidades organolépticas e incluso haciéndola muy agradable al consumo. Un método empírico entonces, pero podemos decir que hoy está contrastado científicamente, gracias al cual se mantiene en excelentes condiciones de consumo la carne cruda. Las técnicas de conservación eran muy eficientes, como este experimento y otros nos han ido demostrando.

Figs. 30 y 31. Corte de las carnes ya cocinadas



Carne en conserva de miel tras el cocinado. Bordes resecos pero jugosa, con sabor suavemente dulzón.



Carne que no ha pasado por la conserva en miel. Cocinada. Sabor tradicional.

Por otro lado, la miel también se mezclaba con otros ingredientes, compuestos que se usaban después para cubrir la carne y mantenerla en conserva, Apicio señala que el resultado es excelente en este caso: *In senapi ex aceto, sale, melle facta mittis ut tegantur et, quando volueris, utere: miraberis*<sup>402</sup> -Apic., *De re coq.*, 10-. De esta forma se preparaban manitas de cerdo y otras carnes gelatinosas: en primer lugar se mezclaban perfectamente distintas proporciones de vinagre, sal y miel. En segundo lugar se dejaba reposar la mezcla para después introducir la carne en ella. Podemos observar que la miel, por tanto, no solamente sería un simple endulzante, sino que tendría un papel predominantemente importante en alimentación, y desde luego resulta singularmente interesante como excipiente en la elaboración de las conservas.

En cuanto a las conservas de frutas y verduras, tenemos multitud de recetas, de las cuales comentaremos las más representativas. Es el caso de las nabas, para preservarlas se sumergían en una mezcla preparada con miel, vinagre y bayas de mirto. Una variación de la receta anterior es una preparación de las mismas nabas<sup>403</sup> con idéntico condimento al que se añade algo de mostaza, cuyo resultado parece muy similar al de los encurtidos agridulces actuales<sup>404</sup>. En este estilo de recetas se utilizan unas técnicas que debieron ser muy conocidas y cuyo uso se extendió en el tiempo y el espacio. Columela explica una receta

---

<sup>402</sup>Apicio solamente utiliza esta descripción *miraberis*, en dos ocasiones en todo el libro. Lo que nos indica que hay algo realmente excepcional en ambos casos, como demuestra A. URBAN FERNÁNDEZ, *Concordantia Apiciana*, 1995, Olms-Weidman, 1995, p. 282.

<sup>403</sup>La descripción de dos productos, nabas y nabos, aparecen en la misma receta, lo que resulta algo confuso, por lo similar de los respectivos términos. Para aclarar este aspecto, la naba o *rapa* en latín, corresponde a *Brassica Rapa L.*, mientras que el nabo o *napus*, es el *Brassica Napus L.*, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, Paris, 1987, pp. 221-222.

<sup>404</sup>Dentro de los tipos de mostaza que existieron, hubo una, más fina y de mejor calidad, adecuada para las comidas, y otra para las conservas, menos elaborada. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 137.

muy parecida a la recogida por Apicio para encurtir las nabas, pero no añade miel, simplemente la mostaza preparada con vinagre blanco fuerte –Colum., *R.R.*, 12, 55; Apic., *De re coq.*, 10-. La conserva de las nabas se disponía durante el mes de diciembre, para ello se cortaban estos frutos en trozos pequeños, se cocían ligeramente y se dejaban escurrir durante un día. Era entonces cuando se introducían en el medio conservante apropiado, que era la mostaza mezclada con vinagre, y después se guardaban en recipientes, dejándolas durante algunos días que maceraran sumergidas en este líquido. Paladio, en una receta en la que utiliza una técnica similar a las que hemos visto anteriormente, añade miel, preparando una especie de receta universal para aplicar a cualquier tipo de conserva, que se compone de mostaza, miel, aceite español (de oliva) y vinagre y además detalla las cantidades de cada uno de los componentes, de la forma que sigue: *Senapis semen ad modam sextarii unius et semis redigere curabis in pulverem, cui mellis pondo quinque, olei hispani unam libram, aceti acris unum sextarium miscebis et tritis omnibus diligenter uteris* -Pall., *Op. Agr.*, 8, 9-. Para preparar una receta de duraznos<sup>405</sup>, Paladio y Plinio presentan recetas similares, mezclando ingredientes como vino, vinagre, *oximel* o salmuera, Paladio, por su parte: *Duracina servantur condita muria et oxymelle uel detractis ossibus ficorum more in sole siccantur ac pendent. item saepe vidi detractis ossibus duracina melle condiri et saporis esse iucundi. Item bene servantur, si umbilicum pomi gutta picis calentis obpleueris, ut sic sapae innatare cogantur vase concluso* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 7-, mientras que Plinio propone mezclar su jugo con vino o vinagre: *Utiliora persica sucusque eorum, etiam in vino aut in aceto expressus* -Plin., *N.H.*, 23, 2-.

También se elaboraban conservas con una base de miel como excipiente con los higos frescos, las manzanas, las ciruelas las peras y las cerezas. Todas las frutas que se querían conservar en miel tenían que cogerse con su pedúnculo y se mantenían en un baño de miel sin rozarse unas con otras, siendo posible según Apicio, que se conservaran así durante largo tiempo -Apic., *De re coq.*, 1, 21-. Los membrillos<sup>406</sup>, igualmente, se podían

---

<sup>405</sup>La cocción de dos partes de miel y una de vinagre, hasta que tengan punto de jarabe. A veces se añaden otros ingredientes.

<sup>406</sup>El membrillo, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 77; 152, *Cidonia vulgaris*. Citado por Plinio, Paladio y Dioscórides entre otros -Plin., *N.H.*, 15, 38; 58 etc.; Pall., *Op. Agr.*, 2, 28; Diosc., *Mat.*, 1, 123-. Además de Columela -Colum., *R.R.*, 5, 10, 19; Apic., *De re coq.*, 1, 12, 3, etc.; Cato., *Agr.*, 133, 2; Varro., *Rust.*, 1, 59, 1-.

sumergir en miel mezclada con *defrutum*<sup>407</sup>, mezcla que hacía que se conservaran en excelentes condiciones durante mucho tiempo. Por su parte, Paladio explica la preparación de una conserva de peras en miel, en la que comenta que era clave evitar el contacto entre ellas -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 9-. Asimismo, los nísperos se podían conservar en buenas condiciones, siempre que se cogieran muy maduros y se introdujeran en un recipiente con miel -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 22-. Paladio también recomienda conservar en miel los higos verdes -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 33-.

Y no sólo frutas, sino que se conservaban en miel productos realmente delicados, como las rosas, flores que se consideraron exquisitas, y con cuyos pétalos se aromatizaron diversos tipos de vinos, aceites e incluso la propia miel: *Per olei libras singulas dena lilia curabis infundere et uas vitreum quadraginta diebus locare sub divo. in olei libras singulas rosae purgatae singulas uncias mellis mittis et septem diebus in sole suspendis et luna. in suci rosae sextariis singulis libras singulas mellis admisceas et diebus quadraginta sub sole suspendis* -Pall., *Op. Agr.*, 6, 13-16-. En realidad, las rosas no fueron las únicas flores que se trataron de conservar y ciertas inflorescencias, como la de la vid silvestre, se conservaron en miel, introduciéndose en esta durante treinta días, al final de cuyo plazo, y con la miel resultante, se elaboraba un vino especial. Observamos que en realidad, cualquier fruta que estuviera madura y en buenas condiciones, sin picaduras ni golpes, podía conservarse en miel, siempre que cada especie se guardara en recipientes distintos, porque la cercanía podía estropearlas mutuamente: *Illud in totum praecipendum existimavi nullum esse genus pomi, quod non possit melle servari; itaque, cum sit haec res interdum aegrotantibus salutaris, censeo uel pauca poma in melle custodire sed separata generatim; nam si commisceas, alterum ab altero genere corrumpitur* -Colum., *R.R.*, 12, 10-. Pero estas frutas conservadas en miel no solamente se mantenían así como conserva, sino también como alimento adecuado para la dieta de las personas enfermas.

El membrillo, además de conservarse entero en miel, se podía preparar en forma de jalea: después de la elaboración básica que consistía en pelarlos, trocearlos y retirar las partes más duras, se hervía la pulpa en miel hasta que redujera a la mitad de la cantidad

---

<sup>407</sup>El *defritum* o *defrutum* era un líquido espeso y dulce, cuyo origen, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 229, podría provenir de un vino o mosto cocido y obtenido por reducción en dos o tres partes, pero también podría referirse a un sirope de higos o de membrillo.

inicial y se añadía pimienta. También se preparaba una jalea con dos partes de zumo de membrillo, dos partes y media de vinagre y dos de miel, cociendo hasta que espesara, y al final, como en la anterior receta, se añadía pimienta y jengibre: *Abiecto corio mala cydonea matura in brevissimas ac tenuissimas particulas recides et proicies durum, quod habetur interius. dehinc in melle decoques, donec ad mensuram mediam revertatur, et coquendo piper subtile consperges. aliter suci cydoneorum sextarios duos, aceti sextarium unum semis et mellis duos sextarios miscebis ac decoques, donec tota permixtio pinguedinem puri mellis imitetur. tunc triti piperis atque zingiberis binas uncias miscere curabis* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 20-. Otra fruta que se conservaba en miel era una variedad de melocotón, el durazno, el cual se partía, retirándole el hueso y según Paladio era una conserva muy apreciada, ya que para este autor tenía un excelente sabor -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 7-.

Para conservar los pasteles hechos de miel, se utilizaba *cnecon*<sup>408</sup>. El *cnecon*, según las indicaciones de J. André, es cártamo, una planta muy bien adaptada a las condiciones de aridez propias de la zona mediterránea. Con propiedades tintóreas, tiñe alimentos y telas en tonos rojizos y amarillos, y se utilizaba en forma de aceite y harina, pero no es un conservante, por lo que los dulces que se prepararan con este ingrediente tendrían un color muy llamativo, pero no constituyen una conserva en sí mismos. Para conservar estos pasteles de miel, se hacía harina con el *cnecon*, la cual se mezclaba con miel, y a continuación se preparaba el dulce.

Conservante, alimento, excipiente... la miel fue un alimento de gran importancia en la cultura romana, fruto incluso de legados testamentarios junto a otros alimentos como el aceite, el *garum*, el trigo o el vinagre -*Dig.*, 33, 6,7; 9, 3-. Incluso sería objeto de debate si la miel y sus derivados formaban parte de la herencia o no -*Dig.*, 33, 6, 9; 41, 1, 7-. La miel formó parte de los ritos religiosos como símbolo de prosperidad y abundancia, y con miel se celebraban las fiestas de Ceres ya bien entrada la primavera, exprimiendo los panales frescos en leche y vino -*Virg., Buc.*, 1, 344-. También en otras festividades se preparaban recetas que incorporaban miel, y con ella se cocinaban los pasteles sagrados, que eran vendidos por mujeres durante el día de la fiesta de *Liber*<sup>409</sup>.

---

<sup>408</sup>Para J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 219, es el grano del *Carthamus tinctorius L.*, aunque el mismo autor señala en otra obra, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 69 que hay un *cnecon silvestris* que puede ser *Carthamus lanatus L.*, o *Cnicus benedictus L.*

<sup>409</sup>J. N. ROBERT, *Eros romano. Sexo y moral en la Roma antigua*, Madrid, 1999, p. 60.



En las cenas de élite, en las cuales se alababa la austeridad como una importante base para el “estilo de vida romano”, se mantenía una doble moral con respecto a lo que se pedía y lo que se tomaba, y mientras los comensales pedían en voz alta comidas sencillas, como legumbres o caldo de harina, mientras, al oído del esclavo que servía, se solicitaban unas más exquisitas tortas de queso y miel -Iuv., *Sat.*, 11, 56 ss.- La relación de la miel con las festividades mediterráneas no fue una costumbre adquirida en época romana ya que podemos comprobar que en Grecia, la primera cosecha de miel anual formaba parte del ciclo de las ceremonias propiciatorias de buenas cosechas y de los ritos de fertilidad<sup>410</sup>.

---

*Preservación con  
aceite de oliva*

---

El otro gran producto capaz de conservar innumerables alimentos era el aceite de oliva. Se trata de uno de los mejores medios en los que se pueden conservar los alimentos ya que impide todo crecimiento microbiano. Se usó en la manufactura de conservas precisamente por esta cualidad, además de funcionar como excipiente en la preparación de la propia conserva. Se utilizaba añadiéndolo sobre dicha conserva, una vez finalizada la preparación, en forma de capa que sellaba el contenido de forma muy eficiente -Pal, *Op. Agr.*, 12, 5-. Si pensamos en el aceite como una conserva alimentaria en sí misma, fue una de las que se pudieron mantener en buenas condiciones durante largos períodos de tiempo<sup>411</sup>.

Muchas conservas se beneficiaron de las características del aceite de oliva, prolongando su vida útil o mejorando las prestaciones. Hay varios casos en los que podemos observar este uso. Se añadía a la *sampsā*, que era una masa de aceitunas trituradas y mezcladas con sal y otros adobos, a la que Columela recomienda agregar una pequeña cantidad de aceite con el fin de que no se resecara, manteniéndolas así en buen estado – Colum., *R.R.*, 12, 49-. También se podían conservar en aceite de oliva las propias aceitunas recién recogidas, de esta forma, en cualquier momento se podían prensar y consumir aceite

---

<sup>410</sup>M. TOUSSAIN-SAMAT, *op. cit.*, 2000, p. 31.

<sup>411</sup>N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 26. Sobre las propiedades del aceite de oliva, que es más estable que otras grasas, esto se debe a que es principalmente una grasa monoinsaturada, por su contenido en ácido oleico, y por tanto, menos vulnerable a los procesos de oxidación. Además, su contenido en antioxidantes como la vitamina E hacen que soporte muy bien la oxidación, con excepción destacable de no estar protegido del calor y la luz, que lo deteriora, como señala H. McGEE, *op. cit.*, 2007, pp. 358-359. Es por este motivo que consideramos al aceite de oliva virgen extra una conserva en sí mismo, y se comporta como elemento conservante si otro alimento se introduce en él.

fresco, lo que recomendaba Apicio -Apic., *De re coq.*, 1, 30-. Por su parte, Columela indica que para esta última preparación lo más indicado es usar la aceituna de tipo *pausia*, a la que había que mantener el pedúnculo para evitar que perdiera contenido oleico -Colum., *R.R.*, 12, 47-.

Como hemos visto, el aceite de oliva es una conserva por su propia naturaleza, una forma de preservar el fruto de la aceituna del paso del tiempo<sup>412</sup>. Sin embargo, también era susceptible de sufrir en un proceso mal desarrollado. Podía fermentar, o atrojarse, por ejemplo. Estos cambios eran bien conocidos. Catón conocía bien algunos de ellos, por ejemplo que el aceite atrojado tiene un sabor más fuerte. Este proceso de deterioro se debe a la fermentación de la aceituna que se puede producir desde el proceso de recogida hasta el de molturado, especialmente cuando se amontonaba y no se molturaba hasta terminar la recolección -Cato, *Agr.*, 61-. Por este motivo, Paladio recomendaba recoger solamente la cantidad de aceituna que se podía moler en un día, evitando así la fermentación y el consiguiente sabor atrojado del fruto -Pall., *Op. Agr.*, 12, 17-. También era fundamental mantener un alto nivel de higiene en los elementos vinculados con la preparación del aceite ya que los restos de aceituna o aceite que podían quedar de un año a otro se enranciaban y comunicaban rápidamente el olor desagradable del aceite viejo al aceite de nueva prensa -Pall., *Op. Agr.*, 11, 10-.

En muchas ocasiones, para los aceites más finos, se retiraba el hueso, prensando únicamente la pulpa de la aceituna -Pall., *Op. Agr.*, 12, 17; 22-. Una vez prensado y conservado treinta días en la almazara, se envasaba en recipientes de diferentes materiales, entre ellos vidrio -Pall., *Op. Agr.*, 12, 17-. En cualquier caso, eran necesarios el trasiego y el proceso final de envasado -Pall., *Op. Agr.*, 12, 20-. Según la época de recogida se podían conseguir tres tipos de aceites: el de verano o acerbo, el verde en noviembre o diciembre y el maduro, con la aceituna recogida algo pasada. Esta diferencia en el momento de extracción nos habla de que realmente se apreciaba la incorporación de aceites con distintos sabores durante los procesos culinarios. Los gastrónomos más exquisitos utilizaban como

---

<sup>412</sup>Sobre la equipación de una almazara en el mundo romano, ver Catón, -Cato., *Agr.*, 10-. Este autor explica detalladamente desde las necesidades de mano de obra con todas las precisiones oportunas, además de anotar las cantidades y características específicas. Asimismo, añade las necesidades de material para un almacén de aceite -Cato., *Agr.*, 13-.

terminación de algunas recetas, una pequeña cantidad de aceite verde añadido en finos hilos. Así adornaban la comida, transmitiendo el sabor del aceite al plato y una vistosa apariencia<sup>413</sup>.

---

### *Tipos de aceite*

---

En el recetario de Apicio se utiliza el aceite verde con este uso concreto en ocho recetas, de una forma muy interesante<sup>414</sup> – Apic., *De re coq.*, 30, 184, 185, 189, 194, 430-. Entre ellas tenemos dos muy interesantes: en la primera, el ingrediente principal son unas trufas y la segunda es una pierna rellena<sup>415</sup>. Ambas se acompañan de ingredientes de calidad, entre los que se encuentra el aceite verde. Este sirve de excipiente en el caso de las trufas, para preparar una salsa y en el de la pierna se usa para el relleno -Apic., *De re coq.*, 317, 339-. En el resto de las recetas se utiliza aceite verde como terminación del plato, adornando y quizás proporcionando ese toque de sabor fuerte que entonces gustó. Las modas gastronómicas actuales imponen algo parecido, y en muchas preparaciones de los grandes cocineros podemos encontrar este gusto por terminar el plato con un finísimo hilo de aceite de oliva, jugando con el color y buscando los contrastes de sabores, texturas y aromas.

En cuanto al aceite recogido de la aceituna aún en verde, y mencionado por Catón: *Oleum viride sic facito. oleam quam primum ex terra tollito. si inquinata erit, lavito a foliis et stercore purgato. postridie aut post diem tertium, quam lecta erit, facito. olea ubi nigra erit, stringito. quam acerbissima olea oleum facies, tam oleum optimum erit. domino de matura olea oleum fieri maxime expedit* -Cato, *Agr.*, 65-. Por su parte, Columela comenta lo costoso que resulta el aceite acerbo, el de primera recogida: *Viridis autem notae conficere uel maxime expedit, quoniam et satis fluit et pretio paene duplicat domini redditum* -Colum., *R.R.*, 12, 50-. Efectivamente, este aceite que se obtendría durante el mes de septiembre, cuando la aceituna varía un poco de color, y presentan un agradable sabor amargo y algo picante, también un aroma fuerte y fresco. Tanto este aceite como el que las

---

<sup>413</sup>J. CRUZ CRUZ, *Teoría elemental de la gastronomía*, Pamplona, 2000, pp. 2-3, define al gastrónomo como un experimentado en el conocimiento de las reglas y leyes del arte de comer y beber. Pero también, y además, como alguien que tiene fantasía creadora, capaz de elaborar la idea que tiene en su mente.

<sup>414</sup>El recetario está compuesto de 499 recetas, de las cuales 303 introducen aceite de oliva en su composición. El porcentaje de recetas con aceite verde es mínimo como vemos, pero representativo de su función gastronómica.

<sup>415</sup>Apicio no especifica el animal del que proviene la pierna, pero podríamos suponer que fuera de cerdo, las más fáciles y apropiadas para rellenar.

fuentes llaman verde, son de un color verde intenso, fruto de la mayor cantidad de clorofila presente en la aceituna durante el momento de la recogida. La aceituna recogida en esta época temprana es un fruto de rendimiento escaso, que produce un aceite cuyas características de sabor, aroma y color se deben a un mayor contenido en polifenoles y antioxidantes. Tiene, por tanto, más duración que el aceite prensado con posterioridad, aunque con el tiempo pierde sus cualidades, virando hacia un color amarillento. Este sería el aceite acerbo que Apicio utilizó para sus recetas. Era muy caro debido al ya comentado bajo rendimiento de la aceituna en esa época del año, pero por otro lado resulta muy peculiar por sus características de color, aroma y sabor, especialmente si se utiliza en preparaciones gastronómicas en las que pudiera tener relevancia la terminación y calidad de los platos, que hablaba, en suma, de la categoría de la familia<sup>416</sup>.

Independientemente de los tipos de aceituna, se podían obtener tres calidades  
\_\_\_\_\_ vinculadas con las operaciones de prensado de la  
*Calidades del aceite de oliva* \_\_\_\_\_ aceituna: podía ser de primera, de segunda o de  
\_\_\_\_\_ tercera. Cada una de las operaciones vinculadas  
tenía su ubicación concreta en la almazara, aunque tenía en común que la zona de conserva debía estar orientada al norte, donde se mantenía en mejores condiciones. La zona orientada al sur era la de extracción, para aprovechar en esta última todas las horas de luz y trabajo. Higiene, cuidados con el material, los recipientes, la muela y los capachos, son precauciones que Columela describe cuidadosamente para conservar el aceite en las mejores condiciones -Colum., *R.R.*, 12, 50-. Los aceites de las dos primeras categorías eran para uso culinario, mientras que el de última categoría se utilizó para alumbrar, colocado en lamparillas de arcilla, eran los conocidos como aceites lampantes -Virg., *Georg.*, 1, 393-.

El aceite de oliva no solamente se utilizaba como medio de preparar la conserva de distintos vegetales y frutos, sino también como forma de mantener ciertos sabores para utilizarlos posteriormente. Anteriormente hemos comentado una característica peculiar de las grasas y del aceite en particular: es la capacidad de absorción de aromas y sabores con los que está en contacto ya sea por unión directa o también si se encuentran muy cerca. Esta

---

<sup>416</sup>M. CORBIER, *op. cit.*, 1999, pp. 134-135, señala que la alta cocina romana se caracterizó por un especial arte, el de la complejidad y la transformación, de la relación de la comida y la bebida con la jerarquía social, de la que este gusto por un aceite caro y diferente al habitual es solamente una pequeña muestra.

característica fue conocida y bien aprovechada, preparándose gracias a su existencia aceites de muy diversos sabores, simplemente introduciendo en él cualquier hierba, flor o fruto, manteniéndolos en infusión inmersos del aceite. Algunas de estas preparaciones por inmersión son las siguientes:

---

*El aceite de oliva, agente  
para infusionar*

---

Para elaborar aceite de violetas se añadían tantas onzas de estas flores como libras de aceite, y se colocaban al sol durante cuarenta días: *Tot violae uncias infundes, quot olei libras miseris, et diebus quadraginta sub divo habere debetis. violae purgatae, ut de rore nihil habeat, libras quinque vini veteris decem sextariis debetis infundere et post triginta dies decem mellis ponderibus temperare* -Pall., *Op. Agr.*, 5, 5-. También con los lirios se hacía algo parecido, cambiando las proporciones y colocando los ingredientes en un recipiente de vidrio, que se mantenía durante cuarenta días al sol: *Per olei libras singulas dena lilia curabis infundere et uas vitreum quadraginta diebus locare sub divo* -Pall., *Op. Agr.*, 6, 14-. Para el aceite de rosas, solamente era necesario dejar reposar la preparación durante una semana, puesta al sol: *In olei libras singulas rosae purgatae singulas uncias mellis mittis et septem diebus in sole suspendis et luna* -Pall., *Op. Agr.*, 6, 15-. Por su parte, el aceite de manzanilla, que se utilizaba en medicina, se preparaba con la parte amarilla y central de la flor, dejándola macerar cuarenta días al sol: *Per olei libras singulas chamaemeli herbae florentis auream medietatem, proiectis albis follis, quibus flos ambitur, unciarum singularum pondus infundes et quadraginta diebus in sole constitues* -Pall., *Op. Agr.*, 7, 10-. Plinio señala que estos aceites son posteriores a la época de Catón, y enumera una gran cantidad de distintos aceites: de almendras, de laurel -para el que se usaban las bayas y las hojas-, de arrayán, nuez, lirio, nardo, narciso, y otras variedades que Plinio detalla pormenorizadamente<sup>417</sup>. Y todos estos

---

<sup>417</sup>*Non erat tum ficticium oleum, ideoque arbitror de eo nihil a catone dictum. nunc eius genera plura, primumque persequemur ea quae ex arboribus fiunt, et inter illas ante omnes ex oleastro. tenue id multoque amarius quam oleae et tantum ad medicamenta utile. simillimum huic est ex chamelaea, frutice saxoso, non altiore palmo, foliis oleastri bacisque. proximum fit e cici, arbore in aegypto copiosa (alii crotonem, alii sibi, alii sesamon silvestre eam appellant), ibique, non pridem et in hispania, repente provenit altitudine oleae, caule ferulaceo, folio vitium, semine uvarum gracilium pallidarumque. nostri eam ricinum vocant a similitudine seminis. coquitur id in aqua, innatansque oleum tollitur. at in Aegypto, ubi abundat, sine igni et aqua sale adpersum exprimitur, cibis foedum, lucernis exile. amygdalinum, quod aliqui neopum vocant, ex amaris nucibus arefactis et in offam contusis adpersam aqua iterumque tusis exprimitur. fit et lauru admixto drupparum oleo, quidamque e bacis exprimunt tantum, alii foliis modo, aliqui folio et cortice bacarum, nec non*

aceites no solamente se utilizarían para uso alimentario, sino que también se usaron con fines médicos y para perfumería, como destaca el mismo autor -Plin., *N.H.*, 23, 80-83-. Esta forma de uso del aceite, la conservación de principios esenciales de diversas plantas utilizadas como medicamentos, resultó de gran importancia en medicina, lo que complementaba que el propio aceite funcionaba como un excelente excipiente, facilitando la fluidez de los productos y por lo tanto una fácil aplicación por cualquier vía, aspecto que destaca Teofrasto -Teof., *H.P.*, 9, 11, 1; 2-.

Con respecto a la aplicación del aceite a la conservación de legumbres, era posible elaborar una conserva de lentejas en aceite de oliva, un proceso algo complejo que conocemos gracias a Catón. Para ello recomienda diluir laserpicio en vinagre, mezclando las lentejas con este vinagre aromatizado, y posteriormente dejándolas deshidratarse al sol. Finalmente, tras este proceso, se conservan las lentejas en un recipiente protegido con una capa de aceite y cerrado, receta recogida por Catón: *Lentim quo modo servare oporteat. laserpicium aceto diluito, permisceto lentim aceto laserpicato et ponito in sole. postea lentim oleo perfricato, sinito arescat. Ita integra servabitur recte* -Cato., *Agr.*, 116-.

---

*styracem addunt aliosque odores; optima laurus ad id latifolia, silvestris, nigris bacis. simile est et e myrto nigra, et haec latifolia melior. tunduntur bacae adpersae calida aqua, mox decoquuntur. alii foliorum mollissima decoquunt in oleo et expriment, alii deiecta ea in oleum prius sole maturant. eadem ratio et in sativa myrto, sed praefertur silvestris minore semine, quam quidam oxymyrsinen, alii chamaemyrsinen vocant, aliqui acoron a similitudine; est enim brevis, fruticosa. fit et e citro, cupresso, nucibus iuglandibus quod caryinum vocant, malis, cedro quod pisselaeon, e grano quoque cnidio purgato semine et tunso, item lentisco. nam cyprinum et e glande aegyptia ut fieret odorum causa dictum est. Indi e castaneis ac sesima atque oryza facere dicuntur, ichthyophagi e piscibus. inopia cogit aliquando luminum causa et e platani bacis fieri aqua et sale maceratis. et oenanthinum fit; de ipsa oenante dictum est in unguentis. gleucino mustum incoquitur vapore lento, ab aliis sine igni circumdati vinaceis diebus xxi bis singulis permixtum, consumiturque mustum oleo. aliqui non sampsuchum tantum admiscent, sed etiam pretiosiora odoramenta, ut in gymnasiis quoque conditur odoribus, sed vilissimis. fit ex aspalatho, calamo, balsamo, iri, cardamomo, meliloto, nardo gallico, panace, sampsucho, helenio, cinnamomi radice, omnium sucis in oleo maceratis expressisque. sic et rhodinum e rosis, iuncinum e iunco, quod et rosaceo simillimum, item hyoscyamo et lupinis, narcisso. plurimum autem in Aegypto e raphani semine aut gramine herba quod chortinon vocant, item e sesima et urtica quod cnidinum appellant. e lilio et alibi fit sub diu sole, luna, pruina maceratum. suis herbis componunt inter Cappadociam et Galatiam quod selgiticum vocant, nervis admodum utile, sicut in Italia Iguvini. e pice fit quod pissinum appellant, cum coquitur, velleribus supra halitum eius expansis atque ita expressis. probatum maxime e Bruttia; est enim pinguis et resinosisima. color oleo fulvus. sponte nascitur in Syriae maritimis quod elaeomeli vocant; manat ex arboribus pingue, crassius melle, resina tenuius, sapore dulci, et hoc medicis. veteri quoque oleo usus est ad quaedam genera morborum; existimaturque et ebori vindicando a carie utile esse: certe simulacrum saturni romae intus oleo repletum est -Plin., *N.H.*, 15, 24-32-.*

De la misma forma que existían innumerables tipos de aceite de oliva, algunos de ellos de extraordinaria calidad –y por tanto, elevado precio-, también se conocieron procesos para su falsificación. Paladio y Apicio ofrecen recetas para elaborar imitaciones,

---

*Falsificaciones de  
aceite de oliva*

---

por ejemplo, para conseguir que el aceite virgen se parezca al muy apreciado aceite de Liburnia, y así Paladio: *Oleum primum liburnico simile fieri adserunt Graeci, si in optimo viridi inulam siccam et lauri folia et cyperum omnia simul tusa et subtiliter creta permisceas cum salibus torrefactis ac tritis et diu oleo iniecta perturbes, dehinc tribus aut aliquanto amplius diebus, cum quiescet, utaris* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 18-. Y por su parte, Apicio, refiriéndose igualmente al libúrnico: *In oleo Spano mittes ellenium et cyperi et folia lauri non vetusta, tunsa omnia et cribellata, ad levissimum pulverem redacta, et sales frictos et tritos, et per triduum uel plus permisce diligenter. post haec aliquanto tempore patere requiescere, et Liburnicum omnes putabunt* -Apic., *De re coq.*, 6-. Para ello, Paladio señala que hay que añadir al aceite original distintas hierbas machacadas y dejarlo en maceración posteriormente.

En cuanto a algunos problemas que podían aparecer con el aceite si éste se ensuciaba en la cocina, se limpiaba con sal frita añadida en caliente, tapando bien el recipiente: *Si sordet oleum, frictos et adhuc calentes sales inici iubent et diligenter operiri: ita mundum reddi post tempus exiguum* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 19-. En caso de que se enranciara, algo que debía ser común, se podía refinar añadiéndole una mezcla de cera blanca derretida en aceite bueno y de nuevo la sal frita caliente. Una vez realizadas estas operaciones, se tapaba el recipiente, cerrándolo herméticamente con yeso pero de cualquier forma, era muy importante elegir bien el lugar donde se conservaba el aceite: siempre en espacios subterráneos y frescos, alejados de la luz y del calor, como destaca Paladio: *Oleum rancidum Graeci adserunt sic posse curari. albam ceram mundo et optimo oleo resolutam et adhuc liquentem mitti in eo iubent, tunc sales frictos calentes addi, operiri atque gypsari: sic fieri, ut oleum purgetur sapore et odore mutato. oleum tamen omne in terrenis locis esse servandum et eam eius esse naturam, ut sole uel igne purgetur uel aqua ferventi, si simul misceantur in vasculo* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 21-.

Además de la oliva, se extrajeron aceites de otros productos, como de las bayas de laurel. Estas bayas se podían conservar en seco, o bien extrayendo el aceite de la siguiente

forma: cuando estaban maduras se hervían en agua, y se iba recogiendo el aceite que soltaban, que quedaba en una capa sobre la superficie del líquido -Pall., *Op. Agr.*, 2, 19-. Con la semilla de lentisco se procedía de idéntica manera, dejándose atrojar un día completo en primer lugar, después se añadía agua caliente a la vez que se exprimía el fruto y finalmente se recogía el aceite de la capa de arriba -Pall., *Op. Agr.*, 2, 20-.

### 2.3.3. Conservación por fermentación

El proceso de la fermentación tiene multitud de variantes y su complejidad depende del tipo de alimentos sobre los que se produce, pudiendo tener consecuencias negativas o positivas sobre los alimentos<sup>418</sup>. Consiste sencillamente en la introducción de células vivas -las levaduras- en materia orgánica -alimentos-, en los que las primeras producen modificaciones. Es muy corriente que se produzcan fermentaciones involuntarias, deteriorando definitivamente los alimentos. Esto puede inutilizar las conservas, de ahí la necesidad de una serie de cuidados muy estrictos con los alimentos. Las levaduras no solamente ocupan un papel activo en las fermentaciones más beneficiosas para la alimentación humana (como es el caso del vino, por ejemplo), sino que también son responsables de otro tipo de fermentaciones que pueden malograr los alimentos. El gran avance en la tecnología conservera fue el control definitivo de los procesos de fermentación, la utilización de estos elementos que estropeaban los productos en sentido contrario: aprovechando sus características para obtener un beneficio y evitar el deterioro.

Podemos dividir estos productos objeto de fermentación *Bebidas fermentadas* intencionada en varios grupos, los que más se consumieron en Roma, que fueron: bebidas y verduras fermentadas, vinagres, panes y quesos. En realidad, este apartado no nos conduce necesariamente a un mundo estricto de conservas, sino más bien al conocimiento de las técnicas de conservación de alimentos transformados mediante la fermentación.

A lo largo de todo el Imperio, la producción vitivinícola fue extraordinaria y muy variada. Se produjeron multitud de vinos, con diferencias destacadas entre ellos, vinculadas al lugar de producción, al tipo de uva e incluso a las combinaciones de diversos factores

---

<sup>418</sup>A. COENDERS, *Química culinaria*, 1996, p. 269.



relativos al cultivo y a la propia tecnología empleada<sup>419</sup>. Asimismo, existían diferencias notables por el diverso grado de envejecimiento, lo que proporcionaba unas muy variadas calidades finales. Al igual que los grandes vinos tuvieron su lugar, los vinos baratos, y de mala calidad eran bien conocidos y muy populares por su precio asequible. Incluso podían utilizarse como forma de pago a los servicios profesionales, por ejemplo, como señala Juvenal, a los jurisconsultos -Iuv., *Sat.*, 7, 120-. La propia península italiana fue fructífera en variedades de vid y vino, con algunas zonas de extraordinaria producción como el caso de la Campania, de donde se obtuvieron excelentes vinos. Una zona que, como señala R. Etienne fue: “el paraíso agrícola que saludaron los agrónomos antiguos<sup>420</sup>”, en el que la vid, por las características volcánicas del terreno estaba especialmente bien adaptada y era fructífera, y que, como consecuencia desarrolló una importante producción. También Plinio señala la feracidad de estas tierras y la excelente adaptación de la vid a ellas -Plin., *N.H.*, 14, 10-, así como las distintas variedades de vid conocidas en su época, tanto en Italia como en provincias<sup>421</sup> -Plin., *N.H.*, 14, 20-43-.

El proceso de fermentación del vino fue perfectamente bien conocido: tanto la viticultura como la enología fueron ciencias empíricas pero bien asentadas, y distintos autores como Catón, Varrón, Columela, Plinio, Paladio o Teofrasto describieron la producción y características de los diferentes vinos. Si bien todos los procesos de fermentación no se controlaban hasta el final por la propia falta de la tecnología adecuada, sí se conocían los procesos y se trataba de aplicar el conocimiento y la experiencia en cada caso con el fin de obtener distintos sabores y matices de cada uno de los vinos.

---

<sup>419</sup>En época de Plinio se conocieron en Italia unas 180 variedades diferentes de vinos, ver M. BOUVIER, *Les saveurs du vin antique*, Paris, 2001, p. 47. Y para Columela, las numerosas variedades de uvas producirían diferentes vinos, tanto en producción (cantidad) como en calidades y características organolépticas del tipo de uva de origen -Colum., *R.R.*, 3, 2, 2 ss.- Y también destaca este autor los vinos que porceden tanto de uvas como de otros frutos -Colum., *R.R.*, 12 18-41-.

<sup>420</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, pp. 154-158. Sobre las regiones vinícolas de la península italiana, ver A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, pp. 322-341.

<sup>421</sup>Según P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1987, pp. 22-27, los autores latinos renunciaron a fijar el número de variedades de uva, por lo extenso de estas en número. Se vinculaban con la tierra, y se limita a analizar algunos tipos de ellas, como las más importantes, como fueron la *amínea*, *coccolobis*, *bumasti*, *numisiana*, *duracina*, y *purpurea*.

En relación con los diferentes prensados y sus categorías, el mosto de primera prensa se consideraba el mejor de todos<sup>422</sup>. Este era el que se dejaba fermentar e incluso

---

### *Prensa y calidades del vino*

---

añejar. Pero también existieron diferentes calidades de aplicar este sistema de prensado sobre la uva. Por ejemplo, para aprovechar las calidades que podía tener el orujo de la primera extracción, se añadían otros líquidos como vino, agua o mosto a los restos de la primera prensa, el resultado se dejaba macerar y de nuevo se volvía a prensar. También se podía calentar la mezcla para extraer el máximo jugo al orujo. Como podemos imaginar, el vino que resultaba de poner en práctica este proceso de segundo y tercer prensado no era de la calidad del vino fruto de la primera prensa. Marco Columela, el tío del escritor, preparaba un vino -de calidad vulgar- que se realizaba aprovechando los restos de la uva exprimida en una primera prensa: *Quantum vini uno die feceris, eius partem decimam, quot metretas efficiat, considerato, et totidem metretas aquae dulcis in vinaceos, ex quibus unius diei vinum expressum erit, addito. eodem spumas defruti sive sapae et faecem ex lacu confundito et permisceto, eamque intritam macerari una nocte sinito; postero die pedibus proculcato et sic permixtam prelo subicito; quod deinde fluxerit, aut dolis aut amphoris condito et, cum deferbuerit, opturato; commodius autem servatur in amphoris. hanc ipsam loram Marcus Columella ex aqua vetere faciebat et nonnumquam plus biennio innoxiam servabat* -Colum., *R.R.*, 12, 40-. Para ello se mezclaban: una parte de vino prensado en el mismo día con una parte de agua dulce y se añadían los restos de haber exprimido la uva y la espuma del *defrutum*. Toda esta mezcla se dejaba macerar una noche completa, y al día siguiente se prensaba. Después se hervía y se tapaba, guardándose en ánforas. Este vino, según Columela, podía conservarse bien durante dos años sin estropearse. Sabemos que el vino es un especial tipo de conserva que, en buenas condiciones podía envejecer muy bien y conservarse durante mucho tiempo si se tomaban las medidas adecuadas. Algunos de estos vinos de prolongada duración eran famosos: Virgilio aseguraba que el vino procedente de Argitis, ganaba a cualquier otro caldo en la cantidad producida y en la durabilidad -Virg., *Georg.*, 2, 95-.

---

<sup>422</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 162.

Por su parte, A. Tchernia, desde el principio de los años 90, ha realizado la reconstrucción en el campo y la bodega de los métodos de viticultura y vinicultura de la Antigüedad. En su trabajo de arqueología experimental, ha puesto en práctica las indicaciones de los agrónomos antiguos en los procesos de viticultura y a través de ellos ha encontrado indicios de la existencia de vinos espumosos. Si esto fuera así, los primeros espumosos no serían obra de Dom Pérignon, francés y abad de Hautvillers desde 1668 hasta su muerte en 1715, considerado tradicionalmente el descubridor del método *champenoise*. M. Bouvier señala que tanto Columela como Plinio presentan en sus obras dos recetas muy similares, capaces de producir vinos espumosos<sup>423</sup>. Desde luego, las condiciones responden al desarrollo de un vino con gas, y una de ellas era que los caldos se debían mantener perfectamente sellados dentro de sus envases, aspecto bien conocido y que tanto Columela como Plinio se encargan de reseñar. Así, Columela: *Mustum ut semper dulce tamquam recens permaneat, sic facito: antequam prelo vinacea subiciantur, de lacu quam recentissimum addito mustum in amphoram novam, eamque oblinito et inpicato diligenter, ne quicquam aquae introire possit* -Colum., *R.R.*, 12, 29-, y Paladio, que recomienda tapar con yeso los recipientes que contienen vino, en este caso de miel: *In vasculo gypso diligenter includis et ad vetustatem reservas. maelius tamen, si in minora et picata vascula proximo vere transfundas et gypsata diligenter operias et in terrena et frigida cella recondas* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 17, 3-, y Plinio señala que los vinos se tapan, pero no ofrece más detalles -Plin., *N.H.*, 14, 113-. Debido a la falta de un estricto control sobre la temperatura, el grado de azúcar del vino y las levaduras, no sería extraño que se produjeran casualmente vinos espumosos y que estos fueran considerados no como una mala praxis, sino como una posibilidad agradable. Y que por tanto, se repitieran las operaciones empíricamente hasta conseguir una producción vinícola de espumosos con cierta continuidad, elaborada de forma deliberada, pero por la escasez de datos que tenemos sobre estos vinos, en caso de que existieran, debieron ser producciones muy cortas. En cualquier caso, sí es evidente que se conoció la producción de espumosos. Si fue o no necesario reforzarlos de alguna forma, lo desconocemos, pero la mezcla de vinos con otros productos no fue ajena a los procesos de vinificación, y

---

<sup>423</sup>M. BOUVIER, *Les saveurs du vin antique*, Paris, 2001, p. 55.

siguiendo la tesis de M. Bouvier, los vinos en general se mezclaron con otros productos por cinco razones fundamentales: por su propia conservación y estabilidad, para reforzar los vinos débiles, por la búsqueda de nuevos sabores, para producir medicamentos y, finalmente, por fraude<sup>424</sup>.

En realidad, el gran problema de los vinos no sería tanto la fermentación, como la conservación. Se trataba, sin embargo, de una cuestión bien conocida para la que se ayudaban de ciertos productos como la pez y la resina. En el apartado “envases” hemos analizado la pez y la resina que recubría el interior de los recipientes como parte de este proceso. El caso de la resina es diferente, porque además de usarse para recubrir el envase, también se usaba mediante otro proceso. Por el cual primero se dejaba cristalizar, después se pulverizaba y, una vez convertida en fino polvo, se añadía al vino. La resina fue un ingrediente de uso constante en los procesos enológicos, debido a su efecto conservante sobre los vinos<sup>425</sup>. Pero no solamente se usaban resinas para que los vinos se conservaran mejor, había otras técnicas, como la del ahumado, bien conocida y aplicada a diferentes alimentos y conservas, que también se aplicaría a los vinos para facilitar su conservación - Mart., *Epigr.*, 13, 123-. Y aunque sin duda se trataba de una técnica rústica, producía algunos vinos de gran calidad como el de Cere comentado por Marcial y destinado a las reuniones de sibaritas. Siempre no tenían la misma calidad, como sucede en prácticamente

---

*Adición de agua  
salada a los vinos*

---

todas las elaboraciones culinarias y conservas; otros vinos ahumados, por su mala calidad y coste económico, se regalaban a los libertos -Mart., *Epigr.*, 13, 121-124-.

Otro de los productos más frecuentemente añadidos era el agua salada o salmuera, hábito mencionado y explicado por Columela, quién aclara al respecto que la sal es necesaria para suavizar los olores desagradables que el vino pudiera adquirir durante el proceso de fermentación o conserva: *Aquam salsam decoctam ad tertias pro sale adiciebat; oportebit autem salis decocti contritique semunciam in eundem modum*

---

<sup>424</sup>M. BOUVIER, *op. cit.*, 2001, pp. 55-60. Por supuesto, estas mezclas están avaladas por las fuentes, el mismo Plinio se queja de la variedad de “falsos vinos” elaborados con productos que no siempre eran uva y sus mezclas: *Itaque non miror innumerabilia paene genera ficticii reperta multis ante saeculis, quae nunc dicemus, omnia ad medicinae usum pertinentia* -Plin., *N.H.*, 14, 98 ss-. Incluso hace referencia a ese conjunto de vinos que denomina “vinos compuestos”, *vina composita* -Plin., *N.H.*, 14, 115-.

<sup>425</sup>M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 289-90.

*musti adicere; quoniam quidam, immo enim fere omnes, Graeci aqua salsa uel marina mustum condiunt, eam quoque partem curae non omittendam putavi. in Mediterraneo, quo non est facilis aquae marinae invecio, sic erit ad condituras conficienda muria. huic rei maxime est idonea caelestis aqua, si minus, ex fonte liquidissimo profluens. harum ergo alterutram curabis quam plurimam et quam optimis vasis conditam ante quinquennium in sole ponere, deinde, cum computruerit, tamdiu pati, donec ad pristinum modum perueniat. quod cum factum fuerit, alia vasa habeto et in ea sensim aquam eliquato, donec ad faecem peruenias; semper enim in requieta aqua crassamen aliquod in imo reperitur. sic curata cum fuerit, in modum defruti ad tertias decoquenda est. adiciuntur autem in aquae dulcis sextarios quinquaginta salis candidi[s] sextarii sex et mellis optimi unus sextarius. haec pariter decoqui et omnem spurcitiam expurgari oportet, deinde, cum refrixerit, tum quantumcumque umoris est, tantum in amphoram musti portionem adici -Colum., R.R., 12, 21, 4; 23, 3; 25-. Igualmente Plinio: Donec excoquatur aquae mensura. alii marinae sextarios x, tantundem pluviae in sole xl diebus torrent; ...et aquae marinae heminam; Graecia argilla aut marmore aut sale aut mari lenitatem excitat -Plin., H.N., 14, 100; 105; 120-.*

M. Bouvier ha estudiado las razones de esta mezcla y sugiere que la adición de sal se debe a la necesidad que tienen los vinos de mala calidad de un elemento que los refuerce<sup>426</sup>. Estos son vinos mal constituidos, que tienen un bajo nivel alcohólico y quedan sin fuerza, sin personalidad, y por lo general se pierden. De esta forma, la sal actuaría como elemento de refuerzo para impedir que el vino se engrasara por la falta de taninos. Este autor asegura que después de diferentes pruebas con variados porcentajes de sal y vino blanco, añadiéndolo en las proporciones que las fuentes señalan, el resultado adquiere sabor salado, por lo que concluye que se trata, simplemente, de una forma de conservar mejor el vino y evitar que se estropeará, más que por la búsqueda propiamente dicha de un vino con sabor salado, cuyo proceso es descrito por Columela y anteriormente expuesto -Colum., R.R., 12, 21-.

Por su parte, Paladio recoge otra receta en la que se añade agua de mar al vino y explica la elaboración y características del proceso: *Alii Graeci ita iubent, aquam marinam mundam de puro et quieto mari, quam anno ante conpleuerint, reservari: cuius talem esse*

---

<sup>426</sup>M. BOUVIER, *op. cit.*, 2001, p. 56.

*naturam, ut et salsedine uel amaritudine per hoc tempus careat et odore: et dulcis fiat aetate* –Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 2-. Paladio señala las circunstancias en que se debe producir la toma del agua: se debe recoger del mar un día sereno en el que las aguas no están turbias. Por su parte, y en prevención de esa turbidez, Columela recomienda tomar el agua de alta mar y no de la orilla, algo que además de la presencia física de partículas evitaría la muy posible contaminación de las aguas cercanas a la tierra: *Quod si ager maritimus est, silentibus ventis de alto quam quietissimo mari sumenda est aqua et in tertiam partem decoquenda, adiectis, si videbitur, aliquibus aromatis ex is, quae supra rettuli, ut sit odorator vini curatio* –Colum., *R.R.*, 12, 25-. A pesar de todo, en ambos casos el agua se decanta cuidadosamente durante años<sup>427</sup> y los dos autores explican que se vuelve dulce con el tiempo, perdiendo su contenido salino debido al proceso de decantación. El vino era un producto vivo que seguía transformándose y cambiando, por lo que necesitó del concurso de diversos cuidados que se debían poner en práctica con la ayuda de conocimientos enológicos y de carácter técnico<sup>428</sup>.

Otra de las mezclas más habituales fue la de vino con *defrutum* -Colum., *R.R.*, 12, 21-. El *defrutum* se añadía a los mostos de uvas ácidas que carecían de azúcares para la fermentación, ya que era una especie de sirope concentrado por cocción que provenía bien de mostos, bien de frutas. Aunque esta operación también se realizaba con miel. En cualquier caso, elevando el porcentaje de azúcar se reforzaba el vino, subiendo a la vez el grado alcohólico, de lo que Apicio, Columela y Plinio dejan constancia -Colum., *R.R.*, 12, 25; Apic., *De re coq.*, 1; Plin., *H.N.*, 14, 85-.

La costumbre de añadir a los vinos otros elementos para reforzarlos se debía a la necesidad de evitar su deterioro, tanto si debían viajar (circunstancia que perjudica a los vinos) como si se trataba de prolongar su duración. En cualquier caso, el elevar el grado

---

<sup>427</sup>Según Columela, cinco años. Según Paladio, después de cincuenta días de fermentación, se cierra herméticamente el recipiente y se deja en reserva hasta que envejezca, sin ofrecer un tiempo concreto, aunque al menos será un año, por que inmediatamente después de este paso, recomienda trasegar el líquido a recipientes más pequeños, durante la primavera, para continuar el proceso de envejecimiento: *In uasculo gypso diligenter includis et ad vetustatem reservas... Melius tamen, si in minora et picata uascula proximo uere transfundas et gypsata diligenter operias* –Pall. *Op. Agr.*, 11, 17, 2-3-.

<sup>428</sup>Los vinos a los que se añadía agua de mar o salada antes de la fermentación se conocían como *Anthosmias*. Según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 13, es un término griego. La acción que describe explica que este uso se debe a que ayudarían a mantener los vinos durante el transporte, y se utilizaba especialmente para reforzar los vinos más baratos, especialmente los del este del Egeo.

alcohólico mediante la adición de azúcar evitaba que se agriaran. Columela señala que a los buenos mostos, capaces de hacer un vino de calidad, no se les debe añadir nada ya que tienen intensidad y sabor suficientemente agradables como para que no necesiten condimentos, aunque los enólogos modernos dudan de que el envejecimiento se produjera en excelentes condiciones, sin embargo, las evidencias literarias, como señala A. Dalby, muestran que la calidad de los vinos envejecidos era excelente<sup>429</sup>: *Quaecumque vini nota sine condimento valet perennare, optimam esse eam censemus, nec omnino quidquam permiscendum, quo naturalis sapor eius infuscetur. id enim praestantissimum est, quod suapte natura placere potuerit* -Colum., *R.R.*, 12, 19, 2-. La cuestión surgía cuando los mostos no eran de calidad, aspecto difícil de controlar con los medios técnicos a su disposición. Para obtener cierta calidad debían concurrir circunstancias coincidentes como determinadas características de la vid, del terreno y del medio ambiente. También hay que añadir el proceso de maduración de la uva, la climatología del año, la oportunidad de la recolección y la calidad de los procesos de vinificación. Cuando los parámetros necesarios no coincidían para obtener un buen vino, se recurrió al añadido de cualquier tipo de sustancias y técnicas que suplieran los defectos de los caldos. A veces, si el vino adquiría mal sabor, se añadía a la cuba una torta de cebada, dejándose reposar con sus restos. Esta absorbía todos los olores desagradables y prácticamente los eliminaba: *Suave vinum de duro fieri docent, si hordeacei pollinis cyathos duos simul cum vino subactos mittas in vini vasculo et hora una ibi esse patiaris* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 5-. Esta técnica debió ser efectiva ya que continuó realizándose durante siglos, incluso hasta finales del XIX, antes de que la tecnología entrara de lleno en la vinificación<sup>430</sup>. Todavía entonces, para suavizar la aspereza del vino, se introducía una torta muy similar a la que preparaban los agrónomos romanos.

---

<sup>429</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 357-358, destaca que si bien no hay información sobre el buen envejecimiento de los vinos griegos, los romanos sí la dejaron. En un caso extremo y llamativo sobre este tema, Plinio señala que el famoso vino Opimiano, elaborado en el consulado de *L. Opimius*, en el 121 a.C. y que se sirvió en un banquete que *Pomponius Secundus* ofreció al emperador Calígula en el 39 d.C. (por tanto, con 160 años de antigüedad), no estaba en condiciones de ser bebido. En realidad se sirvió en muy pequeñas cantidades mezclado con vinos más jóvenes, para aportar su sabor. Sin embargo, el Opimio que se describe en el *Satyricon* más bien responde a la incultura y vulgaridad de su protagonista, que confunde los datos, los vinos y las proporciones -Plin., *N.H.*, 14, 55-56; 94; Petron., *Satyr.*, 34-.

<sup>430</sup>N. BUSTAMANTE, *op. cit.*, 1890, p. 172.

Una de las variantes más populares de los vinos romanos, fueron los vinos cocidos, cuyos tipos eran: *mulsum*, *sapa*, *carenum* y *defrutum*. Se corresponden con diversas variedades de vinos que presentan una importante cantidad de azúcares debido a diversos motivos. El primero y más popular de todos ellos, el *mulsum*, era vino mezclado con miel, uno de los predilectos de la sociedad romana, hasta tal punto que se manufacturó en distintas calidades y precios. Tanto este como el resto de los vinos cocidos eran muy dulces, espesos y oscuros por el gran contenido de azúcares que presentaban y que procedían según el caso de la adición de miel y también debido al proceso de concentración. Esta presencia de azúcares, por otra parte, además de proporcionar un sabor especial, presentaba unas características que los hacía más estables y por tanto menos propensos a agriarse, como señala Marcial: *Attica nectareum turbatis mella Falernum. misceri decet hoc a Ganymede merum* -Mart., *Epigr.*, 13, 108-. Estos vinos no solo se utilizaban no sólo para beber, también para para guisar y especialmente como colorantes de alimentos<sup>431</sup>. Por su parte, los vinos tenían mercados diversos, por ejemplo, los mulsos de categoría eran vinos para las élites. Los sectores populares, que no tenían acceso a estos caldos superiores, consumían ciertos tipos de vinos de pasas o *mulsum* barato, muy extendido -Mart., *Epigr.*, 13, 106-. Las diferencias entre los tres las describe muy bien Paladio y las relaciona con el tipo de reducción que se hacía, siendo el *defrutum* el más ligero, *carenum* intermedio y la *sapa* el más denso: *Nunc defrutum, caroenum, sapatam conficies. cum omnia uno genere conficiantur ex musto, modus his et virtutem mutabit et nomina. nam defrutum a defervendo dictum, ubi ad spissitudinem fortiter despumarit, effectum est, caroenum, cum tertia perdita duae partes remanserint, sapa, ubi ad tertias redacta descenderit: quam tamen meliorem facient cydonea simul cocta et igni subposita ligna ficulna* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 18-.

Otro miembro de la familia de los vinos cocidos era el *passum*, de **Passum** sabor muy dulce y textura densa. Estaba elaborado con uvas pasas que sufrían un delicado proceso de transformación bien descrito por Columela, y con algunas variantes además de la siguiente: *Acina mucida aut vitiosa reicere; furcas uel palos, qui cannas sustineant, inter quaternos pedes figere et perticis iugare; tum insuper cannas ponere et in sole pandere uvas et noctibus tegere, ne*

<sup>431</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 246-7.



*inrorentur; cum deinde exaruerint, acina decerpere et in dolium aut in seriam coicere; eodem mustum quam optimum, sicut grana summersa sint, adicere; ubi conbiberit uva[s] seque impleuerit, sexto die in fiscellam conferre et prelo premere passumque tollere; postea vinaceos calcare, adiecto recentissimo musto, quod ex aliis uvis factum fuerit, quas per triduum insolaveris; tum permiscere, et subactam brisam prelo subicere; passumque secundarium statim vasis oblitis includere, ne fiat austerius; deinde post XX dies, cum deferbuerit, in alia vasa deliquare, et confestim opercula gypsare et pelliculare. passum, si ex uva Apiana facere volueris, uvam Apianam integram legito; acina corrupta purgato et secernito; postea in perticis suspendito; perticae uti semper in sole sint, facito; ubi satis conrugata erunt acina, demito et sine scopionibus in dolium coicito pedibusque bene calcato; ubi unum tabulatum feceris, vinum vetus inspargito; postea alterum supercalcato; item vinum conspargito; eodem modo tertium calcato et infuso vino, ita ut supernatet, sinito dies V; postea pedibus proculcato et in fiscina nova uvas premito -Colum., R.R., 12, 39, 1-3-.*

El proceso comenzaba con la pasificación de las uvas, y una vez terminado, se procedía a la limpieza, eliminación del escobajo y desgranado. Era el momento de mezclar las pasas limpias con mosto de buena calidad, en un gran recipiente, donde se mantenían durante seis días en maceración, con la intención de rehidratar las pasas para su posterior prensado. Transcurrido este tiempo era el momento de la prensa, de cuya primera fase se extraía un vino de gran calidad. El orujo que resultaba se volvía a mezclar con mosto, repitiéndose las operaciones en idéntico orden: se dejaba reposar, se prensaba y envasaba. El mosto que resultaba de este proceso se llevaba a hervor hasta reducirlo según el tipo de *passum* que se deseaba conseguir. Y después de la cocción se envasaba en unas jarras, cerrándose herméticamente con yeso y una pieza de cuero.

Columela señala que si el *passum* se elaboraba con pasas de uva moscatel, la elaboración era idéntica pero había una diferencia, y es que el resultado de las diferentes prensas se mezclaba para obtener vino más homogéneo, y después se reducía con calor y se envasaba. Como norma general, las pasas primero, y después el orujo se prensaban hasta tres veces, mezclando cada una de las veces los restos del prensado anterior con vino añejo o mosto. Y como precaución para evitar la transmisión de sabor de los restos fermentados de prensas anteriores, en cada una de las prensas se utilizaba un capacho nuevo. Otro

método para la prensa del *passum*, según Columela, era mezclar la pasa o el orujo con un agua elaborada de la siguiente forma: Se tenía dispuesta agua de lluvia, que se recogía durante años y se dejaba añejar, decantándola continuamente<sup>432</sup>. Cuando ya era necesaria, se hervía hasta reducirla a la tercera parte de la cantidad original. Las uvas se prensaban con este agua en lugar de hacerlo con mosto o vino, y Columela asegura que ese vino era más dulce que el que se producía a partir del proceso anteriormente descrito (Figs. 32 y 33).



Figs. 32 y 33. Mosto fermentando, con el característico borboteo.  
Museo del Vino, Beaucaire, Francia.

---

<sup>432</sup>El agua de lluvia, conservada y dejada decantar a veces durante años, es una constante en los usos alimentarios romanos. Se utiliza también en medicina y como excipiente en recetas y conservas muy exquisitas.

Además de los vinos de uva se elaboraban otros con ingredientes vegetales como especias, frutas, flores, hojas y plantas, hierbas y raíces. Para ello se utilizaron muy variadas técnicas, y con respecto a la fermentación existieron varios caminos: por una parte \_\_\_\_\_ se añadieron frutas para macerar con los mostos, y fermentando *Vinos de frutas* \_\_\_\_\_ ambos a la vez, se reforzaba dicho proceso. También se maceraron \_\_\_\_\_ posteriormente a la fermentación algunos de los ingredientes anteriores. Además se usaban otras técnicas como la cocción larga de vinos, la infusión y la fermentación de jugos de frutas, así como la mezcla de distintos elementos junto a los vinos para conseguir sabores nuevos en cada caldo.

Esto nos proporcionaría una nueva visión de los vinos romanos, de los que existían un enorme número de variedades, vinculados no solo con la técnica de elaboración, sino con el elemento añadido e incluso con la forma de añadirlo. Entre ellos tenemos: vino de granadas, preparado con el jugo de los granos cocidos y hervidos hasta reducir a la mitad, añadiendo después una cantidad proporcionada de miel -Pall., *Op. Agr.*, 11, 16; 4, 10, 10-. También los vinos de arrayán -para usos medicinales-, que se preparaba con las bayas molidas. Con ellas se hacía una masa con la que se elaboraban bolitas, las cuales se añadían proporcionalmente al mosto, según el peso de estas y el tamaño del recipiente, como señala Columela. Después se hervía el mosto con las bolitas de bayas de arrayán y se mezclaba con este cierta cantidad de polvo de bayas. Entonces se unificaba y clarificaba el vino, envasándose y dejándose fermentar: *Post hoc complures ex ea massulae fiunt et ita per latera seriae in mustum demittuntur, ne altera offa super alteram perueniat. cum deinde bis mustum deferbuerit et bis curatum est, rursus eodem modo et tantundem ponderis bacae, sicut supra, contunditur, nec iam, ut prius, massulae fiunt, sed in labello mustum de eadem seria sumitur, praedicto ponderi permiscetur, sicut sit instar iuris crassi; quod cum est permixtum, in eandem seriam confunditur et rutabulo ligneo peragitatur* -Colum., *R.R.*, 12, 38-.

Otro tipo de vino de arrayán se preparaba con una base de vino, una cierta cantidad de miel y las bayas desmenuzadas. Uno más se hacía con el zumo de las bayas, que se añadía posteriormente al vino. Las bayas de mirto silvestre se añadieron para aromatizar vinos, aunque menos comúnmente que los piñones, los cuales son una constante en la cocina romana. Por su parte, la ventaja de los piñones era bien conocida por Paladio y

Plinio, y se trataba de su capacidad de absorber aromas -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 5; 3, 27; 31; Plin., *N.H.*, 14, 103; 108-. Paladio proporciona una receta de vino de mirto, que con variaciones y diferentes ingredientes, se repetía: *In huius mensis initio aliter myrtite sic facies. mittes vini veteris decem sextarios in lagena et bacarum myrtae libras quinque miscebis. cum viginti et duorum dierum spatium confusa transegerint, per quos uas cotidie convenit agitari, tunc palmea sporta colabis et praedictis decem sextariis mellis optimi fortiter triti pondo quinque miscebis* -Pall., *Op. Agr.*, 3, 27-.

También los fragantes membrillos aromatizaron los vinos. Se añadían al mosto, previamente cocidos y bien mezclados, se reducía la mezcla y posteriormente se llevaba a fermentación. Si era necesario, por la turbidez final, se filtraba y clarificaba. Este tipo de vinos se podía hacer prácticamente con toda clase de frutas, las cuales enriquecieron el paladar final del caldo aportándole variación -Colum., *R.R.*, 12, 19-. Por su parte, con las serbas se prepararon bebidas fermentadas, a cuyo zumo se podía añadir o no, vino de uva -Virg., *Georg.*, 3, 380-. Igualmente, el fruto del azufaifo dio buen resultado al mezclarlo con los vinos, aunque carecemos de las explicaciones sobre su preparación. Teofrasto nos proporciona una receta para la elaboración del vino azufaifo -Teofr., *H.P.*, 4, 3, 1-. Paladio, por su parte, explica la elaboración del vino de pera, para cuya elaboración se dejaba fermentar el jugo de la fruta, pero explica que este vino no soporta en buenas condiciones el calor veraniego. Añade que también se podía elaborar vinagre de peras -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 11 ss-. Con moras se preparó un licor que podía durar mucho tiempo, al contrario del vino anterior, mezclando para ello el zumo de moras con *sapa*: *Ex moris sucum facito et cum sapa misce et in vitrio vase cum mora mitte: custodies multo tempore* -Apic., *De re coq.*, 23-.

De la misma forma que sucedía con los vinos tradicionales de uva, para conseguir bebidas alcohólicas a partir de fruta se necesitaba la fermentación del azúcar de las frutas. Una vez producida la fermentación del zumo, se filtraba -tenemos numerosas referencias a este filtrado y a la clarificación- y trasegaba. La clarificación era un paso importante para eliminar la materia en suspensión, que producía turbidez y podía estropear el vino. Por otro lado, era importante el tipo de fruta utilizada ya que para fermentar los vinos, necesitaban un porcentaje de azúcar, que la fruta no siempre contenía, de ahí la precisión que observamos en muchas recetas de añadir además cierta cantidad de miel, o bien de

mantener la fruta en infusión con el vino, o de dejar fermentar el zumo de la fruta con el mosto<sup>433</sup>.

Las serbas, por su parte, son una frutilla de aparición constante a lo largo del tiempo en relación con los vinos. En realidad, eran un magnífico remedio para añadir a los vinos que no alcanzaban la fermentación completa por falta de taninos. Se machacaban bien y se removían dentro del líquido, dejándolas inmersas en él un día completo, tras el que se trasegaba, facilitando así la fermentación alcohólica<sup>434</sup>.

Las flores se utilizaron con mucha frecuencia en el Mundo Antiguo, con tanta como la naturaleza las producía, al igual que se hizo con hierbas, hojas, raíces o resinas. Paladio nos proporciona una receta para aromatizar el vino con flores de vid. En primer lugar, estas se dejan secar a la sombra y después se trituran hasta conseguir un fino polvo que se añade al vino en el que se infusionan: *Vitis etiam flores arbustivae collectos in umbra siccare curabis. tunc diligenter tunsos et cretos habebis in vasculo novo et cum volueris, tribus cadis unam floris mensuram, quam Syri choenicam vocant, adicies et superlines dolium et sexta uel septima die aperies et uteris* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 5-. De forma muy similar, con las violetas se preparaba una infusión realizada con sus pétalos en vino añejo y miel. Y con las rosas, miel y flores de vid se preparaba otro vino -Pall., *Op. Agr.*, 5, 5; 7, 11; 11, 13-.

En cuanto a los vinos elaborados a base de productos vegetales y mosto o vino, solían tener algún fin medicinal o dietético. Por su parte, Apicio preparaba un producto derivado del ajenjo, la absenta, que incorporaba en infusión a algún vino previamente condimentado<sup>435</sup>: *Conditi Camerini praeceptis, utique pro absintio cessante; in cuius vicem absinti Pontici purgati terendique unciam, Thebaicam dabis, masticis, folii scripulos III, costi scripulos senos, croci scripulos III, vini eius modi sextarios XVIII. carbones amaritudo non exigit* -Apic., *De re coq.*, 3-. Se elaboraba añadiendo a este vino el ajenjo fermentado, al que Columela denomina *Gleconites*: *Vinum absinthiten et hyssopiten*

---

<sup>433</sup>H. THIS, *Los secretos de los pucheros*, Zaragoza, 1996, pp. 229-231.

<sup>434</sup>N. BUSTAMANTE, *op. cit.*, 1890, pp. 164-5.

<sup>435</sup>Sobre el *absinthium*, ver J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 1. Otros autores que utilizan la absenta (*Artemisia absinthium*) son Plinio, Varrón y Dioscórides -Plin., *N.H.*, 27, 45; Varro., *Ling. Lat.*, Diosc., *Mat.*, 3, 23-.

*et abrotoniten et thymiten et marathriten et glechoniten sic condire oportet: Pontici absinthii pondo libram cum musti sextariis quattuor decoque usque ad quartam; reliquum quod erit, id frigidum adde in musti Aminei urnam. idem ex reliquis rebus, quae supra scripta sunt, facito. possint etiam pulei aridi tres librae cum congio musti ad tertias decoqui et, cum refrixerit liquor, exempto puleio in urnam musti adici. Idque mox tussientibus per hiemem recte datur vocaturque vini nota glechonites* -Colum., *R.R.*, 12, 35-. A su vez, el *gleconites* se elaboraba haciendo en primer lugar una reducción de mosto y ajeno y mezclando el resultado con otro mosto nuevo. Entonces, con todas estas mezclas ya hechas se esperaba la fermentación final y se envasaba el resultado. La inclinación por el ajeno ha continuado hasta hoy, y el ajeno es actualmente el ingrediente más importante en la elaboración de vermouth, el elemento que proporciona cierto sabor amargo particular, y que caracteriza esta bebida.

Además de este vino, y siguiendo las mismas indicaciones de la receta, Columela elaboraba otro más a base de hisopo, otro de abrotano, y también de tomillo, hinojo y poleo. Además, con marrubio y mosto preparaba una reducción que dejaba fermentar, envasándola y tapándola después herméticamente: *Vinum marruvii multi utile putant ad omnia intestina vitia et maxime ad tussim. cum vindemiam facies, marruvii caules teneros maxime de locis incultis et macris legito eosque in sole siccato, deinde fasciculos facito et tomice palmea aut iuncea ligato et in seriam mittito, ita ut vinculum exstet. in musti dulcis sextarios CC marruvii libras octo adicito, ut simul cum musto defervescat; postea eximito marruvium et purgatum vinum diligenter oblinito* -Colum., *R.R.*, 12, 32-. Lo más habitual es que estos vinos tuvieran un interés médico o al menos dietético, como era el caso de los vinos de cebolla, un bulbo cuyas propiedades para el buen funcionamiento del aparato respiratorio son bien conocidas -Colum., *R.R.*, 12, 33-. Y en concreto había una variedad de cebolla, la escila, que era muy apreciada para estas elaboraciones. La denominación de vino escilítico deriva de su nombre, y se elaboraba de la siguiente forma: se dejaban reposar las escilas en mosto y tras la infusión en frío, que tenía una duración variable, se clarificaba el resultado y se envasaba<sup>436</sup>.

---

<sup>436</sup>El vino escilítico estaba elaborado con la escila en infusión en vino o mosto. La escila, o *Urginea marítima*, es un tipo de cebolla. Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 229, un bulbo mencionado también por Varrón, Plinio y Dioscórides -Varro., *Rust.*, 1, 7,8; Plin, *N.H.*, 19, 39 ss.; Diosc., *Mat.*,

Por su parte, también el vino de romero se preparaba con fines medicinales: se cocía el romero con mosto, clarificándolo después y cerrándolo herméticamente -Colum., *R.R.*, 12, 36-. Con una raíz típicamente mediterránea, el regaliz, Paladio y Plinio preparaban otro vino aprovechando las características hipertensoras de este producto para el sistema cardiovascular<sup>437</sup> -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 5; Plin., *N.H.*, 14, 111-. Tanto la ajedrea como el hinojo son dos plantas constantemente utilizadas a lo largo de las recetas de vinos -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 6; Colum., *R.R.*, 12, 19; 35-. También el amomo, el anís y el nardo -Colum., *R.R.*, 12, 20; Plin., *N.H.*, 20, 185-. Asimismo, se utilizaban la mirra, el aloe, la harina de habas, la pimienta, los dátiles, el malvavisco, las bayas de ciprés, las hojas de boj, los alfóncigos<sup>438</sup>, la flor de junco, el incienso, el azafrán, la almendra amarga y el fenogreco<sup>439</sup>. Estos son algunos de los ingredientes añadidos a los mostos y vinos en forma de infusión, reducción y otras técnicas con las que se condimentó el vino<sup>440</sup> -Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 7-12-.

Pero encontraremos otras bebidas fermentadas cuyo ingrediente principal era otro producto, alternativamente a la uva. Una bebida fermentada propia de territorios en los que la vid tenía dificultades para su cultivo fue la sidra. Elaborada a base de manzanas mediante un método muy sencillo, que consistía simplemente en hacer fermentar su zumo, no se consideró que esta bebida tuviera la categoría del vino, sino que representaría un estadio

---

2, 171-, que presenta distintas variedades: *Scilla alba*, *scilla mascula*, *scilla rubida*, *scilla campestre*, *scilla pusilla*, *scilla minor* y *scilla epimenidia*.

<sup>437</sup>El regaliz, raíz de la *Glycyrrhiza glabra*, citado también por Dioscórides -Diosc., *Mat.*, 3, 5; Plin., *N.H.*, 21, 91; 22, 24-. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 112.

<sup>438</sup>Arbusto que produce el pistacho.

<sup>439</sup>Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 103, el *fenum graecum* o *fenogrecum* es la *Trigonella fenum graecum*. Una planta originaria del sudoeste de Asia conocida por los griegos y posteriormente utilizada en el mundo romano -Colum., *R.R.*, 2, 10, 33; Plin., *N.H.*, 18, 140; 22, 123; 24, 184-. En castellano es la alholva, planta de la que se consumen las semillas y las hojas. El dátil europeo e incluso el africano, parece que según Plinio, no tenía suficiente calidad. Sin embargo, los dátiles orientales eran adecuados para elaborar vinos, pan, e incluso como es natural como alimento de personas y animales, y se conocían multitud de variedades, entre ellas la de algunos dátiles tan secos que eran adecuados para hacer harinas -Plin., *N.H.*, 13, 25; 44 ss.- También Teofrasto asegura que en Etiopía se hacen panes de dátil -Teof., *H.P.*, 2, 10-.

<sup>440</sup>El azafrán no solamente se utilizaba en cocina, sino como perfume para ambientar los *triclinia*: "...quien halló la traza de hacer brotar a gran altura el agua de azafrán pasando por tubos disimulados, de llenar o vaciar... las canales con agua comprimida, de adaptar a las salas de los festines artesonados móviles que renuevan sucesivamente su aspecto, hasta el punto que se cambia de techo a cada invitado que entra..." -Sen., *Ad Luc.*, 90, 15-. Cfr. J. N. ROBERT, *Los placeres en Roma*, Madrid, 1992, p. 125.

cultural inferior del que disfrutaban los bebedores de vino de uva, como señala Ulpiano: *Si quis vinum legaverit, omne continetur, quod ex vinea natum vinum permansit. sed si mulsum sit factum, vini appellatione non continebitur proprie, nisi forte pater familias etiam de hoc sensit. certe zythum, quod in quibusdam provinciis ex tritico uel ex hordeo uel ex pane conficitur, non continebitur: simili modo nec camum nec ceruesia continebitur nec hydromeli. quid conditum? nec hoc puto, nisi alia mens testantis fuit. oenomeli plane id est dulcissimum vinum continebitur: et passum, nisi contraria sit mens, continebitur: defrutum non continebitur, quod potius conditurae loco fuit. Acinaticium plane vino continebitur. cydoneum et si qua alia sunt, quae non ex vinea fiunt, vini appellatione non continebuntur. item acetum vini appellatione non continebitur. haec omnia ita demum vini nomine non continentur, si modo vini numero a testatore non sunt habita: alioquin Sabinus scribit omnia vini appellatione contineri, quae vini numero pater familias habuit: igitur et acetum, quod vini numero pater familias habuit, et Zythum et camum et cetera, quae pro hominum affectione atque usu vini numero habebuntur -Dig., 33, 6, 9-.*

Con la sidra ocurrió algo parecido a lo que pasó con la cerveza, ya que los pueblos que la consumían fueron considerados bárbaros<sup>441</sup>. Para el romano, aquellos eran pueblos incapaces de poner en práctica la viticultura y la vinicultura, actividades que precisamente demostraban una superioridad cultural y técnica. Así, la falta de conocimientos agronómicos en relación con el cultivo de la vid y de conocimientos enológicos, además de la diferencia de costumbres entre unos y otros pueblos en relación con la bebida fermentada, representó para el mundo romano una importante distinción cultural manifestada entre los bebedores de vino y los de sidra.

La hidromiel, una bebida fermentada y elaborada a base de miel diluida, era un licor propio de países privados de viñas, aunque también la conocieron griegos y latinos<sup>442</sup>. Si bien encontramos en las fuentes alternativamente los términos *hydromeli* y *aqua mulsa*, no todos los autores están de acuerdo en que ambos términos fueran sinónimos y que por tanto,

---

<sup>441</sup>Para M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 311 ss., la cerveza se consumió ocasionalmente en el mundo griego, aunque con más frecuencia en el egipcio y el babilonio, donde está bien documentada esta bebida, hasta tal punto que Hecateo describe a los egipcios como “comedores de pan y bebedores de cerveza” –Athen., *Deipnos.*, 418E y 447C-D-. Babilonia fue uno de los primeros centros productores de cerveza, que apenas tuvo presencia en el mundo griego, como corrobora R. J. FORBES, *Studies in Ancient Technology*, vol. 3, Leiden, 1966, p. 282.

<sup>442</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 175.



se correspondieran con idénticas bebidas<sup>443</sup>. En cualquier caso, se abriría el espectro en dos grandes posibilidades: una la preparación de una bebida fermentada y por tanto alcohólica, y una diferente que no estuviera fermentada.

---

*Hidromiel: una bebida  
nada inocente*

---

Los romanos preparaban el hidromiel, según receta de Columela, con una parte de miel y dos de agua de lluvia recogida durante cinco años y reducida finalmente mediante ebullición, con lo que se limitaba el contenido en sales de esta última, llevándola prácticamente a una total pureza, y por tanto, a la ausencia de levaduras que son las que inician el proceso de fermentación: *Itaque sepositae et ad condituras destinata, per se faciendae erit optimo melle aqua mulsa. haec autem non uno modo componitur; nam quidam multos ante annos caelestem aquam vasis includunt et sub dio in sole habent, deinde, cum saepius eam in alia vasa transfuderunt et eliquaverunt; nam quotiensque etiam per longum tempus diffunditur, aliquod crassamentum in imo simile faeci reperitur, veteris aquae sextarium cum libra mellis miscent. nonnulli tamen, qui austeriorem volunt efficere gustum, sextarium aquae cum dodrante pondo mellis diluunt et ea portione repletam lagonam gypsatamque patiuntur per Caniculae ortum in sole quadraginta diebus esse; tum demum in tabulatum, quod fumum accipit, reponunt. nonnulli, quibus non fuit curae caelestem inveterare aquam, recentem sumunt eamque usque in quartam partem decoquunt; deinde, cum refrixerit, sive dulciorem mulseam facere volunt, duobus aquae sextariis sextarium mellis permiscent, sive austeriorem, sextario aquae dodrantem mellis adiciunt; et his portionibus factam in lagonam diffundunt eamque, sicut supra dixi, quadraginta diebus insolatam postea in tabulatum, quod suffumigatur, reponunt -Colum., R.R., 12, 12-.*

---

<sup>443</sup>Es el caso de J. ANDRÉ y D. L. THURMOND, quienes sostienen teorías contrapuestas. Mientras para J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 175, el *aqua mulsa* (y en época tardía sencillamente *mulsa*) e *hydromeli* eran bebidas idénticas, D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 255-258, sostiene que eran diferentes líquidos debido a que según él, Columela las describe como fruto de procesos diferentes, y mientras la hidromiel fermentaría espontáneamente, el *aqua mulsa* sería únicamente una dilución de miel en agua. Desde luego, Columela habla de *aqua mulsa* -Colum., R.R., 12, 12-, mientras que Plinio lo hace sobre *hydromeli*: *fit vinum et ex aqua acmelle tantum. quinquennio ad hoc ervari caelestem iubent. aliqui prudentiores statim ad tertias partes decocunt et tertiam veteris mellis adiciunt, deinde xl diebus a canis ortu in sole habent. alii diffusa ita decumo die obturant. hoc vocatur hydromeli et vetustate saporem vini adsequitur, nusquam laudatius quam in Phrygia -Plin., N.H., 14, 113-.*

Por otro lado, para que en la preparación de esta bebida se produzca fermentación es necesaria una cierta proporción en la dilución con respecto a los azúcares, ya que no todas las diluciones son válidas para producir la fermentación. Así, si la concentración de azúcar es mayor del 15% (y la miel contiene un 70% de azúcares), no se produce el proceso de fermentación, como señala J. André, teniendo en cuenta las proporciones de agua y miel, ya que ésta no se desarrolla si se sobrepasa ese límite señalado de azúcares. Por su parte, D. L. Thurmond incide en la importancia de que el agua para la dilución era prácticamente estéril, ya que en primer lugar se había recogido cuidadosamente, decantado después y finalmente, se había hervido hasta dejarla en una cuarta parte de su volumen inicial, proceso por el cual carecía de levaduras<sup>444</sup>. Este autor señala que las proporciones que facilitan Columela y Paladio entre ambos líquidos, crean una solución de alta densidad con cualidades que inhiben o incluso matan a las posibles levaduras que serían las que deberían fermentar el hidromiel.

Analizando las proporciones que facilitan las fuentes, la dilución que corresponde proporcionalmente entre la miel y el agua nos daría aproximadamente un 23% de azúcares, siempre que se respetaran las proporciones respectivas que son dos partes de agua y una de miel. Esta mezcla se dejaba cuarenta días al sol, después se guardaba y no se le añadía nada más, solamente estaba compuesta por agua y miel -Plin., *N.H.*, 14, 113-. De la misma forma que Columela, Paladio preparaba el hidromiel con agua muy pura, en una proporción de tres partes de agua y una de miel -vemos que en este caso la mayor dilución aumenta las posibilidades de fermentación-, dejándola durante cuarenta días al aire libre -Pall., *Op. Agr.*, 9, 7-. Columela recomendaba dejarla también cuarenta jornadas completas al sol, y conservarla posteriormente en un sitio fresco y con humo. Ambos inciden en que el agua que utilizaba para preparar el hidromiel debía ser muy pura, estar bien trasegada y conservada, como también debía ser la miel, siempre de excelente calidad. Ambas se mezclaban finalmente para elaborar hidromiel de alta calidad. Todos estos cuidados exquisitos con el agua indican la existencia de una inclinación por beber o utilizar agua sin sales minerales, prácticamente pura.

Paladio, por su parte, propone una variante más del hidromiel, y para obtenerla plantea mezclar la miel con jugo de rosas en lugar de agua y trata este especial hidromiel

---

<sup>444</sup>D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, pp. 257.

como se hace en las otras recetas, dejándolo cuarenta días al sol: *In suci rosae sextariis singulis libras singulas mellis admisce et diebus quadraginta sub sole suspendis* -Pall., *Op. Agr.*, 6, 16-. Por su parte, N. Blanc y A. Nercessian señalan que era importante que, durante la recogida de la miel que se iba a utilizar para hacer hidromiel no hiciera demasiado calor ya que las altas temperaturas eliminaban las levaduras que producen la fermentación<sup>445</sup>. Efectivamente es necesaria la aparición de cierta temperatura para que se produzca la fermentación, aunque no se debe esperar una bebida de alto grado alcohólico, que no es propia de la mezcla de miel y agua en estas proporciones. Lo que sí es cierto, independientemente de las diferentes técnicas de obtención de hidromiel, o de las sustanciales diferencias entre una bebida fermentada y otra sencillamente endulzada, es la continuidad y antigüedad del consumo de bebidas alcohólicas elaboradas a partir de miel, como atestiguan en sus respectivas obras desde el pseudo Aristóteles en el s. III a.C., hasta *Anthimus* en época tardía, s. VI d.C. -Pseud. Arist., *Mirabil.*, 22; Anth., *De obs.*, 15-.

---

La cerveza, una bebida fermentada también

*Cerveza, bebida de bárbaros  
y también de romanos* pero en este caso de cereal, se tomó tanto en Egipto como en los países del norte de Europa, y aunque era muy popular en Roma no era una bebida con buena consideración social<sup>446</sup>. Más bien se consideraba bebida de bárbaros, propia, por ejemplo, de los pueblos escitas nombrados por Virgilio en sus *Geórgicas*, cuya costumbre era sustituir el vino por ese caldo de cebada fermentada y a veces, por una bebida alcohólica preparada con serbas: *...hic noctem ludo ducunt, et pocula laeti fermento atque acidis imitantur vitea sorbis* -Virg., *Georg.*, 3, 380-. Plinio también recoge esa “bárbara” costumbre de consumir bebidas de cereal fermentado, las cuales se elaboraban especialmente en la Galia, en Egipto y en la Península Ibérica<sup>447</sup>: *Est et occidentis populis sua ebrietas e fruge madida, pluribus modis per Gallias Hispaniasque, nominibus aliis sed ratione eadem. Hispaniae iam et vetustatem ferre ea genera docuerunt. Aegyptus quoque e fruge sibi potus similis excogitavit, nullaque in parte mundi cessat ebrietas; meros quippe hauriunt tales sucos nec diluendo ut vina mitigant; les, illic tellus fruges parare videbatur.*

---

<sup>445</sup>N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 33.

<sup>446</sup>M. BOUVIER, *op. cit.*, 2001, p. 27.

<sup>447</sup>El Edicto de Diocleciano recoge dos tipos de cerveza, una gala o panónica y otra egipcia. La misma cantidad de cerveza, 1 sextario, cuesta el doble para la gala (4 denarios), frente a la egipcia, que solo vale dos denarios -*Edict.*, *Diocl.*, 2, 12-13-.

*heu, mira vitiorimi sollertia inventum est quemadmodum aquae quoque inebriarent* -Plin., *N.H.*, 14, 149-. Por su parte, Estrabón identifica a los montañeses del norte de la Península como el grupo que bebía habitualmente cerveza, y solo ocasionalmente vino -Strabo., *Geog.*, 3, 7, C155-. Por su parte, Ateneo también recoge el consumo de cerveza por parte de un rey ibero, que imitaba el lujo feacio en la estructura de su mansión, en la calidad de las cráteras y en otros aspectos, sin distinguirse de los feacios en cuanto al lujo nada más que en un pequeño aspecto: en los alimentos consumidos ya que este reyezuelo bebía, en lugar de vino, la rústica cerveza, poco acorde con el entorno del banquete -Athen., *Deipnos.*, 16C-. A pesar de la escasa consideración que estuvo esta bebida, la producción y venta de ella en época imperial está confirmada, entre otros datos, por una inscripción votiva dedicada en honor a Augusto en el s. I d.C., por un soldado que cruzó el Rhin y que era *negotiator cervesarius*. Esta cerveza se vendía en las provincias del norte, donde su consumo si era realmente apreciado, y no era tan estimado en Italia<sup>448</sup>. También en Egipto el consumo de la cerveza fue cotidiano desde época muy temprana, y como en otros lugares, la cerveza se preparaba a partir de la fermentación de los granos de cebada. Aunque la facilidad para la fermentación de diferentes tipos de cerveza era propia de aquella región de temperaturas elevadas y constantes<sup>449</sup>.

El vinagre es un subproducto del vino, fruto de una doble fermentación, una primera la propia del vino y una segunda que es la que da origen al vinagre. Se utilizaba en cocina para elaborar adobos, aliños, maceraciones y salmueras, pero además, de igual forma que con el vino, se podía combinar con otros alimentos, como las frutas, especias o hierbas aromáticas para proporcionar matices de sabor a una preparación. Era un proceso sencillo, ya que para obtener ese gusto secundario no hacía falta provocar una fermentación, sino que era suficiente infundir los ingredientes. El vinagre es un eficaz conservante, líquido agrio producto de la uva, igual que el vino, aunque fruto de una doble fermentación, comentada anteriormente: en la primera el azúcar se convierte en alcohol por medio de una

---

<sup>448</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, pp. 370-371.

<sup>449</sup>H. WILSON, *Egyptian Food and Drink*, Pembrokeshire, 2001, pp. 11-19. La cebada, según D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 98-99, se introdujo en Europa junto con el trigo, desde el Próximo Oriente, en dos tipos diferentes de cereal, uno llamado de dos carreras y otro de seis carreras (lo que se refiere a la densidad de grano en la espiga), aunque también se darían formas cultivadas de grano desnudo, y en cualquier caso, su origen parece ser la cebada silvestre u *Hordeum spontaneum*.

levadura, la *mycoderma aceti*. El caldo resultante, con un porcentaje alcohólico de un 6% a un 9%, vuelve a fermentar gracias a la bacteria *acetobacter*, dando lugar finalmente al ácido acético que aparece en presencia de soluciones de alcohol y oxígeno<sup>450</sup>

El vinagre se puede fabricar partiendo de distintas variedades de productos fermentados, como vino, bebidas de cebada -vinagre de malta-, e incluso de la sidra. Además de la fermentación natural que da lugar al vinagre, también se puede provocar la segunda fermentación calentando a fuego suave el vino y dejándolo permanecer en barriles de madera, como se hace con el famoso vinagre de Módena en Italia. Además es posible aromatizarlo con hierbas, frutos, bayas o flores, de la misma forma que el vino. Y en otras ocasiones se dejaba en exposición al aire libre, a “sol y serena”, para que la maceración fuera completa.

El vinagre fue uno de los líquidos conservantes mejor conocidos y más usados en la Antigüedad, debido a que su grado de acidez inhibe el crecimiento bacteriano. Gracias a esta característica, los alimentos introducidos en vinagre no se deterioraban. El vinagre adquirió un importante papel como conservante, tanto que en las regiones donde no había viñas (y por tanto no había vinagre de vino) se elaboraba vinagre a partir de otros

---

*Vinagre: subproducto del vino y gran conservante*

---

ingredientes como eran los higos, las peras o las manzanas, aspecto que destacan los agrónomos - Colum., *R.R.*, 12, 17; Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 11-. Los alimentos introducidos en vinagre pueden conservarse un tiempo más prolongado en sus condiciones originales, y en condiciones óptimas para ser consumido. Esto se debe a que el pH del vinagre es inferior a 4.0 y esto impide la contaminación microbiológica. Naturalmente, era imposible conocer con exactitud este grado en época romana, de forma que empíricamente se llegó a la preparación y medida de las cantidades aproximadas para conseguir buenos resultados<sup>451</sup>. Y los procedimientos variaban según el producto, utilizando incluso diversas técnicas, algunas

---

<sup>450</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 205.

<sup>451</sup>H. McGEE, *op. cit.*, 2007, pp. 817 ss. Señala con respecto al vinagre que el ácido acético que lo compone es un agente conservante mucho más efectivo que el alcohol. De hecho, tratar de evitar que estos se agriaran sería el gran problema con la elaboración de vinos. Entre sus virtudes para la cocina destaca que el vinagre (ácido acético) aporta acidez en la lengua y un característico aroma en la nariz, y por supuesto, la efectividad de su capacidad conservadora, que en proporciones mínimas evita el crecimiento microbiano. Por ejemplo, señala H. McGEE, una solución de 5 ml de vinagre en 250 ml de agua inhibe dicho crecimiento.

de ellas combinadas con otras. Por ejemplo, algunas frutas se blanqueaban ligeramente antes de sumergirlas en el vinagre, y otras veces se añadía sal al vinagre de los encurtidos, incorporando a la conserva las propiedades antisépticas de este mineral y mejorando así la calidad final del producto, la textura y el sabor.

Tan importante como la preparación de encurtidos y diversas conservas relacionadas con el vinagre, fue la preparación de éste, disponemos de algunas recetas prácticas de Columela, en las que explica como reutilizar ese vino agrio que ya ha pasado por la fermentación alcohólica: *In sextarios quadraginta octo fermenti libram, fici aridi pondo quadrantem, salis sextarium; haec subterito et subtrita cum quartario mellis aceto diluito atque ita in praedictam mensuram adicito. quidam hordei tosti sextarios quattuor et nuces ardentis iuglandes quadraginta et mentae viridis pondo selibram in eandem mensuram adiciunt. quidam ferri massas exvrunnt, ita ut ignis speciem habeant, easque in eandem mensuram demittunt, tum etiam exemptis nucleis ipsas nuces pineas vacuas numero V uel sex incendunt et ardentis eodem demittunt, alii nucibus sappineis ardentibus idem faciunt* -Colum., *R.R.*, 12, 5-. Para ello añade una fuente de azúcares (higos secos y miel), sal y levadura (que facilitará en primera instancia la aparición de la bacteria *acetobacter*). En ese vino ya torcido, se introducían además otros ingredientes como cebada, hierbabuena y nueces, cáscaras de piñón ardiendo o una barra de hierro al rojo. En cualquier caso, la presencia de un ambiente abierto facilitaría la segunda y decisiva fermentación. Después de ser tratado, el vinagre no se deteriora, de ahí la sátira de Persio ridiculizando a un riquísimo y avaro anciano que bebe un vinagre tan viejo que el autor comenta con sarcasmo *faecem morientis sorbet aceti?*<sup>452</sup>.

A pesar de que la producción de vinos en la península itálica fue tan elevada como para no necesitar importarlos, el vino que llegaba en malas condiciones se utilizaba para hacer vinagre, como explica Marcial -Mart., *Epigr.*, 13, 122-. Pero el vino torcido, o deteriorado, o agriado, según las expresiones, no era necesariamente vinagre. Es decir, tenía que sufrir esa segunda transformación, pero en cualquier caso, las conservas solamente se podían elaborar con auténtico vinagre (del que existían diversas variedades), y no con vino deteriorado -Athen., *Deipnos.*, 67A-. A pesar de la delicadeza de ambos procesos por los

---

<sup>452</sup>“Un vinagre... casi echado a perder” -Pers., *Sat.*, 4, 32-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *Juvenal. Sátiras. Persio. Sátiras*, Madrid, 1991, p 36.

que pasaba, no era complicado preparar vinagre de forma doméstica utilizando como base los vinos que se habían estropeado, y provocando una fermentación para transformarlos en vinagres. Así, cuando en una casa abundaba el vino, “el vinagre escasea en la casa<sup>453</sup>”. Al conocimiento sobre la elaboración de vinagres se llegó de forma empírica. Desde luego, necesitan algún tipo de levadura para fermentar, -elaborada a partir de miel o una levadura-ya que la transformación, como señalábamos al principio, no es espontánea<sup>454</sup>.

Columela nos deja un elevado número de recetas para la preparación de encurtidos, \_\_\_\_\_ utilizando el vinagre como elemento principal –Colum., *R.R.*, 12, 7; 9; *Encurtidos* 47; 48; 54; 55; 56-. Explica cómo conservar diversos productos \_\_\_\_\_ vegetales de muy diversas formas. Entre ellos algunos tan populares como las aceitunas, pero además legumbres, verduras muy variadas como zanahorias, lechugas, nabos, apio caballar, chirivías, espárragos, nueza blanca y negra, hierba gatera, lapsana, hinojo, col, poleo, férula, ruda, ajedrea y orégano. El proceso genérico que aplica es el siguiente: después de limpiar las hierbas y secarlas al sol se introducen en una mezcla de vinagre y salmuera, o bien se comprimen con peso y sal las más carnosas, colocándolas entonces en una vasija con vinagre y salmuera.

Por su parte, Plinio explica la conservación de un producto muy usado en el Mediterráneo, las hojas de la vid. Para ello recomienda su cocción con vinagre y salmuera, operación gracias a la cual duraban todo el año, en una preparación que manifiesta explícitamente cómo evitar la temida temporalidad –Plin., *N.H.*, 14, 103-.

También Catón ofrece algunas preparaciones de conservas con vinagre. Una de las más interesantes es la conserva de lentejas. Desde luego, no era propiamente un encurtido como en el caso de las anteriores, aunque se utilizara vinagre en su realización. Su preparación consistía en introducirlas en una mezcla de *laser* con vinagre, dejándolas en infusión al calor del sol y cubriéndolas finalmente con aceite para su consumo posterior: *Lentim quo modo servare oporteat. laserpicium aceto diluito, permisceto lentim aceto laserpicato et ponito in sole. postea lentim oleo perfricato, sinito arescat. ita integra servabitur recte* -Cato, *Agr.*, 116-.

---

<sup>453</sup>Plut., *Quaest.Conv.*, 633A. Trad. F. MARTÍN GARCÍA, *Plutarco. Obras morales y de costumbres, Moralia IV, Charlas de sobremesa*, Madrid, 1987, p. 112.

<sup>454</sup>N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 45.

Las aceitunas, por su parte, son uno de los clásicos encurtidos mediterráneos, una conserva de larga duración puesta en práctica milenariamente. Eran un alimento popular que aparecía tanto en las mesas de ricos como de pobres, y se conocieron multitud de fórmulas para aliñarlas. Como señalan Catón y Paladio, en su preparación intervinieron algunas de las hierbas más abundantes en el entorno, como son el hinojo, el romero o el tomillo, y como base para la condimentación, siempre la salmuera y el vinagre, -Pall., *Op. Agr.*, 12, 22; Cato, *Agr.*, 117, 118, 119-. Pero además se podían cubrir con *defrutum* o *passum*: *tum sive passum seu quam optimum defrutum adicito et uas opturato* -Colum., *R.R.*, 12, 48, 4-. Y también se añadían al líquido de adobo otros ingredientes como la miel, algún otro tipo de vinagre, el lentisco, el anís o el laurel. Y para que el líquido penetrara en la aceituna y tomara bien el aliño, estos frutos se rajaban o aplastaban, como se ha seguido haciendo hasta la actualidad, en una serie de pasos muy claros y ejecutados en un orden concreto: *Cum eius radicem mense Octobri, quod maxime matura est, e terra erueris, aspero linteolo, uel etiam cilicio, detergeto, quidquid harenae inhaerebit; deinde acutissimo cultello summatim eradito et, quae plenior radícula fuerit, pro modo crassitudinis in duas uel plures partes digiti longitudine diffindito; deinde ex aceto modice in caccabulo aeneo coquito ita, ne taleolae semicrudae sint. post hoc in umbra triduo siccantur et ita in fideliam picatam recondantur, adiecto passo uel defruto, quod supernatet, spissamentoque cunelae inposito contectum uas pelliculetur. cum radices eius eraseris, taleolas, ut supra, facito et in umbra triduo uel etiam quadriduo siccato, deinde siccatas in vasis sine pice, interiecta cunela, coicito; ius infundito, quod eam compositionem habeat, ut sex partibus aceti una pars sapae misceatur cum hemina salis cocti; eo iure macerentur taleolae, donec quam minimum amaritudinis resipiant. postea exempta e iterum siccantur per dies quinque in umbra; tum crassamen vini faeculenti, nec minus, si sit, mulsi et utriusque eorum quartam partem boni defruti confundito in ollam, quae cum inferbuerit, taleolas inulae adicito et statim ab igne removeto ac rudicula lignea peragitato, donec perfecte refrigescant; postea transfundito in fideliam picatam, operculo tegito tumque pelliculato. cum radículas diligenter eraseris, minute concisas in muria dura macerato, donec amaritudinem dimittant; deinde effusa muria sorba quam optima et maturissima, semine detracto, contere et cum inula misce; tum sive passum seu quam optimum defrutum adicito et uas opturato* -Colum., *R.R.*, 12, 48-.



También se podían conservar en una forma de preparación llamada *epityrum*, más conocido según Varrón en Sicilia que en Italia, seguramente por su origen griego, que se elaboraba con aceitunas sin hueso, cortadas. Posteriormente se aliñaban con aceite, vinagre, coriandro, comino, hinojo, ruda y menta -Varro., *Ling. Lat.*, 7, 86-. En realidad, las aceitunas no solamente formaron parte de los aperitivos o entretenimientos entre las comidas fuertes, sino que también fueron uno de los ingredientes de las recetas, como observamos en Apicio, aunque se retiran antes de servir el plato: *In ventrem eius fractas olivas novas mittis et consutam sic elixabis. deinde coctas olivas eximes* -Apic., *De re coq.*, 231-. Pero en otras recetas en las que se introducen aceitunas, estas se mantienen en el guiso -Apic., *De re coq.*, 91, 246-.

Por sus propiedades organolépticas y capacidad de aumentar la duración de los alimentos, el vinagre intervino en diversas preparaciones culinarias, y otra de sus aplicaciones más destacadas sería una compleja tipología de conservas de duración media: los escabeches y las marinadas<sup>455</sup>. Los encurtidos vegetales que se preparaban con vinagre, muy al contrario, serían una conserva de larga duración, prácticamente sin “fecha de caducidad”, pero existían estas otras formas de elaboración y -corta- conservación, la llamada “cocina al ácido”, una técnica de sencillo desarrollo mediante el cual se introducían pescados o carnes en vinagre, salmuera o vinagreta<sup>456</sup>. Actuaba de una forma muy simple, ya que el ácido asegura la coagulación de las proteínas, y a la vez modifica el gusto final del producto y prolonga el tiempo de conservación en relación con la duración del producto sin tratar. En realidad, ni los marinados ni los escabechados eran auténticas conservas, simplemente alargan algo la vida de alimentos perecederos, proporcionándoles además un sabor característico y agradable.

Los escabeches requerían un proceso de cocinado además del baño en vinagre. En realidad, sufrían un doble proceso físico: en primer lugar por la aplicación de calor, y en segundo por la introducción de la pieza en un ácido como es el vinagre. El proceso se desarrollaba dejando la materia prima inmersa en la maceración correspondiente, hasta que el ácido provocaba cambios en la pieza, modificando el color y el sabor. Posteriormente se

---

<sup>455</sup>Escabechar o marinar es una operación que consiste en introducir un alimento en aceite frito, vino, vinagre, y condimentos diversos, para conservarlos. Se marina siempre antes de cocinar, y el escabeche se puede hacer antes de cocinar, manteniendo el alimento en este escabeche durante un tiempo no muy prolongado.

<sup>456</sup>H. THIS, *op. cit.*, 1996, p. 82.

cocinaban, y finalmente se mantenía en el jugo de la cocción, que se convertía en el escabeche, propiamente dicho. Desde luego que este jugo contenía una importante proporción de vinagre: *Eodem momento quo friguntur et levantur ab aceto calido perfunduntur* -Apic., *De re coq.*, 12-.

Algunas de las recetas que ponen en práctica esta técnica las ofrece Apicio, como por ejemplo la de un escabeche de boquerones. Para empezar, insta a freír los boquerones, y posteriormente se cubren con vinagre (*vide supra*). *De re coquinaria* también presenta una receta para la conservación de ostras, y aunque no se trata de un tipo de conserva de larga duración, el proceso era simple. Era bien conocida la capacidad de del molusco para provocar intoxicaciones, por lo que evitar esta mediante el uso del vinagre resultaba clave. La elaboración comenzaba con el lavado del recipiente que las iba a contener. Esto se realizaba con vinagre, o bien se lavaban las mismas ostras con vinagre. Si las ostras se sumergían en vinagre a modo de escabeche, la duración del molusco en buenas condiciones se prolongaba algo con respecto a su duración sin el ácido. Sin embargo, el procedimiento

---

*Cereales, harina y  
panificación*

---

con ellas no era totalmente fiable, como sí sucedía con otras conservas. Aunque el mismo Apicio presenta variaciones de esta receta, en una de las cuales se prolonga el tiempo de duración, ya que se fríen las ostras y posteriormente se introducen en vinagre, como señala: *Ostrea ut diu durent: lavas ab aceto, aut ex aceto vasculum picitum lava, et ostrea compone* -Apic., *De re coq.*, 12-13-.

El siguiente producto alimentario dentro del gran grupo de los fermentados será el pan. El pan pudo ser un alimento sencillo o sofisticado, preparado solamente con harina, agua, levadura y sal, o bien formando parte de recetas más complejas, aderezado y enriquecido, consiguiendo así variedades de panes dulces y salados, con diferentes sabores y aromas. D. Brothwell y P. Brothwell señalan que no debemos desestimar la capacidad del conocimiento técnico de la Antigüedad para extraer un gran partido al cultivo y conservación del cereal<sup>457</sup>. Nosotros añadiríamos que en ningún aspecto relativo al mundo de las conservas deberíamos desestimar esta capacidad ya que como tratamos de mostrar,

---

<sup>457</sup>Según D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, p. 95.

los recursos con que aprovecharon los productos disponibles, el conocimiento técnico y la puesta en práctica de estos recursos y medios fueron realmente brillantes<sup>458</sup>.

Aunque no fue realmente una conserva de larga duración, el pan necesitó presencia activa de levaduras en su confección y, por tanto, la fermentación de la masa inicial. Para comprender los procesos de panificación y lo popular y cotidiano del consumo de pan, debemos hacer abstracción de los panes que actualmente consumimos, e imaginar un pan más sólido, más consistente y bastante más perdurable en el tiempo. La preparación de panes de levadura y por tanto el uso de las levaduras en panificación, sería bien conocida en el Mundo Antiguo en épocas muy tempranas: en Egipto ya había panaderos profesionales en el 2000 a.C. Herodoto recoge cómo se realizaba el amasado de la harina, tanto de trigo como de cebada o espelta -una variedad de trigo-, porque formaba parte de la comida de los sacerdotes, la cual consistía entre otras cosas, en unos panes que se cocían expresamente para ellos -Hdt., *Hist.*, 2, 36, 3; 2, 37, 4-. El pan era, verdaderamente, el alimento por antonomasia.

La panificación fue el gran descubrimiento del hombre en la historia de la alimentación: permitió que el grano que se tomaba antes en los guisos, en forma de gachas, polenta y sopas, tanto entero o molido en forma de harina, se pudiera digerir mejor, se transportara con facilidad y por lo tanto se distribuyera más eficientemente, y finalmente adquiriera una mayor variedad de usos. Por una parte, con respecto a los sabores del pan, se pudo proporcionar casi cualquier sabor a la masa, adaptando la receta básica de pan al uso de ingredientes diversos y por otra parte, por su característica ductilidad antes de hornearlo, fue adecuado para confeccionar empanadas, para hacer pasteles salados o dulces, empanar otros alimentos o bien servir incluso como cucharas para los guisos, cuando estas no se utilizaban aún en las mesas.

El pan fue un hito fundamental en el proceso civilizador del hombre<sup>459</sup>. Una de las fronteras de carácter alimentario que representan el cambio cultural entre dos etapas: *Liber*

---

<sup>458</sup>Sobre la historia de los cereales, M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, pp. 125-199.

<sup>459</sup>M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, p. 125. Confirmando este aspecto, y basándose en las investigaciones arqueobotánicas, A. ARRANZ-OTAEGUI *et alii*, "Archaeobotanical evidence reveals the origins of bread 14.400 years ago in northeastern Jordan", *Proceedings of the National Academy of Sciences* julio 2018, (en prensa), señalan que a pesar de que la aparición del pan se ha vinculado tradicionalmente con la emergencia de la agricultura, hay evidencias de que, por el contrario, el pan es anterior, en concreto estos autores ubican su aparición de mano de los cazadores

*et alma Ceres, vestro si munere tellus Chaoniam pingui glandem mutavit arista, poculaque inventis Acheloia miscuit uvis* -Virg., *Georg.*, 1, 5-. Que podemos identificar en las dos fases: 1. Una primera etapa primitiva, caracterizada por el consumo de bellotas y bayas, las cuales simbolizaron la necesidad de la recolección frente a la civilizada agricultura, y 2. Una etapa posterior, más próspera, producto del conocimiento de diversos factores agroalimentarios. Dichos factores fueron complejos, mezcla de la presencia de unas avanzadas técnicas agrícolas y diversos aspectos de la tecnología alimentaria, entre los que se incluían el propio conocimiento de la panificación y de la fermentación.

En los procesos de panificación, por otra parte, existen unos componentes auxiliares que consiguen una mejor estructura del pan, además de obtener con ellos mayor durabilidad, mejora del sabor y de la textura. Es decir, que además de la harina y el agua, elementos básicos de su elaboración tenemos grasas, sal y levaduras. Por su parte, la presencia de grasa en la masa del pan colaboraría a retrasar su envejecimiento, aunque no en todos los casos se añadía<sup>460</sup>. Y un tercer factor muy presente en los procesos de panificación, como sucede en otros campos alimentarios, era necesario mantener una limpieza escrupulosa, como señala Catón -Cato, *Agr.*, 74-.

Por su parte, la levadura resulta imprescindible para que la masa de pan fermente.

---

### *Levaduras*

---

La cuestión para producir una panificación adecuada fue que se necesitaba siempre un poco de la masa fermentada del pan anterior, o bien era necesario provocar la fermentación cada vez que se hacía pan, proceso este último largo y pesado además de aleatorio, porque todas las levaduras que hay en un espacio, no siempre funcionan de la misma manera ni son necesariamente siempre las mismas. Una tercera opción era añadir levadura de cerveza a la masa del pan. La solución al problema de conservar las levaduras activas consistió en desarrollar el siguiente proceso: elaborando unas pastas que funcionaran como transporte de dichas levaduras. Para ello se preparaba una masa de trigo de buena calidad, la cual se embebía en mosto bueno. No se cocía, pero se dejaba secar al sol, después se empapaba otra vez en mosto, y así sucesivamente hasta tres veces. El resultado final del proceso era

---

recolectores de época natufiense, ya que los restos arqueobotánicos se han localizado en los yacimientos de Shubayqa 1, en la zona noreste del Jordán. Si bien, sería pan consumido de forma oportunista y ocasional y muy probablemente sin fermentar, estaba elaborado a base de una mezcla de espelta y tubérculos (*Triticum boeoticum* y *Bolboschoenus glaucus*).

<sup>460</sup>A. COENDERS, *op. cit.*, 1996, pp.13-18.

que se disponía de unos pequeños panecillos que se secaban al sol y se guardaban en recipientes nuevos, recubiertos de yeso. Estos panecillo o tortas sin cocer se utilizaban como levadura, y con ellas se preparaban las “tortas de mosto”, como señalan e identifican Catón: *Mustaceos sic facito. farinae siligineae modium unum musto conspargito. anesum, cuminum, adipis P. II, casei libram, et de virga lauri deradito, eodem addito, et ubi definxeris, lauri folia subtus addito, cum coques* -Cato, Agr., 121-, y Paladio por su parte: *Ex novo tritico purgato farriculum facies et musto sub pedibus raptu curabis infundere, ita ut modio farris lagenam musti adicias: deinde sole siccabis et item similiter infundes ac siccabis. hoc cum tertio feceris, panes ex eo brevissimos admodum facies musteorum et in sole siccatos vasculis novis fictilibus recondes et gypsabis: pro fermento, quo tempore anni musteos facere volueris, hoc uteris* -Pall., Op. Agr., 11, 21-.

Este proceso de panificación está bien descrito por las fuentes, en especial por Plinio, quién dedica uno de sus libros al cereal -Plin., N.H. 18-, y por su parte, Bustamante<sup>461</sup> señala los pasos, que a continuación resumimos: 1) Preparación del grano previamente a la molturación. 2) Molienda. Realizada en grandes molinos rotatorios o en otros pequeños localizados en espacios cercanos al obrador. 3) Tamizado con cedazos elaborados con piezas de lino, o *cribum farinarium* -Cato., Agr., 76, 3-. 4) Amasado para “otorgar a la masa una consistencia uniforme, aireándola y haciéndola más flexible”. Se formará el gluten que permite la panificación. 5) Modelado de las formas y sellado de las piezas. 6) Cocción en horno.

Y en cuanto a la existencia de diversos tipos de pan, sucedió como con el resto de los alimentos que existieron numerosas calidades de pan: algunos eran groseros, estaban elaborados con harinas apenas cernidas, mientras otros eran blancos y tiernos, estaban bien amasados, y sobre ellos se había puesto en práctica una correcta fermentación: *Ecce alius quanto porrexit murmure panem vix fractum, solidae iam mucida frusta farinae, quae genuinum agitent, non dimittentia morsum. sed tener et niveus mollique siligine fictus eruatur domino. dextram cohibere memento; salva sit artoptae reverentia* -Iuv., Sat., 5, 65-70-. El pan era el alimento por antonomasia, para todas las edades y sectores sociales, incluso de los más ancianos *frangendus misero gingiva panis inermi* -Iuv., Sat., 10, 200-. Es decir, además de ser un producto básico, de supervivencia y popular, las mejores

---

<sup>461</sup>M. BUSTAMANTE *et alii*, op. cit., 2014, p. 329.

hogazas también serían auténticas delicias gastronómicas, tanto que Horacio cuenta cómo los viajeros solían parar en una pequeña aldea para aprovisionarse de cierto tipo de pan característico del lugar, que era blanco y exquisito –Hor., *Sat.*, 1, 5, 89-.

Sin embargo, el pan no era un alimento eterno y a pesar de que se podía aprovechar tostándolo o moliéndolo, sin lugar a dudas se llegaba a estropear enmoheciéndose -Iuv., *Sat.*, 14, 130-.

Por su parte, la masa de pan no servía únicamente para preparar este alimento, sino que también era el origen para la elaboración de bebidas fermentadas de escasa consideración gastronómica, que en la actualidad se siguen preparando en Rusia, Ucrania y

---

*Kvas, bebidas  
fermentadas de pan*

---

en general en los países del Este de Europa, de bebidas de grano como las que señala Ulpiano: *Certe zythum, quod in quibusdam provinciis ex tritico uel ex hordeo uel ex pane conficitur* -Dig., 33, 6, 9-. En aquellas zonas se conocen como

*kvas*<sup>462</sup>. Se trata de bebidas de un bajo grado alcohólico, baratas y populares, que se toman como refresco y están destinadas incluso al consumo infantil. Por otra parte, el conocimiento y práctica de la fabricación del pan requirió de verdaderos especialistas que conocieran la acción de las levaduras, la forma de conservarlas y la necesidad de la doble fermentación del pan y de los tiempos de horneado -Dig, 33, 7, 5; 7, 15; 7, 18; 9, 6-.

El pan daría lugar a multitud de variantes alimentarias, algunas gastronómicas, como hemos visto, y otras de muy baja consideración, como unos bollos que, sin pasar por un proceso de panificación completo o perfecto, era necesario comer en ocasiones

---

<sup>462</sup>Sobre estas bebidas elaboradas a partir de pan, con un bajo contenido en alcohol, ver: C. EMMINS, “Soft Drinks”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, pp. 702-711, quién señala que el *kvas* o *kvass* es: *a low-alcohol drink made from stale bread or cereals by the incomplete fermentation of alcohol and lactic acid*. Sobre su vinculación con el recetario tradicional ruso, incorpora una receta la obra de L. N. TOOMRE, *Classic Russian Cooking, Elena Molokhovets. A Gift to Young Housewives*, Indiana, 1992, pp. 468 ss. Y sobre los modelos de las dietas rusas y el papel de las bebidas alcohólicas en ella, ver K. D. PATTERSON, “Russia”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, Cambridge, vol. 2, 2000, p. 1243, quién señala que el *kvas* se produce en Rusia a partir de cebada, avena, centeno y trigo, o en Ucrania con estos ingredientes y remolachas, y a veces se aromatiza con frutas, teniendo numerosas variedades locales, debido a que es una bebida que se consume diariamente, y se elabora en los hogares y mercados locales en pequeñas cantidades. Con respecto a los microorganismos y levaduras que provocan la fermentación de este tipo de bebidas de pan, ver F. M. DUGAN, “Dregs of our forgotten ancestor. Fermentative microorganism in the Prehistory of Europe, the Steppes, and Indo-Iranian Asia and their Contemporary use in Traditional and Probiotic Beverages”, *FUNGI*, 2:4, 2009, pp. 18 ss.

extremas, como ocurría durante las campañas bélicas. Se trataba de un pan elaborado con hierbas o grano de mala calidad, apenas molido, y con frecuencia sin haber sufrido un proceso de fermentación por falta de medios, de tiempo o de una proporción de trigo adecuada -Suet., *Iul.*,68-.

Además de su presencia en la alimentación bajo la forma de pan, de bollos de distinto tipo y de bebida, fue corriente utilizar la masa de pan para cocinar, tanto preparando con él pasteles, tortas y empanadas, como utilizándolo como espesante en las comidas, como sugiere Apicio<sup>463</sup> en multitud de ocasiones -Apic., *De re coq.*, 126, 127, 141, 230, 276, 290, 291, 292, 298, 357-. Por su parte, Ateneo recoge distintos tipos de pan, unos realizados con levadura y otros no, -el caso del pan ácimo- pan de flor de harina, de sémola, integral, de carraón, pan de panizo o el de sémola de escanda -Athen., *Deipnos.*, 109C-. También presenta en su obra pan de fogón, atabirita, de hornillo, pan subcinericio, hojuela, pan aplanado, pan de queso, pan de arroz, pan obelías -llamado así porque se vendía por un óbolo-, pan de gachas, rallado, compacto, trono, de cebada, *bakchylos*, a la brasa, *blema*, y según otros ingredientes que intervenían en la masa, retorcido, torta de pan o pastas<sup>464</sup> -Athen., *Deipnos.*, 3, 109D ss.-. Apicio por su parte, también utiliza panes singulares en el recetario, como el llamado “pan alejandrino”, un pan que en la ciudad de Alejandría se consagraba al dios Cronos, y que después de la ceremonia se ofrecía a los devotos de Cronos en su templo. Se preparaba sobre carbones, y tenía fama de ser muy tierno, además de costar un óbolo, como el llamado “pan obelías”. Este último es el pan que Apicio utiliza para preparar una de las variantes de la popular *Sala Cattabia: panem Alexandrinum excavabis, in posca macerabis. adicies in mortarium piper, mel, mentam, alium, coriandrum, viridem, caseum bubulum sale conditum, aquam, oleum. Insuper nivem et inferes* -Apic., *De re coq.*, 127-.

---

<sup>463</sup>Sobre los espesantes en el recetario de Apicio, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 251-257.

<sup>464</sup>M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 88-95, cataloga y analiza todos los tipos de pan de la obra de Ateneo. En cuanto a las hojuelas, que pudieran parecer emparentadas con el hojaldre, destacaremos que hay una descripción de estas hojuelas en la biografía de Lampridio sobre el emperador Heliogábalo y una receta de Apicio, ambas no parecen corresponder con la masa de hojaldre que conocemos en la actualidad, y que está compuesto de una serie de hojuelas crujientes y entrelazadas entre sí. Más bien a una serie de panes finísimos y tiernos, superpuestos. La diferencia que suponemos responde a que el hojaldre actual se elabora a partes iguales con mantequilla y harina fina de trigo, y las cocinas griegas y romanas apenas utilizaban este ingrediente, tanto solo como parte muy ocasional de alguna receta -SHA, *Heliog.*, 8-24; Athen., *Deipnos.*, 3, 110B-.

Este producto, el pan, que era el alimento por antonomasia, y del que existieron tan numerosas versiones, también tenía importantes características nutricionales que no siempre eran bien aprovechadas. Paradójicamente, el pan más caro no era el más saludable, ya que este era pan blanco, producto de harinas muy refinadas, carentes de salvado, por tanto sin las excelentes propiedades de los panes negros o al menos, integrales. Pero en algunos casos, como sucedió con el emperador Augusto, que era de costumbres alimentarias austeras, algunas personas, a pesar de poderse permitir consumir el pan blanco, más blando y suave, solían tomar el pan de segunda clase. Estos eran panes realizados con harinas rústicas sin procesar totalmente, con su salvado completo presente en la masa, pero también mucho más adecuadas para el correcto funcionamiento del organismo, como bien sabemos en la actualidad<sup>465</sup> -Suet., *Aug.*, 76-77-.

La elaboración de salazones fue una de las técnicas alimentarias más comunes a la hora de conservar y tratar muchos alimentos. Por otro lado, este método se aplicó a todo tipo de ingredientes alimentarios: desde carnes a pescados, hortalizas o incluso frutas. Y

---

*La estrella de las  
conservas romanas:  
salazones*

---

como es natural, para el desarrollo de los procesos de salazón, fue básico el abastecimiento regular de sal, mineral que provenía tanto de minas como de las salinas en las que se desecaba agua de mar<sup>466</sup>. No vamos a tratar las rutas de comercialización o las fuentes de donde se extraía este valioso mineral, su conocimiento o la abundancia de sal en el mundo mediterráneo, cuestiones suficientemente documentadas<sup>467</sup>. Vamos a detenernos en la forma en que finalmente se empleó esta sal como agente conservante, una técnica de conservación conocida tradicionalmente y utilizada en el entorno mediterráneo con mucha frecuencia, debido a su abundancia y conocidos efectos prácticos sobre los procesos de conservación de los alimentos<sup>468</sup>. Además de ser utilizada como moneda de pago, la sal también era un ingrediente básico en el avituallamiento militar y para el ganado, así como para los

---

<sup>465</sup>Con respecto a la fibra dietética en una dieta y sus beneficios, ver E. FERNÁNDEZ BAÑARES y M. A. GASSULL DURÓ, "Fibra dietética", en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de Nutrición*, Madrid, 1999, pp. 125-138.

<sup>466</sup>Sobre las propiedades de la sal en la alimentación, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 203-204. Con respecto a las salinas cuya producción estaba localizada en las villas marítimas, ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2007, pp. 62-63.

<sup>467</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 191-193.

<sup>468</sup>K. FARRER, *op. cit.*, 2000, p. 1668.



procesos de panificación, no solamente por el sabor aportado y porque realza el gusto natural de los alimentos, sino porque es imprescindible para mantener el equilibrio fisiológico humano del binomio sodio-potasio. Era un mineral imprescindible para las poblaciones de interior, para las cuales la mayor parte de su alimentación provenía de elementos vegetales -que son pobres en sodio-, y además de utilizarse como condimento fue un elemento fundamental para la realización de las técnicas conserveras, como muestra Catón explícitamente: *Salem candidum sic facito. amphoram defracto collo puram inpleto aquae purae, in sole ponito. ibi fiscellam cum sale populari suspendito et quassato suppletoque identidem. id aliquotiens in die cotidie facito, usque adeo donec sal desiverit tabescere biduum. id signi erit: menam aridam uel ovum demittito; si natabit, ea muries erit, uel carnem uel caseos uel salsamenta quo condas. eam muriam in labella uel in patinas in sole ponito. usque adeo in sole habeto, donec concreverit. inde flos salis fiet. ubi nubilabitur et noctu sub tecto ponito; cotidie, cum sol erit, in sole ponito* –Cato., *De agric.*, 86-.

El proceso de preparación de las conservas de salmuera se desarrolla a partir de una fermentación natural, por la cual se produce el crecimiento de microorganismos que actúan en condiciones anaerobias, es decir, que necesitan que haya poco o ningún oxígeno para poder ejercer su acción. Aprovechando esta característica química de la sal, el producto a tratar se sumergía en salmuera o se introducía en sal seca y se guardaba después en recipientes que se enyesaban, cerrándose lo más herméticamente posible<sup>469</sup>.

Seis son las fuentes que explican cómo se elaboraban este tipo de salsas en las que la sal era el ingrediente principal de conserva<sup>470</sup>:

1. Columela, en el s. I d.C. que hace referencia a la salazón de cerdo, en un proceso que parece ser muy bien conocido, por que lo explica como una repetición de la preparación de salmuera de pescado, y así: *Sed cum ad fauces seriae peruentum est, sale reliqua pars repletur et inpositis ponderibus uvas contegitur. eaque caro semper consumatur; tamquam salsamentum in muria sua permanet* –Colum., *R.R.*, 12, 55, 4-.

---

<sup>469</sup>Sobre las salmueras y las conservas de salmueras ver H. McGEE, *op. cit.*, 2007, pp. 679-684. Este autor explica el funcionamiento de la sal como mineral básico e imprescindible para el ser humano, en soluciones –salmueras-, en las que funciona extrayendo el agua de las células por ósmosis e inhibiendo el crecimiento bacteriano.

<sup>470</sup>Y cuya numeración y datos tomamos del trabajo de: V. M. PALACIOS MACÍA; E. GARCÍA VARGAS; D. BERNAL CASASOLA, *et alii*, “Conservas antiguas y gastronomía contemporánea”, en D. Bernal Casasola, J. A. Expósito Álvarez y J.S. Vicente-Franqueira (eds.) *Un Estrecho de Conservas. Del garum de Baelo Claudia a la melva de Tarifa*, Cádiz, 2015, p. 96.

2. Gargilio Marcial, en el s. III d.C., en su obra: *Medicina ex oleribus et pomis*, presenta una receta para elaborar el *garum*, titulada *Confectio liquiaminis quod omogarum vocant*, y que aunque es larga, por su interés añadiremos: *Capiuntur pisces natura pingues, ut sunt salmones et anguillae et alausae et sardinae uel aringi, et fit ex eis atque ex herbis odoratis aridis cum sale compositio talis. praeparatur uas hene solidum ac bene picatum capax trium uel quattuor modiorum, sumunturque herbae aridae bene olentes tam de horto quam de agro, utputa anetum coliandrum feniculum apium Satureia sclareia ruta menta sisymbrium ligusticum puleium serpullum origanum vettonica argemonia, et ex his in fundo vasis primus ordo consternitur. tum ex piscibus si minores fuerint integris, si maiores in frusta concisis alter ordo componitur. super hunc tertius ordo salis binos digitos altus adicitur. atque in hunc modum bis tribus herbarum et piscium salisque ordinibus supra invicem alternantibus uas est usque ad summitatem implendum, tum addito operculo claudendum atque ita per dies septe dimittendum. quibus transactis per continuos viginti dies cottidie bis uel ter palo ligneo in modum remi formato compositio ista usque ad fundum est commouenda quibus expletis liquor qui de hac compositione defluxit colligitur atque in huncmodum ex eo liquamen uel oenogarum conficitur. sumuntur huius liquoris sestarii duo et cum dimidio boni vini sestario commiscentur, tum quattuorherbarum aridarum singuli manipuli in hanc mixturam coiciuntur, aneti videlicet et coliandri et Satureiae atque sclareiae. feni graeci quoque seminis pugillus unus adicitur, et de aromatibus piperis grana triginta uel quadraginta, costi pondo denarii tres, cinnami similiter, caryophylli similiter. haec minute contrita eidem liquori permiscentur. tum uel in ferreo uel in aereo vase compositio haec tam diu coquenda est quo usque ad unius sestarii mensuram perueniat. prius tamen quam percoquatur mellis despumati selibram in eam adici oportet. quae cum percocta fuerit more potionum per saccum colari debet usque ad claritatem, ( ) vens tamen sacco infundenda est. eliquata vero et refrigerate in vase bene picato servatur ad obsonia condienca –Garg., Geop., 62, 1-30-.*

3. Casiano Baso, s. X d.C., en su tratado *Geopónica*<sup>471</sup>, presenta otra receta para elaborar el *garum*, y así: El llamado *liquamen* se obtiene como sigue: “Se echan las vísceras de los peces en un recipiente y se salan; también, pequeños pececillos como pejerreyes, salmonetes de fango pequeños, chuclas, boquerones o los que tengan un aspecto diminuto, todos se salan igualmente y se conservan en salmuera al sol, removiéndose con frecuencia. Cuando hayan permanecido en salmuera un verano, se saca de ellos el *garum* de este modo: se mete en el recipiente lleno de dichos pececillos una gran cesta tupida y el *garum* se filtra en la cesta, y así, pasado por el tamiz de la cesta, se recoge el denominado *liquamen*; el residuo sobrante se convierte en *hallec*... Algunos añaden también por cada sextario de pescado dos de vino añejo. Además, si quieres consumir inmediatamente el *garum*, o sea no ponerlo al sol sino hervirlo, harás como sigue: “Salmuera líquida verificada de manera que al echar un huevo flote... echa luego en una olla nueva el pescado con la salmuera, adicionando orégano, y ponla al fuego preciso hasta que hierva, es decir, hasta que empiece a evaporarse un tanto; algunos añaden también arrope; a continuación, ya frío, viértelo en un colador, echando sobre este dos o tres veces lo mismo hasta que salga limpio, tápalo y guárdalo. Pero el mejor *garum*, el denominado *himation*, se hace así: se cogen las vísceras del atún junto con las agallas, el jugo y la sangre y se les esparce la sal que necesiten; se dejan en el recipiente y a los dos meses como mucho se perfora éste y sale el *garum* denominado *himation*<sup>472</sup>”
4. Julio Africano, s. III d.C., en su obra *Kestoi*, contiene un breve texto griego sobre una imitación de *garum sociorum*.
5. Manuscrito latino de la abadía de Echternach (Ms. Lat. N° 11219), s. IX d.C., contiene unas instrucciones para la elaboración del *garum*.

---

<sup>471</sup>Sobre la autoría de la obra y el problema de las fechas, ver: M<sup>a</sup>. J. MEANA CUBERO; J. I. CUBERO SALMERÓN; P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *Casiano Baso. Geopónica*, Madrid, 1998, pp. 12 y 583.

<sup>472</sup>Cass. *Geop.*, 20, 46. Trad. M<sup>a</sup>. J. MEANA CUBERO, J. I. CUBERO SALMERÓN; P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *Baso Casiano. Geopónica*, Madrid, 1998, p. 583.

6. Rufio Festo, s. IV d.C., en su *Breviarium rerum gestarum populi Romani* se ha localizado una receta que parece ser introducida según Palacios, García y Bernal<sup>473</sup>, por el copista medieval.

La salazón, o mejor, las salazones fueron un tipo de conserva que daría forma y desarrollaría un importante sistema productivo como fue el grupo de las derivadas de los pescados y las salazones, tan característicos del Sistema alimentario romano. En las primeras fases de su desarrollo, la producción estuvo destinada al autoabastecimiento, pero pasaría en fases posteriores a convertirse en un sistema de producción de una gran importancia comercial. La preparación de salsas -diversos tipos y calidades de *garum*- y salazones de pescado fueron las actividades más importantes de esta producción. Además, se desarrolló en su entorno una importante industria paralela de preparación de envases: los talleres de alfarería. L. Lagóstena señala el origen de esta industria en la Península Ibérica, datándola en época fenicia<sup>474</sup>. Incluso podemos observar la presencia de tiendas dedicadas en exclusiva a la venta de *garum* y sus variedades, como indican D. Bernal y E. García<sup>475</sup>, quienes analizan la conocida como *Bottega del Garum*, ubicada en Pompeya, de la que tratan de reconstruir sus actividades durante la campaña en la que reportaron el anterior informe.

La producción de salsas y salazones no era de carácter estatal, y cualquier particular podía establecerse y organizar una factoría, estructurando las diversas fases de producción desde la recogida y preparación del producto hasta su posterior comercialización o la creación de una flota pesquera destinada al gran transporte. Desde luego, la producción de *garum* estaba ligada a la industria de la sal y a la extracción pesquera, las cuales necesitaba como materias de primera necesidad. Por este motivo, las fábricas de salazón de pescado y de elaboración de salsas se encontraban ubicadas a lo largo de la costa mediterránea, e incluso atlántica. Además, la distribución de dichas salsas en el interior, se ve confirmada

---

<sup>473</sup>V. M. PALACIOS MACÍA, E. GARCÍA VARGAS, D. BERNAL CASASOLA, *et alii*, *op. cit.*, 2015, pp. 96-97.

<sup>474</sup>L. LAGÓSTENA BARRIOS, *La producción de salsas y conservas de pescado en la Hispania romana (II a. C.- VI d. C.)*, Barcelona, 2001, pp. 203-215.

<sup>475</sup>D. BERNAL CASASOLA, E. GARCÍA VARGAS, *et alii*, “Pesca y *Garum* en Pompeya y Herculano. Cuarta campaña arqueológica (2011)”, en C. Martín (coord.) *Informes y Trabajos de Excavaciones en el Exterior, 2011*, 9, Madrid, 2011, pp. 322-229.

por numerosos ejemplos que detalla García Vargas<sup>476</sup>, y nos indica el elevado consumo de estas en diversos puntos del mundo romano. Así, se observa la presencia de garum en muy diferentes puntos, desde la desembocadura del Ródano, que parece ser un punto de distribución hacia el interior de la Galia, como señala este autor, hasta Masada, en el interior de Israel, y como señala “demuestra hasta qué punto era posible encaminar hasta lugares lejanos productos ícticos exóticos en función de la demanda”. El consumo de *garum* de forma cotidiana parece deberse por un lado a la presencia de militares, que hicieron demanda del producto, pero también en el mundo civil, considerándose un producto de lujo debido al gravamen sobre el precio de salida que imponían tanto la lejanía como las cargas aduaneras. Este activo comercio se desarrolló hasta la crisis que seguiría a la dinastía de los Antoninos, ralentizándose e incluso deteniéndose en ocasiones. Se recuperarían muy tímidamente durante la época de la Tetrarquía, aunque sin llegar a alcanzar la pujanza de las anteriores épocas.

La elaboración de estas salazones fue según P. Ørsted, fruto de una progresiva ampliación de la producción, la cual divide y analiza a través de tres etapas distribuidas en cuatro fases separadas, progresivas y bien definidas. Dichas etapas se encuentran relacionadas con la creación de esta industria conservera y con las necesidades, por tanto, de la materia prima –sal y pescado- y de una organización que va haciéndose más compleja a través del tiempo: La primera etapa, 1) fue la de la extracción del pescado por parte de los *piscatores*, en el sentido de cubrir las necesidades propias y familiares. Más tarde se produjo una segunda fase, 2) que comenzaría cuando las capturas produjeron un excedente, el cual demanda más cantidad de sal para su conservación. Es entonces cuando se requiere colaboración entre los pescadores, que incluso llegan a desarrollar *collegia* para facilitar dicha cooperación, así como cuerpos de *salinatores*<sup>477</sup>. Se produce una tercera etapa, 3) en la que hay dos tipos de compradores, los cuales están relacionados con la economía de la administración y el ejército. Este es un momento en el que es fundamental la escala

---

<sup>476</sup>E. GARCÍA VARGAS, “La distribución interior de las salazones de pescado (época romana)”, en L. Lagostena *et alii* (eds.), *Cetariae 2005. Salsas y salazones de pescado en Occidente durante la Antigüedad*, Oxford, 2007, p. 527-532.

<sup>477</sup>Sobre los *corpora piscatorum*, CIL VI, 29700; 29701; 29702 y en la parte oriental del Imperio, Étienne, 1994, p. 305; Sobre los *salinatores*, CIL XI, 390; II 5929. Sobre la forma de organizar la pesca y los *collegia* de pescadores, ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 38 ss., quién analiza las inscripciones vinculadas con el colectivo de pescadores, así como el *corpus* de inscripciones griegas de época romana.

productiva, y sin descartar los pequeños fabricantes de *garum*, observamos grandes centros de producción en el sur del Mediterráneo, que organizan la producción de *garum* a través de sociedades<sup>478</sup>. Esto permitiría finalmente la difusión de este complemento alimentario a través de todo el Imperio y explicaría el consumo masivo y la existencia de las diferentes variedades de *garum*.

Con respecto al desarrollo práctico de la salazón, y principalmente la forma de utilización de sal en las técnicas de salazón, existieron dos técnicas básicas:

1. Se utilizaba el nitrato potásico -salitre o nitrato-, gracias al cual, las bacterias presentes en la carne transforman el nitrato en nitrito, sustancia a la que se debe también el característico color rojizo de los productos salados<sup>479</sup>. Los nitritos inhiben el crecimiento bacteriano, consiguiendo con ello que el alimento se conserve más tiempo de forma eficiente. Este tipo de salazón es altamente perjudicial para los niños pequeños ya que los nitritos son oxidantes e impiden el transporte de oxígeno en sangre. Los adultos pueden tomarlos moderadamente, pues tienen una enzima que les protege, pero deben tener cuidado debido a que el consumo excesivo de nitritos produce una serie de sustancias cancerígenas, de las más activas conocidas<sup>480</sup>.

2. Por otra parte, las salazones también se prepararon sin nitratos, simplemente con introducción de la materia prima en una salmuera y secado posterior de la pieza al sol. La introducción de un alimento en salmuera provoca que éste sufra un fenómeno de ósmosis, de forma que el agua sale de las células, deshidratando los alimentos. En realidad, aunque el resultado final sea que la comida tiene un gusto particularmente salado, el proceso no consiste en que aumenta la cantidad de sal, sino en que las células del alimento pierden el agua que contenían anteriormente y de esta forma aumenta la concentración de sustancias, disminuyendo también el volumen del mismo -es decir, sí hay más sal proporcionalmente, pero no en cantidades totales-. En un medio seco, las bacterias no proliferan, lo que facilita que el período de consumo sea más amplio. Después de ser tratado en salmuera, el alimento

---

<sup>478</sup>P. ØRSTED, *op. cit.*, 1998, p. 26. Para este autor, finalmente: “According to level, the production became more and more sophisticated and specialized, including *piscatores*, *salinatores*, *negotiatores* and even *socii*.”

<sup>479</sup>H. THIS, *op. cit.*, 1996, pp. 135-136. El trabajo de este autor, doctor en Físicoquímica y especializado en la química de los alimentos, es fundamental para conocer las transformaciones de los alimentos durante los procesos de cocinado así como en el desarrollo y preparación de conservas.

<sup>480</sup>A. COENDERS, *op. cit.*, 1996, p. 257.

se puede dejar secar en un lugar seco y bien ventilado, fresco a ser posible, manteniéndose en buenas condiciones durante un largo período de tiempo.

Los tipos, o mejor, las principales categorías de salsas de pescado, como señalan E. García Vargas y D. Bernal Casasola<sup>481</sup>, fueron *garum*, *allec*, *liquamen* y *muria*. Su estado podía variar desde semisólido a líquido. En realidad, se trataba de especialidades de la industria alimentaria para aprovechar por una parte toda la fracción del complejo sistema de desarrollo de las salsas. Y por otra parte, para proporcionar variedad a un mercado que demandaba estas salsas y cuyo poder adquisitivo era muy diverso. Por tanto, de cada una de sus variedades había salsas de diversa calidad y por tanto precios. Por su parte, Curtis<sup>482</sup> señala la existencia de conservas de pescado con trozos completos y no licuados, por ejemplo trozos de atún, denominación que nos proporciona Ateneo<sup>483</sup>, y así señala que se preparan dados de salazón con pescados como bonito mújoles, esturión y otras variedades. Estos trozos en salazón, que claramente eran pescados crudos pero escabechados, con textura, aspecto y sabor diferente, como señala Marcial: *Et pulpam dubio de petasone voras, teque iuvant gerres et pelle melandrya cana* –Mart., Sat., 3, 77, 6-7-. Al indicar que la piel del pescado cambia de color, blanqueándose, está señalando que hay presencia de salmuera y algún ácido, muy probablemente vinagre, fruto del proceso de elaboración del escabeche o salmuera.

En realidad, y como señalaba Curtis, todas estas variedades formaban parte del mismo proceso productivo, en en que ninguna parte del pescado se desperdiciaba<sup>484</sup>. Por una parte, el *garum* tendría variaciones, como sucedería en el caso del *oxygarum* y *oxigarum*, (*vide infra*), que no afectarían a estas categorías principales. En realidad, estas categorías tenían en común que formaban parte de ese mismo proceso, que eran saladas y que su ingrediente principal era el pescado. El *garum* más selecto era el que se elaboraba con atún rojo, y que también se conocía como *garum sociorum* o *garum haimation*<sup>485</sup>.

---

<sup>481</sup>E. GARCÍA VARGAS, y D. BERNAL CASASOLA, “Roma y la producción de *garum* y *salsamenta* en la costa meridional de Hispania. Estado actual de la investigación”, en D. Bernal Casasola (ed. cient.), *Arqueología de la pesca en el Estrecho de Gibraltar*, Cádiz, 2009, p. 136.

<sup>482</sup>R. L. CURTIS, “Garum and *salsamenta*: Production and Commerce in *Materia Medica*”, *Studies in Ancient Medicine* 3, Leiden, 1991, p. 7.

<sup>483</sup>Aten., *Deipnos*. 3, 118B ss. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, pp. 125 ss.

<sup>484</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.*, 1991, p. 35.

<sup>485</sup>E. GARCÍA VARGAS, *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 68.

García Vargas<sup>486</sup>, por su parte, en el procedimiento experimental para la elaboración de salsas de pescado romanas, señala que el proceso por el cual han repetido en laboratorio la elaboración de estas salsas les ha llevado a obtener: en primer lugar, el producto *liquamen*, la de más alta calidad, mientras que sobrenada un subproducto, la *muria*, y finalmente quedaba un tercer producto, un residuo formado por “elementos no hidrolizados”, que correspondería al *allec*. El proceso por el cual se llega a conseguir cualquiera de estas fases (y otras) para obtención de salsas de pescado, como señalan dichos autores, es “un proceso bioquímico de autólisis enzimática”, mediante el cual “se licuan literalmente”, gracias a la presencia de los jugos gástricos del pescado, de lo que se deduce que la presencia de intestinos es fundamental para obtener este tipo de salsas. En cuanto a la denominación, como sugiere García Vargas, en principio se denominaron a estas salsas de forma genérica *liquamen*, pero a partir del s. III, “se utilizan *liquamen* y *garum* como sinónimos para designar cualquier salsa de pescado”.

El principal producto que se elaboraba en las factorías de procesado de pescado, era el pescado en salazón, llamado *salsamenta*, como señala Curtis<sup>487</sup>, quién indica que es un derivado del término latino derivado sal, y que se utilizaba para describir cualquier preparación elaborada en salazón, especialmente pescado, pero también carne. Entre todos ellos, el *garum* era el producto primario, mientras el *allec* visto anteriormente era secundario, y procedía del propio desarrollo de la fabricación del *garum*. Por su parte, *liquamen* y *muria* son términos más imprecisos que se refieren igualmente a fracciones de la elaboración del *garum*. Para desarrollar estas salsas se aprovechaban todas las partes del pescado, no solamente los lomos, sino también los intestinos, la cabeza, el cogote y las agallas, como destaca Plinio: *Hi membratim caesi cervice et abdomine commendantur atque clidio, recenti dumtaxat, et tum quoque gravi ructu; cetera parte plenis pulpamentis sale adservantur* –Plin., *N.H.*, 9, 48-.

La *muria* o *halme* era una solución de la sal disuelta en los jugos orgánicos del pescado, una salmuera fruto de la exudación que subía a la superficie de la salsa, sobrenadando en ella, y por tanto, de inferior calidad que las otras fracciones, y en

---

<sup>486</sup>E. GARCÍA VARGAS *et alii*, *op. cit.*, 2014, pp. 66 ss.

<sup>487</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.*, 1991, p. 6.



consecuencia, de menor precio<sup>488</sup>. Catón elaboraba un vino con una parte de muria, probablemente como elemento para reforzar vinos de baja graduación: *Seorsum uas aquae dulcis Q. I infundito, salis M I, sinito muriam fieri. ubi muria facta erit, eodem in dolium infundito. schoenum et calamum in pila contundito, quod satis siet, sextarium unum eodem in dolium infundito, ut odoratum siet. post dies XXX dolium oblinito. ad ver diffundito in amphoras. biennium in sole sinito positum esse. deinde in tectum conferto. hoc vinum deterius non erit quam coum* –Cato., *Agr.*, 105-, y Marcial confirma su baja calidad –Mart., *Sat.*, 3, 77; 11, 27-.

El *allec*, por su parte, presentaba una diferencia con respecto a las otras tres, ya que parece ser más densa que el resto, como una pomada<sup>489</sup>. Es Gargilio Marcial quién habla explícitamente de las características físicas (densidad) del *allec*: “Cuando hayan permanecido en salmuera un verano, se saca de ellos el *garum* de este modo: se mete en el recipiente lleno de dichos pececillos una gran cesta tupida y el *garum* se infiltra en la cesta, y así, pasado por el tamiz de la cesta, se recoge el denominado *liquamen*; el residuo sobrante se convierte en *hallec*” –Garg., *Geop.*, 20, 46-, en la que observamos cómo en realidad el *allec* es una fracción del desarrollo de la elaboración del *garum*, en la cual no se produce desperdicio alguno, en un ciclo complejo en el cual todos los residuos y fases del producto son aprovechados. En cuanto a los usos prácticos del *allec*, es Apicio quién nos facilita las recetas mediante las que se utilizaba para elaborar los platos, a veces se ponía en la mesa para condimentar, y no se guisaba con él, por ejemplo, para un plato de tetillas de cerda, después de cocinarlas, recomienda: *Manducatur cum allece...* –Apic., *De re coq.*, 259- , mientras que una salsa apropiada para carnes hervidas, se recomienda añadir el *allec*

<sup>488</sup>E. GARCÍA VARGAS, *et alii*, *op. cit.*, 2014, pp. 68 y 79.

<sup>489</sup>Como constatan las fuentes y señala igualmente R. L. CURTIS, *op. cit.*, 1991, p. 36. Por su parte, Horacio habla de que se puede mezclar con vino, algo sorprendente en apariencia: *...ego faecem primus et allec* –Hor., *Sat.*, 2, 4, 74. Mientras Plinio sugiere la vinculación entre el *garum* y el *allec*: *M. Apicius ad omne luxus ingenium natus garonam ea quoque res cognomen invenit necari in sociorum eos praecellens putavit, atque e iecore eorum alecem excogitari* –Plin., *N.H.*, 9, 66. Y por su parte, Columela confirma la diferencia entre *allec* y otras salazones: *Itaque praeberi convenit tabentis hallecules et salibus exesam chalcidem putremque sardinam nec minus saurorum branchiam, uel quicquid intestini pelamis aut lacertus gerit, tum scombri carcharique et elacatae ventriculos, et -ne per singula enumerem- salsamentorum omnium purgamenta, quae cetariorum officinis everruntur. nos autem plura nominavimus genera, non quia cuncta cunctis litoribus exeunt, sed ut ex his aliqua quorum erit facultas praebeamus* –Coll., *R.R.*, 8, 17, 12- Y Marcial corrobora esta diferencia, evidenciando cómo las cebollas se mojan (nadan) en el *allec*: *capparin et putri cepas allece natantis* –Mart., *Sat.*, 3, 77-.

pasado por un colador, bien mezclado con diferentes condimentos, vino y miel: ...*allecem colatum, melle et vino temperas* –Apic., *De re coq.*, 286-, y finalmente se añade el *allec* para la elaboración de una receta de pescados: *In sarda, cordula, mugile: ...conditur ex oleo, careno, allece* –Apic., *De re coq.*, 421-. Eso nos indica que el *allec* no se destinaba a un tipo de preparación concreta, sino que era sazón de platos muy diferentes, y sobre todo, que se añadía al final, como condimento o último toque para un plato.

Además su procedencia marcaba productos con determinadas variaciones de tipo comercial, como eran el *garum sociorum* –Mart., *Sat.*, 13, 102-, o el *Falerna garo* –Mart., *Sat.*, 7, 27, 8-. Esto se debía a que a lo largo de toda la costa del Mediterráneo se instalaron factorías, de cuyas localizaciones deja constancia Estrabón, de factorías de *garum* en España –Strabo., *Geog.*, 3, 1, 8; 3, 4, 2-6-, en el Mar Negro –Strabo., *Geog.*, 7, 6, 2; 11, 2, 4; 12, 3, 1-19-, en el norte de Africa –Strabo., *Geog.*, 17, 3, 18- o la propia Italia –Strabo., *Geog.*, 5, 2, 6-8; 6, 1, 1-. R. Curtis<sup>490</sup> señala que muy probablemente, las diferencias entre estos *garum* se debieran no solamente a variaciones en el proceso de fabricación, sino también a las distintas especies de pescados que se usaran como materia prima para su elaboración.

En cuanto a las técnicas utilizadas para elaborar la salazón de piezas completas, estas se pudieron preparar “en seco”, frotando con sal el alimento y dejándolo secar al aire, o bien prensando el alimento troceado entre capas de sal, de forma que éste soltara parte de su humedad<sup>491</sup>. Así se creaba una salmuera en la que se conservaba. También existió una tercera técnica, que se ponía en práctica introduciendo el alimento directamente en salmuera. Cualquiera de los tres métodos inhibía el crecimiento bacteriano, consiguiendo mediante su aplicación dar lugar al proceso de conservación<sup>492</sup>.

Aunque el resultado en los tres casos es el mismo, la salazón realizada en seco era la más apropiada para tratar pescados y carnes, pues permitía aderezar piezas de mayor

---

<sup>490</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2005, p. 36

<sup>491</sup>En efecto, las salazones elaboradas en seco, tanto de pescados como de carnes, no han sufrido un proceso de fermentación, aunque por haber sufrido transformaciones de carácter físico y químico parecería más lógico introducirlas los apartados correspondientes, entendemos que forman una unidad con las conservas de pescado (fermentadas), por lo que las hemos incluido en este apartado.

<sup>492</sup>Sobre la elaboración de *garum*, y los procedimientos experimentales actuales que se han seguido para su realización, ver E. GARCÍA VARGAS *et alii*, *op. cit.*, 2014, pp. 65-82.

tamaño<sup>493</sup>. Para ello se introducía el alimento directamente en sal seca, cubriéndolo perfectamente, y entonces sufría el mismo proceso osmótico que cuando se encontraba en salmuera ya que cuando pierde agua, la sal se disuelve en el líquido, formando una película de salmuera y repitiendo el proceso explicado anteriormente. Además de conservarse en seco o al aire, con posterioridad al proceso de salazón cualquier producto se debía manipular correctamente: para ello se lavaba con agua, retirando el exceso de sal. Como colofón de este proceso a veces se cubría con aceite, manteniendo los ingredientes sumergidos en él y bien envasados.

---

### *Salazón en seco*

---

Por su parte, las carnes en conserva se preparaban generalmente en seco, para ello necesitaban desangrarse del todo después de la matanza, lo que se conseguía colocando bastante peso sobre ellas y añadiéndoles sal, tras lo cual se colgaban en lugares fríos y bien ventilados. Columela explica con todo detalle cómo había que realizar la matanza del cerdo, utilizando para ello dos métodos distintos, en nada diferentes a los que se han realizado tradicionalmente en el Mediterráneo -Colum., *R.R.*, 12, 53-. Por una parte, y de inmediato tras el sacrificio, se salaba la carne troceada con sal gruesa, insistiendo en los lugares donde había hueso, que eran más susceptibles de estropearse<sup>494</sup>. Después, la pieza se cargaba con peso, con el fin de que desangrara totalmente. Tras lo cual se volvía a frotar con sal abundante a lo largo de varios días -entre nueve y doce- y, en último lugar se lavaba, eliminando el exceso de sal. Una vez terminados los primeros pasos de este proceso, las piezas se colgaban en una despensa a la que debería llegar algo de humo para rematar el proceso de salazón. Tanto la matanza como la preparación de carne en salazón debían realizarse durante el invierno, como se ha continuado realizando a través de todos los países de la cuenca mediterránea.

Las grandes piezas, como jamones y paletillas se trataban así, y aunque se les aplicaba el mismo proceso, se conocían perfectamente las diferencias existentes y las calidades entre unos y otras -Mart., *Epigr.*, 13, 55-. El invierno era la época de la matanza y de la preparación de todas las salazones, aprovechando las ventajas del frío para la conservación de estas -Pall., *Op. Agr.*, 13, 6-. Aunque a pesar de todos los cuidados

---

<sup>493</sup>A. COENDERS, *op. cit.*, 1996, pp.189-190.

<sup>494</sup>En este caso es el cerdo, pero se prepararon salazones con cordero y otras carnes.

aplicados, en ocasiones se estropeaban, como recoge Ateneo: “salazón podrida apetece el orégano<sup>495</sup>” y, si la salazón aún no estaba totalmente estropeada, se podía tomar, aunque para evitar el mal olor, se adobaba con orégano y otros condimentos. La sal no solamente era imprescindible para desarrollar todos estos procesos de salazón, sino que resultaba vital, como señalaba Plinio en su conocida frase *nihil esse utilius sale et sole dixit* –Plin., *N.H.*, 31, 102-. J. Mangas destaca la importancia estratégica, de la sal, que ha estado siempre presente en las “alianzas entre los pueblos” y en las estrategias militares, hasta el punto de

---

*La sal, herramienta  
de la salazón*

---

que una parte de los pagos a los soldados en los antiguos ejércitos romanos se hacían en sal, su *salario*<sup>496</sup>. Incluso las prácticas religiosas, e imprescindible para la elaboración del pan, uno de los alimentos básicos en el mundo romano, no se entienden sin la presencia de la imprescindible sal, que era el eje o ingrediente principal a través del cual giraban las elaboraciones de salazones de todo tipo.

Otro método de salazón para aplicar a las conservas de carne, también explicado por Columela, consistía en cortarla después de la matanza en trozos regulares y medianos, que pudieran caber en un recipiente adecuado, como destaca Columela –Colum., *R.R.*, 12, 53-. La carne troceada se colocaba dentro de este envase, con los trozos bien apretados entre capas de sal, y finalmente se cubría todo con un último estrato de sal. Posteriormente se ponía, peso sobre el contenido para conseguir que toda la superficie de la carne estuviera recubierta de sal, evitando así su descomposición.

También la sal se preparó para obtener sabores variados y resultados diferenciados, así se especiaban, se mezclaban con condimentos o se añadían diferentes ingredientes. Entre los elementos añadidos tenemos el jengibre, la pimienta, el tomillo, el apio, el perejil, la oruga, el orégano, el azafrán, el eneldo y otros. Apicio señala en su obra la preparación de un compuesto con sal, que se preparaba con diferentes sabores para usos médicos, aunque destacaba por su particular y agradable sabor –Apic., *De re coq.*, 29-. También destaca Plinio la existencia de este particular tipo de sal especiada, así como el uso de la sal como medicina e ingrediente básico para el desarrollo de las técnicas de conservación -

---

<sup>495</sup>Aten., *Deipnos.*, 3, 116E. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, p. 122.

<sup>496</sup>Sobre la sal en Hispania, ver J. MANGAS MANJARRÉS y M. R. HERNANDO SOBRINO, *La sal en la Hispania romana*, Madrid, 2011, p. 7 ss.

Plin., *N.H.*, 31, 89; 31, 88; 31, 78-. Unos aspectos que J. Mangas<sup>497</sup> considera básicos para entender la importancia de la sal en esta sociedad, es su presencia en diferentes campos, como fueron la medicina humana como para la veterinaria, e incluso presente en la cosmética, aunque desde luego, algunos de los remedios que se recomiendan presentan un componente que rayan en la fantasía. Y especialmente, tanto entre las recetas de cocina como en la mesa, donde no se entendería el desarrollo de distintos platos con ausencia de la sal. En cualquier caso, su importancia es clave, y como señala García Vargas<sup>498</sup>, era imprescindible “para preparar las conservas, en especial las de base íctica”. Entiende este autor que si los saladeros béticos continuaron teniendo actividad tras la caída del Imperio Romano de Occidente fue precisamente por la presencia del fácil acceso a la sal.

Que existió una gran afición a las conservas en Roma es incuestionable, y debido a la inclinación por este tipo de alimentos llegaban a la capital conservas desde cualquier punto del Imperio. La explicación de un comercio tan vivo y con tantos productos, se comprende en primer lugar por la existencia de una afición gastronómica por ellos. En segundo lugar se explica por las características propias de la dilatada conservación de las salazones (que naturalmente, facilitaban que no se estropearan durante el transporte). Pero a pesar del carácter poco perecedero de las salazones, también pudieron enranciarse por diversas causas, como una incorrecta preparación, un almacenaje defectuoso o simplemente el excesivo paso del tiempo sobre el producto, dando así productos deteriorados -Mart.,

*Epigr.*, 13, 77-.

---

### *Comercio de conservas*

---

En torno este tipo de conservas existió un importante movimiento comercial, que abarcaba no solo el territorio romano, sino que se extendía a otros lugares<sup>499</sup>. Entre ellos, los escitas, por ejemplo,

---

<sup>497</sup>J. MANGAS MANJARRÉS y M. R. HERNANDO SOBRINO, *op. cit.*, 2011, pp. 10-15. Sobre la obtención y comercio de la sal, ver J. MARTÍNEZ MAGANTO, “La obtención y el comercio de la sal en la Antigüedad. Del modesto condimento a la explotación industrial salinera en el Mundo Antiguo”, en: *De la cocina y sus ingredientes a la mesa y sus rituales. Desde los orígenes hasta las tradiciones populares en la Península Ibérica. Boletín. Asociación Española de Amigos de la Arqueología* 47, 2012-2013, pp. 77-94.

<sup>498</sup>E. GARCÍA VARGAS y MARTÍNEZ MAGANTO, J. “La sal de la Bética romana. Algunas notas sobre su producción y comercio”, *Habis* 37, 2006, p. 254.

<sup>499</sup>Sobre el comercio de sal, por su parte, sobre la sal como elemento dinamizador del comercio y la industria y su explotación en la Antigüedad, J. MARTÍNEZ MAGANTO, *La sal en la Antigüedad: aproximación a las técnicas de explotación y comercialización. Los salsamenta*, en Molina Vidal y M<sup>a</sup> J. Sánchez Fernández (eds.), *III Congreso Internacional de Estudios Históricos. El*

que eran grandes productores de sal y también expertos en la elaboración de salazones de pescado. Entre ellas, la que más apreciaban era la salazón del *antaceos*, un pescado que parece corresponder al esturión -Herod., *Hist.*, 4, 53, 3-. Pero la gran extensión del Imperio provocaría que llegaran salazones desde las distintas provincias, y así, también los turdetanos, en el sur de Hispania, eran productores de salazones de gran calidad que llegaban a Roma -Strabo., *Geog.*, 3, 2, 6-. Por su parte, los cerretanos producían, en el Pirineo oriental, excelentes jamones que rivalizaron, según Estrabón, con los de Cibira y que fueron una importante fuente de ingresos para este pueblo. Que la Península Ibérica fue un importante lugar de producción de jamones, es indudable: *Cerretana mihi fiat uel missa licebit de Menapis: lauti de petasone vorent* -Mart., *Epigr.*, 13, 54-.

---

### Salazón de pescado

---

provincia, y también de la Galia, en concreto de la comarca de Lyon, se exportaban a Roma extraordinarias conservas de carne de cerdo -Herod., *Hist.*, 4, 3, 2-. Ambas provincias, Hispania y la Galia, fueron grandes centros de producción de salazón de cerdo, como destaca Varrón: *In Hispania ulteriore in Lusitania sus cum esset occisus, Atilius Hispaniensis, minime mendax et multarum rerum peritus in doctrina, dicebat L. Volumnio senatori missam esse offulam cum duabus costis, quae penderet tres et viginti pondo, eiusque suis a cute ad os pedem et tres digitos fuisse* -Varro., *Rust.*, 2, 4, 10-12-. En cuanto a los belgas, Estrabón comenta que sus comidas eran muy abundantes, que su dieta básica consistía en carnes frescas o en salazón, y leche, y que invadieron toda la península itálica con su gran variedad de conservas -Strabo., *Geog.*, 4, 3-. Debido al vivo comercio, existieron numerosos mercaderes de salazones, profesión que, por otro lado, no debió estar muy bien considerada. La actividad del padre del poeta Horacio, que era comerciante, dio lugar a que algunas personas agraviaran al hijo por este motivo -*Suet., Vit., Hor.*,-.

La sal fue, además de ingrediente para proporcionar sabor a los alimentos, un medio de conservación de estos. En ambos casos, la sal hace más agradables los alimentos con los que se combina. Era tan necesaria y grata, que Plutarco al referirse a la mítica raza de los héroes, deportistas natos, austeros y sobrios en la alimentación, comenta que suprimieron

---

*Mediterráneo: la Cultura del Mar y la Sal*, Santa Pola, 2005, pp. 113-128. Sobre la sal en la Bética Romana, ver E. GARCÍA VARGAS y J. MARTÍNEZ MAGANTO, “La sal de la Bética romana. Algunas notas sobre su producción y comercio”, *Habis* 37, 2006, pp. 253-274.

todo tipo de cosas innecesarias, incluso el pescado, pero sin embargo, no podían tomar la carne sin sal. También señala que: “la sal aporta al cuerpo la gracia del condimento y el poder de un fármaco<sup>500</sup>”.

Como ocurrió con el resto de salazones y conservas que se realizaban en el Mundo Antiguo, la salazón de pescados tuvo una gran importancia en el Sistema alimentario romano. El pescado era un alimento altamente perecedero que necesitaba un método de conserva muy efectivo para compensar esta dificultad. Preparado en salazón podía aguantar en buenas condiciones durante un tiempo muy prolongado, siendo capaz de sufrir sin deterioro el transporte desde largas distancias. M<sup>a</sup>. J. García Soler recoge distintos tipos de pescado en salazón, que podríamos clasificar según las técnicas aplicadas<sup>501</sup>:

- Según el contenido en grasas:
  - Salazones grasas.
  - Salazones sin grasa.
- Según el contenido en sal:
  - Ligeramente salado.
  - Con nivel medio de sal.
  - Pescado en salazón.
- Si necesitan o no cocinado:
  - Salazones que se comen crudas.
  - Salazones que necesitan un proceso de cocinado.

Desde luego, como sucede con otras cuestiones referentes al Sistema alimentario, las referencias del cuadro anterior son flexibles y no exhaustivas ya que frecuentemente las técnicas se combinaban dando lugar a procesos más complejos en los que intervenían diferentes tipos de tecnología conservera: salazón, ahumado, uso de aceite y vinagre. Es el caso de la preparación de jamones que explica Catón –Cato., *Agr.*, 162-. En cuanto a la necesidad de aplicación de otras técnicas de cocina, algunas salazones como el jamón o la mojama, podían comerse sin previo proceso de cocinado, pero otras necesitaban cocinarse y se sometían a distintas técnicas, como el asado o el guiso -Herod., *Hist.*, 9, 120; Athen.,

---

<sup>500</sup>Plut., *Quaest.Conv.*, 669A-B; 668E. Trad. F. MARTÍN GARCÍA, *op. cit.*, 1989, p. 215.

<sup>501</sup>Esquema tomado de M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 207-210.

*Deipnos.*, 3, 117D-. Podemos observarlo en las referencias con respecto a que al cocinar las salazones “saltaban” en la sartén, muy probablemente por el chisporroteo producido por el contenido en sal.

Como ejemplo de otras salazones más allá de los pescados azules o el *garum*, una salazón considerada exquisita fue la de los erizos, que se preparaba durante el invierno, época en la que están en sazón, y cuya carne se comía sola o mezclada con otros alimentos -Apic., *De re coq.*, 259, 418, 419-. Paladio, que presenta esta preparación, la desarrolla según una receta que considera tan conocida y obvia que no considera ni siquiera interesante detallar, por lo que desgraciadamente se ha perdido -Pall. *Op. Agr.*, 13, 6-.

Y como señalábamos al principio, no solamente se aplicaron las técnicas conserveras de salazón al pescado y a la carne, sino que otros productos se beneficiaron de las propiedades de la aplicación de la sal, como los melocotones y las nabas y nabos. Estos productos se introducían en salazón hasta que expulsaran todo el agua que contenían, y después se prensaban. Finalmente se introducían en un recipiente lleno de vinagre y mostaza -Apic., *De re coq.*, 28; Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 8; Colum., *R.R.*, 12, 54-.

#### **2.3.4. Métodos de preservación por tratamientos físicos**

El uso de altas temperaturas fue una de las técnicas más fácilmente aplicables en el \_\_\_\_\_ Mundo Antiguo, y gracias al uso del calor sólo o acompañado  
*Aplicación de calor* \_\_\_\_\_ de otras técnicas conserveras, la duración y buen mantenimiento  
\_\_\_\_\_ de los alimentos resultaba más eficaz. El desarrollo de un proceso de cocinado facilitaba que los alimentos se mantuvieran en buenas condiciones más tiempo que si estuvieran crudos. Por ejemplo: con un sencillo método de blanqueado, tras el que los alimentos se introducen en una salmuera, escabeche o sencillamente vinagre, el producto tratado pasa de ser un alimento perecedero en otro prácticamente no perecedero<sup>502</sup>.

El blanqueado era una técnica de cocinado, de una gran efectividad, que utilizaba la aplicación de calor húmedo, y que se aplicó a diversas frutas, como las manzanas y granadas que Apicio, después de blanquear, cuelga al aire: *Ut mala et mala granata diu*

---

<sup>502</sup>El blanqueado es una operación que se ejecuta mediante la inmersión breve de un alimento en agua hirviendo.



*durent: in calidam ferventem merge, et statim leva et suspende* -Apic., *De re coq.*, 19-. Un ejemplo de cómo se utilizaba esta técnica para el desarrollo de una conserva nos la ofrece Paladio. Recomienda blanquear unas ciruelas en salmuera hirviendo y después se secaban en un horno no demasiado caliente<sup>503</sup>, con lo que se terminaban de deshidratar -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 15-. A mitad de camino entre esta técnica y mediante el uso de calor, Paladio también explica una original elaboración para la conserva de higos. Estos, en primer lugar, se deshidrataban ligeramente al sol y después, dentro de un cesto se metían en un horno caliente. Una vez cocidos, se introducían a presión, calientes aún, dentro de un recipiente de barro barnizado con pez, intercalando entre los higos sus propias hojas. Después, el envase se cerraba cuidadosamente -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 35-.

Otra forma en la que la tecnología conservera utilizaba el calor para desarrollo de sus técnicas sería la preparación de arropes<sup>504</sup> y carnes de frutas, como la de membrillo, una

---

*Arropes y carnes de frutas* operación que permitía mantener el excedente de fruta de temporada casi todo el año. Esta receta de Columela explica el proceso de elaboración de un arrope de frutas, a base de granada, membrillo y serbas, cocidas en mosto: *In caccabo fictili novo uel in stagneo coquitur musti arbustivi Aminei urna et mala cydonea grandia expurgata XX et integra mala dulcia granata, quae Punica vocantur, et sorba non permitia divisa exemptis seminibus, quae sit instar sextariorum trium. haec ita coquantur, ut omnia poma deliquescant cum musto; et sit puer, qui spatha lignea uel harundine permisceat poma, ne possint aduri. deinde, cum fuerint decocta, ut non multum iuris supersit, refrigerantur et percolantur, eaque, quae in colo subsederunt, diligenter contrita levigantur, et iterum in*

---

<sup>503</sup>Es un característico proceso de deshidratación por el cual se aplica calor suficiente para hacer que se evapore el agua, pero no tanto como para cocer el producto.

<sup>504</sup>Esta receta proporcionada por Columela es muy similar a la que actualmente conocemos como arrope, que según la RAE es: “Mosto cocido hasta que toma consistencia de jarabe, y en el cual suelen echarse trozos de calabaza u otra fruta”. El problema es que el Roma encontramos diferentes tipos de mostos cocidos según el tipo de concentración, y que además no siempre se añadían frutas al concentrado. De este modo, hemos preferido diferenciar cada uno de los casos, y en lugar de utilizar el término “arrope” de manera uniforme, sugerido por los traductores con frecuencia, diferenciar para mayor precisión si se utilizaba *sapa* o *defrutum*, o auténtico arrope. En este caso, parece ser arrope original, elaborado con jugos de frutas y frutas enteras cocidas y concentradas hasta obtener un jarabe espeso, de color oscuro y muy dulce. La importancia para la historia de la alimentación que recetas o preparaciones como estas hayan realizado un viaje de dos mil años sin apenas variaciones, es fundamental, proporcionándonos las claves de la construcción del patrimonio alimentario del Mediterráneo.

*suo sibi iure lento igni, ne adurantur, carbonibus decoquantur, donec crassamen in modum faecis existat. prius tamen, quam de igne medicamentum tollatur, III heminae roris Syriaci contriti et cribrati super omnia adiciuntur et spatha permiscentur, ut coeant cum ceteris; tum refrigeratum medicamentum adicitur in uas fictile novum picatum, idque gypsatum alter suspenditur, ne pallorem trahat* -Colum., *R.R.*, 12, 41-.

El uso de arropes fue otra forma de mantener alimentos –frutas- en conserva durante bastante tiempo. Estos arropes se elaboraban con mosto y zumos o trozos de fruta y a veces miel y podían condimentarse al gusto, utilizando una gran variedad de hierbas y especies. Por ejemplo, algunos de los que señala Columela son: lirio, alholva, junco oloroso, resina, hoja de nardo, costo, mirra, cálamo, canela, azafrán y una resina muy cotizada, el rasis, entre otros ingredientes: *Odores autem vino fere apti sunt, qui cum defruto coquantur: iris, faenum Graecum, schoenum... ad praedictum autem modum musti adici debent hi odores: nardi folium, iris Illyrica, nardum Gallicum, costum, palma, cyperum, schoenum, quorum singulorum selibrae satisficient, item murrum, pondo quincunx, calami pondo libram, casiae selibram, amomi pondo quadrans, croci quincunx, erispae pampinaceae libram* - Colum., *R.R.*, 12, 20, 2; 5-.

La más representativa de las conservas de fruta, quizás fuera la conserva de carne de membrillo. Para ello se cocían membrillos con mosto, mezcla que enriquecía con granadas y serbas y que se cocía a fuego lento, removiendo continuamente. Tras este primer paso, el preparado se dejaba enfriar y se trituraba hasta deshacer del todo los trozos de la fruta, para lo cual se dejaba cocer de nuevo hasta que espesara. La mixtura final se envasaba en recipientes tapados con yeso, que se colgaban de un lugar elevado (*vide supra*).

La preparación de las distintas variedades de arrope presentaba diferencias pero en cualquier caso también requería un tiempo de elaboración, como el caso del arrope de uva, que se preparaba mezclando su zumo con miel y se dejaba al sol durante cuarenta días: *In uvae semiacerbae suci sextariis sex, mellis triti fortiter duos sextarios debetis infundere et sub solis radiis diebus quadraginta decoquere* -Pall., *Op. Agr.*, 9, 13-. El arrope de moras, sin embargo, necesitaba una fuente de calor más potente que la del sol y se dejaba hervir a fuego lento, evitando que se pegara al recipiente. La proporción para esta receta era de dos partes de zumo de moras y una de miel, hasta que espesara por acción del calor (sol o fuego directo) -Pall., *Op. Agr.*, 10, 16-. Se podían hacer arropes casi con cualquier fruta: arrope de

moras, carne de membrillo, como señala Paladio: *Abiecto corio mala cydonea matura in brevissimas ac tenuissimas particulas recides et proicies durum, quod habetur interius. dehinc in melle decoques, donec ad mensuram mediam revertatur, et coquendo piper subtile consperges. aliter suci cydoneorum sextarios duos, aceti sextarium unum semis et mellis duos sextarios miscebis ac decoques, donec tota permixtio pinguedinem puri mellis imitetur. tunc triti piperis atque zingiberis binas uncias miscere curabis* -Pall., *Op. Agr.*, 11, 20-.

También se elaboraban arropes de agraz o uva verde, y de serbas, condimentado con hinojo: *Eodem tempore sorba manu lecta curiose in urceolos picatos adicito, et opercula picata inponito et gypso linito; tum, scrobibus bipedaneis sicco loco intra tectum factis, urceolos ita collocato, ut oblita ora eorum deorsum spectent; deinde terram congerito et modice supercalcato. melius est autem pluribus scrobibus pauciora vasa distantia inter se disponere: nam in exemptione eorum, dum unum tollis, si reliqua commoveris, celeriter sorba vitiantur. quidam hoc idem pomum in passo, quidam etiam in defruto commode servant, adiecto spissamento spissi faeniculi, quo deprimantur ita sorba, ut semper ius supernatet* -Colum., *R.R.*, 12, 16, 4-5- Igualmente, Paladio, presenta una receta de arropes elaborado con uvas verdes y miel: *In uvae semiacerbae suci sextariis sex, mellis triti fortiter duos sextarios debebis infundere et sub solis radiis diebus quadraginta decoquere* -Pall., *Op. Agr.*, 9; 13-.

El frío es, sin lugar a dudas, el mejor conservante que la naturaleza puede ofrecer. En buenas condiciones puede ayudar a mantener miles de años los productos intactos, pero para esto se necesitaban ciertas condiciones medioambientales en las que la supervivencia humana se hace difícil por las bajas temperaturas. Debido a la climatología del Mediterráneo, una bajada de las temperaturas durante el invierno facilitaba que un alimento pudiera conservarse bastante tiempo más que en épocas cálidas, y si a las temperaturas bajas se añadía la continuidad en el frío, la Preservación de los alimentos se alargaba en el tiempo.

Los primeros frigoríficos naturales que se utilizaron fueron los neveros, reductos de nieve situados en las montañas. Los espacios como pozos, cisternas, manantiales y lugares umbríos y fríos también fueron otra opción para aplicar la baja temperatura a los alimentos como técnica para conservarlos. La nieve se utilizaba como elemento conservante y

refrigerante, pero no eran los únicos usos, y también se aplicaba como agente para refrescar y mezclar con el vino<sup>505</sup>, aunque era cara, y quienes la utilizaban debían pagar los altos precios del transporte entre la montaña y la ciudad de este delicado elemento<sup>506</sup>. La nieve se transportaba en la *cisterna frigidaria* y se colaba a través del *saccus nivarius*, o del *colum nivarium*, para mezclarla con el vino y retirar las impurezas que pudiera contener.

Naturalmente, la nieve era bienvenida en verano, como refresco y defensa ante las altas temperaturas -Mart., *Epigr.*, 5, 64-.

---

#### *Aplicación de frío*

---

Plinio el Joven, en sus cartas, comenta cómo se derretía la nieve de su vino, en un menú considerado exquisito, lo que explica que este singular aditivo fuera exclusivo de las élites, y no un recurso al alcance de cualquiera: *Halica cum mulso et nive — nam hanc quoque computabis, immo hanc in primis quae perit in ferculo* -Plin., *Min., Ep.*, 1, 15-.

Algunas de las técnicas de conservas que aplicaban una bajada de temperatura para mantener los alimentos en buenas condiciones son las siguientes: En primer lugar, la conserva de fruta en el interior de un recipiente bien cerrado y conservado en una piscina fresca, cuya receta nos proporciona Paladio para las manzanas y las peras: *Mela rotunda, quae orbiculata dicuntur, sine cura toto anno servare se possunt. alii in puteo uel cisterna mergunt vasa fictilia, quibus diligenter picatis et clausis mela committunt* -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 18; 3, 25, 8-.

Un producto tan delicado como el mosto también requería frío, y tras mantenerlo bien protegido en recipientes con pez y cerrados, se guardaba en piscinas, pozos, y otros lugares frescos: *Mustum ut semper dulce tamquam recens permaneat, sic facito: antequam prelo vinacea subiciantur, de lacu quam recentissimum addito mustum in amphoram novam, eamque oblinito et inpicato diligenter, ne quicquam aquae introire possit. tunc in piscinam frigidae et dulcis aquae totam amphoram mergito ita, ne qua pars exstet* -Colum., *R.R.*, 12, 29-. Por su parte, la conserva de las uvas mediante este sistema se realizaba introduciendo la fruta entre dos platos hondos, que se unían entre sí con pez y yeso y que se sumergían dentro de alguno de los lugares anteriormente mencionados, aunque una vez abiertas, era necesario consumirlas con rapidez -Colum., *R.R.*, 12, 43-.

---

<sup>505</sup>Como A. DALBY, *op. cit.*, 2000, p. 248, indica, el vino se mezclaba primero con agua hervida, para después enfriar la mezcla con nieve, o dentro de un recipiente con nieve.

<sup>506</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 305-306.

El servicio de mesa relacionado con el frío, como los cubos de hielo y las cubetas específicas, al igual que la técnica aplicada, eran considerados algo singular y exquisito, por su singularidad se fabricaban en materiales nobles como la plata, en particular el *colum nivarium*, dato que facilita Pomponio -*Dig.*, 34, 2, 21-. Si bien el agua helada no formó parte del consumo popular debido a sus altos precios, sí fue un producto muy solicitado por las élites, que la tomaban mezclada con vino, o bien la usaban para mantener fríos otros alimentos<sup>507</sup> -*Iuv., Sat.*, 5, 50; *Suet., Nero*, 68-.

La nieve era objeto de comercio, su venta estaba destinada a élites y se consideraba una exquisitez -*Athen., Deipnos.*, 124B-C-. Alejandro Magno, al que le gustaba especialmente el agua helada, durante el sitio de Petra mandó excavar treinta neveras subterráneas que llenó de nieve, intercalando entre ellas ramas de encina, para que se conservara más tiempo. Además de este método para conservar el agua fresca, existieron otros recursos para ayudar a mantener su temperatura: se exponía al sol durante el día, \_\_\_\_\_ filtrándola por la noche y dejándola orear en jarras de barro. Durante toda la noche, los esclavos regaban con \_\_\_\_\_ *Consumo de agua helada* \_\_\_\_\_ agua los cántaros, de forma que éstos “sudaban”, expulsando el calor contenido. Al amanecer se volvía a decantar el agua, retirando el sedimento depositado y dejándola progresivamente más fina, entonces, las jarras se colocaban entre paja, así se mantenían frescas durante más tiempo y estaban dispuestas para beberlas en cualquier momento -*Athen., Deipnos.*, 124E-. Ateneo señala la necesidad que tenían los amantes de las salazones de beber agua muy fría y nieve, lo que parece bastante natural -*Athen., Deipnos.*, 125A-.

En realidad las aguas en su conjunto, vistas desde la perspectiva gastronómica, eran objeto de un gran cuidado, y se valoraban aspectos como su pureza, su perfume y su temperatura. Por ejemplo, el agua limpia, tibia y perfumada se apreciaba mucho en las grandes mesas -*Petron., Satyr.*, 68, 3; *Suet., Nero*, 68-. Como también lo era el agua hervida, *decocta*, que tras el proceso de hervor se enfriaba hasta estar casi helada. Los motivos para hervir el agua consistían en que se consideraba pesada y de digestión difícil, pero además, los motivos de seguridad en cuanto a evitar microorganismos cociéndolas

---

<sup>507</sup>A. MALISSARD, *Los romanos y el agua*, Barcelona, 1996, p. 39-43.

previamente a su uso eran evidentes<sup>508</sup>, un hábito tan común que encontramos en muy distintas fuentes -Athen., *Deipnos.*, 123F; 124A; 3, 122F; Plin., *N.H.*, 31, 40; Suet., *Nero.*, 48, 5-.

El proceso de ahumado, junto al de la salazón, fue una de las técnicas de conservación más antiguas, mediante las cuales se eliminaban dos importantes factores de riesgo: la aparición de insectos y la de microbios, ambos incapaces de sobrevivir en estos medios<sup>509</sup>. Han sido uno de los métodos de conservación más desarrollados, siendo especialmente eficaces combinados para aplicar a la conserva del pescado<sup>510</sup>. El proceso de ahumado en un principio era una técnica básica y de sencilla elaboración que se aplicaba con el fin de conservar alimentos y prolongar su duración en el tiempo, aunque llegó a crear, como hemos visto que sucede con otras conservas, un marcado gusto por su sabor. Esto lo observamos en el elevado número de recetas destinadas al consumo de las élites, las cuales añadían frecuentemente algún ingrediente ahumado o se ahumaban en su totalidad.

Apicio explica la preparación de distintas recetas realizadas con productos ahumados, en las que observamos cómo se persigue el que debió ser cotidiano y apreciado sabor de la carne ahumada, simplemente para aportar ese sabor que debió ser muy grato.

---

<sup>508</sup>El agua no solamente fue bebida -fría o caliente-, o medio para la limpieza del cuerpo y de los instrumentos de cocina, etc. También era un importante ingrediente culinario, vehículo necesario para la cocción, la elaboración de caldos y salsas, así como para la dilución de diversos ingredientes. Por ejemplo, era imprescindible en la elaboración del pan, de las salmueras, para preparar tisanas y sopas, hervidos de sémola, *puls*, para la maceración, para la hidromiel y en multitud de recetas y elaboraciones -Plin., *N.H.*, 14, 113; 149-. Incluso para hacer la *posca*, bebida ordinaria de los soldados, o incluso los vinos de los esclavos -Cato., *Agr.*, 104; Plin., *N.H.*, 14, 86-. La tisana, un tipo de sémola o crema, también necesitaba agua en su elaboración, como el *puls* -Plin., *N.H.*, 18, 72; 24, 4; 31, 36; 19, 185; 22, 128; Ov., *Met.*, 5, 450-. Sobre estos aspectos del agua como herramienta y vehículo de cocina, ver R. TURCAN, "L'eau dans l'alimentation et la cuisine à l'époque romaine", en P. Louis (dir.), *L'Homme et l'Eau en Méditerranée et au Proche Orient III. L'eau dans les techniques. Séminaire de recherche, 1981-1982*, Lyon, 1986, pp. 21-28. Por otro lado, el agua se hervía para eliminar las posibles contaminaciones, considerándose mucho más segura y pura esta *decocta* que el agua normal, algo que en la actualidad se conoce muy bien; parece ser que fue Nerón quien ideó este sistema, como señala A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 347, y podemos encontrar descrito en las fuentes -Plin., *N.H.*, 31, 40; Suet., *Nero.*, 48; Mart., *Epigr.*, 14, 116; Iuv., *Sat.*, 5, 49-50; Cass., Dio., *H.R.*, 63, 28, 5-.

<sup>509</sup>H. KÜSTER, "Spices and Flavorings", en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, p. 435.

<sup>510</sup>M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, p. 323.

Destacamos, por ejemplo, la receta de un cochinitillo ahumado, aunque también se ahumaba la liebre al estilo de Pasenio, así como las tripas de cerdo rellenas. En concreto, el cochinitillo ahumado, una vez deshuesado: *Exossas porcellum et aptabis sicuti enococtum et ad fumum suspendes...* -Apic. *De re coq.*, 382, 390, 287-. Los embutidos, en general, necesitaron ser ahumados para mantener su contenido en buenas condiciones, entre ellos contamos las famosísimas salchichas de Lucania y otros embutidos *et sic ad fumum suspenditur* y: *Reples intestinum inpensam esicii et circellum facies rotundum; fumas* -Apic., *De re coq.*, 61; 65-. En el banquete de Trimalción, en ese alarde de excesos al que Petronio nos tiene acostumbrados, estos embutidos salen a oleadas de la tripa de un cerdo -Petron., *Satyr.*, 2, 49-. Sin embargo, y al contrario que otros productos que hemos analizado, los embutidos ahumados no fueron de uso exclusivo de las élites, sino que se vendían en los puestecillos ambulantes que tanto molestaban el sueño de Séneca en *Baias*, y lo que nos señala que existía una inclinación en todos los estratos sociales por estos embutidos, muy probablemente ahumados muchos de ellos: *...iam biberari varias exclamaciones et botularium et crustularium et omnes popinarum institores mercem sua quadam et insignita modulatione vendentis* -Sen., *Epist.*, 56, 2-. Y por supuesto, se ahumaban algunas hortalizas con el objetivo de que se conservaran más tiempo, como señala Palladio: *Uel paleis condita allia uel fumo suspensa durabunt* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 6-.

Se puede decir que con frecuencia, el ahumado era el remate de un proceso más complejo en el que intervenían distintas técnicas como la de salazón, y una forma particular de envasado en recipientes que se suspendían en rejillas o incluso como complemento de las técnicas de deshidratación. Además de actuar como agente conservante, el humo imprimía a cualquier alimento un gusto característico y muy apreciado, a casi cualquier producto: a las carnes, al queso, a los pescados o a los vegetales. El proceso de ahumado fue muy empleado en la conservación de alimentos, resultando sumamente útil debido a los agentes bactericidas presentes en el humo –que son el metanal y la creosota-. El gran inconveniente de este proceso es que el vehículo de tratamiento de los alimentos es el metanal, un elemento de naturaleza cancerígena que incrementa el riesgo de aparición de cánceres, especialmente el esofágico y el gástrico. Aunque algunos autores sitúan el comienzo del tratamiento de la aplicación de técnicas de ahumado eficaces en el s. XIII, sin

duda es una técnica bastante anterior, como fácilmente se puede documentar<sup>511</sup>. Por ejemplo, Paladio recomienda dejar unos ajos, colgados, para ahumarlos, con intención clara de facilitar su conserva, y también explica cómo mantener en un horno a temperatura suave unas ciruelas para hacerlas pasas: *Haec sunt, quae damascena dicuntur. alii in aqua marina uel in muria fervente recens lecta pruna demergunt et inde sublata aut in forno tepido faciunt aut in sole siccari* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 16-, Este procedimiento, además de provocar la deshidratación de las ciruelas, las ahumaba, combinando ambas técnicas. Un producto más inusual se practicaba con la mandrágora<sup>512</sup>, que cortada en rodajitas, también se ahumaba -Teof., *H.P.*, 9, 9, 1-.

El siguiente método de conservación es la deshidratación, proceso que, como sucede con otras técnicas conserveras, se podía utilizar sola o combinada con algunas más, como la salazón, el ahumado o la inmersión en salmuera o vinagre. El principio científico de este proceso es muy simple pero efectivo: a niveles bajos de humedad, la actividad microbiana disminuye de manera que no pueden desarrollarse microorganismos ni se producen reacciones químicas que deterioren el alimento.

---

Las técnicas de deshidratación debieron

*Proceso de deshidratación*      manejarse con cuidado si se deseaba obtener un

---

producto de calidad. A veces, la aplicación de estos

tratamientos sobre los alimentos requería un primer secado, que se realizaba al aire libre y con el sol como fuente de calor. Esta secuencia técnica –calor natural y calor artificial- se aplicó a las frutas, aunque otras veces era necesario un posterior proceso de secado a la sombra para mantener en buenas condiciones las características sensoriales del producto como el color, el aroma y la textura precisa. De cualquier forma, siempre era importante el paso posterior al proceso de deshidratación, que era conservar el alimento en un lugar adecuado para mantenerlo el máximo tiempo posible. Esta conservación de productos deshidratados era fundamental debido a que se podían producir varias reacciones: entre ellas la de pardeamiento no enzimático o la oxidación de las grasas presentes (reacción de Maillard), ambos capaces de desarrollarse con bajos contenidos de agua, pero que se veían

---

<sup>511</sup>A. COENDERS, *op. cit.*, 1996, p.187.

<sup>512</sup>Hay varias especies de mandrágora citadas por las fuentes, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 154. Entre ellas la *Mandragora vernalis* y la *Mandragora autumnalis* –Plin., *N.H.*, 25, 147; Isid., *Orig.*, 17, 9, 30-. Además de algunas referencias no específicas en Columela y Plinio –Colum., *R.R.*, 10, 20; Plin., *N.H.*, 25, 147-.



acelerados por acción de la luz y de la temperatura, de ahí la necesidad de mantener con ciertos cuidados los productos en conserva<sup>513</sup>.

---

*Alimentos deshidratados  
como productos de recurso*

---

Gracias a la aplicación de estas técnicas, Columela comenta que fue posible conservar los higos deshidratados al sol de manera que pudieran formar parte de la alimentación invernal, cuando esta fruta ya no se podía tomar fresca, y también se aplicaba a manzanas y peras *Hoc eodem tempore, uel etiam primo mense Augusto, mala et pira dulcissimi saporis, mediocriter matura eliguntur et in duas aut tres partes harundine uel osseo cultello divisa in sole ponuntur, donec arescant. eorum si est multitudo, non minimam partem cibariorum per hiemem rusticis vindicant; nam pro pulmentario cedit sicuti ficus, quae cum arida seposita est, hiemis temporibus rusticorum cibaria adiuvat* - Colum., *R.R.*, 12, 14-. Por su parte, los higos se podían secar de esta forma y guardarse para la conserva del año o bien se podía hacer con ellos pan de higo, que se conservaba perfectamente siempre que estuviera adecuadamente deshidratado, como señalan tanto Columela -Colum., *R.R.*, 12, 15-, como Paladio: *Si pluviis abundantibus crates non possis expandere, sub tecto eas ita ponis, ut semipede erigantur a terra et eas ad vicem solis cinis subiectus vaporet et subinde ficus, sicut est divisa, vertatur, ut ficorum coria siccentur et pulpae: tunc duplicata in cistellis seruetur aut loculis. alii maturas mediocriter ficus et divisas in cratibus expandunt toto sole siccandas et recipiunt nocte sub tecta. nunc ficulnea cacumina obruuntur utiliter, cum tumescunt, ut plantas faciant, si earum copia non abundat* -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 35-. También así se conservaban los duraznos, aunque a estos era necesario retirarles el hueso y dejarlos secar al sol. O también se habían conservado en una mezcla de *muria* y *oxymel*: *Persicus rubescit, si platano inserta figatur. Duracina servantur condita muria et oxymelle uel detractis ossibus ficorum more in sole siccantur ac pendent. Item saepe vidi detractis ossibus duracina melle condiri et saporis esse iucundi* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 8-.

Las pasas, que eran muy ricas en azúcar, nutritivas y se utilizaban comúnmente dentro de la cocina romana, se usaban tanto en recetas dulces como saladas, y también se

---

<sup>513</sup>Sobre la reacción de Maillard o pardeamiento no enzimático, ver H. McGEE, *op. cit.*, 2007, p. 825 ss.

les aplicaba un tratamiento de deshidratación. La técnica para secarlas era sencilla y muy conocida, comentada por Columela, y gracias a su aplicación se podían consumir pasas durante todo el año, incluso se podía elaborar con ellas un vino que fue muy apreciado en Roma: *Similem curam uvae desiderant, quas dulcissimi saporis, albas, maximis acinis nec spissis luna decrescente sereno et sicco caelo post horam quintam legi oportet et in tabulas paulisper porrigi, ne inter se pondere suo pressae conlidantur. deinde aeno uel in olla nova fictili ampla praeparatam lixivam cineris sarmenticii calefieri convenit, quae cum fervebit, exiguum olei quam optimi adici et ita permisceri, deinde uvas pro magnitudine binas uel ternas inter se conligatas in aenum fervens demitti et exiguum pati, dum decolorentur, nec rursus committere, ut excoquantur; nam quadam moderatione temperamentoque opus est. cum deinde exemeris, in crate disponito rarius, quam ut altera alteram contingat* -Colum., *R.R.*, 12, 16-.

Y en cuanto al vino de uvas pasas, en una receta que se parece bastante a la que se realizan en la actualidad para elaborar vinos pasos en las Denominaciones de Origen de Montilla-Moriles y de Jerez, que responden al estilo tradicional de elaboración, y así: *Mustum ut semper dulce tamquam recens permaneat, sic facito: antequam prelo vinacea subiciantur, de lacu quam recentissimum addito mustum in amphoram novam, eamque oblinito et inpicato diligenter, ne quicquam aquae introire possit. tunc in piscinam frigidae et dulcis aquae totam amphoram mergito ita, ne qua pars exstet. deinde post dies quadraginta eximito. sic usque in annum dulce permanebit* -Colum., *R.R.*, 12, 39-. Otro fruto, las azufaias, se colgaban para deshidratarse, bien con su pedúnculo, bien envueltas

en sus propias hojas -Pall., *Op. Agr.*, 5, 4, 4-.

---

*Variedad en la  
tipología conservera*

---

Esta tipología conservera dio incluso lugar a una distinta nomenclatura de la fruta, como sería el caso de las ciruelas damascenas o de Damasco, también conocidas como ciruelas pasas, y cuyos cambios eran solo producto del tratamiento de las ciruelas frescas, que estaban deshidratadas al sol. El nombre les venía de la ciudad homónima, de la cual llegaban unas ciruelas de excepcional calidad, a las cuales se les aplicaba un tratamiento bien conocido, blanqueándose ligeramente en primer lugar y después se ponían al sol o bien en un horno templado -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 16-.

Uno de los objetos utilizados para poner en práctica este interesante proceso de conservación, era el *carnaria*, una barra o barras en las cuales se colgaban las viandas y que facilitaban tanto el ahumado como la deshidratación. En ellas se ponían los alimentos de tal forma que no se rozaran unos con otros. Este sencillo instrumento facilitaba que los alimentos se pudieran poner a ahumar en las cocinas, o bien colgar y reservar en otros

---

*El papel de los carnaria  
en las despensas*

---

espacios a modo de saladeros o despensas<sup>514</sup>. Varrón menciona estos *carnaria* y su utilización como instrumento relacionado con los alimentos, explicando cómo se usaban para colgar trozos de carne destinada a secarse: *qui succidiam in carnario suspenderit* -Varro., *Rust.*, 2, 4, 3-. También en el *Satyricon* aparecen estos ganchos o barras en los que se colgaban provisiones diversas: acerolas entrelazadas en forma de corona, ajedrea añeja, uvas pasas o bien la carne que se suspendía para secarse, y que en este caso era media cabeza de cerdo -Petron., *Satyr.*, 136, 1; 135, 8; 136, 1-. Tanto en el ámbito doméstico como para uso dentro de las grandes almazaras y otros lugares donde se procesaban alimentos, el *carnarium* fue un instrumento polivalente, preciso y práctico: *In torcularium in usu quod opus est... carnarium I*, y: *Villam aedificandam si locabis novam ab solo, faber haec faciat oportet... carnaria III...* -Cato, *Agr.*, 13, 1; 14, 1-.

### 2.3.5. Otros tipos de conservas

La sistematización y clasificación de los diferentes tipos de conserva no resulta fácil. Menos aún en el mundo romano, razón por la que hemos encontrado grandes dificultades para establecer un orden. La cantidad y variaciones de la tipología conservera, la riqueza con que se nos presenta, hace que la clasificación general que a continuación describimos esté repleta de excepciones. La actividad conservera del Mundo Antiguo no se limitó a aplicar los procedimientos de conservación básicos expuestos anteriormente. De forma empírica se aplicaron muchas técnicas que no eran las eficaces salazones o las técnicas de deshidratación y entraron en juego las texturas de los diversos materiales, así como sus cualidades físico-químicas y técnicas más o menos rudimentarias pero eficaces,

---

<sup>514</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *Dictionnaire des Antiquités Grecques et Romaines*, Paris, 1877-1919, *Carnarium*.

las cuales formaron parte del proceso de conservación de los alimentos. Analizaremos a continuación algunas de ellas, que se escapan a las reglas anteriores.

Columela amplía la visión del mundo de la tecnología aplicada a las conservas, y  
\_\_\_\_\_ confiesa que las recetas que él recomienda en su libro son  
*Autores de recetarios* todas rústicas y preparadas con pocos medios: *Nec ignoro*  
\_\_\_\_\_ *plurima in hunc librum non esse conlata, quae Gaius*  
*Matius diligentissime persecutus. illi enim propositum fuit urbanas mensas et lauta*  
*convivia instruere; libros tres edidit, quos inscripsit nominibus pistoris, coci et salgamari.*  
*nobis tamen abunde sunt ea, quae ex facili rusticae simplicitati non magna impensa possunt*  
*contingere, uti sunt in primis omnium generum mala* -Colum., *R.R.*, 12, 44-. Pero, sin embargo, también señala que existió todo un universo de complejas preparaciones que otros autores, como Cayo Matio, habían tratado en sus libros. Desgraciadamente, en este caso se trata de tres obras perdidas, tituladas “El cocinero”, “El despensero” y “El repostero”. Conociendo la circunstancia de la existencia de otros recetarios más elaborados y que el propio Columela era conocedor de las diferencias entre un tipo de cocina y otra, concluimos que las recetas que él explica en su tratado están dirigidas conscientemente hacia la preparación de una serie de técnicas que podían facilitar la dieta de los campesinos, y cuya meta final era aprovechar los medios técnicos y los alimentos que se tenían a mano en el medio rural, sin necesidad de ofrecer recetas más complejas, como parece que fueron las de Cayo Matio.

En cuanto a las frutas, se descubrió la relación entre la extracción del pedúnculo o  
\_\_\_\_\_ su rotura y la pérdida de jugo de la fruta, por lo que se  
\_\_\_\_\_ tendría un cuidado especial con dichos pedúnculos, que se  
*Pedúnculo de la fruta* bañaban con pez para mantenerlos correctamente  
\_\_\_\_\_ protegidos, como señala Paladio -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 7-.  
Esta técnica se aplicó a muchas frutas, entre ellas las granadas, que se conservaban suspendidas –incluso en el propio árbol- y sin rozarse con nada, aunque también se podían mantener sumergidas en miel o de cualquier otra forma, pero siempre con el pedúnculo completo, como había que hacer con las manzanas, higos, ciruelas, peras y cerezas, y también con las rosas y violetas: *additio melle rosatum conficies, sane custodito ut rosam a rore siccam et optimam mittas* -Apic., *De re coq.*, 4-, y claramente señala Columela: *Omne*

*autem pomum, quod in vetustatem reponitur, cum pediculis suis legendum est, sed, si sine arboris noxa fieri possit, etiam cum ramulis; nam ea res plurimum ad perennitatem confert* -Colum., *R.R.*, 44, 7-. Tanto las cidras<sup>515</sup> como los nísperos se mantenían bastante tiempo en el árbol, pero si se guardaban en un recipiente, se conservaban más tiempo -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10, 18; 4, 10, 22-. En ambas recetas hay referencias a la Luna en el primer caso, y en el segundo a la climatología, de forma que explican las fuentes que había que procurar que la luna fuera nueva al recoger la fruta, o bien recolectarla durante un día tranquilo, al mediodía. Las granadas (incluso con la piel), se cocían en agua de mar durante un minuto a alta temperatura. Después se secaban al sol, lo que provocaba el endurecimiento de la corteza exterior, facilitando que se conservaran colgadas: *Poenus quidem Mago praecipit aquam marinam vehementer calefieri et in ea mala granata, lino uel sparto ligata, paululum demitti, dum decolorentur, et exempta per triduum in sole siccari, postea loco frigido suspendi, et, cum res exegerit, una nocte et postero die usque in eam horam, qua fuerit utendum, aqua frigida dulci macerari. sed et idem auctor est creta figulari bene subacta recentia mala crasse inlinire et, cum argilla exaruit, frigido loco suspendere, mox, cum exegerit usus, in aqua demittere et cremam resolvere. haec ratio tamquam recentissimum pomum custodit. idem iubet Mago in urceo novo fictili substernere scobem populneam uel iligneam et ita disponere, ut scobis inter se calcari possit, deinde facto primo tabulato rursus scobem substernere et similiter mala disponere, itaque sic facere, donec urceus impleatur; qui cum fuerit repletus, operculum inponere et crasso luto diligenter oblinire* -Colum., *R.R.*, 12, 44, 5-6-.

Una técnica que hemos apuntado al hablar del *carnarium*, y que se combinaba con otros métodos de conservación consistía en suspender las frutas al aire, colgadas de este listón. Para ello se recogían en un punto óptimo de madurez, manteniéndose sujetas por el pedúnculo sin que rozaran con nada y, por supuesto, sin tocar otras frutas ya que en la zona de contacto podían estropearse. Este método se aplicaba a distintas frutas como manzanas, granadas y membrillos: *Punica mala et in harena iam decerpta ac matura et etiam immatura, cum haereant in sua virga et demiseris in ollam sine fundo, eaque si coieceris in terram et obleris circum ramum, ne extrinsecus spiritus adflet, ea non modo integra eximi,*

---

<sup>515</sup>Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 153, corresponde con *Malus medica*, y las variedades *Malum Assyrium* y *Malus citreum*. Todas ellas conocidas por los romanos -Plin., *N.H.*, 11, 278; 14, 7; 15, 47; Mart., *Epigr.*, 13, 37-.

*sed etiam maiora, quam in arbore umquam pependerit* -Varro., *Rust.*, 1, 59-. Además de conservarse al aire podían hacerlo dentro de pequeños recipientes individuales, también suspendidos, a los cuales se les enyesaba la tapadera, impidiendo así la entrada de aire y por tanto optimizando su duración: *In uas citrium mitte, gipsa, suspende* -Apic., *De re coq.*, 22-. La fruta de gran tamaño, como la granada, admitía la aplicación de diferentes técnicas, entre ellas el suspenderlas en el propio árbol (*vide supra*), y de esta forma se retorcían los pedúnculos mientras la fruta estaba en el árbol y se dejaban colgadas pero se deshidrataban, en contacto con el aire. También se fabricaban pequeñas vasijas sobre la granada colgada en el árbol, que se cerraban con barro amasado con paja, o bien se cubrían con la mezcla anterior, dejándolas siempre sujetas al árbol, si bien era necesario sujetar la rama con otra más gruesa, por el peso añadido al fruto, como señala Columela *supra* -Colum., *R.R.*, 12, 44-. Esta técnica de embarrar la fruta colgada en el árbol también se aplicaba a los membrillos: *Mala cydonea quemadmodum serventur: multi cum ramulis suis arbori detrahunt et, creta figulari cum diligenter mala obruerunt, in sole siccant, deinde, si qua rimam creta fecit, luto linunt et adsiccata frigido loco suspendunt* -Colum., *R.R.*, 12, 45-.

La cebolla albarrana o escila era un vegetal al que se podía aplicar una sencilla técnica de conservación, muy eficaz, por otro lado. Se trataba, simplemente, de dejarla colgada al aire, en lugar oscuro y seco, de esta forma podía mantenerse y ser utilizada durante bastante tiempo. Junto a las cebollas albarranas se conservaban otras frutas, como la granada, introduciendo en esta última el pedúnculo de la cebolla -Teof., *H.P.*, 7, 13, 4-.

Los métodos de conservación afectaron al Sistema alimentario, pero también tuvieron relación con parcelas no alimentarias. En cuanto a la conservación de productos perecederos que se podían utilizar como alimentos, tenemos el caso de las rosas, que aunque no se consumieran directamente, con ellas se preparaban vinos, aceites y arropes. Además, la rosa fue una flor cortada muy apreciada, por lo que para mantenerlas largo tiempo se aplicaron técnicas conserveras de carácter alimentario. Se cortaban cuando el capullo estaba sin abrir del todo y se metían en una caña verde, abierta por el lateral y vuelta a cerrar sobre la rosa. Después se introducían dentro de una vasija y se resguardaban bajo tierra -Pall., *Op. Agr.*, 6, 17-. El conocimiento de estos procedimientos de conservación dio lugar a unas técnicas sumamente efectivas, hasta tal punto que se siguieron poniendo en práctica hasta que la tecnología moderna llegó a nuestros días. La

conserva de rosas seguía preparándose en el año 1717 exactamente de la misma forma y el autor del XVIII comenta que si se preparaba meticulosamente era posible que soportaran todo el año frescas<sup>516</sup>.

Las legumbres fueron un alimento muy importante en el Sistema alimentario romano, por lo que idearon diferentes métodos para mantenerlas en buenas condiciones.

Entre ellos se encontraba el uso de vasijas empegadas y bien cerradas, un método

---

### *Conservación de legumbres*

---

aparentemente sencillo. Paladio propone la aplicación de otra técnica para las lentejas, las cuales se mezclaban con cenizas en los recipientes de aceite o bien en los recipientes que habían contenido salazones,

y posteriormente se tapaban con yeso, como señalan Apicio: *Olera ut diu servantur: Olera electa non satis matura in usas picitum reponere* -Apic., *De re coq.*, 24- y Paladio: *Hoc mense locis frigidis peragenda est leguminum messis: itaque lenticulam collectam cineri mixtam bene servabimus uel vasis oleariis aut salsamentariis repletis statimque gypsatis* -Pall., *Op. Agr.*, 7, 3, 1-. Por su parte, los cereales se tostaban ligeramente, o se hacían harina para evitar que brotaran si había humedad. Paladio señala cómo la cebada, por ejemplo, recogida aún sin madurar del todo, se tostaba en el horno y después se trituraba en el molino, añadiendo algo de sal durante el proceso de la molienda, como hace Paladio: *Hordeum semimaturum, cui adhuc superest aliquid de virore, per manipulos ligabis et torrebis in furno, ut facile mola possit infringi, et in modio uno salis aliquantum, dum molitur, miscere curabis ac servabis* -Pall., *Op. Agr.*, 7, 12-.

Las fresas, que se conocieron en el Mundo Antiguo, y de las que se hacía acopio durante la primavera fueron un símbolo, como lo fueron las bellotas, de la alimentación propia de épocas más primitivas o de colectivos sociales muy rústicos, como señala Juvenal: *Plura domi fraga et maiores glandis acervos* -Iuv., *Sat.*, 13, 55-, y también recoge Virgilio, que hace decir a su personaje, el pastor *Dametas: Qui legitis flores et humi nascentia fraga, frigidus* -Virg., *Buc.*, 3, 90-. Naturalmente, no era el fresón que conocemos hoy, producto de la evolución de la técnica agrícola y de la propia especie, sino una fruta de tamaño más pequeño y también más perfumada. Debido a lo complicado de su

---

<sup>516</sup>M. AGUSTÍ, *Libro de los secretos de agricultura, casa de campo, y pastoril*, Barcelona, 1717, pp. 94.

conservación en buen estado, si no se tomaban en poco tiempo se estropeaban, pero no tenemos ninguna referencia sobre algún método de conservación de las fresas, a pesar de que pudieran haberse guardado en mosto, en vinagre, elaboradas en forma de arrope o en miel. Quizás no estuvieran bien consideradas como recurso alimentario, como sucedió con las bellotas, y fueron un sencillo alimento destinado a calmar el hambre de pastores y campesinos y no un fruto apropiado para presentar en mesas de élite. Al no tener gran producción y ser de pequeño tamaño, tampoco fueron recurso adecuado para proporcionar sustento o complementar la dieta<sup>517</sup> y quizás se recogían como otros frutos silvestres, parte del variado mundo de las bayas y como las bellotas o las castañas, era una labor menor, que requería mano de obra poco cualificada y remunerada, en particular de mujeres y niños, como señala Paladio: *Hoc tempore glandis legendae ac servandae cura nos excitet: quod opus femineis ac puerilibus operis celebrabitur facile more bacarum* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 14-.

Unos frutos secos muy apreciados y utilizados fueron los piñones, por lo que se desarrollarían sistemas de conservación para poder usarlos durante todo el año. Las piñas que los contenían podían dejarse en el árbol hasta que maduraran, pero era necesario recogerlas antes de que se abrieran, con el fin de evitar la pérdida del piñón. Los piñones no solamente se mantenían bien dentro de la piña o de la propia cáscara, sino que también se podían conservar en buenas condiciones fuera de su cáscara y de esta forma, simplemente,

se partían y guardaban: *Servandum est tamen, ut radix eius, quae una et directa est, usque ad summitatem suam possit integra et inlaesa transferri. putatio novellas pini arbores tantum promovet, quod expertus sum, ut, quae speraveras incrementa,*

---

¿Pasteurización?

---

*duplicentur. nuces pineae usque in hoc tempus in arbore esse possunt et maturiores*

---

<sup>517</sup>La recolección de frutos ricos en carbohidratos como el caso de la bellota o la castaña, parece que adquiere un sentido de supervivencia durante los meses en los que la producción natural es escasa. Las fresas, aunque no se cultivaron no ofrecía esta ventaja, en primer lugar por el escaso contenido calórico, a pesar de su riqueza en vitamina C y por tanto bajo PH, según M<sup>a</sup>. C. RAMÍREZ TORTOSA y J. L. QUILES MORALES, “Vitamina C, vitamina E y otros antioxidantes de origen alimentario”, en A. Gil Hernández, *Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición*, Madrid, 2010, p. 667, factores que provocan un rápido deterioro si no se mantienen en conserva. Y en segundo lugar porque su temporada es la primavera, y no el invierno, cuando ya la producción comienza a ser más variada y abundante. Así, el pequeño tamaño sumado a estas circunstancias provocaban que no fueran de gran interés para el recolector, más bien un fruto eventual y fácilmente fungible.



*legentur. prius tamen legendae sunt, quam patescant. nuclei nisi purgati durare non possunt. tamen aliqui in vasis fictilibus novis et terra repletis cum testis suis missos adserunt custodiri* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 12-. Paladio recoge otra fórmula para conservar los piñones sin necesidad de partírselos: se trata de introducirlos con su cáscara en recipientes de barro que contenían, además de los piñones, tierra limpia. Esto los mantenía frescos y secos.

Columela pone en práctica una técnica parecida a la actual pasteurización sobre una mezcla realizada con miel y agua de lluvia. Para ello recomienda envasar el líquido en un recipiente tapado herméticamente con pez y yeso, el cual coloca durante cuarenta días al sol estival. Después, como final del proceso, se suspende en un lugar donde se le pueda aplicar una técnica de ahumado (*vide supra*) -Colum., *R.R.*, 12, 12-. Desde luego, es una técnica de conservación muy interesante, fruto de la puesta en práctica de una serie de técnicas conserveras. Se trata de un proceso aparentemente similar a nuestra actual pasteurización. Este primitivo proceso de pasteurización consistió en calentar un líquido manteniéndolo a una temperatura determinada, sin que llegara a hervir. De esta forma se destruían las bacterias pero sin perjudicar el contenido en nutrientes. Así, se interrumpía el proceso de fermentación natural, manteniendo el producto en buenas condiciones.

En cuanto a los edificios destinados a conservar alimentos, los agrónomos mencionan silos bajo tierra<sup>518</sup> y también graneros elevados sobre ella. Varrón recoge cómo en la Capadocia y Tracia se almacenaba el grano, en unos espacios llamados *siri*, contruidos bajo tierra<sup>519</sup>. El fondo del granero se cubría con paja para evitar la humedad y se cerraba bien para eliminar las corrientes de aire. Así se conseguía aislar el espacio de la humedad y mantener el grano durante mucho tiempo. Columela constata el nombre y

---

<sup>518</sup>Sobre la estructura de estos silos, *vide* P. LACORT NAVARRO, *op. cit.*, 1985, pp. 366 y 372-375, que además ofrece una teoría sobre la capacidad real de dichos silos, y la vincula con la producción cerealística de la campiña cordobesa. Igualmente, P. SÁEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1987, pp. 94-101, vincula los distintos tipos de construcción de numerosos silos encontrados en la Bética, vinculándolos con las estructuras definidas por Varrón, Catón y Columela.

<sup>519</sup>*Triticum condi oportet in granaria sublimia, quae perflectur vento ab exortu ac septemtrionum regione, ad quae nulla aura umida ex propinquis locis adspiret. parietes et solum opere tectorio marmorato loricandi; si minus, ex argilla mixta acere e frumento et amurca, quod murem et vermum non patitur esse et grana facit solidiora ac firmiora. quidam ipsum triticum conspargunt, cum addant in circiter mille modium quadrantal amurcae. item alius aliut adfriat aut aspargit, ut Chalcidicam aut Caricam cretam aut absentium, item huius generis alia. quidam granaria habent sub terris speluncas **quas vocant sirus**, ut in Cappadocia ac Thracia; alii, ut in agro Carthaginiensi et Oscensi in Hispania citeriore, puteos* -Varro., *Rust.*, 1, 57-.

utilización de estos espacios: *Sed id genus horrei, quod scripsimus, nisi [sit in] sicca positione villae, quamvis granum robustissimum corrumpit situ: qui si nullus adsit, possunt etiam defossa frumenta servari, sicut transmarinis quibusdam provinciis, ubi puteorum in modum, quos appellant siros* –Colum., *R.R.*, 1, 6, 16-. Para J. Salido, estos *siri* eran grutas excavadas que requerían dicha preparación ya citada y un cierre que impidiera la entrada de aire en su interior, ya que “la apertura continuada de éstos tendría como consecuencia la fermentación del producto almacenado<sup>520</sup>”.

Este método tiene la ventaja de conservar los alimentos con temperaturas más constantes y suaves que en superficie. Así, bajo tierra, se enterraron vasijas en las que había guardada fruta, como el caso de la granada -Colum., *R.R.*, 12, 44-. Para aplicar la técnica se preparaba limpiamente un hoyo en el suelo y se recubrían sus paredes con barro. En su interior se conservaban diferentes frutos guardados en sus respectivos recipientes.

Además de las granadas, se conservaban así los membrillos y las peras, que se colectaban del árbol bien maduros, se introducían dentro de un recipiente y se metían en una abertura situada en lugar seco y soleado -Colum., *R.R.*, 12, 45-. Las serbas, envasadas en recipientes recubiertos de pez y bien cerradas con yeso, se introducían en estos huecos, enterrándose dentro de un edificio en lugar de al aire libre, evitando con especial cuidado que les diera el sol -Colum., *R.R.*, 12, 16-.

También en la Hispania Citerior se construyeron graneros sobre el suelo, unas construcciones similares a los *horrea*, que permitían el paso del aire, manteniendo el grano en buen estado un tiempo prolongado. Los dos espacios dedicados a conservar el grano son el *granarium* y el *horreum* –Varro., *Rust.*, 1, 11, 2-. Por su parte, el *granarium* es el término específico que define el granero, pero el *horreum* contendría más productos además de grano, como áridos, frutos, forraje y verduras, incluso herramientas agrícolas, como describe Columela<sup>521</sup> –Colum., *R.R.*, 1, 6, 9-10; 1, 6, 7-.

Para una óptima conservación, por tanto, no solamente era imprescindible poner en práctica ciertas técnicas conserveras, también se requería envasarlas y mantenerlas en los lugares adecuados. Pero esto no sería todo, y era necesaria la participación de

---

<sup>520</sup>J. SALIDO DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 2011, p. 128.

<sup>521</sup>J. SALIDO DOMÍNGUEZ, *op. cit.*, 2011, p. 129. Sobre estas construcciones vinculadas con el mundo rural, ver el trabajo de J. SALIDO DOMÍNGUEZ “Arquitectura rural romana: graneros y almacenes en el Occidente del Imperio” *Archéologie et Histoire Romaine* 35, 2017.

complementos, como la cebada y el serrín. Por su parte, y además de alimento en sí mismo, la cebada fue otro medio para conservar ciertas frutas, las cuales se introducían en capas de este cereal que se usaba como protección contra la humedad y los cambios de temperatura. Esta técnica se aplicaba a las granadas y a las uvas, como destaca Paladio: *Item in dolio intra hordeum sic ordinantur, ne se invicem tangant: dolium desuper operitur* -Pall., *Op. Agr.*, 4, 10,10- y confirma Apicio: *Accipies uvas... Et si in ordeo obruas, inlaesas invenies* -Apic., *De re coq.*, 18-.

En ambos casos, las piezas de fruta no se debían tocar entre sí (ya hemos observado que es una constante en el tratamiento de la fruta en conserva) y debían encerrarse cuidadosamente entre la cebada. Entre el grano de cereal se conservaban las peras y si no había grano, incluso entre la paja que procedía del cereal -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 9-. Paladio señala que para las manzanas, la introducción del fruto entre paja era un tratamiento óptimo, que conseguía mantenerlas frescas y en buen estado, siempre en lugar seco: *Melus omni genere inseri potest, quo pirus. mense februario, martio et aliis, quibus pirus, inseritur in melo, in piro, in spino, pruno, sorbo, persico, platano, populo, salice. diligenter legenda sunt mela, quae volumus custodire. ea in locis obscuris, ubi ventus non sit, stramentis prius in crate subiectis in cumulos secreta disponimus: qui cumuli frequenti divisione separentur. aliqui diversa dixerunt, uel singula in vasculis fictilibus picatis atque oblitis claudi uel argilla involvi uel solos pediculos creta adlini uel in tabulis substrata palea disponi et stramentis de superiori parte cooperiri* -Pall., *Op. Agr.*, 3, 25, 17-.

También para conservar castañas era necesaria la aplicación de unas especiales técnicas de conservación, y se guardaban entre pajas, tapadas con arena o enterradas en un recipiente de barro: *Castaneae servantur uel in cratibus dispositae uel intra sabulonem, ne invicem tangantur immersae uel in vasculis fictilibus novis conditae et loco sicciore defossae uel inclusae virgeis ex fago receptaculis et lutatae, ut spiracula non relinquant, uel hordei paleis minutissimis obrutae uel palustri ulva figuratis densioribus sportis reclusae* -Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 22-.

Otro de los materiales que asistía en el desarrollo de técnicas conserveras era el serrín. Esto se debía a su gran capacidad para absorber la humedad, ya que era bien

conocido que la humedad deterioraba los alimentos. Apicio, por ejemplo, señala que este factor provocaba que ciertos frutos delicados, como la trufa, se estropearan: *Tubera quae aquae non vexaverint componis in uas alternis, alternis scobem siccam mittis et gipsas et loco frigido pones* -Apic., *De re coq.*, 27-. En el caso de las trufas, el serrín se colocaba en capas que contenían alternativamente otras tandas de trufas, y esta disposición permitía que se mantuvieran bien secas y separadas unas de otras. Las uvas también se guardaron entre capas de serrín -Colum., *R.R.*, 12, 43- y también entre estratos de salvado de cebada.

A pesar de lo exhaustivo de nuestro análisis sobre las conservas, así como sobre la tecnología utilizada, somos conscientes de que hay aspectos que se nos escapan, algunos que quizá no podamos imaginar por la tipología o incluso, la originalidad de la técnica aplicada. Es por ejemplo, el caso de la anécdota recogida por Ateneo sobre Trajano, a quién le gustaban mucho las ostras. Estando en Partia, muy lejos del mar y sin manera de tomarlas, Apicio<sup>522</sup> le envió ostras frescas, conservadas por medio de un ingenio que él mismo había diseñado. Hay que decir que las ostras se contaminan con gran rapidez y facilidad, provocando unos cuadros muy agudos y peligrosos que cursan con vómitos, dolores intestinales e incluso fiebre. Tanto es así que, a lo largo del recetario de Apicio, todas las ostras que se utilizan en las recetas están cocinadas, en ningún momento encontramos ostras crudas. Pero el sabor de una ostra fresca es incomparable al de la ostra cocida, diferencia que Trajano conocía muy bien, y, cómo no, también Apicio -Athen., *Deipnos.*, 7D-.

La cuestión es: ¿de qué forma preparó Apicio las ostras para que llegaran frescas y en buen estado desde Roma a Partia? La solución más sencilla para trasladar ostras frescas y sin cocinar, es sencillamente un transporte rápido y en estado de semicongelación, de forma que la temperatura no fuera tan baja como para que el proceso de congelación produjera hielo capaz de romper los delicados tejidos de las ostras, pero que resultara lo suficientemente fría como para mantenerlas en buen estado y sin proliferación de microbios

---

*Artifugios mecánicos  
desconocidos*

---

---

<sup>522</sup>Debemos tener en cuenta para esta aparente fecha tardía sobre Apicio (ya que el emperador Trajano gobernó del 98 al 117 d.C.), que conocemos varios personajes llamados Apicio, de épocas diferentes, todos ellos vinculados con la gastronomía, *vide* A. VILLEGAS BECERRIL, 2001, *op. cit.*, pp. 34-36.

hasta llegar a su destino. Independientemente del ingenio principal se aplicaron otros cuidados, como la envoltura en algas durante el transporte. No debía ser un sistema excepcional, porque parece que de esta forma conservaban la humedad y el aroma a mar, o en paja, que también mantiene la temperatura, como señala el pasaje de Ateneo: “Así que, en primer lugar, habiendo visto en casa de un tal Nereo, un viejo, unas ostras envueltas en algas, las cogí<sup>523</sup>”. Sin embargo, aún hay muchas preguntas en el aire, porque ¿cómo consiguió Apicio poner en práctica esta técnica de semicongelación que requiere un mantenimiento constante de temperatura? Podemos intuir que la respuesta en parte fuera preparando el viaje con anticipación y conociendo los sitios donde podía conseguir nieve, calculando las etapas y además cubriéndolas con una gran rapidez, pero ¿de qué manera mantenía la temperatura estable, para que la nieve o el hielo no se licuaran, o incluso llegaran a congelar definitivamente las ostras? Algunas de las preguntas que nos planteamos sobre la aplicación práctica de las técnicas conserveras que se utilizaron en el Mundo Antiguo quedan sin respuesta, y seguramente hemos perdido el conocimiento de otras muchas a través del tiempo. Sin embargo, es posible que Trajano no fuera el único destinatario de estos bivalvos, y parece que no es sorprendente que se hayan encontrado –y que por tanto hubieran viajado hasta allí– numerosas conchas de ostra en guarniciones romanas en las actuales Suiza y Alemania<sup>524</sup>.

#### **2.4. Tiempos de consumo de las distintas conservas y problemas de salud**

Existió una rica complejidad y tipología de técnicas conserveras, con mecanismos de aplicación y preparación muy distintos y variados, así como con características muy diversas en relación con los materiales utilizados. El resultado final sobre los alimentos fue que algunas preparaciones eran prácticamente imperecederas y otras disfrutaban de un plazo más dilatado para su consumo. Entre técnicas tan diferentes como la de los encurtidos y la del arrope, por ejemplo, la gama de duración fue variadísima. Independientemente de la materia prima con que se prepararon cada una de ellas, un aspecto fundamental de la tecnología conservera fue el relativo al envasado y a los métodos de almacenaje. En muchos casos, y al estilo de las técnicas modernas, se efectuaba una previa esterilización

---

<sup>523</sup>Athen., *Deipnos.*, 107B. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, p. 96.

<sup>524</sup>Según señala A. C. ANDREWS, “Oyster as a Food in Greece and Rome”, *Classical Journal* 43, 1948, pp. 300-301.

del alimento –acción que se produce siempre cuando se aplican cocciones cortas a alta temperatura-, para aplicar posteriormente distintas técnicas. Además, los recipientes se sellaban lo más herméticamente posible, siendo untados con pez y cera y tapados después con yeso, material que al endurecer proporcionaba un cierre muy eficiente. Lo habitual era tratar las tapaderas con tanto cuidado como el resto del envase. Con esta acción se conseguía algo que hoy sabemos necesario para que la conserva se mantenga en perfecto estado: un sellado eficaz del recipiente. Además se evitaba la entrada de microorganismos y oxígeno, facilitando un pulcro desarrollo de los procesos de conservación.

El crecimiento y aparición de los microorganismos se previno mediante la acción de la sal, del vinagre, gracias al proceso de ahumado y a la deshidratación, operaciones que, por otra parte, no estuvieron exentas de riesgos. Hay que tener en cuenta que siempre que los alimentos y los recipientes se calientan lo suficiente para esterilizarse, se destruyen las bacterias vivas o en estado vegetativo, así como las esporas. Uno de los problemas más frecuentes en las conservas sería la presencia del *Clostridium botulinum*, un microorganismo capaz de producir una enfermedad denominada botulismo. Puede haber botulismo sobre un alimento en conserva que tenga una baja acidez, o también si el recipiente no se ha esterilizado ya que, aunque se cierre herméticamente, el microorganismo es anaerobio. En este sentido, podemos hablar de conservas bien hechas y otras mal realizadas, en definitiva, de la eficacia de la aplicación de los diferentes métodos de conservación. Para P. Cervera i Ral, un sistema de conservación es eficaz si presenta las siguientes condiciones<sup>525</sup>:

- 1º. Que el tratamiento sea capaz de evitar las posibles alteraciones.
- 2º. Que se produzcan las mínimas modificaciones sensoriales.
- 3º. Que no presente ningún riesgo toxicológico.

Hemos observado que prácticamente todos los casos de preparación de conservas incluían la aplicación de varios métodos en su elaboración, como: esterilización previa, higiene preventiva, uso de vinagre, de sal o aplicación de deshidratación, incluso combinaciones entre ellos. Y finalmente estaban los procesos de tratamiento del envase, así como la aplicación de eficaces sistemas de envasado y almacenaje, aspectos fundamentales

---

<sup>525</sup>P. CERVERA i RAL *et alii*, *op. cit.*, 1999, p. 191.

para aumentar la perdurabilidad del alimento. Sin embargo, y a pesar de las precauciones aplicadas, se advirtió que algunas conservas, no se mantenían en buenas condiciones en ocasiones. También que ciertos alimentos no admitían los procesos de conservación, que no se mantenían en buen estado. El problema consistía no en que el alimento estuviera en malas condiciones, sino que ciertos alimentos eran capaces de provocar enfermedad, y se desconocía la razón. Era evidente, por tanto, que los problemas provocados por una incorrecta aplicación de la tecnología conservera repercutían en la salud humana. Era el caso, por ejemplo, de ciertos productos, como los huevos, que son altamente lábiles, y que no eran objeto frecuente de elaboración de conservas, quizás por su capacidad de producir salmonelosis. El conocimiento empírico de que ciertas dolencias podían ser consecuencia del consumo de algunos alimentos como los huevos o las ostras crudas en mal estado, provocó que se tuviera un especial cuidado con las comidas sospechosas de provocar estas intoxicaciones.

Aunque sin duda, muchas conservas estaban puestas en práctica adecuadamente, otras muchas no llegaron a alcanzar el grado de perfección que podría haber conseguido que se mantuvieran como producto imperecedero ya que no siempre se podían evitar las posibles alteraciones o contaminación.

### 3. Cocinado

#### Introducción

En este capítulo analizaremos las técnicas de cocinado en Roma, así como los instrumentos de cocina más importantes o frecuentes. Las técnicas más complejas que examinaremos nos muestran un profundo conocimiento culinario y una alta especialización. La cocina más elaborada nos enseña hasta qué punto evolucionó la tecnología de la alimentación en la Roma antigua, aunque por otra parte, la existencia de la sofisticada tecnología alimentaria no descarta ni mucho menos la presencia en paralelo de una realidad popular y simple. La sencillez culinaria convivió junto a la refinada y cosmopolita cocina aristocrática, y se enriquecieron mutuamente.

En realidad, la primera cocina internacional de la Historia fue la romana, que, respetando las particularidades de cada región, fue capaz de imponerse en todo el territorio

---

*La romana: primera cocina internacional*

---

conquistado<sup>526</sup>. Las élites provinciales comieron al estilo romano, más prestigioso que el local. La facilidad para el intercambio comercial de productos a través del Imperio fue una de las condiciones que propició la existencia de esa primera cocina internacional. Esto permitió que prácticamente todos los productos existentes en Roma pudieran llegar a cualquier punto del Imperio, y viceversa, y que se encontraran a disposición de quién los pudiera pagar, por una parte y, por otra, de quién los supiera utilizar. Y junto a los productos se conocieron las tecnologías adecuadas para prepararlos, los métodos de cocinado y los instrumentos idóneos para aplicar dichas técnicas.

Por otra parte, con respecto a la numeración de las recetas de Apicio, hemos seguido la que ya realizamos en nuestro anterior trabajo “Gastronomía romana y Dieta mediterránea”, tablas que para facilitar la lectura de *De re coquinaria*, incluimos como apéndice final. Para referirnos a las recetas, simplemente las anotaremos con el número que les corresponde, sin necesidad de hacer referencia al capítulo y apartado, simplificando así tanto su búsqueda como la referencia correspondiente. A continuación de cada uno de los

---

<sup>526</sup>La idea de una “primera cocina internacional” está inspirada en un texto de H. KÜSTER, *op. cit.*, 2000, pp. 431-437.



términos latinos, anotaremos los números de recetas en las que se utiliza el instrumento o la técnica referida.

Por otro lado, en este capítulo en especial ha resultado imprescindible desarrollar un sistema de trabajo particular, en el cual ha sido necesario vincular las fuentes, el conocimiento arqueológico de las diferentes piezas analizadas y su aplicación práctica en la cocina. Esto nos ha llevado a investigar de forma práctica el desarrollo de la tecnología culinaria, para llegar a entender perfectamente cómo se desarrollaban los procesos de cocina en la Antigüedad. Esto nos ha proporcionado una visión muy completa con respecto a la utilidad de los instrumentos y su relación (con frecuencia su presencia no solo era necesaria, resultaba imprescindible) e implicación con diferentes técnicas. El conjunto de conocimientos de carácter culinarios nos debe llevar a entender la complejidad tecnológica que se desplegaba en las cocinas romanas y que implicaría tanto la habilidad, pericia y experiencia de los cocineros como la perfección y dominio de las técnicas, así como la participación de elementos materiales: desde los más sencillos, como cuchillos y morteros, hasta los más complejos. Asimismo, es posible que la disposición de las cocinas de mayor calidad, hubiera existido una división espacial del trabajo (por ejemplo, la panificación y repostería se desarrollaban en espacios diferenciados de las labores ordinarias). Es decir, no solamente enumeraremos y detallaremos las técnicas e instrumentos más importantes, sino que comprendiéndolos e interpretándolos proporcionaremos una visión novedosa y fidedigna de los antiguos conocimientos prácticos de carácter culinario en el Sistema Alimentario romano y de sus sistemas de trabajo.

### 3.1. Instrumentos

Los utensilios fueron medios básicos para trabajar en la cocina<sup>527</sup>. Por otro lado resultan imprescindibles para conocer las técnicas desarrolladas mediante su aplicación. Los instrumentos de cualquier tipo: más o menos sofisticados, sencillos, complejos, incluso los que estaban realizados con distintos materiales, fueron la herramienta fundamental con que los cocineros pudieron realizar físicamente los proyectos que imaginaban<sup>528</sup> (recetas, platos y elaboraciones diversas). Algunos instrumentos eran muy elementales, como los que menciona Ateneo: un cucharón para servir la sopa, espetones o incluso una sencilla horquilla para la carne<sup>529</sup>. Y además un rallador de queso, un rodillo, tazones para diversos usos, un cuchillo, una marmita, un hacha, cazuelas, escudillas, platos sartén, leña, artesas y un tipo más de cuchillo, las tajaderas, con forma de media luna -Athen., *Deipnos.*, 169B-C-. Desde luego, la variedad de instrumentos de cocina y mesa fue tan diversa como las técnicas culinarias que requirieron su uso. Los más sencillos eran, desde luego, polivalentes y se utilizaron en multitud de técnicas, mientras que los más sofisticados se utilizaron para realizar acciones muy concretas. Muchas veces, algunos elementos cuya procedencia primitiva no era culinaria, como en el caso del prendedor -*fibula*- o del papiro -*charta*-, encontraron en los fogones un oficio concreto y específico, que describiremos.

---

<sup>527</sup>Algunos de estos instrumentos, como es el caso de la cerámica de cocina romana, fueron objeto ordinario de comercio a gran escala. Por ejemplo, la producción de instrumentos de cocina de origen itálico y africano, que fueron comercializados por todo el Mediterráneo. Esta pujanza quizás se debiera, según M<sup>a</sup>. V. PEINADO ESPINOSA, “Las cerámicas de cocina en el Alto Guadalquivir, siglos I-II d.C.”, en D. Bernal Casasola y A. Ribera i Lacomba (Eds.), *Cerámicas hispanorromanas II. Producciones regionales*”, Cádiz, 2012, p. 402, a que esta zona desempeñó durante época republicana y altoimperial un importante papel económico, y a que se trataba de piezas de excelente calidad.

<sup>528</sup>Según señala A. J. DONNELLY, “Cooking Pots in Ancient and Late Antique Cookbooks”, en M. Spataro y A. Villing (eds.), *Ceramics, cuisine and culture: archaeology and science of kitchen pottery in the ancient Mediterranean world*, Oxford, 2015, pp. 141 ss., resulta problemática la discusión sobre los usos y funciones de los instrumentos de cocina, no siendo correcto adjudicar un tipo de uso solamente por el aspecto físico, aunque sea uno de los criterios a tener en cuenta. Pero cuando dichos usos están asistidos por los criterios que encontramos en fuentes literarias, es posible acercarse más exactamente a la utilización que en su momento tuvieron dichos instrumentos. Aunque desde luego las definiciones no son siempre exactas, ni estáticas, y no todo el mundo utilizó siempre los diferentes instrumentos de la misma forma a través del tiempo. Sin embargo, las fuentes muy específicas, como son los libros de cocina, resultan una herramienta extraordinaria y muy exacta para investigar la función de dichos instrumentos.

<sup>529</sup>Una especie de tenedor con dos pinchos, de tamaño mayor que nuestros tenedores actuales, para ayudar a dar la vuelta a la carne cuando se cocinaba o se servía, incluso para sujetarla mientras el trinchador la cortaba.

A continuación procedemos a enumerar y detallar los principales utensilios de cocina empleados en el mundo romano, ordenados alfabéticamente y señalando las principales fuentes escritas que mencionan su aplicación práctica para desarrollar las diferentes técnicas culinarias.

---

*Instrumentos elementales,  
instrumentos refinados*

---

**Aeneum vas.** Recipiente de bronce donde se cuece miel con vino para preparar una bebida especiada. Morfológicamente responde a un cacillo con boca pequeña y cuerpo globular, más ancho, con un asa que hace pensar que se podía colgar de algunas barras para poner sobre el fuego<sup>530</sup>, y que recoge Apicio: *Mellis p. XV in aeneum uas mittuntur...*-Apic., *De re coq.*, 1-.

**Acetabulum.** (Fig. 34) Vinagrera, salsaera. En ella se servía lo que se preparaba en el *uas*, o en el *vasculum*. Era un recipiente de tamaño más pequeño que los anteriores, que se utilizaba para añadir vinagre y otras salsas en la mesa. Podían estar realizados en plata - *Dig.*, 34, 2, 19-, como otros utensilios de mesa y tenía la forma de un pequeño vaso<sup>531</sup>, como señala Apicio en numerosas ocasiones: *Ad unum liquaminis acetabulum aquae septem mittes...* -Apic., *De re coq.*, 53, 239, 242, 271, 333, 360, 362, 368, 383, 475, 485-.



Fig. 34. *Acetabulum*. Recipiente para doble contenido, procedente de Siria. S. II d.C.  
Museo Británico.

---

<sup>530</sup>M. ANNECHINO, “Suppellettile fittile da cucina di Pompei”, en A. Carandini (ed.), *L’instrumentum domesticum di Ercolano e Pompeii nella prima età imperiale. Quaderni di Cultura materiale* 1, Roma, 1977, p. 109.

<sup>531</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Acetabulum*.

**Acus.** Alfiler con el que se pinchaba una tripa rellena o un embutido de cualquier tipo, con el fin de impedir que reventara. El embutido se cocía, y al pincharlo salía el agua absorbida durante la cocción, como explica Apicio: *Levas et pungis acu, ne crepet* -Apic., *De re coq.*, 287-. Estos embutidos se podían preparar de diversas formas y con frecuencia se incluía la sangre del animal entre sus componentes, dato que recoge Tertuliano -Tert., *Apol.*, 9, 14-.

**Amburvum.** (Fig. 35) Recipiente curvado<sup>532</sup>, descrito por Varrón: *Amburvo fictum ab urvo, quod ita flexum ut redeat sursum versus ut in aratro quod est urvum* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 27, 127-.



Fig. 35. *Amburvum*. S. II d.C.

Museo Arqueológico de Nápoles.

**Angularis.** (Fig. 36) Terrina de base rectangular y bordes elevados, para poner en el fuego, que se empleaba para hacer timbales o para marinar los alimentos<sup>533</sup>, usada por Apicio: *Angularem accipies qui versari potest*, y también: *...in angularem refundis simul cum ofellis* -Apic., *De re coq.*, 187, 262-.



Fig. 36. *Angularis*. Área vesubiana. S. I d.C.

Museo Arqueológico de Nápoles.

---

<sup>532</sup>Aunque el traductor de Varrón, L. A. HERNÁNDEZ MIGUEL, *op. cit.*, 1998, p. 239 señala que probablemente la etimología del término que presenta el primer autor no sea plausible.

<sup>533</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 224.

**Boletar.** En primera instancia fue el plato destinado a servir los champiñones y las setas *-boletus-*, aunque con el tiempo se convirtió en un plato genérico, destinado al servicio de mesa durante las reuniones distinguidas. Se usaba para presentar diferentes preparaciones como las gachas, según observamos en el recetario de Apicio: *...et in boletari inferes* -Apic., *De re coq.*, 58-; las lentejas: *Adicies in boletari oleum viridem* y *Cum in boletar miseris* -Apic., *De re coq.*, 183, 184-; los guisantes secos: *In boletari vitellum ovi cocti colas, insuper oleum viridem mittis et inferes* -Apic., *De re coq.*, 189-. Y también para la isicia: *...obligas, coagitabis et exinanes in boletari* -Apic., *De re coq.*, 46-. Además, el *boletar* se utilizaba para presentar las piezas grandes como un pato, una grulla - Apic., *De re coq.*, 216-, o un lechoncillo entero -Apic., *De re coq.*, 379-. Era un plato elegante, tanto en lo referente al propio recipiente como a las recetas que se preparaban bajo esta denominación, lo que destaca Marcial: *Cum mihi boleti dederint tam nobile nomen* -Mart., *Epigr.*, 14, 101- y observamos igualmente en las presentaciones de Apicio - Apic., *De re coq.*, 46, 58, 183, 184, 189, 216, 379-.

**Caccabulus.** Término que utiliza Apicio como un diminutivo de *caccabus* y también como sinónimo. En las recetas 125 y 126 de Apicio se usa para cocinar y presentar la *Sala Cattabia*, un delicado plato que se presentaba en frío, por lo tanto, el instrumento era de uso polivalente: *In caccabulo compones...* y: *Adicies in caccabulo...* -Apic., *De re coq.*, 125, 126, 173, 175, 249, 387, 477, 492-.

**Caccabus.** (Fig. 37) Es una cacerola de usos múltiples en la que se cocían las salsas y también ciertos platos como el *minutal* -Apic., *De re coq.*, 165, 171-, el *puls* -Apic., *De re coq.*, 179, 182- y las lentejas: *Accipies caccabum mundum...* y: *Accipies caccabum novum,* -Apic., *De re coq.*, 183, 184-. Una marmita polivalente, fabricada en diferentes tamaños, para utilizar en la cocina, tanto en grandes guisos como para pocos comensales<sup>534</sup>. En

---

<sup>534</sup>Para M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 108, el *caccabus* tuvo varias medidas, entre 16 y 40 cm de diámetro y una altura máxima de 20 cm. Fue uno de los recipientes de cocina de mayor difusión, como demuestra la evidencia arqueológica. M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 34, por su parte, señala que esta pieza responde a una de las más sobresalientes en la cocina, usada según él para hervir alimentos, típica de los primeros siglos de nuestra era. Y a veces acompañada de tapaderas de todo tipo que también podían asumir el papel de platos auxiliares, *operculum*. Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, pp. 142-143, se usa este término 66 veces en *De re coquinaria*. Para este mismo autor, la técnica más común asociada con *caccabus* es *ferveo*, mencionadas treinta y cinco veces en asociación, ambos términos. Además, se utilizan otras acciones culinarias como *bullio*, *elixo*, *caleo*, *tepesco* y *asso*. Parece no ser un instrumento destinado al horno, y por las piezas que se introducen, que pueden ser de gran tamaño, tenía una boca amplia. Su primer uso parece ser

cuanto a los materiales, podía estar confeccionada en barro, en estaño o en bronce -*Dig.*, 34, 2, 19, 12-, y era sin duda, el recipiente común donde se guisaba<sup>535</sup>, como señala Varrón: *Uas ubi coquebant cibum, ab eo caccabum appellarunt* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 127-. Morfológicamente se trata de un recipiente de boca ancha, que se situaba encima de un trípode colocado sobre el fuego, y era algo picudo por abajo, para mantener su estabilidad -*Apic.*, *De re coq.*, 46, 50, 57, 71, 74, 119, 132, 141, 142, 158, 163, 165, 166, 168-171, 173-175, 177, 179, 181-184, 187, 188, 190, 193-195, 198, 201, 202, 210, 212, 214, 217, 232, 249, 263, 292, 316, 317, 358, 366, 371, 373-377, 387-390, 433, 434, 469, 477, 483, 484, 492, 495-. De usos similares a la *patina*, (vide infra), como observamos en Digesto, *Item caccabos et patinas in instrumento fundici ese dicimus, quia sine his pulmentarium coqui non potest* -*Dig.*, 33, 7, 18 (3)-, fuente que nos confirma que sin ellos los cocineros no podrían hacer *puls*, lo que figuradamente significa que no podían cocinar.



Fig. 37. *Caccabus*. Pompeya, 15, VII, 3. Del s. I d.C. Museo Arqueológico de Nápoles.

---

el de calentar líquidos. Sin embargo, según A. URBAN FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, pp. 62-64, se cita en 80 ocasiones, y es el mismo instrumento que *caccabulus*.

<sup>535</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Caccabus*.

**Calix.** (Fig. 38) Copa cuyo nombre deriva de su uso ya que en el *calix* se servían bebidas o comidas calientes, como el *puls* recién hecho y algunos líquidos también calientes, como señala Varrón: *Calix a caldo, quod in eo calda puls apponebatur et caldum eo bibebant* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 127-. Posteriormente se convirtió en una sencilla copa que a veces se fabricaba en cristal y que se utilizaba para dosificar un líquido o para beber, que eran muy frágiles: *Frangere dum metuis, franges crystallina: peccant* -Mart., *Epigr.*, 14, 111-. La pieza que utiliza Apicio contenía *garum* de excelente calidad, o bien *carenum*, y como señala este autor: *Mittis liquaminis optimi calicem, careni tantundem* -Apic., *De re coq.*, 52-. Se trata de un uso del *calix* como copa de servicio y no para beber. Era un recipiente de calidad que contenía un producto costoso. La forma del *calix* era circular, poco profunda y muy abierta, comúnmente provista de dos asas cortas y pie. Una de las asas servía para colgar la copa cuando no se utilizaba. Podía ser un recipiente de lujo o algo más corriente, perteneciente al ámbito de la vida cotidiana, como destaca Marcial, señalando la diferencia entre este y otras copas más elegantes de origen egipcio: *Tolle, puer, calices tepidique toreumata Nili et milli securo pocula trade manu*, o cómo carecer de esta copa representaba la máxima pobreza: *Nec toga nec... atque calix* -Mart., *Epigr.*, 11, 11; 11, 32-. En cualquier caso, un recipiente para beber, con formas más sencillas o complejas, fabricados con paredes finas en el caso de la cerámica, e incluso vidriadas<sup>536</sup>.



Fig. 38. *Calix*. Copa con decoración de aceitunas que hace referencia a la fertilidad de la naturaleza.

S. I a.C.

Casa de Menandro. Museo Arqueológico de Nápoles.

<sup>536</sup>Según identifica M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 34, lam.119.

**Canistra.** Cestas de mimbre para el pan, con una variedad de la que Varrón señala su origen griego: *Tryblia et canistra quod putant esse Latina, sunt Graeca: tryblion enim et kanoun dicuntur Graece* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.

**Canna.** Caña utilizada como cuchillo: *Ficatum praecidis ad cannam...* -Apic., *De re coq.*, 261-. O bien como brocheta, *sumen elixas, de cannis surclas...* -Apic., *De re coq.*, 258-. En la primera receta de Apicio que anotamos se debió afilar para romper las delicadas fibras de un hígado, y en la segunda simplemente se utilizó como pincho para atravesar trozos de carne y dorarlos al horno -Apic., *De re coq.*, 261, 258-.

**Capis.** (Fig. 39) Tazón con asa descrito por Varrón: *Capides et minores capulae a capiando, quod ansatae ut prehendi possent, id est capi. harum figuras in vasis sacris ligneas ac fictiles antiquas etiam nunc videmus* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 26, 121-. En tiempos de Varrón, las formas más antiguas correspondían a recipientes sagrados y estaban elaborados en madera y barro.



Fig. 39. *Capis*. Tazón con dos asas, fabricado en cristal azul cobalto. S. I d.C. Castra Vetera (Alemania)  
Museo Británico.



**Capula.** Tazón similar al *capis*, pero de menor tamaño, como una taza (*vide supra*) -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 26, 121-.

**Catinus.** Recipiente donde se ponían las gachas o comidas cocinadas en su jugo. Los sículos, según Varrón, llamaban *kátinos* al recipiente donde ponían los asados<sup>537</sup>, descritos por Varrón como utensilios de mesa y no de cocina: *Uasa in mensa escaria: ubi pultem aut ivrulenti quid ponebant, a capiendo catinum nominarunt, nisi quod Siculi dicunt katinon ubi assa ponebant:* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-. Para M. Beltrán Lloris, escudilla o tazón bajo este nombre genérico, usado para servir alimentos, entre ellos los “preparados a base de harina<sup>538</sup>”, aspecto en el que coincide con Varrón, ya que señala que el recipiente se usaba para servir *puls*.

**Charta.** (Fig. 40) Hoja de papiro utilizada para tapar o envolver animales rellenos que se cocinaban al horno. Se trata de un medio con el que poner en práctica una sofisticada técnica de cocinado. Consiste en utilizar esta hoja para envolver alimentos que se hornean. La protección que proporciona la hoja frente al calor seco del horno facilita que los ingredientes de la receta no pierdan jugosidad. Este tipo de envoltorio era un material que al calentarse y absorber humedad se volvía dúctil, adaptándose al alimento sin romperse. Era capaz de suavizar el impacto del calor seco, facilitando que la pieza se cociera perfectamente en su interior, sin quemar la superficie externa. Este papiro se utilizaba para envolver tanto la carne como el pescado, era flexible y no se rompía, como señala Plinio: *Ex iis Galicum et cum radice vehitur abluiturque vino, siccat in umbra, ahigatur fasciculis in charta, non multum ab Indico differens, Syriaco tamen levius. pretium X. in his probatio una ne sint fragilia et arida potius quam sicca folia* -Plin., *N.H.*, 12, 47-. Su uso es recogido por Teofrasto, igualmente -Teofr., *H.P.*, 4, 8, 2-5 ss-. Esta técnica de envolver alimentos en una hoja para cocinarlos se conoce bajo el término *papillote*<sup>539</sup>. En el recetario de Apicio, el ingrediente principal de todas las recetas que utilizan esta técnica de *papillote* con hojas de papiro, es la carne. Con una sola excepción, que explica cómo preparar una sarda<sup>540</sup>, que es un pescado graso que admite la aplicación de técnicas más potentes que los

---

<sup>537</sup>Pueblo de la Italia protohistórica que habitó en Sicilia, y cuya lengua presenta muchas afinidades con el latín.

<sup>538</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 34. Para este autor, *catinus* y *catillus* “se refieren a recipientes de las mismas dimensiones en los grafitos de Graufesenque”.

<sup>539</sup>Sobre la aplicación y desarrollo de la técnica, ver voz *Papillote*, en el apartado “Técnicas”.

<sup>540</sup>La sarda es un pescado azul de pequeño tamaño, de la familia de la caballa.

pescados blancos: *Sardam exossatur... impletur et consuitur, involvitur in carta et sic supra...* El resto de recetas que utilizan este sistema son complejas y muy técnicas, observamos el comentario de Apicio: *Hac impensa intestina replet et super haedum componis in giro et omento uel carta cooperies, surclas* -Apic., *De re coq.*, 366, 367, 371, 391, 392, 421-.



Fig. 40. *Charta*. Papiro que contiene algún tipo de pigmento rojo, utilizado de forma similar a los de uso culinario.

Oxyrincho. Egipto. S. I d.C.

Museo Británico.

El papiro era conocido en el Egipto faraónico desde el 3000 a.C., de donde se exportó a Grecia en el s. IV. En Egipto, dicha planta no se utilizó solamente como soporte de escritura, sino que mucho antes formó parte de la alimentación, comiéndose la parte inferior, más tierna, tanto cruda como asada al horno, algo que señalan Herodoto y Teofrasto (*vide supra*) -Herod., *Hist.*, 2, 92-. Y su utilización como papel se popularizó después de las conquistas de Alejandro. Para cocinar no eran prácticos los papiros finos de mejor calidad, sino los más gruesos y consistentes ya que tenían que soportar temperaturas muy elevadas así como un alto grado de humedad. Existieron muchos tipos de papiros, desde los destinados a los libros sagrados, muy estimados por su alta calidad, la *charta hieratica* a aquel otro papiro llamado “de Livia” en honor de la esposa de Augusto. Otras calidades inferiores parecen más apropiadas para cocinar, a partir de las más corrientes la

*charta amphitheatrica*, *charta saitica*, *charta taeneotica*, o la *charta emphoretica*, tipo de papiro este último que se utilizaba para envolver las mercancías y quizás fuera el que se usaba como *papillote* en las cocinas de época imperial.

**Clibanus**<sup>541</sup> (Fig. 41). Era un tipo de horno con tapadera o campana realizado en metal o tierra cocida, dotado de doble pared y calentado por la parte del fondo, de forma que el calor se repartiera a lo largo del espacio situado entre las paredes<sup>542</sup>. De esta forma, los alimentos contenidos se horneaban homogéneamente. Era un instrumento diferente al horno fijo, no existe una posible confusión, como observamos en *De re coquinaria: in tegula positos mittes in furnum aut farsos in clibano coques* -Apic., *De re coq.*, 397-. En el *clibanus*, además de las piezas de carnes y pescados más elaboradas, se cocía habitualmente el pan -Isid., *Orig.*, 15, 6, 5-. Algunos incluso estaban elaborados en materiales nobles, por ejemplo en plata, como el que paseaba alrededor de la mesa un esclavo de Trimalción, ofreciendo pan caliente a los invitados, una imaginaria demostración por parte de Petronio de la excentricidad de las clases emergentes de libertos enriquecidos -Petron., *Satyr.*, 35, 6-. Que sin embargo, pudieron ser algo más que leyenda, como observamos en la figura.



Fig. 41. Campana de *Clibanus*. Horno portátil.

(N. BLANC y A. NERCESSIAN, *La cuisine romaine antique*, Chambéry, 1992, pp. 60

<sup>541</sup>El momento en que se deja de cocinar sobre las brasas directamente (o *sub testu*) para utilizar un horno del tipo *clibanus*, con una campana para proteger la comida, no se conoce, aunque tenemos datos de Catón y Virgilio quienes fechan la presencia de estos hornos para hacer pan en sus respectivas épocas: mitad del s. III a.C. y s. I d.C., lo que nos proporciona un tiempo muy largo de uso -*Cato., Agr.*, 74-76; *Virg., Mor.*, 50-. De tamaño entre quince y veinte centímetros de diámetro y veinte centímetros de altura. R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, pp. 368-369. Citado en *De re coquinaria*, según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, pp. 141-147, en cuatro ocasiones.

<sup>542</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 191.



Fig. 42a y 42b. Fuente y campana de plata, para el servicio de mesa como el sugerido por el ficticio Trimalción.

Fuente con tapadera que protege y mantiene la temperatura de los alimentos, así como la concentración del aroma. S. III-IV d.C. Mildenhall Treasure.

Museo Británico.

Una de las funciones del *clibanus* estaba claramente relacionada con la preparación de pan o panecillos caseros, existiendo incluso un tipo de pan con su nombre -Athen., *Deipnos.*, 110 C; Isid., *Orig.*, 20, 2, 15-. Plinio también menciona un tipo de pan que se prepara en el *clibanus*: *...ut furnacei uel artopticii aut in clibanis cocti* -Plin., *N.H.*, 18, 27, 105-. Quizás precalentado en un horno de mayor tamaño y para presentar en la mesa, el *clibanus* era un instrumento para usar en ocasiones muy distintas. Frente a este tipo de cocción para el pan, Catón presenta dos recetas de pan más rústico y elaborado de diferente forma, que en este caso están preparados bajo las cenizas (el método de cocción *sub testu*), para lo que no necesitó un hornillo<sup>543</sup>: *Panem depsticum sic facito. manus mortariumque*

<sup>543</sup>A. CUBBERLEY, "Bread-baking in Ancient Italy. *Clibanus* and *sub testu* in the Roman world: further thoughts", en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, 1999, pp. 55-68, señala que el horneado con *testum* y *clibanum* son acciones idénticas, la única diferencia entre ambos es que *testum* es un término latino, y tanto el término como el objeto *clibanum*, son de origen griego. A la moda oriental, como vemos que sucede con muchas costumbres alimentarias romanas, el *clibanus* llegó en el s. II a.C., quizás para sustituir a un modo más anticuado de hornear, *sub testum*, o bien como una nueva forma de hornear los alimentos. Sin embargo, R. L. CURTIS *op. cit.*, 2001, p. 369, recoge la posibilidad de que ambas acciones respondan a una diferencia socio-económica, en la que *clibanus* responda a una técnica griega, más sofisticada que *sub testum*, que era un sistema de horneado utilizado fundamentalmente en un entorno rústico. Y característico del entorno mediterráneo, como señala B. SANTICH, "Testo, tegamo, tiella, tian: the Mediterranean

*bene lavato. farinam in mortarium indito, aquae paulatim addito subigitoque pulchre. ubi bene subegeris, defingito coquitoque sub testu. Libum hoc modo facito. Casei P. II bene disterat in mortario. ubi bene distriverit, farinae siligineae libram aut, si voles tenerius esse, selibram similaginis eodem indito permiscetoque cum caseo bene. ovum unum addito et una permisceto bene. inde panem facito, folia subdito, in foco caldo sub testu coquito leniter* –Cato., *Agr.*, 74, 75-.

Lirones, cabra rellena, riñones asados y cuello de cerdo son los productos que se elaboraban en el *clibanus* y que localizamos en la obra de Apicio –Apic., *De re coq.*, 272, 289, 361, 363, 397-. En el *clibanus* se cocinaba y también se mantenían calientes los alimentos que se transportaban de la cocina a la mesa. Si estaban fabricados en plata cumplían un papel muy refinado dentro del servicio de mesa, y podían fabricarse en tierra cocida, bronce o hierro, como recoge Cubberley<sup>544</sup> (Figs. 42 y 42a). Para calentarlos, a veces se utilizaba la corteza del lino como combustible para quemar –Plin., *N.H.*, 18, 6, 18; Apic., *De re coq.*, 272, 289, 361, 397-.

Según opina Cubberley, y también coinciden Dalby y André<sup>545</sup>, el término *clibanus* (y con él, el uso de la pieza de cocina, aunque el *sub testu* ya era una técnica largamente utilizada en Roma) llega al latín tras el contacto con el mundo helenístico, del término *klibanus*, en época tardía, en la segunda o tercera centuria d.C., cuando según Livio: *Epulae quoque ipsae et cura et sumptu maiore apparario coeptae tum coquus, vilissimum antiquis mancipium et aestimatione et usu, in pretio esse, et quod ministerium fuerat, ars haberi coepta* –Liv., *Ab Urb.*, 39, 6-. Era circular y en forma de campana, como describe Columela: *Sed scrobis clibano similis sit, imus summo patentior,* –Colum., *R.R.*, 5, 19, 2-.

**Cochlear.** (Figs. 43-46) Cuchara que se utiliza para la mesa pero también para medir cantidades. Apicio las utiliza para dosificar condimentos: pimienta, vinagre y una mezcla de especias y miel. En las cocinas y mesas romanas, la cuchara fue un elemento básico, usado tanto para comer como para guisar. Las cucharas presentan diferentes morfologías: son alargadas, ovaladas, puntiagudas o redondeadas<sup>546</sup>. Por lo general son

---

camp oven”, *Oxford Symposium on Food and Cookery, 1988: the cooking pot: proceedings*, 1989, p. 141.

<sup>544</sup>A. CUBBERLEY, J. LLOYD, P. ROBERTS, “Testa and Clibani: The Baking Covers of Classical Italy”, *Papers of the British School at Rome*, 56, 1988, p. 101.

<sup>545</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 101, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p.191.

<sup>546</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Cochlear*.

muy similares a las que utilizamos actualmente, con un mango que frecuentemente está adornado en su extremo. Existe otro tipo de cuchara, *cochleare*, más pequeña que la anterior, aunque tanto una como otra servían, como Isidoro, Apicio y Columela confirman, para dosificar y medir las cantidades más pequeñas -Isid., *Orig.*, 16, 26, 3; Apic., *De re coq.*, 53, 111, 152; Colum., *R.R.*, 12, 21, 3-.



Fig. 43. Cuchara de plata. Grabada con dedicatoria a Fauno. Treasure Trove. Thetford, Norfolk. S.

II d. C.

Museo Británico.



Fig. 44. Cucharas de plata de diversos tipos. Casa de Menandro. Museo Arqueológico de Nápoles.



Fig. 45. Cuatro cucharas con mango largo y puntiagudo, y cazoleta redonda. Usadas para comer marisco y huevos. S. I a.C. al II d.C.  
Colección Farnese. Museo Arqueológico de Nápoles.



Fig. 46. Cucharas con un extremo afilado para extraer alimentos difíciles como caracoles.  
Thertford, Norfolk. S. II d.C.  
Museo Británico

Además de cucharas de mesa más trabajadas, también había unas cucharas sencillas para utilizar en las cocinas, quizás trabajadas en madera. Las destinadas al servicio de mesa estaban fabricadas en materiales nobles, sobre todo plata maciza, como las que sirvieron para romper un huevo en el banquete de Trimalción y que pesaban al menos media libra según relata Petronio -Petron., *Satyr.*, 33, 6-. Otro tipo de cuchara es la que se utilizó como saca-caracoles y que era más afilada que las anteriores: *Quid tibi cum phiala, ligulam cum mittere possis, mittere cum possis uel cocleare mihi... cocleam cum mittere possis* -Mart., *Epigr.*, 8, 33, 23; 71, 9-10-. Esta última cuchara también se usaba para agujerear los huevos o para extraer el contenido de algunos crustáceos, como muestra Marcial: *Coclearia. sum cocleis habilis, sed nec minus utilis ovis. numquid scis, potius cur cocleare vocer?* -Mart., *Epigr.*, 14, 121-.

**Colum.** (Fig. 47 y 48) Colador, filtro realizado en esparto o junco, flexible o rígido, que se utilizaba tanto en la mesa como en la cocina o en los laboratorios farmacológicos de los médicos. Para los líquidos, que exigían pasadores más finos, estos instrumentos se fabricaban en bronce, plata, o cerámica. A través de este, de la misma forma que actualmente, se pasaban líquidos o semilíquidos con diferentes intenciones: filtrar, separando líquidos de sólidos, triturar finamente un puré o preparar zumos. Columela explica la elaboración de zumo de bayas de arrayán, que pasa a través de un tamiz muy fino, y así: *Exprimunt et per colum iunceum liquatum sucum lagunculis bene picatis condunt neque melle neque alia re ulla inmixta* -Colum., *R.R.*, 12, 38-. Era un instrumento polivalente y muy utilizado en cocina, *De re coquinaria* lo utiliza de las siguientes formas:

- 1-Filtro para pasar la leche -Apic., *De re coq.*, 140, 295, 366-.
- 2-Filtro para el vino -Apic., *De re coq.*, 4-.
- 3-Filtro para el agua de verduras cocidas -Apic., *De re coq.*, 71-.
- 4-Tamiz para pasar las legumbres y hortalizas -Apic., *De re coq.*, 132, 133, 136, 160, 199-.
- 5-Como *sportella*<sup>547</sup> -Apic., *De re coq.*, 5, 246, 361, 369, 370-.
- 6-Colador para escurrir -Apic., *De re coq.*, 163-.
- 7-Filtro para retirar los grumos de una crema -Apic., *De re coq.*, 173, 201-.

---

<sup>547</sup>Cestilla en la que se introducían piezas y a su vez se introducía en una olla para hervir, de manera que se pudieran sacar con facilidad en el momento que se deseara. Ver *sportella*, *infra*.



8-Desmenuzar yemas de huevo duro -Apic., *De re coq.*, 189-.

9-Filtro para eliminar los residuos del *allec* -Apic., *De re coq.*, 286-.

10-Filtro para afinar una mezcla de huevos y leche -Apic., *De re coq.*, 302-.



Fig. 47. *Colum*. Amplio colador con asas. Área vesubiana, s. I d.C.  
Museo Arqueológico de Nápoles.

Los coladores realizados en materiales perecederos fueron morfológicamente muy variados. Algunos eran muy similares a los actuales, y estaban dotados de mango largo y cazoleta agujereada. Otros se realizaron a partir de una olla de cocina, de forma casi esférica y con la parte inferior calada. Este recipiente, como señala Annechino, debió tener otros usos además de los expuestos anteriormente<sup>548</sup>. Sostenido sobre una olla con agua hirviendo, servía para cocer al vapor el contenido del *colum* ya que incluso algunos ejemplares presentan una aleta lateral continua sobre la que podía apoyarse el recipiente dentro de otro y no caer al interior. Sin embargo, todos los usos que hace Apicio del colador, son para trabajar en la cocina, pero ninguno es para cocinar al vapor, por lo que

<sup>548</sup>M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 109.

descartamos la presencia de esta técnica. Tampoco hay ninguno para presentar en las mesas, y únicamente observamos que se usa como instrumento práctico de trabajo. Otros coladores más sofisticados que éstos se utilizaron en las mesas, para colar nieve y refrescar las bebidas: *Colum nivarium. setinos, moneo, nostra nive frange trientes: pauperiore mero tingere lina potes* -Mart., *Epigr.*, 14, 103; 104-, o bien se usaba un simple trozo de lino - Apic., *De re coq.*, 132, 135, 136, 160, 163-. Uso este último también recogido por Catón, en forma de *cribum farinarium* -Cato., *Agr.*, 76, 3-, para el cernido de la harina o para separar las partes sólidas y líquidas durante la elaboración del queso.



Fig. 48. *Colum* de plata. Colador de plata con brazo articulado. S. III d.C.  
 Con la leyenda en el dorso del mango: *p(ondo) S(emis) S(cripulum)*. Chaourse, Francia.  
 Museo Británico.

***Conciclaris***. Además de ser un plato donde se servía la *concicla*, el término definió a la comida homónima. Esta era una receta que se preparaba con habas o guisantes básicamente y se enriquecía con pollo, salchichas o huevos<sup>549</sup>. Aunque en las recetas de Apicio no se trituran los ingredientes, el origen de este plato se encuentra en un puré realizado a partir de legumbres que, como las habas y los guisantes, eran económicos y nutritivos, como nos muestra Ateneo, con personajes que consumen comidas sencillas como las anteriores -Athen., *Deipnos.*, 138A-. Podían enriquecerse añadiendo ingredientes

<sup>549</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 178.

más costosos, o simplemente aliñándolo con hierbas y especias. Aunque se encuentran en un recetario de élite, estos purés de legumbres, más o menos enriquecidos con otros ingredientes, eran comidas propias de grupos sociales que realizaban trabajos físicos intensos y que necesitaban que su alimentación fuera sustanciosa y económica, como destaca Marcial: *Et faba fabrorum prototomique rudes* -Mart., *Epigr.*, 10, 48, 16- y Juvenal: “*Unde venis*” *exclamat, cuius aceto, cuius conche tumes?* -Iuv., *Sat.*, 3, 293-. El que este tipo de preparaciones, económicas y saciantes, se encuentren en un recetario como el de Apicio, nos da idea de la variedad de la gastronomía de las élites. Así, ni todos los días ni en todas las comidas, tomaban combinaciones sofisticadas y platos caros y complejos, como muestra Apicio en este grupo de recetas en las cuales el principal ingrediente son las legumbres como garbanzos, guisantes o habas -Apic., *De re coq.*, 195-200-. De esta forma, nos orienta sobre la existencia de unos platos populares y conocidos por todos los estratos sociales, tradicionales y seguramente cotidianos, que formarían una base común del patrimonio gastronómico.

**Cornulum.** (Figs. 49 y 50) Embudo en forma de cuerno, con una boca ancha y el extremo opuesto muy estrecho, utilizado para introducir alimentos en algún lugar pequeño. Es interesante observar el uso que le da Apicio, quién lo utiliza para rellenar una pierna de jabalí con distintos condimentos, en el espacio que quedaba entre la carne y la piel, como explica Apicio: *Per articulum pernae palum mittes ita ut cutem a carne separes, ut possit condimentum accipere per cornulum ut universa impleatur* -Apic., *De re coq.*, 339-. Por su forma de cuerno, este embudo estaba estrechamente relacionado con los vasos conocidos como *rhyton*<sup>550</sup>. También se utilizaban como recipientes cuando el extremo más fino estaba cerrado y no permitía el paso del contenido, como los cuernos de rinoceronte que recoge Marcial -Mart., *Epigr.*, 14, 52; 53-. El uso de los embudos de todo tipo era muy amplio y no estaba únicamente ligado a la alimentación, un ejemplo de estos usos variados es el que realiza Columela, que utiliza un cuerno para dar alimento al ganado -Colum., *R.R.*, 6, 2-.

---

<sup>550</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Cornulum*.



Fig. 49. *Cornulum*. Embudo de metal.  
Área vesubiana, s. I. d.C.  
Museo Arqueológico de Nápoles.



Fig. 50. *Cornulum*. Embudo de cristal.  
Área vesubiana, s. I. d.C.  
Museo Arqueológico de Nápoles.

**Craticula.** Grill, parrilla. Para cocinar las tetillas de cerda -Apic., *De re coq.*, 258, 261-. Y también la carne de forma genérica -Apic., *De re coq.*, 263-. Los riñones -Apic., *De re coq.*, 289-, el cordero -Apic., *De re coq.*, 359- y la langosta -Apic., *De re coq.*, 399-. Se trata de un instrumento de cocina que ha llegado hasta nosotros, con una configuración prácticamente idéntica. Su aspecto es el de una reja con barras en un solo sentido y sin entrecruzar. Las que se utilizaban en las cocinas romanas se solían fabricar en hierro. Pero también se utilizaba un tipo de *craticula* en las mesas aristocráticas, como la llegó a la mesa en el banquete de Trimalción -Petron., *Satyr.*, 31, 11-, fabricada en plata y sobre la que había dispuestas salchichas calientes. A modo de adorno, simulando el fuego que debía haber en las cocinas, bajo ella había ciruelas salpicadas con granos de granada. Emparentadas directamente con el estilo de cocinado de las brochetas, las parrillas permitían el asado directamente al fuego, sin recipientes que sirvieran de intermediarios, en un tipo de cocinado casi primitivo. No era una forma de cocinar especialmente sofisticada y se asaban en ella sobre todo carnes y a veces algún crustáceo o pescado: *Craticula cum veribus. rara tibi curva craticula sudet ofella; spumeus in longa cusvide fumet aper* -Mart., *Epigr.*, 14, 221-. También Apicio presenta recetas en las que se utiliza la craticula -Apic., *De re coq.*, 258, 261, 263, 289, 359, 399-.

**Cultellus.** Cuchillo que Apicio utiliza para abrir un embutido preparado con estómago de cerdo y relleno con carne de cerdo y condimentos: *Et cultello peries...* -Apic., *De re coq.*, 287. Una de las piezas básicas en la cocina, el cuchillo era imprescindible para cualquier receta, siendo polivalente e insustituible, y como señala Ateneo, parte de los instrumentos imprescindibles del cocinero -Athen., *Deipnos.*, 169B -.

**Culter.** (Fig. 51) Diminutivo de *cultellus*. Apicio utiliza este cuchillo para picar hierbas: *...porrum, coriandrum cultro concisum* -Apic., *De re coq.*, 495-. Es uno de los utensilios de cocina más antiguos y usados desde los primitivos cuchillos fabricados en piedra hasta los más sofisticados realizados en materiales nobles, como la plata. Trimalción regaló a un cocinero al que apreciaba especialmente por su talento entre los fogones, unos cuchillos de hierro nórico, que compró en Roma<sup>551</sup>. Eran de tal calidad que hizo que se

---

<sup>551</sup>Hierro que provenía del *Noricum*, una provincia romana que ocupaba la actual Austria, la Baviera alemana y parte de Eslovenia. Sobre esta provincia ver G. ALFÖLDY, *Noricum*, London, 1974.

presentaran a sus invitados para que pudieran comprobar su categoría -Petron., *Satyr.*, 70, 3-.



Fig. 51. *Culter*. Cuchillos. Ambos del s. I d.C.  
El superior procede de Hedeernheim, Frankfurt.  
El inferior procede de Nîmes.  
Ambos en el Museo Británico.

En Grecia, los héroes llevaban un cuchillo junto a la espada, como hacía Ulises. Eran cuchillos realizados en bronce y destinados a diversos usos entre los que se contaban el sacrificio de animales para el consumo humano -Hom., *Il.*, 11, 844; 3, 271; 292; 19, 252, 266-. Estas costumbres formaban parte de los ritos correspondientes a un Sistema alimentario más rudimentario que el romano de época de Apicio. Todas las culturas han necesitado los cuchillos, más o menos sofisticados, para facilitar las labores de la cocina, con usos que van desde el sacrificio de los animales a la preparación de verduras y hortalizas. En Egipto se sacrificaba con cuchillo a los bueyes y terneros, y para el sacrificio de los primeros jamás utilizaban cuchillos griegos, considerados inmundos porque los griegos sí comían vacas, las cuales sacrificaban con este tipo de cuchillos<sup>552</sup> -Herod., *Hist.*, 2, 41-. Los sacrificios en Roma requerían un tipo de cuchillo especial, fabricado con hierro,

<sup>552</sup>Aunque no se sacrificaba a las vacas, que representaban la imagen de Isis.

un arma ritual conocida como *secespita*. En una ocasión, en época de Tiberio, se fabricó un ejemplar en plomo -Suet., *Tib.*, 25-.

La forma de trinchar en Roma imperial estaba muy bien estudiada y era elaborada, fruto del conocimiento de los productos a trinchar. Los maestros cocineros enseñaban a sus discípulos a manejar los cuchillos de la forma más exacta y apropiada y adornaban su conocimiento con ciertos rituales que formaban parte de su propio prestigio como trinchadores, como señala Juvenal: *Structorem interea, ne qua indignatio desit, saltantem spectes et chironomunta volanti cultello, donec peragat dictata magistri omnia; nec minimo sane discrimine refert, quo gestu lepores et quo gallina secetur*<sup>553</sup> -Iuv., *Sat.*, 5, 120-. El corte de cada pieza requería una ejecución dividida en distintos pasos, y conocerlos era parte de la técnica y del trinchador. Este debía conocer a fondo las diferencias entre los cuchillos a utilizar para trinchar, por ejemplo, una gallina y una liebre. Además de la herramienta, el proceso era distinto, así que también debía conocer las diferencias entre las piezas -Apic., *De re coq.*, 495-.

**Cumana.** Cacerola realizada en barro cocido y fabricada en Cumas, aunque mal determinada morfológicamente<sup>554</sup>. En ella se cuecen los boquerones -Apic., *De re coq.*, 138-, un pollo -Apic., *De re coq.*, 238, 241-, un flan, *tiropatinam*, -Apic., *De re coq.*, 302- y la *concicla* -Apic., *De re coq.*, 196-198-. Además se usaba como fuente para el servicio de mesa. En la *cumana* se podía cocinar directamente al fuego y posteriormente llevar la pieza a la mesa para servir sin necesidad de pasar la comida a otro recipiente. Para Marcial es fuente y no cacerola, de barro claro, rosáceo y procedente de Cumas: *Patella Cumana. Hanc tibi Cumano rubicundam pulvere testam Municipem misit casta Sibylla suam* -Mart., *Epigr.*, 14, 114-.

**Cupella.** Barril pequeño en el que se introducen condimentos. Es un tonel -*cupa*- de tamaño reducido y ligero con el que incluso se podía viajar. La madera de conífera era mucho mejor conservante que el barro, entre otras razones porque la resina que contenía facilitaba y prolongaba la conservación del vino. También se podían transportar otros

---

<sup>553</sup>“Para que no falte ninguna humillación podrás ver al trinchador que gesticula y da saltitos con el cuchillo al aire, hasta haber cumplido todas las prescripciones de su maestro, ya que no es pequeña, sino muy grande, la diferencia de los gestos con que se trincha una gallina o bien una liebre”. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 183.

<sup>554</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 225.

alimentos en estos barrilitos, con más comodidad que en ánforas, sobre todo porque soportarían mejor el transporte: ...*in Cupellam mittis conditi loco...* -Apic., *De re coq.*, 2-.

**Discus.** Plato circular y plano en el que se depositan los manjares sin salsa. Era una fuente de servicio, redonda, que no se ponía al fuego ni se utilizaba en las cocinas, solamente era útil para transportar a las mesas, donde se repartía su contenido en los platos. Servían para cualquier tipo de comida, como observamos en las recetas de Apicio: *Uel sic consisum in disco, o: A superficie versas in discum... e:... in disco sumitur* -Apic., *De re coq.*, 63, 142, 303, 364, 365, 395-. También Apuleyo recoge este uso -Apul., *Met.*, 2, 41, 5-.

**Doliolo.** Recipiente de cristal en el que se introducían *laser* y piñones. El *laser*<sup>555</sup>, un costoso condimento, requería un recipiente más elegante que el barro. Por otro lado, este último material, al ser poroso, absorbía parte del perfume del aromático condimento, razón por la que era más práctico el cristal: *Laser in spatiosum doliolum vitreum mittis...* -Apic., *De re coq.*, 14-.

**Ferula.** Barrita que se utiliza para agitar un líquido durante la cocción. La *ferula* es una planta del género de las umbelíferas, con un tallo largo y rígido que se usaba como símbolo dionisiaco, a modo de bastón y que a veces era más alto que una persona<sup>556</sup>. Por semejanza con el tallo de la *ferula*, pudo llamarse así a una espátula con la que se removía el vino. Pero teniendo en cuenta el gusto general por aromatizar los vinos, en el caso concreto del recetario de Apicio, tenemos uno elaborado concretamente con rosas y miel, en el cual, la *ferula* pudo utilizarse intencionadamente en lugar de otro instrumento, para proporcionar un gusto particular al vino, y así: *Commotum ferula dum coquitur* -Apic., *De re coq.*, 1-. Esta acción se realiza en otras muchas recetas del *De re coquinaria*, y para ello se agita un guiso con un ramillete de hierbas aromáticas, que no se dejan cocer dentro, sino que se retiran. Mediante esta acción se conseguía impregnar el alimento con el aroma de las hierbas que se retiraban posteriormente<sup>557</sup>.

---

<sup>555</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 213-215.

<sup>556</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Ferula*.

<sup>557</sup>La tradición de añadir un ramillete de hierbas aromáticas continuó a lo largo de la historia, culminando en la cocina francesa del XVIII con los llamados “bouquet garni”. Un ramillete de aromáticas que se retiraba inmediatamente después de terminar la cocción. Se compone alternativamente de tres o cuatro hierbas frescas entre las que se encuentran perejil, laurel, tomillo, apio, estragón o puerro.



**Fibula.** Broche o alfiler con el que se cierra un cochinillo relleno. La *fibula* se usaba principalmente para cerrar los vestidos. Este mismo tipo de *fibula*, pero sencilla y sin adornos, hecha con materiales simples, pudo ser la que se utilizaba para cocinar y cerrar la piel del cochinillo. Al preparar un relleno, de cualquier animal, la zona de la piel por donde se introduce el relleno tiende a abrirse debido al calor. Si no se sujeta con algún instrumento, además de deformarse, pierde el relleno. La *fibula* se utilizó para evitar tanto la salida del relleno como la deformación de una pieza que sería, con toda seguridad, el centro de atención en la mesa, y así: *Implēs porcellum, carta obturas et fiblas... y: Cocto fiblas tolles...* -Apic., *De re coq.*, 367, 369-.

**Fistula.** Es un instrumento muy sencillo que esconde un proceso de cocinado complejo, por lo que representa de conocimiento sobre la aplicación de las técnicas de cocción a los alimentos. El instrumento es bastante elemental: un simple trozo de caña hueca. Dicha caña se hunde en el centro de la preparación, que es un pastel salado muy denso, de forma que facilita la salida de vapor, actuando como chimenea. Gracias a la fistula, la cocción resultaba homogénea, evitando que quedara la parte externa reseca y la interna sin suficiente cocura. Apicio también la utiliza como embudo finísimo, con el cual introduce un relleno en el interior del cochinillo: *Unum uero laganum fistula percuties et super impones* -Apic., *De re coq.*, 141, 142, 367-.

**Formella.** (Figs. 52-54) Molde<sup>558</sup> que se utilizaba para dar una forma determinada a los alimentos. Estos moldes se realizaban en distintos tamaños y diferentes formas y se rellenaban de mezclas de ingredientes. Entre estos se contaban carnes y pescados, verduras o mezclas de todos ellos, que se aderezaban y se dejaban cocer en dicho molde. Mediante moldes se daba forma a las *patinae*, recetas que Apicio presenta en un elevado número - Apic., *De re coq.*, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 135, 136, 139, 140, 143, 147, 155, 158-. Eran preparaciones elaboradas con un estilo concreto, que llevan en su composición huevos, pescados, carnes y verduras, leche o algún otro líquido, de forma que en crudo eran preparaciones semilíquidas, pero tenían la propiedad de cuajar en presencia de calor volviéndose sólidas y formando verdaderos flanes o budines, y así: *In formella piscem formabis* -Apic., *De re coq.*, 430-. Otros materiales alimentarios muy dúctiles, del tipo de

---

<sup>558</sup>Sobre la morfología en dos valvas de este tipo de moldes, la iconografía (temas repetidos con representaciones lúdicas y animales) la finura de su confección y otros detalles que los identifican, ver M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 342.

las masas, podían introducirse en crudo dentro de un recipiente, adquiriendo su forma durante la cocción. Era el caso de los lechonillos de pasta dura que adornaban a una enorme hembra de jabalí y que colgaban de la ubre, en uno de los platos presentados en la cena de Trimalción -Petron., *Satyr.*, 40, 4-. Estos cochinillos estaban realizados con una masa llamada *placenta*<sup>559</sup>, de la que Catón nos proporciona la receta, y que requería moldes para su elaboración -Cato., *Agr.*, 76-.



Figs. 52-54. *Formella*. Diversos moldes con formas variadas para preparar patinas, flanes y para cortar masas. (corazón, liebre, hojas). Realizados en bronce, área vesubiana, s. I d.C.

Museo arqueológico de Nápoles.

<sup>559</sup>I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, pp. 165-167, interpreta la *placenta* en su trabajo. Es una masa que se prepara con queso y miel, y con dos tipos distintos de masa, harina de primera categoría y aceite. Finalmente se hornea, quedando compacta dentro del molde.

Con la ayuda de este instrumento se llevaron a cabo una gran cantidad de elaboraciones, tanto platos salados como de repostería, desde los pasteles salados, elaborados con carnes y huevos que terminan cuajando y proporcionando un resultado sólido, hasta pasta de frutas o incluso galletas y bollos de repostería. Su uso representaba una auténtica labor de artesanía para los reposteros y pasteleros, en especial en el caso de los más complejos. Por ejemplo, en época de Heliogábalo, los reposteros que servían la mesa imperial eran capaces de reproducir cualquier objeto con alimentos -SHA., *Heliog.*, 27-. En la ficticia obra de Trimalción, se repiten estos usos culinarios, y el autor muestra cómo los cocineros preparan uno de estos platos elaborados mediante moldes, satirizando los excesos que probablemente tenían lugar. En cualquier caso, hace presentar en los imaginarios postres unos tordos especiales, hechos con harina de la mejor calidad y rellenos con nueces y pasas. También erizos realizados con membrillos, incluso con sus púas incrustadas en la fruta, y así lo detalla: *Nec ullus tot malorum finis fuisset, nisi epidipnis esset allata, turdi siligine uvis passis nucibusque farsi. insecuta sunt Cydonia etiam mala spinis confixa, ut echinos efficerent. et haec quidem tolerabilia erant, si non fericulum longe monstrosius effecisset ut uel fame perire mallemus. nam cum positus esset, ut nos putabamus, anser attilis circaque pisces et omnium genera avium: "amici, inquit Trimalchio, quicquid videtis hic positum, de uno corpore est factum"...* *ista cocus meus de porco fecit. non potest esse pretiosior homo. volueris, de vulva faciet pisces, de lardo palumbam, de perna turturem, de colaepio gallinam* -Petron., *Satyr.*, 69, 6-9- y 70. El valor de la ficción literaria es que repite una elaboración que conocía, y que por compleja y hasta disparatada le resulta lo suficientemente cómica como para explicarla más detalladamente pocas líneas más adelante, como recogemos<sup>560</sup>.

---

<sup>560</sup>En cuanto a la iconografía de estos moldes, es muy variada, y no solamente representa animales, lo que podemos comprobar en: J. VIZCAÍNO SÁNCHEZ, J. M. NOGUERA CELDRÁN; M<sup>a</sup> J. MADRID BALANZA, "Un molde cerámico con escena de *ludi circenses* hallado en el barrio del foro romano de Carthago Nova" en J. López Vilar (ed.), *Tercer Congrés Internacional D'Arqueologia i Món Antic. La glòria del circ curses de carros i competicions circenses, Tarragona, 16-19 de novembre de 2016*, 2017a, p. 104. En este artículo, se analiza un molde encontrado en Carthago Nova, apuntando para ellos un uso comestible, en particular para "moldear figuras comestibles en pasta harinosa, los llamados *crustula*", pero también sugieren sus autores que se usaban para moldear carnes de membrillo o pasta de mosto de uva, calificándolos como "aperos de *pistrina*". Estos mismos autores, sugieren para su uso en: J. VIZCAÍNO SÁNCHEZ, J.M.; NOGUERA CELDRÁN; M<sup>a</sup> J. MADRID BALANZA, *op. cit.*, 2017b, pp. 129-133, el de pastelería, pero en cualquier caso, y debido a la rica iconografía de los propios moldes, añaden que serían

Este tipo de preparaciones eran complicadas, rebuscadas, fruto de una elaboración enrevesada y confusa que coloca a Trimalción en la imaginaria cumbre de los excesos, pero que observamos cómo estaban fundamentadas en la realidad. El mismo Apicio presenta una receta en la que prepara un pescado ficticio, elaborado a base de hígado de liebre, cabra y cordero o pollo: *Iecur coques, teres et mittes piper aut liquamen aut salem, addes oleum – iecur leporis aut haedi aut agni aut pulli- et, si volueris, in formella piscem formabis* - Apic., *De re coq.*, 430-. En Córdoba se ha documentado la existencia de uno de estos moldes, bivalvo, decorado con una escena teatral, del s. III d.C. Tipológicamente corresponde al modelo denominado Kuchenform<sup>561</sup> del tipo Ostia-Uzita, en relación a los dos lugares donde se localizaron los primeros modelos<sup>562</sup>.

**Fretale.** Recipiente utilizado por Apicio para preparar una receta de cuello de cerdo. También sabemos de este que se utilizaba en el interior del *clibanus*. Carecemos de referencias o descripciones sobre el uso y morfología de este instrumento<sup>563</sup>. Como la acción en la que participa es un asado dentro del *clibanus*, que era un recipiente cerrado, el

---

adecuados para elaborar un tipo de pasta que permitiese la valoración de dicha iconografía. Añaden que estas piezas no presentan “huellas de exposición al fuego”, con excepción de una de ellas, pero sí de exposición puntual a este, aunque por la localización y avatares de las piezas, es difícil aseverarlo. Uno de los moldes que presenta dicho estudio corresponde a la figura de un lepórido, con valvas que enseñan las dos vistas laterales de la misma figura (p. 143), una pieza muy apreciada en la gastronomía romana y abundante en Hispania, que en cualquier caso, los autores señalan como objeto de consumo (*crustulum*), junto al *mulsum* distribuidos gratuitamente en los *ludi publici*.

<sup>561</sup>Molde de cocina.

<sup>562</sup>A. VENTURA VILLANUEVA, “Kuchenform o molde de cocina con escena teatral”, en A. Ventura et alii. (eds.), *El teatro romano de Córdoba*, Córdoba, 2002, p. 231, recoge que esta pieza se ha documentado como molde para la elaboración de un alimento basado en las harinas, pero no pan, ya que por la meticulosidad de detalles, éstos se habrían perdido en el proceso de cocción del pan. Su contenido pesaría alrededor de 330 gr., identificando este autor el contenido del molde como *crustulum*. Opinamos que por las características de los repartos evergéticos, en primer lugar es demasiado pesado el posible *crustulum* obtenido mediante el molde. Sería una pieza con un coste excesivo, incómoda de manejar y muy sofisticada en su elaboración. Nos parece más aceptable la teoría explicada, sobre que el *crustulum* fuera una galleta de tamaño variable, fácilmente realizable en hornos en grandes cantidades, necesarias en los repartos evergéticos, y elaborada sin necesidad de moldes. Varrón explica la preparación del *crustulum*: “El bizcocho llamado *crustulum*, por la costra de las gachas, por la que aquella, dado que es como una piel y se quema, recibió la denominación de *crusta*” –Varro., *Ling. Lat.*, 5, 107-. Trad. L. A. HERNÁNDEZ MIGUEL, Madrid, *op. cit.*, 1998, p. 226. No se puede identificar el contenido del molde con el *crustulum*, que en primer lugar debía ser de textura crujiente, para lo que se utilizaría la técnica de horneado directo o incluso de fritura. En segundo lugar, el peso sería muy elevado, y en tercer lugar, la preparación en molde dentro de un horno es demasiado sofisticada y poco práctica para el más modesto reparto evergético. Sin embargo, sí es posible una elaboración de masa, de pan o no, que se contendría en dicho molde.

<sup>563</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 191.

*fretale* debía ser una fuente, quizás con el tamaño o forma del propio hornillo, que se ajustara y se pudiera introducir y extraer fácilmente. Así, el *clibanus* caliente, podría seguir siendo utilizado, introduciendo cada vez un *fretale* diferente, con alimentos distintos *Elixatur et infunditur in fretali... et attorretur in clibano, quosque coquatur* -Apic., *De re coq.*, 272-. Debido a que la técnica en la que se utiliza es un asado, se puede pensar que la palabra está emparentada con *ferure* y con *braden* antes que con *frigo* -*fritale*-. Y dado que el *clibanus*, en el que se introduce posteriormente, se caracterizaba por estar cerrado, está excluido que sea una sartén.

**Furnus.** (Figs. 55 y 56) Horno distinto al anteriormente comentado *clibanus*. De tamaño mayor que aquel, podía utilizarse para asar grandes piezas, para repostería, o como hornos de panadería<sup>564</sup>. El horno, elemento básico de la panificación en Roma, tuvo distintos usos y funcionamientos, como describe Isidoro -Isid., *Orig.*, 15, 6, 6-. Desde los hornos domésticos de mayor o menor tamaño, siempre debían estar en relación con las medidas físicas de las cocinas caseras, hasta los hornos de panadería, en los que se cocía el pan en grandes cantidades y que resultaron negocios lucrativos. A partir del s. I a.C., la fabricación del pan había perdido su carácter familiar y los pequeños hornos iban siendo menos numerosos, mientras que otros se especializaban produciendo el pan industrialmente<sup>565</sup>.

Séneca se queja de algunos progresos técnicos, entre los que se incluye el uso del *furnus* y explica un avance en la industria de los hornos: en épocas más antiguas, el pan se cocía sobre cenizas. En una época posterior se cocinaba sobre un rudimentario ladrillo caliente<sup>566</sup>.

---

<sup>564</sup>A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 144, recoge que este instrumento parece ser el más utilizado en *De re coquinaria*, con una aparición en el recetario de veintiséis ocasiones, mientras que el cocinado en craticula aparece solo seis veces. Con respecto a los hornos de panadería, ver M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 347.

<sup>565</sup>Sobre los hornos industriales ver R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, pp. 160-165. En cuanto a los hornos de carácter doméstico, P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 66-67. Por su parte, Apicio presenta el *furnus* en veinticinco ocasiones -Apic., *De re coq.*, 184, 200, 230, 258, 262, 268, 290, 292, 297, 330, 332, 363, 367, 371, 373, 380, 384, 386, 395, 437-.

<sup>566</sup>O sobre una *tegula*, como cocina Apicio los lirones, quizá instrumentos intercambiables y prácticos para los dos cometidos. Ver *tegula*, en este mismo capítulo.

Finalmente, se cocía en un horno e incluso aplicando técnicas aún más sofisticadas<sup>567</sup>, que facilitaban el control de la temperatura, de lo que se queja Séneca: *Tum farinam aqua sparsit et adsidua tractatione perdomuit finxitque panem, quem primo cinis calidus et fervens testa percoxit, deinde furni paulatim reperti et alia genera quorum fervor serviret arbitrio* -Sen., *Ad., Luc.*, 90, 23-.

Figs. 55 y 56. *Furnus*.

Pequeño horno de tipo portátil. Zona arqueológica de Pompeya.



Brasero portátil, parte de la vajilla de cocina realizada en arcilla del área vesuviana. Zona arqueológica de Pompeya.



---

<sup>567</sup>Quizás Séneca se refiera con esta definición poco clara a los hornos portátiles, *clibanus* y *thermospodium*.

Mientras los hornos domésticos, más sencillos, se componían de una superficie cubierta por una bóveda dentro de la cual se cocía el pan, los hornos de las grandes panaderías tenían una infraestructura más compleja, que buscaba evitar la pérdida de calor, favoreciendo al máximo el aprovechamiento de la fuente de energía. En la Roma republicana eran las mujeres quienes realizaban el pan en las casas y los *pistores* solamente molían el trigo para convertirlo en harina. Poco a poco, éstos fueron ampliando los oficios de la panadería, amasando y cociendo el pan y convirtiendo su actividad en un oficio muy productivo. Uno de estos panaderos fue *Eurysaces*, quien llegó a tener una importante producción industrial, y que se ocupaba de todo el proceso, desde la molienda del grano hasta la panificación y venta del producto. Era un liberto que incluso se hizo representar en su propio monumento funerario, togado y junto a su familia. El edificio alude a los grandes graneros de un panadero y, según P. Zanker, son la representación de: “su nivel social, la competencia y la correspondiente representación de sí mismo... frente a los compañeros de un gremio<sup>568</sup>”. Los panaderos fueron un colectivo de libertos, enriquecidos por su actividad, que conoció un gran auge a partir<sup>569</sup> del s. I a.C. Los relieves de la tumba de *Eurysaces* hacen referencia a todo el proceso y se observa la cantidad de personal dedicado a las diferentes tareas, el horno en el que se introducen las piezas sobre una gran pala, el pesado y la venta del pan a los particulares o el reparto a otros establecimientos. La panificación industrial llegó a Roma según Plinio a partir del 171 a.C., y antes de esta fecha, como ya hemos señalado, lo hacían las mujeres en las casas –Plin., *N.H.*, 18, 97-. Anteriormente, los *pistores* se dedicaban sólo a la molienda, y no a la panificación<sup>570</sup>.

El horno también se utilizó para elaborar asados, una herramienta imprescindible, teniendo en cuenta el elevado número de recetas de asados. Muchas de las recetas de Apicio requieren hornos para asar. Aunque los grandes hornos no fueron un elemento doméstico corriente, sí lo eran en las grandes cocinas, mientras en las más modestas se

---

<sup>568</sup>P. ZANKER, *op. cit.*, 1992, p. 35.

<sup>569</sup>Sobre la panificación, R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, pp. 358-370.

<sup>570</sup>Sobre la actividad de los *pistores*, la existencia de los *collegium pistorum* en el s. I a.C. y su posterior actividad profesional hasta época de Trajano, y su inevitable relación directa con la *annona*, A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 307-322. Asimismo, M. BUSTAMANTE *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 345, destaca la importancia social que adquirieron los panaderos, y los privilegios que consiguieron los *collegia* de *pistores*. Aunque el tiempo derivaría esta importancia en desacreditación de su trabajo y una mala concepción social, quizás, como señalan dichos autores, por “su función de mercaderes (a los que) señalan como causantes del alza de los precios, junto con los ediles”.

utilizaba en su lugar pequeños instrumentos como el *clibanus* o el *thermospodio* y las brasas<sup>571</sup>, de cuyos diversos usos nos deja un extenso testimonio Apicio -Apic., *De re coq.*, 187, 200, 230, 258, 262, 263, 268, 290, 292, 297, 330, 332, 364, 365, 367, 373, 374, 375, 380, 384, 386, 395, 397, 437-.

**Lagona.** Frasco, botella en la que se introduce una cantidad de vino y se agita para mezclar sus componentes. No debía ser de tamaño muy grande cuando para agitarla con fuerza se podía coger con las manos, y así: *Lomentum ex faba factum uel ovorum trium alborem in lagonam mittis et diutissime agitas...* -Apic., *De re coq.*, 7-. Con una sola asa y cuerpo globular ligeramente deprimido, era el típico vaso de medida del vino ya que su capacidad estándar era múltiplo de la hemina. Se usaba mucho en los lugares de venta de vino, precisamente por la capacidad de medida de distintos tipos de *lagona*<sup>572</sup>.

**Langula.** Fuente pequeña y alargada, como señala Varrón: *Asa in mensa escaria: ... magidam aut langulam alterum a magnitudine alterum a latitudine finxerun* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.

**Lanx.** Plato hondo para servir alimentos semilíquidos o acompañados de una salsa. En este plato se preparan especialmente carne y legumbres: *Patinam versas in lancem, o: Cum ferbuerit, pisam mittis in lancem...* -Apic., *De re coq.*, 175, 187, 210, 212, 247-9, 382, 393, 456-.

**Linum.** Hilo fabricado con este material, con el que se cosieron entre sí pétalos de rosa para poder introducirlos dentro del recipiente que contenía vino, con el fin de dejarlos en maceración el tiempo adecuado y extraerlos después fácilmente, como señala Apicio: *Folias rosarum, albo sublato, lino inseris ut subtilis facias...* -Apic., *De re coq.*, 4-. Otras veces se utilizó el hilo como bramante para empaquetar cualquier tipo de pieza rellena, tanto de carne como de pescado, en el caso del recetario de Apicio el de una pierna de jabalí: *Cum impleta fuerit, consringitur illa pars qua impleta est ex lino et mittitur in zemam* -Apic., *De re coq.*, 339-. Pero el lino no era el único hilo utilizado en las cocinas, en época de Platón se usaba una crin animal, que por su dureza se usaba para cortar los huevos duros, como señala Platón -Pl., *Smp.*, 190E-.

---

<sup>571</sup>N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 55.

<sup>572</sup>M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 112.



**Magida.** Plato grande o fuente, descrito por Varrón, por contraposición a *langula* (*vide supra*) -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.

**Mortarium.** (Figs. 57 y 58) El mortero es uno de los utensilios más antiguos conocidos, y junto con los cuchillos formó parte del repertorio básico de instrumentos de cocina<sup>573</sup>. Utilizados en medicina y en cosmética, los usos alimentarios del mortero se remontan a épocas muy antiguas y siguen conservando su uso en la cocina moderna. Realizados en piedra, madera, metal o incluso cerámicos, la utilidad y el coste de los morteros permitieron su acceso a todos los sectores sociales.



Figs. 57 y 58. *Mortarium*.

Mortero cerámico y mano del mortero  
Aquileia. S. I-II d.C. Colección John Evans.  
Museo Británico.

Símulo, un campesino modesto retratado por Virgilio, tenía un mortero como instrumento básico para preparar el *moretum*, gracias al cual podía triturar y amasar a la vez los ingredientes de esta preparación -Virg., *Mor.*, 90-. Virgilio describe perfectamente este instrumento utilizado por Símulo, con su maza y su recipiente donde preparar la comida. En *De re coquinaria*, Apicio utiliza el mortero en una gran cantidad de recetas, y a su vez con

---

<sup>573</sup>Sobre los morteros y las mazas del mortero, así como sobre la tecnología que representan desde Egipto hasta Oriente Medio, ver R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, p. 180, quién señala que los griegos lo utilizarían para separar el cereal de su cáscara. Podían estar elaborados en piedra o madera, y se desarrollarían para, finalmente, convertirse en prensas y molinos giratorios.

multitud de usos como son: para triturar hierbas, para mezclar salsas, con el fin de picar carnes o unificar ingredientes<sup>574</sup>. Se han encontrado numerosos vestigios arqueológicos de morteros, pero no de las mazas, que muy probablemente estarían realizadas en madera para poder triturar los alimentos contenidos sin que se rompiera, y podrían ser piezas que por su tamaño se han extraviado fácilmente<sup>575</sup>.

**Olla.** Marmita realizada en barro, en la que se hacen hervir piezas de un tamaño grande o mediano<sup>576</sup>. Incluso se usa para piezas delicadas, que requieren un recipiente de buen tamaño para no dañarse contra las paredes durante la ebullición. Entre las piezas que se cocinan en la olla tenemos grulla, pato -Apic., *De re coq.*, 212, 214-. También pollo - Apic., *De re coq.*, 246-. Y embutidos -Apic., *De re coq.*, 287-, cochinitillo -Apic., *De re coq.*, 369, 370, 382- o sepia rellena -Apic., *De re coq.*, 409-. Como es posible observar, por tanto, un instrumento de uso polivalente en la cocina, la *olla* se podía confundir por su utilización, con una pieza similar, el *caccabum*. Sin embargo, esta tiene una morfología determinada: de cuello grande, forma cónico-esférica y fondo plano para colocar más fácilmente sobre el fuego<sup>577</sup>. En ella también se podían guardar frutas como las uvas - Colum., *R.R.*, 12, 45; Mart., *Epigr.*, 20, 9; Apic., *De re coq.*, 212, 214, 246, 287, 369, 370, 382, 409-. Señala Digesto que en las ollas se cuece la comida, frente a otro tipo de recipientes, los calderos de cobre, que se cuelgan sobre el fuego, y en ellos se calienta el agua para cocinar: *Quod supra focum pendet: hic aqua ad potandum calefit, in illis pulmentarium coquitur* -Dig., 33, 7, 18, (3)-.

---

<sup>574</sup> Apic., *De re coq.*, 43, 44, 46, 64, 71, 73, 104, 105-126, 127, 131-3, 136, 142, 158, 160, 175, 183, 184, 187, 199, 232, 236, 246, 358, 366, 372-5, 377, 389, 390, 392, 437, 459, 483, 485, 489, 490, 492-4, 496, 499.

<sup>575</sup> M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 110. Sobre los morteros, M<sup>a</sup>. V. PEINADO ESPINOSA, “*Mortaria Baeticae*. La producción de morteros en la Bética durante el Alto Imperio”, *Cuadernos de Prehistoria y Arqueología de la Universidad de Granada* 21, 2011, p. 284, opina que “lo que sin duda distingue a los morteros de otros recipientes cerámicos es el fondo interno, concebido para facilitar las labores de maceración, lavado y secado del grano, así como la trituración del queso o la mezcla de ingredientes base de los principales platos romanos... Igualmente, es característico de algunos tipos de morteros la presencia en el borde de un pico vertedero que facilita el desalojo del agua”. Esta misma autora identifica uno de los instrumentos aportados por A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, lam. I, como un mortero con su maza, lo que también sugiere en primera instancia este último autor, A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, pp. 165-166.

<sup>576</sup> Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 142, este instrumento se cita siete veces en *De re coquinaria*. Según A. URBAN FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, pp. 316, nueve veces.

<sup>577</sup> M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, pp. 108 y 111.

**Operculum.** Terrina cubierta con una tapadera en forma de campana, para cocinar piezas rellenas y delicadas como pollo relleno: *Et in operculo deponis et in furnum mittis, ut coquantur* -Apic., *De re coq.*, 200-. También el pescado relleno: *Et in operculo componitur* -Apic., *De re coq.*, 421-. Las que se introducían dentro del *operculum* eran piezas singulares y frágiles, como observamos en el caso de las piezas rellenas que se preparan en *De re coquinaria*, y en las que al ser piezas rellenas, quedan frágiles y resulta más fácil la ruptura. El *operculum* era un utensilio que se podía introducir en el horno, como muestra Apicio. O bien se podía colocar sobre una olla para cocer al vapor, al estilo de un tipo del *colum* que señala Annechino<sup>578</sup>, y como vemos en el propio Apicio: *Impletur et consuitur, involvitur in carta et sic supra vaporem ignis* -Apic., *De re coq.*, 421-. Se trata de una de las piezas más interesantes en las que podemos observar el alto nivel técnico alcanzado, que nos muestra como era perfectamente conocida la fragilidad de los productos que se rellenaban en crudo, incluso aunque estuvieran bien realizados técnicamente. Por otra parte, en el caso de las preparaciones rellenas se hace especialmente patente la necesidad de una cocción homogénea, necesidad que cubre a la perfección este instrumento. Sin embargo, desconocemos si se presentaban los alimentos en las mesas en su interior. De hecho, pudo funcionar también como tapadera con el doble uso de plato auxiliar<sup>579</sup>.

**Palus.** Bastón que se utilizaba para separar la piel del jabalí de su carne. Es la única noticia que tenemos de un instrumento parecido, aunque tampoco resulta extraño en una cocina ya que su utilización sería muy posiblemente polivalente: *Per articulum pernae palum mittes* -Apic., *De re coq.*, 339-.

**Patella.** (Fig. 59) Cacerola realizada en bronce: *Liquamine temperas et in patella aenea exinanies, coques* -Apic., *De re coq.*, 46, 141, 142-, o en tierra cocida<sup>580</sup>: *Simul mixtis*

---

<sup>578</sup>M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 109.

<sup>579</sup>Según señala M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, pp. 34 ss.

<sup>580</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 34, identifica la *patella* como una “creación típica del mundo itálico y que caracteriza una forma alimentaria ciertamente precisa”, como es la *cumanae patellae*, una cerámica de engobe rojo pompeyano. Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, pp. 142 y 145, este término se utiliza en *De re coquinaria* en 18 ocasiones, mientras que en el añadido *Excerpta a Vinidario*, de época posterior con treinta y una recetas únicamente, aparece siete veces, en lo que parece ser un cambio en los usos de material de cocina, aunque a la vez con una continuidad en los usos tradicionales romanos. Se mantiene una cultura material culinaria pero ya se perciben cambios. Según A. URBAN FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, pp. 331-332, veintisiete veces. Y según este autor, *patella* y *patina* son el mismo recipiente.

*et immisis in patellam fictilem* -Apic., *De re coq.*, 265-. Es un tipo de recipiente que servía para realizar pasteles o empanadas, como es el caso de la *Patinam Apicianam... et in patella alternis*, y de la *Patina cotidiana* -Apic., *De re coq.*, 141, 142-. Pero también tenía usos como sartén para cocinar una elaboración similar a las tortillas: *In patellam subtilem adicies olei* -Apic., *De re coq.*, 303-. También en la *patella* se cuece una cabra entera -Apic., *De re coq.*, 364, 366-. Para J. André, esta *patella* es el mismo utensilio que la *patina*<sup>581</sup> -Apic., *De re coq.*, 46, 133, 141, 142, 145, 146, 152, 157, 209, 265, 301, 303, 315, 364, 366, 417, 484-. Y según Varrón, es un plato hondo o cuenco de tamaño pequeño con el que se hacían libaciones durante la cena: *Quod his libarent cenam, patellas* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.



Fig. 59. *Patella*. Realizada en bronce, área vesubiana, s. I d.C.  
Museo Arqueológico de Nápoles

***Patena***. Plato hondo, tartera o cazuela, cuyo origen según Varrón viene del término extendido, *patulus: patenas a patulo dixerunt* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.

***Patina***. (Fig. 60) Cacerola de numerosos usos, polivalente y realizada en diferentes materiales y tamaños (además de designar a un tipo de preparación culinaria). En este sentido la reconoce M. Beltrán Lloris, identificándola en ciertos casos con el recipiente denominado *patella*<sup>582</sup>. Parece ser el mismo recipiente que hizo fabricar Vitelio en plata,

<sup>581</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 225.

<sup>582</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 32. La polivalencia de las distintas piezas de vajilla de cocina y mesa provocará el uso simultáneo de muchos de ellos con diferentes fines, algo que resulta

para cocinar una famosísima y aparentemente disparatada preparación, el Escudo de Minerva -Suet., *Vit. Vitel.*, 13-. Se trata de un recipiente que presenta variados usos en *De re coquinaria*, como los siguientes: para mezclar ingredientes, como plato para servir y también como cacerola para guisar. En la *patina* se colocan la salsa ya elaborada y la comida propiamente dicha, y después se cocinan juntos –Apic., *De re coq.*, 377, 386-. Durante el proceso de cocinado, la *patina* se coloca en el horno o en un *thermospodium* – Apic., *De re coq.*, 437, 131-. Además de ser un instrumento con todos estos usos, hay un plato llamado *patina*.



Fig. 60. *Patina*. Realizada en bronce, área vesubiana, s. I d.C.

Museo Arqueológico de Nápoles.

***Pinna***. Brocha de plumas para untar de salsa un alimento, en este caso el pollo, que se unta en su propio jugo con ayuda de la *pinna*. Es una técnica muy útil para algunos

---

inevitable en las labores de cocina. Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, pp. 142 ss., este término se utiliza en *De re coquinaria* en treinta ocasiones. Se trata de un recipiente con muchos usos en *De re coquinaria*, como para mezclar ingredientes, como plato para servir o cacerola para guisar. A diferencia del *caccabus*, la *patina* no se usa para preparar salsa, sino que se suele preparar con otro sistema y después añadir a este recipiente que ya contiene la comida propiamente dicha, y después se cocinan juntos –Apic., *De re coq.*, 377, 386-. La *patina* se coloca en el horno o en un *thermospodium* – Apic., *De re coq.*, 437, 131-. Además de ser un instrumento con todos estos usos, hay un plato llamado *patina*.

alimentos que pueden quedar exteriormente reseco por la acción del calor: *Assabis et suo sibi iure pinnis tangis* -Apic., *De re coq.*, 237-.

**Pultarius.** Cacerola para preparar cocidos diversos y platos contundentes. En *De re coquinaria* se utiliza para cocer un puré: *Coques in pultario* -Apic., *De re coq.*, 104-. También para cocinar salsas -Apic., *De re coq.*, 226, 415-. O para hervir los bulbos -Apic., *De re coq.*, 307-. Este recipiente hace referencia al *puls*, las gachas que más o menos elaboradas formaron parte de la primitiva alimentación romana<sup>583</sup>. El *puls* era una papilla cocida lentamente, preparada con agua y cereales o legumbres trituradas, especialmente habas y guisantes, o almortas, hasta que la mezcla espesaba adecuadamente<sup>584</sup>. Era la comida corriente de campesinos y sectores sociales modestos, un tipo de gachas nutritivas y económicas, aunque también podían enriquecerse con otros ingredientes, como huevos y miel -en el caso concreto de la *puls* púnica-. Además de prepararse en estos recipientes, el *puls* y otras bebidas calientes se podían servir en el *calix* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 127; Apic., *De re coq.*, 104, 226, 307, 415-.

**Retiaculum.** Redecilla o malla en la cual, y como alternativa a la *sportella*, se cuecen alimentos, y en el caso concreto de *De re coquinaria*, una cabra. La necesidad de introducir la pieza en esta red se debe al gran peso de esta -más aún tras la cocción-, por lo que podía romperse fácilmente. Gracias a este instrumento se sacaba intacta la pieza de la olla. Tenía diversos usos, como sucede con otros instrumentos de cocina<sup>585</sup>. Entre ellos algunos tan peregrinos como ayuda para la pesca, para sujetar el cabello de las mujeres -Petron., *Satyr.*, 67, 6-. Y como bolsa para todo, o en los espectáculos con animales,

---

<sup>583</sup>Sobre la primitiva alimentación romana y sus raíces ver G. SASSATELLI, “The diet of the Etruscans”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, p. 108. Con respecto al *pultarius* ver A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 44; 53-54 y 253. Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, pp. 142-144, dicho instrumento se cita en *De re coquinaria* tres veces, y parece ser el recipiente exacto para hervir *puls*, aunque Apicio también lo usa para hacer una salsa o para cocinar unas aves, lo que proporciona usos más allá del propio *puls*.

<sup>584</sup>*Lathyrus sativa*. Semilla comestible de la planta leguminosa del mismo nombre. Son de forma redondeada y con depresiones que le dan la apariencia de una muela por lo que se ha llamado también “diente de muerto”. Con las almortas se ha elaborado tradicionalmente una harina de aspecto irregular, utilizada en la preparación de las populares gachas, panes o tortas. A pesar de ser una legumbre con alto contenido en proteína vegetal, actualmente apenas se utiliza, en parte por la enfermedad que puede causar, el latirismo, una afección del sistema nervioso producida cuando más del treinta por ciento de la dieta está constituida durante más de tres meses por almortas. Sobre una descripción más completa de esta semilla y sus características *vide infra*.

<sup>585</sup>C. DAREMBERG, E. SAGLIO, E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, *Reticulum*.

además de como arma de defensa -Mart., *Epigr.*, 1, 13-. En los distintos casos variaban, como es natural, la calidad y los materiales aunque en todos los casos la tipología era idéntica: *Uel certe mittitur in retiaculo uel in sportella* -Apic., *De re coq.*, 361-.

**Sabanum.** Pieza polivalente, tela con innumerables usos distintos, que, al utilizarse en cocina debía ser blanca (para no contaminar la comida con los tintes) y resistente, con el fin de soportar peso y calor. Con ella se escurría la carne y también las piezas de caza una vez cocidas y antes de mezclarlas con la salsa: *Cum cocta fuerit, de sauano calido involves...* o: *Anserem elixum ferventem sauano mundo exsiccabis...* -Apic., *De re coq.*, 213, 235, 237, 273, 374-. Como ocurre con otros instrumentos, sus usos son múltiples. Se utiliza también para exprimir la miel que quedaba en los panales de cera -Pall., *Op. Agr.*, 7, 7, 3-, y también las servilletas (*mappa*) se realizaban en tela de éste tipo: *Saucius et rubra deterges vulnera mappa* -Iuv., *Sat.*, 14, 27-.

**Salsare.** Salsera, que sirve, como su nombre indica, para contener y transportar salsa a la mesa, para servirla sobre la comida<sup>586</sup>. Aunque es la única referencia que tenemos a un instrumento de este tipo en *De re coquinaria*, por la cantidad de salsas que se preparaban, debía ser un útil muy práctico y frecuentemente usado: *Et simul conteres et in salsare defundes* -Apic., *De re coq.*, 431-.

**Sartago.** (Figs. 61 y 62) Utensilio cuyo uso es el mismo que la actual sartén. Realizado en cobre, plata, bronce o hierro, tenía diversos usos<sup>587</sup>, como los instrumentos básicos de cocina: en ellas se podía guisar pescado -Apic., *De re coq.*, 438-. También estofar carne en alguna salsa -Apic., *De re coq.*, 266-. Incluso freír -Apic., *De re coq.*, 12, 267, 472, 473-. Morfológicamente es una herramienta de fondo plano, paredes bajas y dotada de mango. Annechino señala que algunas sartenes fueron especialmente prácticas, y que tenían un agarrador más corto en el lado opuesto al mango en los ejemplares especialmente grandes, para manejarla con comodidad<sup>588</sup>. Algunos recipientes de cocina se fabricaron en plata y otros metales nobles, pero por la calidad del material en que se construyeron, estaban destinados a la mesa y no a realizar operaciones de cocina -Dig., 34,

---

<sup>586</sup>Sobre las salsas en *De re coquinaria*, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 217-220.

<sup>587</sup>Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 142, utensilio citado en *De re coquinaria* dos veces. Por su parte, A. URBAN FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, p. 392, señala que se cita en cuatro ocasiones, dos de ellas en el *Excerpta a Vinidario*, lo que nos habla de un uso prolongado en el tiempo tanto del instrumento como de la técnica aplicada con él.

<sup>588</sup>M. ANNECHINO, *op. cit.*, 1977, p. 109.

2, 19-. Y aunque era un instrumento polivalente, su uso más característico era la fritura, por lo que señala Isidoro que el crepitar del aceite era el sonido particular de las cocinas -Isid., *Orig.*, 20, 8, 5-. También Apicio presenta la posibilidad de freir en distintas ocasiones, e incluso en algunas de ellas precisa con exactitud la necesidad de *sartago*: *In sartagine... o: Adicies in sartagine...* - Apic., *De re coq.*, 12, 266, 267, 438, 472, 473-.



Fig. 61 y 62. *Sartago*. Dos modelos diferentes, una rectangular y otra redonda con piquera. Dotadas de ojal, ambas se pueden colgar en la pared de la cocina. Procedentes del área vesubiana, s. I d.C.

Museo Arqueológico de Nápoles.

***Sportella***. Cestillo en el que se colocaban las piezas de carne de tamaño mediano y grande para ser cocidas. Como el pollo -Apic., *De re coq.*, 246-, la cabra -Apic., *De re coq.*, 361- o el cochinitillo -Apic., *De re coq.*, 369, 370-. Pero también se colocaron en ellas otros materiales más delicados como las hojas de cidro: *Folia citri viridia in sportella palmea* - Apic., *De re coq.*, 5-. Esta última *sportella* está realizada con hojas de palmera.



**Surcellus.** Espátula o palo de usos polivalentes, que Apicio utiliza para extender las bayas de saúco en una cacerola: *In patinam compones ad surcellum* -Apic., *De re coq.*, 135-.

**Surculus.** Brocheta, pequeño asador o pincho. Con multitud de usos en la cocina, desde brocheta para sujetar carnes muy tiernas como las tetillas evitando que se deformaran, y también como instrumento para asar alguna pieza y sujetar las patas de un pollo: *Surculo alligas et inpensam concicla farsilis paras* -Apic., *De re coq.*, 200-. También se usaban para sujetar las tapaderas de las calabazas rellenas: *Et cucurbitas supra... surclas et coctas* -Apic., *De re coq.*, 177-. Incluso para evitar que se deshicieran durante la cocción los extremos de un embutido: *Surclas ambas et in ollam bullientem summitis* -Apic., *De re coq.*, 287-. Este pincho tuvo usos muy variados, desde brocheta hasta otros más sofisticados -Apic., *De re coq.*, 316-17-. Por ejemplo sujetando un embutido que se coloca sobre un cabrito -Apic., *De re coq.*, 366-. También como instrumento de cierre de una pieza rellena en lugar de la *fibula*, o incluso para remover un guiso con uno de estos instrumentos fabricado con una ramita de laurel verde, que además aportaría sabor: *Agitabis surculo lauri viridis* -Apic., *De re coq.*, 371-. Uno de estos pinchos estaba realizado en un material muy concreto, como el señalado por Apicio, de madera de ruda: *Et agitabis rutae surculo* -Apic., *De re coq.*, 457-.

Estas brochetas eran instrumentos tan básicos y primitivos para cocinar, que se han utilizado desde que la técnica de asar se ha puesto en práctica. En época homérica se usaban como espetones para asar y poco a poco modifican su uso -hasta época imperial- y cierran, sujetan, sostienen y en definitiva, se reelabora su cometido, adaptándolo a una culinaria mucho más sofisticada, pero que no puede prescindir de los instrumentos de cocina más básicos, entre los que se encuentra éste -Apic., *De re coq.*, 177, 200, 258, 262, 263, 287, 316, 317, 366, 371, 391, 392, 457-.

**Tabula.** Tabla de cocina. En ella se coloca la carne picada, o se dejan secar las ortigas de mar, por ejemplo: *Cum coctum fuerit, versas in tabula munda, y: Exsiccabis in tabula, eam concides* -Apic., *De re coq.*, 46, 163-. Eran tablas de madera que se podían reponer con facilidad y que hablan de la higiene en las cocinas, en las que además de usar los poyetes como sostén de las labores del cocinero, se utilizaban estas tablas, que eran fáciles de transportar y limpiar. Se trata de un instrumento cómodo y práctico para usar en las cocinas, que facilitaría los movimientos entre la zona de cocinado y la de preparativos.

**Tegula.** Teja en la que se depositaban unos lirones rellenos para asarlos en el horno<sup>589</sup>. No parece un instrumento corriente de cocina, aunque debemos tener en cuenta que por el material en que se realizaban, que era barro cocido, soportaba perfectamente las altas temperaturas de un horno doméstico y que pudo ser utilizado como fuente de uso diario para hornear. Por otro lado, el tamaño del pequeño lirón es desproporcionado si solamente se cocinaba uno en la *tegula*, pero la relación se equilibra, colocándose varios lirones en la misma *tegula*. No llevaban salsa en la receta, de forma que esta particular fuente era la adecuada para asar los alimentos, tras lo cual se servirían después en las mesas y quizás entonces se acompañaban de una salsa elaborada para este plato, aunque preparada en una operación aparte como observamos en Apicio: *Isicio porcino, ítem pulpis ex omni membro glirium trito, cum pipere, nucleis, lasere, liquamine farcies glires et sutos in tegula positos mittes in furnum aut farsos in clibano coques* -Apic., *De re coq.*, 397-. Séneca se refiere a la cocción del pan sobre ladrillos calientes, que bien pudieron intercambiarse con las *tegulae*<sup>590</sup> -Sen., *Ad Luc.*, 90, 23-. Virgilio también presenta a un campesino cocinando un pan ácimo, y después de preparar la masa, sin levadura, lo coloca en el fogón y lo cuece bajo las brasas, protegido en la parte superior por una *tegula* y no sobre ella, en una operación diferente a la anterior: *Infert inde foco... testisque tegit, super aggerat ignis* -Virg., *Mor.*, 50-.

**Thermospodium.** Campana o brasero que se introducía dentro de las brasas del horno, con la comida en su interior. No se colocaba el alimento directamente en él, sino en una fuente distinta, que podía retirarse en cualquier momento: *Patinam perunges, impones*

---

<sup>589</sup>Sobre lo que representaron los lirones como parte de una forma gastronómica de entender la alimentación ver N. RITIG-BELJAK, "Dormouse: an Ancient Delicacy on the Plate of the Croatian Peasant", en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, 1999, pp.181-188. Señala como este uso romano se refleja en el patrimonio gastronómico croata de la actualidad, con ciertas diferencias con respecto al engorde del animal, pero cocinado con técnicas similares, en especial la del asado con calor seco, como son el horno y la barbacoa. Por su parte, Varrón, conoce y describe detalladamente el cuidado de los lirones, su alimentación, etc. Y así: *Glirarium autem dissimili ratione habetur, quod non aqua, sed maceria locus saepitur; tota levi lapide aut tectorio intrinsecus incrustatur, ne ex ea erepere possit. in eo arbusculas esse oportet, quae ferant glandem. quae cum fructum non ferunt, intra maceriem iacere oportet glandem et castaneam, unde saturi fiant. facere iis cavos oportet laxiores, ubi pullos parere possint; aquam esse tenuem, quod ea non utuntur multum et aridum locum quaerunt. hae saginantur in doliis, quae etiam in villis habent multi, quae figuli faciunt multo aliter atque alia, quod in lateribus eorum semitas faciunt et cavum, ubi cibum constituent. in hoc dolium addunt glandem aut nuces iuglandes aut castaneam. quibus in tenebris cum operculum impositum est in doleis, fiunt pingues* -Varro., *R.R.*, 3, 15-.

<sup>590</sup>Ver *furnum*, en este mismo capítulo.

*in termospodio... y: Tantum in patinam mittes olei... pones in termospodio et facies ut ferverat* -Apic., *De re coq.*, 131, 135, 160, 417-. Así, el *thermospodium* funcionaba como un pequeño horno independiente de la fuente de cocción. En la cocina romana se utilizaba el suave fuego de las brasas para cocinar, en lugar del fuego directo, para lo que se valían de distintos tipos de recipientes: *Et vaborabis in cinere calido et ad ora ante quam fundas in vasculo* -Apic., *De re coq.*, 470-.

**Trulla.** (Fig. 63) Cucharón, que es, para Varrón, además de cuchara de gran tamaño provista de mango, un recipiente cóncavo por el que circula el agua, vertiéndola como si fuera un grifo -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 118-. Con forma de cucharón, o paleta, o también espumadera, pero siempre con mango: *Et in patella alternis de trulla refundes...* o: *Et trullam plenam pulpae*, y: *Et ad trullam permisces et lias ut...* -Apic., *De re coq.*, 141, 142, 179-.



Fig. 63. *Trulla*. Gran cucharón para servir, s. I d.C.

Museo Británico.

**Tryblium.** Escudilla, con un término de origen griego según Varrón -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 25, 120-.

**Vas.** Un recipiente polivalente, que podía servir como envase para conservar: *In uas citrium mitte, gipsa, suspende* -Apic., *De re coq.*, 22-. También para cocer una salsa: *Et mittis in uas ut ferveat* -Apic., *De re coq.*, 187-.

**Vasculum.** Otro vaso polivalente, recipiente para semiconservar ostras, o para utilizar como salsera: *Lavas ab aceto, aut ex aceto vasculum pictim lava, et ostrea compone* -Apic., *De re coq.*, 13, 351, 422, 470-.

**Vatillum.** Plancha o infiernillo que se calienta a una temperatura elevada, fundiendo grasa en un caso, y en el otro tostando uvas pasas para colorear un guiso: *Uvam passam ustam coloratam super vatillum* -Apic., *De re coq.*, 292, 395-. Como sucede con otros instrumentos, su uso es polivalente y lo más importante era la técnica empleada, que consiste en la aplicación de una fuente de calor intenso en un corto espacio de tiempo.

**Urnarium.** Mueble de cocina, que contenía los recipientes con agua, *urnae*, preparada para servir en los vasos y beber: *Praeterea erat tertium genus mensae item quadratae vasorum; vocabatur urnarium, quod urnas cum aqua positas ibi potissimum habebant in culina. ab eo etiam nunc ante balineum locus ubi poni solebat urnarium vocatur. Urnae dictae...*-Varro., *Ling. Lat.*, 5, 27, 126-. Sabemos la importancia que se le dio a la obtención de agua muy pura, agua que se decantaba y sometía a procesos de filtrado durante mucho tiempo, tanto para beber como para mezclar con vinos y conservas, de ahí la aparición de un mueble dedicado a contener estos recipientes, seguramente clasificados según los distintos momentos del proceso de purificación.

**Veru.** Otro tipo de espetón para asar. A pesar de que la etimología que Varrón explica parece inexacta, el *veru* se utilizaba en asados en los que había que girar el propio espetón, consiguiendo así un cocinado uniforme: *Veru a versando* -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 27, 127-.

**Zema.** Marmita, en la que se prepara un guiso de pierna de jabalí: *Et mittitur in zemam* -Apic., *De re coq.*, 339-. O una cabra: *Et bullienti zemae* -Apic., *De re coq.*, 361-. Las dos preparaciones indican que el tamaño de la olla debió ser considerable, por las dimensiones de las piezas. No se trata de una fuente para introducir en el horno, sino claramente una marmita en la que cocer los alimentos<sup>591</sup>.

---

<sup>591</sup>Según A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 142, instrumento citado en *De re coquinaria* dos veces. Parece tener el mismo uso que la *olla* en esta obra, aspecto también mencionado por dicho autor. Ambos instrumentos están vinculados con la aplicación culinaria de hervir: *bullio, ferveo, coquo* y *elixo*.

### *Epítome de los instrumentos para cocinar*

La cantidad de objetos relacionados directamente con los procesos de cocinado es muy elevada. Algunos eran tan simples como una tabla, palos de madera o un lienzo. Otros, sin embargo, fueron complejos y sofisticados como el *clibanus* o la *sportella*. Algunos de ellos tienen un uso muy antiguo, como el mortero o los cuchillos, y otros son típicamente mediterráneos, como la *craticula*. La disposición de las cocinas, como otros aspectos de la alimentación, dependió de los recursos económicos de los dueños de la casa, y la calidad de la vajilla que se presentaba en la mesa era directamente proporcional a esta circunstancia.

La versatilidad de distintos instrumentos, como los lienzos, cuchillos y hornos, por ejemplo, haría prácticamente interminable la lista de objetos de la cocina, precisamente por tener usos intercambiables con otras ocupaciones o dentro de la misma cocina. No hemos clasificado las distintas tipologías de platos, vasos, jarras y cazuelas ya que son variadísimas y no nos cuentan nada sobre aplicación de técnicas diferentes, sino sobre la propia morfología. Más bien exponemos un repertorio de *instrumenta* de cocina práctico, utilizable cotidianamente tanto en las cocinas aristocráticas como en las populares.

Por otra parte, hay ciertos utensilios de cocina de naturaleza perecedera, elementos que conocemos por las fuentes literarias, pero de los que no han quedado restos arqueológicos. Entre ellos tenemos unas tortas de pan de gran tamaño que se terminan transformando en platos sobre los que poner la comida, y que como tales, tienen uso como instrumento pero elaboración culinaria. Y así, en la alimentación de los pueblos prerromanos se integraban unas tortas redondas, preparadas con harina, queso y huevos. Un alimento simple, fácil de elaborar y económico. Poco a poco, estas tortas fueron reservadas como ofrendas a los dioses, y sobre ellas se colocaban los alimentos que a estos se les destinaban. Posteriormente, estas tortas de pan se convirtieron en platos, de ahí la frase latina “comerse las mesas de hambre”, que se origina en el texto de Virgilio: *Quam vos dira fames nostraeque iniuria caedis ambesas subigat malis absumere mensas*<sup>592</sup>. La anécdota narrada por Virgilio cuando los troyanos llegaron al Tíber y sentados a la sombra de las ramas de un árbol tallado, Eneas y sus compañeros dispusieron unas tortas realizadas en

---

<sup>592</sup>Según J. ECHAVE-SUSTAETA ARILLA, traductor del texto de Virgilio. El hambre que estaban pasando los aventureros ya había sido profetizada por Celeno, una de las Harpías, que les había anunciado que: “no conseguiréis amurallar la ciudad prometida sin que un hambre cruel... os obligue primero a devorar a dentelladas vuestras propias mesas” –Virg., *Aened.*, 3, 255-257-. Trad. J. ECHAVE-SUSTAETA ARILLA, *Virgilio. Eneida*, Madrid, 1997, pp. 343 y 216.

espelta, colocando sobre ellas diversas viandas, incluidas algunas frutas del entorno. Pero tanta era su hambre, que se comieron incluso estas tortas, que habitualmente se utilizaban como platos:

*Consumptis hic forte aliis, ut vertere morsus  
exiguam in Cererem penuria adegit edendi,  
et violare manu malisque audacibus orbem*<sup>593</sup>.

Eran unas tortas de pan sobre las que se colocaban algunos alimentos, las cuales bien pudiéramos considerarlas unos antecedentes rústicos de las actuales pizzas. Las masas de pan, bien conocidas desde los inicios de las primeras prácticas culinarias vinculadas con la utilización del cereal, eran un recurso polivalente, de fácil y rápida elaboración. Servían tanto fermentadas como sin leudar, para aliviar el hambre y acompañar cualquier comida, o para ser comida principal. Las variedades de panes, tortas, panecillos y elaboraciones similares son innumerables, como hemos analizado. La elaboración de unas bases de pan sobre las que colocar alimentos para consumir todo a la vez –o de forma independiente-, no resulta, pues, algo extraordinario, sino muy común.

### **3.2. Técnicas de cocinado**

En el capítulo segundo de este primer bloque hemos mencionado, si bien brevemente, las técnicas de alimentación básicas de forma genérica, de manera que podamos realizar las comparaciones necesarias entre la cocina tradicional del s. XX y la romana. Las técnicas de cocinado se corresponden con dos partes esenciales, que son en primer lugar la limpieza y preparación de alimentos, y en segundo lugar los procesos de cocinado propiamente dichos. Se complementan con la elaboración de acompañamientos y salsas y el apartado repostería, que se trabaja de forma independiente.

#### **3.2.1. Limpieza y preparación de alimentos**

Los métodos de preparación de alimentos son muy numerosos y variados, y contemplan una acción previa a la de cocinar. En algunas ocasiones, los alimentos se pueden consumir en crudo, una forma de preparación que en Roma fue frecuente en el caso

---

<sup>593</sup>“Acontece que la misma escasez de provisiones les impulsa a llevarse a la boca el parvo plato de Ceres y a violar con sus manos y su osada mandíbula los bordes de la torta fatal” -Virg., *Aened.*, 7, 109-. Trad. J. ECHAVE-SUSTAETA ARILLA, *op. cit.*, 1997, p. 343.

de las ensaladas, pero no se consumen carnes o pescados crudos. Todos los métodos aquí expuestos corresponden a sistemas de pre-cocinado o técnicas de preparación para cocinar.

**Amasar.** Necesariamente, todas las masas requirieron aplicar una técnica de amasado más o menos profunda. Esto se debía, en primer lugar, a la necesidad de mezclar los ingredientes y en segundo lugar para permitir que, gracias a esta acción, la levadura se incorporara homogéneamente y se produjera la fermentación de forma eficaz. Pastelillos dulces, panes de distintos tipos, grandes o individuales, todos requirieron ser amasados. La harina, hija de Deméter y “trabada en combate con la presión del dedo, arrastra una profunda sima<sup>594</sup>”. Un ingrediente que aparecía bajo cualquier forma: tanto en los cotizadísimos pasteles de miel como en los más rústicos y en panes bastos, hasta en otros elaborados con cebada y en general, cualquier tipo de pan o pastel necesitaba la presencia de harina, como nos hace observar Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 167D; 60B; 108F-116A-. A nivel doméstico, vemos de nuevo a Símulo, el personaje de Virgilio, preparar la harina en un pequeño molino de mano, para hacer un pan en cantidad suficiente para su ración diaria -Virg., *Mor.*, 15-30-. En la época en la que aún se confeccionaba el pan en las casas, que según Plinio, era antes del 171 a.C., las cantidades que se amasaban eran pequeñas, y esta operación se realizaba a mano, como hacía Símulo, reviviendo esta costumbre -Plin., *N.H.*, 18, 107-. A partir de esta época, con la llegada de la panificación industrial, como podemos ver en los relieves de la tumba de *Eurysaces*, la operación de amasado se realizaba a gran escala, añadiendo a los recipientes agua, harina de diversas calidades, sal y otros ingredientes según la categoría del pan<sup>595</sup>. Era una operación indispensable para distribuir y liberar el gluten que contiene el cereal, así como repartir uniformemente tanto la levadura como la sal, con lo que se inicia el proceso de fermentación.

Existen algunas indicaciones sobre el conocimiento más complejo de la elaboración de pan, tras el amasado, desde luego, que es la elaboración de pasta que se consumía fresca, y no deshidratada. Las planchas de pasta, del tipo de las lasañas o canelones actuales, que observamos en un plato conocido como *lagana*, descrito por el traductor como: “una cierta

---

<sup>594</sup>Athen., *Deipnos.*, 108B. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, Madrid, *op. cit.*, 1998b, p. 99.

<sup>595</sup>Sobre la descripción de la maquinaria de molienda y amasado del cereal en Roma, R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, pp. 361-365. Donde este autor explica fundamentalmente la panificación industrial, los grandes molinos y amasadoras de panaderos profesionales como era el caso de este *Eurysaces*.

harina de trigo, con forma como de una piel<sup>596</sup>, superficies planas que posteriormente se cuecen con salsa de pimienta. Una especialidad recogida por Horacio: *Refero laganique catinum* –Hor., *Sat.*, 1, 6, 116-, y que nos sitúa en los albores del descubrimiento de los usos de la masa de pan más allá de la estricta panificación, es decir, algún formato de pasta hervida<sup>597</sup>. No será Horacio el único que describa esta pasta, también la recogen Plinio y Ateneo, quienes especifican incluso la presencia de variedades de esta como el *artolaganon*, tal y como recoge Plinio: *Panis ipsius varia genera persequi superuacuum videtur, alias ab opsoniis appellati, ut ostrearii, alias a deliciis, ut artolagani, alias a festinatione* –Plin., *N.H.*, 18, 105-. Igualmente, Ateneo, señala que las hojuelas o *láganon*, son unos panes ligeros y poco nutritivos, mientras que una variedad, el *artoláganon*, se sirve con una salsa de pimienta, como también destacaba Horacio –Athen., *Deipnos.*, 110A; 113D-. Es de destacar que esta preparación de pasta comestible a base de masa de harina, se realiza a partir del s. I, según indican las fuentes, y no anteriormente. Y al menos hasta el s. III, esta última fecha del fallecimiento de Ateneo (223 d.C.).

**Crudos.** La ensalada se consideró una comida muy saludable. A los ancianos se les recomendaba el consumo de verduras crudas, acompañadas con salsas ligeras que favorecían la digestión y abrían el apetito, porque se consideraba que despejaban su ánimo - Athen., *Deipnos.*, 133F-. Algunos de los productos que se tomaban crudos eran: apios, aliñados con *garum*, o rábanos con salsa de pimienta, que se consideraban un alimento vulgar -Apic., *De re coq.*, 99; 102; Athen., *Deipnos.*, 57A-. También diversas preparaciones de pepinos crudos con *garum* o *oenogarum*, para que no se repitieran o con una salsa más compleja -Apic., *De re coq.*, 82, 84-. También las sandías y melones se tomaban crudos, pero con salsa -Apic., *De re coq.*, 85-. Las malvas, por su parte, se tomaban también crudas, acompañadas de salsa, eran unas flores muy tiernas y de mejor calidad las malvas silvestres que las de jardín -Apic., *De re coq.*, 86; Athen., *Deipnos.*, 2, 58D ss.- En general, se

<sup>596</sup>Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *Horacio. Sátiras, Epístolas, Arte Poética*, Madrid, 2008, p. 107.

<sup>597</sup>Originalmente, la descripción de *lágana* la encontramos en los comentarios del Pseudo Acron, que analiza las sátiras de Horacio, y que describe esta elaboración como *membrae compositae*, p. 323. Por su parte, A. DALBY, 2003, p. 251, establece la etimología, del griego *láganon*, pasa al latín *láganum*, como señala, una pasta flexible, término que permanece en la actualidad para designar a este producto en algunos dialectos italianos modernos. Sobre otro tipo de pasta en el mundo romano, ver C. PERRY, “The oldest Mediterranean noodle: a cautionary tale”, *Petit Propos Culinaire*, 9, 1981, pp. 42-45.



consumían muchas plantas crudas servidas en ensaladas, a veces con salsas, como lo que llama Apicio plantas silvestres, entre ellas la achicoria y la lechuga -Apic., *De re coq.*, 107; 109-111-.

Incluso la propia fruta se utilizaba como guarnición de platos salados, si bien en este caso se cocinaban. Aunque para los postres siempre se tomaban frescas, antes de que se sirvieran los pasteles y dulces, y así, se consumían: manzanas, peras, granadas, uvas o higos. Se consideraban golosinas, un bocado exquisito -Athen., *Deipnos.*, 137B; 47D-. Y no solo como postre, ciertas frutas crudas también podían tomarse como entrantes, como era el caso de: ciruelas, manzanas, endrinas, cerezas, madroños, moras, nueces y almendras -Athen., *Deipnos.*, 49E ss.-

Sin embargo, el consumo de crudos no era un hábito nuevo en el entorno mediterráneo. Tenemos, por ejemplo, el caso de los banquetes espartanos, que eran famosos por su gran frugalidad, entre los que destacaba un ágape al que llamaban *kopís*<sup>598</sup> -Athen., *Deipnos.*, 138E-. Este banquete formaba parte de una comida ritual propia de ciertas fiestas. En ellos se consumían principalmente verduras crudas, frutos secos, fruta fresca e higos (secos o frescos), entre otros alimentos. Algunos de estos productos se tomaban sin cocinar, otros sí estaban guisados y un tercer grupo eran alimentos en conserva.

Otros alimentos que se comían crudos eran los huevos, que en este caso se sorbían dentro de su cáscara -Athen., *Deipnos.*, 58A-. Hay algunos alimentos que si no están perfectamente frescos pueden ser peligrosos para la salud, como el caso de los moluscos. Ateneo recoge un párrafo de Mnesíteo de Atenas, que señala que estos comestibles crudos son laxantes, hecho que nada tiene que ver, como el autor señala, con la salinidad del producto -Athen., *Deipnos.*, 2, 92B ss.- Por esta razón, recomienda cocer siempre los moluscos. En general, observamos que los consejos con respecto a la ingestión de alimentos crudos corresponden a una serie de recomendaciones de carácter higiénico. Sin embargo, la facilidad de uso y puesta en práctica del consumo de productos vegetales

---

<sup>598</sup>Sobre estos peculiares banquetes señala Ateneo: “Cuando celebran una *kopís*, en primer lugar construyen unos barracones junto al templo del dios, y en su interior unos lechos de madera; sobre ellos extienden alfombras, en las que agasajan a los que se recuestan... En las *kopídes* sacrifican cabras y ningún otro tipo de víctima; y ofrecen a todos porciones de la carne, y el llamado *physíkillos*, que es un panecillo parecido al *enkrís*, pero más redondo de forma. A cada uno de los reunidos le dan un queso verde, un trozo de estómago y de intestino, y como postre, higos secos, habas y judías verdes. En la *kopís* participa aquel de los espartiatas que lo desea” -Athen., *Deipnos.*, 138F-139B-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, pp. 175.

crudos, puede que los hiciera fácilmente accesibles para los sectores populares en épocas de carestía.

**Desalar.** Muchas de las conservas en salmuera y salazón seca que se prepararon en Roma necesitaron ser desaladas para poderse comer. Algunas, como las huevas, el jamón o los lomos de pescado, no se desalaban antes de ser comidos, pero sí había que aplicar esta técnica a muchas otras. A veces, era suficiente lavarlas a fondo antes de cocinarlas, y otras requerían un tratamiento más complejo, que comenzaba con el lavado previo, después se procedía a una primera cocción en leche y finalmente cocción en agua, como Ateneo - Athen., *Deipnos.*, 117D- y Apicio señalan: *Carnem salsam dulcem facies, si prius in lacte coquas et postea in aquam* -Apic., *De re coq.*, 11-. Sin duda era una secuencia que ponía en marcha un mecanismo eficiente para eliminar la sal. Aunque la inmersión en leche y posteriormente en agua, o solo en alguna de las dos durante unas horas, sería suficiente si la salazón no era muy vieja. Tras el proceso de desalado, el pescado se limpiaba y freía - Apic., *De re coq.*, 144-.

Observamos que el conocimiento de la técnica de desalar tanto carnes como pescados era bien conocida, hasta el punto de que se buscan procesos mediante los que obtener sus beneficios. Para evitar el doble proceso de salazón-desalado, Apicio propone una receta en la que se conserva la carne en miel en lugar de sal, aunque señala el autor que únicamente se puede poner en práctica durante el invierno, lo que hace que esta sea una receta de temporada, estrictamente hablando, al contrario que la salazón, cuya durabilidad era muy elevada -Apic., *De re coq.*, 9-.

La preocupación por prolongar la duración de diferentes productos era natural y necesaria en el mundo antiguo, por lo que los métodos de conservación, como es el caso de la salazón, eran una práctica constante, pero paralelamente a esta, también la regeneración de dichos productos para hacerlos agradables fue una necesidad. Desde luego, los pescados en salazón formaron parte de la gastronomía, como nos dice el propio Apicio: *...et sfondilos inferes pro salso* -Apic., *De re coq.*, 118-, quién se refiere a una forma de servir las alcachofas idéntica a cómo se sirve el pescado en salazón. O a un plato de pescado en salazón que se desala cociéndolo en aceite, tras lo cual se retiran las espinas: *Patellam tirotaricam ex quocumque salso: coques ex oleo, exossabis* -Apic., *De re coq.*, 144-. Pero la clave para entender la diferencia entre el pescado en salazón -crudo, en realidad- y

desalado es la siguiente receta, en la que se presentan de forma explícita ambas variedades, reconociendo que uno está crudo, en el primer caso, aún salado, y en el otro caso, cocinado, es decir, desalado y guisado: *Dum coquitur, salsum crudum in medium pinis. At ubi cum salso prope cocta fuerit... si fatuum fuerit, liquamen adicies...* -Apic., *De re coq.*, 152-. Es decir, el pescado puede llegar a perder tanta sal que era necesario probarlo por si hubiera que rectificar, añadiéndola en forma de *liquamen*. Además, se utiliza el pescado en salazón en guisos de legumbres, como garbanzos o judías verdes, con un guiso particular y bien conocido, según dice el texto de Apicio: *...et careno modico pro salso inferetur, uel simpliciter, ut solet* -Apic., *De re coq.*, 209-. Incluso se conocían bien las diferencias entre la salazón fresca o envejecida, de ahí la precisión de que el plato parecerá una salazón fresca: *...pro salso recente* -Apic., *De re coq.*, 383-. Y como demostración de lo común de su uso, también el pescado en salazón se podía convertir en uno de esos platos cuya gracia era la imitación sin contener el ingrediente principal, como señala Apicio, que presenta un grupo de tres recetas bajo el título: *Salsum sine salso*, es decir, una imitación de este pescado, que está ausente entre los ingredientes. En cuanto a los motivos, la variedad, la sorpresa en la mesa, o la falta de la propia salazón, podrían animar a un cocinero a hacer estas preparaciones en las que era de prever que no se notara la falta del ingrediente principal, aunque una está elaborada con hígado, otra a base de *carenum*, aceite y nueces, y la tercera es una salsa con comino, pimienta, ajo, *garum* y aceite. Entre estas recetas destaca la siguiente: *Iecur coques, teres et mittes piper auto liquamen aut salem, addes oleum -iecur leporis aut haedi aut agni aut pulli- et, si volueris, in formella piscem formabis. oleum viridem supra adicies* -Apic., *De re coq.*, 430-432-.

Además, hay una patina de salmonetes elaborados mediante ese guiso específico propio del pescado en salazón: *Patina mullorum loco salsi*, que incide en lo habitual - Apic., *De re coq.*, 149-, o sencillamente, una patina de pescado guisada al estilo del pescado en salazón: *Adicies olei quod satis est et salsum interpones* -Apic., *De re coq.*, 150-.

Para poner en práctica dicho proceso de desalar carne o pescado se utilizan dos líquidos (combinados o puros) a lo largo de las páginas del *De re coquinaria*: leche o agua, o leche y agua. En cualquier caso, como el proceso de salazón provoca deshidratación paralelamente, para desalar era necesario rehidratar, de forma que por un proceso de ósmosis, parte de la sal del producto pasaba al líquido en el que se sumergía. Este proceso

bien conocido, como observamos en *De re coquinaria*, se podía utilizar con distintos fines, como para extraer impurezas –y no sólo sal- de diferentes productos. Es el caso de una receta de caracoles, que se sumergían en leche para extraer todas las impurezas: *Adicies in uas lac et sale uno die, ceteris diebus in lac per se...* –Apic., *De re coq.*, 323-, y también en una mezcla de leche y harina, como destaca Apicio –Apic., *De re coq.*, 326-. Aunque pescados y carnes y caracoles son productos diferentes, el concepto de extraer una parte de impureza, sabor, o minerales, en el caso de la salazón o en este tipo de preparaciones, son paralelos, ya que se desala o se limpia por inmersión en un líquido, que será leche o agua. Igualmente, para practicar este proceso, se limpian también unos pulmones en leche, para escurrirlos posteriormente, con lo que saldría la leche con todas las impurezas: *Ex lacte lavas pulmones et colas quod capere possunt...* –Apic., *De re coq.*, 295-.

Fue una técnica, la desalazón de los productos en conserva de sal, bien conocida hasta época tardía, *Anthimus* no solamente la recoge, sino que señala lo desagradable que son de comer sin desalar tanto las carnes de vaca como de buey. Ya que quedan resacas y resultan de difícil digestión como consecuencia del proceso de salazón y por tanto del exceso de sal: *Carnes vero vaccinae uel bubulinae insalatae non sunt congruae, nisi necessitas exegerit ut sumatur, quia pinguedo de ipsis carnibus de sale defluit, et deveniunt siccae ipsae carnes et non bene conficiuntur* –Anth., *De obs., civ.*, 12-.

**Deshuesar.** Era necesario deshuesar los grandes trozos de carnes adquiridos en el mercado, así como trocearlos y pulirlos antes de cocinarlos. A veces también se deshuesaban las aves antes de guisarlas, limpiándose bien los huesos de piezas de todo tamaño para aprovechar la carne. Posteriormente se destinaban a elaboraciones complejas, por ejemplo: *Uel turos exossatos a pectore y: Ofellas exossas...* -Apic., *De re coq.*, 193, 200, 263, 361, 366, 375, 376, 380, 382, 389, 390-. También se deshuesaron las piezas después de ser cocinadas, para preparar pasteles de carne y elaborar rellenos: *Cum coctus fuerit, levas et exossas, y: Coquitur sarda et exossatur* -Apic., *De re coq.*, 199, 422-.

**Desplumar.** Otra operación imprescindible previa al cocinado de las aves. Entre ellas, las palomas, los tordos, los pinzones, las perdices, los pollos o todo tipo de patos, como señala Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 65C-. Podemos observar un ave desplumada en el

mosaico bícromo que sigue la tradición de los *xenia*, y que fue encontrado en Marbella<sup>599</sup>. En esta figura se perciben cruzados sobre el cuerpo los huesos de los muslos del ave, y el resto de la carne atada o empaquetada para ser cocinada, como sugiere su presencia en una mesa de cocina.

**Disolver.** Algunas hierbas, resinas, miel y otros elementos, tenían que disolverse homogéneamente para obtener una mezcla bien diluida, elaborada con diligencia hasta obtener un producto uniforme: *Laser Cyrenaicum uel Parthicum tepida dissolvis... y: dissolves diligenter et unum corpus efficias* -Apic., *De re coq.*, 33, 46, 142, 154, 178, 199, 238, 302, 303, 370, 488-. Una disolución bien practicada en la cocina resulta fundamental para que las mezclas sean suaves, para obtener resultados equilibrados al calentar y para que no queden grumos, que son fruto de escaso esmero a la hora de poner en práctica esta técnica. Es, por ejemplo, el caso de los huevos: *Adicies ova quinque et dissolves diligenter, ut unum corpus efficias* -Apic., *De re coq.*, 46, 141, 178, 488-, que necesitan no solo disolver yema y clara, sino batirse activamente para formar un cuerpo único.

**Escabechar**<sup>600</sup>. El proceso de escabechado es otra de las herencias de la cultura de la antigua Roma que han pervivido a lo largo de las costas mediterráneas. Consiste en introducir un alimento troceado en una mezcla de ácidos y en ocasiones otros líquidos, verduras y condimentos, y tras ello cocinarlo en ese mismo líquido, con el fin de prolongar su vida útil y modificar su sabor.

Para desarrollar el proceso de escabechado se seguían los siguientes pasos: 1) introducción del alimento crudo en el líquido de escabechar durante varias horas; 2) cocinar siempre dentro del líquido de escabeche; 3) dejar enfriar y conservar en este líquido como método de conservación o como salsa. El proceso de escabechado permitió que los productos así tratados se convirtieran en semiconservas.

---

<sup>599</sup>Como señala A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, p. 165, lam. I. Por otro lado, y con respecto a este tipo de mosaico que conocemos como *xenia*, Vitrubio -Vitr., *De arch.*, 6, 7, 4-, señala que en ellos se representan motivos iconográficos vinculados con delicados regalos que se hacía a los huéspedes, como eran pescados y crustáceos, aves, huevos o frutas, cuyas figuras están trazadas sobre mosaicos o frescos. En el libro decimotercero de los Epigramas de Marcial podemos encontrar breves y numerosas descripciones de estos regalos.

<sup>600</sup>Escabechar y marinar son procesos distintos, aunque se pueden confundir. Mientras que marinar es tratar un alimento crudo previamente a su elaboración, el escabechado incluye una inmersión completa y también el cocinado posterior en ese mismo líquido. El proceso bioquímico por el que cualquier de las dos fórmulas consigue -al menos temporalmente- inactivar los microbios, está bien descrito en H. McGEE, *op. cit.*, 2007, p. 252.

Finalmente, el escabechado permitió dilatar el consumo de los alimentos tratados, obteniendo en el proceso una semiconserva, y por supuesto, esa mejora organoléptica, mezcla de sabores particulares y texturas especiales. Una técnica de escabechado clásico se ponía en práctica con callos y manitas de cerdo, previamente cocidas, que se recubrían con una mezcla de vinagre, sal, miel y mostaza, permitiendo así prolongar el tiempo de consumo, de lo que deja constancia Apicio -Apic., *De re coq.*, 10-. El pescado frito según fórmula de Apicio se podía freír y cubrir simplemente, con vinagre caliente para conservarlo -Apic., *De re coq.*, 12-. Y la perdiz, una de las preparaciones de escabechado más comunes, se elaboraba así según el recetario de Apicio, y se servía a temperatura ambiente, como mandaban los cánones de la cocina tradicional romana -Apic., *De re coq.*, 218-.

**Golpear, majar.** Ciertos alimentos eran sabrosos y nutritivos, pero muy duros para una correcta masticación. Por ello necesitaban un previo majado, con el que se ablandaban los tejidos, que se practicaba golpeándolos suavemente o con fuerza, según las necesidades. Un caso clásico es el pulpo, que había que majar antes de cocinar, para continuar ablandando en el proceso esos tejidos tan elásticos y resistentes y tomar mejor hervido que asado, como detalla Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 5D; 65C-. Los pescados, también necesitaban ser golpeados para quitar más fácilmente la piel, lo que a su vez simplificaba la operación de limpieza, lo que, por ejemplo, se hacía con el lenguado: *Solea battues et curatas compones in patina* -Apic., *De re coq.*, 155-. Otros alimentos se majaban para facilitar la mezcla posterior, como el sésamo con la salmuera -Athen., *Deipnos.*, 102D-.

**Limpiar pescado y crustáceos.** Operaciones imprescindibles para tratar en primera instancia estos productos. A veces, simplemente se retiraban las entrañas, y se cocinaba la pieza completa, con cabeza y escamas. Otras veces la limpieza y preparación eran más complejas y en ocasiones resultaban imprescindibles, como sucedía con los erizos, por ejemplo, porque había que retirar el exoesqueleto y las vísceras -Athen., *Deipnos.*, 91D-. Las ostras, de difícil apertura contenían una recompensa sabrosa que estimulaba el esfuerzo, para lo que se aplicó una técnica que requirió cuchillos especiales para abrirlas, muy similares a los utilizados actualmente<sup>601</sup> -Athen., *Deipnos.*, 85D-. Los pescados para

---

<sup>601</sup>Sobre la forma de abrir las ostras, en un mosaico encontrado en Marbella, A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, p. 165, aparecen expuestas sobre una mesa unas ostras abiertas, y otras cerradas,

preparar en salazón se cortaban en dados, formato que facilitaba la impregnación de sabores -Athen., *Deipnos.*, 116A, 116E, 116F, 117A-. Apicio explica que muchos de ellos hay que descamarlos previamente, lavarlos después, y que en general es necesario limpiarlos e incluso, en algunas ocasiones, hay que retirar las espinas, como sucede con los lenguados - Apic., *De re coq.*, 149, 151, 153, 484, 488, 482, 483, 150, 155, 158, 485, 488-. También se retiraron los nervios a los pescados que lo necesitaban -Apic., *De re coq.*, 47, 145-.

**Limpiar verdura y carne.** Como sucedió con los pescados, también las verduras y las carnes necesitaron una serie de preparativos previos al cocinado con el fin de eliminar las hebras, los nervios y las partes que resultaban en general duras y fibrosas, incomedibles, en una palabra. Los cardos eran una verdura sobre la que se realizaba esta limpieza previa: *Sfondilos elixatos conteres et neruos eorum eximes* -Apic., *De re coq.*, 121-. El hígado también presentaba muchas zonas fibrosas, que era necesario eliminar antes de cocinar: *Assas iectur porcinum et eum enervas* -Apic., *De re coq.*, 45-. Igualmente ocurría con el cuello de la grulla, repleto de enervaciones imposibles de comer: *Cum neruis sequetur... cum neruis enim manducare non potest* -Apic., *De re coq.*, 213-.

**Marinar, macerar.** Una operación que favorecía la eliminación de sabores fuertes, así como ablandar las carnes y los pescados, interrumpir el proceso de putrefacción y proporcionar un sabor especial a los productos. Hasta tal punto ha formado parte del patrimonio gastronómico la acción de marinar y macerar, que ha pervivido en los gustos mediterráneos hasta la actualidad. Además, presenta la facilidad de que casi cualquier alimento se podía marinar: pescados, carnes o verduras. La acción de marinar se desarrollaba en primer lugar sumergiendo las piezas sin cocinar en una mezcla de especias, sal, vinagre y otros condimentos, o bien en vino, durante varias horas, de forma que los sabores de unos y otros se complementaban. También se podía macerar simplemente salando y condimentando, sin necesidad de introducir dentro de un líquido, y después se cocinaba al gusto. La matriz de cerda se marinaba en vinagre y zumos de diversas plantas, como señala Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 100E-. También la carne se marinaba en agua salada y cominos para ablandar los tejidos antes de estofarse: *Ofellae prius sale et cumino*

---

junto a un cuchillo de hoja triangular. Sugiere, la cercanía del instrumento, así como la imagen en su conjunto, que dicho cuchillo estuviera destinado a la apertura de las ostras, aunque sugiere A. BALIL que este tipo de cuchillos también se encuentran en un contexto sacrificial, destinado a trincar carnes.

*infusae in aquam recte friguntur* -Apic., *De re coq.*, 267-. Y también se dejaba dos o tres días en una mezcla más elaborada, cocinándose después, al estilo de Ostia, como relata Apicio: *ubi requieverit in condimentis biduo uel triduo...* -Apic., *De re coq.*, 262-. El pan, que tan importante papel ha jugado tradicionalmente en la dieta mediterránea, también se maceraba en vino o en salsa, para posteriormente actuar como espesante en un guiso. Además de espesar, gracias al sabor absorbido, actuaba como vehículo de la condimentación: *Modicum de bucellis maceratis unde stringat, oleum. cum coxerit, ius perfundis* -Apic., *De re coq.*, 276-. Y no era el único pan que se utilizaba para macerar, también el pan alejandrino, al que se le retira la miga, y se utiliza para una receta de *Sala Cattabia*, que se servía fría: *Panem Alexandrinum excauabis, in posca macerabis* -Apic., *De re coq.*, 127-.

Para algunas carnes de sabor fuerte, la maceración era un tratamiento muy adecuado, porque las suavizaba, como se hacía con los riñones, que se maceraban en aceite y *garum*, como señala Apicio -Apic., *De re coq.*, 289-. El jabalí también se sazónaba simplemente con sal y cominos -Apic., *De re coq.*, 330-. Sabemos que las maceraciones de flores y especias en vino eran muy habituales y que proporcionaron sabores distintos a cada uno de los caldos, como ocurrió con el vino de rosas o con las hojas verdes de cidro, recetas de Apicio -Apic., *De re coq.*, 4, 5-.

**Mezclar.** Las técnicas de mixturas fueron todo un arte del equilibrio entre la prudencia y la audacia y los resultados, estaban caracterizados por el arte de la dosificación. En realidad, para poner en práctica cualquier receta se necesitaba mezclar los ingredientes, por lo que sería imposible clasificar todas las recetas que requirieron algún tipo de mezcla. Una de las mezclas más destacada es de Apicio, quién para mejorar una miel de mala calidad mezclaba cada parte de ésta, con dos de buena calidad -Apic., *De re coq.*, 16-. En este sentido, todas las salsas requirieron una gran experiencia en la dosificación para que el resultado fuera bueno, como en la preparación del *oxiporum*, la *hipotrimma* el *oxigarum* - Apic., *De re coq.*, 37, 38, 39-. Además de las salsas también los vinos necesitaron una mano experta en la proporción de las mezclas, que fue necesaria también en el mundo griego. La actividad de este mezclador, en Laconia incluso dio nombre a un héroe, Ceraón, erigido por los sirvientes de los banquetes que se ocupaban de mezclar el vino -Athen., *Deipnos.*, 173F-.



Un conjunto de mezclas muy interesantes son aquellas en las que intervienen los huevos, por las repercusiones que ha tenido su presencia en diferentes recetas a lo largo de la historia de la alimentación, y por la riqueza nutritiva de estos<sup>602</sup>. Con una importante capacidad emulsionadora, se utilizaron en frío en numerosas recetas del *De re coquinaria* – Apic., *De re coq.*, 125, 221, 405, 413, 486, 479-. Existieron recetas de salsas en las que lo más importante era la perfecta y homogénea mezcla de ingredientes, como la siguiente: *Mixta in unum perfundis et inferes* –Apic., *De re coq.*, 486-. En ellas, la mixtura en su conjunto debía prevalecer sobre cualquiera de los sabores individuales que formaban parte de la salsa –Apic., *De re coq.*, 46, 140, 155, 177, 250, 302, 303, 479-.

Las mezclas no solamente proporcionan sabores diferentes a un plato, sino que según la composición de estas y el grado que se aplique de calor más movimiento, se obtienen productos específicos como es el caso de las siguientes combinaciones:

1) Harina más agua: *puls* y gachas de diversos tipos.

2) Harina más grasa más líquido: precedente de bechamel, como en el caso de una receta de cardos en la que explica de forma gráfica que hay que mezclar bien varios componentes para la salsa, entre ellos harina: *Ligabis et ita inferes* –Apic., *De re coq.*, 97-. Desde luego, para que sea bechamel auténtica necesitaría leche y mantequilla, pero se espesa con aceite finalmente y resulta una salsa cremosa y opaca, en lo que podemos denominar un precedente de dicha elaboración. Otro modelo de este tipo de mezcla es la receta de: *Pultes Iulianae sic coquantur: alicam purgatam infundis, coques, facies ut ferveat... ex hoc paulatim alicam condies, et ad trullam permisces et lias ut quasi sucus videatur* –Apic., *De re coq.*, 179-. Observamos que se elabora una mezcla con harina y un líquido que lleva a cocción, que se enriquece con aceite, y que después de añadir diferentes ingredientes, señala el autor que debe quedar con la consistencia de una crema.

3) Harina mas leche: se obtienen cremas de diferente espesor, hasta llegar a la máxima densidad, al estilo de lo que actualmente conocemos como leche frita, que incluso se trocea de forma similar: *Silingineos rasos frangis et bucellas maiores facies. in lacte infundis, frigis...* –Apic., *De re coq.*, 301-. Y la diferencia entre hervir esta mezcla o no hacerlo era bien conocida. Para ello, observamos unos caracoles que se ponen a reposar

---

<sup>602</sup>Sobre el uso de las yemas de huevo como ingrediente en las recetas del *De re coquinaria*, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 181-185.

antes de cocerlos en una mezcla de harina y leche, solo mezclada, sin haber practicado cocción sobre ella –Apic., *De re coq.*, 326-.

4) Huevos más leche: se obtienen flanes salados o dulces, como es el caso del *tiropatinam* o de un flan, que presentan una técnica de mezclado idéntica: *In lacte dissoluis ita ut unum corpus facias*, y: *Dissoluis ita ut unum corpus facias* –Apic., *De re coq.*, 302, 303-.

El caso es que resultaba primordial que las mezclas fueran perfectas, es decir, que estuvieran perfectamente unificadas hasta obtener la sensación de un cuerpo único y no de dos o más ingredientes. Apicio señala que conoce este detalle en innumerables ocasiones, por ejemplo: *Dissolvis et in unum corpus facies* –Apic., *De re coq.*, 488-. No se trata, por tanto, de una técnica dejada al azar, ni casualmente resuelta, sino bien conocida, puesta en práctica y con resultados concretos y claramente definidos, que ofrecen, finalmente un plato u otro. Igualmente se resuelven dos recetas *tractogalatae* –*pultes* y *pullus*-, mezclando en cierta proporción agua y leche, que se calientan, y posteriormente se cuecen en la mezcla unas pastas de pan, *tractae*, que absorberían parte de la mezcla, hidratándose, y soltando a su vez fécula que engordaría la mezcla, espesándola. Sabemos que se cocían a fuego lento, para facilitar dicho proceso: *...et lento igni ferveat* –Apic., *De re coq.*, 181-249-.

**Preparación del fuego.** Una operación imprescindible para el desarrollo de todas las comidas, excepto las crudas. Era una de las maniobras que más problemas causó por la facilidad de incendios que sufrían las cocinas, debidos en gran parte a la práctica inexistencia de chimeneas<sup>603</sup>. Lo más corriente era encontrar fogones a media altura, como poyetes cuya parte inferior guardaba leña y diversos utensilios, y en general, el fuego no era de llama viva, sino de brasas, que se preparaban en los patios y lugares al aire libre y que después se transportaban a las cocinas. Sobre estas brasas se colocaban trípodes o *tegulae*<sup>604</sup> encima de los cuales se colocaba un recipiente para cocinar: *Farcies glires et sutos in tegula positos mittes in furnum aut farsos in clibano coques* -Apic, *De re coq.*, 397-. Estas eran las cocinas de casas aristocráticas, que disponían de espacios amplios y diferenciados de otras estancias y estaban dotadas de personal para preparar los fuegos. En las casas rurales la propia chimenea haría de cocina, si existía, o incluso algo más sencillo:

---

<sup>603</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, p. 231.

<sup>604</sup>Ver instrumentos de cocina, v. *tegulae*.

simplemente había un fuego bien delimitado situado sobre un pavimento cerámico. También existieron hornillos como braseros, *clibano* o *thermospodio*, mediante los cuales se podía cocinar sobre las brasas<sup>605</sup>.

En general, excepto la carne asada, que se coloca directamente sobre el fuego con el apoyo de una *craticula*, *surculus*, *veru* o algún otro instrumento, toda la cocción debió ser bastante lenta, haciendo que la planificación de cualquier comida requiriera un periodo de tiempo considerable. Demostrando la variedad de las técnicas de cocinado en Roma, Apicio prepara un licor que debe cocer lentamente sobre un fuego de leña seca y no sobre brasas: *Quod igni lento et aridis lignis calefactum* -Apic., *De re coq.*, 1-. Aunque lo parezca, la operación no es contradictoria ya que se utilizaba leña seca para que no produjera humo, como sí lo haría la leña verde y no aportara al vino ese sabor particular del ahumado.

Esos rescoldos eran útiles para asar piezas pequeñas, quizás cubiertas por las propias brasas, por ejemplo, se cocían las cebollas -Athen., *Deipnos.*, 5C-. También se cocinaban de esta forma algunos moluscos, que así conservaban todo su sabor -Athen., *Deipnos.*, 90E-. Pero en cualquier caso se requería la colaboración de un soplillo para avivar las brasas, si estas languidecían<sup>606</sup> -Athen., *Deipnos.*, 108B-. El fuego o las brasas calentaban la habitación, consiguiendo un ambiente cálido los días más fríos. Las mañanas de invierno, antes de empezar a cocinar estaba helada: *Nondum mihi frigida venit; alget adhuc nudo clusa culina foco*<sup>607</sup>.

**Rallar.** El acto de rallar tiene lugar cuando hay un producto consistente, duro, como el queso por ejemplo, del que se sacan virutas con ayuda de algún instrumento para mezclar con otros ingredientes o para colocar sobre la comida, este último un caso que presenta Ateneo, de queso rallado sobre una preparación -Athen., *Deipnos.*, 10B-.

**Remojar.** Ciertos productos como las legumbres y el cereal, para poder utilizarse en la cocina, necesitaban el previo remojo nocturno, que los hidratará y ablandará. A veces,

---

<sup>605</sup>Sobre braseros portátiles, ver P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 64-66. Sobre el uso de los braseros en el ámbito privado, Marcial y Juvenal dejan constancia -Mart., *Epigr.*, 12, 32, 14; Iuv., *Sat.*, 3, 249-251; 271-273-. También en el ámbito público, Ovidio lo destaca -Ovid., *Fast.*, 408-411, 6, 307-318-. Por su parte, Varrón describe a las sacerdotisas de *Liber Pater* con tortas sagradas y braseros para los sacrificios -Varro., *Ling. Lat.*, 6, 14-.

<sup>606</sup>Observamos un soplillo de cocina sugerido por A. BALIL ILLANA, *op. cit.*, 1983, p. 166, lam. II, representado en un mosaico encontrado en Marbella y vinculado con una cocina de carácter suntuoso.

<sup>607</sup>“La cocina cerrada, con el fogón todavía vacío, está gélida” -Mart., *Epigr.*, 8, 67, 8-. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 91.

también se remojaban algunas especias, para que emulsionaran mejor al preparar una salsa: *Ac deinceps amulum infusum adicies uel orizae sucum* -Apic., *De re coq.*, 56-. O incluso el arroz, para que soltara el almidón: *...deinde oridiam infusam teres* -Apic., *De re coq.*, 57-. Asimismo, algunas verduras, o piñones si estaban demasiado secos: *Nucleos infundes et siccas* -Apic., *De re coq.*, 68, 140-.

**Rociar un recipiente.** Esta acción se realizaba con el fin de eliminar los malos olores y sabores que pudiera tener un envase, para que al introducir el producto con posterioridad en su interior no absorbiera dichos olores: *Liquamen si odorem malum fecerit, uas inane inversum fumiga lauro et cupresso, et in hoc liquamen infunde ante ventilatum* -Apic., *De re coq.*, 8-. Esta operación se podía realizar con distintos elementos, como con hojas de laurel y ciprés triturados como observamos en la receta anterior. La utilización de productos vegetales para producir un ambiente perfumado fue habitual, y con este fin se quemaron todo tipo de maderas, hierbas aromáticas y especias para perfumar.

**Tamizar.** Acción que consistía en pasar alimentos por un colador, o tamiz, consiguiendo con esto que la mezcla de los alimentos triturados resultara más fino. Se tamizaron hierbas o verduras cocidas -como espárragos, por ejemplo-, con el fin de eliminar las fibras y hacer una preparación más comestible: *...et sucum per colum colabis, y: Accipies asparagos purgatos... per colum colabis* -Apic., *De re coq.*, 133, 135, 136-.

**Triturar.** Para la cocina romana, en la que hubo tanta variedad de salsas, rellenos y embuchados, hierbas, especias y todo tipo de condimentos aromáticos, eran muy necesarios los instrumentos para triturar, como fueron los morteros y cuchillos. A veces, incluso había que triturar tan finamente que era necesaria una segunda operación que consistía en pasar la mezcla por un tamiz, obteniendo con la práctica, una auténtica pulverización. Un polvo finísimo que facilitaba una mejor disolución final de los sólidos en los líquidos. En este sentido, era una técnica muy útil para preparar un aceite falsificado, por ejemplo, para lo que se molían especias y sal, hasta hacerlas polvo, introduciéndose en un aceite menos costoso, que se hacía pasar por uno de mayor calidad: *...tunsa omnia et cribellata, ad levissimum pulverem redacta* -Apic., *De re coq.*, 6-.

Un ejemplo de producto triturado son los piñones, que se habían conservado previamente en un recipiente con una especia muy apreciada, el *lasericium*, como detalla Apicio: *...cumque utendum fuerit lasere, nucleos conteres, et in cibus miraberis* -Apic., *De*

*re coq.*, 14-. De esta forma, el sabor del carísimo *laser*, que impregnaba los piñones, se transmitía con un poco de ese polvo de piñón al guiso correspondiente. Por su parte el *cnecon*, cártamo, al que hemos hecho referencia en el capítulo de conservas, también se trituraba finamente hasta hacerlo harina, la cual se mezclaba con otros ingredientes: *Accipies quod Graeci dicunt cnecon et facies farinam* -Apic., *De re coq.*, 15-. Para la preparación del *oxyporum*, del *oxygarum* y de otras salsas, también era necesario triturar cuidadosamente todos los ingredientes, como señala Apicio en diversas recetas: *Cuminum... sicca et sic tundes* -Apic., *De re coq.*, 37, 39, 351-. Y en otras preparaciones más complejas, para hacer rellenos, *isicia*, era necesario triturar hierbas, carnes y pescados: *...sublatis crinibus in fulmento tundes, sicuti adsolet. pulpa et in mortario...* -Apic., *De re coq.*, 42, 43, 44, 48-. Todas las carnes trituradas había que picarlas con el cuchillo y mortero, y con ellas, además de rellenos, se elaboraban unas bolas con las que se preparaba un plato similar a albóndigas, si bien se podían aplastar, como hamburguesas. Por su parte, y con respecto a las operaciones de triturar otros ingredientes, como es el caso de los cereales, Apicio y Ateneo recomendaban, tras un concienzudo lavado y pelado del grano triturarlos, operación que se realizaba con morteros. Con ellos se preparaban cremas y también servían como espesantes: *Tisanam lavando fricas, y: Defricas tisanam et cum leguminibus elixas* -Apic., *De re coq.*, 173, 174, 201; Athen., *Deipnos.*, 3, 126B-.

**Troceado.** Era necesario partir en trozos cualquier carne, pescado o vegetal antes de cocinarlo, sobre todo si eran de gran tamaño, incluso a veces aunque fueran pequeños, dependiendo de las indicaciones de las recetas. En ocasiones, en lugar de trocearlos antes del guiso, se realizaba la operación después -Athen., *Deipnos.*, 5C-. Otros alimentos ya cocinados, se troceaban para comerlos, como el pan que se tomaba durante el desayuno, empapado en vino -Athen., *Deipnos.*, 11C-. Por su parte, el pulpo se consumía cortado en rodajas -Athen., *Deipnos.*, 169D-.

### 3.2.2. Procesos de cocinado

Dentro de este apartado recogemos todas las principales técnicas de cocinado usadas: asar, cocer, hornear, cocinar a la sal, en *papillote*, y otros. Como iremos viendo, son un grupo muy numeroso y variado, que presenta una diversidad que expone la riqueza y el profundo conocimiento de la tecnología culinaria en Roma. Muchas de estas técnicas no

eran nuevas, fueron adaptaciones de otras culturas, o son aplicaciones universalmente utilizadas, como el primitivo asado o el hervido. Otras son sumamente sofisticadas, como la envoltura de la carne en redaños, y gracias a ellas observamos la cantidad de productos que estuvieron al alcance de los cocineros de las casas aristocráticas, así como de los conocimientos técnicos adquiridos y puestos de manifiesto en una literatura especializada, además de la experiencia propia o incluso aprendida de la experiencia de otros cocineros.

**Adulteraciones**<sup>608</sup>. Una técnica muy del gusto de la cocina romana, que trataba de imitar o falsificar, con unos productos económicos, otros de calidad superior. El gusto por la adulteración, por el engaño o visto de otra forma, por la sorpresa, fue una importante característica del Sistema alimentario romano, cuestión que pudo deberse a dos motivos:

1- En primer lugar, consideraremos que se pretende adulterar una comida en la más amplia expresión del término, con la derivación de engañar. Y así, la adulteración consistirá en preparar, con ingredientes económicos, un manjar que parezca mejor de lo que en realidad es. Y de esta forma, disponer de una ganancia desproporcionada a la calidad de lo ofertado. Cuando existe intención de plagio en una fórmula, su propósito suele ser imitar a otros ingredientes más costosos, supliéndolos en la medida de lo posible y reemplazándolos con productos asequibles. Es el caso de la elaboración de aceite de Liburnia, que en realidad se preparaba a base de aceite hispano, o la receta para reconocer si la miel que se adquiere está falsificada: *In oleo Spano mittes... et Liburnicum omnes putabunt, y: Mel corruptum ut probes: inlunium infundes in melle et incende. si incorruptum est, lucet* - Apic., *De re coq.*, 6, 17-. Pero también se falsificaron vinos: “Étant donné que les hôtes buvaient généralement du vin fortement coupé d’eau, cette accusation suppose que les cabaretiers falsifiaient déjà les vins qu’ils vendaient come purs et auxquels les hôtes eux-mêmes ajoutaient l’eau<sup>609</sup>”. También Marcial deja constancia de este hecho cuando comenta jocosamente que a veces el agua, por su escasez, podía ser más valiosa que el propio vino adulterado con ella –Mart., *Epigr.*, 1, 56; 3, 56; 3, 57-.

2- En segundo lugar, tenemos la existencia de adulteraciones más allá de una cuestión económica o con el sentido de estafa, acción que respondería a una moda gastronómica que se impuso con un fin más complejo. Este tipo de adulteración consistió

---

<sup>608</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 164-169.

<sup>609</sup>T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, p. 112.

en preparar alimentos elaborados con multitud de ingredientes bien conocidos, en una mezcla que los hacía irreconocibles. Con este sistema se conseguía que el producto final fuera una elaboración humana y no producto de la naturaleza. Como hemos señalado en otras ocasiones, el gusto por la imitación, por una transformación aparatosa y compleja con la que se pretendía la confusión e incluso el engaño del comensal, fue una de las pautas que condicionó el comportamiento gastronómico. En numerosas ocasiones se llegaron a presentar platos que por la forma, el color y la preparación aparentaban algo, pero que estaban elaborados con ingredientes muy distintos a los originales. El motivo de esta actitud era intentar sorprender, ofreciendo menús diferentes de los que se preparaban en otras casas, compitiendo de esta forma por la búsqueda de la extravagancia y la rareza, por lo extraordinario.

Hay numerosas recetas que utilizan distintas técnicas para conseguir falsificaciones -Apic., *De re coq.*, 118, 209, 430, 431, 432-. Y es también Apicio quién explica claramente la pretensión del plato que presenta: que en la mesa nadie pudiera reconocer lo que comía<sup>610</sup>. Ese es justamente el espíritu del cocinero romano. Apicio se refiere en el anterior a un plato especial, *patina* de anchoas que para complicar la receta, estaba preparada sin anchoas. Con esta acción, más que suplir la falta de un ingrediente costoso con otro económico, como sería necesario realizar en las cocinas más modestas y en otros casos, más bien parece que tiene la intención de sorprender al comensal presentándole algo inesperado.

Ya conocemos la inclinación romana por platos en los que no prevaleciera ningún ingrediente sobre los demás, la apetencia por la mezcla y por las composiciones que ofrecieran un sabor, una textura, un aroma que resultaran producto de características artificiales, y no el fruto de unas mucho más comunes cualidades naturales. Una vez más las diferencias sociales quedaban marcadas en la cocina romana. Este hecho es fundamental, uno de los ejes que marcaban las divergencias entre las exquisitas mesas de los sectores elitistas, destinadas más a satisfacer placeres que a calmar miserias. Y por otro lado, la pura necesidad de nutrición, de comida básica que caracterizaba a los grupos populares. Precisamente, una de esas diferencias consistía en la presentación de combinaciones de alimentos, de mezclas inauditas. Mediante estas se conseguía el

---

<sup>610</sup>*Ad mensam nemo agnoscet quid manducet* -Apic., *De re coq.*, 139-.

propósito: sorprender al comensal. Para ello, los cocineros de élite debían poner a funcionar todas sus habilidades culinarias, componiendo platos en los que los comensales desconocieran los ingredientes.

Y de esta manera, resultaba que paradójicamente, y con mucha frecuencia, la imitación resultaba más costosa que el ingrediente fingido. Un ejemplo de esta situación la encontramos en el excéntrico, imaginario y desatinado banquete de Trimalción, parodia y amplificación de costumbres auténticas, en gran medida. En este se presentaron unos tordos de harina candeal rellenos de nueces y pasas que estaban elaborados de forma compleja, a base de harina fina y frutos secos de calidad. Solamente en el tiempo dedicado en su elaboración por los cocineros y reposteros, se invirtieron más tiempo, recursos y dinero que en cocinar unos tordos auténticos<sup>611</sup>. Éste es justamente el sentido de las imitaciones dentro del recetario de Apicio: elevar el rango de los platos presentados, de forma que encajaran en los parámetros de una cocina de categoría, dedicada, como el resto del *De re coquinaria*, a las élites romanas<sup>612</sup>.

La adulteración de alimentos fue símbolo de la inclinación hacia la innovación, la que entonces fuera una moderna actitud culinaria. La creatividad de los cocineros fue elevada, con un conocimiento profesional tecnológicamente excelente, la capacidad de realizar falsificaciones fue muestra de un profundo conocimiento de los alimentos, de sus propiedades y de la tecnología para transformarlos. La otra cara de la moneda de la adulteración de alimentos no fue tan positiva, ya que la falsificación también creó problemas: con estos métodos se preparaban alimentos con los que se pretendía engañar a los consumidores ofreciendo productos de mala calidad. Algunas de estas falsificaciones se vendían a altos precios, como ingredientes de primera, pero no lo eran. Por ejemplo, la miel

---

<sup>611</sup>Aunque la medida del tiempo en el Mundo Antiguo fue muy distinta a los parámetros actuales. La cantidad de mano de obra esclava, no pagada, y la forma de concebir la vida, fueron dos medidas que caracterizaron el concepto del tiempo en el trabajo.

<sup>612</sup>Se valoraron hasta tal punto estas imitaciones de alimentos elaboradas con otros diferentes, que incluso se presentaron al emperador Nicomedes, que, lejos del mar y durante el invierno, tuvo apetencia por pescado, y un cocinero, Sotérides, elaboró para él un singular plato. Dando forma de sardina a un nabo hervido, lo roció con aceite, lo sazonó y decoró con semillas de adormidera negra –Athen., *Deipnos.*, 1, 7D-E-. De ahí que señala Ateneo, quién recoge la anécdota de Eufión: “En nada difiere el cocinero del poeta, pues la inteligencia es el arte de cada uno de ellos” –Athen., *Deipnos.*, 1, 7F-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros I-II*, Madrid, 1998a, p. 92.



fue relativamente sencilla de adulterar, una técnica bien conocida por Apicio, como hemos visto -Apic., *De re coq.*, 17-.

**A la sal.** Esta técnica no es idéntica a las que se practican en la actualidad, utilizando la sal como costra exterior que reparte el calor uniformemente sobre la pieza que se cocina. Pero sin embargo, sí se utiliza la sal como vehículo para cocinar de forma delicada y uniforme. La sal forma una costra externa que protege la humedad de la pieza y la cocina en su jugo. Además de conservar el sabor, es una técnica excelente para conseguir una buena presentación ya que la pieza se mantiene entera, sin deformarse ni hincharse como sucede con la cocción en agua. A la sal se presenta un producto delicado, cuyo último paso es precisamente el cocinado en sal, y así lo narra Apicio: *Exossas porcellum et aptabis sicuti enococtum et ad fumum suspendes, et adpendeas et quantum adpendeas, tantum salis in ollam mittes. et elixas ut coquatur et siccum in lance inferes pro salso recente* -Apic., *De re coq.*, 382-. Se trata de una receta singular, en la que observamos cómo la técnica aplicada proporcionará finalmente algo muy parecido a un embutido o carne fiambre con sabor ahumado.

**Asar.** Fue la primera de las técnicas de cocinado que aparece ya en el Paleolítico y que supuso un hito en la historia de la alimentación, alterando significativamente los patrones de masticación, digestión y nutrición humana<sup>613</sup>. C. Levi-Strauss identificó cómo el progreso cultural quedaba de manifiesto a través de aspectos alimentarios como este del ya clásico binomio crudo-cocido, el primero de cuyos pasos fue precisamente el asado. Esta técnica conoció una larga historia en Roma, liberándose de su significado primario de rusticidad para adoptar aspectos más complejos, convirtiéndose finalmente en una técnica elaborada<sup>614</sup>.

En primer lugar, el cocinero podía elegir la técnica que deseara, y si utilizó el asado fue por motivos concretos y no por azar. Por ejemplo con la intención de potenciar el peculiar sabor del alimento asado, queriendo presentar ese aspecto dorado y atractivo del asado, o jugando con la facilidad de incorporar salsas distintas que proporcionaran variedad al resultado sin modificar la técnica. Asar, en definitiva, supuso en primera instancia la gran oportunidad de “corregir” a la naturaleza, pero evolucionó, convirtiéndose en una elección

---

<sup>613</sup>D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, p.16.

<sup>614</sup>C. LEVI-STRAUSS, *El origen de las maneras de mesa. Mitológicas III*, Buenos Aires, 2003, p. 418.

más dentro de las técnicas<sup>615</sup>. Como sucedió con casi todas las técnicas de cocinado, el asado se complementó con la aplicación de otros procesos. Entre ellas tenemos la cocción (previa o posterior al asado), así como el uso de brochetas y espetones, y la integración en el proceso de hornos especializados como el *thermospodium*, o bien, sencillamente, la aplicación directa del fuego sobre el alimento con el uso de la crátula -a la antigua usanza-. Además, a los asados se les añadía muy frecuentemente una salsa. El recetario de Apicio sugiere numerosos tipos de salsas para combinar con los asados, consiguiendo con esto una gran variedad y proporcionando diversidad a los menús. Las recetas que utilizan esta técnica de cocinado en el recetario de Apicio son las siguientes:

-Para un asado simple: -Apic., *De re coq.*, 45, 94, 120, 216, 233, 258, 268-272, 289, 290, 324, 332-334, 341, 346, 353, 359, 360, 363-365, 367, 373-375, 379, 380, 384, 385, 387, 395, 399, 425-427, 429, 437, 439, 440-442, 444-447, 449, 450, 451, 457, 479-.

-Para un producto asado en *thermospodium*: -Apic., *De re coq.*, 131, 135, 160, 417-.

Por otro lado, se asaron todo tipo de carnes: hígado de cerdo, riñones, jamón, lirones, tórtolas, patos, jabalíes enteros, ciervos, corderos, cochinitillos, liebres... Pero no fueron los únicos alimentos a los que se aplicó esta técnica, que se utilizó con los caracoles, los pescados o las verduras, haciendo más complejo aún el desarrollo de las operaciones con el añadido de técnicas asociadas, como eran el marinado o aliño previo de la pieza. Con frecuencia, los productos alimentarios sufrían dobles transformaciones, por ejemplo, se asaban dos veces: *Assas iecur porcinum... cum manducare volueris, tolles de fumum et denuo assas* -Apic., *De re coq.*, 45-.

También se cocían y asaban después: *Pernam... cum farina cocta fuerit, eximas furno ut est, y: Ceruum elixabis et subassabis* -Apic., *De re coq.*, 290, 341-. Y, finalmente, las piezas se cubrían con distintas salsas, muy variadas, que aportaban la diferencia -Apic., *De re coq.*, 374, 387, 439-. Pero también se asaban con su salsa, en su propio jugo: *...coquendus oleo in furno et...* -Apic., *De re coq.*, 384-. Y de ninguna manera fueron insensibles a los sugestivos aromas de un asado de carne al horno ya que esta técnica excitaba el disfrute de uno de los sentidos más importantes relacionados con la alimentación: el olfato -Athen., *Deipnos.*, 101A-.

---

<sup>615</sup>M. MONTANARI, "Romans, Barbarians, Christians. The Dawn of European Food Culture", en L. F. Newman (ed.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999a, p. 76.

Sobre las diferencias entre la técnica de horneado y de asado, *vide infra*.

**Blanquear**<sup>616</sup>. Es un proceso que consiste en sumergir un alimento en agua hirviendo un corto espacio de tiempo. Es una técnica refinada, por lo que significa de conocimiento sobre los productos y la acción del calor sobre ellos, pero es sencilla de llevar a la práctica. Para ejecutarla se necesitaba simplemente una olla de tamaño proporcionado al alimento llena de agua muy caliente. La sencillez de la preparación no nos debe confundir con el carácter de la técnica de blanquear, que supone un gran conocimiento respecto a las características de los alimentos y sobre cómo se comportan en presencia del calor. Se desarrollaba para evitar la posibilidad de pérdida de jugos internos, pero también para limpiar la pieza de parte de los jugos menos apreciados antes de cocinarla. Así se prepararon muchos platos, entre ellos uno que comenta Apicio y cuyo ingrediente principal es una liebre que finalmente se asaba, evitando mediante el blanqueado previo la pérdida de líquidos, además de rematar el proceso de desangrado y limpieza, y proporcionando un resultado más jugoso: *In aqua praecoquitur modice, deinde componitur in patina ac coquendus...* -Apic., *De re coq.*, 384-.

Además de la aplicación de la técnica de escaldar o blanquear, se buscaba ese característico color blanquecino de las carnes hervidas, como actualmente hay una apetencia por los tonos dorados caramelo, típicos del tostado. Otra parte del proceso, que lo complementaba aunque no siempre se ponía en práctica era introducir la pieza blanqueada en agua muy fría. Esto facilita que las carnes (especialmente), queden más firmes y de color uniforme. En este sentido, observamos en el recetario de Apicio, la cocción de un cochinillo que se deja en agua fría posteriormente para que se blanquee, y después de esta operación y antes de servir, se condimenta, y así: *Porcellum lactentem pridie occisum elixas sale et anetu et in aqua frigida adsidue intingis ut candorem habeat...* -Apic., *De re coq.*, 491-.

**Brocheta.** Instrumento utilizado para aplicar sobre el alimento una técnica de asado, con la única necesidad de elementos simples: los espetones o brochetas y una fuente

---

<sup>616</sup>En la cocina es sinónimo de escaldar. En la cocina clásica actual se utiliza este método para limpiar la superficie de los alimentos y precocinarlos como preparación para otros procesos de cocina, ver H. McGEE, *op. cit.*, 2010, p. 104. Para otros, blanquear es un método con varias finalidades: reafirmar, depurar, eliminar el exceso de sal o la acritud, facilitar el pelado, reducir el volumen de las verduras, N. LUCENA CAYUELA, (dir.) *Larousse Gastronomique* (ed. española), Barcelona, 2006, p. 127.

de calor directo. Era una técnica para aplicar a pequeños trozos, que se pinchaban y se colocaban cerca del fuego, asándose en poco tiempo, y que desde luego, no era adecuada para las grandes piezas enteras. Pero a través del Sistema alimentario romano, esa sencilla práctica inicial para la elaboración de brochetas se hizo más compleja. En ocasiones, los ingredientes que se asaban mediante ellas se blanqueaban o se cocían en primer lugar, y posteriormente se doraban en el horno o sobre la *craticula*, y así: *Sumen elixas, de cannis surclas... et in furnum mittis uel in craticulam. subassas* -Apic., *De re coq.*, 258-.

De esta forma, el primitivo uso de los espetones como instrumento de asado sobre un fuego se hizo más complejo y adquirió un nuevo significado, perdiendo la rusticidad primitiva para convertirse en una interesante y valiosa técnica culinaria. Se preparaban en brocheta las carnes y algunas piezas exquisitas, como las trufas: *Tubera radis, elixas,... et surculo infiges. subassas* -Apic., *De re coq.*, 316, 317-. Además de proporcionar una sujeción a la carne que se cocinaba, los pinchos de las brochetas al calentarse producían una acción térmica paralela al cocinado externo, permitiendo la entrada de calor en el centro del alimento, e impidiendo que las piezas quedaran excesivamente tostadas por fuera y crudas en el interior.

Otras veces, la brocheta era un tipo de presentación, más que una técnica culinaria propiamente dicha: *...ponis, surclas decussatim et in furnum mittis* -Apic., *De re coq.*, 262-. Y también se usaba de una forma distinta y más que para hacer una brocheta en el sentido más simple, el pincho se utilizaba por ejemplo para sujetar carnes, como en la receta en la que utiliza para sujetar un rollo de carne que podía deshacerse sin el concurso del pincho: *Ofellas exossas, in rotundum complicas, surclas, ad furnum admoues... si pingues fuerint, cum surclas, tollis cutem* -Apic., *De re coq.*, 263, 391-.

**Caldos.** Con diversas variaciones en cuanto a la técnica de preparación y a los ingredientes utilizados, los caldos tienen una característica importante en común y es que recogen una valiosa cantidad de sustancias de los alimentos. Y no existe una sola forma de elaborar un caldo: tenemos el caldo corto o el caldo lento, con diferentes variantes cada uno de ellos.

Un caldo se enriquece con las vitaminas y minerales de los productos que se cuecen en él, y con la cocción adquiere un complejo sabor que es fruto de los alimentos que se han cocinado en el líquido, y también del sistema que se ha puesto en práctica en esta

operación. Estas propiedades de los caldos fueron conocidas tanto por cocineros como por médicos, que lo recomendaban como elemento curativo en algunas enfermedades. Como señalan A. Dosi y F. Schnell, a mitad de camino entre la medicina y la cocina, los caldos se tomaban sobre todo para alivio de molestias gastrointestinales<sup>617</sup>. Hubo caldos ligeros, de verduras, que incluso recoge Apicio -Apic., *De re coq.*, 470-. Y también caldos de pescado -Apic., *De re coq.*, 482-. Los que se hacían con huesos de pollo y eran de cocción más prolongada resultaban más gelatinosos y sustanciosos gracias al aporte proteínico y a los jugos de la carne y al colágeno de los huesos. Estas propiedades se conocían y cada caldo se preparaba de acuerdo a las necesidades de la receta que se quería realizar: *Ossucla de pullis exbromas... y: Betacios, sed nigros, quorum detersas radices et mulso decoctas cum sale modicio et oleo uel sale, aqua et oleo in se coctas...* -Apic., *De re coq.*, 57, 70-. Algunos productos caracterizaban claramente la textura de un caldo, como ciertos moluscos, que lo hacían más denso, detalle recogido por Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 87E-.

Debía ser corriente tener caldos en las cocinas, preparados para enriquecer otros guisos: *Pisces in caccabum mittes... cocturam...* -Apic., *De re coq.*, 165, 166-171-. Y muchas veces se aprovechaba el mismo caldo con el que se cocinaba para preparar una salsa que, encajaba muy bien con los sabores del plato principal, según los estándares de la época. Otras veces se preparaba un caldo específico para algún plato concreto, como es el caso de un caldo en el que se cuecen unos tordos, como observamos en *De re coquinaria: Et facies ei impesa in qua decocantur, quae habeat oleum, sales, aquea, anetu et capita porrorum* -Apic., *De re coq.*, 497-.

**Cocidos, potajes y cremas.** Representan platos de diversa complicación y dificultad, para cuya elaboración comenzaba con la cocción, y que presentaban distintas ventajas principales. En primer lugar, eran platos calientes, saciantes. En segundo lugar se trataba de preparaciones nutritivas y baratas, aunque podía haber algunas alteraciones de los platos originales que los derivaran hacia elaboraciones más elegantes, complicadas y costosas. En cualquier caso, proporcionarían muchas variantes y era un conjunto de platos populares cuyas recetas más sencillas casi no necesitaban indicaciones. Desde luego, eran preparaciones que requerían para su consumo recipientes hondos y cucharas, y podían prepararse con una gran diversidad de ingredientes, desde legumbres a cereales como base,

---

<sup>617</sup>A. DOSI y F. SCHNELL, *Spazio e tempo*, Roma, 1992c, pp. 36-37.

verduras y hortalizas, y en las variantes más enriquecidas carnes y pescados, como es el caso de una serie de cocciones que presenta Apicio, bajo el título de: *Tisanam et alicam* - Apic., *De re coq.*, 201, 202-. Por su parte, las legumbres -garbanzos, lentejas, guisantes, habas- y los cereales en grano -cebada fundamentalmente-, al hervir lentamente enriquecían el guiso y lo densificaban.

En cuanto a las cremas, para obtener esta preparación era necesario triturar los ingredientes y afinar la masa. Por ello, tras la primera cocción y sobre los ingredientes ya blandos, se usaban morteros y coladores: *Ubi despumauerit... tutunclabis...* -Apic., *De re coq.*, 191, 201-. Este tipo de recetas necesitaron una cierta previsión para su cocinado ya que los ingredientes principales, cebada y legumbres, tenían que ponerse en remojo al menos una noche antes: *Alicam... quan ante diem infundis. imponis supra ignem validum...* -Apic., *De re coq.*, 201-. Y en cuanto a los ingredientes básicos, las cremas se preparaban con cebada -Apic., *De re coq.*, 173, 201-. También con legumbres variadas, de las que Apicio nos deja una receta de lentejas -Apic., *De re coq.*, 174, 183, 184-. Incluso con guisantes -Apic., *De re coq.*, 185, 188, 190-194-. Y por supuesto con habas, la gran leguminosa del Mediterráneo -Apic., *De re coq.*, 191, 192, 194, 195-. Y además de preparaciones con solo un ingrediente principal, también se realizaron otras con mezclas de cebada y legumbres -Apic., *De re coq.*, 202-.

**Colar.** Técnica relacionada directamente con el instrumento necesario -*colum*-. Su utilidad consistía en eliminar grumos y refinar las cremas ya trituradas. Asimismo, para separar sólidos y líquidos. A veces se dejaban escurrir los alimentos en el colador: *colas per colum* -Apic., *De re coq.*, 163-. O bien era necesario pasar la comida por un tamiz para retirar los grumos y las pieles: *Lias et colas in caccabulo supra acronem coloeffium* -Apic., *De re coq.*, 173-.

**Colorantes**<sup>618</sup>. Muy empleados en la cocina romana, se utilizaban de forma activa, es decir, añadiendo una sustancia para producir intencionadamente un color determinado. También se coloreaba con otro método: aplicando ciertas técnicas que provocaban cambios químicos en los alimentos, los cuales modificaban su color. Esta última forma de colorear consistía en añadir determinadas sustancias a los alimentos durante la cocción para

---

<sup>618</sup>Sobre el uso de colorantes en la cocina romana, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 246-248 y 314-315.

potenciar o cambiar el color, como se hizo con la sal nitro<sup>619</sup>. Debemos tener en cuenta la gran afición por el colorido intenso. Por esa razón las verduras se cocían con sal nitro, para acentuar el color verde, detalle que conocía bien Apicio: *Ut omne olus smaragdinum fiat: omne olus smaragdinum fit, si cum nitro cuquatur* -Apic., *De re coq.*, 66, 69, 103, 104, 105, 146-. También se coloreaba con jarabe de higos -Apic., *De re coq.*, 56-. Con *defrutum* - Apic., *De re coq.*, 212, 214, 232, 282-. Con vino de pasas -Apic., *De re coq.*, 350-. Con pasas tostadas -Apic., *De re coq.*, 395-. Incluso ahumando los alimentos -Apic., *De re coq.*, 287-. Y de algunas otras formas inespecíficas cuyas recetas hemos perdido, pero que se pueden detectar en *De re coquinaria*, como: *Colorabis et obligas* -Apic., *De re coq.*, 119-.

**Concicla.** Conjunto de recetas que representan una técnica culinaria basada en dos alimentos concretos, que son los guisantes y las habas, aunque también se pudieran añadir otros ingredientes complementarios. Eran guisos que se preparaban con muy poco líquido y se cocían a fuego lento: *Lento igni ferueat* -Apic., *De re coq.*, 195-, para que los ingredientes quedaran casi deshechos y bien trabados entre sí, quedando el plato como una preparación densa. La técnica de la *concicla* era similar a la de los potajes que se continuaban haciendo en todo el Mediterráneo, realizados con legumbres y cuya textura final es espesa, aunque desde luego, no deshecha, como observamos en *De re coquinaria*, que nos indica en todos los casos que debe hervir lentamente, lo que significa que conocen el comportamiento de las legumbres durante el proceso de hervor -Apic., *De re coq.*, 195-200-.

La *concicla* era un plato económico y de elaboración sencilla, sin embargo, se podían enriquecer con otros ingredientes como especias, carnes o huevos<sup>620</sup>. Pero es interesante observar una variación presentada por Apicio, una *concicla* utilizada como parte de un guiso más complejo, cuyo título es: *Conciclatus pullus uel porcellus* -Apic., *De re*

---

<sup>619</sup>La sal nitro es una sosa natural, alcalina, como el bicarbonato sódico. En realidad, el proceso tiene que ver más con la forma que en cómo afecta el calor a las cualidades de frutas y verduras, ya que muchos pigmentos vegetales se alteran al ser cocinados. El color verde de las verduras procede de su contenido en clorofila, que puede sufrir dos cambios químicos. Por una parte, la pérdida total de color debido a las condiciones ácidas o alcalinas extremas, y también el apagamiento del color verde, que se produce en aguas ácidas por alteración de una molécula de magnesio. La historia de la cocina está plagada de “trucos” para evitar estos dos supuestos, pero en cualquier caso destruyen el contenido nutritivo de los alimentos y son muy perjudiciales, incluso rompen la textura de las verduras, dejándolas blandas y sin cuerpo. Ver H. McGEE, *op. cit.*, 2007, pp. 294-297.

<sup>620</sup>El ingrediente principal de la *concicla* eran las habas, producto que por sí mismo era un marcador social. Las habas eran un alimento propio de clases populares de ahí que el plato asociado fuera una preparación propia de estos grupos, un plato sencillo y cotidiano. Sobre las habas como “marcador social”, ver P. GARNSEY, *op. cit.*, 1999, pp. 220-225.

*coq.*, 200-. Esta receta consiste en rellenar un pollo o un cochinitillo con una *concicla* previamente elaborada y asar posteriormente la pieza completa al horno. Esta *concicla* en concreto era, más que un guiso, casi un puré, una masa que resultaba de la cocción de legumbres, producto por el que los romanos sentían gran inclinación. En realidad, un sabor campesino, rústico, poco elaborado, guiso primitivo y económico, que resulta extraño encontrar en un recetario de élite como es el de Apicio<sup>621</sup>. Sin embargo, es necesario reflexionar sobre esta cuestión, que parece importante por la aparente contradicción. Quizás debamos tener en cuenta, que el consumo de ciertos platos sencillos o rústicos, hubiera acompañado a la sociedad romana durante cientos de años, y fueran de tradición popular. Desde luego, las élites los conocían, y el que se encuentren en el recetario de Apicio explica que existía cierta afición hacia ellos. De esta forma, quizás podamos observar en *De re coquinaria* no solamente una referencia directa a la alimentación de las élites de los siglos I al III, sino que es posible palpar la inclinación y los gustos que se habían desarrollado siglos antes y que aún mantenían un espacio en el acervo popular, e incluso en aquellos platos más complejos mostrados por *De re coquinaria*.

**Emulsionar.** Una técnica de cocinado que consiste en batir dos ingredientes o más hasta que formen un único conjunto. Son modelo de emulsiones las vinagretas, las salsas batidas, en particular, la mayonesa, que es un patrón perfecto de emulsión, que es la dispersión de un líquido en otro, pero que al contrario que la vinagreta, queda estabilizado.

Si se conocieron o no las propiedades emulsionantes del aceite batido junto a los huevos, lo desconocemos, porque aunque encontramos indicios de ello e incluso la descripción de los movimientos, no hay un término que identifique dicha salsa. Sin embargo, podemos aventurar que, por la descripción de la preparación de las salsas, cuyos ingredientes “hay que mezclar en uno”, sería posible que hubieran conocido las propiedades emulsionantes del huevo y el aceite, aunque carezcamos de la descripción de la

---

<sup>621</sup>Como también indica I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 76. Sin embargo, la abundancia y facilidad de cultivo de legumbres y cereales animaba al uso de estos productos para la alimentación humana. Por otro lado, estas *concicla*, platos de la familia del *puls*, son platos estimados históricamente en el mundo mediterráneo y del cercano oriente. La literatura está plagada de ejemplos de consumo de estos “pobres” platos elaborados con legumbres, nutritivos y saciantes, que representan una parte de la auténtica base de la alimentación en el Mundo Antiguo D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 105-107.



salsa mayonesa<sup>622</sup>. Sin embargo, sí sabemos que se conocieron las propiedades emulsionantes del aceite, que es estable si se respetan dos aspectos fundamentales en el empleo de la técnica. En primer lugar la aplicación de ciertos movimientos propios de la técnica de emulsión, como es el añadido lento casi gota a gota<sup>623</sup>, del aceite, y cuya descripción presenta Apicio en una receta: *Olei modicum superstillabis...* -Apic., *De re coq.*, 161-. Y en segundo lugar el movimiento uniforme y constante que es el que propicia la emulsión<sup>624</sup>. Claro que así se obtenía una emulsión, pero sería inestable y perdería unidad con rapidez si no se añadía algún otro elemento que estabilizara la mezcla, como leche o huevos, y solamente podríamos hablar de auténtica emulsión cuando se obtiene finalmente un producto estable. Por otro lado, estas recetas que utilizan yemas crudas para ligar salsas, tanto frías como calientes, aportan una dimensión novedosa a la cocina romana, abriendo la cuestión de si conocieron o no la salsa mayonesa y por tanto, la técnica de obtención de emulsiones. Observamos, igualmente en *De re coquinaria* donde se dice explícitamente: *Ova vero cruda cum oleo dissolvit* -Apic., *De re coq.*, 141-. Aunque esta receta plantea un interrogante: ¿disolver o batir? Y ¿es posible disolver un huevo crudo en aceite de oliva sin batirlo? ¿Hasta qué punto podría haber llegado un cocinero disolviendo un huevo en aceite sin hacer auténtica mayonesa? Es posible observar en el recetario que los procesos eran conocidos, pero al carecer de denominación específica, cabe la duda.

La yema de huevo fue uno de los ingredientes más usados en la cocina francesa de época clásica -s. XVII al XIX-. En esta época previa a la tecnología era un ingrediente fundamental y se utilizaba junto con mantequilla para suavizar ciertas preparaciones y cuajar salsas. Desde luego, la incorporación de yema de huevo crudo a las salsas calientes tiene el problema de que se pueden cortar, perdiendo estabilidad la elaboración si el calor

---

<sup>622</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 180-186. Las recetas que contienen esta indicación en el recetario de Apicio pertenecen al último libro o *Excerpta*, con las indicaciones exactas: *Haec in unum* y *Mixta in unum* -Apic., *De re coq.*, 481, 486-. En la primera de ellas, los ingredientes son los de la mayonesa (hay yema de huevo cocido, y hay aceite), en la segunda, se bate la yema del huevo crudo hasta obtener un único cuerpo, con vinagre, *liquamen* y aromáticas, y se monta una crema que utilizó para aliñar la langosta, como se señala en el título de la propia receta.

<sup>623</sup>Esta forma de añadido es necesario para romper la tensión superficial de los líquidos y procurar una miscibilidad eficiente. Y es necesario añadir el aceite (fase dispersa) sobre el huevo (fase acuosa o continua) muy despacio para que se produzca una correcta dispersión, mientras se bate con vigor el preparado hasta que quede estable. Ver Mc GEE, *op. cit.*, 2007, pp. 667-678

<sup>624</sup>Es imprescindible añadir el aceite de esta forma para que se produzca la emulsión. H. THIS, *op. cit.*, 1996, p. 56.

no es homogéneo o no se bate con regularidad y precisión, con idéntico ritmo y continuamente. El resultado de la aplicación de esta delicada técnica se conoce como crema y puede dar forma a una preparación salada o dulce. El que en el recetario de Apicio se utilicen yemas crudas para elaborar salsas calientes nos explica que es muy posible que conocieran las propiedades y el comportamiento de los huevos para espesar, tanto en frío como en caliente. Estos dos conocimientos, que son: 1) la capacidad espesante de los huevos y 2) la capacidad emulsionadora del aceite de oliva, nos llevan a pensar que podía haber sido posible que conocieran la salsa mayonesa. Más aún cuando las indicaciones concretas, que en general son tan escasas en el recetario de Apicio señalan claramente en nuestro caso que hay que mezclar hasta conseguir unidad en los ingredientes –huevo y aceite-.

En cualquier caso, y con el fin de comprobar si las indicaciones que ofrece *De re coquinaria* son suficientes para obtener una auténtica mayonesa con sus indicaciones, las pusimos en práctica con ayuda profesional de D. Timoteo Gutierrez, jefe de cocina del Parador de la Arruzafa, en Córdoba, y experto cocinero. Las pruebas fueron las siguientes (Figs. 64 y 65):

1. Emulsión de yema cocida y aceite. Se corta, no queda homogénea.
2. Emulsión de yema cocida más agua y aceite. Esta mezcla monta enseguida, pero se corta y no vuelve a montar.
3. Yemas semicocidas y enfriadas, más aceite. No emulsiona.
4. Yema semicocida sin agua. Monta, pero la salsa es de inferior calidad con respecto a la que lleva agua.
5. Huevo entero con aceite. Monta en una mayonesa tradicional, salsa bien conocida.
6. Yemas semicocidas con agua y aceite. Montan. Se produce una mayonesa que se puede observar en las imágenes, que presentan los dos pasos del proceso. Esta es la emulsión que presenta *De re coquinaria*, recetas que pertenecen al último libro o *Excerpta*, con las indicaciones: *Haec in unum* y *Mixta in unum* –Apic., *De re coq.*, 481, 486-, que se intuyen en –Apic., *De re coq.* 479-, con la

indicación *Haec omnia*. Y que se puede repetir con presencia de algún otro líquido, como era el caso de *liquamen*, vinagre, *garum*, y otros.



Figs. 64 y 65. Diferentes pruebas de emulsiones de agua con aceite y con huevo<sup>625</sup>.

Elaboradas mediante las instrucciones del recetario de Apicio.

---

<sup>625</sup> Realizadas a mano, con instrumentos simples, en el Parador Nacional de la Arruzafa de Córdoba, con ayuda del jefe de cocina, Timoteo Gutiérrez.

Como por las indicaciones principales de las últimas recetas sabemos que utilizaban las yemas semicocidas o cocidas, quisimos experimentar con las distintas variaciones de esta, de ahí las pruebas 1 a 4 que nos han permitido conocer las variables de esta emulsión. La cuestión es que además de estas dos recetas del *De re coquinaria* que nos indican la presencia de una auténtica mayonesa, hay otras que incluyen los mismos ingredientes y que también pudieron llevarse a la emulsión, a pesar de que su elaboración final era diferente (una masa abizcochada) como: *Oua quattuor, lactis eminam, olei unciam in se dissoluis ita ut unum corpus facias...* -Apic., *De re coq.*, 303-. Por su parte, es posible inducir que la presencia de yemas semicocidas para montar una posible mayonesa podría deberse al conocimiento de los efectos de una salmonelosis por la presencia de yemas crudas. En el caso de estar semicocidas, este efecto tendría menores posibilidades.

Y no solamente la capacidad emulsionante de la yema, sino que era también conocidas las propiedades de la clara de huevo, con sus importantes características espumantes, que proporciona la forma de clara montada tal y como hoy la podemos imaginar, dando en merengue. *Anthimus* nos lleva, aunque en época tardía, a una preparación que por gráfica casi no necesita explicación alguna, ya que conocen un plato elaborado con clara de huevo batida al que denominan: *sphaerae niveae*. Es, según *Anthimus*, lo que los griegos conocían como *afrutum*, y los latinos, como señala este mismo autor, conocían como: *Spumeum: "afrutum" graece quod latine dicitur "spumeum",... sed multum albumen ovorum mittatur, ita ut quomodo spuma sic deveniat opus ipsud afruti... et de ipsis puris pectinibus fient sphaerae niveae, y: ...operi vero quod de ipso fit spumeo albumen de ovo sic misceatur...* -Anth., *De obs., civ.*, 34, 40-.

*Anthimus* señala que se necesitan bastantes claras para hacer esa espuma, y una vez montada se cocina en una cacerola, añadiendo por encima un poco de vino y miel<sup>626</sup>. Parece una receta a caballo entre un soufflé y un merengue, con una importante mezcla de sabores, ya que se cocina con pollo y además con salsa y trozos de pescado, añadiendo el sabor dulce de la miel al final.

---

<sup>626</sup>El traductor y comentarista de la obra de *Anthimus*, M. GRANT, *Anthimus, De observatione ciborum*, Devon, 1996, p. 97, señala que el término *spumeum* ha sobrevivido en el italiano con "spumone", un postre elaborado con claras batidas y azúcar. Sobre *Anthimus*, ver C. DEROUX, "Anthime, un médecin gourmet du début des temps mérovingiens", *Revue belge de philologie et d'histoire* 80, fasc. 4, 2002, pp. 1107-1124.

Sin embargo, no es extraña la combinación de sabores para la época, ya que la diferenciación entre gustos dulces y salados en la elaboración de platos es propia ya de la Edad Moderna, no produciéndose en la Antigüedad ni tampoco en la Edad Media. Las indicaciones de la receta señalan que la cacerola con el merengue y el pollo se pone sobre un fuego de carbones y se cocina sobre un fondo de pescado, dejando que suba del todo junto y cuaje. Desde luego, subirá muy visiblemente por el efecto del calor sobre las claras montadas, como sucede con todas las preparaciones de soufflé de la cocina clásica. Finalmente se cubre con la miel y el vino y se añaden los trozos de pescado. La mezcla entre ambos sabores –pescado o carne y dulce-, no es sorprendente en ese momento histórico, siéndonos muy familiar a la vista de muchas de las preparaciones del recetario de Apicio –Apic., *De re coq.*, 49, 52, 55...-.

Lo interesante de esta preparación que presenta *Anthimus*, es que parece conocer perfectamente cómo se comportan las claras de huevo –y además describe el proceso con precisión-, hasta conseguir un merengue perfectamente cuajado, incluso al fuego: las *sphaerae niveae*<sup>627</sup>. *Anthimus* también usa lucio para elaborar este plato, al que denomina *spumeum*, elaborado con lucio y un merengue: *lucius iscis et ipse bonus; operi vero quod de ipso fit spumeo albumen de ovo sic misceatur, ut modice tenerum sit quam durum, et commixtum non nocet* -Anth., *De obs., civ.*, 40-. Y que es, efectivamente, un soufflé de lucio.

Por una parte, es la primera ocasión en que observamos una preparación de este tipo, aunque por otro lado *Anthimus* habla de ella como algo consuetudinario hasta tal punto que tiene una denominación griega y otra latina<sup>628</sup>.

Por otra parte, y en lo relativo a los instrumentos con los que poder ejecutar este movimiento, sabemos que el merengue nace de un batido constante y rítmico capaz de incorporar aire en cada movimiento, por lo que se necesitaría un instrumento capaz de conseguir dicho efecto. En nuestra época, y prescindiendo de artilugios mecánicos y

---

<sup>627</sup>Una de las propiedades de la clara de huevo batida a punto de nieve, a la que no debemos llamar propiamente merengue si no lleva incorporado azúcar, es que en presencia de calor, las proteínas presentes en dicha clara refuerzan muy eficazmente los enlaces, proporcionando un despliegue de estas, que además se coagula. Es decir, que en presencia de calor, la clara batida espuma más y se mantiene más tiempo H. McGEE, *op. cit.*, 2007, p. 109.

<sup>628</sup>Según V. P. VERHAGEN, *The Non Latin Lexis in the Cooking Terminology of Anthimus' De Observatione Ciborum*, Leiden, 2016, pp. 13 ss., como *Anthimus* es grecófono, trata de explicar este término a sus lectores latinos presentándolo bajo ambas posibilidades, aunque según el mismo autor, el origen de la palabra es bastante oscuro. Isidoro de Sevilla también menciona ambos términos, pero sin explicar cuál es el producto obtenido –Isid., *Orig.*, 20, 2, 29-.

electrónicos, esto se consigue gracias al tenedor, pero *Anthimus* no aclara con qué herramienta se consigue este efecto en las cocinas de la época. Así que desconocemos con exactitud la forma de batir, o el instrumento de batir. Sin embargo, sí sabemos que el utensilio específico en el que se elabora este soufflé, es el *gauata*, un término de significado desconocido para A. J. Donnelly<sup>629</sup>. El plato –supuesto soufflé– se elabora en la *gauata*, y posteriormente se sirve en este mismo recipiente a su vez apoyado sobre un plato o fuente, y así: *in gauata componatur* -Anth., *De obs., civ.*, 34- En realidad, como se había puesto directamente en el horno, debía estar muy caliente, y al tomar las claras batidas la propia forma del recipiente durante su proceso de solidificación al calor, no se podía extraer como no fuera para consumirlo de inmediato.

En cualquier caso, es evidente que conocieron las propiedades del huevo, tanto de la yema como de la clara, y que si se batió la clara hasta obtener merengue es que conocieron la técnica de batido, por lo que no sería extraño que también la hubieran podido aplicar a la práctica de la emulsión de la salsa de huevo y aceite hasta obtener mayonesa. Pero al igual que es evidente la existencia del merengue, y que está bien descrito, no ocurre un fenómeno paralelo con la mayonesa, por lo que, aunque nos inclinamos hacia su existencia, no podemos presentar una conclusión en firme al respecto. Al menos de momento.

**Ensaladillas.** Las diferenciamos de forma sustancial con respecto al grupo de los alimentos crudos, entre los que incluimos las ensaladas. Las ensaladillas, al contrario que las ensaladas, se preparaban a temperatura ambiente con ingredientes previamente cocinados. Se podían presentar tibias o frescas. Los ingredientes básicos eran los guisantes, que se aliñaban y especiaban sencillamente, mezclados con otras leguminosas como judías verdes y garbanzos: *Pisum coques, agitabis et mittis in frigidam* -Apic., *De re coq.*, 189, 208-. En cualquier caso utilizan para aliñar: sal, aceite y vinagre o vino, y añadían clara de huevo duro picada, cebolla o comino (serán variantes), y para rematar la receta un chorro de aceite por encima de la preparación.

**Envolver en omento.** El omento o redaña es un repliegue del peritoneo, una especie de tela fina, que resulta conveniente para utilizar como redecilla<sup>630</sup>. Con esta fina red se

---

<sup>629</sup>A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 156.

<sup>630</sup>El omento o redaña es un término culinario que se corresponde fisiológicamente con el mesenterio. Se trata de un repliegue formado por tejido conjuntivo, rico en células adiposas y por tanto, capaz de proporcionar a la elaboración un resultado jugoso. Se ha utilizado en labores de

envuelve un preparado culinario, como un embuchado o incluso un trozo fino de carne. Con ello se evitaba que la pieza se desmenuzara durante el proceso de cocción. Asimismo se conseguía un resultado más jugoso gracias a la grasa que contiene el redaño. Esta técnica impide que los alimentos se dañen o se magullen; también previene que las preparaciones que corresponden a mezclas de varios productos queden deslavazadas. Con respecto a sus propiedades nutricionales, la telilla que da forma al redaño es tan leve que apenas podríamos decir que su presencia tenga importancia en un régimen alimentario. Con él se envolvían productos muy diversos: albóndigas de carne y verduras, paté de hígado, riñones, trufas, relleno para cabrito o liebre embuchada y rellena. Resulta muy interesante su utilización por lo que representa sobre el conocimiento de los órganos de los animales, así como sobre sus posibilidades en la cocina.

Como vemos, no solamente había alimentos para consumo directo, sino que existieron otros -como es el caso del redaño- que se podían utilizar como instrumentos auxiliares de los procesos de cocinado. Lo común de su uso lo observamos en el elevado número de recetas que se utiliza, como las siguientes: ...*in omento assabis* -Apic., *De re coq.*, 45, 46, 47, 48, 121, 126, 187, 200, 261, 289, 317, 366, 386, 391, 392-. Era una técnica bien conocida, como vemos en Apicio y Ateneo, que facilitaba que cualquier pieza, como por ejemplo un hígado envuelto en el redaño no se deshiciera gracias a las propiedades grasas y flexibilidad del envoltorio -Athen., *Deipnos.*, 106E, 107C-. También los riñones se envolvían en redaños para protegerlos durante la elaboración, como señala Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 107A-.

**Enyesar.** Una técnica que, por la relación con los instrumentos correspondientes, hemos recogido en el apartado de “envases”, dentro del capítulo dedicado a las conservas. Era muy sencilla de realizar y expresaba el conocimiento tecnológico de los cocineros romanos. El objetivo era cerrar herméticamente un recipiente. Para ello se tomaban varias precauciones: en primer lugar se untaba con pez el interior del envase y se rellenaba<sup>631</sup>.

---

cocina en el mundo antiguo, como atestiguan Apicio y Ateneo. Y posteriormente, en la cocina histórica hasta la actualidad. Como ejemplo destacamos su presencia en dos recetarios de los s. XVII y XIX, como son los siguientes: F. MARTÍNEZ MOTIÑO, *Arte de Cocina, Pastelería, Vizcochería y Conservería*, Madrid, 1611, pp. 48, 54, 63, 111, 115, 135, y: A. MURO GOIRI, *El Practicón*, Madrid, 1891, pp. 416, p. 425.

<sup>631</sup>Se rellenaban con cualquier tipo de producto, y especialmente con elaboraciones preparadas *ad hoc*.

Posteriormente se colocaba una pieza de lino y sobre ella un trozo de madera o corcho tapando la boca del recipiente y se enyesaba la tapadera, cubriéndose la entrada del envase con yeso líquido. Este yeso, al endurecerse, cerraba el contenido del recipiente. Esta técnica no se utilizó únicamente para envasar, también se aplicó a procesos de cocinado de la siguiente forma: cerrando las cazuelas con su propia tapadera y el yeso, de forma que su contenido se cocinaba en su propio jugo, sin perder aromas: *Pisces curabis... adicies in patinam, cooperies, gipsabis, coques in furno...* -Apic., *De re coq.*, 437-. Además de saludable, era una técnica excelente para cocinar pescados ya que no era necesario añadir líquidos que diluyeran el sabor, manteniendo la pieza entera, jugosa y con todas sus propiedades. También se utilizó el sistema de enyesar una preparación para elaborar conservas como uvas, cidros o trufas: *Uas picari et gipsari facies... y: In uas citrium mitte, gipsa, suspende, o: Tubera... gipsas et loco frigido pones* -Apic., *De re coq.*, 18, 22, 25-

**Espesar**<sup>632</sup>. Apicio utilizó varios tipos de espesantes, que fueron unos elementos básicos en su cocina, como la harina, la sémola, la fécula, el arroz y el pan. El uso de este tipo de ingredientes provoca una mayor densidad en cualquier elaboración, especialmente en el caso de las salsas, las cremas, los caldos y purés, pero necesitan un proceso térmico y movimiento constante para obtener una mezcla homogénea. Añadir espesantes también originaba el aumento de volumen de los rellenos, o que unas albóndigas cuajaran bien, sin deshacerse durante la cocción. Los espesantes resultaban muy eficaces en esta labor y cada uno de ellos se utilizaba en el momento adecuado, aplicándolo a las recetas correspondientes. Es una técnica aplicable a todo tipo de ingredientes, pescados, verduras, cazuelas, guisos, salsas para carnes cocidas y asadas y rellenos. Las diversas variedades de espesantes se utilizaron con mucha frecuencia, en una serie de acciones que supusieron un valor nutricional añadido al conjunto de las dietas ya que son productos compuestos por hidratos de carbono. Los espesantes utilizados en *De re coquinaria* y sus aplicaciones son los siguientes:

Harina: Se usaba mezclada con aceite y formando una pasta maleable con la que se recubría una pieza de jamón para protegerlo durante la cocción, y así: *Si eam farina oleo subacta contextam in furnum miseris* -Apic., *De re coq.*, 230, 290-. También como

---

<sup>632</sup>Sobre el uso de espesantes en la cocina romana, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 251-257 y 312-315.



espesante simple, añadiéndola a una salsa. Lo interesante del uso de la harina como espesante es que nos permite deducir que la cocina romana conocía bien el comportamiento de la harina mezclada con un líquido cuando la mezcla se calentaba y removía continuamente: *...farinam et omnia in medullam mittes. ligabis et ita inferes* -Apic., *De re coq.*, 97-. Esta mezcla de harina y líquido, proporcionaba una base de crema de la que podemos deducir que supone el precedente tanto de la bechamel como de las cremas dulces que son la base de infinidad de preparaciones de repostería, como es el caso de una receta de algo muy parecido a nuestra “leche frita”, para cuya elaboración es necesario conocer a la perfección el comportamiento de la harina hasta llevarla al extremo de que la preparación cuaje en sólido, y así: *...coques in aqua calida ita ut durissimam pulvem facias... cum refixerit, concidis quasi dulcia et frigis in oleo optimo* –Apic., *De re coq.*, 301-.

Sémola<sup>633</sup>: Tiene los mismos usos que la harina, pero también se puede cocer y sirve para espesar. Se utilizaba para condensar embutidos, engordar albóndigas y salsas. Además, para elaborar la farsa de los rellenos y por supuesto, para elaborar *puls*: *Farcimina. coctam alicam et tritam cum pulpa...*, y: *Pultes Iulianae sic coquuntur. alicam purgatam infundis, coques, facies ut feueat* -Apic., *De re coq.*, 47, 58, 63, 64, 179, 182, 201, 250, 299, 367-.

Fécula<sup>634</sup>: Es un producto más difícil de disolver que la harina, debido al contenido en proteína indisoluble que presenta. En *De re coquinaria*, consecuentemente, se utiliza al final de la preparación ya que si la fécula se cuece en exceso produce una pasta gruesa del tipo del engrudo. Así, en todo el grupo de recetas se utiliza desleída y acompañando a cualquier elaboración, pero siempre como parte de las salsas, en ningún caso en los rellenos o para la elaboración de cremas, como es el caso de otros espesantes<sup>635</sup>. Como ejemplo, se

---

<sup>633</sup>Es una molienda gruesa del trigo, en la que no se tritura del todo, quedando pequeños pedacitos, en lugar de una trituración total como se hace con la harina. La granulometría de las sémolas marca la diferencia de uso, en la actualidad. Ver *Codex Alimentarius*, CODEX STAN 178-1991. (<http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/standards/list-standards/es/> Consult. 16/3/17).

<sup>634</sup>Almidón que se extrae de las plantas. El almidón que usa Apicio es de trigo, que no es lo mismo que la harina, ya que esta contiene un 75% de almidón, del que un 10% es proteína indisoluble, lo que quiere decir que las aplicaciones del almidón y la harina son diferentes, lo que se encuentra en relación directa con su respectiva composición H. McGEE, *op. cit.*, 2007, p. 652.

<sup>635</sup>Las recetas en las que Apicio utiliza esta forma de espesar son las siguientes -Apic., *De re coq.*, 74, 148, 157, 176, 177, 178, 212, 214, 232, 249, 264, 270, 289, 316, 317, 322, 338, 340, 341, 343, 348, 349, 355, 358, 361, 366, 374, 377, 388, 389, 390, 396, 404, 448, 456, 457, 458, 460, 461, 466, 483, 484, 491-.

utiliza así en una receta de Apicio: ...*cum ferbuerit, ramo rutae agitabis et amulo obligabis* –Apic., *De re coq.*, 148-.

Arroz: Los romanos conocieron el arroz, sus características y sus propiedades. Era un producto exótico que provenía de plantaciones de arrozales de Siria, Babilonia o la India<sup>636</sup>. Sin embargo, este producto careció de protagonismo en la alimentación porque el arroz se utilizaba como espesante y no como ingrediente principal, lo que ha llevado a pensar que en el Mediterráneo solo se conoció siglos después. Se elaboraba con él una crema, cociéndolo hasta que soltara todo su almidón, con la que posteriormente se espesaba una elaboración: ...*deinde oiridam infusam teres* -Apic., *De re coq.*, 56, 57-. También se utiliza como espesante para acompañar salsas de pescado: *Pisces scorpiones rapulatos... amulabis de oridia propter spissitudinem* -Apic., *De re coq.*, 476, 478-. Y sin ser un ingrediente principal, sí se conocía, y lo vemos mencionado en Deipnosofistas como ingrediente principal para elaborar un pan. Sin embargo, ni siquiera el autor citado por Ateneo, Frínico, en su obra *Las escardadoras*, tiene claro que sea arroz este ingrediente, porque lo describe de la siguiente forma: “hecho de arroz, o bien de una semilla que se produce en Etiopía y que es parecida al sésamo<sup>637</sup>”. Dioscórides comenta cómo algunos falsificaban en su época el excremento de cocodrilo –que debía tener un precio muy elevado-, con el de los estorninos alimentados con arroz, que supuestamente darían una deposición de tono blanco y similar a la del cocodrilo –Dsc., *Mat.*, 2, 82, 6-.

Pasta o masa desmenuzada: Otra fórmula para espesar. Es interesante observar que las recetas que utilizan este sistema corresponden a menestras de pescado o de cerdo en las que todos los ingredientes están troceados y guisados en una salsa. De esta forma, los panecillos desmenuzados que se pudieron utilizar, absorben parte de la salsa a la vez que proporcionan mayor consistencia a la elaboración: *Pisces in caccabum mittes... cum ferbuerit, tractam confringes, obligas, agitas...* -Apic., *De re coq.*, 165, 166, 167, 168, 169, 170-.

Pan para espesar: Se usa pan macerado -en posca, en vino, vinagre o aceite-, para introducir en un guiso posteriormente. Cada uno de ellos tenía que espesar de una forma diferente. Un caso singular es el de la *Sala Cattabia*. Se trataba de una elaboración

---

<sup>636</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 54 ss.

<sup>637</sup>Aten., *Deipnos.*, 3, 110F. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, p. 107.

presentada en frío, y que se servía en el interior de un pan al que primero se le retiraba la miga y después se maceraba en *posca*. Para otra variedad de *Sala Cattabia* se utilizaban trozos de pan macerados en *posca*: *Panem ex posca maceratum exprimes...* y: *Adicies in caccabulo panis Picentini frustra...* -Apic., *De re coq.*, 125, 126, 127-. El resto de recetas en las que se utiliza pan macerado para un guiso lo hacen empapándolo en vino o vinagre, en aceite o con la propia salsa -Apic., *De re coq.*, 276, 291, 292, 357-. La diferencia entre el uso del pan completo, solo la corteza o solo la miga se conocía perfectamente: *Cum medulla siliginei...* -Apic., *De re coq.*, 48, 298-.

**Espumar.** Técnica consistente en la eliminación de la espuma que se produce durante la cocción de los alimentos y que queda en la superficie del líquido, o que aparece sobre la superficie del vino y la miel. Mediante la acción de espumar se retiraban las partículas sólidas, que en forma de impurezas enturbiaban el líquido ya que debido al calentamiento que se producía, las partículas sólidas eran arrastradas hasta la superficie<sup>638</sup>. Ahí se formaba la espuma a retirar, operación que se realizaba fácilmente con una cuchara o cucharón. Para que el caldo quedara totalmente limpio, finalmente, se pasaba a través de un tamiz muy fino. Se espumaban distintos productos como el vino y la miel: *...a foco postridie despumatur* y: *Cum melle despumato* -Apic., *De re coq.*, 1, 2-. También los guisos de legumbres y caldos, cuyos ingredientes producían muchas impurezas: *Coquis. Cum despumauerit...* -Apic., *De re coq.*, 184, 185, 188, 191, 192, 194, 197, 198-. Para realizar esta acción se necesitaban diferentes instrumentos como cucharones, espátulas, coladores o paños limpios.

**Estofar.** Una técnica que consistía en preparar guisos en los que distintos sólidos se guisaban en líquidos, con el uso habitual de condimentación, en cada caso. El resultado final, el estofado, era una preparación que tras ese tiempo de cocción prolongada adquiría una compleja mezcla de sabores y aromas. Como hacía Ateneo, esparcían especias sobre el guiso, añadiendo el ingrediente principal -en este caso pescado- y se cubría con vino blanco, algo de agua y aceite, para cocinar finalmente, el conjunto, a fuego lento -Athen., *Deipnos.*, 3, 117D-. Por su parte, Apicio combina diversas técnicas en el desarrollo del estofado, y para ello, en primer lugar asa una pieza, para después estofarla en una salsa, dejándola cocer lentamente, y así sucesivamente, con diversas técnicas. El estofado suele

---

<sup>638</sup>H. THIS, *op. cit.*, 1996, págs. 80-81, 100 y 167.

producir unas salsas espesas y bien trabadas, ya que tras la combinación de ingredientes se produce un proceso de condensación, y por la evaporación se reduce la cantidad total de líquido -Apic., *De re coq.*, 493-. Por esta razón, a veces, era necesario añadir agua durante la cocción. Pero no era necesariamente la única técnica con la que se preparaba una receta, sino que también en este tipo de guiso encontramos la presencia de dobles cocciones, y así, se combinan: asar, espesar, cocer... Son algunas de las técnicas que se aplican para desarrollar procesos de estofado, que fue una de las más utilizadas por Apicio, por ejemplo: *Ex oleo, liquamine condiuntur et mittitur eis condimentum cum coctae fuerint. Et super adicitur his, cum in foco sunt, conditura, et denuo bulliunt... et coquantur...* -Apic., *De re coq.*, 262-267, 357, 358, 376, 377, 388, 389, 393, 434, 439, 440-444, 446, 447, 449-451, 472, 473, 475, 476, 482, 483, 485, 493, 495-.

**Faisandage.** El faisandage es una técnica de reposo o mortificación de la carne de caza. Este proceso se aplica a la caza de pluma, que se dejaba reposar el tiempo necesario para que se produjera cierta -y no excesiva- descomposición y que Néstor Luján señalaba que fue invención de la Francia del XVIII<sup>639</sup>.

Tradicionalmente, por el gran prestigio que había adquirido durante los últimos siglos la cocina francesa, se han atribuido a ésta gran cantidad de preparaciones que, sin embargo, pertenecían a épocas anteriores. Fue algo similar a lo que ocurrió con el vino espumoso, ya conocido en época romana<sup>640</sup>. Así el faisandage debió ser un descubrimiento de los cazadores que pasaban necesariamente mucho tiempo en el campo hasta que llegaban a donde pudieran vender o cocinar las piezas, tiempo durante el que se maceraba la carne, produciendo el característico flavor que aporta esta técnica. *De re coquinaria* recomienda, con una pieza característica sobre la que se practica faisandage, la perdiz, que si era fresca se cocinaba en su jugo, pero si llevaba varios días muerta, es decir, si se había producido el proceso de faisandage, era necesario prepararla hervida: *Perdicem cum pluma sua elixabis et madefactam depilabis. occisa perdix potest ex iure coqui ne indurescat; si dierum fuerte, elixa coqui debet* -Apic., *De re coq.*, 219-. Una técnica que, atribuida tradicionalmente a la cocina francesa, es, como vemos muy anterior, pudiendo datarse, al menos, a partir de la época de redacción del recetario de Apicio.

---

<sup>639</sup>N. LUJÁN y FERNÁNDEZ, *Historia de la Gastronomía*, Barcelona, 1997, pp. 234-36.

<sup>640</sup>Sobre los vinos espumosos, *vide infra*.

**Freír.** Una de las técnicas de cocinado más características de la cocina mediterránea, y que en *De re coquinaria* se utiliza con mucha frecuencia, aplicándola a carnes, pescados, huevos y verduras. El aceite u otra grasa actúan gracias a las altas temperaturas que alcanzan, de forma que al sumergir el alimento en él, se cierran las vías de escape de los jugos, provocando un característico tono dorado de la fritura, con el resultado de una costra crujiente y un interior jugoso. El ingrediente fundamental de esta técnica fue el aceite de oliva, el cual no siempre se usaba sólo, a veces se mezclaba con *garum* -Apic., *De re coq.*, 490-. También se daba la posibilidad de cocer con *garum* solamente<sup>641</sup>: *In liquamine frigantur...* -Apic., *De re coq.*, 474-, aunque el efecto que el *garum* produciría en el alimento, no sería de ninguna forma igual al que producía el aceite sobre los alimentos introducidos en él. Es decir, no podemos hablar estrictamente de fritura en el *garum*, sólo en una grasa.

Tras la fritura, los alimentos de muchas recetas se acompañaban de salsas, o se tomaban solos, como las zanahorias: *Carotae frictae oenogaro inferuntur* -Apic., *De re coq.*, 122-. Judías y garbanzos también se freían, acompañadas después con un poco de *oenogarum* -Apic., *De re coq.*, 209-. También los bulbos, fritos, a veces incluso tras una previa cocción: *Bulbos tundis a quo ex aqua coques, deinde oleo frigis* y: *Bulbos frictos oenogaro inferes* -Apic., *De re coq.*, 306, 309-. Los huevos se preparaban simplemente fritos en aceite, y a veces, como le gustaban a Marcial, sazonados con un poco de *garum*: *Oeufs frits: Au garum au vin* y: *Candida si croceos circumfluit unda vitellos, Hesperius scombri temperet ova liquor* -Apic., *De re coq.*, 327; Mart., *Epigr.*, 13, 40-. En cualquier caso, se freía cualquier tipo de pescado: *Pisces qualeslibet curatos friges...* y: *Pulpas piscis aselli fricti* -Apic., *De re coq.*, 12, 140, 150, 434, 478, 480-.

Pero en especial se preparaban así las piezas más pequeñas, que son las más adecuadas para la fritura, como boquerones y salmonetes, incluso algunos elementos que hoy no se fríen, como los caracoles: *Patina de apua fricta*, y: *Cocleas... et ex oleo frigis* -Apic., *De re coq.*, 323, 429-. Por su puesto, la carne también se freía, como la ternera: *Vitellina fricta* -Apic., *De re coq.*, 353, 474, 490-. Así como frutos secos: *Pontica uel amigdala fricta* -Apic., *De re coq.*, 337-, y las calabazas, que dado el elevado número de

---

<sup>641</sup>Ya que freír es introducir en una grasa hirviendo, y el *garum* no era una grasa. Sobre la técnica de fritura y su desarrollo práctico ver A. VILLEGAS BECERRIL, *Elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos*, Vigo, 2014b, pp. 175 ss.

recetas de calabaza frita debía ser muy popular: *Cucurbitas elixas et frictas...* -Apic., *De re coq.*, 73-75-.

Por su parte, algunas hierbas y especias, al freír, incrementan su sabor y aroma, como es el caso del comino, que se tostaba o freía con frecuencia: *Cumino fricto* –Apic., *De re coq.*, 173, 201, 225, 333, 352, 357, 442, 447-. También el sésamo se fríe: *...sesamum frictum* -Apic., *De re coq.*, 233-. Y la semilla del cilantro: *Coriandri semen frictum* –Apic., *De re coq.*, 336-. Observamos la sal triturada y frita: *...et sales frictos et tritos...* y: *Sales communes frictos... sales ammonicos frictos* -Apic., *De re coq.*, 6, 29-.

**Gustum.** Representan el conjunto de platos que se servían como aperitivos y entrantes de una comida, aunque, más que una técnica de cocinado se trata de un conjunto de recetas que –en pequeña cantidad, como en la actualidad- se tomaban en un momento determinado del día: al comienzo de las comidas. La finalidad del aperitivo en las mesas era abrir el apetito, y con este fin, estaba constituido por alimentos crudos, huevos duros y ensaladas. Como norma general deberían ser comidas bastante ligeras, aunque contrariamente a la costumbre, las recetas que presenta Apicio bajo esta denominación no siempre presentan dicha característica<sup>642</sup>.

El recetario incluye un apartado bajo el título *Gustum*, en el que ofrece comidas pesadas, elaboradas mediante numerosos pasos de cocina y complejas, con una gran variedad de ingredientes como carnes, huevos, verduras, especias y hierbas. De ninguna manera son platos que hoy consideraríamos apropiados para abrir el apetito, sino que lo sacian desde el principio de la comida. Están muy trabajadas y manifiestan claramente el resultado que se puede conseguir con la aplicación de la técnica ya que los ingredientes no son especialmente sofisticados.

La cocina aristocrática se caracterizó precisamente por establecer esta diferencia con la cocina popular y, utilizando idénticos ingredientes en muchos casos, buscaba marcar una distancia mediante la aplicación de las técnicas complejas. Para ello se trabajaba en la cocina más elaborada con ingredientes de todo tipo, desde los más simples hasta otros exquisitos o de difícil adquisición. Y sobre todo, el conocimiento sobre las combinaciones entre alimentos y las técnicas, aspecto que era precisamente el que marcaba las diferencias,

---

<sup>642</sup>Sobre el aperitivo como parte de la tradición romana ver A. VILLEGAS BECERRIL, “Tapas, avisillos, incitativos, llamativos... gollerías”, *Revista Española de Cultura Gastronómica*, Madrid, 2018, pp. 17-23.

ya que se tenían que aplicar mediante una serie de procesos muy elaborados, como observamos en el conjunto de los platos denominados *gustum* -Apic., *De re coq.*, 175-178-.

**Hervir.** La acción de hervir corresponde a una fase culturalmente más avanzada que la del asado dentro de la historia de la tecnología alimentaria<sup>643</sup>. La necesidad de un intermediario -el recipiente- entre el fuego y el alimento, explica que ésta sea una técnica más compleja que aquella otra que solo necesita el contacto directo del alimento con el fuego. Ateneo fue consciente de las diferentes etapas culturales que representan las dos fases asado-hervido, y recoge que Homero: “ni hervía carne ni sesos; asaba hasta las entrañas, hasta tal punto era anticuado<sup>644</sup>”.

Durante el proceso de cocción se pueden eliminar muchas sustancias nutricionales valiosas, pero a la vez se consigue que también desaparezcan del alimento otra serie de microbios y bacterias, haciendo de la comida algo más sano y digestión más fácil. Gracias a la cocción las comidas se ablandan, las fibras de las verduras pierden rigidez y se mastican con más facilidad. Podemos ver cómo en el Sistema alimentario romano se emplea frecuentemente la técnica del hervido, y como con esta acción se obtienen alimentos blandos, era frecuente utilizar la cocción como primer paso para cocinados posteriores.

Casi todas las verduras del recetario de Apicio se cuecen como previo paso a un cocinado posterior, como observamos: *Omne olus... coquatur o: In aqua coctos*, -Apic., *De re coq.*, 66-76, 78, 80, 83, 89-97, 100-106, 114, 116-121, 124, 306, 307, 310, 312, 313, 316, 317, 470-. Además, esta doble cocción se utilizaba continuamente, tanto para carnes como para pescados, sin discriminar la materia prima. Las carnes, a pesar de que después de ser hervidas quedan fibrosas, se cocían (o precisamente por esto) -Apic., *De re coq.*, 236-239, 241, 243-251, 331, 335-337, 341, 355-357, 359, 361, 381, 497-. Y posteriormente se preparaban salsas especiales para añadir a esas carnes ya cocidas -Apic., *De re coq.*, 273-286-.

---

<sup>643</sup>Ver C. LEVI-STRAUSS, *op. cit.*, 2003, p. 418, cuya teoría es un clásico en la concepción de los dos principales métodos de cocina de la Antigüedad, el asado y el hervido: “Directamente sometido a la acción del fuego, el alimento asado está con este último en una relación de *conjunción no mediatizada*, en tanto que el alimento hervido resulta de un doble proceso de mediación: por el agua en la que es sumergido, y por el recipiente que contiene una y otro. Por partida doble, por consiguiente, puede ponerse lo asado del lado de la naturaleza, lo hervido del lado de la cultura”...

<sup>644</sup>Athen., *Deipnos.*, 12C-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998a, p. 105.

También se cocían huevos -Apic., *De re coq.*, 327-. Y caracoles -Apic., *De re coq.*, 323-. Y en otras ocasiones se utilizaba agua de mar para cocer jabalí -Apic., *De re coq.*, 331, 339-. Los pescados y crustáceos también se cocían, y casi siempre se les añadía una salsa para que quedaran más jugosos -Apic., *De re coq.*, 165, 400, 402, 410-412, 415, 417, 420, 422, 435, 436, 437, 439, 452, 453, 455, 456, 459, 469, 487-.

En ciertas tiendas especializadas se vendían carnes hervidas, algunas citadas por Ateneo: manos y cabezas, orejas, quijadas, salchichas, tripas y lenguas, como señala Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 3, 94C-. Este tipo de tiendas y los productos comercializados en ellas eran típicos de Alejandría. Muy probablemente fueron productos preparados en semiconserva, pero en cualquier caso, todos ellos eran productos gelatinosos, y siempre carnes, mejor que pescados, que difícilmente soportaban el transporte, al contrario que ocurría con las primeras -Athen., *Deipnos.*, 95B- 94B-.

Incluso hay un tipo complejo de técnica de cocción, el baño María, del que no tenemos constancia en los recetarios romanos, atribuyéndose su invención al alquimista judío María, que vivió en Alejandría, entre los s. I y III d.C. Recientemente<sup>645</sup> se ha planteado la posibilidad de que se conociera anteriormente el desarrollo de esta técnica, por el hallazgo de una pieza encontrada en el norte de Africa, que presentaba problemas de interpretación. El caso es que es una pieza compleja, que presenta un doble fondo de cocción. El baño María es una técnica que se practica mediante un primer recipiente que se encuentra en contacto con el calor directo, y un segundo recipiente dentro del primero, y entre ambos, agua. La comida se coloca en el interior del segundo recipiente, manteniéndose la temperatura constante por este método, y cocinándose de una forma muy suave, delicada y lenta. Sería una buena fórmula para la cocción de ciertos platos que se pegan con facilidad, como los muy densos, tipo *puls*, o los excesivamente cremosos y espesos, como algunos estofados, o platos con lácteos. La autora de esta teoría propone que estos instrumentos se utilizaran para la cocción lenta, o la confección de yogur o algún tipo de leche fermentada similar.

**Hornear.** Para evitar confusión entre distintas técnicas, debemos aclarar que no siempre la acción de horneado corresponde a la de asado. Asar es exponer a calor directo

---

<sup>645</sup>E. FENTRES, "Cooking pots and cooling practice: an African bain-marie? *Papers of the British School at Rome* 78, 2010, pp. 145-150.



un alimento, sin utilizar recipientes. Por otro lado, se hornea y no se asa cuando se introduce un alimento dentro del horno, sea éste de mayor o menor tamaño, pero no se expone directamente al calor, como corresponde a la operación de asar. Muy al contrario, hay variadas formas de hornear, y así tenemos las siguientes: 1) se estofa, dentro de un líquido, en un recipiente cerrado, operación conocida como braseado, 2) se envuelve en un papel grueso y se cocina en *papillote*, 3) o se cubre el alimento principal o la cacerola de una pasta que se endurece a la vez que se asa o guisa. 4) También se hornean algunos pasteles, budines y también empanadas. Por ejemplo, se hornea una *patina* elaborada con huevos y ortigas de mar, bien condimentada -Apic., *De re coq.*, 163-. Esta, en concreto, es una preparación muy similar a las actuales *frittatas* italianas, tortillas realizadas con diversos ingredientes pero a las que no se les da la vuelta, como se hace con la española, sino que se hornean en un molde o fuente hasta que cuajan.

Otra forma de hornear algunas piezas, como las aves y el perrillo de cerdo era cubrirlas con una masa maleable realizada con harina y aceite, cubriéndolas completamente y horneándolas hasta que la pasta se endurecía: *...si eam farina oleo subacta contextam in furnum miseris* -Apic., *De re coq.*, 230, 263, 290-. Esta última se convertía en una costra dura y frágil que se retiraba fácilmente antes de servir el plato en la mesa. Es una técnica que habla del conocimiento de métodos culinarios y de la experiencia de los cocineros, de sus capacidades técnicas. También apunta lo complejo del mundo de las cocinas romanas.

En la actualidad, en la zona de la Provenza se sigue aplicando una técnica similar, aunque con ingredientes distintos. Para su elaboración se envuelve un pollo en hojas de col y sobre las hojas –bien cerradas- se coloca una capa de pasta de arcilla y se introduce en el horno hasta que la pasta queda dura. Después, se retiran la arcilla y las hojas de col, que se han convertido en una sola pieza durante el horneado y se trincha el pollo. Tanto la arcilla como la anterior pasta de harina no comestible hablan del uso de una tecnología idéntica y continuada en el tiempo.

Otra de las técnicas de horneado requería la ayuda del *surculus*, el pincho de la brocheta para atravesar una pieza, en el caso concreto que presentamos extraído de *De re coquinaria* es un rollo de carne, que, previamente deshuesada y clavada en el espetón, se horneaba hasta que se doraba por fuera -Apic., *De re coq.*, 263-. Finalmente se terminaba de cocinar sobre la *craticula*.

Un tipo de asado mediterráneo, es el *sub testu*, citado por Catón (*vide supra*) –Cato., *Agr.*, 74, 75-, y era utilizado principalmente para elaborar pan o pequeñas piezas en un *clibanus*. Se trata de un sistema de horneado típicamente mediterráneo y presenta la facilidad de poder elaborarse en un horno portátil. Se practica introduciendo el alimento en el horno que consiste en una bandeja con campana, que se coloca sobre brasas y además se cubre con ellas, facilitando una aplicación bastante homogénea del calor en toda la superficie del horno. Séneca recoge también este sistema: ... (*panem*) *primo cinis calidus et fervens testa percoxit, deinde furni paulatinam reperti et alia genera quorum fervor serviret arbitrio* –Sen., *Ad Luc.*, 90, 23-. Según Cubberley<sup>646</sup>, este sistema podía desarrollarse con la ayuda de diferentes instrumentos, como el *clibanus*, *thermospodium*, o sencillamente, mediante la colocación de un plato invertido sobre otro.

**Isicia (o Esicia).** Una preparación característica de la cocina romana, *isicia*, que consistía en una mezcla de carnes picadas y aliñadas, como la que al personaje literario protagonista de la *Metamorfosis* de Apuleyo, Lucio, tanto le gustaba –Apul., *Met.*, 2, 7, 2-. La aplicación de varias técnicas sobre el mismo producto, en este caso: picar, adobar y guisar, nos lleva a comprobar como es un hecho la práctica de una cocina compleja. Uno de los resultados de esta sucesión de técnicas son estas *isicia*, de carácter similar a nuestras albóndigas, que una vez terminadas se freían o se guisaban en salsa, como explica Apicio: *Esicia de pavo primum locum habent ita si fricta fuerint ut callum vincant. item secundum locum habent de fasianis, item tertium locum habent de cuniculis, item quartum locum habent de pullis, item quitum locum habent de porcello tenero* -Apic., *De re coq.*, 54-.

En cuanto a la materia prima, era variable y admitían diversos ingredientes básicos, como crustáceos y pescados -Apic., *De re coq.*, 42-44, 47, 165, 401-. Algunas carnes sin identificar -Apic., *De re coq.*, 48, 166-. También pollo -Apic., *De re coq.*, 51, 52-. O pavo, conejo, cerdo -Apic., *De re coq.*, 54, 169-. Quizás también faisán o la apreciada vulva de cerda: *Vulvulae esiciatae sic fiunt...* -Apic., *De re coq.*, 59-. Asimismo se preparaba *isicia* con mezcla de ingredientes variados -Apic., *De re coq.*, 46, 49, 196-. Excepcionalmente había *isicia* de verdura: *Sfondilos elixatos...* y: *Esicia ex his facies* -Apic., *De re coq.*, 121-.

---

<sup>646</sup>A. CUBBERLEY, J. LLOYD, P. ROBERTS, *op. cit.*, 1988, p. 100.

Todas ellas tenían algo en común en el recetario de Apicio: es que siempre se acompañan de salsa -Apic., *De re coq.*, 50, 53, 55-57, 59, etc.-.

Las *isicia* se debían triturar en mortero y ser modeladas a mano o con molde<sup>647</sup>. Asimismo, en época tardía, s. IV, hubo especialistas en su elaboración que recibían el nombre de *isiciarii*<sup>648</sup>.

**Minutal.** Una técnica –y plato- bien definida por Isidoro –Isid., *Orig.*, 20, 2, 29-. Este autor explica que estas preparaciones están realizadas con pescado, y todos los ingredientes estaban partidos en trozos pequeños. En realidad se trataba de guisos con una salsa que se espesaba con pasta deshecha y no con fécula, como se hacía en otras recetas<sup>649</sup>. La elaboración de *minutal* permitía el aprovechamiento de restos ya que en estos platos se podían reutilizar las *isicia* ya elaboradas o incluso los pescados cocidos, y el acompañamiento no era costoso. Pero como todas las técnicas del *De re coquinaria*, la preparación de *minutal*, que parece en primera instancia un plato de aprovechamiento, se refinó. Y observamos como se presenta en esta obra algunos de estos *minutal* elaborados con diversos ingredientes, como fueron la paletilla de cerdo y albaricoques: *Minutal ex praecoquiis... spatulam porcinam coctam... praecoquia enucleata mittis* -Apic., *De re coq.*, 170-. Aunque de forma general el *minutal* se preparaba solamente con pescado, también pudo entrar la carne en su composición, variando los componentes y en ningún caso la técnica aplicada: *Minutal Apicianum... pisciculos, esiciola minuta* -Apic., *De re coq.*, 167-172-.

El *minutal*, como sucede con tantas técnicas de cocina romana, fue transformado por los diferentes cocineros a lo largo de su evolución temporal, y observamos cómo si bien en sus principios este guiso presentaba características de cocina popular, de aprovechamiento y muy nutritiva como sucedió con tantos otros, con el tiempo se hizo compleja. Pero en cualquier caso, toda la cocina de élite parte del conocimiento popular, transformando y haciendo más complejos y delicados los guisos primitivos para convertirlos en alimentos aristocráticos, diferenciadores y elitistas. Es interesante observar que el plato original de *minutal* se enriqueciera con carne, porque su origen, sin embargo,

---

<sup>647</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 147.

<sup>648</sup>Como observamos en el Edicto de Diocleciano,-*Ed. Diocl.* 4, 13-14-. Igualmente, citados en: *fartores qui isicia et farcimina faciunt* -Donat., *ad Ter Eun.*, 157-.

<sup>649</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 170.

parece ser claramente marinero. Guisos marineros de carácter manifiestamente mediterráneo, que incorporaban verduras, hierbas, pescados y algún espesante que diera cuerpo al conjunto. Ya hemos señalado el interés que tienen estas sopas de pescado<sup>650</sup>. Es importante observar que, con diversas variantes, se parecen a la clásica bullabesa de la costa francesa, a la gran familia de las sopas y guisos “marineros” que hacen su aparición a lo largo de todo el mediterráneo.

**Moldear.** Una técnica que se aplicó a muchos productos como los quesos, las pastas y el pan o incluso una preparación de foie-gras: *Iecur leporis aut haedi aut agni aut pulli, et, si volueris, in formella piscem formabis...* -Apic., *De re coq.*, 430-. También se introducían en moldes las carnes y los pasteles salados, además de productos de panadería y repostería como flanes dulces y salados. Estos últimos necesitaban molde para ser horneados fácilmente desde el estado semilíquido que presentaban en crudo y finalmente convertirse en platos sólidos una vez cocinados. Podemos observar la estrecha relación de las técnicas con los ingredientes en la preparación de flanes, que siempre requerían la presencia de huevos además de algún líquido como elementos imprescindibles para poder cuajar dentro del molde, componiendo así una unidad final: *Angularem accipies, qui versari potest...* -Apic., *De re coq.*, 187-.

Otro modelo de flan dulce, elaborado con huevos, leche y aceite, se calienta en *patellam*, y se sirve en un plato plano, el *discus*, empapándolo en miel y espolvoreado con pimienta, y en este caso, con medidas exactas de los ingredientes: *Ova quattuor, lactis eminam, olei unciam in se dissolvis ita ut unum corpus facias. in patellam subtilem adicies olei modicum, facies ut billiat et adicies inpensam quam comparasti...* -Apic., *De re coq.*, 303-.

**Omentata.** La *omentata* era la técnica consistente en envolver algún alimento en un redaño, cualquiera que fuera éste. Se trata de una técnica estrechamente relacionada con la preparación del famoso foie, el hígado de oca sobrealimentada ya que representa una variante de preparación de este producto. Se utilizaba un hígado machacado, aliñado y ahumado, que se introducía en el *omento* o redaño, una acción que tiene una relación

---

<sup>650</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 162. Las bullabesas son sopas de pescado de gran tradición mediterránea, la cual ha llegado viva hasta nuestros días.

directa con el nombre de la receta<sup>651</sup>. Tras envolver el hígado en el *omento*, se asaba: *Omentata ita fiunt: assas iecur porcinum..., sicut pulpa omentata, et singula involvuntur* -Apic., *De re coq.*, 45-, o: *Esicia omentata: ... pusilla esicia formabis... involuta omento subassabis* -Apic., *De re coq.*, 48-. Incluso una descripción detallada: *Omentata ita fiunt* – Apic., *De re coq.*, 45-.

**Papillote.** Una técnica que, olvidada durante siglos, volvió a utilizarse muy recientemente, casi como símbolo de modernidad, en una reinterpretación que se dio por nueva a finales del s. XX. Sin embargo, sus orígenes son muy anteriores ya que en la cocina romana ya se había estudiado, experimentado y utilizado el *papillote* como un excelente método de cocinado. Su práctica consistía en la utilización de un papiro en el que se envolvía el alimento relleno o simplemente aliñado, pero en cualquier caso, siempre debía estar perfectamente cerrado para impedir la evaporación de líquidos durante la cocción. Las fuentes nos dejan testimonio de esos usos, como Plinio, que habla de un papiro que si bien es inútil para la escritura, sirve para otros usos: *...nam emporiticia inutilis scribendo...* -Plin., *N.H.*, 13, 76-, o Teofrasto, que señala la existencia de rollos de papiro y sus múltiples usos -Teofr., *H.P.*, 4, 3 ss.-. Y Herodoto, que detalla algunos de los usos más importantes del papiro además de la escritura: como velas, como calzado y cuerdas -Herod., *Hist.*, 2, 92-96- y finalmente, Ateneo describe igualmente su origen egipcio y usos -Athen., *Deipnos.*, 1, 27F-

Gracias al uso de la técnica del *papillote*, los alimentos cocinados con este sistema conservaban todo su jugo después del horneado y sobre todo, intactas sus cualidades organolépticas. Además, era una técnica muy adecuada para el pescado, cuya carne es muy delicada. Mediante la aplicación del *papillote*, el producto no se marchitaba durante la cocción, quedando entero y sabroso. El papiro protegía al alimento evitando que se resecara, facilitando que se cociera interiormente de forma regular. Este último aspecto era fundamental, ya que se acostumbraba a consumir comidas muy hechas, jamás crudas con excepción de las ensaladas. *De re coquinaria* presenta cuatro recetas en las que se utilizó esta técnica, las cuales explican la forma de preparar un cochinillo, una liebre embuchada y otra rellena y una sarda, también rellena: *Porcellum assum tractomellinum... obturas carta,*

---

<sup>651</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 145.

*in furnum mittes... y: Leprem esiciatum... omento teges uel carta* -Apic., *De re coq.*, 371, 391, 392, 421-.

**Pasteles fríos**<sup>652</sup>. No necesariamente dulces, sino salados. Entre los que hay que destacar la famosa *Sala Cattabia*, una receta que se servía prácticamente helada, recubierta de nieve o preparada sobre un recipiente helado y lleno de nieve, como destaca Apicio - Apic., *De re coq.*, 125-127-. Para su elaboración, en primer lugar se mezclaban los ingredientes crudos o ya cocinados, después se añadía una salsa sobre ellos y finalmente se servían muy fríos. La técnica de preparación de este tipo de pasteles fríos se caracterizaba por la introducción de miga de pan, macerada o no con *posca*, añadiendo queso de vaca seco y especias. Las tres recetas de *Sala Cattabia* que presenta Apicio tienen en común la utilización de pan empapado en *posca* y el servicio frío, incluso helado (con nieve). Los platos con nieve en verano, en el clima mediterráneo, son muy refrescantes, pero también lo es la presencia de *posca*, cuyo ingrediente clave es el vinagre, que favorece esa sensación de frescor que obviamente era tan deseada.

Otra posibilidad de tomar estos pasteles fríos era aplicar la técnica del frío a algunas *patinae*, que se podían consumir tanto en caliente como en frío. Estos pasteles se trataban casi como tortillas enriquecidas, ya que se preparaban con huevos y otros ingredientes como zumo de serbas y ortigas de mar, como en el caso de la receta presentada por Apicio: *Patina de sorbis calida et frigida*, y: *Patina urticarum calida et frigida* -Apic., *De re coq.*, 160, 163-.

**Pasteles y empanadas.** Dos tipos de recetas diferentes en principio, pero a las que se aplicaba una misma técnica en la que se empleaban dos componentes básicos: por una parte, un relleno o picadillo. Por la otra, una masa que actuaba como base del relleno. Estas preparaciones necesitaban bastante tiempo de elaboración ya que requerían el cocinado de forma separada tanto de la masa como del relleno, y el último paso de cocción en común.

Por su parte, el relleno parece más bien restos que se vuelven a aprovechar más que ingredientes concretos para una receta. Dicha reutilización no es rara ya que con frecuencia a lo largo del recetario de Apicio hemos visto que se aprovechan distintos ingredientes, y los pasteles y empanadas podrían ser una forma óptima de dar uso a estos restos. Algunos de estos pasteles se destinaban al consumo en días excepcionales, como la *Patinam*

---

<sup>652</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 305.

*Apicianam*, que por su complejidad y multitud de pasos podría ser considerada un plato especial frente a una posterior *Patina cotidiana* –Apic., *De re coq.*, 141, 142-. La diferencia entre ambos usos queda de manifiesto en el producto utilizado, que en la versión más sofisticada incluía papafigos, pechuga de tordo y carnes de muy buena calidad. Finalmente, el acabado del plato, por la densidad de los ingredientes utilizados y por la introducción de la masa, requería una “chimenea” por donde pudiera salir el vapor sin que se rompiera el contenido, para lo que se utilizó una *fistula* como instrumento más apropiado, caña vaciada en forma de canuto<sup>653</sup>, y así, en la primera receta: *Unum vero laganum fistula percuties et super impones.*

**Patina.** Se trata de un término que recoge preparaciones de muy diverso carácter, desde algunas sofisticadas y complicadísimas hasta otras de carácter bastante más sencillo<sup>654</sup> -Apic., *De re coq.*, 140-. Casi todas ellas incorporaban huevos, y por su número y versatilidad debieron ser una comida corriente, que además permitía utilizar muchos restos de otras comidas, para un aprovechamiento integral, como observamos en el recetario de Apicio -Apic., *De re coq.*, 128-141, 143, 145-155, 157-163, 165, 406, 488-. La *patina* incluye una amplia gama de preparaciones realizadas con todo tipo de ingredientes: carnes, leche o huevos, pescados, verduras, multitud de condimentos e incluso vinos y salsas de pescado. También se utilizaban espesantes y otros ingredientes, incluso salazones para dar sabor.

Lo único que tuvieron en común todas las variedades de *patina* fue precisamente la técnica de preparación y no los ingredientes ya que se componían de elementos distintos que se mezclaban y se cocinaban en un recipiente que se presentaba después en la mesa. No eran cremas, sopas o caldos, sino que su consistencia era más espesa, como un guiso a veces, y otras como un revuelto, un budín o un pastel<sup>655</sup>.

---

<sup>653</sup>Esta técnica se ha seguido aplicando a los pasteles muy gruesos hasta la actualidad, con la única diferencia de que hoy no se utiliza una caña, sino un cilindro.

<sup>654</sup>El problema de tener un recipiente y un plato idéntica denominación, lo recoge A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 143. Apicio presenta treinta y seis recetas bajo esta denominación, las cuales requieren en todo caso un elevado número de huevos. Incluso señala Apicio que los huevos son los que caracterizan la *patina*. Sería un plato blando, de consistencia semisólida, precisamente debido al uso de este ingrediente como observamos en la receta de Apicio: *Ovis missis patinam facies...* –Apic., *De re coq.*, 162-.

<sup>655</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 218.

**Puls.** El *puls* era una papilla del tipo de las gachas actuales, una sopa espesa de cereal triturado y cocido, que a veces se acompañaba con trozos de carne o verduras, y que solía ser el plato básico del régimen habitual de época antigua. Estaba elaborado con cereales o legumbres –principalmente habas y guisantes-, todos ellos triturados y cocidos muy lentamente. Esta era la comida habitual de campesinos y de los sectores populares urbanos. En época imperial quedó, como recuerdo de estas antiquísimas gachas, una ofrenda que se realizaba a los dioses y que se acompañaba de una libación, como muestra Juvenal -Iuv., *Sat.*, 16, 38-.

El *puls* fue uno de las preparaciones más consumidas y populares, lo cual se justifica precisamente porque era un plato muy económico y fácil de elaborar. Y la técnica usada era una de las más importantes que heredamos de Roma. Todo el mundo sabía hacer *puls*, era barato, popular y sencillo, se podía preparar salado o dulce y admitía el reaprovechamiento de restos. Los romanos fueron muy aficionados a tomar el cereal en este formato tan similar a las gachas, un tipo de preparación del tipo de sopas espesas y muy nutritivas, preparadas primitivamente con mijo y cebada. Más adelante se elaborarían con harina de trigo toscamente molida. La aplicación de esta técnica fue uno de los pilares de la alimentación, lo que se debió a dos causas:

1) En primer lugar a que los cereales tienen la importante propiedad alimentaria de ser muy nutritivos, ser capaces de calmar el hambre con rapidez y sobre todo, la cualidad de conseguir todo esto con un coste económico muy bajo, 2) en segundo lugar, la importancia del *puls* como técnica de preparación se debió a que no se necesitaron costosos instrumentos de cocina para prepararlo. Solamente requirió tiempo, ya que el *puls* necesitaba paciencia, remover continuamente y permitir que cocieran bien sus ingredientes. Esto estaba al alcance de cualquiera, por poco dotada que estuviera su cocina y por escasamente cualificado que fuera el cocinero para esta actividad.

El cereal fue la auténtica base de la alimentación mediterránea, especialmente panificado, pero también se utilizó añadiéndolo entero tanto en las sopas como en las gachas. Fue tanto un ingrediente básico como auxiliar, para ser utilizado en distintos guisos. Asimismo, cumplió variadas funciones como fueron: espesar salsas, concentrar preparados o realizar masas sobre las que montar un picadillo –como era el caso de las empanadas y pasteles-.



A pesar de ser un recetario aristocrático, *De re coquinaria* incluye diferentes preparaciones de *pultes*, enriquecidos, eso sí, con carnes y condimentos. Son desde luego, recetas más complejas que el primitivo y sencillo *puls*, en las que podemos comprobar cómo el gusto por las comidas antiguas subsistía junto a un interesante proceso de refinamiento y sofisticación de los antiguos platos. Sin embargo, el antiguo *puls* no se perdió, ni se olvidaría su presencia en las mesas romanas, más bien se aristocratizó, cambiando las formas y perviviendo con otro formato. Y con la misma tecnología e ingredientes, el *puls* seguiría presente en el Sistema alimentario romano. Caracterizado por ser una comida blanda y por una perfecta (e incluso excesiva) cocción, sabemos que era un tipo de textura muy apreciada.

Podemos encontrar su herencia en la cocina italiana actual, en la polenta y los ñoquis<sup>656</sup>. Ambas recetas, presentadas bajo formas distintas, utilizan la misma técnica de cocinado que el *puls* antiguo. Son ricas en hidratos de carbono, de textura blanda y se pueden servir solas o acompañadas casi por cualquier otro producto que aportara sabor y complementara la dieta, acompañamientos que sí se añaden en el recetario de Apicio para acompañar el *puls*.

En cuanto a su significado histórico, el *puls* representaría una segunda etapa en la historia de la alimentación romana. La primera estaría caracterizada por un estadio primitivo, simbolizado por la necesidad de recolección y conserva de frutos calóricos, en concreto por castañas y bellotas. Altamente energéticas y con capacidad de ser almacenadas, las castañas y las bellotas se consumieron en forma de tortas o crudas, aunque más tarde, su consumo se consideró un rasgo de primitivismo y se utilizaron sólo para mantener a los cochinos -Strabo., *Geog.*, 3, 7; Colum., *R.R.*, 6, 9-.

El consumo de bellotas y castañas como parte de la dieta se remonta a tiempos anteriores a la utilización mayoritaria de cereales. La segunda etapa en la historia de la alimentación romana está representada por la introducción del cereal en la dieta, usado en primer lugar bajo forma de *puls*. El cereal en forma de pan sin fermentar, elaborado en tortas y sobre todo, como papillas tipo *puls*, es más completo nutricionalmente, se digiere mejor y forma parte de un concepto y de una realidad cultural mucho más avanzada que la

---

<sup>656</sup>La polenta está preparada con harina de maíz y presentada en timbal, es probablemente más consistente que el *puls*. Por su parte, los ñoquis son productos elaborados a base de sémola o patata y cortados en pequeños trozos del tamaño de una almendra.

etapa del Sistema alimentario representada por el consumo de bellotas. En relación con el cereal, la tercera etapa del Sistema alimentario romano la simbolizaría la aplicación de técnicas de panificación sobre el cereal, así como la aparición del pan fermentado con levadura, quedando las antiguas gachas como un recuerdo minoritario<sup>657</sup>.

Apicio añade a estas recetas de carácter tradicional otros ingredientes, enriqueciéndolas. Así, mezcla el *puls* con trigo entero y carne en este recetario: *Pultes Iulianae sic coquantur: alicam... coques... adicies cerebella... pulpae quasi ad esicia liatae* -Apic., *De re coq.*, 179-. También con salsa de vino -Apic., *De re coq.*, 180-. Y en otra más compleja lo mezcla con más de un tipo de carne, con condimentos y otros ingredientes: *Pultes: alicam... coques... oleum mittis... adicies cerebella... et... pulpae* -Apic., *De re coq.*, 182-. También se prepararon *pultes* dulces, a los que se añadía leche y miel -Apic., *De re coq.*, 181-. Asimismo existió una variante de nuestra conocida receta de “leche frita”, preparada básicamente con un *puls* muy espeso que en el recetario se fríe en aceite y se recubre de miel finalmente: *Accipies similam, coques in aqua calida ita ut durissimam pultem facias, deinde in patellam expandis* -Apic., *De re coq.*, 301-.

El caso es que resulta interesante observar cómo esa mezcla de harina y agua no era una crema, sino que el autor describe con exactitud que debe quedar en superlativo, muy cuajada, lo que nos indica que se conocían los grados de espesor de una crema. Por su parte, hay una variación del *puls* dulce, el *apotermum*, presentada por Apicio en una receta de origen griego, y como las anteriores, una variación enriquecida del *puls*, endulzada con licor y enriquecida con pasas, almendras y piñones<sup>658</sup> -Apic., *De re coq.*, 58-.

**Reducir.** Acción que se realizaba para concentrar un líquido y espesarlo, de forma que su textura resultara diferente –más densa- y su sabor más pronunciado. La técnica de reducción de las salsas era clave en la cocina, porque al concentrar los jugos, el sabor final era más intenso. No podríamos hablar de las salsas sin la reducción, que a veces se apoyaba también en el uso de algún tipo de fécula para favorecer la densidad. Se podía reducir tanto al fuego como al sol, aunque esta última forma era más lenta, pero en cualquier caso, nos explica de forma inequívoca que la reducción debía tener la consistencia de la miel: ...*quod*

---

<sup>657</sup>En este sentido, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 62, señala que: “D’une façon générale, dans l’histoire de l’alimentation, le pain est une nourriture de riches, et son usage à Rome est récent”. También Plinio concluye lo relativamente novedoso de su consumo -Plin., *N.H.*, 18, 83-.

<sup>658</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 148.

*sole torrente in mellis substantiam cogitur* -Apic., *De re coq.*, 56-. A pesar de todo, se reducían al sol el jarabe de membrillo o el de higos, que se utilizaban como colorantes. También el vino se redujo -Apic., *De re coq.*, 1-. Y el agua de cocción de las verduras, que adquiriría tras la cocción un sabor muy delicado, de manera que al reducirla se concentraba el sabor: *Deinde albamen ete capita porrorum simul elixabis in caccabo novo, ita ut aqua ad tertias deferueat [id est ut ex tribus eminis aquae una remaneat]* -Apic., *De re coq.*, 71-. Si por otro lado no se deseaba dicha reducción y esta había ocurrido accidentalmente por exceso de cocción, se solucionaba simplemente añadiendo más agua: *Si aliquid minus iuris facere ceperit, tunc adicies emina I aquae* -Apic., *De re coq.*, 493-.

**Rellenar y embuchar.** Una de las más sofisticadas técnicas de cocinado, quizás la que demuestra mejor el conocimiento anatómico de las piezas, el papel que jugaban las pieles, los tendones y los huesos al ser cocinados y, en general, cómo era la reacción física de los productos en presencia del calor. Con respecto a la fuente de calor, las piezas rellenas o los embuchados requirieron la aplicación de una temperatura media, constante y homogéneamente aplicada para que los alimentos no se resecaran exteriormente y quedaran completamente crudos en el interior. Esto nos lleva a concluir que necesariamente se precisó un control muy minucioso de la técnica de horneado. Estas preparaciones también requerían un equilibrio muy ajustado entre los ingredientes destinados a espesar, los líquidos y otros elementos que actuaran como aglutinantes.

Por su parte, los embuchados eran platos más sofisticados que los embutidos –con los que no hay que confundir- y necesitaban unos cuidados especiales en su elaboración. En primer lugar era necesaria una singular delicadeza para la elaboración de la mezcla, cuyos ingredientes se picaban, se aliñaban y se mezclaban con el resto de la farsa. Dicha farsa estaba compuesta de verduras, féculas, condimentos y otras carnes. También se añadían huevos para que la combinación fuera más fluida y al final, estos actuaran trabando todos los elementos y cuajando con el calor. La operación final –antes de aplicar calor- consistía en el uso de un redaño, la mezcla se envolvía en él para que adquiriera una forma determinada. Bien apretado y envuelto en el redaño o en una fuente para que adquiriera una forma determinada, el embuchado se cuece o se hornea.

Apicio presenta un embuchado excepcional cuyo ingrediente principal era la liebre: *Leporem farsum... de omento porciono involutum assatur in furno* –Apic., *De re coq.*, 386-

. Se trata de una receta que incluía distintas técnicas: en primer lugar la maceración de la carne de liebre picada para reblandecerla. También el uso del redaño propio del embuchado, y finalmente la adición de una salsa que corresponde a una preparación paralela: *Sic iterum inpensam facies...* En cuanto a las técnicas y los instrumentos utilizados, para sujetar el embuchado en crudo, además de usar redaños, se utilizaron papiros -Apic., *De re coq.*, 391-. Apicio también presenta un embuchado de liebre, en este caso elaborado de una forma distinta, y para ello se usa la carne de este animal, bien limpia y deshuesada, como contenedor del relleno y se va envolviendo sobre sí misma, en forma de rulo, el cual se mantiene sujeto gracias a la ayuda de un redaño, papel y un espetón - Apic., *De re coq.*, 392-.

Por otro lado, la técnica del relleno, que era diferente del embuchado, requería el uso de la carcasa del animal como molde, de la carne pegada a la piel, pero deshuesada y sin intestinos. Se preparaba una farsa con distintos ingredientes entre los que se encontraban carnes o pescados, huevos, féculas y verduras, y por supuesto, condimentación. Esta era una técnica muy celebrada, que se podía complicar hasta el infinito, al estilo de la del literario Trimalción: un cochinillo relleno, de cuyo vientre salían todo tipo de animales. La parodia de las nuevas costumbres del s. I d.C., y con ellas las nuevas técnicas de cocinado, refleja lo extendido de la presencia de los rellenos en las mesas de élite. Lo observamos en la cantidad de productos que se presentan rellenos en el recetario de Apicio: calabazas, que por cierto nunca se tomaban crudas, aunque sí hervidas y asadas, -Athen., *Deipnos.*, 68C; Apic., *De re coq.*, 177-. Pollo -Apic., *De re coq.*, 200, 250-. Tordos -Apic., *De re coq.*, 498-. Cochinitos -Apic., *De re coq.*, 200, 367, 368, 371, 378, 380-. También jabalí -Apic., *De re coq.*, 339-. Y cabra o cordero -Apic., *De re coq.*, 361, 366, 497-. Asimismo liebre -Apic., *De re coq.*, 395-. Y lirón -Apic., *De re coq.*, 397-. Incluso, con mayor dificultad, pescados -Apic., *De re coq.*, 407, 408, 409, 421-.

Este tipo de recetas –el grupo de embuchados y rellenos- revelan un excelente conocimiento del comportamiento de los alimentos y por tanto de la tecnología culinaria. Cada uno de estos platos se preparaba de una forma distinta, con indicaciones diferentes en cuanto al tipo de calor o incluso al espacio donde se colocaba el relleno. Este se introducía a veces bajo la piel, en lugar de dentro de la carcasa como parece fácil imaginar. También se utilizó la piel a modo de *papillote*, deshuesando las piezas y atándolas cuidadosamente

para que no se deformaran. O bien se utilizaron *sportellae* para mantener las piezas más delicadas bien apretadas durante la cocción, de forma que no se rompieran. También se aplicó la técnica de relleno a los moluscos, en concreto al calamar y a la sepia, que son sin duda los más sencillos de rellenar.

Dentro de este grupo de recetas del recetario de Apicio, hay una que destaca por la complejidad y exuberancia de técnicas e ingredientes utilizados, es que explica el desarrollo de una técnica del relleno de un cochinillo: *Porcellus hortolanus exossatur per gulam... Mittitur in eo pullus esiciatus particulatim concisus, turdi, ficetulae, esicia de pulpa sua, lucanicae, dactili exossati, fabriles bulbi...* -Apic., *De re coq.*, 380-. Es una receta larga y compleja que parece más bien sacada del banquete de Trimalción que de una cocina real: presenta un descomunal cochinillo en el que se introducen como relleno una serie de comestibles entre los que se cuentan pollos, tordos, papafigos y salchichas. Apicio señala que hay que deshuesarlo por el cuello, como para hacer un gran odre. Y ciertamente, era casi un odre, pero relleno de comestibles y no de agua o vino, un odre que se comía junto al contenido, aunque de este sistema de preparación, -Apic., *De re coq.*, 361, 369, 370, 380-. Para elaborar esta receta, Apicio utilizó muchas carnes y verduras, hierbas aromáticas y líquidos de condimentaciónsin embargo, ninguno de sus ingredientes era por sí solo llamativo o ajeno a la alimentación cotidiana mediterránea. Lo más interesante de esta receta es su complejidad y excesos, tanto por las cantidades como por la variedad de ingredientes de la misma, pero no tanto por el tipo de ingrediente.

En realidad, lo extraordinario es la aplicación de la técnica del relleno, con el delicado vaciado del cerdo y la difícil fórmula para el relleno. Dicha práctica nos muestra, una vez más, el aspecto más sofisticado del recetario y de la cocina romana de élite, el conocimiento y las técnicas utilizadas. Y en todo caso, al presentarla en la mesa, resultaría impactante la exposición tan compleja, de diversos productos rellenando a otro que a su vez era de buen tamaño, una pieza sobre la que se habían puesto en práctica diversas técnicas, todas ellas complejas.

**Reposar.** Muchas preparaciones requerían un tiempo de reposo tras la elaboración, o incluso previamente a esta. Realmente, la necesidad de reposo fue fruto de la experiencia cualificada, en el sentido de saber qué recetas requerían un tiempo concreto y en qué momento de su preparación debía introducirse la espera. Tenemos, por ejemplo, el vino

especiado de Apicio, que se dejaba reposar toda una noche, tras lo cual se continuaba la elaboración: ...*postridie despumatur* –Apic., *De re coq.*, 1-. Y en cuanto al tiempo de reposo, cada vino tenía diferentes requisitos, algunos necesitaban un sólo día de descanso o maceración -Apic., *De re coq.*, 7-. Además de estos, de corta espera, otros vinos –también del recetario de Apicio-, necesitaban reposar más tiempo: de tres días a una semana, como sucedía con el vino de rosas: ...*ut per dies septem in vino requescant* -Apic., *De re coq.*, 4, 6-. Incluso se dejaba reposar más tiempo, hasta cuarenta días, una temporalización simbólica que encontramos presente a través de la historia de la alimentación mediterránea, y así: ... *et post quadraginta dies exime* -Apic., *De re coq.*, 5-.

**Saborizantes**<sup>659</sup>. El saborizante básico en la cocina romana fue sin lugar a dudas, el *garum*, utilizado en un alto porcentaje de recetas de *De re coquinaria*. También intervinieron como saborizantes el vinagre, la sal, las hierbas, las especias y las salsas. Era habitual tenerlos siempre en las cocinas, para utilizar cuando se necesitaran. Las técnicas aplicadas a las comidas para mejorar, potenciar, rectificar y modificar el sabor, conseguían estimular el paladar, modificando y enriqueciendo, o solapando, las cualidades organolépticas de los alimentos.

La aplicación más importante del *garum*, como potenciador del sabor, reforzando todo tipo de platos. En realidad, con excepción de las recetas de repostería, el *garum* aparece en casi todas las recetas presentadas en *De re coquinaria*, quizás supliendo la sal, y como condimento necesario en un estilo de cocina en la que los comensales no prescindían de su uso. De 499 recetas que tiene este recetario, aparecen como ingredientes *liquamen* o *garum* en 327 de ellas, lo que es indicativo de lo extendido de su utilización, y de que no solamente se usaba en un tipo de preparaciones, sino que era ingrediente común a cualquiera de ellas, sencillas o complejas, populares o refinadas.

**Salar.** La sal aparece a lo largo de todo el recetario, y cuando no está presente lo está el *garum*, que se utiliza para sazonar cualquier cosa, con un uso idéntico al de la sal. La misma sal se mezclaba con otros elementos para proporcionar más sabor, incluso tenemos una receta cuyo título es expresivo: *Sales conditos ad multa* -Apic., *De re coq.*, 29-. La acción de salar, por tanto, no corresponde únicamente a la sal, sino también al *garum*.

---

<sup>659</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp., 198-220.

Sazonar los alimentos provoca sobre la comida un resultado químico que consiste en resaltar los sabores, tanto si se añade a las comidas saladas como a las dulces. Sucede que en estas últimas la adición de unos granos de sal potencia el sabor dulce. Igualmente, el *garum* se utilizaba como potenciador del sabor de los alimentos, no teniendo necesariamente que disfrazarlos<sup>660</sup>.

**Tortillas.** A lo largo del recetario de Apicio encontramos gran cantidad de recetas que utilizaron huevos en su composición. Aunque carecen de una denominación como tales, podemos decir que eran tortillas. Preparadas en todos los casos con un sofrito elaborado con verduras y condimentos picados, sobre los que se añadían huevos y a veces más ingredientes. Una de estas recetas es notoriamente una tortilla, la cual se parte en trozos posteriormente, lo que significa que estaba perfectamente cuajada: *Adicies ova quinque et dissolves diligenter... cum coctum fuerte, versas in tabula munda, tessellas concides...* -Apic., *De re coq.*, 46-. Estas tortillas se preparaban con espárragos -Apic., *De re coq.*, 133-. También con hierbas silvestres, mostaza, pepino o col -Apic., *De re coq.*, 134-. Y con pescados, e incluso se adornaban con ortigas de mar -Apic., *De re coq.*, 139-.

La mayoría de las tortillas que presenta *De re coquinaria* eran de pescados, una mezcla que ha perdido actualidad a través de los siglos -Apic., *De re coq.*, 158, 488-. También Apicio presenta alguna preparada con verduras y carnes -Apic., *De re coq.*, 472-. La técnica comenzaba con la preparación del sofrito, continuaba con el posterior añadido de verduras, pescados o carnes y por último, con la adición de los huevos. Finalmente, la tortilla cuajaba, ocultando su contenido, y por eso Apicio recuerde el anhelo de los cocineros: *Ad mensam nemo agnoscet quid manducet* -Apic., *De re coq.*, 139-. Este es, precisamente, uno de los principios de mayor interés de la gastronomía romana, ya analizado anteriormente. Era la forma que los cocineros tenían para presentar novedades en la mesa, que eran realmente buscadas y celebradas. Consistía en mezclar ingredientes de forma que al final, como dice Apicio, se desconociera lo que había en el plato. Esta habilidad no fue, desde luego, positiva para todos, y para Séneca, aquellas elaboraciones eran como comida vomitada, confusa e inidentificable: *Non esset confusior vomentium cibus* -Sen., *Ad Luc.*, 95, 28-. El comentario de Séneca, precisamente por lo que supone de

---

<sup>660</sup>Sobre los usos del *garum* como potenciador del sabor, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 198-203.

crítica hacia la que fuera una nueva fórmula gastronómica de innovación, hace creíble la afirmación de Apicio.

**Tratar al carbón.** Para eliminar malos sabores, olores y purificar un líquido, se trataba con carbón al rojo, un método muy efectivo que se aplicó a dos vinos en el recetario de Apicio<sup>661</sup>. El primero era un vino especiado: *Conditi paradoxi compositio... carbones perfecto aderunt* -Apic., *De re coq.*, 1-. Y el segundo estaba preparado con ajeno, la absenta, para el que señala que no era necesaria la aplicación de carbón. Al señalar esta excepción, destaca precisamente lo común que debía ser, y así: *Carbones amaritudo non exigit* -Apic., *De re coq.*, 3-. Otros autores tratan distintos alimentos de esta forma, que son líquidos en todos los casos, por supuesto los vinos -Colum., *R.R.*, 12, 49-. Columela trata la mostaza al carbón -Colum., *R.R.*, 12, 57-. Y Paladio el aceite -Pall., *Op. Agr.*, 12, 20, 4-.

### 3.2.3. Acompañamientos y salsas

Una de las claves de la cocina romana fueron las salsas<sup>662</sup>. Un conjunto de preparaciones que acompañaron prácticamente a todos los platos, tanto fríos como calientes, incluso a aquellos que se elaboraban con alimentos crudos y se aliñaban con aceite, *garum*, vinagre, sal, cominos y otras hierbas y especias. La aparición de las salsas en la cocina define una etapa cultural muy avanzada, que por una parte refleja la cocina de una sociedad cosmopolita y compleja, y por otra parte podemos ver en ella una cierta influencia oriental, lo que evidenciaba el progreso de una gastronomía que se desarrollaba paralelamente a una cultura<sup>663</sup>.

Asimismo, el desarrollo de una cocina en la que las salsas forman parte destacada, crea una reciprocidad con otros momentos históricos. Podríamos realizar una comparación, salvando las distancias históricas, con la refinada cocina francesa que se desarrolló entre los siglos XVIII y XIX, una de cuyas características más particulares fue precisamente el profundo conocimiento sobre las salsas y su aparición, por tanto, en un elevado número de

---

<sup>661</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, pp. 133-134.

<sup>662</sup>Sobre la preparación de las salsas, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 217-220.

<sup>663</sup>Una cocina que, como señala M. CORBIER, *op. cit.*, 1999, pp. 134 ss., distingue platos como diferencia jerárquica en el banquete, incidiendo en la estratificación propia de la sociedad romana. La alta cocina romana era el arte de la complejidad y la transformación, de las combinaciones sorprendentes, características de sencilla aplicación en las diversas salsas para un cocinero experto que tuviera a su disposición sólidas infraestructuras y una rica despensa.



recetas. La presencia de las salsas en la cocina romana marcó un tipo característico de elaboración que era lenta y precisa. Y es muestra de la existencia de un profundo conocimiento con respecto a la medida y al equilibrio de los ingredientes. Por tanto señala la presencia de un alto nivel de experiencia de un grupo profesional, los cocineros, en el manejo de ingredientes y técnicas, y también en la capacidad para desarrollar una concordancia entre los ingredientes y las salsas.

Apicio presenta un capítulo completo dedicado a la elaboración de salsas, el décimo. Esta exposición de salsas muestra de un momento histórico en el que se desarrolla una elevada y singular calidad gastronómica. Las primeras etapas de la civilización romana, aquellas en las que la comida era una necesidad básica para el sustento cotidiano, habían sido superadas. Tras el s. II a.C. se perfilaba un nuevo horizonte, con una etapa cultural más avanzada culinariamente, y que estaba representada por la integración total de las salsas en las comidas cotidianas. En este momento, la calidad y variedad de las salsas era un claro indicador de una gran categoría gastronómica, que no se ha valorado adecuadamente. En realidad, este grupo de recetas de Apicio es fundamental para comprender que el Sistema alimentario romano había alcanzado o estaba alcanzando una gran perfección. No solamente en los aspectos técnicos de la cocina, fundamento sin el cual hubiera sido imposible, sino en las más sutiles connotaciones relacionadas con la delicadeza y capacidad de percepción gastronómicas.

La cantidad, variedad y calidad de las salsas habla de la perfección que fue adquiriendo el paladar, es muestra de la finura y conocimiento que se desarrolló con el fin de distinguir diferentes sabores y texturas. También habla de una experiencia y prácticas técnicas muy elaboradas, puestas de manifiesto en todas estas preparaciones, ya que las salsas necesitan reducir, caramelizar, adquirir colores y texturas e incorporar algunos elementos que proporcionen sabor, densifiquen o modifiquen la densidad. En definitiva: la presencia de las salsas nos habla de la calidad de la tecnología de la alimentación romana, así como de un conocimiento de las cualidades físico-químicas de los alimentos, de sus reacciones e interacciones.

Horacio describe cómo el refinamiento de las salsas y la variedad de estas hablaban de las sutiles diferencias entre los gustos: *Nee sibi cenarum qui vis temere arroget artem, non prius exacta tenui ratione saporum* –Hor., *Sat.*, 2, 4, 35-. No solamente había cocineros

expertos en preparar platos de gran calidad, también había gastrónomos capaces de valorar sus preparaciones.

Muchas de las recetas de Apicio son elaboraciones de salsas, y aunque este autor enumera los ingredientes, con frecuencia carecemos de explicaciones sobre los aspectos técnicos de su confección. Sin embargo, podemos encontrar algunos datos que nos explican los procedimientos utilizados y también el papel que las salsas tuvieron en la cocina romana. Algunas de estas salsas son aliños muy sencillos. Otras son adobos para macerar, y en muchas ocasiones aparece el omnipresente *garum* con multitud de variantes, por ejemplo, diluido con vinagre, agua o vino. Tengamos en cuenta que tras la –muy frecuente– doble cocción aplicada a los alimentos, estos podían quedar resecos. Así, una forma de solucionar este problema se solventaba mediante la introducción de una salsa, que agregaba humedad, textura y suavidad al plato final.

Las salsas pasaron de ser aderezo a convertirse en elemento básico de una preparación, siendo posible utilizar en cada receta una gran cantidad de ellas, de forma que con el simple cambio de salsa se obtenían resultados muy variados. Algunas de ellas se elaboraban a la vez que el propio elemento principal, en el caso de guisos y estofados particularmente, pero era posible confeccionar otro tipo de salsas con anterioridad, de manera que estaban siempre presentes en la cocina. Estas salsas de larga duración contenían entre sus ingredientes auténticos conservantes como son el vinagre, la sal y los condimentos, y disponer de ellas en cualquier momento facilitaba el desarrollo de las operaciones de cocina. Además, hay ciertas salsas que estaban previamente elaboradas y listas para usar, por ejemplo, una salsa de mostaza, como señala *De re coquinaria: senape factu* –Apic., *De re coq.*, 493–, que era muy apreciada y que si incluía vinagre entre sus componentes también se conservaba en buenas condiciones –Athen., *Deipnos.*, 136D–.

Por otro lado, las salsas elaboradas con calor tenían ingredientes capaces de provocar reacciones de caramelización o pardeamiento no enzimático. Entre estos ingredientes se encuentran la miel, el vino o las féculas. Este proceso ya comentado anteriormente se conoce como reacción de Maillard, y aparece cuando se tuesta, concentra o carameliza un alimento.

En cuanto a los tipos de salsas “listas para ser usadas”, en la cocina romana existieron ciertas salsas básicas, como el *garum*<sup>664</sup>. A partir de ésta se prepararon variaciones que se podían conservar muy bien, como:

1º-*Hypotrimma*: Salsa preparada con queso y otros ingredientes bien triturados, que acompañaba las ensaladas crudas. El resultado final debió ser algo similar a una masa bastante compacta y espesa, de sabor agridulce por la presencia de diferentes condimentos no dulces, como son pimienta, ligústico, vinagre, aceite, vino, además de otros que son neutros como piñones, queso sin sal y menta, y otro grupo de ingredientes marcadamente dulces como uvas pasas, dátiles, salar, miel y *carenum*, y de la que Apicio deja una receta - Apic., *De re coq.*, 38-.

2º-*Moretaria*: Para J. André su nombre tiene una relación estrecha con el término *mortarium*, mortero<sup>665</sup>. Este debió ser el instrumento indispensable para prepararla, razón por la que debería tener en su composición unos ingredientes finamente triturados, mezclados en uno, labrando la mezcla pacientemente en el mortero, como describe perfectamente la obra de Virgilio, *Moretum*: ... *et clara famulam poscit mortaria voce... sale duros adeso caseus adicitur, dictas super ingerit herbas* -Virg., *Mor.*, 90-115-. Por su parte, Apicio presenta una variación de esta en los siguientes términos: *Mentam, rutam, coriandrum, deniculum, omnia viridia, ligusticum, piper, mel, liquamen. si opus fuerit, acetum addes... tum pariter mixto terit omnia suco. it manus in gyrum: paulatim singular vires* -Apic., *De re coq.*, 41-.

---

<sup>664</sup>Tal fue el aprecio de los romanos por el *garum*, que R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, pp. 404 ss., señala la cantidad de fuentes que explican su preparación, a pesar de lo cual difícilmente se puede repetir en la actualidad. Entre estas fuentes tenemos a Columela, quién describe la preparación de un plato de cerdo y dice que el pescado se puede elaborar de idéntica manera -Colum., *R.R.*, 12, 55, 4-. También Manilio describe como los pescadores capturan y procesan el atún, produciendo variedades de *garum* como el *allex* y el *liquamen* -Manil., *Astro.*, 5, 656-681-. También Gargilio Marcial describe el método de mezclar las hierbas y la sal, introduciéndolos en el contenedor de *garum*. Ver R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2001, p. 405. Aunque la mejor y más completa descripción de la fabricación del *garum* proviene de la Geopónica de Casiano Baso, un manual griego de agricultura del s. X d.C., que pudo derivar de un tratado del s. VI d.C., como supone R. L. CURTIS -Cass., *Geop.*, 19, 46, 1-6-. Por su parte, E. GARCÍA VARGAS, *et alii*, *op. cit.*, 2014, pp. 65-82, presenta los resultados de un proceso experimental para la reproducción de diferentes tipos de salsas de pescado romanas, lo que resulta fundamental para finalmente, conocer se desarrollaba su aplicación en la elaboración culinaria.

<sup>665</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 149.

3º-*Oenogarum*: *Garum* con vino. Una de las salsas básicas y mejor conocidas, que acompañaba a las trufas entre otros alimentos -Apic., *De re coq.*, 35, 36-. Apicio recomienda una receta de este preparado para complementar un plato principal: *Oenogarum sic facies: teres piper, ligusticum, suffundis vinum et liquamen, passo temperabis, olei modicum mittis in caccabum et facies ut ferveat* -Apic., *De re coq.*, 177-.

4º-*Oxygarum*: Mezcla de *garum* con vinagre. También tiene connotaciones medicinales, fundamentalmente digestivas. Servía para aliñar la lechuga, como señalan Apicio y Marcial -Apic., *De re coq.*, 39, 40; Mart., *Epigr.*, 3, 50-.

5º-*Oxyporum*: Salsa realizada a base de vinagre o pimienta, a veces incluso con los dos productos, que incluía *oxygarum* ocasionalmente. Con connotaciones medicinales, era una salsa que facilitaba la digestión. Podía acompañar a productos crudos, como la lechuga, una verdura que se consideraba igualmente que tenía propiedades digestivas: *Cum necesse fuerit, oxygaro uteris* -Apic., *De re coq.*, 37-.

Cada una de las salsas anteriores es una variación de la principal, el *garum*. Con esto podemos observar las inmensas posibilidades culinarias de esta salsa, así como su versatilidad y la inclinación de esta sociedad por su consumo<sup>666</sup>.

Otro conjunto de salsas fueron las llamadas salsas blancas, *ius candidum* -Apic., *De re coq.*, 187, 227, 229, 246, 276, 277, 278-. Esta tipología de salsas se continuaron elaborando a lo largo de la historia de la alimentación del Mediterráneo, y las recogen todos los tratadistas de cocina en diferentes épocas, especialmente hasta el s. XVI<sup>667</sup>. Sin embargo, no encontramos relación entre las salsas blancas de época romana y las medievales y renacentistas más allá del nombre en común.

Entre las romanas, algunas de ellas se preparaban con fécula, por lo que adquirían texturas espesas: *Amulum aliter* -Apic., *De re coq.*, 56, 57-. Eran masas densas de las que se tomaba una porción para ligarla con un ingrediente líquido, justo antes de servir en la mesa,

---

<sup>666</sup>D. L. THURMOND, *op. cit.*, 2006, p. 231, opina que frente a la gran salsa romana, el *garum*, percibida como la salsa de primera calidad, estas otras elaboraciones señaladas anteriormente eran derivadas de la primera, y conservadas en ánforas para su transporte.

<sup>667</sup>Las salsas blancas o manjar blanco, preparaciones características de la cocina medieval y renacentista no tienen en su origen, aparentemente, relación alguna con las salsas blancas de la cocina romana. RUPERTO DE NOLA, *Libro de Guisados, Manjares y Potajes. Libro de cocina*, Logroño, ed. fac. Valencia, 1529, 1997, XVI y XVIII, recoge ambas preparaciones que por otra parte están presentes como recetas cotidianas en todos los tratados de cocina de la época y posteriores.

como muestran Apicio y Ateneo: *Cum bene bolluerit, amulo obligas spisso et sorbendum feres* -Apic., *De re coq.*, 55-58, 179, 182, 386, 476; Athen., *Deipnos.*, 4, 170B-.

Otro grupo de salsas muy presentes en el recetario de Apicio y que acompañan una gran cantidad de alimentos y recetas son el grupo de las vinagretas. El vinagre tiene propiedades refrescantes, calma la sed, y combinado con ingredientes como la sal evita la deshidratación. Apicio prepara vinagretas que acompañan a la sarda y al cochinillo –Apic., *De re coq.*, 422, 494-. Pero no son las únicas, y a lo largo del recetario tenemos una enorme cantidad de recetas que incorporan el vinagre a las salsas. Esto se debe a que el vinagre se consideraba un elemento tónico y capaz de abrir el apetito -Athen., *Deipnos.*, 133F-. De las 499 recetas que presenta *De re coquinaria*, 186 introducen vinagre entre sus ingredientes, lo que señala la inclinación hacia el uso de este ingrediente, ya sea en forma de vinagretas o como parte de las salsas cocidas.

Pero lo más normal es que muchas de estas salsas que formaban el fondo de cocina fueran genéricas y que otras acompañaran a determinadas comidas, como a las cebollas asadas -Athen., *Deipnos.*, 5C-. Otras eran muy simples, como las salsas de vino con pan - Athen., *Deipnos.*, 11C-. Por su parte, las salsas de origen extranjero –consideradas exóticas- eran muy apreciadas, como la persa *abyrtákai* -Athen., *Deipnos.*, 124A-.

También se valoraron los jugos naturales de ciertos productos, como salsa muy sabrosa, como es el jugo de los erizos de mar –Hor., *Sat.*, 2, 50-53-. Se percibió como propio de un gran refinamiento gastronómico el uso de estos jugos naturales, y las sutiles diferencias entre las distintas preparaciones de pescado, que como señala Horacio, es necesario para el entendido saber a cuales les va bien una salsa y cuáles deben tomarse asados –Hor., *Sat.*, 2, 37-40-. Incluso dentro de este grupo de salsas y jugos de pescado encontramos salsas concretas que acompañaban al marisco, una de ellas elaborada con cominos: *Cuminatum conciliorum facies* –Apic., *De re coq.*, 124-.

A veces entre unas y otras variantes de una composición básica encontramos matices en los ingredientes, en las cantidades o calidades de los productos y en la forma de composición de estas, como observamos en algunas que propone Horacio, las cuales presentan ingredientes muy similares. La receta de la primera de ellas es la siguiente: *...his mixtum ius est: oleo, quod prima Venafri pressit cella; garo de sucis piscis Hiberi; vino quinquenni, verum citra mare nato, dum coquitur -cocto Chium sic convenit, ut non hoc*

*magis ullum aliud-; pipere albo, non sine aceto, quod Methymnaeam vitio mutaverit uvam* –Hor., *Sat.*, 2, 45-53-. La segunda de las recetas, a la que denomina doble salsa: *est operae pretium duplicis pernoscere iuris naturam. simplex e dulci constat olivo, quod pingui miscere mero muriaque ecebit non alia quam qua Byzantia putuit orca. hoc ubi confusum sectis inferbuit herbis Corycioque croco sparsum stetit, insuper addes pressa Venafranae quod baca remisit olivae* –Hor., *Sat.*, 2, 64-69-. En realidad, ambas tienen una base de aceite, *garum*, y vino, que en el caso de la primera se enriquece con pimienta y vinagre, y en el de la segunda con la adición de hierbas picadas, azafrán y una cocción, tras la que se añade más aceite. Una serie de delicadas diferencias cuyo objetivo era finalmente elaborar diferentes salsas para proporcionar variedad a la comida diaria.

Desde luego, las salsas fueron el producto estelar, el fruto de una etapa gastronómica del Sistema alimentario romano de época imperial. Sería una época de refinadas costumbres alimentarias, un tiempo que recordaba cómo en tiempos ya antiguos para entonces, Homero jamás había acompañado con ninguna salsa sus primitivos asados de vaca, como se ocupan de recordarnos las fuentes –Athen., *Deipnos.*, 12C-. Sin embargo, las cosas habían variado desde aquella primitiva época. El Sistema alimentario se había ido sofisticando paulatinamente y con él se habían ido creando platos más elaborados que los anticuados y sencillos asados. Por ejemplo aquellas preparaciones elaboradas con las apreciadas matrices de cerda y condimentadas con salsa de vinagre y salmuera, que llegaron a ser muy populares –Athen., *Deipnos.*, 101A-.

En cuanto a la variedad de sabores, representaban todo el aspecto, y así las salsas podían ser picantes, como las que acompañaban habitualmente a los nazarenos<sup>668</sup> –Athen., *Deipnos.*, 133C-. Pero también las había suaves, por ejemplo, el poeta Horacio proporciona la receta de una salsa que a Horacio le parecía simple y dulce, la cual preparaba con aceite

---

<sup>668</sup>Los nazarenos pueden ser raíces comestibles no definidas, pero en cualquier caso, bulbos, del tipo de la cebolla o el jacinto de penacho, *Muscari comosum mill.* Para J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 20-21, este bulbo se consideraba un alimento saludable y excelente para el estómago. Hay que cocerlos y encurtirlos para consumirlos de inmediato. Y los hortelanos distinguían dos variedades de nazarenos, diferenciadas por su color, la roja y la blanca –Plin., *N.H.*, 20, 103. También se cocían, o freían en aceite, pasando por ser alimentos de efecto afrodisíaco. Para Apicio son más inespecíficamente *bulbos* –Apic., *De re coq.*, 175, 176, 305-309, 380; Ov., *Rem.*, *Am.*, 797; Mart., *Epigr.*, 3, 75, 3; Athen., *Deipnos.*, 2, 63D ss.-.

de oliva dulce vino puro y *garum* de calidad<sup>669</sup>: *Est operae pretium duplicis pernoscere iuris naturam. simplex e dulci constat olivo, quod pingui miscere mero muriaque decebit non alia quam qua Byzantia putuit orca* –Hor., *Sat.*, 2, 4, 64-69-. Para Horacio, el mejor *garum* no era el hispano, sino el que se preparaba en el Bósforo. Sin embargo, no es una salsa especialmente exótica, sino más bien una receta del estilo de otras que son bien conocidas en el recetario de Apicio, y que no introduce novedades aparte de mostrar la variedad de sabores que podían aportar el conjunto de salsas a la gastronomía.

Para I. Gozzini, las salsas fueron el caballo de batalla de los grandes cocineros<sup>670</sup>. Por nuestra parte, entendemos que el conjunto de salsas representan una vez más los excelentes conocimientos técnicos culinarios de la época y sus aplicaciones prácticas, que son muy variados y están dotados de un alto grado de sofisticación. Este conjunto de salsas, es en parte un desarrollo propio de la gastronomía romana y en parte herencia de la cocina oriental y griega. A partir de la aparición del *garum*, las salsas fueron una de las claves de una tercera etapa en la evolución alimentaria de la gastronomía romana. Esta tercera etapa se destaca como el momento de gastronomía más refinada y elaborada de todo su desarrollo.

---

<sup>669</sup>Es decir: un aceite de aceituna recién cogida, no atrojada, que no hubiera fermentado, y que simplemente se hubiera prensado.

<sup>670</sup>I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 26.

#### **4. Presentación y preparativos**

En los anteriores capítulos hemos ido analizando la existencia de técnicas, de instrumentos y de elaboraciones de muchos tipos, desde los sencillos *puls* a platos complejos en los que se requerían conocimientos específicos y técnicos, propios de la alta cocina. Si bien las diferentes fuentes presentan platos y preparaciones de todo tipo, son de especial interés las que corresponden a servicios de las élites, ya que nos muestran la complejidad y el conocimiento del comportamiento de los alimentos, de sus reacciones, así como el desarrollo tecnológico de carácter culinario.

Así, este capítulo en el que se desarrollará la presentación y preparativos de las mesas, se corresponde con el planteamiento gastronómico de los ricos aristócratas romanos, o mejor, de los grupos privilegiados. Como parece natural, era precisamente en estas mesas y no en las sencillas, en las que era posible el uso de recursos para disfrutar de todos los placeres vinculados con el buen comer, como es la atractiva presentación de una mesa en su conjunto. Solamente estos grupos tenían a su disposición la posibilidad de disfrutar de los servicios cocineros profesionales y sus complejos equipos, de entretenimiento durante los banquetes, de comedores de invierno o de verano, de esclavos que servían la mesa, con cometidos específicos cada uno, o de vajillas y cristalerías de lujo. Este, por tanto, es el grupo social al que nos referiremos en este capítulo, y el que disfrutó de esta faceta de la gastronomía.

##### **4.1. Consumo inmediato, consumo diferido**

El profundo sentido aristocrático de la vida cotidiana romana, el hecho de que adquiriera importancia que las personas se distinguieran como miembros de las élites y la existencia de diversos escalones socialmente reconocidos, se vio reflejado en muchas actividades, y entre ellos, desde luego, se encuentra la alimentación. El conocimiento tanto del entramado de hábitos alimentarios de conducta como de su entorno, nos habla también de una cierta “iniciación” por parte de aquellos que podían disfrutar de los privilegios de su entorno social<sup>671</sup>. La existencia de unas reglas de protocolo y urbanidad fueron algunos de

---

<sup>671</sup>Para M. CORBIER, *op. cit.*, 1999, pp. 128 y 134, resulta evidente, en Roma, la existencia de jerarquías sociales vinculadas con la alimentación. Así, tenemos el consumo de productos concretos que se destinaban a la alimentación cotidiana de ricos o pobres. Las diferencias entre la alimentación de ambos grupos la podemos ver constantemente reflejada en la obra de Marcial, y así



los rasgos distintivos de los iniciados, con una serie de normas que reglamentaban este Sistema alimentario. Esta normativa se caracterizaba por marcar las diferencias, por buscar la distinción de los individuos dentro del grupo y, por supuesto, por sobresalir en él. El contenido material de las mesas aristocráticas y su entorno, como las vajillas, los *triclinia*, los esclavos y los comedores, tuvieron también una relación directa con el prestigio del dueño, y en consecuencia, marcaron paralelamente a su calidad, la reputación, el poder económico y la influencia.

Las necesidades de previsión para el consumo de una gastronomía de lujo, como es la que nos ocupa en este apartado, eran muy elevadas. Disponer de equipos de cocineros, de cocinas bien provistas en sus aspectos mobiliarios, así como de comedores, unas y otros dotados de bien surtidos conjuntos de enseres e instrumentos. Disponer de despensas bien equipadas, de bodegas bien abastecidas y de alimentos de todo tipo, era parte del lujo de una vida a la que no todo el mundo tenía acceso. Y todo esto requería previsión, organización y recursos. Disfrutar de una buena comida en cualquier momento, y tanto el consumo inmediato como el diferido, requería previsión y planificación.

#### **4.1.1 Organización y previsión: la profesionalidad de los cocineros**

La preparación de las comidas en las mesas aristocráticas requirió recursos materiales como cocinas y espacios en los que trabajar, también instrumentos, envases, materia prima y sus complementos. Y además, personal para llevar a cabo todas estas acciones, siempre bajo la dirección de un jefe de cocina, que coordinaba el trabajo de los fogones, así como las labores de despensa y mesa. Por eso, una de las necesidades básicas de la organización propia de una cocina de élite era una adecuada actitud previsor y

---

las ollas plebeyas, y las habas de los menestrales se contraponen a esos esturiones que engalanan los manjares divinos (de élite): *Inbue plebeias Clisinis pultibus ollas y: ...et faba fabrorum prototomique rudes* –Mart., *Epigr.*, 13, 8; 10, 48, 16-, y en el sentido contrario: *Ad Palatinas acipensem mittite mensas: ambrosias ornent munera rara dapes* – Mart., *Epigr.*, 13, 91-. También, señala M. CORBIER que marcaban la divergencia por un lado la cantidad de comida, y por otro la calidad de esta, e incluso la porción seleccionada (por ejemplo, la gente corriente consumía morcillas, gruesas albóndigas o cabezas de oveja, mientras que las mejores chuletas, las pechugas de ave o las lenguas de flamenco eran bocados exquisitos destinados a la oligarquía), y que sin duda, el acceso a las comidas elaboradas también imprimía su sello en la jerarquía social. Este aspecto es evidente al observar las disparidades en lo relativo a las infraestructuras domésticas, al personal de servicio -y en particular los cocineros y los siervos de sala-, en la disposición de las cocinas y su equipación, así como de las mesas... todas estas cuestiones dejan patente que la jerarquía social tenía un reflejo directo en la mesa.

ordenada. No se podía improvisar un banquete ya que era una reunión que requería una preparación laboriosa. Se necesitaba tiempo para buscar todos los ingredientes, organizar el material de cocina o preparar con antelación las salsas que era necesario que tener previstas. También era imprescindible que el fuego alcanzara el punto justo en el momento oportuno, para lo cual había que preparar la leña, y con ella, un fuego fuerte del que saldrían, finalmente, las brasas, una fuente de calor más adecuada para usar en la cocina. También había que disponer de los instrumentos precisos, e incluso en alguna ocasión fue necesario fabricarlos, como el que el glotón Montano hizo construir a medida de un rodaballo gigante para que el emperador Domiciano pudiera comerlo entero y no troceado<sup>672</sup> -Iuv., *Sat.*, 4, 130 ss.-

---

*Previsión,  
organización*

---

En cuanto a la existencia de actitudes previsoras, había que organizar el menú cada día, lo cual requería un tiempo dedicado a este quehacer. Y como parte complementaria de esto, era necesario destinar cierto tiempo a la compra, al transporte de los alimentos y a la preparación de la comida<sup>673</sup>. En las casas de personas excepcionalmente ricas y sibaritas, esta situación organizativa era la excepción y no la regla, como era el caso de la de Lúculo: cada día se podían comer cosas distintas, y en cada uno de los comedores se servían cenas diferentes, con presupuestos distintos y ambientación diversa<sup>674</sup>. Pero claro, se trataba de unas costumbres excepcionales, producto de una gran fortuna y de una forma “gastronómica” de entender la vida, lo que constata Plutarco<sup>675</sup> -Plut., *Luc.*, 41.-

---

<sup>672</sup>Rodaballos que debían ser de gran tamaño, incluso Marcial señala que no caben en las fuentes de servicio, por amplias que estas sean -Mart., *Epigr.*, 13, 81-.

<sup>673</sup>Para la preparación de todos los ingredientes, no hay más que revisar el capítulo de *De re coquinaria, Excerpta*, que es una lista de productos que debe tener un buen cocinero en su despensa.

<sup>674</sup>Vitrubio presenta la localización considerada entonces más adecuada de los comedores, como deben ser su aspecto y proporciones, así como la decoración de las áreas destinadas a esta actividad. Por su parte, Varrón, la descripción de los términos y sus usos -Vitr., *De arch.*, 6, 3, 2; 8, 11; 6, 4-5; Varro., *Ling.*, 5, 161-162-.

<sup>675</sup>Lúculo fue, sin lugar a dudas, un gran gourmet. Para L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 103-105, además hay que tener en cuenta que la famosa anécdota se corresponde con una escandalosa disipación propia del personaje, que desde luego es un capítulo muy debatido, y para él “Tuttavia non possiamo ritenere un fenomeno accidentale quello per cui dell’intera condotta sregolata di un personaggio alla ribalta si accusi particolarmente l’indole crapulona, giacché, fra tutte le forme di dissipazione, il *sumptus* conviviale resta sempre la più futile e fine a se stessa...”

En aquellas cocinas se necesitaron muchas manos en relación con las actividades propias. Especialmente una cocina en la que era necesario dar de comer a muchas personas, muy a menudo y platos muy elaborados. Para ello fue necesario poner en práctica diversas

---

*Necesidad de profesionales e instrumentos especializados*

---

técnicas culinarias como: pelar, cortar, picar, triturar, rallar... Todas las operaciones que hemos descrito en el apartado correspondiente requerían una gran cantidad de mano de obra especializada y con tiempo para dedicarlo a estos quehaceres. Las masas debían fermentar, operación que requiere un tiempo, las maceraciones, escabeches y asados también necesitaron un reposo... Las cocinas de las casas de élite exigieron un gran número de personas trabajando en ellas, independientemente del número de esclavos destinados al servicio de mesa, que además de conocer sus obligaciones eran por lo general jóvenes y bellos<sup>676</sup>.

Por su parte, la literatura de ficción muestra a los cocineros de Trimalción, exagerados hasta el límite de lo posible, expertos profesionales, preparaban en sus cacerolas incluso terneros enteros, acción que simboliza el máximo prestigio o calidad en la mesa mostrado en el ficticio banquete del famosísimo anfitrión -Petron., *Satyr.*, 47, 11-. Pero es Ateneo quién refleja, en un parlamento extraído de la obra de Dionisio, *Legislador*, cuáles son las habilidades del cocinero: “el cocinero debe saber siempre para quiénes va a disponer el banquete, mucho antes de ponerse a prepararlo. Pues si uno se fija en esta única cosa, en cómo tiene que elaborar el plato como es debido y, en cambio, no prevé ni se preocupa de cómo tiene que servirlo, o cuándo o cómo aderezarlo, no es un cocinero, sino alguien que hace comidas... Conocer el lugar, la época del año, al anfitrión, al invitado... cuándo y qué pescado hay que mercar...” En realidad, Ateneo explica muy claramente que: “un cocinero es un general, que sabe qué hay que hacer en los momentos difíciles, y no un elaborador de comidas<sup>677</sup>”.

En las primeras etapas de su historia, las labores femeninas y masculinas están bien diferenciadas en lo relativo a la obtención y preparación de alimentos. Más adelante, las labores domésticas que habían sido propias de la mujer en el entorno privilegiado se

---

<sup>676</sup>J. H. D'ARMS, “Slaves at Roman Convivia” en W. Slater (ed.), *Dining in a Classical Context*, Michigan, 1991, pp.173-174.

<sup>677</sup>Athen., *Deipnos.*, 404F-405. A. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 2006b, p. 224.

dejaron en manos de esclavos, algo que en principio no estuvo bien visto. Fue entonces cuando ocupaciones domésticas como el trabajo de cocina y, mesa así como todo lo relativo al ajuar casero recayeron sobre manos serviles -Colum., *R.R.*, 12, *pref.*-. Como ha sucedido en otras culturas, la mujer de origen aristocrático no pisaba las cocinas: había dejado en manos de cocineros profesionales -y de sexo masculino- las labores vinculadas con los fogones<sup>678</sup>. Para este quehacer se estimaba especialmente a los cocineros griegos, o aquellos cuyo conocimiento estuviera avalado por las costumbres helenas. Ellos organizaban el universo de las cocinas, hacían y deshacían, y en sus manos quedaban los recursos, el conocimiento y la disposición de la economía culinaria. Según Plinio, a partir del 171 a.C. fue cuando los cocineros comenzaron a llegar a Roma ya que anteriormente no existía esta ocupación específica entre los siervos domésticos<sup>679</sup>. Hasta entonces, para preparar los grandes banquetes, era necesario alquilar los servicios de los carniceros, especialmente cuando en dichos banquetes la carne era el ingrediente principal -Plin., *N.H.*, 18, 97-. O en otros casos, había que contar con los esclavos domésticos, que no estaban especializados en el servicio de mesa. También fue la época en la que se separan las labores de repostería de las de cocina, en definitiva: en lo gastronómico sería un tiempo de cambios.

Además del conocimiento de las técnicas, de los alimentos y de una eficaz organización, una más de las habilidades del cocinero fue la dosificación, la capacidad de administrar adecuadamente los numerosos condimentos conocidos<sup>680</sup>. Era muy apreciado proporcionar a las salsas un toque exótico, lo que se conseguía con una mezcla precisa y exacta de diversos ingredientes, de modo que nadie reconociera lo que estaba comiendo, como recuerda Apicio: *Ad mensam nemo agnoscet quid manducet* -Apic., *De re coq.*, 139-. Y es que tanto la experiencia como la habilidad en condimentar eran cualidades imprescindibles para un cocinero -Athen., *Deipnos.*, 68A-. Sorprender, ofrecer productos nuevos y hacer de ello una demostración de poder y riqueza, que con frecuencia llegaba al

---

<sup>678</sup>El *Digesto* señala: *Et mulieres quae panem coquant, discintentes des pistores et des molitores*. Quedaba así, perfectamente definida, la actividad profesional masculina de la eventual o doméstica, de carácter femenino, en lo relativo a la elaboración del pan, mostrando un paralelismo claro en referencia a la cocina -*Dig.*, 33, 7, 12-.

<sup>679</sup>Fecha confirmada por J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, 62. También por C. HARCUM, *op. cit.*, 1914, p. 75, aunque esta última señala que muy posiblemente llegarían al campo con posterioridad que a las ciudades.

<sup>680</sup>A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992a, p. 43.

despilfarro. Esta actividad culinaria, a veces de carácter delirante, encontraba una explicación de carácter sociológico en una clara intención en la demostración de poder.

Entre las numerosas cualidades que se exigían al cocinero se encontraba la necesidad de adaptar las artes de su oficio al gusto del amo, que a fin de cuentas era su dueño, o bien al gusto de la persona que pagaba sus servicios: *Non satis est ars sola coco: servire palatum nolo. cocus domini debet habere gulam* -Mart., *Epigr.*, 14, 220-. Su paladar debía estar acostumbrado a probar exquisiteces, a conocer las diferencias entre distintas calidades de alimentos y entre las texturas, debía ser capaz de percibir el mejor punto de un condimento. Además de las cualidades personales necesarias y la formación que debían tener, la moda impuso que los cocineros llegaran a costar verdaderas fortunas. Plinio se quejó de lo desorbitado de sus precios en el pasado, además de la absurda cotización que tuvieron en su época -Plin., *N.H.*, 9, 67-. Para J. André, la Guerra contra Antíoco III el Grande (finalizada en el 188 a.C.), marcó un hito en los precios de este colectivo, momento en el que comenzaron a ser muy apreciados, teniéndose finalmente su profesión como un arte<sup>681</sup> -Liv., *Ab Urb.*, 39, 6, 9-.

---

### *Origen griego de los grandes cocineros*

Por otro lado, es muy acusada la raíz griega de éste oficio, origen que afectó tanto a los cocineros como a las técnicas que utilizaban<sup>682</sup>. Con los cocineros griegos llegaron sus técnicas y su pericia, dando así lugar a una serie de novedades que marcaron un momento clave en la evolución de la alimentación romana. Desde entonces las manos se multiplicaron, apareciendo en la cocina una estratificación y especialización propias de la sociedad romana<sup>683</sup>. Así, los jefes de cocina dirigían a los numerosos especialistas en cada uno de los quehaceres: trinchadores,

---

<sup>681</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 216.

<sup>682</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 216 y 218. Como señala este autor, la cocina romana es en gran parte heredera del mundo griego, tanto en lo relativo a la tecnología culinaria como en las recetas. El propio tratado de Apicio está impregnado de esta herencia, lo que es visible en los términos utilizados, como son: *Authepsa, clibanus, thermospodium, tyropatina, tyrotarichum, tisana*, también nombres de salsas: *Embamma, hypotrimma, hydrogarum aenogarum, oxygarum*. Pero no solo en los instrumentos, también los cocineros griegos fueron muy reconocidos, hasta el punto de serlo por su propio nombre, como recoge Ateneo que a su vez señala Eufión: Nero de Quíos, Caríades de Atenas, Aftoneto, Eutino y Aristón -Athen., *Deipnos.*, 379D-E-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 2006b, p. 147.

<sup>683</sup>El cocinero jefe o *archimagirus* -Iuv., *Sat.*, 9, 109; Sid., *Apol.*, *Epist.*, 2, 9-. También señaladas sus ocupaciones por A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 8-10. El segundo cocinero era el *vicario supra cocos* -CIL., VI, 9361-. Ver J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 216-17.

pasteleros, panaderos, despenseros, ayudantes, pinches... en lo que era realmente un mundo completo junto a los fogones, que necesitó de alguien que lo organizara y encauzara según unas directrices concretas. Al mando del cocinero jefe había dos tipos de ocupaciones, en primer lugar las que ocupaban los menos cualificados<sup>684</sup>. Por otra parte, aquellos especializados en tareas concretas, como panaderos, camareros, despenseros o reposteros, cuya presencia podemos observar en el imaginario *Satyricon*, bien descritas por Petronio<sup>685</sup> -Petron., *Satyr.*, 47, 11-13-.

Desde luego, todos ellos debían cumplir ciertas reglas, las cuales adoptaron formas religiosas y supersticiosas y que básicamente respondían a hábitos de higiene en el trabajo. Por ejemplo, si un panadero, cocinero o bodeguero violaba una de estas reglas relativas a la

\_\_\_\_\_ *Higiene en las cocinas* \_\_\_\_\_

incontinencia, se tenía que purificar bañándose en agua corriente antes de reanudar su trabajo<sup>686</sup>. La higiene, especialmente en las personas que se ocupaban de gestionar aspectos vinculados con los alimentos, estaba relacionada con la castidad. El propio Columela hace una reflexión sobre este aspecto, indicando que las personas que estaban al cargo de cuestiones relacionadas con los alimentos, tanto en su preparación como en la confección de conservas, fueran castos. Por esto, para él resultaba fundamental que las cosas de comer o beber solamente las tocara un impúber o personas que guardaran la castidad y que siempre se lavaran en agua corriente antes de manejar los alimentos: *His autem omnibus placuit eum, qui rerum harum officium susceperit, castum esse continentemque oportere, quoniam totum in eo sit, ne contrectentur pocula uel cibi nisi aut inpubi aut certe abstinentissimo rebus veneriis; quibus si fuerit operatus uel vir uel femina, debere eos flumine aut perenni aqua, priusquam penora contingant, abluí; propter quod his necessarium esse pueri uel virginis ministerium, per quos promantur, quae usus postulaverit* -Col, *R.R.*, 12, 4-. Observamos en estas normas y en su aplicación, la intención de aplicar unas pautas claramente enfocadas a mantener la máxima higiene alimentaria y

<sup>684</sup>Los marmitones, o *coci*, cuyo trabajo es más impreciso. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 217.

<sup>685</sup>En cuanto a las distintas especialidades, conocemos obras destinadas a los cocineros especializados, mencionadas por Ateneo y cuyo contenido se ha perdido. Entre ellas, *El arte del pastelero* -Athen., *Deipnos.*, 647C, 648A, 648B-. También Columela recoge algunos de estos títulos relacionados con ocupaciones específicas y especializadas en la cocina -*Col, R.R.*, 12, 44-. Entre ellos: *El cocinero*, *El repostero* y *El despensero*, indicándonos con ello la minuciosidad de las distintas labores y como las respectivas responsabilidades eran diferentes.

<sup>686</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1999, p. 19.

personal, no solo de los alimentos, sino de los elaboradores de comidas, y con ello, la prevención de enfermedades.

En cuanto a sus obligaciones, los cocineros tuvieron un papel muy importante en la alimentación de las élites. Su cometido era muy diverso, e incluía organizar y administrar el contenido de las despensas, dar salida a los productos perecederos, controlar las conservas y saber cuáles eran los tiempos de consumo de cada una de ellas, para evitar que se estropearan. Y además de todo ello, ocuparse de que los encargados de las diferentes labores cotidianas –ya fueran específicas o no- fueran eficientes y no interrumpieran la cadena de trabajo. También era necesario organizar la limpieza personal de sus ayudantes y la propia, que la cocina y los instrumentos estuvieran siempre a punto, preparados para su

---

*Anfitriones versus  
cocineros en el mundo griego*

---

uso en las cocinas. Y sobre todo, que los imprevistos estuvieran bajo control en la celebración de los banquetes. Su oficio era complejo y necesitaba tener cubiertos diferentes “frentes de batalla” para que todo resultara como los anfitriones esperaban. Ateneo - recoge las palabras de Nicomedes, que señalaba que: “En nada difiere el cocinero del poeta, pues la inteligencia es el arte de cada uno de ellos<sup>687</sup>”.

Por otro lado y, en cuanto a las actividades del anfitrión y del cocinero, en el mundo romano ningún anfitrión es a la vez el encargado de cocinar para sus invitados, siempre se cuenta con algún servicio para esta actividad. Sin embargo, esto no había sido siempre así, y hubo una época en la que el anfitrión cocinaba, desde luego, según la visión de Ateneo –s. II-III d.C-, eran tiempos muy remotos. En concreto se refería a los banquetes griegos arcaicos, en el entorno de un mundo más rudimentario, y que podemos observar narrado en las páginas de la *Ilíada* y la *Odisea*<sup>688</sup>. A pesar de la ficción poética que es propia de esta obra, hay ciertos hábitos cotidianos que describe y que reflejan la situación real de la sociedad. En ellos observamos cómo siempre que las cenas se celebraban fuera del hogar, guisar era una ocupación masculina -Athen., *Deipnos.*, 18A-.

---

<sup>687</sup> Aten., *Deipnos.*, 7F. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998a, p. 92.

<sup>688</sup> Sobre estos aspectos del banquete, Cfr., G. RACE, *La cucina del mondo classico*, Napoli, 1999, pp. 39-48, quién los describe bien en el capítulo: “Mangiando con gli eroi di Omero”. También M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 29 ss., señala el papel destacado de las citas de Homero, quién según palabras de la autora “...destacan particularmente las (citas) de Homero, donde... trata de definir los rasgos característicos de la forma de vida de los héroes”.

Por eso, para los míticos héroes griegos no era un desdoro preparar los asados. Desde luego, tampoco las técnicas eran tan complejas como siglos después, en Roma, y las técnicas de cocinado eran simples, básicas, fáciles de llevar a la práctica, cuyo objetivo era sencillo, y que consistía en que el alimento, que habitualmente consistía en carne, pasara por la acción del fuego. Sólo se asaba, era el anticuado y milenario asado, del que se ocupaban los hombres en esas ocasiones especiales. Y de ello hacían casi un honor, como Ulises, presumiendo de ser el mejor preparando una hoguera, así como trinchando y asando el alimento -Hom., *Od.*, 15, 321-. También Aquiles y Patroclo preparaban la comida a sus huéspedes, que consistía en carne asada al fuego, que bien trinchada y ensartada en brochetas se asaba sobre las brasas de la hoguera. Eran banquetes en los que el pan, la carne y el vino eran los alimentos más importantes, sin salsas, sin preparaciones complejas ni nada que reflejara la presencia y las habilidades de un cocinero profesional. Estas formas de cocinar eran casi una técnica de supervivencia, en la que el rol masculino jugó un papel protagonista, fueron un “juego de hombres”, en los que la mujer no tuvo ninguna aparición, ni siquiera como comensal<sup>689</sup>.

Pero los héroes griegos de época antigua no eran los únicos que preparaban sus propias comidas, y así vemos cómo el cómico Alexis que retrata siglos después Ateneo, no quería que sus alimentos pasaran por las manos de los cocineros. Los magníficos manjares que menciona los preparaba él mismo, y no permitía que ningún profesional de los fogones se acercara a ellos, por lo que además de cocinar, organizaba también la mesa, hablando sin ningún pudor de la calidad de su arte y ofreciéndose para enseñarlo -Athen., *Deipnos*, 107B-E-. También sin pudor cocinaba el personaje de Alexis en *Asclepiocles* consiguiendo que con su habilidad “los comensales lancen sus dientes sobre las cazuelas de puro placer<sup>690</sup>”. Pero esto formaba parte de la casuística, de la vida singular de un cómico y por supuesto, no lo vemos repetido en ningún otro caso en el entorno de las élites.

Dentro del oficio de cocinero sabemos que existieron varias especialidades: “panaderos, reposteros, trinchadores, cocineros” -Athen., *Deipnos.*, 172C-. También

---

<sup>689</sup>En realidad, la posición de la mujer en el mundo griego tuvo una relación estrecha con su rol dentro de la familia. Ver: C. B. PATTERSON, *The family in Greek history*, Massachusetts, 1998, pp. 56-62; S. B. POMEROY, *Diosas, rameras, esposas y esclavas. Mujeres de la Antigüedad clásica*, Madrid, 1999, pp. 97-111.

<sup>690</sup>Athen., *Deipnos.*, 169D. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, Madrid, p. 97.



“Amasaderas, Redondos<sup>691</sup>, Sazonadores, Trincheros, Sazona-cabritos, Lechoncitos, Sésamos<sup>692</sup>”, todos estos son términos relacionados con las actividades de cocina que se realizaban en Delos y que recoge Ateneo. Incluso observamos la especialización en la elaboración de condimentos, como el *karykee*, un tipo de aderezo que se elaboraba con judías verdes<sup>693</sup> -Athen., *Deipnos.*, 173D-.

Debido a la elevada especialización de los cocineros de élite, las intromisiones profesionales no estaban bien consideradas, censurándose severamente a aquellos cocineros que además de su actividad se dedicaban, por ejemplo, a la repostería -Athen., *Deipnos.*, 172A-. Los conocimientos del cocinero, como vemos, eran muy concretos y especializados y no sólo eso, también ellos ejercían un férreo control sobre todos los aspectos relativos a su oficio. Era necesario, por ejemplo, que el cocinero diferenciara los diferentes tipos de pescado así como el mejor momento para tomarlos, ya que su calidad variaba según la época del año. Tenían que ofrecer cada alimento en el momento exacto de sazón, para que fuera realmente sabroso, lo que nos muestra la importancia que tenía para ellos la variedad estacional y el punto óptimo de maduración -Athen., *Deipnos.*, 102C-. Pero una atención tan excesiva hacia los detalles provocaría diferencias entre los cocineros, y así se censuraría el desconocimiento de otras generaciones de cocineros, en aspectos tan concretos como la elaboración de salmueras con pescados de sabores opuestos entre sí, o incluso las muy mal vistas mezclas de salmuera con sésamo, propias de “cocineros modernos” -Athen., *Deipnos.*, 102 E-F-. Las responsabilidades de los cocineros más expertos eran complejas y estrictas, como vemos, y consistían en supervisar que cada cosa se preparara del mejor modo posible, que el fuego fuera homogéneo y constante y que cada plato llegara en el momento oportuno a la mesa. Además de la organización y revisión de la organización y del personal de cocina, su propia capacidad en los fogones era su primera obligación. Y por ello, tenían que especiar adecuadamente y procurar que los alimentos quedaran sabrosos, respetando las

---

<sup>691</sup>Término que identificaba a los panaderos que preparaban panes redondos.

<sup>692</sup>Athen., *Deipnos.*, 173A. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, Madrid, p. 252.

<sup>693</sup>Tanto para J. ANDRÉ como para A. DOSI y F. SCHNELL, para el cocinero resultaba vital el conocimiento de las especias y la condimentación. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 320; A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 15-19.

proporciones entre distintos ingredientes. La capacidad y responsabilidades de los cocineros de las grandes casas no era tanto realizar cada trabajo directamente sino ocuparse de extremar la calidad del mismo. Los marmitones, cocineros secundarios y el resto del personal se ocupaban de cosas tan necesarias pero poco cualificadas como lavar platos.

Según las fuentes, en una percepción que puede ser excesiva, el cocinero debía ser un hombre culto, letrado y buen conocedor de la filosofía y no ser lector únicamente de obras menores<sup>694</sup>. Y para que el banquete no perdiera unidad, ellos disponían la organización de las mesas, llevaban los alimentos y componían el menú conforme a un estricto protocolo. Eran dueños y señores de las cocinas, decidían tiránicamente las horas de comienzo de las cenas, adelantándolas o retrasándolas -Athen., *Deipnos.*, 134F-. Durante la comida los esclavos servían la mesa, pero era el propio cocinero quién presentaba algunas de sus preparaciones, en especial los platos estrella y las novedades, como recuerda Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 136D-. Aunque, por supuesto, en las mesas existían esclavos encargados que se ocupaban de prepararlas antes del banquete, de lavar los enseres, preparar las lámparas y libaciones así como de hacer otras tareas relacionadas con su puesto -Athen., *Deipnos.*, 170D-.

Pero esta labor de especialización no solamente se da en Roma, y así, en el Mundo Antiguo encontramos, en diferentes momentos y lugares, personas que desarrollan labores técnicas concretas en el despliegue del banquete, y de los que probablemente herede Roma la especialización y el conocimiento técnico<sup>695</sup>. Por ejemplo, en los *syssitia*, o comidas en común propias de los espartiatas, que eran de carácter comunitario, una de las tareas de los cocineros era indicar quiénes aportaban algo para el banquete común de las personas que festejaban, para que todos los comensales lo supieran -Athen., *Deipnos.*, 141E-. Y todos

---

<sup>694</sup>“Por eso, cuando veas un cocinero iletrado que no se haya leído de cabo a rabo a Demócrito, o, mejor, que no se lo sepa de memoria, búrlate de él como de un inútil. Y si conoce el “Canon” de Epicuro, despídalo con desprecio” -Athen., *Deipnos.*, 102B-103A-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, Madrid, p. 84.

<sup>695</sup>Como señala M<sup>a</sup>. J. GARCÍA SOLER, *op. cit.*, 2001, pp. 35 ss. “En el gran mosaico de la gastronomía griega que nos ayudan a componer los autores antiguos apreciamos notables variaciones relacionadas con el momento histórico, la posición social o la zona geográfica a la que se hace referencia”.

debían aportar algo a la mesa en común, hasta el punto de que si alguno no lo hacía, perdía los derechos políticos y el estatus de espartiatá<sup>696</sup>.

Por su parte, según Ateneo, en los banquetes arcadios, la ciudad era la encargada de suministrar al cocinero ciertas cosas como: un aguador, mesas, bancos y los útiles propios del oficio -Athen., *Deipnos.*, 149A-. Según este autor, era corriente alquilar la vajilla necesaria para el banquete, si en la casa donde se iba a celebrar no había o era insuficiente, una labor que realizaban los propios cocineros al amanecer -Athen., *Deipnos.*, 164F-. Por tanto, en muchos espacios y tiempos, la variedad de su actividad no se limitaba a controlar los fogones, sino a dirigir todo un mundo culinario. Universo que por su parte disponía de su propio protocolo y que requirió innumerables conocimientos, desde los estrictamente culinarios, a los higiénico-sanitarios, por supuesto, capacidad de dirección e incluso conocimientos más lúdicos, como la capacidad de presentar los platos ante los comensales, actuando en algunos casos casi como actores gastronómicos.

Según Arquéstrato, los sibaritas más ricos, que eran los únicos que podían permitirse estos lujos, seguían los consejos de los grandes cocineros, especialmente de los griegos. Estos cocineros trataban de conseguir que el banquete fuera un momento de goce total, y en alusión a todos los sentidos que participaban en el disfrute gastronómico, los comensales se cubrían la cabeza con coronas de flores, se limpiaban el cabello con aromas y también perfumaban el ambiente del comedor con mirra e incienso. Y a la hora de beber, según este autor, se llevaban ante los comensales –con el fin de que el exceso de bebida no les perjudicara- ciertos alimentos como el estómago y la matriz de cerda preparados con salsa de comino y *silphium*, o pajaritos asados<sup>697</sup>. Pero en cualquier caso nada de seguir la costumbre de Siracusa de época de Ateneo, donde las personas bebían “como ranas<sup>698</sup>” sin comer nada, un exceso sin sentido, desde el punto de vista gastronómico. Desde luego, Arquéstrato recomendaba, según recoge Ateneo, no comer alimentos destinados a los más

---

<sup>696</sup>Sobre las comidas espartiatas, ver C. FORNIS y J.M. CASILLAS, “An Appreciation of the Social Function of the Spartan Syssitia”, *The Ancient History Bulletin* 11, 2-3, 1997, p. 44, donde señalan que la principal función de estas comidas era funcionar como herramientas para identificar y reforzar la elite sociopolítica espartiatá.

<sup>697</sup>“Y cuida tu cabellera con buenos perfumes destilados. Sobre la blanda ceniza del fuego lanza todo el día mirra e incienso, fragante fruto de Siria. Y cuando bebas, que te traigan golosinas como éstas: comino, acre vinagre y jugo de silphio; y la tierna raza de los pajaritos asados...”-Athen., *Deipnos.*, 101C-. Trad L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998, p. 82.

<sup>698</sup>Athen., *Deipnos.*, 101D. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998b, Madrid, p. 82.

humildes, como garbanzos, habas, manzanas e higos secos, pero sí los famosísimos y populares pasteles de miel de Atenas -Athen., *Deipnos.*, 101B-E-. Costumbres refinadas, conocimiento de las técnicas, sí, pero además, el cocinero griego –al que posteriormente copiarían los romanos- debía ser algo más que un simple mecánico de los fogones según Ateneo: debía ser un experto conocedor de los banquetes suntuosos, un introductor de la mejor gastronomía de la época, que fue la “nouvelle cuisine” de entonces<sup>699</sup>.

La que fuera en principio pulcritud y distinción de los cocineros, se llevaría al exceso a lo largo del desarrollo histórico del banquete, y fueron cualidades no siempre bien consideradas, juzgándose en ocasiones la sofisticación como una cualidad decadente y perversa. Es por este excesivo refinamiento, que un cocinero llegó a ser azotado, anécdota que describe Ateneo –Athen., *Deipnos.*, 137F-. El delito de aquel cocinero consistió en haber preparado una carne como si fuera salazón de pescado, engañando con ello al comensal<sup>700</sup>.

El papel de cocinero-pantomima lo observamos exagerado hasta el absurdo en el ficticio banquete de Trimalción -Petron., *Satyr.*, 49, 1-10-. La anécdota al respecto se desarrollaba en el pasaje en el que Trimalción concedió un papel de protagonista a su cocinero, en un inesperado juego que tuvo lugar ante sus invitados, y finalmente el actor-cocinero, que fue premiado con una corona de plata, pudo quedarse a beber junto a los huéspedes, en una copa de calidad -Petron., *Satyr.*, 50, 1-2-. Desde luego, aquella escena sólo podría ocurrir en una mesa de libertos, como el caso de Trimalción, lo que nos habla de la aceptación del cocinero como un igual entre el tosco grupo de libertos invitados al banquete. Esta situación hubiera sido imposible en otro entorno de élite, fuera del de libertos enriquecidos.

La presencia de cocineros de lujo en casas aristocráticas fue un indicador social, como lo fueron otros aspectos del Sistema alimentario que expresaban refinamiento. La alimentación es en sí misma un indicador de estatus y posición en una sociedad y esa

---

<sup>699</sup>M. SYMONS, *A History of Cooks and Cooking*, Champaign, 2000, p. 44.

<sup>700</sup>Una de las recetas que hemos analizado anteriormente, y que hemos recogido en el conjunto de adulteraciones. Algunas de ellas están recogidas en la obra de Apicio, y como vemos, no siempre fueron bien apreciadas.

construcción de la realidad englobaba distintos intérpretes, entre ellos el cocinero<sup>701</sup>. Estos no fueron solamente especialistas en la preparación de una serie de recetas, organizadores de las cocinas o expertos en técnicas culinarias. También representaron algo más, un aspecto del rango y la categoría de la *domus* a la que pertenecían, y en definitiva, de la familia que depositó en ellos sus aspiraciones elitistas en los aspectos gastronómicos<sup>702</sup>.

## 4.2. Las mesas

Al hablar de las mesas nos referimos no estrictamente a los muebles que se utilizan como apoyo para comer, sino a un concepto más amplio: al espacio y tiempo en el que se desarrollaban los banquetes o las comidas de diario, a la mesa como espacio y momento de disfrute, más que como elemento en sí mismo. Pero también analizaremos los espacios funcionales donde se desarrollaban las comidas, la forma de sentarse y las modificaciones que todos ellos van sufriendo a lo largo del tiempo, y sobre los factores humanos vinculados al servicio de mesa, que en concreto son los camareros y las personas que se ocupaban del entretenimiento de los comensales durante los banquetes.

### 4.2.1. Etapas culturales

Observamos que a lo largo de la historia de Roma se desarrollan una serie de etapas en las que las costumbres vinculadas con la alimentación, reflejan los cambios que se van produciendo en la sociedad. Estas etapas se desarrollarán ampliamente en el capítulo cuarto

---

“Dinámica Histórica y Sistema alimentario”. En la Roma de  
*Primera etapa:* época antigua (hasta el s. II a.C.) se cocinaba y comía en el  
*sentados a la mesa* atrio, el espacio donde se desarrollaba toda la actividad  
doméstica. Aún no se había puesto en práctica la costumbre de  
recostarse para comer, que parece de época posterior y vinculada a la influencia griega<sup>703</sup>.

---

<sup>701</sup>M. SYMONS, *op. cit.*, 2000, pp. 102-103.

<sup>702</sup>Para A. WALLACE-HADRILL, “The Social Structure of the Roman House”, *Papers of the British School at Rome* 56, 1988, p. 52, en cuanto a la relación con el rango o estatus y el propio espacio doméstico: “Roman domestic architecture is obsessively concerned with distinctions of social rank”. En cuanto al rango, el espacio doméstico y la alimentación, P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 50-52.

<sup>703</sup>Sin embargo, Cicerón recoge que Catón, a su vez, contaba que sus mayores almorzaban recostados –Cic., *Tusc.*, 4, 3-.

Con posterioridad a esta primera etapa se produce un cambio de costumbres, y en las *domus* comenzaron a disponerse las comidas en el *tablinum* o en el *cenaculum*. Las reformas arquitectónicas propias de épocas posteriores propiciarían la construcción de comedores de mayor tamaño, especialmente en los casos en que el peristilo se añadió al atrio, utilizándose el primero como comedor al aire libre. Por entonces ya había comenzado a ponerse en práctica la moda de comer recostados, y los *triclinia* requerían un área amplia en el conjunto del espacio doméstico<sup>704</sup>. Con la llegada de estos cambios, los comedores llegarían a ser lugares muy lujosos, con artesonados realizados de maderas preciosas y ornamentados con marfil e incluso oro.

La villa rústica por su parte, presentaba una disposición arquitectónica diferente, la cual obedeció a espacios y costumbres opuestos a los urbanos<sup>705</sup>. En parte, su desarrollo espacial responde a un estilo de vida vinculado con el antiguo concepto de familia, que abarcaba no sólo a la familia natural, sino también a los esclavos y campesinos que vivieran bajo el mismo techo. Y esto se refleja, por ejemplo, en que la antigua cocina era el centro vital del hogar, donde se comía y se hacía la vida ordinaria, el auténtico núcleo de la casa<sup>706</sup>.

Por otra parte tenemos la villa de recreo, que era una casa de lujo en el campo o cerca del mar, y cuyo uso fundamental consistía en servir de descanso durante las épocas de excesivo calor en el estío romano<sup>707</sup>. Se trataba de edificaciones preparadas para la comodidad y el descanso, con unos emplazamientos magníficos y orientados para alejarse

---

<sup>704</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 249-250. Por su parte, Plinio asevera que el primero en llevar los triclinios a Roma sería Cneo Manlio, tras su triunfo en Asia, en el año 187 a.C. –Plin., *H.N.*, 34, 8-.

<sup>705</sup>Sobre la arqueología de las villas rústicas, ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2007, pp. 102-124, quién señala que las evidencias físicas de estas villas nos llevan a observar la equipación de estas en época republicana e imperial, y así, era corriente encontrar en ellas tanto presas de vino como para el aceite de oliva entre otros espacios vinculados con la producción. Y la compatibilidad de su actividad productora con la de descanso y residencia ocasional de los propietarios.

<sup>706</sup>R. CIARDIELLO, *La villa romana*, Nápoles, 2007, pp. 91-94.

<sup>707</sup>Sobre las villas de recreo, ver: J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 2003. Sobre el propio hecho del veraneo desde el punto de vista sociológico, J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1992, pp. 151-180. Por su parte, Plinio el joven anhelaba el descanso productivo de su villa de Laurento: “¡Oh auténtica y pura existencia! ¡Oh apacible y honorable descanso, que puede llegar a ser más digno que cualquier otra actividad! ¡Oh mar, oh litoral, verdadero y apartado santuario de las musas, cuantas cosas nos descubris, cuántas cosas nos dictáis!”. También describe su amada villa pormenorizadamente, y los recursos de que disfrutaba en ella –Plin., *min., Ep.*, 1, 9, 4-6; 2, 17-. Trad. J. GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, *Plinio el Joven. Cartas*, Madrid, 2005, pp. 77 y 137 ss.

del calor y del ajetreo de la ciudad. La construcción de este tipo de villas, así como el hábito del descanso estival que impulsaría su construcción, comenzó cuando Roma eliminó la amenaza cartaginesa de su panorama geográfico, cuestión que apuntalaría la seguridad de las costas. En estas villas de recreo, tanto en las de verano como en las de invierno, como explica Columela, había comedores diferenciados según la temporada. Para ello, el comedor estival tenía distinta orientación que el invernal –Colum., *R.R.*, 6-. La presencia de estas villas de recreo representa la etapa cultural más avanzada dentro del desarrollo de los comedores aristocráticos<sup>708</sup>.

Sobre estas villas de verano, lugares de recreo, señala Galimberti<sup>709</sup> su característica de microcosmos en los que era fundamental tener presente la utilidad práctica de sus instalaciones y la comodidad, pero de forma fundamental, el prestigio de los propietarios, por lo que se puede decir, según la autora, de *amoenitas, utilitas, voluptas*, en el contexto ambiental de la villa, en cuanto a su disposición interna de carácter arquitectónico, y externa, en los jardines y espacios abiertos, considerados casi como una extensión de la propia villa.

Las etapas culturales diferentes se pueden datar precisamente a partir de las nuevas costumbres que comienzan a ponerse en práctica en la mesa a partir del año 188 a.C., cuando el ejército romano volvía de las campañas de Asia Menor, resultando casi escandalosas en una sociedad aún relativamente austera<sup>710</sup>. Y a la vez que se disparaban los precios de los cocineros más expertos, tanto el servicio de mesa como el de los propios comedores se cubrían de lujos<sup>711</sup>.

Tan extraordinarios fueron los cambios del Sistema alimentario romano, y se produjeron tan drásticamente, que las gallinas, lirones, faisanes y otras aves de origen

---

<sup>708</sup>Para J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 2003, p. 60, las villas de verano de la zona de la bahía de Nápoles, donde descansaban muchos romanos, contaban con diversos entretenimientos, entre los que figuraban los gastronómicos, tanto en lo que se refería a los alimentos como a la elegancia con que se organizaban las comidas.

<sup>709</sup>G. GALIMPERTI BIFFINO: “*Amoenitas, utilitas e voluptas* in ville e villeggiatura: testimonianze di Vitruvio e di Plinio il Giovane”, *Neronia IX. La villeggiatura dans le monde romain de Tibère à Hadrien. Actes du IX<sup>e</sup> congrès de la SIEN, Bordeaux, 2004*, p. 37.

<sup>710</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 12.

<sup>711</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 778.

oriental, fueron prohibidas dentro del conjunto de Leyes Suntuarias –Macrob., *Sat.*, 3, 17- por la *Lex Emilia*, del 115 a.C.<sup>712</sup>.

La llegada de la paz, después de Accio, fue una fecha clave para que, debido a las facilidades que tuvo entonces el comercio, se propiciara un intercambio más eficaz en el Mediterráneo así como con Asia. Fue entonces cuando llegaron a Roma una gran cantidad de nuevas especies animales y vegetales, además de otras primicias en el Sistema alimentario. Tertuliano, en la última década del s. II, recordaba estas leyes, que prohibían gastar en una cena más de cien ases, o servir más de una gallina en una cena, incluso hasta el detalle de que la gallina no debería estar cebada –Tert., *Apol.*, 6, 2-. Pero menciona estos aspectos precisamente porque hacía mucho tiempo que no se cumplían, más bien Tertuliano se queja de los excesos que se

---

*De la austeridad  
al refinamiento*

---

<sup>712</sup>Sobre el sentido de esta y otras leyes suntuarias, es clave el aspecto ideológico, lo que para G. DARI-MATTIACCI y A. PLISECKA, *op. cit.*, 2012, p. 192: “According to ancient authors (Macrob., *Sat.*, 3, 17, 10), sumptuary laws were intended to counter the spread of luxury and restore the moral and physical health of Roman citizens”. En idéntico sentido, para M. BEER, *op. cit.*, 2010, pp. 159-160, es clave dicho aspecto, y en primer lugar, la existencia de una legislación que regulara el lujo suponía una tensión entre los gobernadores y los ciudadanos. En segundo lugar, sugiere que existía un impulso casi incontrolable hacia el lujo entre el sector de la población que requería este control, y así: “Sumptuary laws, designed to restrain and regulate the exercise of hedonistic impulses, are moralistic in tone, authoritarian in nature. They view human nature through the prism of pessimism: man as an animal in thrall to corporeal appetites, a gluttonous, rutting beast, dazzled and ensnared by baubles and trinkets”, por lo que más allá de un tipo de restricción normativa de carácter simple, la existencia de dichas tendencias en la población y la regulación de ellas por parte de la administración, señala una tensión que caracteriza una época de cambios, siendo la alimentación uno de los aspectos más visibles de dichos cambios. Desde luego, esto apoya nuestra tesis en relación con los cambios sociológicos de una sociedad, y cómo estos, puestos de manifiesto a través de la alimentación, resultan una de las claves para reconocer dicha metamorfosis en lo que hemos denominado dinámica histórica. En relación con las leyes suntuarias, se promulgaron las siguientes entre los años 218 a.C. al 18 d.C.: La *Lex Claudia* (218 a.C.), la *Lex Metilia* (217 a.C.), la *Lex Oppia* (215 a.C.), la *Lex Publicia* (209 a.C.), la *Lex Alearia* (204 a.C.), la *Lex Cincia* (204 a.C.), la *Lex Valeria-Fundania* (195 a.C.), la *Lex Porcia* (195 a.C.), dos Edictos Censoriales ( del 184 y 189 a.C.), Decreto senatorial (182 a.C.), la *Lex Orchia* (181 a.C.), la *Lex Avfidia* (170 a.C.), la *Lex Fannia* (161 a.C.), Decreto senatorial (159 d.C.), Edicto Censorial (158 a.C.), la *Lex Didia* (143 a.C.), la *Lex Aemilia* (115 a.C.), *Edicto Censorial* (115 a.C.), la *Lex Licinia* (107 a.C.), la *Lex Dvronia* (97 a.C.), *Edicto Censorial* (89 a.C.), las *Leges Corneliae* (89 a.C.), la *Lex Antia* (71 a.C.), la *Lex Tvllia* (63 a.C.), la *Lex Caecilia* (60 a.C.), la *Rogatio Licinia-Pompeia* (55 a.C.), las *Leges Iuliae* (49-6 a.C.), el Edicto triunviral de *M. Antonius* (55 a.C.), la *Lex Iulia* (18 a.C.). Así como edictos imperiales de época de Tiberio, Calígula, Claudio y Nerón. Sobre leyes suntuarias ver, D. PODE MILES, *op. cit.*, 1987, pp. 362-363 y G. DARI-MATTIACCI y A. PLISECKA, *op. cit.*, 2012, p. 200.



producen también en su presente, cuando incluso los libertos podían poseer vajillas de plata maciza<sup>713</sup>.

Todas estas circunstancias intermediaron de manera decisiva en la alimentación romana, enriqueciéndola y favoreciendo no solo la aparición de una gran variedad de productos, sino la aceptación social de estos. Desde la aparición de todos esos productos, que por regla general se adaptaron magníficamente al clima italiano, la alimentación mediterránea cambió significativamente. Sin embargo, no eran ni mucho menos productos populares y fáciles de conseguir, muy por el contrario, eran productos de lujo. Se trataba de alimentos muy distintos a los que se habían consumido hasta entonces, ya que la dieta tradicional estaba compuesta de verduras, legumbres, cereales, vino y ocasionalmente, carne de cerdo y oveja. A veces huevos, y esporádicamente algo de caza.

En época republicana, antes de la llegada de estas novedades –hasta el 188 a.C.–, la simplicidad de la alimentación y la sencillez de las técnicas fue pareja a la preparación de la mesa, de los comedores, de los instrumentos de cocina y mesa y hasta de la servidumbre relacionada con el servicio de mesa. Varrón sería perfectamente consciente de esta evolución en el Sistema alimentario, que comenzó por la búsqueda de más comodidad y confort y terminó en un claro refinamiento, en lo que denomina: *...sed cum discessum est ab utilitate ad voluptatem* –Varro., *Ling. Lat.*, 8, 31-.

Es este autor quién establece claramente las diferencias entre los objetos que son suficientes para el mantenimiento del hombre, y los que son accesorios. Así distingue en este segundo grupo todos aquellos que caracterizan el refinamiento y se destinan a proporcionar placer

---

<sup>713</sup>Diversos autores comentan esta significativa llegada del lujo a Roma, como Salustio y Plinio, principalmente por los derivados morales de dichos cambios –Salustio, *Cat.*, 10, 3-4; 11, 6. Liv., *Ab Urb.*, 39, 6-7; Plin., *N.H.*, 33, 53, 148-. Significativamente Plinio especifica al respecto que: “Una vez sometida Asia, el lujo comenzó a entrar en Italia”. Y Juvenal denuncia las costumbres extranjeras, y como la llegada de este lujo quebró la historia de Roma –Iuv., *Sat.*, 6, 298-300-. Así como los efectos de estos cambios: “Pero ahora padecemos los males de una larga era de paz. Más cruel que las armas, se nos echó encima el lujo y se venga del mundo que hemos conquistado. Y finalmente: Los puercos dineros nos trajeron antes que nadie costumbres exóticas, las afeminadas riquezas quebraron con un lujo torpe hábitos seculares” –Iuv., *Sat.*, 6, 289-300-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 220.

#### 4.2.2. El comedor. *Triclinia* de verano y de invierno

En época imperial, la costumbre de comer recostado sobre los *triclinia* se había convertido en algo habitual entre las élites. Existieron comedores de invierno, cerrados, soleados y protegidos del viento y del frío, pero además hubo comedores de verano, en espacios frescos y a resguardo del sol, o bien al aire libre<sup>714</sup>. En cualquier caso, era posible

---

*El triclinium en las  
comidas aristocráticas*

---

prepararlos tanto para recibir a un gran número de comensales como para reuniones de carácter más íntimo, como la que describe Juvenal -Iuv., *Sat.*, 7, 184-. Como en muchos casos, lo exhaustivo de las descripciones del banquete de Trimalción, a pesar de ser ficticias, nos llevan a advertir que se celebraba en un comedor de invierno durante un día que había sido especialmente frío. Hasta tal punto que los invitados tuvieron que tomar un baño e ingerir bebidas calientes para entrar en calor antes de comer<sup>715</sup> -Petron., *Satyr.*, 41, 11-12-. Y con respecto a los comedores de verano Plinio, en la descripción la villa Laurentina, de su propiedad, detalla cómo junto a una galería cubierta para disfrutar durante el verano, había un *triclinium* muy agradable y fresco, y uno más al aire libre, en un espacio diferente, junto a una mesa de mármol blanco, al lado de fuentes que refrescaban el ambiente -Plin., *Min.*, *Ep.*, 5, 6, 36-37-. El confort importaba en todos los sentidos, pero además de una agradable temperatura, se buscaba la belleza del entorno, y más si había un bello paisaje, por lo que en las villas rústicas o marítimas se construyeron comedores en los que disfrutar de estas vistas agradables. En estos comedores veraniegos ubicados en los jardines<sup>716</sup>, tanto las mesas como los lechos se construían en mampostería, la cual se cubría con cojines y cobertores, colocando todo el conjunto bajo emparrados.

---

<sup>714</sup>Sobre los *triclinia* al aire libre en Pompeya o Roma, cfr. R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, pp. 284-285. También K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 58. Y sobre la tipología arquitectónica del triclinio en relación con los antecedentes griegos, K. DUNBABIN, “Ut Graeco more biberetur”, en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.) *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998, pp. 89-98. El propio Vitrubio señala las diferentes estancias para comer según la época del año, recomendando que en primavera y otoño se orientaran al este, mientras que los de verano hicieran lo propio mirando al norte. Por su parte, los de invierno, según Vitrubio, debían evitar refinamientos innecesarios debido a que el hollín de las lámparas lo ennegrecía todo -Vitr., *De arch.*, 4, 4; 7, 4-.

<sup>715</sup>Sobre los *triclinia* de invierno, verano o al aire libre cfr. P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 253-55.

<sup>716</sup>Sobre los jardines romanos cfr. P. GRIMAL, *op. cit.*, 1999, pp. 194-203.

En época republicana antigua, la mesa donde se colocaban los platos con las preparaciones y se comía era la *cilliba*, de forma cuadrada. Esta mesa se seguiría usando en los campamentos militares de época de Varrón –Varro., *Ling. Lat.*, 5, 118-. Posteriormente se comenzó a utilizar la *mensa*, que tenía un tablero redondo, característico de una etapa más evolucionada en el mobiliario del comedor<sup>717</sup>. En realidad, el lecho para dormir o comer era prácticamente idéntico desde el punto de vista morfológico. La única diferencia era que el destinado al reposo se diferenciaba del *triclinium* porque era algo más elevado y a veces se necesitaba un escabel para subirse a él, según Varrón -Varro., *Ling. Lat.*, 8, 32-. Pero básicamente eran los mismos muebles<sup>718</sup>.

También la calificación de los comedores, como espacio arquitectónico en la *domus*, y como sucedió con otros aspectos del Sistema alimentario romano, se fue modificando a lo largo del tiempo. Así, conocemos las denominaciones *cenatio*, *triclinium*, y también, para la mesa como mueble, *sigma* o *stibadium*<sup>719</sup>. Según P. Foss<sup>720</sup>, *cenatio* era el término general que define la función de un espacio donde se come, y *triclinium* era el lecho en el que se recostaban los invitados para disfrutar de la comida. Y señala este autor que, a partir del s. IV d.C., el término *triclinium* definiría igualmente el espacio del comedor y el lecho para comer, y todos los *triclinia* serían *cenationes*, pero no todos los *cenationes* dispondrían de *triclinia*, debido a la aparición de otro tipo de lecho para comer, que fue el *sigma* o *stibadium*. Fue en época de Augusto cuando se comenzó a utilizar ese otro tipo de lecho en

---

*Cilliba, mensa,  
triclinium, sigma*

---

lugar del *triclinium*: se trata del *sigma*, que era de forma semicircular y continua, con una mesa redonda en el centro y con capacidad para ocho comensales<sup>721</sup>. Marcial, por su parte, muestra cómo no era algo extraordinario disponer de un *sigma* para siete personas: *septem sigma capit*, y se refiere a otro *sigma* más, este para ocho personas—Mart., *Epigr.*, 10, 48; 14, 87-. Y en cuanto al espacio que ocuparía, el *sigma* o

<sup>717</sup>A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992d, p.19.

<sup>718</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 313.

<sup>719</sup>Sobre *sigma* y *stibadium* ver K. DUNBABIN, “Triclinium and Stibadium”, en W. J. Slater (ed.), *Dining in a Classical Context*, Ann Arbor, 1991, pp. 121-148. Sobre *triclinia* y *stibadia* en los palacios helenísticos y romanos, ver H. S. NIELSEN, “Roman children at mealtimes”, en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998, pp. 107-133.

<sup>720</sup>P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 85.

<sup>721</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 43.

*stibadium*, como señala K. Dunbabin<sup>722</sup>, se perpetúa tanto en espacios cerrados como abiertos. Además de los lechos, en los comedores solía haber otros muebles y aunque no eran muy numerosos, sí eran de gran calidad. Consistían en armarios cerrados, de pie, donde se guardaban las vajillas, los vasos y todo lo necesario para el servicio corriente de mesa. Los utensilios de mejor calidad se guardaban en el atrio, en un cofre de madera forrado con hierro y cerrado con llave<sup>723</sup>.

La hora de la cena, la última y más importante comida del día, era la ocasión de reunirse para comer y compartir la mesa con la familia o los amigos. Pero no siempre había sido así y los antiguos etruscos se sentaban a la mesa dos veces al día, ambas recostados, algo que hacían en mesas bien preparadas y dotadas de un servicio lujoso<sup>724</sup>. La costumbre iría variando con el tiempo y en tiempos de la República, ya en Roma, se comía en el atrio, y los comensales se sentaban sobre sillas alrededor de la mesa. Igualmente, en el campo, los esclavos se sentaban para comer alrededor del fuego: ...*dapes mensa* -Mart., *Epigr.*, 3, 58, 42-. Pero poco a poco este hábito iría cambiando, hasta que aparecieron los *triclinia* y la moda griega de comer recostados.

Por otro lado, y al contrario de la antigua costumbre etrusca<sup>725</sup> con respecto a la no separación de sexos durante la comida, en Roma sí se produjo una separación de género.

---

<sup>722</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 169: "Increasingly common, however, are rooms designed to accommodate the sigma banquet indoors as well as outdoors". Por otro lado, uno de los mejores ejemplos de *stibadium* es el la villa de El Ruedo, en Almedinilla, Córdoba. Ver: D. VAQUERIZO GIL, y J. M. NOGUERA CELDRÁN, *La villa romana de El Ruedo. Decoración escultórica e interpretación*, Murcia, 1997.

<sup>723</sup>Sobre los comedores y los muebles que los ocupaban, ver P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 249 ss.

<sup>724</sup>Como podemos observar en los banquetes etruscos desde fechas muy tempranas, de los que las primeras evidencias provienen del mundo funerario, y se encuentran directamente enlazados con los banquetes romanos de época temprana. K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, pp. 25-33. Y hay que tener en cuenta según esta misma autora, que el banquete reclinado aparece en el arte etrusco solamente unas pocas décadas tras su aparición en el mundo griego, aproximadamente en los primeros años del s. VI a.C. Sobre el servicio de mesa etrusco ver J. HEURGON, *La vida cotidiana de los etruscos*, Madrid, 1991, pp. 253-255. Sobre el banquete etrusco colectivo, ver C. RIVA, "Nuove tecnologie del sé: il banchetto rituale collettivo in Etruria", en C. Mata, G. Pérez Jorda y J. Vives-Ferrándiz (eds.), *De la cuina a la taula. Saguntum. Papeles del Laboratorio de Arqueología*, extra 9, 2010, pp. 70-81.

<sup>725</sup>Como señala G. ALFÖLDY, *Nueva historia social de Roma*, Sevilla, 2012, p. 27, la primitiva comunidad urbana de Roma se organizó "bajo dominio etrusco y a imagen etrusca". Asimismo, las instituciones y forma de gobierno, incluso el poder fue ejercido por reyes etruscos, como señala este autor, tomando los romanos de ellos su estructura social y tradiciones religiosas y culturales.

Los hombres comerían recostados en unos comedores y las mujeres aparte, sentadas y no reclinadas, en habitaciones diferentes a las de uso masculino. En ocasiones, al final de la comida, las esposas se sentaban a los pies del lecho donde se recostaba su marido<sup>726</sup>. De cualquier forma, es visible cierta influencia etrusca en la alimentación romana, y no solamente en el uso de lechos para comer reclinados, sino en el desarrollo de algunas de las técnicas culinarias, algo que parece natural por la influencia etrusca en la sociedad y cultura romanas, señaladas por G. Alföldy (*vide supra*). Por ejemplo, Apicio presenta dos platos en los que incorpora productos de origen etrusco o en homenaje a personas de este origen. Estos son: *Conditum Camerini* –conjunto especias que provenían de Cameria<sup>727</sup>- y el nombrado por Apicio: *Haedum sive agnum Tarpeianum* –Apic., *De re coq*, 3; 364-.

Pero no solamente existieron comedores domésticos con espacio estricto para la familia, muy por el contrario, se construyeron algunos comedores de gran tamaño, con capacidad para montar varios *triclinia* dentro de ellos. Y con el tiempo fueron haciéndose más refinados. El lujo derrochado en los comedores aristocráticos fue enorme y resultó visible en los propios lechos, que estaban fabricados en maderas nobles e incluso adornados con metales y piedras preciosas<sup>728</sup>. Ese concepto de lujo se extendería a las habitaciones

---

Teniendo esto en cuenta, podemos intuir que de la misma manera que las costumbres y tipo de sociedad, la alimentación reflejaría igualmente esta influencia.

<sup>726</sup>Desconocemos el momento exacto en el que los romanos comenzaron a cenar en lechos, lo que muy probablemente se inició por influencia griega, como sugiere el término *triclinium*. Cfr. P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 251-252; R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 284; A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1984, p. 52; J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1989, p. 333. Como sugiere P. A. FERNÁNDEZ VEGA, “Posiblemente entonces –s. III a.C.–, en algún momento debieron de comenzar a imponerse ciertas restricciones a la mujer respecto a los banquetes, pero esas limitaciones debían ser opinables y quizá no generalizadas. Por lo demás, la tradición aboga por la cena en lechos como algo más establecido que surgido por innovación repentina. Respecto a las cenas en sillas, coexistirán quizá con las otras durante siglos, como lo iban a hacer durante el Imperio, siendo probablemente usuales en zonas de provincias, en los establecimientos hosteleros y sin duda, entre los más desfavorecidos”.

<sup>727</sup>Ciudad del Lacio conquistada por Rómulo dieciséis años después de la fundación de Roma y convertida en colonia romana. Sin embargo, J. ANDRÉ no excluye que el apelativo Cameria sea el cognomen de un linaje distinguido o que el *Tarpeius* se refiera a una persona más bien que al monte Tarpeyo. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 4; 95 y 135.

<sup>728</sup>Suetonio comenta que en la *domus aurea* de Nerón: el techo de los comedores estaba hecho de tablillas de marfil movibles y agujereadas, para poder esparcir, desde lo alto, sobre los invitados, flores o perfumes. La principal era redonda y giraba continuamente sobre sí misma, de día y de noche, como el mundo –Suet., *Nero*, 31-. Y Séneca, en un tono distinto, pero igualmente descriptivo del lujo que invadió las estancias romanas: “juzgas acaso más sabio al que inventó el modo de hacer saltar a inmensa altura, por ocultas cañerías, el perfume del azafrán; que inunda los canales con súbita acometida de las aguas o los vacía; que ensambla los artesonados giratorios de los comedores

destinadas a hacer de comedor, de las cuales había algunas dotadas de artesonados realizados en maderas preciosas, a veces doradas, incluso con marquetería en marfil y oro<sup>729</sup>. El pavimento e incluso las paredes se solían recubrir con mármoles y mosaicos.

#### 4.2.3. Esclavos relacionados con el servicio de mesa

El colectivo de esclavos destinados al servicio de mesa de una gran casa era muy numeroso y en algunas ocasiones, muy específico. Cada uno de ellos tenía cometidos distintos y concretos que marcaban su prestigio dentro de la propia casa, y que señalaban su progreso en el sistema de responsabilidades y beneficios que podían esperar del dueño<sup>730</sup>.

---

*Esclavos  
especializados y  
valiosos*

---

Este colectivo de esclavos especializados llegaron a alcanzar precios muy elevados<sup>731</sup>, ellos mismos tenían conciencia de su valor y lo demostraban haciéndose valer claramente: *Quod cum ita sit, tu Gaetulum Ganymedem respice, cum sities. nescit tot milibus emptus puperibus miscere puer* -Iuv., *Sat.*, 5, 60-. Hasta tal punto era así que los criados más caros jamás servían en las mesas a los invitados pobres, eran aquellos servidores singulares que, como continúa Juvenal: *...maxima quaeque domus servis est plena superbis*<sup>732</sup>. Nosotros añadiríamos que su insolencia nacía también del conocimiento del precio que sus amos habían pagado por ellos. Los jóvenes griegos o alejandrinos destinados al servicio de mesa eran los más apreciados y caros llegando incluso a alcanzar en el mercado precios desorbitados<sup>733</sup> -Plin., *N.H.*, 7, 40, 1-.

---

de tal suerte que a un panel suceda sin interrupción otro distinto, y así los techos se muden tantas veces como los servicios de mesa...” -Sen., *Ad Luc.*, 90, 15-. Trad. I. ROCA MELIÁ, *Séneca el joven. Epístolas morales a Lucilio, X-XXII*, Madrid, 1989, p. 122.

<sup>729</sup>Sobre la decoración de estos espacios, cfr. P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 252-253; S. ELLIS, “Art in Roman town houses”, en B. E. Borg (ed.), *A Companion to Roman Art*, Malden, 2015, pp. 377-378.

<sup>730</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1992, pp. 148-149. No sólo existía un posicionamiento en el interior del núcleo familiar, también existía un ascenso social fuera de esta, y según P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 149: “En las ciudades se daba la paradoja de que los esclavos y los ex-esclavos tenían mejores perspectivas que los hombres nacidos libres de condición humilde”.

<sup>731</sup>Sobre los cocineros esclavos como parte de un estilo de vida lujoso, ver S. JOSHEL, *Slavery in the Roman World*, Cambridge, 2010, pp. 18-22.

<sup>732</sup>“su edad y su belleza justifican su insolencia”, Iuv., *Sat.*, 5, 62. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p.179.

<sup>733</sup>Sobre los esclavos destinados al servicio de mesa, ver S. JOSHEL, *op. cit.*, 2010, pp. 184-186.

Joshel<sup>734</sup> señala que, como observamos en la literatura y en las leyes romanas, los propietarios de estos esclavos domésticos, controlaban sus movimientos, obligaciones y ocupaciones, exponiéndolos en algunos casos, y en otros reservándolos, haciéndolos “invisibles”. Por una parte, los esclavos formaban parte de una forma elegante de entender la casa, casi como parte de la decoración. Y por otra parte esas ocupaciones suponían para ellos un trabajo, por lo que, como señalan estas autoras, los esclavos eran necesarios para un funcionamiento integral y perfecto de las comidas y los banquetes, cuyo desarrollo era imposible sin su presencia.

Estos esclavos de lujo, a los que no se les permitía realizar trabajos duros, fueron una más de las modas surgidas entre las novedades del Sistema alimentario. Y desde luego, un capricho que solo se podían pagar los muy ricos. Julio César, adquiriría unos esclavos de este tipo a precio de oro, que eran costosos hasta tal punto que por vergüenza no incluía esos números en su contabilidad, como señala Suetonio –Suet., *Iul.*,47-. En ocasiones, para servir las mesas se escogían como escanciadores a jóvenes de buena cuna y de gran belleza y algunos personajes como el propio Julio César pasaron por esta experiencia previa –Suet., *Iul.*, 49-. Según Suetonio, sirvió de escanciador en la mesa de Nicomedes, y mantuvo con él unas relaciones oscuras que persiguieron a César el resto de su vida bajo acusación de homosexualidad<sup>735</sup>.

En realidad, se utilizaban únicamente para servir la mesa y podemos decir que, en cierta manera, formaban parte del decorado del banquete. Estos últimos se celebraban en ricas y preciosas salas dotadas de extraordinario mobiliario, con dotación para la mesa, con exquisitas vajillas, cristalerías y cubiertos<sup>736</sup>. Todo ello, junto a unos platos de presencia atractiva y sabor, formaría parte de un conjunto, sería una puesta en escena que exponía la riqueza del dueño de la casa. Una vez más, vemos la importancia de la manifestación del estatus familiar, cuyo valor iba más allá de la propia riqueza. Era desde luego un aspecto

---

<sup>734</sup>S. R. JOSHEL y L. HACKWORTH PETERSEN, *The material life of roman slaves*, New York, 2014, p. 37.

<sup>735</sup>Nicomedes Filópator, rey de Bitinia entre los años 94 al 74 a.C. En el 80 a.C., Julio César fue enviado a su corte como embajador de Roma.

<sup>736</sup>En cuanto a los excesos suntuarios de mesa y las leyes que los limitaron, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 224, señala que: “C’est contre le luxe de la table qu’on été promulgués tant de lois somptuaires, abolies les unes par l’oubli, les autres par le mépris” –Tac., *Ann*, 3, 54, 3-.

más delicado, que incluiría las relaciones sociales, la capacidad de compra de productos exóticos y finalmente, el poder político. La manifestación del estatus fue una compleja mezcla de ingredientes cuya base era el poder económico, pero que representaba algo más, algo que añadía categoría a aquellas familias que se podían permitir tanto el espectáculo como la exhibición propios de algunos de los banquetes de las élites<sup>737</sup>. A través de estos aspectos, y en las manifestaciones alimentarias, es posible observar cómo la cultura romana, una vez más, demostraba una gran preocupación por la estratificación social. Para ello resultaba imprescindible reforzar la jerarquía del rango en el seno de las comunidades<sup>738</sup>. Era, por tanto, evidente que las distintas categorías sociales encontrarían cauces de expresión de muy diversas formas, una de las cuales era el banquete y su entorno.

Cada uno de los sirvientes, desde camareros a catadores, también trinchadores y cocineros, todos los miembros del servicio de cocina y mesa representaban su papel, incluso algo más: formaban parte del juego escénico en los banquetes. Cada uno de ellos cubría servicios especializados dentro de estas celebraciones, y así, los esclavos menos apreciados se ocupaban de la limpieza y barrido de los suelos mientras se celebraba el banquete, y también recogían los alimentos que los invitados tiraban al suelo<sup>739</sup>. Es interesante anotar la diferencia entre el aspecto de unos y otros y sus tareas, así, las ocupaciones estaban directamente relacionadas con su juventud, aspecto físico y habilidades. Por un lado, los esclavos más bellos se ocupaban del servicio de mesa, que era un trabajo ligero. Su apariencia física era impoluta y cuidada, iban vestidos con túnicas de colores vivos como uniformes de lujo, estaban limpios y depilados. Por su parte, el grupo de los trinchadores, esclavos muy hábiles en esta actividad, estaba híper especializado según el tipo de producto que se ponía a la mesa, por ejemplo en el trinchado y servicio de aves y otras piezas<sup>740</sup> -Sen., *Brev., Vit.*, 12, 5-. Y finalmente, el grupo menos afortunado se encargaba de los trabajos pesados: preparando las casas antes de la llegada de los

---

<sup>737</sup>Según J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999a, p. 33: “Esa superioridad cultural se desplegaba igualmente en sus refinados gustos artísticos, en un afán de lujo patente en sus mansiones...”

<sup>738</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 140.

<sup>739</sup>Hay que tener en cuenta que los oficios relacionados con la actividad artesanal eran considerados *sordidi* -Cic., *De offic.*, 1, 42, 150-. Y ejercidos, por tanto, por esclavos o por hombres de condición inferior. Ver C. L. MOSSÉ, *El trabajo en Grecia y Roma*, Madrid, 1980, p. 64.

<sup>740</sup>El *scissor* era el esclavo que se ocupaba de cortar la carne en trozos idénticos justo antes de servirla en la mesa. Cfr. A. DOSI Y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, p. 105; I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 22, señala que además se denominaba *structor*.



huéspedes, fregando, sacando brillo a los mármoles o la plata y limpiando los mosaicos de paredes y suelos<sup>741</sup>, como muestra Juvenal, y así, *Verre pavementum, nitidas ostende columnas, arida cum tota descendat aranca tela; hic leve argentum, vasa aspera tergeat alter...* -Iuv., *Sat.*, 14, 60-63-.

En cuanto al grupo de los trinchadores<sup>742</sup>, que eran esclavos especializados en seccionar las carnes, hay que tener en cuenta que los manjares se exhibían completos, bien presentados y decorados, al principio de cada servicio. Esta presentación representaba la exposición de las capacidades del cocinero en los fogones, ya que la buena presencia se consideraba parte sustancial de sus habilidades culinarias y del mérito gastronómico que haría disfrutar a los comensales<sup>743</sup>. Y tras su exposición y presentación a los comensales, estos manjares se trinchaban en el comedor, operación que se realizaba sobre una mesa auxiliar colocada cerca del *triclinium* para que todos pudieran admirar el arte del trinchador<sup>744</sup>.

---

### *El arte del trinchador*

---

#### *Ocupaciones específicas del servicio de mesa en el Satyricon*

En la histriónica cena de libertos, recreada por Petronio en su obra el *Satyricon*, observamos la presencia de diferentes sirvientes con ocupaciones específicas para el servicio de mesa, con descripciones muy detalladas de sus habilidades y labores. Resulta un texto muy expresivo como parodia de los excesos de los ricos libertos y de las costumbres de las élites, llevados a la extravagancia y a los excesos más extremos, con el fin de ridiculizar a estos nuevos ricos y sus costumbres. Por eso, si bien las descripciones son muy

---

<sup>741</sup>Mosaicos que podían ser tan elaborados como los de la casa de Menandro, en Mitilene. Z. NEWBY, “Roman Art and Spectacle”, en B. E. Borg (ed.), *A Companion to Roman Art*, Wiley Blackell, 2015, pp. 552-568.

<sup>742</sup>El oficio del trinchador no fue exclusivo del mundo romano. También en Grecia y el mundo turdetano existió esta figura de asistente al sacrificio, matarife y miembro de las funciones del conjunto palaciego o asistente del *dominus*, quién preside el banquete, ver, M. ALMAGRO-GORBEA, M. TORRES ORTIZ, *et alii*, “El personal del palacio tartésico de Cancho Roano (Badajoz, España)”, *Zephyrus*, *LXVIII*, 2011, p. 171.

<sup>743</sup>Como el rodaballo de tamaño gigante capturado en época de Domiciano, para el cual, como narra Juvenal, fue necesario fabricar un recipiente ajustado a sus dimensiones, con el fin de ser presentado completo, para su exposición en la mesa -Iuv., *Sat.*, 4, 130 ss.-.

<sup>744</sup>Sobre el trinchador, las fuentes indican la experiencia y habilidad requeridas para el desarrollo de su servicio. Plinio comenta la habilidad para presentar bien los cuartos traseros del pollo, trinchándolos por el dorso, para que al hacerlo, ocupen la bandeja completa -Plin., *N.H.*, 9, 140-.

expresivas, no tendrían que ser necesariamente habilidades en la vida normal de los romanos. En general, las descripciones de esta obra ficticia, son reflejo deformado e inmoderado de otras reales, pero ridiculizadas hasta el extremo: por ejemplo, Petronio retrata a los esclavos bailando al compás de la música mientras estos trinchaban la carne o el pescado. O incluso llevaban, también al ritmo de la música las grandes bandejas donde se presentaban los alimentos<sup>745</sup>, y así: *Non minus et Trimalchio eiusmodi methodio laetus “Carp” inquit. processit statim scissor et ad symphoniam gesticulatus ita laceravit obsonium, ut putares essedarium hydraule cantata pugnare. ingerebat nihilo minus Trimalchio lentissima voce: “Carpe, Carpe”... -Petron., Satyr., 36, 1-6-*.

Algunos productos más resistentes, como el jabalí, requerían trinchadores expertos como el esclavo “Trincha”, de la casa de Trimalción. Pero, por si era poco, además de este especialista, se presenta en la ficticia escena otro trinchador-actor, cuyo físico se adaptaba al cometido que realizaba: era un esclavo fuerte, barbudo, gigante y –en el colmo de la parodia-, iba disfrazado de cazador –Petron., Satyr., 40, 5-.

Desde luego sabemos que cada alimento requería un trinchador especializado que conociera las características del producto, un aspecto de la gastronomía de la época que desagradaba a Juvenal, y que ridiculiza en sus Sátiras. A este autor le desagradaban los aspavientos y los excesos, y cuenta cómo una vez se disgustó al presenciar los gestos de un cocinero principal que además de cocinar hizo de cómico: mientras trinchaba, gesticulaba, dando saltos y moviéndose en el aire, realizando una serie de ritos mitad pantomima, mitad superstición. Algunos trinchadores estaban instruidos en escuelas especiales, con maestros como un tal *Trifero*, de origen griego, que enseñaba en el barrio de la *Subura* –Iuv., Sat., 5, 120; 9, 135 ss.-.

Pero más allá de situaciones excéntricas e insólitas, los cocineros no solían salir durante el banquete, sólo excepcionalmente a presentar algún plato importante, quedando su labor relegada a las cocinas, en la vida cotidiana. Mientras esclavos especializados se ocupaban del servicio de mesa, como los escanciadores, cuya tarea consistía en mantener siempre llenas las copas de los invitados. Por su parte, en el *Satyricon*, algunos esclavos se

---

<sup>745</sup>Desde luego, la música y la buena comida se enlazaban en el desarrollo del banquete con instrumentos como órganos hidráulicos, flautas y siringas y otros instrumentos de viento, pero también de cuerda y percusión, que Ateneo desarrolla y describe –Athen., *Deipnos.*, 4, 174B ss.-.

dedicaban a detalles tan nimios como servir el agua caliente, claro que esta delicada labor se encomendaba a unos carísimos esclavos de Alejandría -Petron., *Satyr.*, 68, 3-.

Y durante el banquete no solamente estaban los esclavos de la casa, ya que algunos invitados llevaron a esta celebración sus propios sirvientes, los cuales se sentaban junto a ellos, a sus pies -Petron., *Satyr.*, 68, 4-. Y además cantaban, recitaban versos o ponían en práctica sus habilidades. Estos esclavos también se compraban a un precio altísimo, como observamos en el ostentoso banquete de Trimalción, en el que un invitado singular, Habinas, llevaba uno de estos carísimos esclavos –le había costado trescientos denarios- al banquete de su anfitrión. Satirizando los excesos de su época, algunos de estos esclavos se situaban en la entrada del comedor y se ocupaban de que los comensales entraran en ellos con el pie derecho, marcando un protocolo muy riguroso -Petron., *Satyr.*, 30, 6-. Una vez instalados en el *triclinium*, los más cotizados esclavos alejandrinos lavaban las manos y los pies a los invitados, y a veces, como en casa de Trimalción, cantaban –Petron., *Satyr.*, 31, 5-7-. Y mientras se desarrollaba el banquete, decenas de esclavos rodeaban a los convidados, sirviéndoles varias golosinas, pan y uvas -Petron., *Satyr.*, 41, 6-8-.

Sí parece habitual, y no extraordinario o excepcional como en el resto del *Satyricon*, la presencia del *nomenclator*, que era un mayordomo conocedor de la importancia de su papel y que hacía de presentador de los invitados, diciendo su nombre en alto y asignándoles un lugar en el *triclinium*, según un estricto protocolo<sup>746</sup>.

Y más allá de la obra de Petronio, el mercado de estos esclavos de lujo eran producto de un comercio muy lucrativo, que se compraban por poco dinero y se vendían en Roma por cantidades desorbitadas. Todos ellos tenían un aspecto particular, con los cabellos largos y no cortos, como era costumbre -Mart., *Epigr.*, 11, 11, 1-. Y se ocupaban del servicio de mesa de lujo, sirviendo los más caros vinos en materiales excepcionales<sup>747</sup>.

---

<sup>746</sup>J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1998, p. 335.

<sup>747</sup>Para K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 444, los moralistas y satíricos se hicieron eco de la moda que los más ricos desarrollaron en torno a la belleza física, la elegancia y el cabello de los servidores de las mesas. Y hasta Juvenal daba a entender que aún más que la categoría de los vinos o la calidad de las comidas, eran los esclavos destinados a este servicio justamente el aspecto más distinguido –Iuv., *Sat.*, 5, 52-66; Sen., *Ad Luc.*, 47, 2-3-.

### 4.3. Instrumentos y útiles de mesa

El uso de los útiles marcaba la calidad de estos, que a su vez estaba vinculada con la categoría de la propia casa y la inclinación de los anfitriones por el buen servicio de mesa. Las vajillas más toscas, de cerámica, estarían por tanto, vinculadas a las cocinas o bien a los menos favorecidos.

En las mesas de las élites predominaban el cristal, la plata e incluso la cerámica fina y de excelente calidad<sup>748</sup>. Como señala García Vargas<sup>749</sup>, la presencia de cerámicas en provincias en época republicana sería un índice de romanización, cerámica elaborada con diferentes tipos de pastas y “enorme variabilidad morfológica... y su dependencia directa del universo formal itálico”, lo que nos lleva a reflexionar sobre lo extendido de los diferentes útiles de cocina y mesa en todo el territorio romanizado. No parece que lo generalizado de estas vajillas y cerámicas sea una novedad, y como señala el mismo autor en otro trabajo<sup>750</sup>, en los últimos años se ha puesto de relieve la “dimensión cuantitativa y cualitativa” de la demanda que este tipo de artículos mantuvo durante casi diez siglos.

Y como consecuencia, y para atender dicha demanda, la fabricación constante de las diferentes piezas, por parte de talleres locales en distintas áreas geográficas. El significado de esta cuestión planteada por García Vargas, es la repetición desde el punto de vista cultural de una forma de comer “a la romana”, que necesariamente se vería interpretada a través de productos y técnicas de idéntico origen. Esto originaría que la *koiné* mediterránea adquiriera cierta uniformidad en la inclinación por diferentes aspectos de la alimentación, en este caso en las cerámicas de mesa. Una cultura común puesta de manifiesto a través de

---

<sup>748</sup>Según M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 14, para definir las especies cerámicas: “el investigador ha acudido a criterios extraídos directamente de la consideración formal de las cerámicas o bien de su función”. Y por tanto, “Tradicionalmente, se vienen dividiendo las cerámicas en dos grandes apartados, evocados bajo la denominación de cerámicas de lujo o mesa y comunes...”

<sup>749</sup>E. GARCÍA VARGAS, “Producciones anfóricas tardorrepublicanas y tempranoaugusteanas del valle del Guadalquivir. Formas y ritmos de la romanización en Turdetania a través del artesanado cerámico” en D. Bernal Casasola y A. Ribera i Lacomba (eds. Científicos), *Cerámicas hispanorromanas II. Producciones regionales*, Cádiz, 2012b, p. 195.

<sup>750</sup>E. GARCÍA VARGAS y F. J. GARCÍA FERNÁNDEZ (eds.) Comer a la moda. Imitaciones de vajilla de mesa en Turdetania y la Bética occidental durante la Antigüedad (s. VI a.C.-VI d. C.), Barcelona, 2015, pp. 9-10.

este tipo de piezas y las formas de uso, que son el instrumento y expresión de dicha comunidad<sup>751</sup>.

#### 4.3.1. Vajilla

Como hemos visto en las cocinas, fueron muy numerosos los útiles y las variedades de éstos, y paralelamente en las mesas sucedió algo parecido con los instrumentos propios de esta. La clave para la elección de estos útiles era la riqueza del anfitrión, quién seleccionaba las piezas según sus gustos y posibilidades. Estas se fabricaban en diversos materiales, algunos de gran categoría como el oro y la plata, incluso en ocasiones estaban adornados con piedras preciosas, como destaca Juvenal -Iuv., *Sat.*, 12, 44; 5, 40-. Pero también el humilde vidrio, e incluso el barro, fueron algunos de los materiales utilizados y dentro de cada categoría, algunas piezas estaban labradas artísticamente y otras eran más sencillas, careciendo de aderezos, pero en cualquier caso, tanto las provisiones como la vajilla de plata estaban consideradas como parte del mobiliario -*Dig.*, 33, 10, 7-.

Desde luego, también las piezas de mesa sufrieron una evolución a través del tiempo, y el servicio de mesa realizado en la primera época republicana en barro, madera, vidrio y cobre, se transformó en época imperial en una serie de objetos mucho más lujosos, con dotación de piezas realizadas en marfil, carey y plata, oro y piedras preciosas (desde luego, en relación con la capacidad adquisitiva). Estos cambios estaban vinculados con los que analizamos y que afectaron en general al Sistema alimentario romano. Sin duda se vieron influidos por la llegada desde Oriente de las nuevas modas, tanto en la morfología de las piezas como en su elaboración con materiales más onerosos. En el s. I a.C. ya era visible la dicotomía entre el austero estilo antiguo de vida y las novedades helénicas y, para Cicerón: *Qua in re praetereo illud quod mihi maximo argumento ad huius innocentiam poterat esse, in rusticis moribus, in victu arido, in hac horrida incultaque vita istius modi maleficia gigni non solere. ut non omnem frugem neque arborem in omni agro reperire possis, sic non omne facinus in omni vita nascitur. in urbe luxuries creatur, ex luxuria existat avaritia necesse est, ex avaritia erumpat audacia, inde omnia scelera ac maleficia*

---

<sup>751</sup>Sobre los recipientes de cocina, su morfología y composición material, ver L. M. BANDUCCI, "Material evidence on diet, cooking and techniques", en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, 2019, pp. 36-50.

*gignuntur; vita autem haec rustica quam tu agrestem vocas parsimoniae, diligentiae, iustitiae magistra est*<sup>752</sup>.

Sin embargo, no todo era lujo, y en otros ámbitos, la reutilización se impondría...

---

### *Reaprovechamiento selectivo*

---

siempre que fuera en el servicio de mesa destinado al uso de los clientes más modestos, o en los hogares peor dotados. Muchos materiales se reaprovechaban: el cristal roto se reparaba con azufre y se volvía a utilizar para uso en la mesa, incluso había vendedores ambulantes que lo arreglaban a domicilio -Iuv., *Sat.*, 5, 46-. La demostración de cómo la reutilización era una realidad puesta en práctica para la reparación de diferentes materiales y en distintas capas sociales la observamos en una escena retratada por Petronio, que presenta a una anciana menesterosa reparando con pez una escudilla agrietada para poder comer en ella -Petr., *Satyr.*, 135, 3-4-.

Estos elementos de mesa eran objeto de regalo entre los amigos, o bien se utilizaban como pago de servicios prestados. Marcial explica cómo se desarrollan durante diez años los regalos que le hace su conocido Postumiano, que es alguien que mantiene con Marcial una relación de favor: el primer obsequio fue un plato que pesaba cuatro libras de plata. Los años posteriores devinieron en un plato de dos libras, posteriormente de una libra y de ocho onzas y así cada año, el regalo iba siendo de calidad inferior. Finalmente, Postumiano envió a Marcial menos cantidad de plata aún: una copita de media libra y al final, un liviano sacacaracoles. Estos fueron los regalos menos apreciados, por el escaso peso de la plata, y junto a las cucharas de este material, Marcial los consideraría regalos de tacaños -Mart., *Epigr.*, 8, 25-71.

De la misma forma que encontramos alimentos y platos distintos según el momento, y por supuesto en cada espacio<sup>753</sup>, también el servicio de mesa se ajustaba a cada ocasión,

---

<sup>752</sup>“El lujo se origina en la ciudad; del lujo nace -por necesidad- la avaricia, de la avaricia surge la osadía y de ahí se derivan todos los crímenes y delitos; en cambio esa vida rústica... es maestra de austeridad, de economía doméstica y de justicia” Cic., *Pro Rosc. Am.*, 75. Trad. J. ASPA CEREZA, *Cicerón. Discursos. En defensa del Sexto Roscio Amerino, En defensa de la Ley Manilia, En defensa de Aulo Cluencio, Catilinas, En defensa de Lucio Murena*, Madrid, 1991, p. 60.

<sup>753</sup>Según D. DOBREVA, A. RICATTO, M. TRIVINI BELLINI, “Globalised diet patterns in Mediterranean: the evidence of the cooking wares from Aquileia (ud), Italy”, *Rey Cretariae Romanae Fautorum Acta* 45, 2018, p. 315, las diferentes morfologías de cerámica de mesa de carácter local se encontraban vinculadas con un cierto fenómeno de globalización que no solamente afectaba a lo material, sino a las prácticas alimentarias y a un cierto estilo de cocina y práctica de técnicas culinarias. A su vez, estas se relacionaban con factores sociales, culturales y ambientales.

como destaca Columela -Colum., *R.R.*, 12, 3-. A la vez que evolucionaban morfológicamente las vajillas y cristalerías, y también el estilo de platos y los propios alimentos utilizados, cambiaron las costumbres romanas antiguas y aparecieron las nuevas prácticas de influencia griega y oriental. A Varrón este cambio le parecía nefasto ya que con ellas se esfumó la antigua austeridad de vida ¿exageración o realidad? -Varro., *Ling. Lat.*, 9, 21-. También refleja este hecho Marcial que habla de los excesos en las vajillas de su época, y aunque la correspondencia entre los datos, las monedas, la plata y el valor de ambos factores están notablemente satirizados por el caústico autor, según su texto: una batería no demasiado surtida podía costar un millón de sestercios, teniendo en cuenta según Marcial, el precio de una libra de plata era de cinco mil sestercios<sup>754</sup> -Mart., *Epigr.*, 3, 62-.

Muchas piezas llegaron a manos romanas por medios poco ortodoxos, como aquellas de plata que Verres acaparó en Siracusa y que formaban parte de una riquísima herencia perteneciente a Heraclio. Verres se apoderó de gran cantidad de plata cincelada, labrada, bien trabajada y con un peso muy elevado, acaparando así una enorme fortuna - Cic., *Verr.*, 2, 14, 35-37-.

Y como muestra de la imaginación puesta a disposición de la gastronomía, observamos una receta de Apicio, *Sala Cattabia*, de la que hay varias versiones, en una de las cuales se sirve el plato en el interior de un pan alejandrino al que se retira la miga: *Panem Alexandrinum excavabis, in posca macerabis... insuper nivem et inferes* -Apic., *De re coq.*, 127-.

---

<sup>754</sup>Sobre el lujo en Roma como concepto y como expresión de una época ver R. THIRKELL, "Luxury at Rome: *avaritia, aemulatio* and the *mos maiorum*", *Ex Historia* 6, 2014, pp. 117-143. Con respecto a la equivalencia entre la libra de plata y el sestercio, E. Melchor Gil equipara en su artículo: "Inscripciones evergéticas hispanas con indicación del coste de las liberalidades realizadas", en F. Chaves Tristán y F. J. García Fernández (eds.) "*Moneta qua scripta*. La moneda como soporte de escritura", *Anejos de AEspA XXXIII*, Sevilla, 2004b, pp. 255-264, el coste de algunas acciones evergéticas con datos económicos concretos, lo que facilita el situarnos en el ámbito de las liberalidades de este tipo de donaciones y regalos. Por su parte, para las relaciones entre las unidades de valor que componen el sistema monetario, ver P. TEMIN, "La economía del Alto Imperio romano", *Procesos de mercado: revista europea de economía política* 2, 2009, p. 272. Y con respecto al valor de las monedas, los precios y la inflación, ver R. P. DUNCAN-JONES, *Money and government in the Roman Empire*, Cambridge, 2006, pp. 20-25.

### 4.3.2. Copas

A través del tiempo los antiguos recipientes utilizados para beber cayeron en el olvido. Y así, los *sinos* y las *cápuas* se sustituyeron por las copas<sup>755</sup>. Estas últimas eran de tradición griega, y Varrón considera que en la Roma de su tiempo eran inusuales -Varro., *Ling. Lat.*, 9, 21-. De nuevo podemos ver cómo las novedades –gustaran o no- fueron una evidencia de los cambios que se producían a diferentes niveles. En el caso del servicio de mesa se modificaba tanto la morfología de las piezas como los materiales. Así, las viejas tradiciones romanas se vieron suplantadas por la modernidad de la suntuosa moda helenística<sup>756</sup>.

La riqueza de los nuevos servicios de mesa era impresionante: los materiales eran exquisitos. Algunas piezas estaban realizadas en fino cristal, plata y oro, cerámica selecta, metal e incluso algunos materiales sin determinar. Entre los más apreciados se encontraban la fluorita y el cristal -*Dig.*, 33, 11-. Tanto este último como el vidrio o la fayenza se utilizaban para fabricar copas y tazas<sup>757</sup> aunque casi nunca para fabricar vajillas completas, según Forbes<sup>758</sup>.

Si bien eran materiales relativamente novedosos en el mundo romano, no eran realmente nuevos en el entorno mediterráneo ya que todos ellos fueron conocidos y utilizados en el antiguo Egipto, sobre el 1500 a.C., así como en Mesopotamia, Fenicia,

---

<sup>755</sup>Los *sinos* corresponden a unos cuencos utilizados para beber vino, y las *capulas* se vinculan a la morfología de tazas o tazones. Como en este caso, los cambios morfológicos de las diferentes piezas de cocina o mesa, observados a lo largo del tiempo, nos indican que los hábitos alimentarios estaban sufriendo cambios. Se producía una transformación, por lo que como señala M<sup>a</sup>. V. PEINADO ESPINOSA, *op. cit.*, Cádiz, 2012, p. 403, la producción de estos nuevos tipos indicaba que las técnicas culinarias y la alimentación, se encontraban en constante evolución.

<sup>756</sup>Algo que no solamente ocurriría en Roma, sino en todo el ámbito mediterráneo, como señala M<sup>a</sup> D. SÁNCHEZ DE PRADO, *La vajilla de vidrio en el ámbito suroriental de la Hispania romana. Comercio y producción entre los s. I al VII d.C.*, Alicante, 2018, p. 391, quién destaca que la vajilla de época altoimperial en el Levante español, estaba formada por un repertorio de modelos variados, importados de los modelos de talleres italianos. Una artesanía, según la autora, que iría introduciendo novedades durante el s. I d.C., alcanzando su apogeo hasta el s. III.

<sup>757</sup>Sobre la tipología de tazas de vidrio encontrados en Pompeya, de tipología muy variada, ver S. MORSIANI, "Vetri", en A. Coralini, *Pompei. Insula IX 8. Vecchi e nuovi scavi (1879- )*, Bologna, 2017, pp. 710-711.

<sup>758</sup>R. J. FORBES, *op. cit.*, 1966, p. 112. A pesar de lo cual encontramos platos y fuentes realizados con este material, ver S. MORSIANI, *op. cit.*, 2017, pp. 2009-2010



Palestina y Siria<sup>759</sup>. En cuanto a la manufactura del cristal destinada al mundo grecorromano, Egipto tenía prácticamente el monopolio, aunque también tuvo algunos competidores como Siria y Fenicia. Ateneo comenta que algunos objetos de cristal pertenecientes al servicio de mesa fueron tan lujosos y apreciados como otros de oro o plata. Entre todos ellos existió uno extraordinario tanto por su tamaño como por su calidad: una fuente enorme realizada en vidrio que se sirvió en la mesa repleta de diferentes pescados, anécdota que recoge Ateneo –Athen., *Deipnos.*, 4, 129D-.

Este vidrio de la Antigüedad tuvo grandes problemas con su mantenimiento ya que no era puro, y en su composición podían entrar aire, agua y otras impurezas en forma de burbujas, que terminaban favoreciendo la rotura del objeto<sup>760</sup>. Plinio explica que en Siria se recogía cierta arena de buena calidad para fabricar cristal, y narra la leyenda acerca de la forma en que se descubrió la cualidad de esta arena para convertirse en pasta modelable<sup>761</sup> –Plin., *N.H.*, 36, 190-199-.

También explica Plinio que durante la época de Tiberio se descubrió una pasta modelable e irrompible, aunque desgraciadamente, este emperador ordenó la destrucción de la fábrica del inventor para que su producción no compitiera con los metales preciosos, ya que los costes de fabricación de este nuevo material eran muy inferiores –Plin., *N.H.*, 36, 195-. Petronio también recoge esta anécdota con un final diferente, y es que en su versión el inventor fue asesinado para que no pudiera divulgar el secreto de la manufactura de este material –Petr., *Satyr.*, 51-.

Como vemos, el problema con las roturas de vidrio fue importante, por dos factores, en primer lugar debido a la escasez de este material y en segundo lugar, debido al alto precio que tenían las piezas de cristal –*Dig.*, 9, 2, 27-29-. Para fabricar una pieza de mesa – que era normalmente una copa-, los artífices de los vasos de vidrio necesitaban una gran cantidad de materia prima, otra de las causas de los altos precios, como destaca Marcial:

---

<sup>759</sup>R. J. FORBES, *op. cit.*, 1966, pp. 120-155.

<sup>760</sup>R. J. FORBES, *op. cit.*, 1966, pp. 155-158.

<sup>761</sup>Sobre los orígenes de las arenas que daban lugar a este vidrio, en Italia, ver D. BREMS y P. DEGRYSE, “Western Mediterranean sands for ancient glass making”, en P. DEGRYSE, *Glass Making in Greco-Roman World*, Leuven, 2014, pp. 27-50, quienes sugieren que tras la localización de estas, se transportaba el material a diferentes centros de producción de vidrio, destacando la posible existencia de diversos centros de industria del vidrio al oeste del Mediterráneo, en las costas de las actuales España, Francia e Italia.

*Calices vitrei. Aspicias ingenium Nili: quibus addere plura. dum cupit, a quotiens perdidit auctor opus!* -Mart., *Epigr.*, 14, 115-.

Otro material con el que se fabricaron copas fue la murrina, un elemento de coste elevado y muy apreciado<sup>762</sup>. Su singularidad, según constatan las fuentes, consistía en que era capaz de aportar un especial sabor a los líquidos contenidos<sup>763</sup>. Originaria de Egipto y producto de un comercio de importación de lujo, su adquisición se consideraba un gran despilfarro<sup>764</sup>. Pero el alto precio de la murrina estaba justificado por lo costoso del viaje, por la calidad del material y por lo exótico de la procedencia -Mart., *Epigr.*, 11, 11, 1-. Era más frágil y quebradiza que cualquier otro producto, y hasta los criados la trataban con mucho respeto y temor por miedo a que se rompieran las copas elaboradas con murrina,

---

<sup>762</sup>Unas copas talladas en fluorita, un material difícil de trabajar, y para prevenir las roturas y grietas, se iba impregnando gradualmente en resina, lo que daba un agradable aroma al vino que contenían dichas copas. Se usaban distintos tipos de resinas, pero especialmente la mirra. Los vasos murrinos provenían de Partia, y llegaron a Roma después de la Guerra de Mitrídates, en el 63 a.C., como señala A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 223.

<sup>763</sup>La fuente que mejor y más detenidamente explica las características de la murrina es Plinio: *Amplitudine numquam parvos excedunt abacos, crassitudine raro quanta dicta sunt potoria. splendor est iis sine viribus nitorque verius quam splendor. sed in pretio varietas colorum subinde circumagen- tibus se maculis in purpuram candoremque et tertium ex utroque, ignescente veluti per transitum coloris purpura aut rubescente lacteo. sunt qui maxime in iis laudent extremitates et quosdam colorum repercussus, quales in caelesti arcu spectantur. iam aliis maculae pingues placent —tralucere quicquam aut pallere vitium est— itemque sales verrucaequae non eminentes, sed, ut in corpore etiam, plerumque sessiles. Aliqua et in odore commendatio est* -Plin., *N.H.*, 37, 21, 2-. Según E. CONDE GUERRI, *La sociedad romana en Séneca*, Murcia, 1979, p. 244, la murrina era un material transparente o semitransparente, y "...la murra o materia prima ha sido definida por las fuentes antiguas como un mineral cuyo espesor excede con dificultad el del vidrio y posee variadas coloraciones". Sobre la murrina, Séneca explica la diferencia entre el cristal y este otro material -Sen., *De benefic.*, 7, 9, 2-4; *Ep.*, 119, 3-. A. LOEWENTAL y D. HARDEN, "Vasa Murrina" *Journal of Roman Studies* 39, 1949, pp. 31-37. Sin embargo, para D. DEL BUFALO, *Murrina Vasa, a Luxury of Imperial Rome*, Roma, 2006, p. 1, la murrina: "In my opinion, the material that murrhine vases were made of, was simply brownish agate, of which numerous and well-known ancient vases and bowls have passed down to us, conserved integrally or in fragments in various museums and treasuries, such as in the Treasury of San Marco, the Museo degli Argenti or the Capitoline Museum... My conviction is strengthened, I believe, by a simple linguistic consideration. To date, no one has noticed that the adjectival form murrinus, generally attributed to vasa or pocula, can, in all likelihood, be linked to a root found in Indo-Iranian languages, mudra in Sanskrit and muhr in Middle Iranian, the main meaning being a seal. I don't think I am going too far from the truth to suppose that the adjective murrinus alludes to a hardstone (thus chalcedony or agate) that seals were made of". Sin embargo, a pesar de su opinion, el mismo autor contrasta con la suya otras teorías divergentes, como que la murrina estaba fabricada de mirra, o que era un tipo de porcelana, incluso que estaba fabricada con restos de conchas, entre las que se encontraba el múrex, p. 4. En cualquier caso, no contempla lo que las fuentes indican sobre el sabor que aportaba a los líquidos contenidos en recipientes fabricados en murrina.

<sup>764</sup>R. J. FORBES, *op. cit.*, 1966, p. 170.

cosa que, como señala Marcial, ocurría fácilmente si se llenaban de agua caliente: *Et nimium calidis non vitiantur aquis* (en este caso, justo al contrario, por comparación de unas copas resistentes con otras frágiles) -Mart., *Epigr.*, 12, 74-. Pero esta característica de la murrina era una moneda de dos caras ya que una de sus mejores cualidades era que al llenarse de vino tibio o caliente éste adquiría un sabor delicioso, según Marcial: *Murrina. Si caldum potas, ardenti murra Falerno. convenit et melior fit sapor inde mero* -Mart., *Epigr.*, 14, 113-.

Las de murrina no fueron sin embargo, las copas más lujosas ya que además de las  


---

*Murrina,*  
*un delicado material*

---

piezas fabricadas en este material existieron otras cinceladas en oro o plata y repletas de piedras preciosas. Al estilo de las que poseía un personaje retratado por Juvenal, Virrón, poseedor de unas copas de materiales nobles e incrustaciones de ámbar y berilo: *Virro tenet phialas: tibi non committitur aurum, vel, si quando datur, custos adfixus ibidem qui numeret gemmas... praeclara illi laudatur iaspis* -Iuv., *Sat.*, 5, 38-50-. Las copas fabricadas en estos materiales se reservaban para disfrute de los propietarios o para el uso de invitados selectos, no estando a disposición de cualquier invitado a un banquete. Si por casualidad dichas copas se acercaban a los invitados más modestos -cosa que ocurría muy raramente- se les colocaba al lado un vigilante para que la pieza no se perdiera y para evitar el robo de alguna de las gemas incrustadas. Al estilo de Virrón, personaje descrito por Juvenal, algunos particulares que ostentaban un gran lujo en su atuendo personal, que exhibían preciosos anillos y ropas, también disfrutaban de ricos servicios de mesa. Este Virrón, en particular, poseía unas bellas copas incrustadas con piedras preciosas. Sin embargo, estas riquísimas copas no eran para homenajear a todos los invitados, y así, a los clientes y libertos se les ofrecía una copa de mal vidrio, arreglada un sinnúmero de veces con azufre por un artesano ambulante. En la otra cara de la moneda se encontraban los ricos tacaños, que para aparentar que no lo eran, servían el vino fresco, recién embotellado, “plomizo”, en copas de oro<sup>765</sup>. En ocasiones extremas, tras un banquete en el que los ánimos se habían alterado, si se producían riñas, los objetos del servicio de mesa podían

---

<sup>765</sup>*Cum potes amethystinos trienteset nigro madeas Opimiano, propinas modo conditum sabinumet dicis mihi, Cotta, “Vis in auro?” quisquam plumbea vina volt in auro?* -Mart., *Epigr.*, 10, 49-.

convertirse en armas blandidas por unos y otros comensales: *Inter vos quotiens libertorumque cohortem pugna Saguntina feruet commissa lagona* -Iuv., *Sat.*, 5, 28-.

Sin embargo, es necesario reseñar la existencia de vajillas cerámicas sencillas y cotidianas, utilizadas en otros ámbitos modestos o cotidianos, y elaboradas como sencillos *instrumentum domesticum*, cerámicas comunes que según Beltrán<sup>766</sup>, cuya clasificación a pesar de los años desde la publicación de su trabajo sigue siendo válida, podríamos clasificar en: a) Menaje de mesa, b) Menaje de cocina y despensa, c) Contenedores de consumo/almacenaje y transporte, d) Recipientes de lavado o tratamientos diversos, f) Instrumentos de preparación de sustancias. Igualmente, M<sup>a</sup> D. Sánchez de Prado<sup>767</sup>, divide el material de vidrio en ciertos tipos: a) Según los recipientes para servir o almacenar alimentos (entre los que incluye botellas, jarros, frascos, ollas y tarros y embudos), b) Según el servicio de mesa, recipientes para beber (vasos, cuencos y copas), y los recipientes auxiliares como diversos platos y cuencos, c) Varios tipos de instrumentos, como removedores.

#### 4.3.3. Ropa de mesa

Por su parte, las mesas estaban vestidas para la hora del banquete, y dotadas de manteles y servilletas sobre los que se colocaba el servicio de mesa. Una de las obligaciones del invitado era aportar su propia servilleta *-mappa-* al convite, mientras el anfitrión ponía de su cuenta los manteles. Estas servilletas tenían un gran tamaño y se permitía que los invitados introdujeran en ellas los restos de la comida y se la llevaran, a modo de bolsa. Por supuesto que servían para limpiarse las manos y la boca, como destaca Juvenal -Iuv., *Sat.*, 5, 28-. Marcial se quejaba de que otro invitado, Hermógenes robaba las de sus compañeros de mesa, hurtando, a la vez que la servilleta, la posibilidad de limpiarse y de envolver en ellas los restos de comida y los regalos –que también se entregaban a los invitados-. Por tanto, si Hermógenes no podía robar ninguna servilleta, se llevaba el mantel, los cobertores

---

<sup>766</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 34. Aunque el autor reconoce que “muy raramente se incorporan criterios de funcionalidad aplicados al estudio global de las cerámicas que aparecen en nuestros yacimientos”, es cierto que también, y precisamente por este motivo, incorpora a su obra las utilidades de las cerámicas comunes, reconociendo que también resulta a veces “muy difícil identificar con certeza los distintos recipientes”.

<sup>767</sup>M<sup>a</sup> D. SÁNCHEZ DE PRADO, *op. cit.*, Alicante, 2018, pp. 224-240; 241-267; 267-276.

de los *triclinia* y, señala Marcial irónicamente ¡los toldos con que se cubrían los edificios durante los espectáculos!, y así: *Praetori mappam surpuit Hermogenes attulerat mappam nemo, dum furta timentur: mantele a mensa surpuit Hermogenes. hoc quoque si deerit, medios discingere lectos mensarumque pedes non timet Hermogenes. quamvis non modico caleant spectacula sole, vela reducuntur, cum venit Hermogenes* –Mart., *Epigr.*, 12, 28-. Por su parte, Heliogábalo ponía en la mesa tantas servilletas como platos le iban a servir a él, y hacía bordar o tejer en los manteles las imágenes de las mismas comidas que tomarían durante el banquete –SHA., *Heliog.*, 27-. Tras disfrutar de una cena, las servilletas de los glotones que compartían la mesa con Marcial, volvían llenas de comida a sus casas –Mart., *Epigr.*, 7, 20, 13-. Y si los comensales eran avaros o estaban necesitados, vendían el contenido de las servilletas al día siguiente<sup>768</sup>.

Las servilletas se utilizaban para cualquier cometido durante la comida, incluso en actos no estrictamente vinculados con la comida, como en un comportamiento grosero

---

*El confort durante los banquetes* hacía el personaje de Petronio, Trimalción, secándose la frente de sudor con la servilleta antes de limpiarse las manos con perfume –Petron., *Satyr.*, 4-. Este personaje, espejo deformador y sátira de todos los excesos romanos, llevaba una servilleta

---

anudada al cuello durante la cena, la cual se adornaba con una franja roja o púrpura, color especialmente costoso. También se adornaba con volantes, en un gesto de opulencia llevada a la última minucia. Pero no debemos olvidar que Trimalción, personaje ficticio inventado por Petronio, personaliza un novedoso estatus social: el del liberto enriquecido que se encontraba deseoso de demostrar su riqueza: un nuevo rico cuyas actuaciones son todas deliberadamente disparatadas –Petron., *Satyr.*, 32-.

En cualquier caso, y más allá de las grotescas pantomimas del *Satyricon*, los *triclinia*, cubiertos con ropas especiales, cobertores y cojines, formaban parte del espectáculo del banquete. Por diversos motivos, por ejemplo, los manteles servían para proteger las mesas y los delicados materiales con que estaban fabricadas –Mart., *Epigr.*, 9, 59, 7-. Aunque los manteles se retiraban al finalizar la comida, el colmo de la

---

<sup>768</sup>Existen multitud de referencias en las fuentes a estas servilletas de tamaño enorme, como las de Marcial, Plinio o Varrón, en cualquier caso, coincidentes –Mart., *Epigr.*, 2, 37, 7, 20; Plin., *min.*, *Ep.* 2, 14, 4; Varro., *Ling. Lat.*, 9, 47; Plin., *N.H.*, 19, 19. Por su parte, P. FOSS, describe idéntico doble uso para las servilletas, ver P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 20; N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 66.

magnificencia era cambiarlos cada vez que se presentaba un nuevo servicio, de la misma forma en que se retiraban los restos de los platos anteriores. Y paralelamente a lo que sucedería con las recetas y los platos, en la presentación de la mesa también se produjeron excesos con respecto a la decoración, al perfumado y a su preparación, aspectos satirizados por Juvenal: *Ergo superbum convivam caveo, qui me sibi comparat et res despicit exiguas* – Iuv., *Sat.*, 11, 130-. Colchas, telas de escarlata, cojines importados del Nilo, tintes aromáticos de Sidón..., todo ello formaba parte de la ropa de mesa que adornaba el *triclinium*, como destaca Marcial: *Zoilus aegrotat: faciunt hanc stragula febrem. si fuerit sanus, coccina quid facient? quid torus a Nilo, quid Sidone tinctus olenti? ostendit stultas quid nisi morbus opes?* -Mart., *Epigr.*, 2, 16-. También se bordaban los manteles y ropa de mesa, como los de la mesa de Trimalción, cuyo dibujo representaba redes, cazadores y el equipo completo de caza -Petron., *Satyr.*, 40-.

#### 4.3.4. Otros instrumentos

Además de vajillas, cristalerías, cuberterías y ropa de mesa, los banquetes requirieron más menaje para el servicio. Este conjunto de piezas, como sucedía con el anterior, se caracterizaba por las posibilidades económicas del anfitrión, lo que le facilitaría la posesión de mayor número de piezas, mejores y más variadas. Algunos de estos elementos fueron soperas, salseras, fuentes de servir, cuchillos para trinchar y diversos objetos necesarios o incluso superfluos –simplemente decorativos-, que sencillamente enriquecían estéticamente las piezas del servicio de mesa. Hasta tal punto había pequeñas minucias para hacer más grato el banquete que Petronio presenta a un zafio Trimalción sentado a la mesa, limpiándose los dientes con un hilo de plata -Petron., *Satyr.*, 33-. Mientras aquel realizaba esta operación, hablaba y conminaba a sus invitados a seguir comiendo.

Entre este conjunto de piezas había, por ejemplo distintos tipos de mondadientes, algunos eran sencillos como los que se sorteaban durante las comidas a las que asistía el poeta Marcial, y estaban hechos de madera de lentisco, con una púa  
 \_\_\_\_\_ *Mondadientes* de madera o incluso con una pluma, según este autor: *Dentiscalpium*  
 \_\_\_\_\_ *lentiscum melius: sed si tibi frondea cuspis. defuerit, dentes pinna levare potest* -Mart., *Epigr.*, 14, 22-. Las diferencias de calidad en cuanto a los instrumentos

utilizados en el servicio de mesa tenían relación no solo con el poder adquisitivo del anfitrión, sino también con la categoría de los invitados, como sucede con el resto de los elementos del banquete. Juvenal presenta un banquete de élite, en el que son muy notorias una serie de diferencias entre los comensales, y mientras a un grupo selecto se le servían buenos platos en materiales nobles, a los más humildes se les servía el agua y el vino con jarras saguntinas, unas botellas baratas de barro originarias de Sagunto -Iuv., *Sat.*, 5, 29-.

#### 4.4. Horarios y distintas comidas

A lo largo del día se hacían varias comidas, algunas más importantes que otras, tanto por su propio contenido gastronómico –los propios platos, el menú- como por lo que suponía cada una de ellas de representación social. Y aunque algunas de estas comidas eran complejas, otras eran sumamente sencillas y se reducían a una mínima expresión: satisfacer la necesidad de sostenimiento vital.

##### 4.4.1. Desayuno

La primera de las comidas del día era el desayuno o *ientaculum*, caracterizado por ser breve y ligero, y que se tomaba al salir el sol, al iniciar la jornada<sup>769</sup>. En este desayuno, poco planificado y nada estructurado, se comía un poco de pan, algo de queso o bien se aprovechaban los restos de la cena del día anterior y a veces se acompañaba de algo de carne fría, aunque los más frugales tenían suficiente con un poco de queso de los Vestinos, como señala Marcial -Mart., *Epigr.*, 13, 31-. Era una comida que se celebraba sin protocolo alguno, incluso de pie, tomando algo ligero y rápido para no consumir tiempo ni recursos en ello, incluso muchas veces era un simple vaso de agua.

En sus desayunos, Séneca ingería sencillamente algo de pan seco, y para ello no se ponía la mesa, ni siquiera era necesario lavarse antes, tan breves y frugales eran estos: *Panis deinde siccus et sine mensa prandium, post quod non sunt lavandae manus* –Sen., *Epist.*, 83, 6-. En realidad, el desayuno romano no era una comida como tal, más bien era

---

<sup>769</sup>E. SALZA PRINA, *op. cit.*, 1983, p. 21. Por su parte, I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 2, señala además con respecto al desayuno de adultos y niños que: “For an adult this meal generally consisted of leftovers from the previous evening... while the children would have milk and sweet or salted focaccias. Then a long day of work would begin”.

un tentempié que refrescaba y proporcionaba las fuerzas mínimas para comenzar la jornada, siendo ligero y frugal en cualquier caso<sup>770</sup>. El desayuno resultaba una comida muy escasa, aunque variaría necesariamente según la actividad realizada ya que por ejemplo, la necesidad de poner en práctica la fuerza física en la labor del campesino requeriría con seguridad un mayor aporte calórico, como apunta J. Carcopino<sup>771</sup>. Entre los grupos que sí tomaban un desayuno estaban los niños, para los que los panaderos elaboraban unos bollos o panecillos especiales: *Surgite: iam vendit pueris ientacula pistor. cristataeque sonant undique lucis aves* –Mart., Sat., 14, 223-.

Hay una escena que nos describe cómo son esas primeras horas de la mañana, el tipo de desayuno y cómo se elaboraba. De carácter literario, el protagonista es Símulo, el campesino que retrata Virgilio en su obra *Moretum*, quién, temeroso del escaso alimento de la jornada: *Simylus exigui cultor cum rusticus agri, tristia venturae metuens ieiunia lucis...* -Vir., *Mor.*, 4-6-, y medio dormido, lo primero que hace al levantarse es comprobar si queda algo de brasa en el fuego inerme por el paso de las horas nocturnas, para poder cocinar algo en él<sup>772</sup>. Símulo se afanaba en preparar el alimento que da nombre a la propia obra, *Moretum*, por lo que antes de ir a labrar la tierra con ayuda de bueyes, que era una labor dura y pesada, tomaban, él y Escíbale, su esclava negra, una mezcla de queso, sal, ajo y otras hierbas como apio, ruda y cilantro, aceite y vinagre. También preparaba pan, para acompañar el *Moretum*, lo hornea en el fuego avivado y ambos lo comen juntos. Tanto esfuerzo estaba justificado naturalmente por la necesidad de nutrirse y asegurarse una reserva calórica antes de dedicarse al trabajo del campo. El campesino sabía que sin fuerzas no podía aplicarse a la dura labor agrícola, y que esas fuerzas provenían del alimento. Y como es natural, la diferencia entre los tipos de vida propios del medio rústico o del urbano, quedaría de manifiesto en formas dispares de alimentarse. Esto lo observamos en los productos utilizados como desayuno en el anterior poema, pero también en elaboraciones propias de una ciudad, como era el variado surtido de comidas que era posible adquirir ya hechas. Los niños eran un público fiel que cada mañana desayunaba un cierto tipo de pan o

---

<sup>770</sup>Tan ligero que con frecuencia se componía de pan y queso, sencillamente, como vemos en la obra de Apuleyo -Apul., *Met.*, 1, 18, 8-.

<sup>771</sup>J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1989, p. 331.

<sup>772</sup>Trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *op. cit.*, 1990, p. 575.



bollos que compraban en las panaderías al amanecer<sup>773</sup>. Era una costumbre que formaba parte de un tipo de vida muy distinto a la que se realizaba en el campo, y que nos muestra cómo la vida en las grandes ciudades ofrecía una serie de comodidades que resultaban imposibles allí.

Del confort de las ciudades volvemos al medio rural, al análisis del Sistema alimentario de los campesinos, quienes pasaban con frecuencia toda la jornada fuera de la casa y que necesariamente debían ir provistos de comida a su labor: *Tum etiam, cum victus et cultus humanus non, uti feris, in proapatulo ac silvestribus locis sed domi sub tecto adcurandus erat, necessarium fuit alterutrum foris et sub divo esse, qui labore et industria*

---

### *Alimentación y trabajo intenso*

*compararet...* -Colum., *R.R.*, 12, *praef.* 2-. A veces, los esclavos simulaban alguna enfermedad -que seguramente no era más que cansancio- y los caseros responsables sabían que era mejor dejarles descansar unos días antes que enfermaran agotados por un trabajo excesivo -Colum., *R.R.*, 12, 3-. Y ¿para reponerse? Sueño, descanso y... alimentos. Columela explica detenidamente los cuidados que había que tener con los esclavos que conformaban la mano de obra agrícola, así como datos sobre su aspecto físico y fuerza, como la talla, la corpulencia y las habilidades que debían poseer para poder realizar labores concretas -Colum., *R.R.*, 1, 9-. También señala Columela cómo el señor debía cuidar por sí mismo la calidad de la comida y bebida con que se alimentaban sus esclavos, probándolas para asegurarse de su calidad -Colum., *R.R.*, 1, 8-.

Al contrario que en la ciudad, en el campo no era suficiente tomar una cena abundante al acabar la jornada. Así, el hombre que salía a hacer una labor dura al amanecer necesitaba un desayuno y algo más de comida durante el día para reponer fuerzas<sup>774</sup>.

---

<sup>773</sup>“Levantaos: el panadero ya les está vendiendo el desayuno a los niños” -Mart., *Epigr.*, 14, 223-. Trad., J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 414.

<sup>774</sup>La mejor dieta es la dieta adecuada, entendiendo dieta como conjunto de necesidades nutricionales para un individuo concreto. Así, la dieta para el trabajador agrícola, está bien estudiada en el mundo antiguo por los propios agrónomos, como hemos visto en el caso de Columela o Catón, pero más aún por la medicina, ya que el propio Galeno consideraba que la alimentación era la parte principal del mantenimiento de la buena salud, y según él, cada hombre vive un género de vida diferente, y como estos son muy variados, en realidad cada una de estas circunstancias requeriría una forma concreta de dieta -Gal., *S., T.*, 6, 82K-, según analiza P. VOLPE CACCIATORE, “El régimen según Galeno”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, 2000, p. 94, quién añade que “las naturalezas de los cuerpos son clasificables en abstracto, desde el momento en

Gracias al detenimiento con que Columela detalla a lo largo de su obra el alimento para los animales y las características de cada cultivo, sabemos que conocía perfectamente la necesidad de una dieta que pudiera reponer a la mano de obra, fundamentalmente compuesta por esclavos. Para ellos había comida corriente, sólida, producida en el fundo, que les acompañaría para reponerse a lo largo del día, alimentos como el vino, las aceitunas, el pan o tortas duras para empapar en el vino también frutas de temporada o pan de higos, higos secos o masa de aceitunas para acompañar el pan -*Dig.*, 3, 5, 21, 22-. Cualquier cosa que produjera la tierra y cuyo proceso de cocinado no diera mucho trabajo.

Y es que la cantidad de hombres necesarios para hacer productiva la tierra, y su calidad como braceros o trabajadores especializados, obligaba necesariamente a que el dueño los alimentara eficazmente si quería rentabilizar la inversión realizada en mano de obra humana, como destaca Catón: *Quo modo oletum agri iugera CCXL instruere oporteat. vilicum, vilicam, operarios quinque, bubulcos III, asinarium I, subulcum I, opilionem I, summa homines XIII* -Cato, *Agr.*, 10-. La alimentación de los campesinos, por su parte, era una inversión imprescindible, no solamente por motivos humanos o morales, simplemente como inversión ya que los esclavos bien formados se cotizaban a un alto precio. Incluso se llegaba a alimentar e instruir a niños, los cuales se vendían al llegar a su madurez, y que debido a la formación especializada que habían recibido, podían alcanzar un alto precio en el mercado -*Dig.*, 19, 5, 13, 1-.

#### 4.4.2. Entre horas

Por otro lado, en el medio urbano cualquiera podía acercarse a los numerosos vendedores ambulantes y *thermopolia* que había por todas partes. En ellos se podía comprar comida caliente y fría, salchichas, buñuelos, tortas de pan o dulces, queso, vino y todo tipo de guisos, tanto para comerlos como para llevarlos a casa<sup>775</sup>. Las posibilidades alimentarias eran muy amplias, y variaban según los gustos y necesidades personales de cada uno<sup>776</sup>.

---

que se van concretando día a día, y precisamente en relación con los alimentos... con los modos y prácticas de vida”.

<sup>775</sup>I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 2.

<sup>776</sup>No hay que olvidar las raíces rurales de la antigua Roma, que fuentes como Catón y Columela describen con tanto detalle. Así, si bien una parte de la elección alimentaria está en relación con el gusto, en primer lugar estaba condicionada por el espacio donde se vivía, campo o ciudad, y las posibilidades aportadas por ambos medios. Es una primera diferencia muy significativa como

Y tras el desayuno y la jornada de trabajo llegaba un ligero almuerzo, el *prandium*, que se realizaba a media mañana y al estilo del desayuno, tomando algo frío, rápido y casi sin cocinar, incluso algún resto del día anterior. Como sucedía con algunos desayunos, no merecía la pena limpiarse las manos después por la escasa cantidad de alimento ingerido -Sen., *Epist.*, 83, 6-. Ni siquiera se celebraba con los amigos, era simplemente un pequeño sustento para restaurar las fuerzas. Augusto tomaba cualquier cosa: un poco de pan basto, queso, higos, dátiles o pasas ya que era muy parco y austero -Suet., *Aug.*, 76-. Séneca también almorzaba ligero, y su menú consistía en algo de pan y unos higos, incluso solamente higos secos -Sen., *Ad Luc.*, 87, 3-.

#### 4.4.3. Aperitivos

Casi como un primer plato en las cenas, el aperitivo servía, como lo hace actualmente, para abrir el apetito, procurando no saciar a los comensales para que pudieran disfrutar de las delicias de la comida. Y más que un acto independiente o aislado del conjunto, era una parte del banquete, los inicios, fase denominada *gustatio* o *promulsis*, y como señala P. Foss, se trataba de la primera de las tres fases de que constaba la cena de las élites, pero perfectamente encajada en la totalidad del banquete<sup>777</sup>. Y como sucedía con el resto de las comidas, existía una versión exquisita de los aperitivos y una vulgar, como señala Marcial, y en estas últimas había: *Viles Cappadocae gravesque porri, divisis cybium latebit ovis*<sup>778</sup>.

Comunes a todo tipo de comidas debían ser las aceitunas en salmuera, que llama Ateneo *kolymbádes* -Athen., *Deipnos.*, 133A-. Pero no sólo a todos los banquetes, sino a todos los tiempos, y este mismo autor recuerda los aperitivos de los antiguos, que

---

señala I. GOZZINI GIACOSA: "Those roman citizens who lived in rural areas or who owned large estates made few purchases of either was complete self-sufficiency. But city dweller in general, obviously unable to cultivate crops, relied more and more, as time went on, upon an increasing number of shops for their needs". Además, la cercanía y calidad de los mercados era un tercer factor a tener en cuenta, y Roma fue muestra de la calidad de dichos mercados: "Rome itself, whose importance grew steadily through the duration of the Empire, witnessed the development of large marketplaces. For example, the various shops originally established around the Forum were brought together in 179 a.C. in the Macellum, a single building that embraced this diversified selection like an Oriental covered bazaar". I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 17.

<sup>777</sup>P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 29.

<sup>778</sup>"Vulgares lechugas de Capadocia y pesados puerros... y aún oculto bajo rodajas de huevos" -Mart., *Sat.*, 5, 78, 3-5. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, p. 250.

comenzaban por dichas aceitunas, y continuaba con cigarras y *kerkopai*<sup>779</sup>, nabos encurtidos en vinagre y granos de mostaza, así como ensaladas agrias –Athen., *Deipnos.*, 4, 133B-E. Y misión del aperitivo era animar a comer y beber, y, como señala este autor, las almendras cumplían muy bien esa misión –Athen., *Deipnos.*, 52C-.

En cuanto a los banquetes más selectos, los aperitivos eran no solo de más calidad, sino mejor seleccionados, y así, como narra Ateneo, en uno de estos, como de costumbre se sirvió una ronda de aperitivo antes de la cena, y en ella tomaron tiernas malvas, calabazas, setas, chirivías, trufas, ortigas, espárragos, caracoles, nazarenos, tordos, papafigos, mirlos, sesos de cerdo. Y también melones, lechuga, cardo y cogollo de palmera<sup>780</sup>. Observamos entre estos aperitivos una gran cantidad de productos vegetales, algunos encurtidos y, más ocasionalmente, aves y alguna porción de cerdo. Lucilio, por su parte, describiendo uno de estos banquetes con aperitivos, incorporaría a ellos productos del mar, y así: ...*ad cenam adducam, et primum hisce abdomina tunni advenientibus priva dabo cephalaeaque acarnae*<sup>781</sup>. Y no solo los aperitivos, también ciertos condimentos eran propios de esta parte de la comida, como la pimienta, las finas hierbas, la mirra, juncia de olor, perfume egipcio y granos de bledo –Athen., *Deipnos.*, 2, 66D-.

Observamos que los días transcurrían sin una gran comida hasta la tarde, y tras una jornada completa de actividad y comidas bastante frugales e incluso escasas, como sucedía con el *ientaculum* y *prandium*, se visitaban las termas con el fin de acudir bien preparados a la comida central del día. Ya fuera esta un gran banquete o una cena más modesta. Esta era precisamente la comida por antonomasia, el momento de relaciones sociales, de diversión y de encuentro con la familia. La cena, celebrada al final del día, era la última comida del día, pero también era en realidad la primera y única que se hacía de forma consistente, con los comensales ante una mesa, sin prisa y con tiempo para disfrutar las viandas y la compañía.

---

*Cena: la comida más importante. O la única.*

---

<sup>779</sup>Según L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998a, Madrid, p. 162, traductora de la obra, no está claro qué insecto corresponde al término *kerkope*.

<sup>780</sup>Aten., *Deipnos.*, 2, 58C-66C; 68C-71E. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 1998a, Madrid, pp. 227 ss.

<sup>781</sup>“Yo los invitaré a comer, y a su llegada les serviré sendos vientres de atún y cabeza de acarna como aperitivo” -Luc., *Sat.*, 1, 27, 49-50-. Trad. J. GUILLÉN CABAÑERO, *Lucilio, Horacio, Persio, Juvenal. La sátira latina*, Madrid, 1991, p. 54.

A partir de este momento, el horario y la duración de la cena variaban según la filosofía vital del anfitrión<sup>782</sup>.

#### 4.4.4. Cenas

Al analizar los grandes banquetes de algunos emperadores y personajes de la escena romana, impacta la cantidad de platos que tomaban, y lo complejo del entramado del banquete<sup>783</sup>. Volvemos a señalar que este tipo de celebraciones representaron la excepción y no la norma. Por otro lado, estas reuniones podían ser muy largas, ya que eran cenas que se prolongaban hasta la medianoche o incluso hasta la madrugada, según un ritmo que comenzaba al acabar la jornada, a partir de las dos o las tres de la tarde, como muestra Marcial -Mart., *Epigr.*, 11, 52, 3-. Tras las ocupaciones diarias se imponían el baño y la cena. Antes de esa hora, las ocupaciones personales retenían a los invitados con los quehaceres cotidianos -Mart., *Epigr.*, 7, 51, 11-. Realmente, si pensamos en la improbable posibilidad de la repetición de las celebraciones fastuosas noche tras noche, comprenderemos que era físicamente imposible entregarse los excesos día a día durante períodos prolongados de tiempo. Esto nos inclina a asegurar que los grandes banquetes eran eventuales y que eran celebraciones que no se repetían cada día. Sin embargo, sí eran cotidianas las cenas entre amigos, de carácter mucho más sencillo, y que se celebraban a primeras horas de la tarde, reuniones que sí fueron la norma de la vida corriente romana.

Así los días normales, sin necesidad de ningún motivo especial, los grupos de amigos y las familias solían comer juntos en la casa de alguno de ellos. Marcial invitaba a Julio Cerial a su casa a cenar lo que había: lechuga, puerros como entrantes y atún y caballa adornados con huevo duro y ruda, también queso y aceitunas -Mart., *Epigr.*, 11, 52-. Era una cena de carácter muy diferente al menú de los grandes banquetes, una cena frugal. Por su parte, Persio cuenta en sus Sátiras como cenaba con su amigo Cornuto a primeras horas de la noche, cuando tomaban una comida sencilla y charlaban amigablemente: *Tecum*

---

<sup>782</sup>Cfr., N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, p. 62, señalan que esta cena era equivalente de la nuestra, con la diferencia importante de que comenzaba aún con luz solar.

<sup>783</sup>Como hemos ido observando a lo largo de esta Tesis, lo podemos ver entre otros autores, en la obra de A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 243-272, en N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, pp. 199-217, K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, pp. 11-102.

*etenim longos memini consumere soles et tecum primas epulis decerpere noctes. unum opus et requiem pariter disponimus ambo atque verecunda laxamus seria mensa*<sup>784</sup>.

El otro tipo de cenas, en forma de banquetes, de fiestas solemnes o grandes celebraciones podían prolongarse hasta el amanecer, como la de Trimalción, en la que se podía oír al gallo cantando al salir el sol -Petron., *Satyr.*, 74-. O las de Nerón, que comenzaban a mediodía y duraban hasta la medianoche -Suet., *Nero*, 27-.

Cualquier motivo era bueno para celebrar una cena, y así se festejaban las fiestas más personales como los cumpleaños, que no necesariamente tenían que ser formales o multitudinarias. Pero ocasionalmente, estos banquetes se festejaban con un número elevadísimo de comensales, hasta lo estrambótico, lo que satiriza Marcial comentando banquetes como el de Justino, en el que participaron seiscientos comensales -Mart., *Epigr.*, 11, 65-. Cuando eran tan numerosos los invitados en los banquetes, era imposible que la celebración resultara realmente exquisita. Eran las cenas a las que de nuevo Marcial llamaba “cenas ambulantes” ya que: *Cum mensas habeat fere trecentas, pro mensis habet Annius ministros: transcurrunt gabatae volantque lances. has vobis epulas habete, lauti: nos offendimur ambulante cena*<sup>785</sup>.

---

*La nueva orientación  
de las cenas. S. I a.C.*

---

Las celebraciones más sencillas fueron cambiando, y partir del s. I a.C. aparecen una serie de cambios que llevan aparejada una forma diferente de vivir las cenas, una “nueva orientación de las cenas” que fue un hecho innegable como nos muestran las fuentes literarias, y en especial Séneca y Marcial -Sen., *De tranquil.*, 7, 2; Mart., *Epigr.*, 11, 35, 1; 11, 65-. El ambiente de esos banquetes al nuevo estilo era muy diferente de lo que habían sido las antiguas cenas familiares bajo la estricta vigilancia del *paterfamiliae*<sup>786</sup>. Entre ambas fórmulas existía una filosofía vital opuesta, como Juvenal ya había percibido,

---

<sup>784</sup>“En efecto: recuerdo que pasaba contigo largas jornadas, contigo dedicaba a los festines sólo las primeras horas de la noche. Los dos cual si fuéramos uno disponemos el quehacer y el reposo y relajamos los asuntos serios en una comida discreta” -Pers., *Sat.*, 5, 39-44-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 546.

<sup>785</sup>“Al tener casi trescientas mesas... pasan corriendo los platos y vuelan las fuentes” -Mart., *Epigr.*, 7, 48-. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 30.

<sup>786</sup>Para A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 11-12, el hecho es tan evidente que se pregunta: “...when was Rome infected by love of luxury?” Para este autor, desde el final de las Guerras con Cartago y de las campañas en Asia se puede datar este importante cambio en las costumbres y declive de la moral tradicional.

quejándose de la influencia griega que había llegado a emparar el mundo romano -Iuv., *Sat.*, 3, 84-.

Los cambios, sin embargo, no eran una imposición, sino que cada una de las cenas dependió de la naturaleza de los anfitriones, además de su capacidad económica. Pero sobre todo de su forma de ser y de pensar, aunque es innegable que la llegada del lujo marcaría un cambio de época<sup>787</sup>. Para Séneca era más importante la compañía en que se realizaban las cenas que el propio alimento, y destacaba este hecho porque la turba de clientes que acompañaba a los hombres importantes era arrolladora, y buscar compañía entre todos ellos era poco recomendable -Sen., *Epist.*, 19-.

La grata convivencia era un factor más importante que la propia cena, por lo que la buena compañía era siempre bien recibida. Hasta tal punto era así que ni siquiera los tacaños o solitarios cenaban solos, lo que se debe a la importancia que adquiriría una antigua tradición que consideraba prioritario cenar acompañado y sin realizar excesos era como señala Juvenal<sup>788</sup> -Iuv., *Sat.*, 1, 95-. Hay que tener en cuenta que esta celebración de cenas moderadamente discretas, en ambientes sencillos fue la situación habitual, sin olvidar las menos numerosas pero llamativas cenas del otro lado del espectro, la excepción, que serían las pantagruélicas celebraciones de Trimalción, Vitelio o Nerón, aunque desgraciadamente son las que han pasado a la historia como prototipo de la cena romana.

En este mismo sentido, J. Carcopino<sup>789</sup> señala que hay que tener en cuenta por una parte que la cena era prácticamente la única comida que realizaban los romanos, y que por otra parte, aunque se comiera con apetito -lo que explicaría en parte la abundancia de alimentos- los banquetes famosos fueron contados.

Sin embargo, dentro de la sencillez o la complejidad, el banquete presentaba un ritmo marcado por el propio menú, por los platos que se iban presentando en la mesa y que se organizaban en tres grandes grupos: aperitivo, platos fuertes y postres. Dentro de este orden y, según la ocasión, se podía conceder más importancia o potenciar más o menos

---

<sup>787</sup>Al respecto señala A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1990, p. 146: “But though the immediate concern of moralisers and legislators was doubtless for the disruption which luxury caused within the ruling class, they perceived the damage as affecting their whole society”.

<sup>788</sup>M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, p. 69, señala que comer en compañía era tan importante que resultaba ser el primer indicador que distinguía a los hombres civilizados de los bárbaros. Para él: “Eating did not simply satisfy a bodily urge but transformed the act into a social and communicative event”.

<sup>789</sup>J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1989, pp. 331-332.

cada grupo de platos, también a gusto del anfitrión. Por ejemplo, Augusto, que era muy aficionado a los banquetes, no solía sobrecargarlos demasiado, y ofrecía solamente tres cubiertos y los días de más derroche seis, como señala Suetonio -Suet., *Aug.*, 74-.

---

*El menú: gustatio*

---

De todos estos platos, divididos en tres grandes grupos, se comenzaba por el aperitivo, *gustatio*. La costumbre tradicional era comenzar por el huevo y acabar con una manzana, palabras recogidas por Horacio: *Cena recta, ab ovo usque ad mala*<sup>790</sup> - Hor., *Sat.*, 1, 3, 6-7-.

Aunque también las aceitunas cumplían ese papel, abriendo y cerrando a la vez la cena, como señala Marcial -Mart., *Epigr.*, 13, 36-. Tradicionalmente, la *gustatio* se componía de ingredientes que abrieran el apetito, como la lechuga, que limpiaba el estómago pero también los puerros, lo que destaca Marcial: *...prima tibi dabitur ventri lactuca movendo utilis, et porris fila resecta suis...* -Mart., *Epigr.*, 11, 52-. Además, se consumía el tradicional huevo (ya señalado y que se tomaba en los comienzos) o el queso.

Por su parte, Apicio proponía algunos aperitivos en su recetario: calabazas cocidas y con salsa picante y otros más pesados poco acordes con el espíritu del aperitivo de evitar los alimentos gruesos -Apic., *De re coq.*, 73; 175-178-.

Además, la *gustatio* se componía de ese tradicional huevo duro y de otros platos preparados con también huevos y ensaladas diversas, que en épocas anteriores se tomaban para terminar la comida -Mart., *Epigr.*, 13, 14-. Y que ya en época de Marcial, con el cambio de costumbres, se comían como entrada para limpiar el estómago -Mart., *Epigr.*, 11, 52, 5-. Y se acompañaban por este mismo fin, de alguna salsa digestiva -Mart., *Epigr.*, 3, 50-. Durante este primer tramo de la cena no se bebía en exceso y estos alimentos ligeros se acompañaban con *mulsum*<sup>791</sup>.

---

<sup>790</sup>E. SALZA PRINA, *op. cit.*, 1983, p. 54. Por su parte, J. H. D'ARMS, "The Roman Convivium and the Idea of Equality", en O. Murray (ed.), *Symptica. A Symposium on the Symposion* Oxford, 1999, p. 308, señala los aspectos sociales que proporcionaban significado a la *cena recta*, y cómo Suetonio comenta que Augusto practicaba estas cenas formales pero que a la vez solía invitar a algunos libertos, que formalmente estaban excluidos de este tipo de cenas. Para J. H. D'ARMS, esta mezcla de discriminación social -la *cena recta*- y a la vez inclusividad social -la invitación a libertos- formaban parte de los objetivos sociales de Augusto, que trataba proporcionar estabilidad al Estado -Suet., *Aug.*, 74-.

<sup>791</sup>I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, p. 22.



Después de este aperitivo, llegaba la *prima mensa*, en realidad, el grueso de la *cena*, un conjunto de platos más contundentes, que solían ser tres, aunque no siempre se comía de todos ellos, como nos recuerda Marcial<sup>792</sup> -Mart., *Epigr.*, 3, 50-. Cada uno de estos platos se denominaba *ferculum* o *cena*, y a su vez, a cada uno de ellos se les llamaba progresivamente: *Prima mensa*  
*Prima, secunda, tertia cena*<sup>793</sup>. El plato más importante de todos, que en una gran cena solía ser carne como jabalí, aves y similares, era la *caput cenae*<sup>794</sup>. También podía consistir en algún buen pescado, considerado todo un lujo destinado a las élites capaces de pagarlo, aspecto que recoge Séneca -Sen., *Nat.*, 3, 18-. Como el gran salmonete que el glotón Caliodoro compró como plato principal de su cena -Mart., *Epigr.*, 10, 31-. Para ayudar al servicio se colocaban unas mesas o aparadores para apoyo de los grandes platos y fuentes.

En lo que se refiere a la forma de presentación, todos los platos de un mismo grupo se servían juntos, sobre una gran bandeja que los nominaba, *ferculum: multorum ferculorum ornamenta coeant et cohaereant* -Sen., *Ad Luc.*, 95, 27-. Una de estas, como señala Petronio, de forma circular y gran tamaño, se presentó ante el ficticio Trimalción y sobre ella, más allá de una presentación atractiva y excesiva como todo lo relacionado con este personaje, se encontraban los alimentos característicos que representaban a cada uno de los signos zodiacales, listos para ser comidos -Petron., *Satyr.*, 35-.

Aquellas cenas famosas por su exceso y cantidades de comidas, tenían hasta siete de estos platos, como señala Juvenal una costumbre nueva en Roma e impropia de la austera moral tradicional, hasta tal punto que incluso chocaría a los comensales -Iuv., *Sat.*, 1, 94-.

---

<sup>792</sup>No deberíamos imaginar las cenas romanas como el consumo absoluto de todos los platos presentados a la mesa, sino más bien como un estilo de buffet, ya que se presentaban todos los platos a los comensales y cada uno seleccionaba los que más le gustaban.

<sup>793</sup>El servicio, *ferculum*, tomaba el nombre de una bandeja homónima en la que se pasaban al comedor todos los platos del servicio -Petron., *Satyr.*, 25, 35; 39; 46; Sen., *Ep.*, 95, 19; 28; 122, 3; Plin., *N.H.*, 33, 47, 2-. Catón se quejaba, comparando la antigua templanza y la suntuosidad de esa época, diciendo que el antiguo atrio acogía las cenas, en las cuales, el banquete más lujoso no excedía de dos *fercula* -Serv., *ad Aen.*, 1, 176-. Por su parte, para Séneca y Horacio los *fercula* eran un plato, en los que podrían ir varios alimentos -Sen., *Quaest.Nat.*, 3, 18, 2; Hor., *Sat.*, 2, 6, 194. Con el tiempo, llegaron a ser siete *fercula* y más aún -Iuv., *Sat.*, 1, 94; Lampr., *Heliog.*, 30-. Aunque algunos emperadores habían mantenido cenas más sobrias, como Augusto con sólo tres *fercula* -Suet., *Aug.*, 74-. Si la vajilla, como dice Petronio, pesaba demasiado, era necesario hacer la presentación en el *repositorium*, un carro solemne destinado al servicio de mesa -Petron., *Satyr.*, 40, 3-.

<sup>794</sup>Como dejan constancia Marcial y Cicerón -Mart., *Epigr.*, 10, 31; Cic., *Fin.*, 2, 25-.

En estas cenas extraordinarias cabían todo tipo de preparaciones, desde patinas a revueltos, carnes y pescados, incluso budines y todo tipo de golosinas. Eran justo la clase de celebraciones en las que el cocinero podía demostrar todo su arte y su conocimiento técnico ante los fogones, el momento en que se desplegaba una sofisticada tecnología culinaria, haciéndose verdadero alarde de los avances y de la maestría de los jefes de cocina.

La *secunda mensa* correspondía a los postres, que se tomaban al final de la comida<sup>795</sup>. Pero aunque fueran el final de la cena, no eran el término de la reunión, que continuaba con las bebidas al estilo del *symposio* griego. Los platos que se disfrutaban durante el postre eran dulces variados, y también frutas y frutas secas<sup>796</sup>. Algunos de estos postres eran flanes, tortillas con miel, pasteles, leche frita y buñuelos. Naturalmente se endulzaba con miel y no con azúcar, que aún no había hecho su aparición en la cocina mediterránea. Al final del todo, la tradición ordenaba consumir una manzana, el último bocado tradicional del banquete romano, una fruta que se presentaba perfumada y fresca para los invitados ricos, y en su peor versión, podrida y avejentada para los pobres, diferencias que destaca Juvenal -Iuv., *Sat.*, 5, 149-155-. Marcial, por su parte, nos cuenta que los postres se esperaban con mucho gusto y ganas en la mesa, y más aún cuando la miel con que se endulzaba era ática, la más famosa y apreciada de todas -Mart., *Epigr.*, 3, 50; 13, 104-. Estos postres los preparaban unos cocineros especializados en repostería, que eran verdaderos especialistas dentro de las labores de cocina, conocedores de los tiempos y características de esta actividad: *Mille tibi dulces operum manus ista figuras extruet: huic uni parca laborat apis*<sup>797</sup>.

---

<sup>795</sup>La descripción *secunda mensa*, se refiere a que las mesas de la comida eran relativamente pequeñas y movibles, y al terminar la primera parte de la comida, denominada la *prima mensa*, se retiraba este mueble completamente, con los platos y los restos de comida. Y se colocaba entonces una segunda mesa, donde se servían los postres. K. R. BRADLEY, *op. cit.* 1998b, p. 48.

<sup>796</sup>Sobre los postres romanos, sus ingredientes, forma de elaboración y herencia mediterránea, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 231-238 y 270.

<sup>797</sup>“Mil dulces formas de pasteles te fabricará esta mano; sólo para él trabaja la parca abeja” -Mart., *Epigr.*, 14, 222-. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 413.



## VALORACIÓN GLOBAL

A través de este capítulo hemos comprobado los importantes procesos de transformación experimentados por los alimentos desde su lugar de producción hasta la llegada a las mesas. Hemos valorado cómo la existencia de un eficaz proceso de transporte permitía que estos alimentos se consumieran en buenas condiciones y bajo qué circunstancias podía ocurrir lo contrario. La aplicación práctica de las técnicas alimentarias facilitaba dos cuestiones fundamentales para el Sistema alimentario romano:

-Por una parte, estas técnicas ayudaban a evitar hambrunas en los momentos difíciles del período anual, gracias a la puesta en práctica de la prevención ante la característica temporalidad del ciclo agrícola del Mundo Antiguo.

-Por otro lado, se ponía en práctica la prevención de otro tipo de dificultades naturales como sequías y plagas o alteraciones provocadas por el hombre, como por ejemplo, era el caso de la actividad bélica.

Estos dos graves problemas se vieron aliviados gracias a la previsión necesaria, puesta en práctica por parte tanto de particulares como de la administración. Se haría realidad a través del conocimiento y la aplicación de las técnicas de conservación así como mediante la práctica de un almacenaje adecuado, incluyendo la presencia de unos abastecimientos y transportes correctamente realizados en muchos casos.

Por otra parte, consideramos que una importante faceta de los aspectos culinarios del Sistema alimentario romano fue el conocimiento de las posibilidades de los alimentos. Sobre ellos se pusieron en práctica una serie de transformaciones, utilizando a tal fin el conocimiento de las propiedades físico-químicas de los alimentos. Apoyando y facilitando su labor, junto al gran número de técnicas de cocinado tenemos los recipientes e instrumentos utilizados en las cocinas y el servicio de mesa -vajilla, cristalería, cubertería-. Todos estos instrumentos, recipientes y utensilios tenían usos distintos, con frecuencia especializados y destinados a preparaciones concretas y situaciones particulares.

El momento primordial del largo proceso desarrollado por la tecnología culinaria, era sin duda la presentación del alimento en las mesas. La presentación de la obra –comida- ante el espectador –comensal-. Ese instante explicaba la existencia de todo el esfuerzo realizado en la planificación y desarrollo de todo un mundo de personas dedicadas al servicio gastronómico de las élites, que iban desde los cocineros profesionales hasta los

tañedores de instrumentos o incluso las bailarinas. Las distintas facetas de la celebración gastronómica requerían la participación de los comensales a través de un auténtico ritual, marcado por el protocolo. Y los alimentos presentados en ella cobraban la importancia que cada anfitrión quisiera concederles, la cual se encontraba en estrecha relación con su prestigio, con la necesidad de su propia inversión en imagen o con su filosofía vital. Finalmente, podemos decir que las relaciones entre el conocimiento técnico culinario, y el desarrollo del banquete, hablaba en definitiva del poder y prestigio del anfitrión. Por todo ello, podemos concluir que el Sistema alimentario trascendió su primer papel de necesidad nutricional básica para convertirse en una serie de complejos mecanismos sociológicos que tuvieron implicaciones políticas, económicas y culturales.

## **II.ASPECTOS SOCIOLÓGICOS**



## Introducción

### *Filosofía, estatus social y alimentación*

En Roma existieron dos tendencias sociológicas en relación con los hábitos alimentarios. Se encontraban claramente diferenciadas entre ellas, aunque no enfrentadas, y en ocasiones poseían roles intercambiables:

1. Una tendencia cualitativa, privilegiada y singular. De aproximación intuitiva, representa el discurso del gastrónomo. Estaba destinada a unos pocos, solamente a una minoría<sup>798</sup>. Dotada de connotaciones artísticas, esta tendencia se produce tras la cobertura de las necesidades básicas alimentarias y representa el excedente, lo superfluo transformado en goce. De forma práctica y con respecto a su representación culinaria en el Sistema alimentario, la tendencia cualitativa estaría simbolizada por preparaciones complejas como las salsas, por las comidas muy elaboradas y por el conocimiento y la aplicación de la tecnología alimentaria. En suma, por la sofisticación y calidad en todos los sentidos.
2. Una tendencia cuantitativa, cotidiana y popular. Representa la necesidad básica de alimentación y podríamos denominarla simplemente “alimentación básica”. De carácter elemental y nutritivo, se encuentra destinada a la supervivencia. Estaría simbolizada por los alimentos sin elaborar o escasamente elaborados, por el cereal, por las legumbres, por la fruta, y por los vegetales objeto de recolección. Sería la alimentación de la sencillez, de lo cotidiano y de las clases populares.

Ambas tendencias se manifestaron respectivamente en los grupos aristocráticos -tendencia cualitativa- y en los sectores populares -tendencia cuantitativa-. Pero también existieron ciertas ocasiones en las cuales los roles fueron intercambiables e interactivos. Por una parte existió movilidad social y el que fue esclavo pudo ser liberado y enriquecerse, situación que vemos ejemplificada de forma ficticia en el liberto Trimalción<sup>799</sup>. Por otra

---

<sup>798</sup>Esta división es consecuencia de la organización de las distintas sociedades históricas, y no sorprende que continúe hasta nuestros días. J. BOTTÉRO, “La piú antica cucina del mondo”, en J. F. Ferniot y J. Le Goff, (pres.) *La cucina e la tavola*, Bari, 1987, p. 54, señala la existencia de una costumbre similar con respecto a la sociedad mesopotámica: “C’era, dunque, in Mesopotamia, come altrove, in altri tempi e ai giorni nostri ancora, una alta cucina, riservata all’alta società (e agli dèi), ed una popolare, per la maggior parte della popolazione”.

<sup>799</sup>Según J. H. D’ARMS, *op. cit.*, 1984, p. 332, teniendo en cuenta la mentalidad romana en relación con los distintos estatus sociales, el problema en las desiguales relaciones entre aristócratas era que eran diferentes según el entorno en que se produjeran. Los mismos grupos sociales e idénticas personas se relacionaban de una forma en el mundo rural, distanciándose en la capital. Es el caso, por ejemplo, de Cicerón, o el narrado en el propio *Satyricon* –Cic., *Ad fam.*, 13, 69, 1; Petr., *Satyr.*,



parte y, sin cambiar de estrato social, el parasitismo es un claro fenómeno de interacción, y aunque el cliente pobre pertenece al grupo que se sirve de la tendencia cuantitativa -la alimentación de la necesidad-, conoce y disfruta ocasionalmente de la cualitativa. Así se convierte en un claro ejemplo la interacción, a la que nos referíamos cuando estos personajes son invitados a banquetes aristocráticos.

La situación gastronómica de las élites no necesariamente tuvo que encontrarse siempre dentro de la norma cualitativa. Así, y a pesar de las posibilidades de disponer de una alimentación de calidad, su norma alimentaria habitual pudo ser frugal por elección o debido a una determinada circunstancia<sup>800</sup>. Asimismo, los esclavos domésticos podrían haber gozado de la tendencia cualitativa ya que comían los restos de la cena que habían servido, pero no disfrutaban de la presentación ni del servicio de mesa, únicamente de los alimentos. A partir del análisis de las tendencias cualitativa y cuantitativa en alimentación y de los grupos sociales que las representan, podemos ver cómo la propia sociedad creó espontánea y ocasionalmente circunstancias en las que era posible seleccionar la tendencia contraria a la situación social personal. Desde luego, existieron posibilidades de elección en el caso de los miembros de las clases aristocráticas. Sin embargo, en el de los integrantes de los estratos populares, si bien algunos ocasionalmente pudieron disfrutar de la tendencia cualitativa, este no sería un hecho habitual sino esporádico, y no fruto de una elección, sino de la fortuna.

En el caso contrario, en el que una persona que se encontrara socialmente dentro de la tendencia cualitativa, sí era posible la elección de la otra tendencia alimentaria. La cotidianidad de las élites romanas necesariamente requería una mayor frugalidad y sencillez que la que se manifestaba en los casos de alimentación festiva. A pesar del consumo de productos de mayor calidad, diferencia significativa y característica entre las dos tendencias, las legumbres, cereales y preparaciones tradicionales y toscas -como el *puls* por ejemplo-, marcarían el ritmo diario de la alimentación aristocrática. Lo podemos comprobar

---

77, 4-. No es tanto que disfrutaran de diferentes comidas, sino de un trato social distinto en ambos casos.

<sup>800</sup>Como puede ser el caso de Séneca, que tomaba un desayuno ligero, o el caso de César, que ante la comida era parco y frugal, o la inclinación de Catón por las rústicas coles, los tres casos responden al concepto señalado, de pertenencia a un medio social con posibilidades de elección, y que sin embargo, consumen -al menos ocasionalmente- productos sencillos, comiendo frugalmente -Sen., *Epist.*, 83, 6; Suet., *Iul.*, 53; Cato., *Agr.*, 156-.

en las numerosas recetas de *De re coquinaria* que presentan platos con legumbres, panes o verduras, y que son de carácter sencillo -Apic., *De re coq.*, 173, 174, 183, 184, 185, 188, 190-202-.

Ambas tendencias estaban caracterizadas por varios factores comunes, como ciertos conceptos morales en relación con las costumbres, en primer lugar. En segundo lugar por la tradición romana clásica, y en tercer lugar por la religiosidad y la visión moral de la vida. Así es necesario valorar cuidadosamente la información aportada por las fuentes, especialmente las de los escritores satíricos ya que tanto la gastronomía como la “gourmandise” –si bien se practicaron con frecuencia- se consideraron moralmente reprobables<sup>801</sup>.

#### *La alimentación como manifestación del pensamiento*

Hemos ido viendo cómo llegaron a Roma diversos cambios que afectaron al Sistema alimentario. Y también cómo la forma de pensar de una sociedad marcó las diferentes actitudes vitales. El estilo de alimentación tiene una relación directa con la forma de pensar y es que no son actividades inconexas, como señala J. Cruz, según el cual: “En el hombre, el acto de comer no se entiende por sí mismo como un fenómeno aislado, carente de conexiones... El acto humano de ingesta... emerge de un amplio trasfondo antropológico, constituido, desde el lado objetivo o cultural, por normas sociales y, desde el lado subjetivo, por pautas inconscientes<sup>802</sup>”.

Frugalidad o esplendidez, sencillez o abundancia, fueron elecciones personales, íntimamente relacionadas con una más compleja forma de pensamiento que se manifestó a través de la comida. El alimento fue uno de los instrumentos a través de los cuales se expuso un complejo sistema de pensamiento, filosofía y moral<sup>803</sup>.

---

<sup>801</sup>N. A. HUDSON, “Food in Roman Satire”, en S. H. Braund (ed.), *Satire and society in ancient Rome*, Exeter, 1989, p. 70.

<sup>802</sup>J. CRUZ CRUZ, *op. cit.*, 2002, p. 5.

<sup>803</sup>Como señala F. DUPONT, “The Grammar of Roman Dining”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, p. 115, ciertos pueblos como los romanos “comían símbolos”, y de hecho, el simbolismo fue una de sus preocupaciones principales, para lo que formularon una gran cantidad de preceptos vinculados con la forma de alimentación.

Tras la necesidad de alimento, del acto puro de nutrición para la supervivencia, aparece la elección<sup>804</sup>. La posibilidad de elección nace cuando los recursos económicos holgados permiten, una vez satisfecha la nutrición básica, que se produzca la alternativa gastronómica. Para Garnsey existen cuatro factores que afectan a la elección: en primer lugar, la psicología de la persona que elige. En segundo lugar, el propio gusto del alimento. En tercero la facilidad con que se pueda acceder a él y, finalmente, la cultura que envuelve tanto al elector y como al alimento<sup>805</sup>.

El hombre es capaz de alimentarse con una enorme variedad de elementos naturales, tanto de procedencia vegetal como animal, y todos ellos en diferentes grados de sofisticación y elaboración. La existencia de un alto número de productos tiene como consecuencia un mayor número de posibilidades de elección. El hombre romano pudo elegir, definitivamente, la forma de alimentarse y su elección fue más libre en los estratos sociales en los que la abundancia de recursos facilitaba la libertad de elección, como parece natural. Estas opciones alimentarias no estuvieron limitadas por la disponibilidad de comida, ya que conocemos la espléndida variedad de los mercados romanos, sino que más bien el marco de la elección estuvo delimitado por el entorno cultural, por la psicología individual y por la inclinación hacia cada alimento. Platón resumió esta actitud de una forma muy clara: “Los buenos van espontáneamente a las comidas de los buenos<sup>806</sup>”.

---

<sup>804</sup>Para M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, 69 ss., la dieta juega un papel esencial en la forma de definir un modelo de civilización, la cual además se encuentra profundamente enraizada en el concepto de ciudad. E igualmente, de forma paralela, su significado tiene la misma importancia en las clases sociales. Este mismo autor señala que el modelo de frugalidad al que hacíamos referencia está entrelazado con el modelo dominante de alimentación. En el mundo romano, el pan, vino y aceite serían los símbolos de una vida simple, o como señala M. MONTANARI, “of a dignified poverty characterized by hard work”.

<sup>805</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 1999, pp. 139-141. Incluso la elección de transformar un producto primario o no hacerlo, de elaborarlo hasta una gran complejidad o consumirlo casi sin modificarlo, como por ejemplo hacer pan negro con harina sin cernir, o un refinado pan blanco con harina cernida y por tanto más costosa porque implica trabajo. O la diferencia entre consumir el trigo en forma de *puls* –en realidad una sencillísima harina cocida-, o en forma de galletas elaboradas mediante una doble cocción y salpicadas de semillas. Esta idea proviene de M. CORBIER, *op. cit.*, 1999, p. 131, al hablar la autora de “choice of foods”, en el mundo romano. No solamente se refiere a la diferencia entre el consumo de diferentes productos, sino también a la calidad, cantidad y porción servida en cada caso. Es decir, no sería lo mismo comer la parte del cerdo más ordinaria, como las tripas o la sangre en forma de salchichas, que consumir el solomillo, parte más noble que la anterior.

<sup>806</sup>Pl., *Smp.*, 174B. Trad. C. GARCÍA GUAL, *et alii*. *Platón. Diálogos. Fedón, Banquete, Fedro*, Madrid, 1988, p. 189.

Una de las expresiones del pensamiento fue la alimentación, y en este sentido, hemos visto las actitudes en la mesa de aristócratas, filósofos, emperadores, dioses y héroes -Iuv., *Sat.*, 5; Pl., *Smp.*, 146B-164D; SHA., *Heliog.*, 19; 32; Athen., *Deipnos.*, 1, 8E ss; Hom., *Od.*, 5, 90-95-. Todos ellos tuvieron la posibilidad de elegir. La posibilidad de elección de estos grupos elitistas demuestra cómo cada uno de ellos pudo optar por distintos ambientes para el banquete, por la compañía de diferentes personas para compartirlo. Y sobre todo, por la presencia de alimentos diversos en las mesas. El alimento como símbolo de ese pensamiento, dispuesto en cantidad suficiente para mantener las fuerzas, manifestaba la filosofía del banquete de los sabios de Plutarco. Por otro lado también podía ser ostentoso, descarado, excesivo: era el banquete de los emperadores y a veces el de los nuevos ricos, como Trimalción. Pero por otro lado, la gran masa de población no se lo pudo permitir, y se limitaban a comer lo que conseguían como fueron los clientes pobres, los mendigos o aquellos que se tenían que contentar con una sencilla *sportula*<sup>807</sup> elegida por otro<sup>808</sup>.

Como vemos, el Sistema alimentario simbolizó todo un complejo estilo de vida y de pensamiento. La cena y el banquete serían la expresión de esa forma de entender y valorar dicha realidad, ya que se celebraban siempre en compañía de familia, amigos o compromisos políticos o sociales, como una fórmula de expresión social. Por tradición, y diariamente, grupos de amigos, de conocidos o gentes relacionadas por diferentes lazos, cenaban en mutua compañía en casa de alguno de ellos: eran ocasiones en las que el

---

<sup>807</sup>Una *sportula* es un reparto de dinero a los habitantes de una comunidad, mediante el que se conmemora algún hecho vinculado con la persona que realiza el reparto (como una boda, una toga viril o una inauguración de un edificio). Las personas que la recibían, la utilizaban para adquirir alimentos. La *sportula* se entrega a todos los asistentes a un acto convocado por el evergeta, incluidos los decuriones, los que reciben una cantidad superior en relación con su categoría, y para que coman conforme a su dignidad. E. MELCHOR GIL, *Evergetismo en la Hispania Romana*, Universidad de Córdoba, Córdoba, p. 236, (Tesis doctoral), señala que: “la *sportula* parece estar vinculada en sus orígenes a los *epula publica* organizados por particulares en la Roma republicana. La dificultad de organizar tales banquetes pudo imponer en determinadas ocasiones una simplificación de las costumbres, pasándose a distribuir la comida en *sportellae* o canastillas que se llevarían los invitados. Posteriormente, los alimentos fueron reemplazados por la distribución de una suma de dinero que permitiese a cada beneficiario la adquisición individual de la comida”.

<sup>808</sup>Como señala M. CORBIER, *op. cit.*, 1999, p. 134, la alimentación básica de los más pobres estaba constituida por el *puls*, las legumbres hervidas, coles, nabos y otras verduras. Catón ofrece una receta de esta preparación de *puls* básico, que enriquece con queso, huevos y miel hasta convertirla en buñuelos, lo que suponía todo un lujo -Cato., *Agr.*, 75-, mientras Varrón dice que aquella era la comida más antigua del pueblo romano, y desde luego, también la más básica -Varro., *Ling. Lat.*, 105-.

anfitrión dejaba patente su capacidad adquisitiva, sus ganas de gastar y esplendidez. Y sobre todo ello, su forma de pensar. Incluso se cambiaba de menú dependiendo de la ocasión y la compañía, como nos narra Plutarco sobre los banquetes de Periandro el tirano de Corinto, quién, a pesar de su poder, disfrutaba de comidas frugales y sencillas con los trece sabios que le acompañaban a su mesa. Pero en el otro extremo, y como destaca Plutarco, Periandro también encontraba otras ocasiones en las que disfrutar de grandes banquetes de carácter político para invitados importantes a los que había que agasajar -Pl., *Smp.*, 150C-. Adaptarse a las circunstancias es la clave, entonces, tomando en cada ocasión lo que era oportuno.

## 1. Gastronomía y élites

A lo largo del tiempo irían cambiando los conceptos tradicionales que a su vez daban expresión a la forma de comer, de relacionarse, de presentarse ante el mundo. Las élites vivirían la dinámica histórica bajo un prisma privilegiado y con la posibilidad de elección entre la alta cocina o los platos más sencillos. Por otra parte, y como señala Toner<sup>809</sup>, la élite utilizaba distintos factores, como “medios de distinción social”, como exclusión de los que se consideraban distintos a ellos. Algunos incluso vinculados estrechamente con los sentidos. Y esto era especialmente apreciable en lo que se refiere a comidas. Es por este motivo que muchos platos se condimentan y transforman extraordinariamente, o que se presentan de forma muy lujosa y llamativa y muy trabajada desde el punto de vista técnico, o incluso se sirve en la misma mesa a los clientes pobres comidas diferentes que a las élites.

### 1.1. Élites: de la República al Imperio

La sociedad, desde época arcaica fue conociendo diferentes cambios que afectaron a su estructura, a sus valores y principios, y en consecuencia, a una forma de alimentarse. La aristocracia del s. III era fuerte, y a pesar de su diversidad política, mantenía unida a la sociedad romana<sup>810</sup>. Con la Segunda Guerra Púnica, e incluso antes, durante este s. III, se incubarían los procesos del desarrollo histórico-social de la República tardía: la decadencia del campesinado de la península y su sustitución por mano de obra esclava, así como la aparición de la oligarquía y una creciente riqueza. A partir de la Segunda Guerra Púnica, y del comienzo de la expansión por el Mediterráneo oriental, surgió, como señala Alföldy<sup>811</sup>, un nuevo ordenamiento social muy diferente del de la sociedad romana arcaica. La cúspide la formaba la aristocracia senatorial, con la *nobilitas* al frente, y una segunda élite constituida por los caballeros, el orden ecuestre. Los aristócratas adquirieron una mayor conciencia de clase, las gestas familiares incrementaban el prestigio de las familias, marcando así las distancias con el pueblo y con la nueva clase emergente de nuevos ricos. Por otro lado, la alimentación de las élites romanas era en principio variada, y su poder

---

<sup>809</sup> J. TONER, *Sesenta millones de romanos. La cultura del pueblo en la antigua Roma*, Barcelona, 2012, pp. 190-191.

<sup>810</sup> G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 69.

<sup>811</sup> G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 73-75.

adquisitivo hacía que además se pudiera disfrutar en cantidades más que suficientes. No hacía falta nada de lo necesario, ni con frecuencia de lo superfluo, y asiduamente la presencia de alimentos variados en las mesas excedía los límites de la necesidad<sup>812</sup>.

A partir de época imperial, los emperadores fueron modelos, no siempre ideales, pero destacados en todo caso entre las élites. En primer lugar todas sus acciones tuvieron una repercusión muy importante en la sociedad romana de su época. En segundo lugar las fuentes escritas han dejado una gran cantidad de información sobre ellos. Estos dos motivos han provocado que los datos que tenemos sobre banquetes, costumbres y gustos de emperadores tuvieran una gran repercusión, primando incluso sobre la cotidianidad de la cultura alimentaria romana. Hay que centrar, por tanto, el conocimiento de que disponemos, darle el sitio que les corresponde y valorarlo a la luz del conocimiento del Sistema alimentario romano en su totalidad.

Por otro lado, en la comida se manifestaron ciertos aspectos de importancia, más allá del gusto, del apetito o de las predilecciones personales. El alimento fue símbolo y significado de otras cuestiones, como la evolución cultural que se produjo desde los inicios de la cultura romana hasta su decadencia. También representó la diferencia entre el mundo urbano y rural, y cómo no, las diversidades sociales entre distintas familias. Podemos observar a partir del estudio de los recetarios -y de su evolución gastronómica- cómo el alimento significó diferentes cosas en cada época<sup>813</sup>. Todas estas facetas nos van proporcionando un aspecto cada vez más completo, permitiéndonos observar una forma de pensamiento expuesta a través de la alimentación. Podemos decir que a través del alimento y de su entorno, gracias a la cultura alimentaria en su faceta más completa se percibió claramente una sociedad.

---

<sup>812</sup>Como indica I. GOZZINI GIACOSA, *op. cit.*, 1992, pp. 19 ss., analizando el entorno del banquete y la forma de celebración de este así como las espléndidas comidas presentadas en él para las clases altas.

<sup>813</sup>E. GOWERS, *op. cit.*, 1993, p. 12. En este sentido, resulta significativo comprobar recetarios como el de Apicio y el de *Anthimus*, separados por un período que va del s. I al VI, y cómo se ha producido entre ellos un cambio radicalmente visible en el tipo de elaboraciones e ingredientes. Por ejemplo la presencia del bacón o los lácteos en el segundo recetario, la elaboración de un merengue para soufflé también del segundo, la menor presencia de especias en este, frente al de Apicio, en el que hay profusión de estas. O las recetas dedicadas a los huevos con presencia de primera fila en el recetario de *Anthimus*, y no utilizados como mero instrumento o vehículo culinario, que es lo que sucede con ellos en el recetario de Apicio.

### *República*

No podemos imaginar una Roma aislada, incomunicada ni culturalmente atrasada desde el comienzo de la República hasta la época de las Guerras Púnicas<sup>814</sup>. Y fue precisamente el comienzo de estas guerras cuando se atestigua el hito del inicio de la llegada a Roma de una gran cantidad de productos y costumbres ajenas a la tradición. La clase alta era una aristocracia senatorial, con una cúpula de alta nobleza, y separada, como señala Alföldy de la sociedad romana por su conciencia de grupo, por su prestigio, privilegios, funciones, posesiones y fortuna<sup>815</sup>.

Para T. J. Cornell, el testimonio que tenemos sobre la aristocracia romana de esta época proviene de la elaboración ideológica de Catón, quien presenta a los líderes aristocráticos caracterizados por una gran frugalidad y sencillez<sup>816</sup>. Sin embargo, T. J. Cornell opina que esta situación ideal recogida por algunos autores antiguos fue más un mito que una realidad, y las leyendas sobre esta élite fueron más una elaboración romana de

---

*Simbolismo y significado de los alimentos* época posterior que la auténtica situación del s. III a.C. Pero ¿A qué se debió esto? Quizás una parte de la explicación sería la necesidad de crear un ejemplo moral sobre el grueso de la población.

---

Desde luego, Roma en esta época fue algo más que una comunidad rural, aunque la base de su economía fuera eminentemente agrícola. La riqueza de las élites provenía de sus ganancias en el mundo agrícola principalmente y también, aunque en menor medida, del medio ganadero. Hasta tal punto que para P. Grimal, los romanos: ...“incluso en los tiempos de su grandeza, han experimentado la nostalgia del suelo nutricional, y las campiñas italianas han proporcionado a las legiones los mejores soldados y a la ciudad sus magistrados más enérgicos y clarividentes”. Así, de alguna forma se refleja la añoranza por los antiguos orígenes, enraizados en la tierra, en un estado de campesinos<sup>817</sup>. Incluso las

---

<sup>814</sup>T. J. CORNELL, *op. cit.*, 1999, pp. 444-46, atestigua este grado de cultura material con una serie de productos: cerámica fina, esculturas de terracota, altares funerarios, monumentos en piedra tallada, bronce, y como ejemplo exquisito de artesanía romana, la cista Ficorini, urna de bronce repujado hallada en una tumba de Palestrina.

<sup>815</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 61.

<sup>816</sup>Sobre la aristocracia romana en diferentes etapas de su historia, ver P. VEYNE, *Le pain et le cirque. Sociologie historique d'un pluralisme politique*, Paris, 1976.

<sup>817</sup>P. GRIMAL, *La civilización romana. Vida, costumbres, leyes, artes*, Barcelona, 1999, p. 178, incide en la vinculación del romano con la tierra. Esta inclinación por el mundo campesino la



villas de recreo construidas a lo largo de la bahía de Nápoles tuvieron su origen como villas de producción agrícola y ganadera, para transformarse finalmente a partir del s. I a. C., en lugares de descanso y ocio<sup>818</sup>.

Aristócratas o campesinos ricos, pero con capacidad de acceder a una serie de comodidades que les facilitaba su estatus económico, en cualquier caso la alimentación estuvo estrechamente relacionada con su forma de vida. El carácter previsor del campesino hacía que la necesidad de cautela fuera una preocupación omnipresente a lo largo del año agrícola, lo que provocaría que las técnicas de conservación fueran mejorando y perfeccionándose. Todo ello presenta el panorama de una alimentación basada en la utilización de productos vegetales, con un consumo periódico pero no preferente de carne, y surtida por alimentos que provenían principalmente de las tierras de las que eran propietarios y que ellos mismos cultivaban<sup>819</sup>.

Podemos así observar una cultura mediterránea de carácter agrícola y pastoril, con una excelente organización de los recursos propios del año agrícola, además de unos importantes conocimientos al respecto<sup>820</sup>. También dotada de conocimientos técnicos de carácter práctico, bien abastecida, con abundancia pero sin sofisticaciones, sin comedores lujosos ni un servicio como el que siglos después se desplegaría en todos los aspectos del banquete. Durante la República, las comidas se realizaban en familia, con un estilo de vida y forma de pensamiento muy tradicional, cuyas bases se encontraban en conceptos sociales de carácter doméstico, clánico y patriarcal. Y paralelamente a la comida, se encuentra la bebida, que podemos encontrar en forma de agua o vino. En esta época, el vino era un elemento utilizado eventualmente, no siempre estaba presente en las comidas, más bien se reservaba para los banquetes religiosos y

---

vemos reflejada también en la poesía de Virgilio, en las Bucólicas, mientras que los esclavos de las obras de Plauto y Terencio se horrorizaban ante la posibilidad de ser enviados al campo como castigo de sus acciones –Vir., *Buc.*, 1, 46-58; Plaut., *Cas.*, 120-130; Ter., *Adephl.*, act. I, esc. I-.

<sup>818</sup>J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 2003, p. 23.

<sup>819</sup>M. I. FINLEY, *La economía de la Antigüedad*, México, 1986, p. 150, señala al respecto cómo la doctrina romana (y también la griega) y sus modos de entender la civilización ligada a la excelencia moral de la agricultura, y de “insistir, simultáneamente, en que la civilización requería la ciudad”.

<sup>820</sup>Hasta tal punto es destacada esta relación campo/ ciudad que se vincularía y estrecharía, estableciéndose un cinturón rural con la ciudad, del que en principio la propia ciudad se abastecía y por supuesto controlaba. Como señalan P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 42.

celebraciones según L. Landolfi<sup>821</sup>. Aunque parece que en líneas generales la mezcla de vino y agua sí fue una bebida habitualmente tomada desde la República temprana, el vino puro sí estaba más restringido<sup>822</sup> –Plut., *Cato.*, 1-. A pesar de esto, el cultivo de la uva y los procesos de vinificación eran conocidos ya por los etruscos, conocimiento que se originó, según nos cuenta Livio gracias al contacto con los pueblos galos del otro lado de los Alpes –Liv., *Ab Urb.*, 5, 33, 2-4-. Aunque no son las únicas y existieron otras fuentes de conocimiento vinícola que provenían de Oriente<sup>823</sup>.

Las actividades femeninas, como señala Knapp<sup>824</sup>, “estaban entrelazadas en cada centímetro del tejido cultural”, y la participación de la mujer en la vida familiar era fundamental, colaborando junto a los hijos y el marido en las cenas familiares<sup>825</sup>. La llegada

---

*Papel femenino en el  
banquete de época  
republicana*

---

posterior de la exclusión femenina a la hora de compartir el banquete es, según L. Landolfi, impronta de una sociedad griega en la que la reunión masculina por excelencia era el banquete, en cualquier caso, un ámbito diferente a las comidas familiares<sup>826</sup>. La sociedad romana, en esto fue distinta a la griega y, según este autor, las leyendas de

Lucrecia o Virginia revelan un importante reconocimiento a la virtud y al lugar que ocupó la mujer romana dentro de su medio social.

Antes de la llegada de las costumbres griegas, la forma de vida de la familia campesina aristocrática en Roma incluía a la mujer como parte importante en la vida

---

<sup>821</sup>L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 28-29.

<sup>822</sup>Como señala Plinio –Plin., *N.H.*, 14, 90-, su consumo fue moderado hasta el s. II a.C., lo que confirma A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 58. Además, Plinio señala el vino como bebida de prestigio cuando comenta que Lucio Papirio Cursor, cónsul en 293 y 272 a.C., hizo un voto a Júpiter, si llegaba a vencer en la Guerra de los Samnitas, de ofrecer al dios un vasito de vino.

<sup>823</sup>Con respecto al conocimiento de la viticultura y la vinicultura en época etrusca, señala J. HEURGON, *op. cit.*, 1991, p. 154, que: “Todas esas variedades denotan una larga experiencia en la técnica agrícola, una práctica inveterada del injerto para la creación de híbridos y una disposición metódica de los viñedos atendiendo a la combinación de diversas plantas”.

<sup>824</sup>R.C. KNAPP, *Los olvidados de Roma. Prostitutas, forajidos, esclavos gladiadores y gente corriente*, Barcelona, 2011, pp. 133.

<sup>825</sup>Como señala K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 32: “The relationship of Rome to this Etruscan tradition is often obscure, and certainly varied at different periods. At the height of Etruscan power in the seventh and sixth centuries BC, there was to a large extent a common culture throughout the centres of Latium, including Rome, which had much in common with that of Etruria”. Desde luego, se observan semejanzas entre uno y otro, como la presencia de la mujer en ambos.

<sup>826</sup>L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, p. 36.

familiar. Tiempo después, en el s. I a.C., Columela, en el prefacio al libro duodécimo de su obra, se lamentaría de la desaparición de la esposa del cabeza de familia en el ámbito rústico, una mujer que trabajaba codo con codo con el hombre en tiempos anteriores al propio autor, tanto en los quehaceres domésticos como en los agrícolas. Dueña de sus actos y con capacidad de disposición sobre sus posesiones, las familias sabinas y romanas contaban con mujeres fuertes capaces de llevar a buen término las cuestiones prácticas alimentarias entre muchas otras actividades –Colum., *R.R.*, 12,1-. Son las mujeres que considera Knapp proactivas, y dueñas de su vida, capaces de asumir obligaciones familiares, trabajo, deberes religiosos e incluso diversión, con muchas oportunidades de hacer vida social más allá del ámbito doméstico<sup>827</sup>.

El papel de la mujer desde la época republicana a la imperial fue sufriendo modificaciones, y Columela desde la perspectiva de su época, se lamentaba del lujo y la ociosidad que se había introducido en la vida de las mujeres pertenecientes a las élites. El propio Columela recomienda sustituir a aquella figura desaparecida –la señora, dueña y propietaria- por la de una casera capaz de ocuparse de todas las labores antiguamente destinadas a las señoras de las casas<sup>828</sup>. La mujer cuyas ocupaciones en la *villa* estaban relacionadas con el interior de la casa de labor, con la organización de las tareas de los esclavos que trabajaban dentro de la casa. Y según Columela, esta figura femenina también tenía que ver con las labores de previsión y disposición de alimentos así como con la organización de las comidas a partir de los productos que se encontraban en las despensas y cocinas -Colum., *R.R.*, 12, 1-. El papel femenino, más allá de las expectativas que Columela depositase en él, era divergente entre aquellas que pertenecían a las élites o a las clases bajas, y esta clave explicaba las ocupaciones de ambos grupos de mujeres, así como sus respectivos papeles sociales y familiares. Como señala Pomeroy<sup>829</sup>, las que se liberaban de

---

<sup>827</sup>R.C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, p. 99.

<sup>828</sup>Este concepto de mujeres ideales variaría según los escritores antiguos. N. BORRAGÁN, *La mujer en la sociedad romana del Alto Imperio* (siglo II d.C.), Oviedo, 2000, pp. 5-36, recoge la visión de Plinio, Luciano, Plutarco y Apuleyo, cuyos paradigmas incluyen valores morales, de comportamiento, de cualidades como madre y leal esposa. Aunque Plutarco se desmarca de esta visión, ofreciendo, como señala la autora una visión de la mujer “-legendaria muchas veces- paladín de la libertad y del territorio patrio... azuzando a los hombres para la guerra. El amor maternal no es excusa para la flaqueza”, y sin embargo, con contradicciones evidentes, que son de esperar para la visión femenina de su época.

<sup>829</sup>S. B. POMEROY, *op. cit.*, pp. 192 y 213. Y según G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 32-34, se trataba de una sociedad compuesta por los patricios, una nobleza hereditaria, y terratenientes, un

las rutinas caseras podían acceder a entretenimientos como asistir a recitales o festivales, ir de tiendas o atender los compromisos y necesidades de la vida familiar.

Podríamos establecer dos etapas muy diferentes dentro de la época republicana: una primera anterior a las Guerras Púnicas, en la que la preocupación por el autoabastecimiento fue primordial<sup>830</sup>. Y una segunda etapa en la que se produjeron importantes cambios de

---

*Etapas alimentarias  
en la República*

---

carácter alimentario, sociológico, político y cultural. Estos cambios, que afectaron profundamente a Roma, modificarían por completo el Sistema alimentario.

Hasta tal punto llegarían los cambios que a partir de esta etapa, la primera de ellas –y anterior- se convertiría en una imagen simbólica e idealizada. Y así, la República se convertiría en la encarnación de la tradición verdaderamente romana, de la raíz de la moral, de la política y de toda una sociedad que se asentó sobre unos valores establecidos. Los que pudieron protestar ante la llegada de las nuevas costumbres lo hicieron, y fue Catón quién simbolizó esta llamada de alerta ante una invasión cultural de carácter oriental<sup>831</sup>.

Aunque otros autores coinciden en idéntica opinión, como es el caso de Macrobio, quién señala al describir una cena pontifical “¿Dónde se podía ya denunciar entonces el lujo excesivo, cuándo una cena pontifical estuvo atiborrada de tantos platos? Por otro lado, en lo que se refiere a los tipos de manjares, ¡cuánto sonrojo causa sólo mencionarlos! En efecto, Ticio, en su discurso a favor de la Ley Fannia, reprocha a sus contemporáneos que sirvan en la mesa «puerco a la troyana», así llamado porque estaba, por así decirlo, preñado de

---

grupo cerrado, además de una nobleza militar ecuestre, grupos que se diferenciarían posteriormente. Y de otro estamento, la plebe, gente libre, ciudadanos sin privilegios.

<sup>830</sup>M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, pp. 290-317, habla de la “crisis de los valores republicanos tradicionales” y cómo estos afectaron profundamente al hombre romano de fines de la República. Fue una época de cambios a la que llegaba una nueva cultura que fue madurando a costa del olvido de los valores tradicionales, a los de carácter moral y religioso pero también materiales.

<sup>831</sup>Podemos ver patente este cambio en hechos concretos en la alimentación. Plinio señala que fue a partir de la Tercera Guerra Púnica –que transcurre entre los años 149 al 146 a.C.- cuando llegó a Roma la costumbre de engordar las aves selectas con comida empapada en leche, y guisarlas en su jugo. Parece, según Plinio, que fueron los habitantes de Delos los que exportaron dicha costumbre. Está en sintonía con este hecho la prescripción de la *lex Fannia* -Plin., *N.H.*, 10, 139 ss.-. Por su parte, L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, p. 54, señala que esta ley y lo que significaba en torno al despilfarro de recursos, debió provocar un efecto considerable en la opinión pública.

otros animales encerrados en su vientre, tal como el famoso «caballo de Troya preñado de guerreros<sup>832</sup>» –Macrob., *Sat.*, 3, 13, 13-.

En sintonía con la época en la que vivió, y con su pensamiento, las recetas que propone Catón en su obra *De agri cultura* son también adecuadas para el medio rústico: elaboraciones sencillas y nutritivas que se basan en productos como el queso, la harina, la miel o los huevos. Mientras, el *puls* sigue siendo una de las bases alimentarias tradicionales y se practica la fritura en aceite de oliva. Eran comidas simples y sustanciosas, como el pan aparentemente sin fermentar, preparado con harina y agua, amasado y horneado sobre el fuego, como señala Catón –Cato, *Agr.*, 74-. Incluso existía repostería festiva, y sabrosa, pero igualmente simple. Entre esta repostería destaca una masa algo más elaborada, también presentada por Catón, la *placenta*<sup>833</sup>. Era un dulce para los días de fiesta preparado con harina, pasta *-tracta-*, queso, aceite y miel.

También presenta la receta de *libum*, otro pastel enriquecido con huevos –Cato, *Agr.*, 75, 76-. Y *globi*, unos buñuelos elaborados con queso, agua y harina, una masa que se cocía y después se freía en pequeñas porciones, empapándose finalmente en miel, y así: *Globos sic facito. caseum cum alica ad eundem modum misceto. inde quantos voles facere*

---

*Recetas de Catón como  
modelo de la alimentación  
en época republicana*

---

*facito. in ahenum caldum unguen indito. singulos aut  
vinos coquito versatoque crebro duabus rudibus,  
coctos eximito, eos melle unguito, papaver infritato, ita  
ponito* –Cato., *Agr.*, 79-.

Una de las recetas catonianas más representativas de la época, el *puls*, que en este caso Catón denomina *pultem punicam*, está preparado con harina, agua, queso fresco, un huevo y miel, removiendo sobre el fuego hasta que las gachas hubieran cocido suficientemente: *Pultem punicam sic coquito. Libram alicae in aquam indito, facito uti bene madeat. id infundito in alveum purum, eo casei recentis P. III, mellis P.S. ovum unum, omnia una permisceto bene. ita insipito in aulam novam* –Cato., *Agr.*, 85-. Todas las recetas de Catón son sencillas, muy nutritivas y fáciles de seguir. Por otra parte no necesitan una especial comprensión de los pasos, tienen como base la harina,

---

<sup>832</sup>Trad. F. NAVARRO ANTOLÍN, *Macrobio, Saturnales*, Madrid, 2010, p. 350.

<sup>833</sup>A. DALBY y GRANGER, *op. cit.*, 1996, pp. 85-96, hacen una reelaboración moderna de las recetas catonianas, bastante ajustada a lo que pudieron ser. Son laboriosas pero escasamente sofisticadas, comidas festivas, propias de pueblos campesinos.

que cocida al horno, sobre el fuego o en forma de gachas, que era el alimento principal de los habitantes de la Roma republicana antigua. A lo largo de los años, la alimentación conocería una serie de cambios vinculados a la política, a las conquistas y a la creación de un estado fuerte.

Así, el s. II a.C. marca definitivamente esa variación de hábitos que se iba revelando más profundamente con el paso del tiempo. El gran cambio que entonces acaece en Roma lo podemos ver en la forma en que los antiguos valores comenzaban a quedar obsoletos, o al menos como fueron considerados con cierta perspectiva histórica tiempo después. A partir de la Segunda Guerra Púnica comenzaría a darse en la *Urbs* un afán de ambición e individualismo que sustituyó la moral campesina primitiva<sup>834</sup>. La evolución del pensamiento y de las costumbres fue progresiva y lenta, materializándose en diversos aspectos, especialmente en el Sistema alimentario. Sería entonces cuando aparecen nuevos productos y costumbres, pero sobre todo, nuevas formas de vivir, con influencia directa sobre la forma de comer<sup>835</sup>.

El año 188, entre la II y la III Guerra Macedónica, volvían los ejércitos de Asia Menor y con ellos llegaba el conocimiento de unas costumbres más sofisticadas, muy diferentes a las prácticas romanas tradicionales en la mesa. El impacto cultural, y también gastronómico de oriente en la sociedad romana republicana fue clave para propiciar los cambios. Algunas de las expresiones de esta huella en el Sistema alimentario fueron la diferente forma de celebración de cenas y banquetes, la llegada de cocineros profesionales o los conocimientos técnicos de elaboración gastronómica. La sociedad romana percibiría el cambio producido años después, cuando los intelectuales romanos lo detectaron. Observamos, por ejemplo, en la primera mitad del s. I d.C. a Persio censurando las costumbres griegas y las nuevas comodidades llegadas: *Ita fit; postquam sapere urbicum*

---

<sup>834</sup>Según señala J. N. ROBERT, *op. cit.* 1985, p. 129.

<sup>835</sup>Para K. R. BRADLEY, "The Social History of the Roman Elite: A Perspective", *Echos du Monde Classique/Classical Views* 28, n.s. 3, 1984, p. 487, la élite romana revelaba un alto grado de permeabilidad, que sería el factor clave para facilitar los cambios, pero que sin embargo no modificaría su dominación hacia el resto de la sociedad. Más bien, y según este autor, esta última época de la República vivirá una auténtica revolución, que vería modificada incluso la estructura de la sociedad romana, y que alejaría definitivamente a las élites del resto de la población, y así, a pesar de los cambios, el orden social no se vería subvertido. Para J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 1984, p. 327, muy lejos de parecer frívolo o trivial, los hábitos alimentarios de una sociedad son expresión de su cultura y de su capacidad y vínculos de socialización.

*pipere et palmis venit nostrum hoc maris expers, fenisecae crasso vitiarunt unguine pultes*<sup>836</sup>. Aquellos cambios ya eran una realidad.

### *Alto Imperio*

Columela, en el s. I d.C., se quejaba de que el campesino, propietario y aristócrata de la Roma republicana ya no vivía en sus posesiones, sino que, habituado a la vida de la ciudad, apenas volvía a sus tierras de origen, olvidando así sus raíces rurales. El tipo de vida había cambiado, y aquel estilo de vida había dejado paso a uno de carácter urbano y cosmopolita<sup>837</sup> –Colum., *R.R.* 1, 1-. Este es un fenómeno trascendental, que se observa incluso en la propia evolución urbanística de Roma. Un proceso en suma, decisivo, en el que se insertan y del que forman parte, algunos de los fenómenos de carácter alimentario ya señalados. Con el paso del tiempo, y sobre todo a partir de época de Augusto, los antiguos valores, algo anticuados ya, se revelaron como la fuente de donde extraer un pensamiento que renovara la sociedad romana<sup>838</sup>.

La sociedad emergente había sufrido una serie de transformaciones generales que se vieron reflejadas en la alimentación y en la representación de ciertos símbolos. Por ejemplo, la tradición sufrió un proceso de mitificación y se creó a partir de ella todo un programa propagandístico y moralizante que, sin embargo, no caló con la profundidad deseada en esta sociedad. El *Saeculum Augustum* fue todo un hito que reveló definitivamente los cambios que ya se habían producido a todos los niveles. Por su parte, el emperador Augusto, consciente de los importantes cambios que se habían desarrollado a lo largo de más de veinte años, llevaría a cabo un programa de renovación moral que, aunque

---

<sup>836</sup>“Hete aquí lo que ocurre: desde que la sabiduría ajena llegó a nuestra ciudad junto con la pimienta y los dátiles y la nuestra no cruzó nunca el mar, nuestros segadores han emponzoñado las gachas con manteca espesa” -Pers., *Sat.*, 6, 36-39-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 38.

<sup>837</sup>Como se ha comentado anteriormente, es visible como a partir del s. II a.C. comienza a percibirse un cambio de costumbres que se encuentra en relación con la llegada de costumbres griegas, no solo en relación con el banquete o la alimentación, sino que afectarían íntegramente a la sociedad romana, modificándola radicalmente. L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, p. 51.

<sup>838</sup>En el sentido de la forma en que se produce la vinculación entre una forma de vivir y la manera de comer y representar el alimento, para K. R. BRADLEY, “The Roman family at dinner”, en I. Nielsen y H. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998b, p. 51: “The way food is selected, consumed and shared can be regarded as a mirror of its primary values”.

encontró un importante eco a nivel público no alteró el desarrollo y expansión de las nuevas costumbres<sup>839</sup>.

Pero estos cambios no eran sobrevenidos, anclaban sus raíces en la República, como hemos visto anteriormente. Un siglo antes de la época de Juvenal, Cicerón ya dejaba patente en la defensa de Sexto Roscio la diferencia de costumbres entre ambos tiempos<sup>840</sup>. Por su parte, la figura que presenta Juvenal es la del romano tradicional, dedicado a la agricultura. Por otro lado Cicerón expone que el hombre tradicional romano lleva: “la clase de vida más desligada de las ambiciones y más ceñida al cumplimiento del deber, un hombre que ni siquiera ha participado nunca en un banquete”. La vida campesina, dura y austera de los hombres de la antigua República romana se mitificaba con aquellos antepasados que “aventajaron a las demás naciones... en sus decisiones y en su sabiduría”.

Con un gran sentido de la oportunidad, la figura y la situación de Roscio es defendida por Cicerón a través de un discurso que elogia la vida en el campo y la tradición, y que este autor centra en la frugalidad de la alimentación por lo visible de sus efectos y su representatividad: “Entre las costumbres rústicas, en medio de una alimentación escasa y con esa vida dura<sup>841</sup>”. En época de Cicerón ya se había producido esa importante dicotomía entre la vida tradicional y la nueva moda oriental y helénica, y para él, la vida urbana y los lujos que esta aparejaba era clave para entender el proceso.

---

*Complejidad del  
banquete*

---

En una época en la que un particular podía poseer una mansión en el Palatino y otra en los alrededores de Roma, además de muchas fincas, y disfrutar en su casa de una carísima y elegante *authepsa*<sup>842</sup>, así como de vasos griegos de Corinto y Delos. Y también recrearse en banquetes de elevadísimo coste: estaba claro que las costumbres habían cambiado significativamente.

Ya en época de César, debido a que aquellos cambios se habían transformado en hábitos, se hizo necesario aplicar una ley sobre la llegada y el comercio de productos

---

<sup>839</sup>P. ZANKER, *op. cit.*, 1992, p. 19.

<sup>840</sup>Cicerón vivió entre los años 106 y 43 a.C.

<sup>841</sup>Cita ya anotada unas páginas atrás, pero necesaria de nuevo para demostrar cómo Cicerón deja de manifiesto las diferencias entre el mundo rural y el urbano -Cic., *Pro Rosc., Am.*, 14; 25; 46-. Trad. J. ASPA CEREZA, *op. cit.*, 1991, pp. 42, 57 y 60.

<sup>842</sup>Recipiente de origen griego, en el cual se introducían carbones ardiendo, y calentaban el líquido contenido en el cilindro exterior.



exóticos y de lujo, prohibiendo muchos de ellos -Suet., *Iul.*,43-. No solamente se legisló el requisarlos de los mercados o impedir su tráfico, sino incluso se retirarían de los domicilios privados una vez puestos sobre la mesa. Pocos años después, y constatando estos hechos, Juvenal señalaba la llegada a Roma, junto a las nuevas costumbres, de una gran cantidad de gentes orientales que llegaron a transformar profundamente su sociedad<sup>843</sup>: *Quemvis hominem secum attulit ad nos: ... omnia novit Graeculus esuriens: in caelum iusseris, ibit. in summa non Maurus erat neque Sarmata nec Thrax qui sumpsit pinnas, mediis sed natus Athenis. horum ego non fugiam conchylia? me prior illesignabit Fultusque toro meliore recumbet, advectus Romam quo pruna et cottana vento?*<sup>844</sup>. Y tenía poderosas razones para temer, que además del cambio de costumbres que ya era una realidad, estas gentes sustituyeran a los propios romanos, que habían sido alimentados con los más tradicionales comestibles, que también eran un signo de identidad: *...usque adeo nihil est quod nostra infantia caelum hausit Aventini baca nutrita Sabina?*<sup>845</sup>. Mientras que los extranjeros llegaban a Roma empujados por los vientos que llevaban los higos de Siria y las ciruelas de Damasco, es decir, por mar.

La diferencia entre los Sistemas Alimentarios que caracterizaron dos épocas y que definieron a la República y al Imperio, se estructura en torno a una divergencia articulada en torno al cambio de régimen con la llegada de Augusto, aunque en realidad había comenzado a gestarse dos siglos antes. Poco a poco aquellos pequeños cambios fueron tomando forma, y gradualmente se impusieron las novedades, convirtiéndose en rutinas. Sin embargo, ambos períodos -República e Imperio-, no corresponden exacta y

---

<sup>843</sup>La vida de Juvenal transcurrió entre los años 55 y 128 d.C., y su obra fue publicada bajo el reinado de Domiciano.

<sup>844</sup>“¡No puedo soportar, oh, Quirites, una Roma griega! Pero, ¿qué parte de esta hez es verdaderamente aquea? Hace ya tiempo que el sirio Orontes desemboca en el Tíber; ha traído consigo la lengua, las costumbres” -Iuv., *Sat.*, 3, 60 ss.-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p.127.

<sup>845</sup>Para M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, pp. 70-71, el banquete además de expresar identidad, representa la jerarquía y las relaciones de poder en el grupo, lo que es visible a través del lugar que cada uno ocupa en la mesa o en el tipo de comida que se sirve a cada uno (y que como sabemos con frecuencia era diferente en el banquete romano). Además es el momento de cohesión social que se concreta en el establecimiento de una identidad civilizada. Además de las reglas y rituales de la convivialidad, la comida, para este autor jugaba un rol vital para establecer la identidad humana. Es el caso de la cita de Juvenal, en la que añora una infancia –no personal, sino cultural-, simbolizada en el agua y las aceitunas. “¿Hasta tal punto ya no vale nada el que nuestra infancia bebiera el cielo del Aventino y se alimentara de olivas sabinas?” -Iuv., *Sat.*, 3, 84-86-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 130.

respectivamente a una forma tradicional de vida y a la llegada de las innovaciones griegas<sup>846</sup>. En síntesis, ya que hablaremos de esta diferencia más exhaustivamente en el capítulo III “Dinámica histórica y Sistema alimentario”, podemos decir que la gastronomía se comienza a considerar como un placer en torno al que a su vez se articulan otros entretenimientos como música, baile y bebida. Frente al antiguo concepto de que la alimentación era sencillamente una forma de nutrir el cuerpo, cada vez más se van cuidando más facetas en torno a la gastronomía. El banquete se hace más complejo y participan en él mayor número de servidores, cocineros y camareros, los menús tienen un mayor número de platos más atractivos y cuidados. Y las cocinas conocen un auténtico esplendor en el uso de técnicas culinarias, de nuevos productos y en las combinaciones entre todos ellos. Además, los cocineros se hacen indispensables en las grandes ocasiones, y habituales en las casas más importantes.

El contraste entre el recetario antiguo y el moderno se hace patente, por ejemplo, entre las recetas sencillas que propone Catón y las mucho más sofisticadas del recetario de Apicio. El *puls* pasa a considerarse elaboración de tercera categoría y hacen su aparición en las mesas un mayor número de recetas proteicas. L. Friedländer reflexiona sobre este aspecto, haciendo hincapié en que la vuelta de los ejércitos de Asia Menor resultó clave, y que los cambios alimentarios estuvieron vinculados con una mayor profesionalización de estas actividades, por el precio de los cocineros y por los productos<sup>847</sup>.

La añoranza por las costumbres sencillas antiguas, el respeto a la religión y a la moral tradicional, incluso la frugalidad quedan patentes de nuevo en el Sistema alimentario: la comparación era inevitable entre una y otra época. En la literatura podemos encontrar como tras los cambios producidos, se añoraban las viejas costumbres, por ejemplo, en el s. I d.C., Marcial, en su *Bilbilis natal*, disfrutaba de una vida campesina a la antigua usanza, después de contrastarla con la ajetreada vida romana que llevó en su juventud, y en *Bilbilis*:

---

<sup>846</sup>Como recoge A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 120 ss., los romanos fueron a Grecia a perfeccionar su lengua y el conocimiento de su cultura, a practicar el análisis lógico, a aprender a escribir y hablar públicamente, y finalmente quedaron prendados de todo lo griego. Horacio, frente a esta influencia, orgullosamente decía que los romanos habían llegado al apogeo de su poder, superando incluso a los griegos en diferentes artes –Hor., *Ep.*, 2, 1, 32-33-. Y J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 216, propone, concretando esta influencia en la alimentación, que “la cuisine devint à Rome affaire de spécialistes quand les grands chefs de la Grèce transmirent leurs traditions”.

<sup>847</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, pp. 778 ss.

*Surgentem focus excipit superba vicini strue cultus iliceti, multa vilica quem coronat olla.venator sequitur*<sup>848</sup>.

En este momento de su vida, Marcial no parece añorar los excesos romanos de los que solía disfrutar durante su estancia en la *Urbs*. Muy por el contrario, parecía estar encantado de comer en Bilbilis verduras ligeras como malvas, escarola, puerros o menta acompañadas con huevos y vulva de cerda. Y de plato fuerte, un cabrito asado, algo de pollo y jamón que eran los alimentos que tomaba en su ciudad natal con sus amigos -Mart., *Epigr.*, 10, 48-. Cuando vivía en Roma recordaba aquellas viejas costumbres de Hispania, que era su hogar, un lugar en el que se podía cocinar con un buen fuego, donde guisar los alimentos que provenían de una finca cargada de frutos. Evocaba aquellos días mientras que en la capital era imposible mantener una vida holgada con los escasos medios de que disponía, de lo que se queja -Mart., *Epigr.*, 10, 96-.

Los ágapes frugales, la mesa sin afectación eran para Marcial algunas de las cosas imprescindibles para una vida feliz, de lo que deja constancia en su obra -Mart., *Epigr.*, 10, 47-. Y se sentía a gusto relegando las novedades gastronómicas y a los excesos de la moda oriental, en una vuelta a las costumbres tradicionales, que se encontraban representadas por la frugalidad y la sencillez republicana –desde luego idealizada, en cualquier caso-. También Juvenal, de época algo posterior a Marcial, –del 60 al 128 d.C.- describe el estado de la situación, añorando los viejos tiempos en los que las costumbres aún no habían cambiado: *Saturabat glebula talis patrem ipsum turbamque casae, qua feta iacebat uxor et infantes ludebant quattuor, unus vernula, tres domini; sed magnis fratribus horum a scrobe uel sulco redeuntibus altera cena amplior et grandes fumabant pultibus ollae. nunc modus hic agri nostro non sufficit horto. inde fere scelerum causae, nec plura venena miscuit aut ferro grassatur saepius ullum humanae mentis vitium quam saeva Cupido inmodici census. nam dives qui fieri volt, et cito volt fieri; sed quae reverentia legum, quis metus aut pudor est unquam properantis avari? 'vivite contenti casulis et collibus istis, o pueri,' Marsus dicebat et Hernicus olim Vestinusque senex, 'panem quaeramus aratro, qui satis est mensis:*

---

<sup>848</sup>“Al levantarme me recibe un fuego alimentado por un espléndido montón de leña del encinar cercano, al que la casera rodea con multitud de ollas. Llega luego el cazador” -Mart., *Epigr.*, 12, 18-. Trad. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 282.

*laudant hoc numina ruris, quorum ope et auxilio gratae post munus aristae contingunt homini veteris fastidia quercus*<sup>849</sup>.

Las diferencias entre las dos épocas –antes y después de la llegada de las novedades-, estuvieron marcadas por unas costumbres alimentarias muy características, por una moral distinta en ambos casos y por el cambio de hábitos religiosos, todo ello impregnado de profundo significado<sup>850</sup>. Los antiguos penates, los *Mores maiorum*, habían dado paso a cultos mucho más complejos, más coloristas y ruidosos, que mantenían a los fieles con todos los sentidos alerta, como hicieron las nuevas costumbres gastronómicas en relación con el anticuado *puls*<sup>851</sup>.

Las religiones sedujeron a la vez que lo hizo también el Sistema alimentario con sus novedades, banquetes y productos hasta entonces desconocidos. Los dioses romanos, al estilo de la alimentación antigua, eran sencillos y frecuentemente estaban encarnados en

---

<sup>849</sup>El campo detallado era una pequeña finca de dos yugadas de tierra de labor: “Un campo como el descrito alimentaba al padre en persona... en la que yacía la mujer parturienta y jugaban cuatro niños... Para sus hermanos mayores que volvían de cavar o de sembrar había una segunda cena algo más abundante, unas ollas grandes humeantes de polenta; hoy con una extensión de tierra así no tenemos ni para jardín. Ahí radican casi todos los crímenes, pues no hay tara del seso de los hombres que suministre más veneno o que ataque más con la espada que un afán implacable de riquezas excesivas. Porque el que quiere enriquecerse no admite en ello dilaciones: ¿cómo podría respetar las leyes, o temerlas, o de qué se avergonzaría un avaro impaciente? Vivid contentos con vuestras chozas y vuestras colinas, hijos míos -decían antaño los ancianos marsos, los hérnicos y los vestinos- ganemos con el arado el pan que baste a nuestras mesas. Lo alaban los dioses campesinos, con la ayuda y la asistencia de los cuales, desde el don concedido de la agradable espiga el hombre puede despreciar los frutos de la encina añosa” –Iuv., *Sat.*, 14, 167-185-. Trad. J. GUILLÉN CABAÑERO, *op. cit.*, 1991, p. 421.

<sup>850</sup>Para M. BEARD *et alii*, 1998, vol. I, p. 11, la antigua religión romana presenta cierta estructura que la hace diferente de la tradición religiosa griega o etrusca. Los dioses romanos parecen no haber tenido un marcado desarrollo y carácter personal, según esta autora, y más bien se presentan como aspectos divinos de procesos sociales o agrícolas, como *Vervactor* o *Imporcitor*. El sistema religioso de esta época no ofrece escatología o una explicación de la creación, no hay tradición de hombres santos o profetas, y hasta 170 años después de la fundación de su ciudad, no tenían representaciones de dioses. En realidad, se trata de la presencia de una simple piedad primitiva que contrasta con una época posterior, en la última República, en la que la religión, según estos autores, estaba virtualmente muerta. Así, la República temprana proporcionaría un periodo de transición, en el que aún tendría cabida la simplicidad de la experiencia religiosa más antigua, pero la cual va perdiendo progresivamente. Las causas serían la influencia externa, en especial la griega, la desaparición del sentimiento religioso por el excesivo ritualismo, la alineación de una población urbana cada vez más sofisticada y la separación entre el mundo agrícola con sus ciclos estacionales y el mundo urbano. Estos factores que según dichos autores marcan los progresivos cambios religiosos desde la República temprana, afectarían, como a otros aspectos sociales, a la alimentación.

<sup>851</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 44; 53-54 y 253.

cualidades personificadas como la Piedad o el Pudor. Este hecho motivó que el concepto de la virtud, las costumbres y la religión estuvieran estrechamente relacionadas y se vieran profundamente afectadas por la llegada de las costumbres griegas. Dentro de esta época de cambios en el Sistema alimentario y de imposición de nuevas costumbres, Séneca llama la atención por su comportamiento que discurre más cercano al tradicional y frugal modo de ser romano que a las novedades, confesando que: *Circumfudit me ex longo frugalitatis situ venientem multo splendore luxuria et undique circumsonuit. Paulum titubat acies, facilius adversus illam animum quam oculos attollo. recedo itaque non peior, sed tristior, nec inter illa frivola mea tam altus incedo tacitusque morsus subit et dubitatio, numquid illa meliora sint. nihil horum me mutat, nihil tamen non concutit*<sup>852</sup>.

Para P. Garnsey y R. Saller, Casio Dión revela sin tapujos la antipatía que despertaban en él los fenómenos religiosos de su época<sup>853</sup>. Según la historia de este autor, redactada entre los s. II-III d.C., Mecenas ofreció un siglo antes a Augusto un consejo: que respetara la religión tradicional, que actuara contra las novedades y que obligara a los ciudadanos a honrar a sus antiguos dioses –Cass., Dio., *H. R.*, 52, 36-. Aquella admonición recogida por Casio Dión sería la confirmación de que aquel cambio en todos los aspectos era visible en una época posterior en la que aún se recordaban los hechos.

Observamos, por tanto, cómo la auténtica bisagra entre un tiempo y otro sería la época de Augusto, la coyuntura histórica en la que se reconocieron como parte de una nueva realidad los cambios que habían tenido lugar<sup>854</sup>. En ella se intentaron modificar –en una marcha atrás imposible de poner en práctica- las nuevas costumbres, las cuales habían comenzado a desarrollarse a partir de las Guerras Púnicas, y

---

*Coyuntura histórica*

---

<sup>852</sup>“Me posee un amor exagerado a la austeridad... Me gusta una comida que ni la preparen ni la contemplen montones de esclavos, no encargada muchos días antes ni servida por manos de muchos, sino económica y sencilla, sin tener nada de rebuscado ni de costoso, que no va a faltar en ninguna parte, ni pesada para la bolsa ni para el cuerpo, que no vaya a salir por donde ha entrado; me gusta un sirviente desaliñado y un tosco esclavo nacido en casa, la plata maciza de mi rústico padre sin nombre alguno de artesano” –Sen., *Tranquil.*, 1, 5-7-. Trad. J. MARINÉ ISIDRO, *Séneca el joven. Diálogos, Sobre la providencia, Sobre la firmeza del sabio, Sobre la ira, Sobre el ocio, Sobre la tranquilidad del espíritu, Sobre la brevedad de la vida*, Madrid, 2008, p. 326.

<sup>853</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, pp. 203-204.

<sup>854</sup>Para P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 129, los cambios habían resultado trascendentales, y: “Sobre este trasfondo de agitación social (los dos decenios de Guerras Civiles), Augusto instauró su supremacía militar y restauró la paz y el gobierno constitucional... El orden social creado por Augusto era estable y duradero”.

con el paso del tiempo habían hecho mella en la sociedad romana. Los antiguos usos y hábitos ya habían quedado caducos, y el afán de renovación augustea era precisamente prueba de este hecho. Aparecía una nueva época, en la que Juvenal nos habla de un entendido gastrónomo que podía distinguir al primer bocado si una ostra era de Circe o del Lucrino (ambas localidades en la costa de Campania), o incluso de la lejana costa de Rutupia, en Inglaterra -Iuv., *Sat.*, 4, 136-143-.

Una nueva era, en la que existían catadores tan finos como Montano, famoso por su afición a la gastronomía -Iuv., *Sat.*, 4, 130 ss.- Una época en la que había finísimos catadores, satirizados por Horacio, quién decía que eran capaces de señalar la hora de la muerte del jabalí que se servía a la mesa, según el sabor de su carne: *...quein primis Lucanus aper: leni fuit Austro captus, ut aiebat cenae pater*. No tanto como ejemplo de exquisitez y paladares refinados como de la –según el poeta-, exagerada inclinación por la gastronomía<sup>855</sup>. Aquella época en la que la familia comía en la intimidad una cantidad suficiente de alimentos presentados sobriamente y con frugalidad, con un servicio de mesa sencillo, ya había finalizado.

Sin embargo, no todos los grupos sociales añorarían las antiguas y sencillas costumbres. Así, encontramos miembros de la familia imperial cuyo fácil acceso a cualquier tipo de novedades, artículos de lujo y costumbres exóticas los convirtió en un grupo altamente receptivo. Y como con demasiada frecuencia se carecía de trabas de tipo moral, desarrollaron muchos excesos de los que ha quedado constancia<sup>856</sup>. Y aunque en época de Vespasiano por su propia forma de entender la vida, frugal y chapada a la antigua, todavía había cierta

---

*Diferencias alimentarias  
entre Julio-Claudios y  
Flavios...  
y excepciones*

---

<sup>855</sup>“Se sirvió primero un jabalí de Lucania cazado con ligero viento de mediodía” –Hor., *Sat.*, 2, 8 ss-. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, pp. 188-189.

<sup>856</sup>Además de ciertos emperadores, podemos señalar que este modelo desordenado con respecto a la tradición romana clásica no es solo propio de ellos. Por ejemplo, Marco Antonio, en un momento previo al Imperio, también fue acusado de excesos helenísticos, como señala M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, pp. 332 ss.: “se comportó como un monarca helenístico, más que como un general romano”, y que: “fue víctima de la desmesura y del Oriente”. E. SALZA PRINA, *op. cit.*, 1983, p. 80, por su parte, señala que leyendo su vida, da la impresión de que excepto cuando combatía o dormía, estaba continuamente banquetando, pasando de una mesa a otra sin parar, y que casi todos los acontecimientos importantes de su vida sucedieron en una cena, lo que Plutarco ya señalaba -Plut., *Ant.*, 2, 3; 9; 27-.

contención en la corte, las extravagancias de los últimos Julio-Claudios no encontraron paralelo en el periodo que comenzó con el primer emperador Flavio excepto, claro está, con Domiciano<sup>857</sup>. Calígula ofreció a senadores y caballeros -junto a sus respectivas familias- banquetes suntuosos, pero por las noticias de Suetonio fueron seguramente cenas mucho más moderadas que los que llegarían después -Suet., *Cal.*, 17-. Algunas de las extravagancias de este emperador consistieron en beber perlas disueltas en vinagre o inventar comidas y bebidas de un precio exorbitado. Esto habla de sus propios desórdenes psicológicos, pero de ninguna forma este emperador puede ser considerado un sibarita o gastrónomo refinado, quizás un estrafalario o caprichoso, quizás ridículo incluso, o trastornado.

Así, Heliogábalo, Nerón o Vitelio se han convertido en modelos de corruptela, excesos y derroche gastronómico. Ellos centraron una gran parte de sus actividades lúdicas en la dilapidación y excesiva ingestión de alimentos de forma desordenada. Demasiadas horas seguidas en los banquetes, demasiada comida, bebida y escaso control personal en unos ambientes en los que el servicio de mesa también era lujosísimo: vajillas de plata y de oro, comedores entonados con los colores de la decoración y las comidas -SHA., *Heliog.*, 19-.

Tanto la comida como el entorno eran ostentosos: salas sembradas de rosas, albóndigas preparadas con delicados crustáceos acompañados de vinos muy condimentados y selectos. El adjetivo “caro”, en *Banquetes costosos* el sentido de costoso, acompaña continuamente a las descripciones de los banquetes imperiales, y es que el gasto innecesario e incesante era la característica que mejor describió los banquetes de miembros de la familia imperial. Como los *triclinia* de plata maciza de Heliogábalo -SHA., *Heliog.*, 20-. O las ya míticas pezuñas de camello, lenguas de pavo real y ruiseñor, incluso las crestas de gallo, que tanto se popularizaron en siglos posteriores<sup>858</sup>. Otras excentricidades

---

<sup>857</sup>J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 2003, p. 102.

<sup>858</sup>A partir de la época prerrevolucionaria en Francia, las crestas de gallo alcanzaron una gran popularidad. Tanto que el mercado solicitaba más crestas de las que en realidad existían. Un carnicero parisino, hábil comerciante y estafador de sibaritas y esnobs, preparaba artificialmente estas crestas, con tejido palatal de bovino, dándoles la forma adecuada con un molde y tratándolas después para que adquirieran sabor y textura semejante a la de las crestas de gallos, como recogen J. GARNIER y C. H. HAREL, *Falsificaciones de las sustancias alimenticias y medios de*

consideradas exquisiteces en la corte de Heliogábalo fueron las entrañas de barbo, los cerebros de flamenco, los huevos de perdiz, los cerebros de tordo y las cabezas de loro, faisán y pavo<sup>859</sup>. Heliogábalo daba a los perros para comer el hígado de los gansos, un producto muy costoso y apreciado, a la vez que alimentaba a los caballos con uvas, y a los leones les daba faisanes -SHA., *Heliog.*, 21-. Una sinrazón que habla, además del derroche inaudito, del estado mental de Heliogábalo, que sirvió durante diez días seguidos a sus invitados platos extraordinarios como: treinta ubres de jabalina con sus matrices, platos de guisantes con monedas de oro, guisos de habas con ámbar o arroz con perlas. Hasta tal punto buscaba lo raro que cerca del mar jamás tomaba pescado, mientras tierra adentro pedía crustáceos y peces -SHA., *Heliog.*, 23-. Además, ninguna de sus cenas costaba menos de cien sestercios y en ocasiones, la suma de los gastos llegó a tres mil.

De esta forma, el mal gusto estaba servido, así como las bromas pesadas y desagradables a las que era muy aficionado -SHA., *Heliog.*, 25, 27-. Los desgraciadamente famosos cerebros de avestruz que tan nefasta leyenda han dejado sobre la alimentación en Roma, los sirvió él, y para ello hizo traer seiscientas avestruces, si bien parece también un número exageradamente elevado por parte de Suetonio -SHA., *Heliog.*, 30-. El propio Heliogábalo bebía vino sin parar, sumergido dentro de una piscina de vino, o comía durante jornadas completas un único alimento: un día faisán solamente, otro pollo, otro pescado, otro sólo repostería o productos derivados de la leche -SHA., *Heliog.*, 32-.

Estos emperadores fueron excéntricos y llamativos, aunque debemos tener en cuenta que eran personas aisladas y poco representativas de una sociedad compleja y variada, en la que no era habitual la preparación de banquetes servidos con

---

*Excepcionalidad de la excentricidad*

---

---

*reconocerlas*, en M. Bonet y Bofill (trad.), Barcelona, 1846, p. 18. Con este artificio se consiguió engañar a muchos parisinos. Esta imitación se ha seguido haciéndose casi hasta el s. XX, incluso M. MESTAYER DE ECHAGÜE, *La cocina completa*, 1999, Madrid, p. 802, presenta una imitación de crestas de gallo elaborada a a base de jamón.

<sup>859</sup>Existen algunas especies africanas de loros, aunque muy pocas en relación con la gran familia de loros americanos, serían en cualquier caso, las primeras las que sirvieran de alimento en época romana, que sin duda, debido a su escasez obtendrían precios muy altos en el mercado. Eran una especie conocida como atestiguan las fuentes -Varro., *Rust.*, 3, 9, 17; Mart., *Epig.*, 10, 3, 7; Macrobi., *Sat.*, 2, 30-. El propio Apicio describe una receta para el flamenco que se puede repetir, según indica, de idéntica forma para el loro, pero parece algo excepcional, más que una preparación cotidiana -Apic., *De re coq.*, 235-.



ingredientes tan exóticos<sup>860</sup>. Sin embargo, a pesar de que dichas preparaciones fueron extravagantes y fruto de situaciones esporádicas, tuvieron –paradójicamente- una enorme repercusión social en su época, e histórica posteriormente, debido en el primer caso a lo llamativo de su comportamiento, y en el segundo a que se terminó desvirtuando la excepcionalidad, tomando por cotidiano lo que fue eventual.

La comida para las élites representó algo más que el puro hecho de alimentarse, porque no tenían necesidad de comer para calmar el hambre, sino que comían para satisfacer el apetito, placenteramente, para celebrar acontecimientos de la vida personal o pública<sup>861</sup>.

Por otro lado, la comida y la bebida se utilizaron como herramientas conceptuales para ser usadas como demostración de una forma de vivir, que manifestaba el poder en los hombres de estado, la capacidad de autocontrol en los filósofos, o en el caso mítico de los dioses y héroes la posibilidad de alimentarse con los más excelentes géneros, superiores en todo al mundo mortal<sup>862</sup>. Que fueron excentricidades nos lo demuestra el que ni siquiera en los recetarios de élite encontremos descripciones sobre estas recetas. Apicio o Ateneo, por señalar a dos destacados autores en este aspecto, no proporcionan ninguna explicación sobre dichas preparaciones.

---

<sup>860</sup>Es lo que J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp. 427 ss., llama, a nuestro parecer muy acertadamente, “exceptional commensality”, como los acontecimientos que siguieron a la boda del propio emperador Heliogábalo, citado anteriormente, en la que invitó a toda la población de Roma a beber gratuitamente –Cass., Dio., *H.R.*, 79, 9-.

<sup>861</sup>En el caso de la vida privada, tenemos, para la vida pública, las celebraciones de los triunfos se festejaban separadamente por las élites y el pueblo, según M. BEARD *et alii*, *op. cit.*, 1998, pp. 161 ss. Las fuentes sugieren exactamente este hecho de separación de grupos sociales a la hora de disfrutar de un banquete –Cass., Dio., *H.R.*, 43, 42, 1; Suet., *Iul.*, 38, 2; Liv., *Ab Urb.*, 3, 29, 4-5-.

<sup>862</sup>E. GOWERS, *op. cit.*, 1993, pp. 6 ss., recoge la idea de la comida como una herramienta del pensamiento, referida al mundo griego. Opinamos al respecto que no solamente en el mundo griego, sino en el romano y en cualquier cultura, el alimento es símbolo y herramienta del pensamiento, y refleja éste con fidelidad. Para M. DOUGLAS, “Deciphering a Meal”, *Daedalus 101, n. 1, Myth, Symbol, and Culture* 1972, p. 61, en su trabajo pionero, si tratamos al alimento como un código, podremos encontrar los mensajes codificados en el patrón de relaciones sociales que este expresa. El mensaje hablará de diferentes grados de jerarquía, de exclusiones e inclusiones, de límites. El consumo de alimentos tendrá un componente social tanto como uno biológico. Ambos autores, E. GOWERS y M. DOUGLAS, confirman cómo el alimento va más allá de la simple comida, representando el pensamiento, las relaciones sociales y diversos aspectos culturales, más allá de la estricta nutrición.

A pesar del impacto que causa observar algunos de los comportamientos alimentarios de ciertos emperadores no todas las élites actuaron de forma similar<sup>863</sup>. Y nos retrotraemos para ello al mundo griego, con la obra de Plutarco “Banquete de los siete sabios”, en la que encontramos un tipo muy distinto de aristocracia que representa un universo diferente, claro que, en todo caso se trata de ficción literaria. Este grupo se reunía a disfrutar en común de la mesa y de la conversación convivial, una comunidad tan distante de los emperadores romanos como sería esta imaginaria compuesta por los catorce sabios del famoso banquete de Plutarco<sup>864</sup>.

---

*El banquete como momento de encuentro*

---

Más allá de la realidad histórica, este grupo es la representación de una élite intelectual que, además de buscar divertimento en la comida y bebida, al modo del más tradicional *symposium*, sostuvieron fundamentalmente un encuentro filosófico en el que no fueron necesarios derroches ni excesos. Ni siquiera estos encuentros fueron una muestra del poder del anfitrión: las armas que se manejaban en la conversación eran intelectuales, y siendo expuestas oralmente, no guardaban relación con el desarrollo físico del banquete<sup>865</sup>. Tanto era así que: “(como) la cena era más frugal que de costumbre, me vino a la mente pensar que la hospitalidad y la invitación a hombres sabios y buenos no añadía ningún gasto, sino que más bien los restringía, al suprimir la excesiva

---

<sup>863</sup>Emperadores como Calígula, quién según Suetonio gastó en un solo año el tesoro acumulado por Tiberio -Suet., *Cal.*, 37-. O como Nerón, al que llama Suetonio: “petulante, lúbrico, pródigo, avaro y cruel”, que organizaba cenas en las que gastaba cantidades exorbitantes -Suet., *Nero*, 26; 27-. O Vitelio, glotón y cruel, cuyo banquete más famoso fue en el que se sirvieron dos mil pescados y siete mil pájaros, con un famosísimo plato como protagonista, el “Escudo de Minerva” -Suet., *Vit.*, 13-. Todos estos emperadores junto con Heliogábalo, son señalados por sus excesos. Este último imitador de Apicio y extravagante en su comportamiento gastronómico -SHA., *Heliog.*, 8; 18; 24-.

<sup>864</sup>De origen griego, Plutarco vivió entre los años 50 y 120 d.C.

<sup>865</sup>El gran arraigo del *symposio*, así como su complejo protocolo y desarrollo se debe a la antigüedad de sus orígenes, que según M. VETTA, “The Culture of the Symposium”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.) *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, p. 98, “can be traced back to the dawning of the archaic period”. Y por su parte, P. SCHMITT-PANTEL, “Greek Meals. A Civic Ritual”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999b, p. 90, opina que el *symposium* subraya ciertos valores fundamentales para los griegos, como fueron el igualitarismo y el espíritu comunal, que eran básicos para la vida social griega, para su discurso y su cultura, a su vez heredada por el romano.

elaboración de los alimentos, los ungüentos extranjeros, las golosinas y el derroche de vinos caros<sup>866</sup>.

Cada uno de los invitados sabía comportarse en situaciones en las que se celebraban diferentes encuentros gastronómicos, como muestra en este banquete Periandro el anfitrión, que por ser el tirano de Corinto, en otras ocasiones hacía uso de todos los lujos, en demostración clara de poder. Pero “ante aquellos hombres hizo alarde de frugalidad y moderación en los alimentos<sup>867</sup>”. Para sus compañeros de banquete el mejor bien era no necesitar ningún alimento, algo que, evidentemente, resulta imposible para el ser humano. Y en segundo lugar era un gran bien necesitar muy poco. Sin embargo, a pesar de la escasa importancia que parecen conceder a la necesidad de alimentarse, para ellos la mesa era el símbolo de la hospitalidad<sup>868</sup>, el altar de los dioses de la amistad, y así: “La supresión de la comida es la destrucción de la casa ya que con ella se destruirían el fuego sagrado, el hogar, las cráteras... la comunicación más humana y la primera<sup>869</sup>”. Este era un encuentro donde, más que a la comida, se daba importancia al encuentro convivial. En ese mismo sentido adquiere una nueva dimensión otro banquete aristocrático recogido por Ateneo en los *Deipnosophistas*, celebrado en casa de Larensis, según recoge este autor. Un banquete en el que se mezclaron, como señala L. Romeri, los platos y las conversaciones de los invitados, enlazándose así el placer intelectual y el goce de una comida de lujo<sup>870</sup>.

Al observar cómo consideran el concepto de alimento y de encuentro gastronómico los entornos correspondientes a élites griegas y romanas, estos van adquiriendo matices cada vez más ricos, lo que significa en realidad que adquieren un sentido directamente proporcional a una filosofía vital o a una comunidad de pensamiento<sup>871</sup>. Y se relacionan con

---

<sup>866</sup>Plut., *Banq.*, 150B-150D. Trad. C. MORALES OTAL y J. GARCÍA LÓPEZ, *Plutarco, Obras morales y de costumbres, Moralia II, Sobre la fortuna, Sobre la virtud y el vicio, Escrito de consolación a Apolonio, Consejos para conservar la salud, Deberes del matrimonio, Banquete de los siete sabios, Sobre la superstición*, Madrid, 1986, pp. 230-231.

<sup>867</sup>Plut. *Banq.*, 150C. Trad. C. MORALES OTAL y J. GARCÍA LÓPEZ, *op. cit.*, 1986, p. 231.

<sup>868</sup>Sobre la hospitalidad y la expresión su concepto en diferentes autores ver C. MARTÍN PUENTE, “Vino, banquete y hospitalidad en la épica griega y romana”, *Revista de Filología Románica*, anejo V, 2007, pp. 21-33.

<sup>869</sup>Plut., *Banq.*, 150C; 158C. Trad. C. MORALES OTAL y J. GARCÍA LÓPEZ, *op. cit.*, 1986, p. 258.

<sup>870</sup>L. ROMERI, “Athenaeus between Banquet and Anti-banquet”, en D. Braund y J. Wilkins (eds.), *Athenaeus and his World*, Exeter, 2000, pp. 258.

<sup>871</sup>Para J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999a, p. 17, “deben apreciarse los niveles de cohesión interna y afinidad ideológica entre los miembros de las élites, precisando los factores que

una manera de concebir la vida, con cada grupo social, con sus particularidades y con los motivos que daban origen a la reunión. Para K. Dunbabin, el término que describe estos banquetes es exactamente *convivium*, en el sentido clásico de compartir, de vivir con otros, lo que para esta autora tiene connotaciones festivas, en las que romanos y griegos tuvieron en común el disfrute por la celebración comunitaria en la que la bebida y la comida eran los ejes del banquete<sup>872</sup>.

Las élites senatoriales, según G. Alföldy, con sus privilegios y su elevado concepto de sí misma, poseían algunos de los caracteres propios de un estamento, y no solamente estaban interesadas en la posesión de tierras, sino también, y más según avanzaba el tiempo, en el enriquecimiento a través de actividades como la industria y el comercio, las cuales a partir del s. III a.C., ocuparon un papel importante en relación con la alimentación<sup>873</sup>.

Por su parte, la celebración de banquetes por parte de la administración pública en el alto Imperio fue muy distinta a la de los filósofos o aristócratas mencionados con anterioridad. Por ejemplo, las élites municipales tuvieron ciertos privilegios en lo relativo a celebraciones y banquetes, y muchas de sus obligaciones, -de los ediles en concreto- tenían

---

consolidaron su espíritu de cuerpo, su configuración como grupos estamentales cuya preeminencia social se proyectaba a través de un código de privilegios, distinciones y representaciones en la vida pública”. Efectivamente, hay un código común, un lenguaje que provoca y facilita la comunicación entre iguales en el seno de las élites. Vinculadas con el mundo urbano, según este autor, 1999, 20, “entre las glorias de la ciudad se encontraba también la aristocracia, aquellos individuos excepcionales... Aristocracia y mundo urbano son dos elementos que difícilmente se pueden separar en la Antigüedad”.

<sup>872</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 4. Esta misma autora señala un aspecto decisivo en 2003a, 5, con respecto a la forma de estudiar y comprender la historia de la alimentación y su vinculación con la sociedad y cultura. Explica que no fue hasta los años 1980 del s. XX cuando la influencia de la antropología y de los historiadores culturales llevaron al convencimiento entre los clasicistas de la importancia de los estudios alimentarios más allá del concepto de “vida cotidiana”. Y así entender la contribución de los estudios alimentarios en general para comprender la sociedad y cultura antiguas.

<sup>873</sup>Según G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 1996, p

p. 30, las contradicciones sociales y la tensión entre las distintas capas se sucedían aunque de distinta manera, desde el antiguo conflicto de época republicana entre patricios y plebeyos hasta, avanzada la república entre la aristocracia senatorial, la cual aglutinaba a diversos grupos sociales con importante poder político y “grupos proletarios que se iban formando sin cesar en la ciudad de Roma, entre los romanos y sus aliados frecuentemente sometidos, entre amos y esclavos”. La sociedad romana seguiría conservando su carácter aristocrático incluso después de la finalización de la lucha entre los órdenes, aunque el número de individuos pertenecientes a este grupo eran muy escasos, siendo en el s. III a.C. únicamente de unas 20 familias nobles –unos 300 individuos- y algunos otros de elevación reciente.

relación directa con los alimentos<sup>874</sup>. Entre los deberes vinculados a estos se encontraba la organización de las contribuciones para los suministros, la disposición de los mercados, y en ellos el control de los sistemas de pesas y medidas -*Lex Irn.*, 19, 6-7-. Con respecto a la participación de las élites municipales en las cenas, y como estas requerían necesariamente previsión, era necesaria una estricta organización, la gestión y estructuración del gasto de los fondos municipales, o conocer con exactitud las cantidades que había que destinar a las cenas o a las ceremonias religiosas, así como la forma de administrar unas y otras<sup>875</sup>.

Como vemos, en los banquetes más selectos celebrados en época imperial, se había olvidado la tradición romana más antigua. Definitivamente, las costumbres habían llegado para provocar cambios, y lo hicieron. Con mucha frecuencia, la norma de cenar antes de que la noche llegara, como correspondía a personas moderadas que respetaban las costumbres antiguas, se había perdido, era una costumbre de larga tradición recogida ya desde Homero siglos antes. Una época se había cerrado: “La noche ya se acerca: es bueno también obedecer a la noche<sup>876</sup>”.

### *Bajo Imperio*<sup>877</sup>

La crisis que atravesó el mundo romano a partir del s. III había comenzado en época de los últimos Antoninos y los Severos. La inestabilidad política repercutió en todos los órdenes de la vida privada, a la que anteriormente había afectado la llegada de las

---

<sup>874</sup>Sobre la contribución de los evergetas a la financiación de la vida municipal, y en concreto a las subvenciones para la alimentación, ver E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1999, pp. 229 ss. El evergetismo annonario, según este autor “debió ser un poderoso incentivo para que los grandes propietarios de tierras diesen en los momentos de necesidad”. Por otro lado se encuentran las subvenciones para alimentación en forma de actos públicos como *cena*, *epula* o banquetes públicos y distribución de alimentos

<sup>875</sup>La Ley de *Irni* dispone que los *duunviros* que presidan la jurisdicción del municipio, tenían que presentar una propuesta a decuriones y conscriptos sobre los gastos destinados a cenas y ceremonias, que después éstos tenían que aprobar -*Lex Irn.* 77-.

<sup>876</sup>Hom., *Il.*, 19, 282. Trad. E. CRESPO GÜEMES, *Homero, Ilíada*, Madrid, 1993, p. 239.

<sup>877</sup>A pesar de la decadencia sufrida en otros órdenes, encontramos, según P. GARNSEY, *op. cit.*, 1999, pp. 162-165, que una de las actividades productivas básicas para el Sistema alimentario, la agricultura, no solamente se mantuvo, sino aún acrecentó su productividad en época alto imperial, lo que este autor atribuye a la combinación de los siguientes factores: el progreso tecnológico conseguido, la intensificación de la agricultura, los cambios en la organización de los sistemas de trabajo y la subida de impuestos.

costumbres orientales<sup>878</sup>. Y, modificó igualmente el Sistema alimentario. Aunque el proceso fue complejo y afectó a diversos órdenes, el Imperio en líneas generales, se ruralizaba. La crisis de la vida municipal afectó profundamente a esta sociedad, y tanto las grandes familias como los pequeños campesinos, buscando mayor seguridad, fueron al encuentro de las condiciones de vida ofrecidas por el campo. Sin embargo, este ritmo no fue igual en el Imperio Oriental y en el Occidental. Los hábitos alimentarios del Imperio Oriental, cristalizados posteriormente en la gastronomía bizantina siguieron unas pautas muy distintas, pero algunos platos tradicionalmente romanos, que representaron el espíritu más antiguo, como el *puls*, pervivieron en el Imperio Oriental bajo otras denominaciones. Algunos de estos platos han llegado incluso a la actualidad, en ciertas zonas de Turquía. Por ejemplo la *tarhana*, un plato de orígenes muy antiguos que representa la supervivencia de una tradicional culinaria romana<sup>879</sup>.

---

<sup>878</sup>Esta crisis, de carácter económico y social, pero también vinculada a los disturbios propios de esta época y, como no, a las Guerras Civiles, según M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, p. 320, representaría más que una auténtica revolución social, una “desorganización de la estructura social”. Y llevaría aparejada en ella el germen del nuevo orden social del siglo posterior. Para este autor, el motivo de dicha desorganización sería una “evolución de las mentalidades con respecto al trabajo y al mundo del trabajo”. Tertuliano observó bien estos cambios, ya pasados en su época, y que se reflejaban en la alimentación. En su caso, Tertuliano añora aquellas leyes que controlaban y restringían el lujo y los excesos en banquetes, con vajillas lujosas. Y señala, que: “En el vestir, en el comer, en la educación, en el sentir, en la misma conversación habéis renegado de vuestros antepasados. Alabáis siempre lo antiguo y vivís cada día más con buenos modos” –Tert., *Apolog.*, 6, 2-10-. Trad. C. CASTILLO GARCÍA *Tertuliano. Apologético, A los gentiles*, Madrid, 2001, p. 75. Por su parte, P. BROWN, *Through the eye of a needle*, Princeton, 2012, pp. 32 ss., en su análisis del mundo de la Antigüedad tardía, incide en el problema de la modificación y retroceso de las antiguas fronteras del Imperio, así como en la revolución militar de finales del s. III, y cómo fue acogida por los ciudadanos más conservadores. Sobre el mundo mediterráneo en la Antigüedad tardía, ver A. CAMERON, *The Mediterranean World in Late Antiquity*, London, 2001.

<sup>879</sup>Sobre la evolución de los términos, y la llegada del *puls* desde el Imperio romano hasta la actualidad en Turquía a través del Imperio bizantino, ver S. HILL y A. BRYER, “Byzantine porridge. Tracta, trachanás and tarhana”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, 1999, pp. 44-54. En realidad, hay una variedad de tarhana actual que se sigue consumiendo en Chipre, Turquía y en Grecia, y según J. P. TAMANG; N. THAPA; B. TAMANG; R. CHETTRI, “Microorganism in Fermented Foods and Beverages”, en J. P. Tamang (ed.), *Health Benefits of Fermented Foods*, Boca Ratón, 2015, p. 28, está elaborada de leche de oveja y trigo, siendo sus características organolépticas de: sabor dulce-amargo, algo ácido, y presentado como sopa o galleta. Se trata de una comida fermentada a través de los microorganismos *Lb. Burgaricus* y *Strep., thermophilus*, además de la aparición de levaduras, que da forma a unas sopas muy nutritivas o a una elaboración seca que se usa para preparar dicha sopa. Sobre la tarhana desde el punto de vista histórico, ver S. HILL y A. BRYER, *op. cit.*, 1999, pp. 44-54. En *De re coquinaria* podemos observar unas elaboraciones *tractogalatae*, en concreto *pultes* y *pullus*, que se guisan en un proceso complejo, con leche y unas pastas esféricas de pan que están previamente elaboradas. Muy

Otra pauta que marcó los cambios cotidianos fue la lenta pero inexorable expansión del cristianismo, y con esta religión la llegada del *convivium* cristiano, que tuvo un carácter marcadamente diferente al pagano. La sobriedad volvió a las mesas, y con ella la sencillez alimentaria, aunque éste no fue un proceso lineal, sino que atravesó distintas etapas. El ayuno y la abstinencia de carne fueron dos de los preceptos religiosos que influyeron en todo un Sistema alimentario y lo modificaron. El pensamiento moral y religioso encontraba nuevos cauces, y la vida en la tierra no era más que un prólogo de lo que debía ser otra vida más duradera y mejor. En torno a este concepto de trascendencia y resurrección, se comprende la aparición de la frugalidad alimentaria, que es producto de una forma de pensar y consecuentemente, de vivir<sup>880</sup>.

De origen oriental, en las vidas de los nuevos héroes, los ascetas y santos primaban las carencias voluntarias de elementos relacionados con los sentidos: comodidad, abundancia y bienestar fueron términos cuyo significado había quedado caduco. Frugalidad, sencillez, disciplina, continencia, podrían representar el nuevo estado vital al que tendían las cosas<sup>881</sup>.

Sería un momento histórico en el que se unieron, como vemos, dos factores que confluían en la austeridad alimentaria. De una parte, la propia crisis del Imperio romano, que iba perdiendo lentamente su carácter urbano y ruralizándose. Por otra parte, la llegada de una nueva forma de pensamiento que aparece entre otras filosofías y religiones, pero que llegaría a imponerse definitivamente a las demás<sup>882</sup>. El banquete de signo cristiano

---

posiblemente, las romanas representen las raíces del anterior concepto moderno de tarhana –Apic., *De re coq.*, 181, 249-. Incluso podría tener cierto parentesco en el sentido culinario con la *placenta* que propone Catón, elaboración en la que también se utilizan lácteos –Cato., *Agr.*, 76-.

<sup>880</sup>Como señala M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999a, pp. 166 ss., el cristianismo fue el heredero del mundo romano en muchos aspectos, entre ellos, el de carácter alimentario. El pan, el vino y el aceite, productos sobre los que gira la alimentación romana, se sacralizan en el cristianismo y se convierten en herramientas esenciales de la propagación de la nueva religión.

<sup>881</sup>Sobre el nuevo estilo de vida que impregnaba los primeros siglos de la era cristiana, ver P. BROWN, *The world of late antiquity*, New York, 1989, pp. 68 ss. quién opina que “la ascensión del cristianismo no puede aislarse de los cambios sociales...” Sobre la crisis de este siglo y la importancia social del cristianismo y otros cultos nuevos, M. ROSTOUTZEFF, *Social and Economic History of the Roman Empire*, Oxford, 1981. R. RÉMONDON, *La crisis del Imperio romano, de Marco Aurelio a Anastasio*, Barcelona, 1984.

<sup>882</sup>Sobre los condicionamientos religiosos de la dieta mediterránea a partir del Bajo Imperio y la moral patrística, G. DEL CERRO CALDERÓN, “Condicionamientos de la dieta mediterránea en la moral patrística”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, 2000, pp. 103-124.

rememoraba el banquete de la Última Cena de Jesús, y la comida también adquiriría un contexto sacralizado cotidianamente, incluso se bendecían los alimentos cada vez que se tomaban en común<sup>883</sup>. Para A. Dosi y F. Schnell, el banquete cristiano sustituyó, o mejor, hizo renacer el sentido del banquete sacrificial antiguo<sup>884</sup>. Es el misterio de la transustanciación de los alimentos -pan y vino- en otros alimentos que adquirieron un valor espiritual, permitiendo al hombre ocupar un lugar en el nuevo orden divino<sup>885</sup>. De cualquier forma, la tradición del banquete elitista no se interrumpe bruscamente. El retorno a la simplicidad se produciría lentamente y el banquete clásico, transformado, sobreviviría en el ámbito galo-romano de época posterior<sup>886</sup>.

## 1.2. Diferencias alimentarias entre el mundo rural y el mundo urbano

La aristocracia romana, con orígenes y las raíces familiares en el mundo rural, conocería de primera mano tanto el medio rústico, donde con frecuencia se asentaban sus posesiones, y también el urbano, donde vivían<sup>887</sup>. Y a pesar del arraigo, muchos de sus miembros se trasladaban a la capital, donde adquirirían toda su fuerza. Como señala J. F. Rodríguez Neila: “Las aristocracias fueron sectores sociales de implantación esencialmente urbana, la ciudad constituye el marco de referencia adecuado para perfilar los procesos de promoción de determinadas *gentes*, que se configuraron como una élite dentro de la élite

---

<sup>883</sup>Como señala C. M. COUNIHAN, *op. cit.*, 2000, p. 1515, la comida, en la cultura mediterránea como en muchas otras, es el instrumento mediante el cual se mantienen buenas relaciones entre los hombres y los dioses. En el cristianismo, en concreto, se consume el pan como símbolo o transustanciación del cuerpo de Cristo, que proporciona la salvación.

<sup>884</sup>A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 116-120.

<sup>885</sup>Para M. TOUSSAINT-SAMAT, *op. cit.*, 2000, pp. 249 ss., el cristianismo, que es una religión mediterránea, hace del vino una parte sustancial de sus ritos y liturgia, vinculando esta autora su desarrollo en los primeros siglos con el propio cultivo de la vid.

<sup>886</sup>Como señalan A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 116-120, quién además, califica la llegada del banquete cristiano como el “retorno a lo sacro”, que de alguna forma restituye al hombre a su propio puesto en el nuevo orden divino. Y en lo relativo a la herencia que el banquete galo-romano conlleva, se trata de la permanencia de la tradición de la cena clásica y del ambiente del triclinio, con su lujo y abundancia de alimentos. En cuanto a los actores, para los anteriores autores, son modelos de gastrónomos galo-romanos el poeta Ausonio y también el obispo Sidonio Apolinar.

<sup>887</sup>Como señala E. MELCHOR, “Entre la *urbs* y el *fundus*: conmemoración funeraria y honorífica de las élites locales hispano-romanas en sus propiedades rústicas”, *Veleia* 30, 2013, pp. 120, la base de riqueza de las élites municipales fue la propiedad y explotación de las tierras, que se encontraban con frecuencia en el entorno de la ciudad donde ejercían sus funciones, indientemente de que tuvieran otras fuentes de ingresos, y “la propiedad de la tierra fue la tradicional fuente de las élites decurionales, pues la agricultura era la actividad económica más segura y honorable”.



local, al ingresar sus más destacados miembros en los altos estamentos senatorial y ecuestre<sup>888</sup>. El movimiento campo-ciudad se produjo, por tanto en los dos sentidos aunque en circunstancias diferentes: de ida y vuelta. De esta forma, miembros de las mismas familias que habían ido a Roma en busca de mayor fortuna, cansados de la ajetreada vida urbana, buscaban a su vez el descanso en el campo, del que se añoraba la vida sencilla, como le ocurría al mismo Séneca<sup>889</sup> –Sen., *Epist.*, 90, 36-43-. Iban a reencontrarse con sus propios orígenes familiares, y con cosas simples, como el descanso o el silencio, este último uno de los elementos más buscados, añorados por Séneca o Marcial –Sen., *Epist.*, 56; Mart., *Epigr.*, 12, 57; Hor., *Sat.*, 2, 6, 60-.

Si los dueños no vivían en las propiedades rústicas, iban a vigilar la cosecha y hacían transportar los frutos a sus casas urbanas, para disfrutarlos allí –*Dig.*, 7, 8, 12-. Desde luego, y como señala J. F. Rodríguez Neila, el Imperio Romano estaba articulado sobre la ciudad como “su célula básica”, desde la que se organizaban tanto la sociedad como el gobierno. Desde este último se gestionaban los asuntos importantes y se canalizaban aspectos como la administración de justicia, las tareas tributarias y sobre todo, la política<sup>890</sup>. Y desde la ciudad, la oligarquía, que dominaba a su vez el territorio a través de sus propiedades, por una parte se veía obligada a controlarlas, pero por otro lado,

---

*Villas rústicas al  
estilo urbano*

---

también estas propiedades se convirtieron en lugares de descanso y disfrute. Cuando el dueño de una casa señorial en el campo se trasladaba a esta para descansar, se hacía rodear de todas las comodidades posibles para no alterar su plan de vida y para ello necesitaba personal que cuidara de la mansión, de su servicio y su mantenimiento. Catón, con su fuerte sentido práctico recomendaba

---

<sup>888</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999a, pp. 16 ss.

<sup>889</sup>Como señala F. J. NAVARRO SANTANA, “El retorno a las ciudades de la aristocracia romana”, en J. F. Rodríguez Neila y F. J. Navarro Santana (eds.), *Elites y promoción social en la Hispania Romana*, Pamplona, 1999, p. 178: “A muchos senadores les unían a las regiones de Italia o a las provincias razones económicas pues lógicamente en las comarcas originarias se encontraban las bases de sus fortunas”. Por su parte, Varrón es consciente de las diferencias que el distinto entorno provoca en los hombres, y señala sobre una época anterior a la suya, la de “sus antepasados”, que antepusieron el romano campesino al urbano, siendo estos últimos los más ociosos de todos. Y entre los primeros, los que vivían en las fincas eran más indolentes que los que cultivaban con sus manos, según este autor, actividad campesina a la que achaca la fecundidad de los campos y la buena salud de los hombres –Varro., *Rust.*, 2, 1-2-.

<sup>890</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999a, p. 25.

precisamente construir una villa comfortable, para ir a ella con gusto y vigilar con frecuencia del patrimonio –Cato., *Agri.*, 4-.

Por su parte, E. Melchor<sup>891</sup> matiza las relaciones entre algunos de los miembros del *ordo senatorial* y su *fundi*. Como testimonio de este vínculo, queda la correspondencia de Cicerón, Plinio el Joven o Símaco, que si bien tenían que ocuparse de las funciones públicas en la ciudad de Roma, sus *villae* eran los lugares de expansión, en los que podían cazar, pescar, escribir y leer. Y por supuesto, ocuparse en ellas de gestionar, organizar y administrar la propiedad y sus recursos. Además los vínculos afectivos eran estrechos, con las personas del entorno (clientes, élites locales, dependientes) o incluso con parte de la familia, que se reforzaban por los recuerdos de los buenos ratos pasados en ellas durante la infancia. Es decir, se construye una relación compleja en la que a los intereses económicos se unen los afectivos y lúdicos, dotando así a las *villae* como auténticos espacios singulares, personales, en las que el recreo, el descanso y la gestión confluían para convertirse en espacios de arraigo familiar.

Estas *villae*, construidas al estilo urbano<sup>892</sup> –en el sentido de confort- pero enclavadas en el campo estaban servidas por los que se consideraban esclavos urbanos, que no solamente eran los que vivían en la ciudad sino también los que se dedicaban a quehaceres domésticos en la casa señorial, ya que esta división tenía relación con el cometido del trabajo, por lo que eran considerados urbanos los esclavos que no hacían trabajo de campo. De igual forma sucedía con los cocineros, con los mozos de litera o los muleros encargados del transporte del dueño y no de actividades agrícolas -*Dig.*, 32, 99-. Esta división, sin embargo, tiene unos márgenes amplios, con particularidades propias en diferentes puntos del Imperio ya que el grado de romanización de cada lugar tuvo sus propias características<sup>893</sup>.

En época republicana, los agricultores cultivaban ellos mismos la tierra, ayudados por sus hijos y por sus esclavos, además, podían verse conminados a empuñar las armas, y

---

<sup>891</sup>E. MELCHOR, *op. cit.*, 2013, p. 122.

<sup>892</sup> Estas villas suburbanas disfrutaban también de estatuas honoríficas, como señala E. MELCHOR, *op. cit.*, 2013, pp. 122 y 124, pudiendo sus *possessores* plasmar su estatus social mediante la mejora de elementos estructurales de la *pars urbana*. Y sería a partir del Alto Imperio, como señala este autor, cuando la villa “se concibe como una extensión de la *domus* urbana”.

<sup>893</sup> Para P. GARNSEY y R. SALLER *op. cit.*, 1991, pp. 226-7, “El grado de romanización de las zonas rurales se veía severamente circunscrito por el carácter de la política imperial romana”.

tomar parte activa en la vida militar<sup>894</sup>. Poco a poco, las aristocracias fueron dejando atrás la vida en el campo, transformando su carácter de élite rural en urbana, época en la que comenzarían a aparecer más cambios en el Sistema alimentario, como fueron la llegada de un recetario más selecto, nuevos alimentos y la presencia en las ciudades de los excelentemente abastecidos mercados romanos, transformaciones que marcaron un importante cambio entre el mundo rural y el mundo urbano. Dentro del mundo rural tenemos un grupo social poseedor de importantes fincas de producción, que fue la primera y más importante actividad de la sociedad romana. Esas actividades agrícolas, a partir de las cuales se generarían las lujosas *villae* de descanso, disfrutaban de viviendas de gran calidad, destinadas al recreo más que al trabajo o la producción. En este sentido, J. H. D'Arms señala que toda la gran zona de la bahía de Nápoles, estaba repleta de *villae* de recreo, las cuales tuvieron una primera función de producción agrícola y ganadera. Aunque sufrieron cambios posteriormente, y a partir de la primera década del s. I d.C., se transformaron en lugares dedicados a la *delectatio* y *amoenitas*, más que a la productividad<sup>895</sup>. Quizás la diferenciación entre la vida rústica y la urbana presentaría más bien una distinción de tipo moral, algo que también observamos en el campo alimentario. En realidad, como señala A. Wallace-Hadrill, se trata de un tópico constante en la literatura romana que observamos, por ejemplo, en la defensa de Roscio por parte de Cicerón, quién alababa a su defendido señalando que nunca había visitado la ciudad, y por tanto, y según Cicerón, no conocía la cuna del crimen, del lujo ni de la avaricia, frente vida que sí llevaba, la de estilo rústico, en la que solo tenía una alimentación escasa y sin relaciones sociales<sup>896</sup> –Cic., *Pro Rosc., Am.*, 75-.

Sabemos que a partir de finales de la República existieron *villae* de verano, donde descansar del calor del estío romano, que era húmedo e insano. Eran *villae* que se situaban cerca del mar o en las montañas, y que eran simplemente una trasposición de la *domus*

---

<sup>894</sup>Como señala M. ROSTOVZEFF, *op. cit.*, 1981, pp. 44 ss., en el s. IV a. C. la base de la vida económica romana era la economía campesina.

<sup>895</sup>J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 2003, pp. 22-23.

<sup>896</sup>A. WALLACE-HADRILL, "Elites and trade in the Roman town", en J. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, 1994a, pp. 249 ss., señala que el tema del vicio propio de la ciudad *versus* la virtud rural abunda en la tradición satírica, desde Horacio a Juvenal. Este último hace una contraposición detallada de la vida en la ciudad y en el campo –Horac., *Ep.*, 1, 14, 15 ss.; Iuv., *Sat.*, 3-. Contraponiendo valores, actitudes y circunstancias como: lujo frente a esfuerzo, vicio frente a virtud, valores antiguos frente a novedades perniciosas hasta para la salud.

urbana aristocrática a un entorno distinto, al estilo de lo que recomendaba Catón pero con viviendas adaptadas a unos tiempos que requerían mayor comodidad. Hasta incluso fueron muy criticadas por el exceso de confort o lujo, como la de Cornelia, madre de los Gracos, quién vendió una villa en el Cabo Miseno a Mario –Plut., *Mario*, 34-.

Las costumbres alimentarias en unas y otras serían muy similares en líneas generales, con la diferencia que en las *villae* de verano se abastecerían en los mercados locales y mediante alimentos cultivados en los huertos particulares. De esta forma, la alimentación en relación con la de las ciudades podría mejorar en cuanto a la calidad de los productos, sin embargo, no en lo relativo a la variedad ya que en Roma era posible encontrar una enorme diversidad de productos locales y de importación. Esta mejora alimentaria se podría deber a un mayor consumo de productos más frescos, los cuales, al tener un lugar de producción más cercano no sufrirían los efectos de un transporte que podía ser traumático, por corto que fuera el camino.

---

*¿Abastecimiento rural en las villae?*

---

La vida diaria del propietario de una finca rústica y de las personas que trabajaban para él, sí fue manifiestamente diferente a la vida que transcurría en el medio urbano y en este sentido, el poeta Marcial canta las alabanzas de la vida sencilla en su Bilbilis natal, en el campo, de una forma más realista que Virgilio, cuyo estilo literario es más bien la apología de una naturaleza idealizada<sup>897</sup>.

El latifundismo avanza a partir de las transformaciones socioeconómicas de los s. II y I a.C., de forma que los grandes terratenientes pueden permitirse dirigir sus posesiones desde el entorno urbano, gestionándolas desde la ciudad gracias a la presencia *in situ* de capataces. A la vez que se producía esta evolución, la vida en la ciudad se fue haciendo más cómoda, higiénica y fácil. Los canales de distribución eran efectivos y suministraban todo lo necesario a los mercados urbanos. La variedad alimentaria era, sin lugar a dudas, mucho mayor en la ciudad que en el campo, donde no llegaban todos los productos de que estaba

---

<sup>897</sup>Con respecto a esa vida idealizada y a la diferenciación moral entre ciudad y campo, que es un tópico constante en la literatura romana, A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1994a, pp. 249 ss., señala cómo la moral romana tiene unas raíces campesinas fuertes, pero eso no quiere decir que la oligarquía evitara la ciudad o se sintiera degradada por su contacto. Como vemos también en las fuentes, esta primacía moral del campo y sus actividades sobre la ciudad, por ejemplo, en la defensa de Roscio de Ameria por Cicerón, o en la obra de Varrón –Cic., *Pro Rosc., Am.*, 75; Varro., *Rust.*, 2, *praef.*; 3 *praef.*-

abastecida la *Urbs*. En las *villae* quedaron pocos aristócratas cuidándolas directamente, al viejo estilo de Catón o Cincinato, y el creciente desarrollo del esclavismo facilitó el desarrollo de las labores agrícolas. Cuando los propietarios de las villas de producción se encontraban en ellas, vigilando y supervisando las labores agrícolas, su alimentación no debía ser necesariamente igual que en la ciudad, podría resultar más sencilla, estar menos elaborada y sobre todo, ser más fresca por su procedencia. Y a la vez, mantener un vínculo más estrecho con la producción local y de temporada, así como disfrutar de un menor número de aquellos variados productos que era posible adquirir en la capital<sup>898</sup>.

La vida de las élites era necesariamente diferente en la ciudad que en el campo, diferencias que podemos ver plasmadas en la forma de celebrar las cenas, también en los alimentos, en el servicio de mesa y el personal dedicado a ello que se ponía en práctica en la celebración de los banquetes<sup>899</sup>. En el campo, las cenas eran de carácter familiar o como mucho asistían a ella visitantes ocasionales y a veces los vecinos más cercanos en el caso de que estos existieran y pudieran desplazarse, se tomaban alimentos sencillos y producidos en la propia granja. Podemos ver a Catón ofreciendo comida abundante en el campo, e invitando a sus vecinos y amigos en lo que parecen amenas cenas sociales –Plut., *Cat.*, 25, 3-4-. Y también al joven Plinio, a quién le gustaba recibir a sus amigos en la amada villa de Laurentia, o cuando era recibido por Trajano en su villa marítima de *Centuncelas*, hoy Civitavecchia<sup>900</sup> –Plin., *Min.*, *Ep.*, 17, 9; 24 ss.; 31, 12-.

---

<sup>898</sup>Para H. M. PARKINS, “The «consumer city» domesticated? The Roman city in élite economic strategies”, en H. M. Parkins (ed.), *Roman Urbanism. Beyond the Consumer City*, London, 2005, pp. 83 ss., es necesario redefinir al consumidor urbano romano. Según esta autora, basándose a su vez en el modelo que M. WEBER, *op. cit.*, 2008, presenta en dicha obra. Y según esta interpretación, la separación entre ciudad y campo, y por tanto la competición de las élites de las dos esferas, no se produjo, porque en realidad eran las mismas. Aspecto en el que A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1994a, p. 241, converge con H. M. PARKINS. Y así, las ciudades, dotadas de todo tipo de comodidades, comercio, etc., estarían más vinculadas de lo que tradicionalmente se ha sospechado con las oligarquías terratenientes campesinas, por lo que el consumidor al que nos referíamos al principio de esta nota, pivotaría sobre la agricultura, convirtiéndose en el eje de la economía urbana y vinculando estrechamente ambos mercados.

<sup>899</sup>Como señala L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, pp. 777 ss., quién destaca la llegada del lujo a la mesa y la introducción de alimentos importados, que provenían de todo el Imperio e incluso territorios más lejanos. Comenta que si bien la Roma primitiva fue frugal en lo relativo a la alimentación, a partir del 188 a.C. comenzaron a llegar los cambios que provocarían una modificación en esta actitud para decantarse finalmente, esta sociedad por el exceso alimentario.

<sup>900</sup>Sobre estas villas marítimas, ver A. MARZANO, *op. cit.*, 2007, pp. 15-81, quién señala la importancia no solamente de los aspectos de lujo y descanso que ofrecían, como dimensión ideológica, sino también como centros de producción en formas incluso más diversificadas que las

En realidad, las diferencias existentes entre los dos tipos de vida, urbana y rural, no correspondieron tanto a dos élites distintas, sino más bien a la forma de vivir dos realidades diferentes por parte de una misma aristocracia, que disfrutaba en uno y otro caso de una serie de costumbres adaptadas al entorno<sup>901</sup>. En el ámbito rústico aprovechaba los medios que la agricultura y ganadería ponían a su disposición, mientras que en la ciudad podía elegir lo que quisiera en los mercados, que se encontraban abarrotados de productos variados y mucho más sofisticados que los locales. Según un estudio que realiza Braund, a través de los textos satíricos romanos, es posible entender la antítesis ciudad-campo con una adjetivación muy caracterizadora de cada una de las opciones de vida: “La vida en la ciudad era peligrosa, insalubre y calurosa, llena de complicadas obligaciones, artificiosa y pretenciosa, además, mucho más cara que la campesina. La ciudad era el lugar donde vivían los ricos y extranjeros, estaba llena de gente y de cosas de todo tipo, y sus habitantes tenían un especial modo de vida corrupto y con una serie de bajos valores morales<sup>902</sup>”.

Desde luego, y como señalan J. H. D’Arms y P. Schmitt-Pantel, de la misma forma que los ámbitos del *symposio* público y privado en el mundo romano y griego son esferas que se solapan e interconectan constantemente, también sucede algo parecido en este campo, resultando contradictorio y complejo –cuando no dogmático, como acota J. H. D’Arms- trazar una línea entre los dos espacios de disfrute de banquetes cuando se trata del mismo grupo social celebrando en dos ámbitos diferentes<sup>903</sup>.

Por otro lado, y para matizar algunas de las posibles diferencias, tendremos en cuenta que la vida en el campo era menos peligrosa que en la ciudad y que la temperatura

---

villas rurales. Dotadas de una *pars rustica* bien definida, tanto para el consumo interno como para la distribución en mercados externos.

<sup>901</sup>E. MELCHOR, *op. cit.*, 2013, pp. 131-139, recoge, entre estas costumbres, la conmemoración funeraria de nobles hispanos en sus *fundi*, quienes motivados por los vínculos afectivos con sus predios, por su belleza o por escapar del pago de los altos precios de las parcelas funerarias suburbanas, se hacían erigir en estos lugares los monumentos funerarios. Y señala que las aristocracias locales hispanas actuaron con idénticos esquemas ideológicos que las élites senatoriales y ecuestres de Roma.

<sup>902</sup>S. H. BRAUND, “City and Country in Roman Satire”, en S. H. Braund (ed.), *Satire and Society in Ancient Rome*, Exeter, 1989, p. 28.

<sup>903</sup>J. H. D’ARMS, *op. cit.*, 1999, p. 308. Por su parte, analiza esta misma idea P. SCHMITT-PANTEL, “Sacrificial Meal and Symposium: Two Models of Civic Institutions in the Archaic City?” 1999, en MURRAY, O. *Symptica. A Symposium on the Symposium*, Oxford.

era más fresca y agradable además de sana. Asimismo, el medio rural facilitaba un ambiente más grato, propiciaba la existencia de una vida sencilla y económica, la gente era más solidaria entre ellos, y no estaba superpoblado como ocurría en la ciudad de Roma<sup>904</sup>. En contrapartida, los que habitaban en el medio rural eran considerados “pobres” según S.H. Braund, pero en cuanto a sus cualidades morales, eran muy superiores a los habitantes de las ciudades<sup>905</sup>. En general, los argumentos que diferencian la vida campesina y la urbana tienen relación directa con los valores morales romanos, simbolizando el sistema de vida campesino las virtudes tradicionales y casi míticas, y representando el sistema de vida urbano, la ciudad, las novedades, el desorden y la liviandad moral. Así, los moralistas critican con mucha frecuencia el lujo de estas moradas –Varro., *Rust.*, 1, 13, 6; Sen., *Ad Luc.*, 55, 6; 89, 21; Tac., *Ann.*, 3, 32; Hor., *Od.*, 2, 15, 18; 3, 24, 3; *Ep.*, 1, 1, 83 ss.; Iuv., *Sat.*, 14, 86-95-.

En este sentido, cobra importancia la tesis de A. Wallace-Hadrill, que comenta que “traditional Roman morality is firmly rooted in agrarian values”, aunque a la vez, la ciudad era la esencia de la *urbanitas*, de la civilización y la cultura, que contrastaba con la *rusticitas*, el comportamiento tosco y sin cultivar<sup>906</sup>. Finalmente, tanto Horacio como Séneca se lamentaron del estado de las cosas que ya en su época, en el mundo rural se había producido la sustitución de los edificios productivos por los de recreo: *Iam pauca aratro iugera regiae moles relinquent*<sup>907</sup>... También Séneca criticaba a quienes se dejaban dominar por el lujo, una de cuyas manifestaciones era la afición a la construcción de villas cada vez más impresionantes<sup>908</sup>.

Parece que fue Lúculo el primero en construirse una de estas villas, y que tenía una o varias junto al mar, pero también las tuvieron Hortensio y Filippo, como narra Varrón – Varro., *Rust.*, 3, 4,10-. Plinio, Símaco y Estacio describen algunas de ellas detalladamente – Plin., *Min.*, *Ep.*, 2, 17, 27; 2, 8; 3, 1, 58; 11, 20, 36; Simmac., *Ep.*, 1, 2, 5-58; 4, 18; 5, 11-

<sup>904</sup>La serie de comparaciones que realiza esta autora, basándose en obras como las de Juvenal o Marcial, implican directamente a la ciudad de Roma como modelo urbano, y no a las ciudades de provincias, las cuales presentan un contexto de geografía humana muy diferente.

<sup>905</sup>Según S. H. BRAUND, *op. cit.*, 1989, pp. 23-47, lo que quizá tenga relación con las campañas de época de Augusto para promocionar ese ideal bucólico que alentó el emperador y que pintó Virgilio.

<sup>906</sup>A. WALLACE-HADRILL, *op. cit.*, 1994a, p. 250.

<sup>907</sup>“Pronto las regias moles no dejarán para el arado sino pocas yugadas”, -Hor., *Od.*, 2, 15-. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2007, p. 350.

<sup>908</sup>Sen., *Ep.*, 89, 21. Trad. I. ROCA MELIÁ, *op. cit.*, 1989, p. 114.

17; 7, 18; Stat., *Silv.*, 1, 3; 2, 2-. Y no olvidemos villas de recreo imperiales, como villa Adriana en Tívoli, cuya construcción iniciada en el año 120 d.C., y estuvo dotada de todo tipo de servicios para el disfrute, la comida y el entretenimiento. Ha sido analizada y descrita por A. García Bellido desde el punto de vista de la arqueología, quién señala que: “Constituye uno de los más imponentes conjuntos de ruinas del mundo antiguo<sup>909</sup>”. La alimentación de las élites en el entorno campesino, por tanto, estuvo más vinculada con el poder y los gustos personales que con el propio entorno y los productos que este ofrecía.

### 1.3. Posibles patologías relacionadas con la alimentación de las élites

Sería complejo, cuando no imposible o ciertamente vago, realizar un análisis genérico del estado de salud de las élites como sector social, teniendo en cuenta como hemos visto en apartados anteriores, sus distintas posturas ante la manera de alimentarse. Sin embargo, hay ciertas características comunes que veremos. Los puntales de la medicina en la Antigüedad<sup>910</sup>, como señala Laín Entralgo, fueron la cirugía, la farmacología y la dietética. Y descartando las dos primeras, los instrumentos utilizados con fines médicos por para la dietética fueron el alimento y la propia ciencia médica, con el concurso de otros factores como el ejercicio, los baños y masajes, los vómitos y las purgas<sup>911</sup>. El conjunto de todos estos factores conformaría los aspectos médicos vinculados con el Sistema alimentario de las élites.

---

*Robusto Catón* El estado de salud de un Catón robusto y alimentado bastante correctamente con casi total seguridad, distó mucho de las costumbres alimentarias de Heliogábalo o de las de Séneca, este último (y sólo según lo que se deduce de sus obras) frugal en exceso. El tipo de dieta elegido dentro de las pautas de rutina vitales es una opción muy personal, que varía de un individuo a otro y que depende de multitud de factores. Por ejemplo, el poeta Horacio<sup>912</sup> ofrece en sus páginas un panorama de algunos males de los excesos alimentarios,

---

<sup>909</sup>A. GARCÍA y BELLIDO, *op. cit.*, 1990, pp. 394 ss.

<sup>910</sup>P. LAÍN ENTRALGO, “La medicina hipocrática”, en P. Laín Entralgo (ed.), *Historia Universal de la Medicina, Antigüedad Clásica*, t. II, Barcelona, 1972, p. 106.

<sup>911</sup>I. MAZZINI, “L'alimentation et la médecine dans le monde antique”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (dirs.), *Histoire de l'Alimentation*, Paris, 1996, p. 254.

<sup>912</sup>Sobre los dos tipos de gastronomía descritos por Horacio, con opción de frugalidad y excesos, o campo y ciudad, ver P. FEDELLI “Dell'arte di mangiar bene, secondo Orazio”, *Revista de Estudios Clásicos* 43, 2016, pp. 79-95.



mostrando un repertorio de los posibles remedios ante ellos: úlcera de estómago, cuerpo pesado, piernas abotargadas, circulación lenta y molesta –Hor., *Sat.*, 2, 7, 107-110-. Este autor señala la necesidad de una dieta frugal y que no embote, de la realización de ejercicio físico, de la existencia de despensas que no estén repletas y que no necesiten el arte del cocinero para transformar los alimentos sencillos en otros sofisticados, intuyendo cómo la complejidad de las preparaciones podía dificultar la salud. También recomienda Horacio el consumo de pan cocido con sal, sin condimentos caros ya que considera que terminan viciando el paladar y consiguiendo que no se aprecien otros productos de gran calidad como son la ostra, el escaro, el pavo o la perdiz nival -Hor., *Sat.*, 2, 2-. Horacio insiste en la importancia del placer de la vista, y en la existencia de todo el repertorio de lo que el daba por “engaños”, y que eran todos los recursos que escondía la tecnología de la alimentación romana. Su criterio era muy diferente, y para él, la cocina sencilla, adobada con apetito, no despreciaba lo vulgar, y todo sabía bien aliñado con este condimento. Para Horacio, el problema con la alimentación era que era necesario equilibrar, y así, tras el consumo de lo que él consideraba comidas pesadas o muy elaboradas como eran platos complejos o incluso platos fuertes, con ingredientes principales como salmonetes, jabalí o rodaballo había que ingerir otros productos que compensaran la digestión.

Para ello, y según su criterio, los más adecuados eran los rábanos y las achicorias. Por otro lado, Horacio propone una dieta para evitar desórdenes digestivos: consistía en simplificar la alimentación de forma general, e integrar en la dieta productos como huevos o aceitunas. También Séneca conoce y describe con exactitud las consecuencias de los excesos, que según él se manifestaban en la palidez del rostro y en la presencia de temblor en los que abusaban del vino. También en el vientre hinchado, en la lividez por la reacción del organismo a los excesos, en las articulaciones deterioradas, en los músculos sin fuerza y agitados, en los problemas digestivos a los que llama, *supplicia luxuriae*<sup>913</sup>.

Independientemente de los criterios de Horacio y Séneca, quienes además de describir ciertos síntomas que estaban vinculados con una mala, excesiva o deficiente nutrición, también presentaban un tono moralista, analizaremos los alimentos consumidos por las élites y cómo pudieron afectar a su estado de salud.

---

<sup>913</sup>“Castigo de la voluptuosidad” –Sen., *Ad Luc.*, 95, 16-18-. Trad. L. RIBER CAMPANET, *op. cit.*, 1966, p. 195.

En primer lugar, consideraremos el alimento básico de la dieta en Roma, el pan. Observamos para las élites que se ofrecían los panes que se consideraban de mejor calidad, esto es, sin la cáscara del trigo ni el germen. Eran por lo general panes blancos, muy refinados, elaborados a partir de unas harinas tamizadas y por lo tanto empobrecidas. Estaban elaborados a partir de harina trigo o de cebada, los había de muchos precios y calidades, por no hablar de las diferentes formas de pan o de las técnicas de elaboración de este, pero en cualquier caso, el pan era el alimento cotidiano, que se tomaba junto a otros productos en las comidas cotidianas y también en los banquetes<sup>914</sup>. Este es un primer acercamiento al conocimiento de sus dietas que supondría un perjuicio, al perder el valor nutritivo del grano entero, con la elaboración de panes blancos.

Por otro lado, y a partir del s. II a.C., la alimentación en general conoció un refinamiento que traducía el estilo nuevo de vida, y así se consumieron más salsas, habitualmente especiadas, mayor cantidad de carne y pescado, menos legumbres y verduras y una gran cantidad de huevos y productos exóticos<sup>915</sup>. Además de los productos, para una correcta nutrición también hay que tener en cuenta las técnicas que se aplican a estos. En el caso del consumo de verduras y legumbres, estas se cocían dos veces, sufriendo así un proceso drástico de pérdida de vitamina C y del resto de las vitaminas hidrosolubles, aunque también hay que decir que frecuentemente se aprovechaban los caldos resultantes para preparar salsas o sencillamente para beber.

Se buscaba intencionadamente que los platos elaborados fueran muy blandos y fáciles de comer. Y con la doble cocción se conseguía este objetivo, que si bien facilitaba que los ancianos o las personas con problemas de falta de piezas dentales pudieran comer con más facilidad, el resto de los consumidores veían sus dietas perjudicadas por la preparación de este tipo de platos, y aunque eran preparaciones muy bien aceptadas, desconocían el escaso valor nutricional final.

El defectuoso funcionamiento de algunos mecanismos corporales como es el caso de las deficiencias en la dentadura, era algo corriente, incluso desde la primera juventud, aunque sin duda mucho más habitual según se avanzaba en edad. Esto suponía un trastorno

---

<sup>914</sup>Plinio presenta las particularidades de los distintos tipos de molienda –Plin., *N.H.*, 28, 67-.

<sup>915</sup>Sobre los alimentos de lujo en un estilo de vida refinado, como sucedería en Roma, el propio concepto de lujo podría tener varias motivaciones. Sobre estas teorías acerca del lujo ver G. DARI-MATTIACCI y A. PLISECKA, *op. cit.*, 2012, p. 190.

para la correcta nutrición ya que los que la padecían tenían la necesidad de tomar comidas blandas, y para ellos era necesario cocer exhaustivamente los alimentos o triturarlos en exceso como hemos observado con respecto a la excesiva cocción de alimentos. Sin embargo, esta falta no se consideraba una enfermedad sino más bien un pequeño conflicto cotidiano con el que se convivía -*Dig.*, 21, 1, 11-. Tanto Hipócrates como Galeno conocieron bien este problema, y dedicaron una parte de su *Corpus* al estudio y análisis de la dentadura -*Hip.*, *Dent.*; *Galen.*, *De usu.*, 11, 869-876-.

Otro de los hábitos que hubiera podido repercutir positivamente en la nutrición de las élites romanas fue el consumo de productos crudos. Si bien no era lo más habitual, precisamente por lo que tenían de valiosas las preparaciones elaboradas y complejas, mantuvieron la costumbre de consumir verdura cruda al principio de las comidas, con la idea de limpiar el estómago, como señala Marcial -*Mart.*, *Epigr.*, 11, 52, 5-. En su época era corriente tomar verdura cruda y fresca para comenzar, e incluso Catón, principiaba las

comidas con coles crudas, aliñadas con vinagre, aunque esta  
era su dieta particular, que no fue una de las más corrientes  
entre las élites<sup>916</sup> -*Cato.*, *Agr.*, 156-.

*Y la vida diaria...*

En cualquier caso, la rutina de las comidas familiares y cotidianas, no tenían el nivel de complejidad y sofisticación de las de los banquetes. Vuelve a ser Horacio quién nos detalla estas comidas diarias, que según él se componían de pan, verduras, algo de vino... También aceitunas, cerezas en temporada y vino ligero o vinagre mezclado con agua, coles crudas aliñadas con aceite y vinagre, esa era la dieta lógica y sana para el poeta, quizás la que hacía él o la que muchas familias repetían diariamente: *Panis ematur, holus, vini sextarius* -*Hor.*, *Sat.*, 1, 1, 74- y desde luego, la ostra, el escaro y el

---

<sup>916</sup>Catón recomendaba comer las hojas de col en cantidades generosas, empapadas en vinagre y crudas, y también aconsejaba tomarlas antes de comer para aligerar la digestión. Actualmente, sabemos que las plantas de la familia de las crucíferas, entre las que se encuentra la col, son unas eficaces armas anticancerígenas -*Cato.*, *Agr.*, 156-. Así, consumidas en crudo contienen índoles, sustancia que estimula la producción de una enzima antioxidante, capaz de luchar contra esta enfermedad, además de su alto contenido en vitamina C, otro potente antioxidante. Su riqueza nutricional no termina aquí, recientes investigaciones han demostrado que las vitaminas del grupo B contenidas por la col ayudan a eliminar el alcohol de la sangre. R. C. FIELDS, "Cruciferous and Green Leafy Vegetables", en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, pp. 288-298. Sobre la acción de dichas enzimas y su papel anticancerígeno, ver: G. MURILLO, R. G. MEHTA, "Cruciferous vegetables and cancer prevention" *Nutrition and Cancer*, 41 (1-2), 2001, pp. 17-28.

urogallo se quedarían para las mesas más complejas y menos saludables: *Pinguem vitiis albumque neque ostrea nee scarus aut poterit peregrina iuvare lagois* -Hor., *Sat.*, 2, 2, 20-. El poeta sugiere con firmeza la frugalidad, no excederse con las cantidades de alimentos, y tomar estos sencillamente elaborados, casi sin cocinar. Incluso integrar muchos de ellos crudos (hortalizas, vegetales y frutas) y consumir una exigua cantidad de carne preparada sin salsas. Los hábitos que marcaban cotidianidad de las élites no se encontraba en los banquetes, sino en la alimentación de todos los días, que era sin duda mucho más sencilla que la que observamos en las grandes celebraciones aristocráticas, y así, Horacio sugiere frugalidad vinculádola con una mejor salud, evitando mezclar alimentos diversos y no cargándose de cantidades, tanto para dormir mejor como para encontrarse físicamente fuerte: *Accipe nunc, victus tenuis quae quantaque secum adferat. imprimis valeas bene, nam variae res ut noceant homini credas, memor illius escae, quae simplex olim tibi sederit: at simul assis miscueris elixa, simul conchyliis turdis, dulcia se in bilem vertent stomachoque tumultum lenta feret pituita. vides ut pallidus omnis cena desurgat dubia? quin corpus onustum hesternis vitiis animum quoque praegravat una atque adfigit humo divinae particulam aurae. alter, ubi dicto citius curata sopori membra dedit, vegetus praescripta ad munia surgit. hic tamen ad melius poterit transcurrere quondam, sive diem festum rediens aduexerit annus, seu recreare volet tenuatum corpus, ubique accedent anni, tractari mollius aetas imbecilla volet: tibi quidnam accedet ad istam quanti puer et validus praesumis mollitiem, seu dura valetudo incident seu tarda senectus?* -Hor., *Sat.*, 2, 2, 70-85-.

A pesar de las quejas de Horacio, con las que reprueba directamente lo que él consideraba excesos no solamente en cantidad, y de ahí el canto a la frugalidad, sino también en la búsqueda de calidades, de exotismo y originalidad, en las dietas de la oligarquía se introducían ciertos alimentos que por su precio estaban destinados a ellos casi en exclusiva, pero que a la vez, y desconociendo su efecto nutricional, eran altamente beneficiosos.

Esto sucedía en especial con el pescado. J. Wilkins destaca la calidad y buena reputación del pescado frente a la consideración de alimento rústico y modesto que tenían

las verduras<sup>917</sup>. Los productos del mar (pescados, mariscos y crustáceos), eran el plato principal en las comidas de los grandes gourmets y también los productos de precio más elevado, como nos muestra Arquéstrato de Gela en su poema dedicado a los gastrónomos, y entre los productos de esta categoría, disfrutaban de los siguientes<sup>918</sup>: bogavante, mejillones, ostras, vieiras, almejas de distintos tipos, quisquillas, atún, salazones, cazón –Athen., *Deipnos.*, 3, 92D, 105A, 105D, 116F, 117B, 119A, 163D-.

Y aunque los excesos no eran necesariamente la norma de todas las personas que tenían acceso a los mejores productos, sí existieron ciertos problemas que probablemente se repetirían en la vida de aquellos que cometieron continuamente excesos. Un ejemplo de

---

*Problemas de salud  
de Trimalción*

---

esta cuestión nos lo proporciona la literatura, y aunque ejemplificado en personajes de ficción en este caso, como Trimalción, podrían ser el reflejo de otros casos reales. Trimalción, en su famoso banquete, confesaba a sus invitados, que llevaba varios días sin que le respondiera el vientre. Los médicos no se entienden, se quejaba Trimalción, y es que, claro, es que en su mesa, se sumaban factores como el consumo de una dieta en cantidades excesivas, con comidas complicadas y muy elaboradas, así como la presencia de vino en cantidad desproporcionada, que eran reflejo de un estilo general de vida escasamente saludable, lo que era suficiente para que el liberto enfermara. Y como su salud se resentía, Trimalción utilizaba remedios artificiales para solucionar sus problemas digestivos, así, necesitaba usar laxantes, uno de ellos detallado en la obra, que consistía en una infusión de cortezas de granada con pinocha en vinagre. También se quejaba de gases, y conmina -tan groseramente- a los invitados a que se desahoguen mientras comen -Petron., *Satyr.*, 47, 1-6-.

---

<sup>917</sup>J. WILKINS, “Where were the doctors when the Roman Empire died?” *Acta Theologica Supplementum* 7, pp. 145-147. Hasta tal punto fue el pescado uno de los conjuntos de productos más solicitados, que abundaron las *villae* marítimas dotadas de piscifactorías, especialmente en las más lujosas de la Campania. En ellas se criaban diferentes especies marinas en estanques de agua salada, no solamente por el propio consumo, sino también como desarrollo comercial añadido – Colum., *R.R.*, 8, 16-17; Varro., *Rust.*, 3, 17, 2; Plin., *N.H.*, 9, 170-. Por otro lado, y como señala A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 269-280, Roma tenía un mercado especializado, el *Forum Piscarium*, y la demanda de estos productos fue muy elevada, los compradores sabían qué elegir, conocían y apreciaban estos productos.

<sup>918</sup>Sobre las técnicas de elaboración y los utensilios de cocina en la obra de Arquéstrato, ver: E. Cação, “Preparação e confecção dos alimentos e utensilios de cozinha nos fragmentos de Arquéstrato de Gela”, en C. Soares, P. Barata Dias, (coords.) *Contributos para a história da alimentação na Antiguidade*, Coimbra, 2017, pp. 49-54.

Como vemos, existió una preocupación clara por la vinculación entre nutrición y salud<sup>919</sup> y por todas sus conexiones, cuyo conocimiento por parte de la medicina era ya antiguo. Hasta tal punto esta preocupación era una constante, que observamos la presencia de algunas recetas para aliviar ciertos trastornos en el recetario de Apicio, las cuales parecen extraídas de un tratado médico<sup>920</sup>. Están relacionadas directamente con problemas con el aparato digestivo, algunas de ellas con dobles propiedades, en concreto una receta de sal mezclada con especias que se utilizaba para aliviar los resfriados y también como laxante -Apic., *De re coq.*, 29-. Y también presenta una serie de recetas igualmente relacionadas con la digestión: potajes o cremas muchas veces preparadas con acelgas y puerros. En general, casi todas ellas prescinden de componentes proteínicos, y procuran curar con verduras. Además, para los problemas digestivos se recomiendan caldos poco condimentados, preparados con verdura y sin grasas ni carnes, apoyados de sustancias carminativas como el comino, que facilitan la digestión.

En general observamos cómo se aprovecharon las propiedades de algunas plantas como la ortiga, por ejemplo, para el cuidado de las vías urinarias y el alivio de los catarros gastrointestinales, pero en el fondo de todas estas precauciones y cuidados, late lo que fue realmente importante: la preocupación y la puesta en práctica de la relación entre comida y salud.

*Galeno, la dieta como  
cuidado fundamental*

Para F. Grande Covián, los médicos romanos, especialmente Galeno, dejaron muestras de su preocupación por la vinculación entre la alimentación y la salud humana. Grande Covián opinaba que si bien muchas de las recomendaciones de Galeno carecieron de efectos prácticos y positivos, la práctica y el conocimiento empírico cumplieron un importante

<sup>919</sup>El *corpus* literario básico relacionado con la salud y la alimentación, estuvo compuesto por la obra de Hipócrates, de los siglos V al VI a.C., además de la de Dioscórides y la de Celso, del s. I a.C. También la obra de Galeno, del s. II d.C., la de Apuleyo y la de Oribasio, estos últimos del s. IV d.C.

<sup>920</sup>La tradición de la literatura gastronómica continuó hasta la Edad Media, incluyendo en los recetarios preparaciones relacionadas con la curación o prevención de algunas enfermedades. Las siguientes obras reflejan la importancia de esta tradición que relaciona la cocina y la dietética y que se originó en el Mundo Antiguo: J. L. FLANDRIN, “Assaisonnement, cuisine et diététique aux XIV, XV, XVI siècles”, en J. L. Flandrin y M. Montanari, *Histoire de l’Alimentation*, Paris, 1996, pp. 491-509. Para J. WORTH, “Food as a medicine”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, Cambridge, 2000, pp. 1534-1553. Sin embargo, los orígenes de la relación dieta-medicina desde luego provienen del Mundo Antiguo, pero se trata de un concepto que se ha ido transformando a través del tiempo y que en su devenir llega hasta la actualidad.

papel en la preparación de alimentos beneficiosos para el hombre<sup>921</sup>. Esto se explica porque para la medicina romana, el tratamiento dietético debía preceder al medicamentoso.

Para ilustrar este tipo de tratamientos preventivos, se consumían verduras crudas, un hábito señalado anteriormente, algunas como lechugas y malvas, pero en cualquier caso siempre verdura, cruda y aliñada con algo de vinagre, como destaca Marcial -Mart., *Epiqr.*, 3, 89-. También las dietas laxantes se utilizaban para prevenir o aliviar los excesos, y como ejemplos de platos laxantes, se tomaba un guiso preparado con mejillones, moluscos, acedera o berros, y un ligero vino blanco -Hor., *Sat.*, 2, 4, 27-30-. Tanto el acceso a la medicina preventiva o curativa, como a los productos necesarios para hacer una vida más saludable, estaban en gran medida vinculados a una economía holgada, y por tanto, eran patrimonio de las élites. La medicina preventiva –con casos prácticos como los anteriores- fue un aspecto muy importante para los cuidados de la salud, sobre todo en relación con las dietas, y su puesta en práctica estaba restringida a un sector de la población capaz de destinar recursos económicos a la curación y prevención de sus enfermedades. Este grupo era sin duda el mejor dotado económicamente. En las ciudades existieron muchos más medios para mantener una buena salud que en el medio rural, en el sentido de higiene y salubridad, con infraestructuras urbanísticas como la existencia de agua corriente, a mercados con venta de productos frescos, o incluso la posibilidad de acceso a termas y a la asistencia médica instituciones inexistentes o de mas escasa aparición en el medio rural<sup>922</sup>.

Desde época griega, los médicos sabían que en su profesión, como destaca Platón, era “sumamente delicado manejar bien los apetitos relativos al arte culinario, de modo que se recoja el fruto del placer sin que se origine enfermedad<sup>923</sup>”. De nuevo observamos la importancia que tuvo la dietética en los cuidados de salud, tanto de carácter preventivo como curativo, y en torno al concepto dietético encontramos algunas acciones relacionadas como el vómito, los problemas dentales o el ejercicio físico.

---

<sup>921</sup>F. GRANDE COVIÁN, *op. cit.*, 2000, pp. 139-153.

<sup>922</sup>R. JACKSON, *Doctors and Diseases in the Roman Empire*, London, 1988, p. 55, indica que aunque es difícil estimar la importancia del mantenimiento de la salud a nivel individual, es posible señalar esta importante diferencia entre el mundo rural y el urbano, a pesar incluso de la existencia de aire fresco y espacio natural del entorno rústico.

<sup>923</sup>Pl., *Smp.*, 187E. Trad. C. GARCÍA GUAL *et alii*, *op. cit.*, 1988, p. 219.

En cuanto a la práctica del vómito, sabemos que era un sistema eficaz para evitar la pesadez de estómago, y no tanto, como se ha creído durante mucho tiempo, que se practicaba con el único fin de poder seguir comiendo, leyenda negra que ha acompañado con frecuencia a la historia de la alimentación en Roma<sup>924</sup>. Por el contrario, representó una práctica ocasional y malentendida, ya que era sencillamente una medida terapéutica y preventiva, utilizada cuando se había cometido algún exceso con la comida o bebida o si era necesario purgar a un enfermo –Hip., *Morb.*, 2, 15; 2, 73; *Int.*, 6; *Diaet.*, 35, etc.-. Sin embargo se trata de un mecanismo que utilizado habitualmente puede producir serios problemas de salud ya que además de provocar quemaduras en la laringe por la acción de los ácidos del estómago, induce a un estado de malnutrición causada por la falta de absorción de los alimentos en el tubo digestivo<sup>925</sup>.

Por otro lado, tenemos las digestiones problemáticas, que se aliviaban y prevenían con la introducción de ciertos elementos en las dietas, como eran verduras frescas, vinagres o caldos, como el propio Apicio contempla en su obra, en un capítulo titulado: *Pulmentarium ad ventrem*, y también en algunas recetas aisladas<sup>926</sup> –Apic., *De re coq.*, 67-71; 29; 108-. En ocasiones esta digestión pesada se manifestaba a través del aliento, haciéndolo muy desagradable –*Dig.*, 21, 1, 12, 4-. En general, cualquier abuso alimentario fue un grave problema para la salud de las personas que lo practicaron habitualmente ya que la bebida o el alimento tomados en exceso, la falta de ejercicio o la práctica de una dieta incorrecta pudieron llegar a convertirse en graves problemas para la salud, interfiriendo incluso en una nutrición adecuada<sup>927</sup>.

---

<sup>924</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1992, p. 136, señala que aunque la norma cotidiana de las comidas en Roma fuera sencilla, “como siempre, cuando se trata de hacer la crónica de las costumbres, no se retiene más que lo que parece escandaloso”.

<sup>925</sup>Con respecto a la costumbre del vómito, se ha deformado y exagerado, creando una monstruosa versión de la realidad, que contemplaba el vómito como un proceso de limpieza, y eventualmente formaba parte de la higiene. En parte por la propia versión de Séneca que moralizaba diciendo “vomitaban para comer y comían para vomitar” –Sen., *Ad Helv.*, 9, 3-. Trad. L. RIBER CAMPANET, *op. cit.* Madrid, 1996, p. 123. También Séneca en otras obras, así como Suetonio y Marcial hacen referencia a esta cuestión –Sen., *Ad Luc.*, 18, 4; Suet., *Claud.*, 33; *Vit.*, 9; Mart., *Epigr.*, 3, 82; 7, 67, 10-.

<sup>926</sup>Sobre las recetas de Apicio que presentan indicaciones relacionadas con la salud, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 263.

<sup>927</sup>R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, pp. 32 ss., presenta la importancia e interrelación de los conceptos de ejercicio, alimentación e higiene en el mundo romano, y de qué forma tanto Celso como



Otros posibles problemas con la dieta pudieron llegar de la mano de esos abusos y excesos en el consumo de diferentes ingredientes, como por ejemplo de especias, o de carnes y grasas animales, que no favorecieron en primera instancia un estado de salud adecuado. No era extraño que una mala alimentación se acompañara de otro tipo de desórdenes, de manera que las personas que los realizaban debilitando su salud, incluso se llegaron a convertir en enfermos a una edad temprana. Una cierta práctica de ejercicio se convirtió en una costumbre habitual en la sociedad romana, así tenemos por otra parte que quienes realizaban algo de ejercicio mejoraban sensiblemente su estado de salud. La nutrición, como en la actualidad, se veía beneficiada con el hábito regular de ejercicio, que lograba facilitar las digestiones, además de que el aparato circulatorio funcionara mejor, y si se practicaba con constancia se aligeraba al cuerpo de parte de su peso, con lo que nutrición y ejercicio formaron parte de una forma de vivir particular, completa y compleja. Así, en este medio no todos los hábitos fueron necesariamente excesos, y veremos personajes vinculados con las élites, como Horacio, tomar platos de verduras, como eran las ligeras malvas, las olivas y las achicorias, y alabar a una moderada frugalidad –Hor., *Od.*, 1, 31, 15-.

Las últimas investigaciones en el campo de la dietética han desarrollado notables cambios en el concepto de la pirámide alimentaria tradicional. Además de recomendar el consumo diario de cierto tipo de grasas vegetales, frente a las grasas que provienen de las carnes y la mantequilla, se insiste en el ejercicio diario como uno de los más saludables hábitos de vida. Los cereales refinados que se tomaron en Roma bajo la forma de pan blanco y pasta *-puls*, dulces y masas de todo tipo no integrales-, no fueron tan beneficiosos como si se hubieran consumido con el grano entero<sup>928</sup>. Y los productos

---

Hipócrates concebían la interacción de estos tres elementos, especialmente en la medicina preventiva. El propio Celso declara que conviene ante todo saber que todas las partes de la medicina se hallan de tal modo ligadas entre sí que es imposible aislar completamente unas de otras -Celso, *De Med.*, 5, 2-3-.

<sup>928</sup>Entendido en un consumo continuado, y no esporádico. J. WILKINS, *op. cit.*, 2005, pp. 142 ss., explica el interés del cereal como parte de la dieta en el mundo romano, y cómo el pan de trigo se consideró más nutritivo que otros elaborados con cebada o con mezclas de trigos de baja calidad. Se consideraban elementos importantes para conocer lo saludable de un pan: la capacidad de nutrición, la facilidad de digestión, las cualidades del humor que producía en el cuerpo y la fuerza que proporcionaba. Aunque Arquestrato de Gela consideraba que los panes o pasteles elaborados con cebada eran bocados dignos de un gourmet, siempre que estén “limpiamente cribados, de cebada de

integrales no se refieren únicamente al pan, sino al consumo de platos realizados con el grano de cereal completo, que se preparaban en forma de potaje, acompañados en ocasiones por legumbres<sup>929</sup>.

Y no solo por sus beneficios como alimentos integrales, en general, el consumo de frutas, legumbres y verduras de todo tipo se siguen recomendando como uno de los pilares de una dieta sana<sup>930</sup>. En general, observamos que los grandes banquetes, con las comidas muy refinadas, sobrecocinadas y con abundantes carnes rojas, consumo excesivo de vino y pan blanco, reunieron una serie de factores perjudiciales para la salud. Esto no significa que tomados aisladamente estos ingredientes, o esporádicamente, sean nocivos ya que en alimentación lo más importante no es lo ocasional, sino lo cotidiano, y sobre todo, la disciplina y la creación de rutinas en el consumo de productos adecuados y del ejercicio diario<sup>931</sup>.

En resumen, el tipo de dieta y la salud de las élites en relación con su alimentación, como sucede en cualquier caso en la vida, dependerían en primera instancia de su propio “capital de salud”, y en segunda instancia de los cuidados y moderación con que se mantuvieran. Pero sí podemos decir que el contexto de las oligarquías ofrecía unas posibilidades adecuadas para disfrutar de una dieta variada, saludable y apetecible. Que si bien es cierto que las verduras, frutas y legumbres no eran los productos mejor valorados, también es verdad que en los recetarios podemos encontrar gran abundancia de recetas elaboradas con ellos. Y que el aporte de proteínas de buena calidad, como son el pescado, carne y huevos, sería asimismo más que suficiente. También señalaremos que los banquetes

---

hermoso fruto, más blancos que la etérea nieve... el que llaman “de harina basta”... y el pan de trigo... pan blanco” –Athen., *Deipnos.*, 3, 111F-112B-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN *op. cit.*, 1998b, p. 111. Sin embargo, Galeno opinaba lo contrario: que aunque el consumo de pan de cebada es bueno, no tenía la misma calidad nutritiva que el elaborado con trigo –Galen., *De Aliment.*, 501-. Sobre este mismo aspecto, Galeno se refiere a las propiedades del pan, a los de diferentes calidades y a los panes adecuados para atletas o para ancianos –Galen., *De Aliment.*, 482-486-. También se refiere a los panes ligeros, con poco peso, que según su criterio eran menos nutritivos –Galen., *De Aliment.*, 496-.

<sup>929</sup>El cereal se tomaba completo en las recetas de *puls*, ya que el grano se dejaba macerar la noche anterior hasta que se hinchaba, reblandeciéndose, y después se cocinaba entero.

<sup>930</sup>Sobre el consumo de frutas y vegetales en el mundo antiguo, vinculado con la salud y con las recomendaciones de los doctores, ver J. WILKINS, *op. cit.*, 2005, pp. 143 ss. Señala incluso que tenían precios bajos, lo que nos lleva a pensar que podrían formar parte de la alimentación de las clases populares más que de las oligarquías, aunque esto no necesariamente.

<sup>931</sup>W. WILLET, M. STAMPFER, “Nueva pirámide de la Alimentación”, *Investigación y Ciencia*, 318, 2003, pp. 54-61.

de carácter extraordinario eran precisamente eso, extraordinarios, fuera de la norma de la habitualidad, y que lo que verdaderamente marcaba la presencia de una dieta saludable eran las comidas que se hacían en la vida privada de forma continuada.

## **2. La alimentación de los sectores populares**

### **Introducción**

Dentro del título genérico de sectores populares, nos encontramos con una compleja variedad de situaciones que podrían llevar a equívoco con respecto a sus formas de vida. Aunque podríamos pensar al referirnos a estos estratos sociales que los esclavos y los hombres libres sin fortuna corrían la misma suerte, esto no sucedió exactamente así ya que dentro del grupo de los esclavos, dependiendo de la fortuna del amo, de su generosidad y talante, existieron muchas situaciones diversas.

Las ocupaciones de distintos esclavos tampoco fueron las mismas, y los domésticos de las grandes casas, los que estaban destinados a las minas o los campesinos, tuvieron una manutención diferente. Muchas veces, los hombres libres se alimentaron peor que los esclavos<sup>932</sup>, y la gran masa militar también se alimentó con comidas muy sencillas y económicas. Así, aunque, la denominación de sectores populares nos sugiere un grupo social homogéneo en su forma de alimentarse, debemos tener en cuenta que las consideraciones en torno a su estatus jurídico fueran diferentes. Hablaremos de un complejo grupo social sin tener en cuenta su procedencia, libre o esclava, y finalmente, de lo que aquí nos interesa: su forma y calidad de alimentación<sup>933</sup>.

---

<sup>932</sup>Aspecto que destaca J. TONER, *op. cit.*, Barcelona, 2012, p. 8, señalando que igualmente que la élite no representaba una cultura monolítica, también existía una división interna entre esclavos y personas libres, y entre los más pobres de estos últimos, podía darse la paradoja de que tuvieran condiciones materiales muy inferiores a la mayoría de la población esclava.

<sup>933</sup>Sería sumamente complejo, y como señala P. GARNSEY, *op.cit.*, 1991, pp. 131 ss., improductivo, abrir un debate sobre las fronteras entre las clases en la sociedad romana, o si estas realmente existieron y con qué matices ¿distinciones de clase? ¿categorías sociales? Pero siguiendo el análisis de este autor para realizar un análisis de la sociedad e ilustrar la jerarquía social, en realidad, el entramado de la desigualdad económica era “El sistema de adquisición y transmisión de la propiedad”. Pero también es cierto que, como señala este mismo autor, P. GARNSEY, *op. cit.*, 1991, p. 142, “la condición social de un romano se basaba en la estimación social de su honor”, y “En cada orden había sutiles gradaciones de condición social”.

## 2.1. Mundo rural-mundo urbano

Las diferencias entre la alimentación de los sectores populares procedentes del mundo rural y los del mundo urbano quedaron patentes en sus comidas y en los hábitos cotidianos<sup>934</sup>. La carencia de propiedades, o la posibilidad de tenerlas en una medida muy poco satisfactoria, era lo que marcaba un sector social que con frecuencia dependía de otros para subsistir, llámense propietarios, poderes públicos o munificentes ciudadanos. R. Knapp<sup>935</sup> señala que las condiciones físicas de los esclavos “eran atroces”, su comida dependía del amo, y la falta de suministros en el mundo rural era algo extendido, de ahí las constantes recomendaciones de los agrónomos para prevenir la escasez. La dureza de la vida en esclavitud era tal que ellos, según señala Knapp, trataban de haer lo posible por completar su alimentación o proveer diferentes necesidades: desde vender su propia comida hasta robar propiedades del amo y venderlas o aceptar sobornos.

En la ciudad disponían de más oportunidades para este tipo de cosas que en el campo, podían fabricar objetos para venderls y disponían de mayores recursos para su venta<sup>936</sup>. Alföldy<sup>937</sup>, por su parte, señala que la situación de los esclavos rurales casi siempre fue diferente de los esclavos urbanos. Y la composición social de la *plebs rustica* estaba muchos más diversificada que los correspondientes estratos urbanos. Las situaciones sociales diferentes de los distitnos grupos campesinos se debían a que los campesinos libres podían ser pequeños propietarios, arrendatarios de tierras o simples jornaleros. Igualmente, entre los esclavos, no era lo mismo formar parte de explotaciones de latifundios que de explotaciones de tamaño mediano, en las que podían mantener una relación patriarcal con su dueño.

---

<sup>934</sup>Para P. GARNSEY, *op. cit.*, 1999, p. 226, “The social structure of the population of Rome is essential background to any study of the nutritional status of its residents”.

<sup>935</sup>R.C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, pp. 188 y 210.

<sup>936</sup>P. GARNSEY y R. SALLER *op. cit.*, 1991, p. 149. Para estos mismos autores en P. GARNSEY y R. SALLER *op. cit.*, 2002, p. 41, ciudad y campo desarrollaron distintas estrategias de supervivencia. En el campo sería la explotación de todos los recursos propios del entorno, mientras que la ciudad, que por otro lado no habría roto necesariamente sus vínculos con el mundo rural, establecería otras estrategias. Entre ellas tenemos los beneficios de sistemas alimentarios de carácter estatal o personal, como el evergetismo.

<sup>937</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 209-210.

Los vínculos de patronazgo tuvieron un importante papel en el mundo urbano, así como las asociaciones o *collegia*<sup>938</sup>. Por su parte, en el mundo rural, y según Garnsey, los campesinos en la Antigüedad necesitaron organizar una estrategia de producción destinada a minimizar los posibles riesgos<sup>939</sup>. Esta comprendería distintos factores como la diversificación de los cultivos, el almacenamiento adecuado del excedente y lo que llama “social storage” -organizado por la administración pública-. Y finalmente, el mantenimiento de las buenas relaciones sociales, familiares y de vecindad, muy importantes en tiempos de crisis y presente en forma de amigos, vecinos, parientes y, por supuesto, de las relaciones de clientela. Garnsey también señala la estrategia seguida por el campesinado, puesta de manifiesto entre la capacidad de producción y el factor humano, lo que se reveló en forma de elección de la edad del matrimonio, regulación de la natalidad o abortos, manteniendo siempre una estrategia activa y no resultando sujetos pasivos de las

---

circunstancias.

*Alimentación en el mundo rural*

Comenzaremos con el mundo rural, así con respecto al campesinado modesto y, siguiendo la tesis de P. Garnsey y R. Saller, los datos que tenemos sobre la producción de la tierra en Roma no corroboran el argumento de que el rendimiento medio fuera peligrosamente bajo<sup>940</sup>. Esto afecta, naturalmente, a la vida y alimentación del pequeño campesinado, que

---

<sup>938</sup>P. GARNSEY y R. SALLER *op. cit.*, 1991, pp. 187-188. Además, sobre asociaciones profesionales y el acto de comer como elemento de unión, ver N. R. E. FISHER, “Roman associations, dinner parties, and clubs” en M. Grant y R. Kitzinger (eds.), *Civilization of the ancient Mediterranean: Greece and Rome*, New York, 1988, pp. 1209-1210 y 1219-1224; P. FOSS, *op. cit.* 1994, pp. 34-35: “Dinners for select groups of individuals were one benefit of Roman social organizations known as *collegia* or *sodalicia*. These were associations of people who shared business, social, civic, or religious interests. These clubs met on a regular basis at homes, taverns or club-houses (*scholae*) where they held sacrifices, shared meals and conducted club business. Inscriptional evidence at Lanuvium attests to club eating and drinking, and dining rooms with masonry *triclinia* are preserved in *collegium* headquarters at both Pompeii and Ostia. Special dinners provided opportunities for people with common interests to form and reinforce bonds of friendship and community”. Sobre las asociaciones profesionales en la Hispania Romana, J. F. RODRÍGUEZ NEILA, “El trabajo en las ciudades de la Hispania Romana”, en J. F. Rodríguez Neila, C. González Román *et alii* (eds.), *El trabajo en la Hispania Romana*, Madrid, 1999b, pp. 100-104.

<sup>939</sup>Ver P. GARNSEY, *op. cit.*, 1990, p. 135.

<sup>940</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 102. Por su parte, P. ERDKAMP, “Agriculture, Underemployment, and the Cost of Rural Labour in the Roman World”, *The Classical Quarterly* 49, 1999, p. 557, advierte sobre las dificultades que presenta el escaso conocimiento que tenemos de la vida económica de la población rural, lo cual nos podría llevar a simplificar la visión de lo que

se encontraba en situación de obtener un buen rendimiento de sus cosechas. La economía campesina no necesariamente funcionó bajo una debilidad crónica continua, y el agricultor que vivió y trabajó su propiedad pudo abastecerse adecuadamente<sup>941</sup>. Desde luego, estos no podían dejar ningún aspecto olvidado, de forma que cada agricultor se veía empujado al máximo aprovechamiento de los recursos, a la preparación de alimentos en conserva y a la puesta en práctica de diversas técnicas para explotar adecuadamente los bienes alimentarios disponibles y su transformación. Horacio retrata a un colono asalariado, alguien que no era propietario, pero que sin embargo podía permitirse una alimentación regular y hasta abundante –Hor., *Sat.*, 2, 2, 112-130-. Este colono comía los días corrientes, no los de fiesta, un plato de verdura con algo de jamón y, cuando recibía visitas no comía peces, un plato muy caro y “urbano”, sino unos más sólidos pollos y cabritos. La comida se completaba con postres adornados con uvas pasas, nueces e higos, y acompañando toda la cena, tanto los días festivos como los no festivos, en la mesa había vino abundante para todos.

Como vemos, el panorama de la alimentación de este colono no propietario de la tierra, no es especialmente duro. Era técnicamente pobre, porque no tenía posesiones propias y, sin embargo, fue capaz de rentabilizar los recursos de que dispuso. A diario comía alimentos de procedencia vegetal, una pequeña cantidad de proteínas, y en los días festivos, carne y frutas secas, sobreviviendo en unas condiciones bastante aceptables, incluso podríamos decir que la dieta de este colono se parece bastante a la establecida por las recomendaciones dietéticas actuales. Existió, en definitiva, una situación compleja con respecto al campesinado medio: por una parte, la facilidad de acceso a los productos alimentarios, los cuales podía obtener diariamente, pero por otra parte, cualquier plaga,

---

ocurrió realmente. Es por esta razón que argumenta P. ERDKAMP, criterio con el que coincidimos, que las estrategias económicas de la población rural no debe ser infra estimadas. Podrían completar sus ingresos trabajando como carboneros, fabricando instrumentos o elaborando textiles, por ejemplo, lo que significa que en el mundo rural las actividades agrícolas y otras no agrícolas estaban estrechamente conectadas. La propuesta de P. ERDKAMP por considerar la conexión entre diferentes actividades no necesariamente agrícolas, en el mundo rural, significa que la vida del campesino sin propiedad no era necesariamente mísera, como sugieren también P. GARNSEY y R. SALLER.

<sup>941</sup>En este sentido, A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, p. 40, recoge que las hambrunas fueron más dañinas en el medio urbano que en el rústico, opinión con la que estamos totalmente de acuerdo. El campesino, además de la capacidad de previsión característica de su actividad, tenía posibilidad de utilización de diferentes recursos inexistentes en las ciudades.

sequía o problema agrícola de carácter local también les afectaba duramente, lo que podría quebrantar todo el esfuerzo realizado, de ahí las recomendaciones continuas por parte de los agrónomos de conservar excedentes<sup>942</sup>.

Otro estamento dentro de los grupos populares se encuentra representado por los esclavos rústicos, en cuya alimentación existieron distintas circunstancias que facilitaron

---

*Alimentación de  
los esclavos rústicos*

---

una gran variedad. Algunos de los aspectos que tuvieron repercusión en este sentido fueron la alimentación de los días de fiesta, las comidas y cuidados requeridos para prevenir y curar distintas enfermedades, incluso su propia forma de vida, en la que se podía incluir la posibilidad de poseer pequeños animales o de recolectar las sobras de los cultivos. Los esclavos que vivían en las *villae* requerían cuidados cuando estaban enfermos, pero también necesitaban vestido, habitación y alimento cuando su estado de salud era normal. Columela explica cómo el capataz debía cuidar de que los esclavos comieran y bebieran adecuadamente y que el dispensero no cometiera ningún fraude en el reparto de alimentos –Colum., *R.R.*, 11, 1-. Entre sus actividades, vinculadas directamente con la alimentación están los siguientes: *aquarius*, *auceps*, *venator*, *vilicus* (y su esposa), *cellararius*, *diaetorius*, *focaria*, *molitor*, *scoparius*, *mulieres quae panem coquant*, *quae pulmentaria rusticis coquant*, *pistor*, sin olvidar los más ambiguos: *servus*, *ancilla*, *pastor*, *saltuarius*, y otros<sup>943</sup> –*Dig.*, 33, 7-. Como observamos, todos ellos relacionados con la producción, cuidado o directa elaboración de alimentos.

Naturalmente, estos esclavos, incluso en el caso de que comieran lo suficiente, carecían de lujos, por ejemplo, comían sentados a la mesa y no recostados, aunque el capataz sí podía permitirse comer en esta postura en los días de fiesta. Incluso tenía la posibilidad de proporcionar a los esclavos que hubieran trabajado bien de forma regular un estímulo en recompensa a un trabajo bien hecho, siendo la atención algún producto alimentario. Si los siervos estaban cansados de trabajar, en lugar de esperar al agotamiento total, Columela recomienda que se les dejara descansar –Colum., *R.R.*, 12, 3-. Y aunque no todos los dueños serían igualmente cuidadosos con las personas que ejecutaban la fuerza de

---

<sup>942</sup>P. ERDKAMP, *op. cit.*, 1998, p. 205.

<sup>943</sup>Según tabla realizada y analizada por K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 59.

trabajo, con su alimentación y necesidades, las recomendaciones del agrónomo son muy claras con respecto a su cuidado. Las labores del campo eran duras, desde luego, y la actividad necesaria requería una buena alimentación para reponer fuerzas. El sentido común fue el instrumento necesario para que los propietarios comprendieran que, el esfuerzo físico de los esclavos que trabajaban sus propiedades, requería un combustible suficiente para poderse mantener. El *vilicus* que retrata Columela era el encargado directo de que éstos tuvieran el suficiente alimento y en la cantidad necesaria para poder trabajar, y su esposa era quién vigilaba el estado de salud de la mano de obra y la necesidad de descanso, que debía estar proporcionada, como la alimentación, al esfuerzo físico realizado<sup>944</sup>. Aunque, desde luego, tendremos en cuenta que eran esclavos, personas que realizaban un trabajo de forma obligada por su propietario, en una situación que humanamente era inaceptable. La esposa del *vilicus*, en sustitución de la *mater familia* era un personaje fundamental, cuyas actividades eran las propias de la mujer en las zonas rurales, como: velar para disponer

---

*Dieta catoniana  
para los esclavos*

---

alimentos suficientes para todos, preparar alimentos en conserva y cocinarlos, dirigir a los esclavos domésticos y cuidar a todos ellos, disponiendo incluso de la enfermería<sup>945</sup>.

Y en cuanto a la distribución anual de la comida, Catón establece la cantidad de alimento, *cibaria*, destinada a la mano de obra rustica, que era de cuatro modios de trigo en invierno<sup>946</sup>. Por el contrario, en verano se repartían cuatro y medio<sup>947</sup>. Para los capataces y el pastor había tres modios por persona. Esto nos dice que Catón conocía bien la vinculación del movimiento físico con las

---

<sup>944</sup>En relación con el concepto de familia romana, que incluía a esclavos bajo el *pater familia*, ver: R. SALLER, "Familia, domus, and the Roman conception of the family", *Phoenix* 38, 1984, pp. 336-355; D. B. MARTIN, "The construction of the ancient family. Methodological considerations", *Journal of Roman Studies* 86, 1996, pp. 40-60, y sobre la familia italiana e hispana, ver C. I. KERTZER y C. BRETTELL, "Advances in Italian and Iberian family history", *Journal of Family History* 12, 1987, pp. 92-113. Por su parte, recoge las nuevas interpretaciones del estilo de familia y sobre el poder real del *pater familia* L. A. CURCHIN, "La familia romana: recientes interpretaciones", en *Zephyrus* 53-54, 2000-2001, pp. 535-550. El poder del *paterfamilias* era absoluto, como señala G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 1996, p. 19, y se consagraría como figura de poder sobre la familia a partir de la codificación de la Ley de las Doce Tablas, aunque era una tradición ya entonces arcaica.

<sup>945</sup>Como señala S. MEDINA QUINTANA, *Mujeres y economía en la Hispania romana*, Oviedo, 2014, pp. 67-68.

<sup>946</sup>Un modio era una medida de áridos que correspondía a 8'75 l.

<sup>947</sup>Esta diferencia se debe a la mayor necesidad de alimento durante la época cálida, ya que el trabajo era mucho más intenso y constante que durante el invierno.



necesidades de alimento, motivo por el que proporcionaba más cantidad de trigo a la mano de obra que a los capataces y pastores, que realizaban un esfuerzo inferior. El famoso vino de Catón, que se preparaba en la *villa* como bebida para todo el personal, estaba perfectamente repartido a lo largo de cada mes y según las necesidades de la estación: se entregaba una mayor cantidad durante los meses de verano, y menos en el invierno –Cato., *Agr.*, 57-.

Otra parte de la dieta de los esclavos de Catón consistía en aceitunas, aceite, vinagre, *garum* y sal, y aunque a K. R. Bradley le parecen insuficientes las cantidades, Catón ofrece estos productos a los campesinos como complemento de una dieta que básicamente encontraban preparada en la *villa* al acabar la jornada de trabajo, y no como único alimento<sup>948</sup> -Cato., *Agr.*, 58-. Unas raciones que acompañarían al *puls*, o a los guisos y estofados que se preparaban en la *villa* diariamente, por lo que las raciones de Catón adquieren así un sentido más proporcionado. Y desde luego eran alimentos básicos, económicos, con un elevado componente de hidratos de carbono en forma de trigo, y preparados con sencillez. Si las cantidades repartidas por Catón fueron realmente o no suplemento de las dietas, cantidades extra que se distribuían independientemente de esa comida fuerte que encontraban ya preparada, lo desconocemos. En realidad, sí parece una alimentación nutritiva y calórica, acorde con el esfuerzo físico de unos peones agrícolas. También Columela se refiere a estos suplementos extraordinarios que se proporcionaba a

---

*Aportes  
extraordinarios  
en las dietas*

los esclavos en el campo, y recomienda ofrecerles como suplemento del alimento manzanas y peras secas, y si los hubiera, higos secos también.

Además de la alimentación cotidiana, existían días de alimentación extraordinaria. Esto sucedía, por ejemplo, en ciertas celebraciones religiosas como las fiestas Saturnales o las Compitales, durante las cuales se repartía una cantidad extra de vino. Adicionalmente a las raciones extra y a la alimentación de estos días festivos, como señala Varrón, a los esclavos se les permitía poseer algunos animales mediante los que suplementar la dieta con aportes proteínicos<sup>949</sup> -

---

<sup>948</sup>K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 106.

<sup>949</sup>Los animales más rentables que un esclavo podía poseer debían ser las cabras, que diariamente aportarían una ración de leche y eventualmente algún cabrito, o también las gallinas, que aportaban una ración diaria de huevos. Los cerdos serían un animal excepcional, que necesitaban una

Varro., *Rust.*, 1, 19, 3-. Incluso podrían aprovechar los recursos naturales que tenían al alcance y que no suponían competencia con la producción del dueño, como serían verduras, restos de cereal, legumbres, algunas hierbas, frutas silvestres, frutos secos... todos aquellos que era posible tener a mano en el campo y que harían una existencia más llevadera. Y no solo se les permitía el consumo de dichos productos, sino que a ciertos esclavos se les permitía algún beneficio extraordinario con la venta de esos excedentes que no perjudicaban la producción<sup>950</sup>. Como ejemplo de esta realidad en el mundo rural, Virgilio retrata a Testilis, la esclava de Coridón, que preparaba la comida a los segadores y que consistía en un majado de ajos y serpol<sup>951</sup> que no podía comerse sin acompañamiento, y que seguramente se añadía a una comida preparada con hidratos de carbono o carne, como pan, *puls*, algún guiso o estofado o bien unas tortas hechas con cereal, sólidas y muy a propósito para reponer las fuerzas de los segadores -Virg., *Buc.*, 2, 10-.

Por otro lado, en el campo no era difícil la recolección de alguna fruta, de castañas o de bellotas, o incluso si había ganado, la preparación de algún queso que procediera de la leche de aquellas ovejas que podían ser de su propiedad -Virg., *Buc.*, 1, 80-.

Con respecto a las clases populares campesinas, y en el mismo sentido, Ovidio retrata a una pareja de campesinos. Se trata de Filemón y Baucis, quienes acogen en su más que modesta casa a unos viajeros, a los cuales preparan un lecho sencillo con paja y telas como lugar para recostarse. Incluso antes de comer, lavan a los viajeros -Ovid., *Met.*, 8, 611-724-. Para la comida, la anciana Baucis preparó una mesa en la que ofrecer aceitunas, un sencillo vino de bayas de cornejo, escarola, rábanos, queso fresco y huevos cocidos. Y mientras, Filemón cocinaba un guiso con coles y algo de lomo de cerdo ahumado, el cual

---

inversión en esfuerzo y alimentación que pudiera compensar a largo plazo, hasta que hubiera engordado lo suficiente como para hacer la matanza. Pensamos que la cabra o la oveja, la gallina y otras aves, fueron animales más adecuados para que poseyeran los esclavos. De cualquier forma, la matanza final se hacía inevitable, pero mientras que los primeros se rentabilizaban casi diariamente en forma de derivados de origen animal -leche, quesos, huevos, lana-, el cerdo solamente producía crías o bien la carne de la matanza.

<sup>950</sup>Para R. C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, pp. 212-213, “incluso el esclavo corriente de una casa y los esclavos de fincas agrícolas tenían oportunidades para acumular un pequeño *peculium* con el cual aliviar de algún modo la carga de la esclavitud”. Igualmente, K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 107.

<sup>951</sup>Una variedad de tomillo. Ver M. CONDE SALAZAR, “Recepción y uso en latín de algunas plantas medicinales. El género *thymus*”, en M<sup>a</sup>. T. Santamaría Hernández, *La Transmisión de la Ciencia desde la Antigüedad*, Cuenca, 2008, pp. 35-70.

tenían colgado de una viga junto al fuego. Con estos dos ingredientes troceados y guisados preparó el plato fuerte a fuego lento, y de postre sirvió nueces, higos y dátiles, ciruelas, manzanas, uvas y panales de miel. Acompañaron la comida con vino como única bebida, y finalmente quisieron sacrificar a un ganso que tenían como guardián de la choza. No fue un banquete sofisticado, ni los ingredientes eran caros y exquisitos. Cocinaron lo que tenían más cerca, permitiéndose el lujo de utilizar el lomo de cerdo, que sería muy probablemente la comida de los días festivos. Las cantidades de cada uno de los ingredientes de estas comidas marcarían las características de la dieta de la gente humilde.

Otra muestra de la comida habitual de los más pobres la deja Ateneo –Athen., *Deipnos.*, 5A-. Lo hace a partir de un texto de Alexis, autor que retrata una familia tan modesta que se ve en la necesidad de compartir un alimento tan simple y exiguo como es un pan de pequeño tamaño. Subsistían gracias a pequeñas cosas que consiguen cosechar, como eran las habas, altramuces, verduras, rábanos, algarrobas, arvejas, bellotas, cigarras, garbanzos, peras e higos secos. Esta pobre familia ni siquiera disponía de un poco de carne, ni disfruta del lujo de tomar proteínas en forma de huevos como aquellos que sí tomaron Filemón y Baucis. Por supuesto, el pescado apenas formaba parte de la alimentación más pobre, pues era comida de ricos<sup>952</sup>. Apuleyo narra otras formas de alimentación diaria de subsistencia vida en este aspecto, concretándola en la figura de un hortelano modesto, quién en este caso compró a su protagonista Lucio convertido en asno, para que le ayudara con el transporte de su pequeña producción. A este hortelano, como parece natural, el ciclo anual le era favorable durante la primavera, el verano y el otoño, gracias a la abundante cosecha, pero el invierno era especialmente duro ya que la producción se paralizaba. Si la cosecha había sido especialmente mala (plagas, sequías, etc.) o si no hubiera previsto las necesidades que tendría durante el invierno, con seguridad carecería de todo tipo de

---

<sup>952</sup>Como señala Ateneo, recogiendo las palabras de Mírtilo, en medio de un banquete en el que se servían grandes cantidades de pescado de extraordinaria calidad: “Con razón, amigos míos, de todos los platos que se comen con pan y denominados *ópsa*, es el pescado el único que ha merecido ser llamado así, debido a su extraordinario alimento, por los que se vuelven locos por esta clase de comida. En efecto, denominamos *opsophágoi* (amantes de la buena mesa) no a los que comen carne de vacuno.... No, sino que llamamos así a quienes frecuentan las pescaderías” –Athen., *Deipnos.*, 276E-277A-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros VI-VII*, Madrid, 2006a, p. 158. En este sentido, J. WILKINS y S. HILL, *op. cit.*, 2011, pp. 15 ss., analizan los fragmentos de la obra de Arquéstrato de Gela, en la que la mayor parte de los alimentos considerados de lujo, son pescados.

alimento en esta temporada. Y esta circunstancia es justamente la que refleja Apuleyo en su obra, por lo que observamos cómo tanto el amo como el asno comían las lechugas ya espigadas, subidas y amargas, incluso algunos ejemplares podridos que hubieran quedado en el huerto, y que eran restos de la anterior producción hortícola. Un invierno realmente duro para las personas y los animales.

El contraste a este difícil equilibrio anual lo presenta igualmente Apuleyo mostrando a uno de los vecinos de este hortelano, propietario de mayor entidad y que disponía en sus posesiones de suficiente trigo, aceite y vino gallinas y ovejas como para poder obsequiar a su pobre vecino con estos alimentos. Pero si nos acercamos a su descripción, observamos que se trata de una figura distinta al primer hortelano, ya que este último no era un campesino modesto, sino un propietario que, aunque pequeño se podía permitir cierta previsión y equipar bien su despensa gracias a la preparación de alimentos que sobraban durante el verano, con el fin de consumirlos en el invierno –Apul., *Met.*, 32-. La diferencia entre uno y otro representaba la diferencia entre la supervivencia o una dificultad extrema. Los pocos restos de cosecha que quedaban a los más humildes, se vendían en la ciudad para conseguir unas monedas con las que comprar otros productos necesarios, como hacía una anciana retratada por Petronio, la cual vendía legumbres silvestres en la calle –Petron., *Satyr.*, 1, 7, 1-.

Las clases populares campesinas consumieron una gran cantidad de productos ricos en fibra, alimentos de procedencia vegetal en su gran mayoría: trigo en forma de pan, guisos o *puls*, legumbres como garbanzos, habas o altramuces, y frutas como manzanas e higos secos. En general, eran alimentos mal considerados, por ser precisamente comida de pobres –Athen., *Deipnos.*, 3, 101B-E-. Hoy sabemos que estos alimentos, y no los excesivamente tratados y cocinados, son mucho mejores para la salud. El conocimiento sobre la correcta nutrición nos indica que los alimentos frescos, poco elaborados, el mayor consumo de verdura, fruta, legumbres y cereales era y es un tipo de dieta más saludable que la abundancia de otros productos de origen animal, que por otra parte, también es necesario consumir equilibradamente ya que el exceso de comida, junto con la falta de ejercicio, son dos factores muy perjudiciales para la salud. P. Garnsey presenta un panorama sobre las crisis alimentarias en Roma, señalando que desde luego su existencia fue inevitable. Pero, señala este autor que a pesar de que sabemos de su existencia, éstas no siempre implicaron

hambrunas ya que existió la previsión ante estos fenómenos en forma de tratamiento de alimentos, tecnología alimentaria, conservas y almacenamiento<sup>953</sup>. Asimismo, comenta P. Garnsey, existió un fenómeno importante, que fue la adaptabilidad al medio natural. Tanto la previsión como la adaptabilidad se encontraban estrechamente relacionadas con el conocimiento sobre cómo la diversificación de la producción minimizaba los riesgos. En las circunstancias adversas también se contó con la ayuda por parte de los poderes públicos, con las relaciones de clientela y otras diversas de carácter personal. Entre estas últimas se encuentran relaciones de vecindad, de familiares y amigos... y por supuesto, resultarían fundamentales el mecenazgo y las ayudas alimentarias de particulares.

No queremos presentar un estado ideal de la situación alimentaria en este grupo social ya que en muchas ocasiones, como hemos visto, la cantidad de comida disponible era insuficiente, pero definitivamente, su alimentación podría ser –siempre que se presentara en una cantidad adecuada- bastante más racional y saludable que la de un sector de las élites que cocinaban excesivamente los alimentos, que tomaban una gran cantidad de ingredientes

---

*Cantidad de  
alimentos disponibles*

---

de origen animal y poca cantidad de vegetales, y cuyo consumo de vino podría resultar excesivo<sup>954</sup>. Ningún exceso en cualquier sentido fue bueno: por una parte, las exuberancias gastronómicas en el mundo de las élites y de la otra parte, los déficits alimentarios en los sectores populares. Las carencias o las deficiencias de alimentos, la desproporción de trabajo físico o la sobreexposición a los elementos climatológicos, no parecen ser circunstancias favorecedoras de una buena calidad de vida. Sin embargo, los sectores populares que tuvieron acceso a los alimentos expuestos anteriormente y que, sin lugar a dudas eran sencillos, que además estaban

---

<sup>953</sup>Ver en P. GARNSEY, *op. cit.*, 1990, p. 144. Reiterándose en la misma idea, y como señala este mismo autor en el prefacio a su trabajo P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, p. XI “Greeks and Romans, rich or poor, were obsessed with food. For most people, life was a perpetual struggle for survival”... y en realidad, solo unos pocos podían disfrutar de la alta cocina. La realidad cotidiana era más sencilla y a la vez difícil, sobrevivir era la clave. Disponer de cereal, que calma el apetito y es muy nutritivo era la primera y más efectiva respuesta a cualquier comida, en cualquier clase y estamento.

<sup>954</sup>La malnutrición era una amenaza constante –no siempre una realidad, como veremos-, y las crisis de alimentos y con ellas el hambre eran fenómenos que se producían regularmente, como señala P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, pp. 2-3, pero la sociedad romana poseía el conocimiento para poder eludir, adaptar, o equilibrar dichas crisis, reaccionando ante ellas -con frecuencia- antes de que se produjeran. Este autor sostiene que sociedades como la griega y la romana no se pudieron construir sobre la base de gente malnutrida.

cocinados con técnicas simples, pero suficientes para vivir en buenas condiciones, se hubieran podido alimentar desde luego de una forma racional y saludable de acuerdo con unos parámetros nutricionales equilibrados. Como en la fábula intemporal del ratón de campo y el ratón de ciudad los campesinos comían en mesas rústicas y sencillas: garbanzos, avena, uvas pasas y tocino, espelta y cizaña –estas últimas dos gramíneas de baja calidad-. Y a pesar de ansiar los alimentos de los ricos, eran conscientes de que los patronos que se alimentaban excesivamente tenían problemas digestivos y circulatorios y que estaban, como señala Juvenal, “abotargados”. Incluso si después de digerir mal una cena abundante iban a los baños, no era raro que se produjeran muertes súbitas, pero sin lugar a dudas anunciadas y vinculadas necesariamente con una sobreabundancia de alimentos, como destaca Juvenal: *Poena tamen praesens, cum tu deponis amictus turgidus et crudum pavonem in balnea portas. hinc subitae mortes atque intestata senectus et nova nec tristis per cunctas fabula cena* -Hor., *Sat.*, 2, 6, 79 ss.; Iuv., *Sat.*, 1, 145-150-.

En general, observamos que las clases populares rústicas<sup>955</sup> tomaban alimentos poco refinados pero nutritivos, como fruta fresca o seca, higos, pan, *puls*, guisos y estofados.

\_\_\_\_\_ Eran comidas condimentadas con aceite, vinagre y sal, y  
*Alimentos poco refinados,* ocasionalmente *garum*. En el campo tenían acceso a una  
*pero nutritivos* mayor cantidad de verdura, legumbres y grano y a veces,  
 \_\_\_\_\_ a algunos de los productos comentados anteriormente<sup>956</sup>.

Podemos decir que los recursos naturales en el entorno rústico eran variados. Sin embargo, y paradójicamente, estas personas sentían cierta añoranza de la vida urbana, que suponían fácil y repleta de abundancia y comida. Horacio pondría de manifiesto esta contradicción en

<sup>955</sup>Como señala R. C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, p. 137, los campesinos libres o los agricultores arrendados podían llegar a conformar un grupo que viviera “permanentemente en condiciones difíciles”. De ahí ese tipo de alimentación rústica, complementada por las escasas ventas de verduras en los mercados.

<sup>956</sup>En cuanto a la introducción del cereal en la dieta, como sugiere P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, pp. 19-21, tanto el trigo como la cebada, que eran los más consumidos, presentaban una gran cantidad de ventajas. Por un lado no estaban asociados a enfermedades por deficiencia en los nutrientes, como sucede con el maíz y el trigo, y por otro lado eran muy calóricos y ricos en proteína vegetal. La gran pregunta era la cantidad de cereal que se consumía, y P. GARNSEY se pregunta si tomaban suficiente para sus necesidades energéticas. Y por otro lado, si se consumían junto con legumbres, en cuyo caso se produciría el conocido efecto de suplementación, que como hemos visto anteriormente, supone una mejora nutricional de ambos productos, cuyo contenido proteínico se complementa al consumirse en pareja, dando como resultado una proteína vegetal de mejor calidad que si se toman separadamente.

un interesante diálogo con su capataz, mediante el cual refleja cómo en el campo, los más modestos envidian la posición de los más acomodados, y estos últimos anhelan la vida urbana. Es una cadena entre ellos, y así el mozo de cuadra envidia al *vilicus* que este pueda

---

*Los esclavos domésticos:  
cercanía de las cocinas* disfrutar del ganado y del huerto –y de sus frutos-, mientras que ese *vilicus* añora la urbe, como destaca el autor –Hor., *Ep.*, 1, 14, 20-. La cercanía al lugar de producción facilitaba, en primer lugar, una mayor variedad

---

en la dieta, incluso en la de los esclavos, que como vemos, tenían acceso a una cierta diversidad de comestibles. Pero además de la variedad, era fundamental en la dieta la cantidad de alimento que el dueño proporcionaba a la mano de obra, independientemente de que los esclavos por sí mismos, pudieran acceder a otras fuentes de alimentación. Los esclavos del medio rural, si gozaban de la confianza del propietario tenían relativa libertad de movimientos, y solían vivir en chozas muy sencillas, trabajando como pastores, pescadores o labrando la tierra. Además de los recursos que su propio entorno agrícola les proporcionara aleatoriamente, la base de su alimentación era el pan sin refinar<sup>957</sup>.

Pasamos a la gran familia de las clases populares urbanas, donde tenemos a los esclavos domésticos, que según sugiere K. R. Bradley, tendían a consumir riqueza más que a producirla, ya que sus servicios no estaban vinculados con la generación de ingresos<sup>958</sup>. Estos esclavos podían ser nacidos en casa, *vernae*, o podían haber sido adquiridos por cautiverio o de alguna otra manera. Ático, el amigo de Cicerón, solamente utilizaba para el servicio doméstico a estos *vernae*, nacidos y criados en su propia casa, parece que como signo de su moderación y sentido de la economía –Nep., *Att.*, 13, 4-. Las ocupaciones de estos esclavos eran muy variadas: eran desde médicos personales a porteros o peluqueras, e incluso había un sector entre ellos cuyas ocupaciones estaban vinculadas con la alimentación, como eran el *cocus*, *cyatho*, *ministrator*, *praegustator* o el *tricliniarcha*. Y en el entorno de la familia imperial podemos ver en la casa de Livia un número aún mayor tanto de actividades como de esclavos, lo que parece natural en la esposa del emperador. Entre ellos, y vinculados con la actividad de la alimentación: *Aquarius*, *atriensis*, *pistor*,

---

<sup>957</sup>K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 111.

<sup>958</sup>Según K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 15. Aunque había excepciones, como los esclavos que prestaban algún servicio propio de la vida en la ciudad, como los porteros y tejedores, los encargados de gestionar el alquiler de apartamentos o incluso los administradores –*Dig.*, 50, 16, 203-.

*caterer*<sup>959</sup>. Era frecuente que estos esclavos vivieran con mayor confort que las clases romanas libres, pero pobres, ya que hacían todos los posibles trabajos igualmente que estas, con excepción de la actividad militar, que estaba vedada a los esclavos. Incluso si estos esclavos eran manumitidos, podían seguir realizando la actividad a la que se habían dedicado anteriormente<sup>960</sup>.

Bajo el principado, según señala Morley<sup>961</sup>, el número de esclavos podría haber llegado al treinta y cinco por ciento de la población, lo que supone un porcentaje muy elevado, a tener en cuenta en especial por el consumo de alimentos necesarios para su sustento. Igualmente, señala este autor, que sus ocupaciones, con excepción de algunas muy evidentes, como pequeños grupos de trabajadores en las minas de plata de Hispania, sus ocupaciones, por lo inespecíficas no siempre están claras. Cuando las fuentes epigráficas dejan constancia de su ocupación, son habitualmente esclavos urbanos empleados en el servicio personal o involucrados en negocios, artesanía o en la administración imperial. En Egipto tenemos constancia de esclavos con ocupaciones como cocineros y otros dedicados al servicio personal (¿también de mesa?). Y en contraste, en Italia se utilizaban esclavos como agentes comerciales de sus propietarios, incluso como hombres de negocios. Por supuesto que la agricultura ocupaba a un gran número de ellos, aunque en cualquiera de los casos, que eran muy variados tanto en provincias como en la península itálica, desde luego, era obligación del propietario alimentar, vestir y cuidar a sus esclavos y tenían sus raciones de comida ajustadas y compuestas según la actividad, pero sabemos que principalmente consistían en pan o *puls*, agua, vino, aceite, sal y uvas, que era el acompañamiento –Plin., *Ep.*, 8, 16, 2; Sen., *Ad Luc.*, 47, 14; *Tranq.*, 9, 9-. Hemos visto como en el campo, Catón recomendaba añadir a la dieta ordinaria aceitunas, *altec* y vinagre, y Columela, por su parte manzanas y peras deshidratadas, incluso higos en el peor de los casos –Cato., *Agr.*, 56, 8; Colum., *R.R.*, 2, 9, 16; Plin., *N.H.*, 14, 10, 86-.

---

<sup>959</sup>Tablas anotadas por S. M. TREGGIARI, “Domestic staff at Rome during the Julio-Claudian period”, *Histoire Sociale* 6, 1973, pp. 241-255. Así como en K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, pp. 63 ss. Igualmente, según K. HARPER, *Slavery in the Late Roman World AD 275-425*, Cambridge, 2011, p. 104, el espectro de las actividades propias de los esclavos, incluía estas citadas anteriormente, y en especial el grupo de las vinculadas con la preparación de alimentos.

<sup>960</sup>Según K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, pp. 65 ss.

<sup>961</sup>N. MORLEY, “Slavery under the Principate”, en P. A. Cartledge y K. R. Bradley (eds.), *The Cambridge World History of Slavery*, vol.1, Cambridge, 2011, pp. 265-268.



Pero en la ciudad las cosas eran distintas, y la cercanía de las cocinas en las casas ricas para los esclavos domésticos, especialmente los que se dedicaban a esta labor, facilitaría su acercamiento a una alimentación variada y mejor, o suficiente. Incluso habría quienes podían aprovechar las sobras de las comidas que, como hemos visto en la alimentación de las élites, debieron ser abundantes. Esto se explica por los roles asignados a algunos esclavos, entre los que se encontraban aquellos que, como señala Harper<sup>962</sup> se ocupaban de ayudar en las cocinas (un trabajo pesado y duro) o de formar parte del equipo de cocineros, ocupaciones muy especializadas, con posibilidades reales de disfrutar de los ricos platos que preparaban para sus dueños.

Sin embargo, y a pesar de que esta era una posibilidad real en el caso de los más afortunados, los esclavos recibían su comida en forma de raciones. Estas se medían de acuerdo con las necesidades, con su esfuerzo físico y con la economía. Mientras a algunos se les alimentaba con raciones para un día, algunos podían disfrutar de alguna pequeña mejora. En este sentido, a veces, un esclavo bien alimentado levantaba sospechas de ser un favorito sexual. Lo que nos indica que el control sobre la alimentación (o no) era un importante arma de control, una forma de disciplina<sup>963</sup>. En cuanto a la obligación que los dueños tenían de alimentar a sus esclavos, a lo largo de la obra de Petronio observamos un comportamiento que va más allá de dicho deber.

Uno de sus personajes, Fortunata, la esposa de Trimalción, deposita en los esclavos de su propiedad un trato humano y afable, vigilando directamente la distribución de las sobras de la comida entre ellos<sup>964</sup>. Fortunata también se ocupaba de dispensarles las necesarias atenciones médicas, y si bien se trata de una figura literaria, refleja en el personaje a una persona respetuosa y compasiva con los esclavos de su propiedad -Petron., *Satyr.*, 54, 2; 67 3-. El mismo Trimalción, a lo largo del banquete, muestra un lado muy humano en su trato con los esclavos domésticos, incluso se preocupa de uno de los turnos de camareros que sirve la famosa cena, y que a pesar de la hora tardía aún no habían

---

<sup>962</sup>K. HARPER, *op. cit.*, 2011, p. 108.

<sup>963</sup>Como señala K. HARPER, *op. cit.*, 2011, p. 237.

<sup>964</sup>Por su parte, Séneca en el sentido opuesto a esta actitud, se queja de las innumerables peticiones de la servidumbre, que: “pide un vestuario y víveres, hay que cuidar de tantos estómagos de estos seres voracísimos, comprarles telas y vigilar sus manos rapacísimas... habituémonos, entonces, a poder cenar sin público y a estar esclavizados a menos esclavos” -Sen., *De tranquil.*, 8, 8-. Trad. J. MARINÉ ISIDRO, *op. cit.*, 2008, p. 347.

comido. Entonces, les conmina a que otros esclavos les releven con el fin de que los primeros tomen su alimento -Petron., *Satyr.*, 74, 6-. Un ejemplo cómo se producía aprovechamiento de los restos de los banquetes por parte de los esclavos, nos la proporciona Apuleyo, quién retrata a Lucio convertido en asno y cómo sus amos, un panadero-pastelero y un cocinero, hermanos ambos, aprovechaban todas las sobras de la casa de su dueño -Apul., *Met.*, 13-. Los restos de los banquetes eran exquisitos: trozos de cerdo, de pollo, de pescado y carnes de todo tipo, panes, pasteles, buñuelos, anzuelos y lagartos<sup>965</sup>. Eran banquetes con grandes aportes de proteínas e hidratos de carbono y pocas verduras, legumbres o frutas, y que este conjunto social de esclavos tomaba en las ocasiones festivas, como sus dueños, aunque la base alimentaria de los últimos era sin duda el cereal. Entre los sectores populares los más protegidos desde el punto de vista de la dieta fueron aquellos esclavos domésticos que vivían en casas ricas, más aún los que se encontraban vinculados a tareas de carácter culinario.

---

En general, factores que perjudicaron a otros sectores

*Dueños y esclavos* sociales, a estos no les afectaron tanto, por ejemplo, la temporalidad que fue el factor de lucha constante en el Sistema alimentario de la Antigüedad, afectaría especialmente a los sectores más desfavorecidos, sobre todo si estos no tenían un protector, llámese poderes públicos o protectores privados. Algunos amos especialmente vigilantes con su dieta personal y con la de sus esclavos hacían las mismas comidas que ellos. Estas podían consistir en alimentos a veces más que simples, por ejemplo habas, conocidas como comida de pobres, algunas verduras, algo de tocino y vino para beber, con el que siempre acompañaban las comidas ya fueran modestas o suntuosas -Hor., *Sat.*, 2, 6, 63-67-. Resulta delicado generalizar en este aspecto, ya que no existe una conducta típica, sino que la casuística es variadísima, y va desde las escasas raciones de los esclavos de Catón a los excesos narrados por Séneca, o incluso a los cuidados excesivos -aunque ficticios- proporcionados por la esposa de Trimalción<sup>966</sup>.

---

<sup>965</sup>Estas dos últimas denominaciones -anzuelos y lagartos- corresponden a diferentes tipos de pasteles que imitaban esas formas concretas, como señala el traductor de la obra, y que corresponden al original en latín *hamos* y *lacertulos*, L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, p. 299.

<sup>966</sup>Como señala K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 89, ya que la situación -y por tanto la alimentación- de cada esclavo dependería en primer lugar de su función, de su relación con el

Hay excepciones en cualquiera de los extremos, y como conocemos que la estratificación de la sociedad romana llegaba a tal punto que la calidad de la comida y el vino servidos dependía de la categoría del huésped, ocurriría algo similar en lo relativo a los esclavos. Es decir, habría comidas específicas para ellos, como el queso de Luna<sup>967</sup> que señala Marcial, y que estaba destinado al consumo servil: *Caseus Lunensis: caseus Etruscae signatus imagine Lunae praestabit pueris prandia mille tuis* –Mart., *Sat.*, 13, 30-.

O incluso, dentro de una comida entre los esclavos de una misma casa, podía ocurrir que, al igual que pasaba en las mesas de las élites, unos pudieran disfrutar de manjares succulentos mientras para otros sólo había mala calidad y escasa cantidad, circunstancia en la que según señala Plinio, se invitaba a una afrenta, no a una comida –Plin., *Min.*, *Ep.*, 2, 6-. Es decir, mientras en condiciones óptimas, en las que había comida para todos, los más poderosos dejaban patente en las comidas las diferencias sociales entre unos y otros invitados, el hambre hacía tabla rasa, porque perjudicaba a todos los ciudadanos, de todas clases, sin compasión por libres o esclavos, como destaca Tácito –Tac., *Ann.*, 3, 54, 5-. Para K. R. Bradley, los esclavos tendrían una ventaja frente a los ciudadanos libres: ellos debían ser alimentados porque eran dependientes de sus propietarios, así estos últimos debían prever su seguridad. El precio de esta –relativa- seguridad era no disponer de la propia libertad<sup>968</sup>.

P. Garnsey<sup>969</sup> comienza uno de sus trabajos señalando que “griegos y romanos, ricos y pobres, estuvieron obsesionados por la comida”, lo que, efectivamente, era cierto. La única forma de sobrevivir era buscar el alimento diaria e incansablemente, con todo cuidado para continuar con vida. A pesar de que ésta obsesión fue un hecho innegable en la

---

propietario y con el grado de responsabilidad de cada uno de ellos. Por su parte, para R. C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, pp. 208-209, esta fidelidad podía ser por una parte auténtica lealtad, o simulada, y en cualquiera de los dos casos, se tenía asegurado el favor del amo. Y además contempla la posibilidad de que el esclavo llegara a sentir auténtico afecto hacia un amo al que obedecían y para el cual trabajaban, y que en muchos casos podía ser preferible seguir siendo un esclavo que ser liberado.

<sup>967</sup>Queso elaborado en *Luni*, ciudad de Italia, cerca de la actual La Spezia, y famosa por sus quesos. Que también son citados por Plinio, quién comenta que eran singulares por su gran tamaño –Plin., *N.H.*, 11, 97-.

<sup>968</sup>K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998a, p. 92. J. EDMONSON, “Slavery and the Roman Family”, en P. A. Cartledge y K. R. Bradley (eds.), *The Cambridge World History of Slavery*, 2011, vol.1, Cambridge, p. 341, señala por su parte, que incluso en momentos de dificultad, algunos esclavos elegían fidelidad a sus amos hasta la muerte. Realmente esto implicaba un vínculo de difícil explicación en una relación amo-esclavo, incluso un acto de libertad.

<sup>969</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, p. XI.

Antigüedad, la sociedad romana estuvo relativamente bien resguardada de grandes hambrunas y períodos de escasez según este autor. Esto se debió al excelente control de los recursos y de la producción agrícola, también sobre el comercio de alimentos, e incluso a una organización eficaz de los mercados. Todos ellos fueron factores por los que consiguieron mitigar -aunque no suprimir definitivamente- las hambrunas. Por otra parte, la alimentación puso de manifiesto las diferencias entre distintos grupos: niños y adultos, mujeres y hombres, romanos y bárbaros y por supuesto, reflejó un orden social, en el que se diferenciaban activamente pobres y ricos con diversos estamentos intermedios<sup>970</sup>.

En las ciudades, el panorama era muy distinto al rural y en ellas, los grupos socialmente desfavorecidos encontrarían más facilidades a la hora de alimentarse que en el campo. Alföldy<sup>971</sup> señala que las líneas divisorias entre la *plebs urbana* y la *plebs rustica* eran muy evidentes, más evidente aún al ponerla en comparación con la estructura de las capas sociales superiores, entre las que se desconocía dicha separación. Incluso, señala Alföldy, era evidente la opinión general del diferente nivel cultural entre habitantes del campo o de la ciudad en los términos *urbanitas* y *rusticitas*.

---

*Beneficiarios de la  
annona en Roma*

---

En Roma, la *annona* pública corrigió en parte estos problemas realizando repartos de trigo o harina, pero en otro sentido propició que una gran cantidad de población rural activa se trasladara a la capital, abandonando el cultivo de las tierras.

Se trata de un hecho constatado por Augusto, y que le disgustó enormemente. Sin embargo, la costumbre del reparto de alimentos se había convertido en algo inevitable y se tuvo que seguir llevando a cabo -Suet., *Aug.*, 42-. Fuera de Roma, los miembros de las élites locales, actuando como evergetas y especuladores a un tiempo, facilitaban al pueblo el acceso al grano a un bajo precio. El evergetismo *annonario* se encontraba a cargo de un servicio de abastecimientos que se veía reforzado en momentos de

---

<sup>970</sup>Para M. MONTANARI, “Food Systems and Models of Civilization”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999b, p. 71, la comida diferenciaba a los hombres romanos de los bárbaros: así el pan, el vino y el aceite eran signos de una sociedad civilizada, mientras que los bárbaros eran descritos como una especie de nómadas, cazadores y recolectores, frente a aquellos hombres capaces de producir sus propios alimentos. Además, el cultivo de la tierra implicaba sedentarismo, otro motivo de diferenciación frente a los bárbaros, y también el hecho de sentarse en un banquete, por la naturaleza sedentaria de la fiesta.

<sup>971</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 196.

necesidad con la ayuda de estos ciudadanos destacados, notables locales que aportaban fondos para la compra de cereal o lo entregaban a bajo precio<sup>972</sup>. E. Melchor Gil señala que el evergetismo, al cubrir las necesidades básicas de la plebe, fue un método muy eficaz para disminuir la tensión social<sup>973</sup>. Así, el alimento se convirtió en un arma efectiva para mantener la paz social, no solamente en el medio urbano, sino que también facilitó que la población campesina accediera a algunas de las ventajas de la civilización. La ciudad en el mundo romano fue el instrumento que proporcionó coherencia a la sociedad, actuando como centro de enlace entre el mundo rural y el urbano. Por ejemplo, actuaba como mercado y centro de redistribución de los bienes producidos en el mundo rural, y proveía a la población de ciertos servicios, como es el caso de los anteriores. En ese marco, las relaciones urbanas y rurales fluirían fácilmente, y su presencia afectaría al hinterland urbano creando lo que P. J. Goodman denomina “zonas de influencia<sup>974</sup>”. También tuvo una faceta femenina, directamente asociada con el ejercicio del sacerdocio, ambas actividades reservadas a las elites locales, y cuyas liberalidades eran reflejo de las actividades de las mujeres de la familia imperial<sup>975</sup>.

La *annona* permitió el gran abastecimiento público de alimentos en Roma, convirtiéndose en una de las instituciones más importantes del Estado, cuya ocupación principal era proveer de alimentos básicos a la gran masa de población que vivía en la *Urbs*<sup>976</sup>. Gracias a las distribuciones annonarias, las personas beneficiadas accedían –por lo general- a una cierta cantidad de trigo –en forma de cereal, de harina o de pan-, que cubría las necesidades básicas de alimentación. Sin embargo, la cantidad de grano que recibía cada beneficiario de la *annona* era pequeño: una ración de cereal que correspondería a la preparación de un kilo de pan al día, que si bien podría ser suficiente para una persona, no lo era para una familia, y recordemos que los beneficiarios eran únicamente los cabeza de

---

<sup>972</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1999, p. 32.

<sup>973</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1999, pp. 66-67.

<sup>974</sup>P. J. GOODMAN, *The Roman City and its Periphery*, Oxford, 2007, p. 40.

<sup>975</sup>Como señala S. MEDINA QUINTANA, *op. cit.*, 2014, pp. 176-190.

<sup>976</sup>Sobre el significado, organización y funciones de la *annona*, ver A. SIRKS, *op. cit.*, 1991, pp. 10-24. Durante los primeros tiempos de la República, Roma se abasteció en su hinterland del grano necesario para el abastecimiento. Posteriormente otros territorios, según avanzaban las conquistas, se convertirían en el granero de Roma, como sucedería con Sicilia –Liv., *Ab urb.*, 22, 37; 23, 38, 13; 24, 21, 9; 26, 23, 32-. Finalmente las provincias facilitarían el tan necesario grano. P. GARNSEY, *op. cit.*, 1988, pp. 185-186.

familia<sup>977</sup>. Desgraciadamente, a la vez que la administración solucionaba el problema del abastecimiento, creaba un conflicto paralelo, que llegó a detectar el propio Augusto<sup>978</sup> - Suet., *Aug.*, 42-. Este consistió en una importante falta de estímulo para producir ya que, al tener cubiertas sus necesidades básicas, las clases populares fueron abandonando progresivamente el cultivo del campo<sup>979</sup>. Además de este problema de producción, la facilidad para alimentarse sin tener que trabajar –aunque sólo fuera lo más básico–, condujo a la existencia de grandes masas desocupadas en la ciudad de Roma con todos los conflictos que llevaba consigo una situación así<sup>980</sup>. Era un problema anterior a la llegada de César al poder, ya que en aquel momento se estimó el número de beneficiarios de la *annona* en 320.000, número que él redujo a 150.000<sup>981</sup>. Sin embargo esta última cifra debió

---

<sup>977</sup>Según los cálculos de P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, pp. 103 ss., corresponderían a unas 670.000 personas en época de Augusto. No cabezas de familia, sino beneficiarios de estas distribuciones, todos ellos *plebs urbana*, sin contar esclavos, extranjeros y otras familias no beneficiadas. Este autor señala la falta de previsión de las autoridades “Da la impresión de que no siempre disponía de reservas apropiadas, aunque conseguía suministrar grano en casos de apuro ejerciendo presión sobre los propietarios y distribuidores particulares”.

<sup>978</sup>Esta institución, presente tanto en Roma como en provincias, se vería reflejada a través del esfuerzo tanto de los magistrados como los notables locales, quienes realizaban actos de evergetismo en la Bética y Lusitania. Se enfrentaban no solamente a la posible hambruna, sino también a las revueltas de la plebe que ya habían estallado en otras ciudades, en época altoimperial. Disponemos de datos sobre *duunviros* que aportaron dinero a la *annona* municipal para que esta pudiera adquirir cereal, o bien en otro caso, los precios del trigo bajaran, facilitando así su adquisición a más personas en mayor cantidad. Estas ayudas fueron consideradas tan valiosas que posteriormente se realizaron homenajes a los evergetas. J. F. RODRÍGUEZ NEILA y E. MELCHOR GIL, “Evergetismo y *cursus honorum* de los magistrados municipales en las provincias de Bética y Lusitania”, en C. Castillo García; F. J. Navarro Santana; R. Martínez Fernández (eds.), *De Augusto a Trajano. Un siglo en la Historia de Hispania*, Pamplona, 2001, pp. 149-151.

<sup>979</sup>Según P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 19, en tiempos de Augusto, la ciudad de Roma era “una ciudad parásita... que se alimentaba del potencial humano y la riqueza de Italia y... de las provincias”. La afluencia de personas de todos los puntos del Imperio, la inmigración de campesinos pobres, fue notable, creciendo la ciudad “en los dos siglos que precedieron a Augusto”. Así, fue necesario organizar las costosas distribuciones de grano, ampliar las obras públicas y financiar las numerosas diversiones de la capital.

<sup>980</sup>Sobre este problema social ver J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1999, pp. 151 ss. Una situación a la que J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1989, p. 261, denomina “El régimen del ocio”. Juvenal y Suetonio habían detectado esta situación, el pueblo había perdido su interés por la política, extremo bien descrito por Juvenal en su célebre “pan y juegos en el Circo”, o por el propio Augusto y Suetonio, recogiendo datos del anterior, quién “superó a todos sus predecesores en la frecuencia, variedad y magnificencia de sus espectáculos” -Iuv., *Sat.*, 10, 75; Suet., *Aug.*, 43-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 334. Trad. R. M<sup>a</sup> AGUDO, *Suetonio. Vidas de los doce césares*, Madrid, 1992, p. 229.

<sup>981</sup>Naturalmente, los abastecimientos, y existencia de beneficiarios de la *annona*, estuvieron en relación con la población total de Roma, que pudiera ser, en época de Augusto, de un millón de personas, según P. GARNSEY, *op. cit.*, 1991, p. 103, (incluso, opina este autor, algo más). Por su

elevarse con gran rapidez, ya que posteriormente Augusto se vio obligado a rebajarla a 200.000 -Suet., *Iul.*, 41-.

Por otro lado, la existencia en Roma de un sistema público de abastecimientos alimentarios como fue la *annona* requirió la presencia de cargos específicos, que se encargaban directamente de su gestión. Asimismo, debido a su complejidad, fue necesaria la existencia y aplicación de una legislación concreta al respecto y diversas actuaciones administrativas competentes ocupadas de organizar las infraestructuras relacionadas con sus actividades. A partir del 22 a.C., estos deberes fueron competencia exclusiva de los *praefecti frumenti dandi*, que por otra parte, eran cargos creados con esta única obligación<sup>982</sup>. Existieron diversos cargos administrativos en relación con la *annona*, el mismo Augusto en su etapa más joven se ocupó de proveer a Roma de grano durante una crisis alimentaria provocada por la acción de una plaga y de inundaciones en el Tíber –Aug., *Res gest.*, 5-. Otros cargos vinculados con ella fueron la dirección de las puertas de entrada de trigo a la ciudad, unos lugares en los que existía un gran tráfico comercial como fue el puerto de Roma, Ostia, al que arribaban una enorme cantidad de mercancías. En concreto, en Ostia, se creó a partir del siglo III a.C. el cargo de *quaestor Ostiensis*, de competencias fundamentalmente *annonarias*, lo que nos habla de la necesidad de administración y organización de unas importantes remesas de alimentos llegadas a Roma,

---

parte J. CARCOPINO, *op. cit.*, 1989, p. 23, aumenta dicho número hasta un millón y medio. Ver también K. HOPKINS, *op. cit.*, 1981, pp. 98-99. P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, pp. 104-105, por su parte, proporcionan las cifras de abastecimientos necesarios de trigo para esa magnitud de población.

<sup>982</sup>Sobre este cargo y sus atribuciones, ver G. RICKMAN, *op. cit.*, 1980a, pp. 270-271. Por su parte, O. GONZÁLEZ, CAMAÑO, “Un caso de respuesta al problema del hambre: Roma y la *annona*”, en J. M. Delgado Ribas y J. Ibáñez Fanés *et alii* (eds.), *Antoni Saumell i Soler: Miscel·lània In Memoriam*, Barcelona, 2007, p. 279, señala las atribuciones de este prefecto, que podemos resumir en: (1) Adquisición de grano de las provincias en forma de tributo, compra o confiscación (2) Pago de los servicios prestados por los transportistas privados y por el almacenamiento (3) Control del grano transportado a Roma, tanto el de origen público como privado. Sobre el prefecto de la *annona*, ver J. CHURRUCA ARELLANO y R. MENTXACA ELEXPE, *Introducción histórica al Derecho Romano*, Bilbao, 2015, pp. 132-133, quienes señalan que fue un cargo creado por Augusto en los años 6 y 7 a.C., cuando se hizo necesario para solucionar graves problemas de abastecimiento. En el desarrollo de su ejecución, estos cargos se hicieron permanentes y absorbieron algunas funciones de los *aediles curules*. D. FAORO, *L'amministrazione dell'Italia romana. Dal I secolo a.C. al III secolo d.C.*, Milano, 2018, pp. 55-57, destaca que el colegio de los ediles se subdividía en tres tipos: ediles curules, ediles de la plebe y ediles *cerialis*, y que los ediles curules eran una magistratura superior al resto, con derecho a portar la *toga praetexta* y al uso de la *sella curulis*.

y también del tipo de distribución realizada<sup>983</sup>. Ostia tuvo un papel fundamental en el abastecimiento *annonario* romano a partir de finales de la República, que continuó realizándose ininterrumpidamente hasta el s. II d.C.<sup>984</sup>.

La *Praefectura annonae*, era la institución ocupada de abastecer Roma de grano, obligaciones que J. Remesal Rodríguez sugiere que eran aún mayores, con una doble misión: abastecer tanto al ejército como a Roma, no solo de grano, sino de todo tipo de producto necesario. Es decir, sus obligaciones irían más allá de las *frumentationes*<sup>985</sup>. Y para ello se crearía el cargo administrativo más importante en relación con esta actividad, el *praefecti frumenti dandi*, magistrado encargado de la distribución de alimentos -Aug., *Res gest.*, 5-. Anteriormente a Augusto este había sido un cargo extraordinario, propio de situaciones singulares como fueron las carestías, cuyas funciones de reparto y provisión de grano se encargaban a un magistrado. Y en realidad fue esta la situación vivida por el propio Augusto, como señala Casio Dión, el pueblo, por motivo de unas carestías, y afligidos por la enfermedad y el hambre, solicitó vehementemente que Augusto tomara la dirección del abastecimiento de trigo como prefecto<sup>986</sup> -Cass., Dio., *H. R.*, 54, 1, 3-4-.

---

<sup>983</sup>Sobre el *quaestor ostiensis*, ver F. COARELLI, *op. cit.*, 1994, pp. 36-43. Con respecto a la organización de dichas cantidades de alimentos para el abastecimiento público en época de Augusto, ver D. KESSLER y P. TEMIN, "The organization of the grain trade in the early Roman Empire", *Economic History Review* 60 (2), 2007, pp. 313-332.

<sup>984</sup>M. CEBEILLAC-GERVASONI, "Ostie et le blé au II siècle ap. J.C.", *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, 1994, p. 48.

<sup>985</sup>Según presenta J. REMESAL RODRÍGUEZ, "*Providentia et Annona: Cum ventri tibi humano negotium est*", en F. Marco Simón; F. Pina Polo; J. Remesal Rodríguez (coords.), *Religión y propaganda política en el mundo romano. Actas de la reunión realizada en Zaragoza los días 5 y 6 de junio*, 2002, p. 121. A su vez, fue un cargo creado por Augusto a final de su gobierno, con un *praefectus annonae* al cargo de la oficina. Sobre esta prefectura, el trabajo de referencia de H. PAVIS D'ESCURAC, *La préfecture de l'annone service administratif impérial d'Auguste à Constantin*, Roma, 1976. Y también los de C. VIRLOUVET, *Tessera frumentaria. Les procédures de la distribution du blé public à Rome*, Roma, 1995. H. HÖBENREICH, *Annona. Juristische Aspekte der stadtrömischen Lebensmittelversorgung im Prinzipat*, Graz, 1997.

<sup>986</sup>Según O. GONZÁLEZ CAMAÑO, *op. cit.*, 2007, pp. 278-279, Augusto, que ocupó este cargo en el período que va del 6 a.C. hasta el 14 d.C., para ejercerlo se basó en los precedentes republicanos, disponiendo de poderes para requisar el grano de cualquier provincia con el único fin de poder abastecer a la ciudad de Roma. También G. RICKMAN, *op. cit.*, 1980b, p. 66. Trad. J. M. CORTÉS COPETE, *Dion Casio. Historia Romana, Libros L-LX*, Madrid, 2011, p. 225.



El problema alimentario que trató de solucionar la administración *annonaria* tenía por causa principal la gran concentración humana que existió en Roma, y por tanto, esta suponía una parte de sus innumerables necesidades. El problema era considerable para el abastecimiento ya que en sus alrededores no se producía la cantidad suficiente para el consumo de la población. La fuente alimentaria básica para los ciudadanos romanos era el trigo, cuyo abastecimiento principal serían Sicilia y el norte de África, aunque a partir de la Segunda Guerra Púnica decayó la cantidad de grano proveniente de estas zonas, lo que motivaría la búsqueda de suministros alimentarios en otros lugares. Para A. Ciarallo, la siguiente zona de la que se llevó trigo para la ciudad de Roma fue el sur de Italia, toda la rica zona vesubiana que era capaz de dedicar al cultivo cerealícola alrededor del cuarenta por ciento de su extensión total, aproximadamente mil km<sup>2</sup> de territorio<sup>987</sup>. Esta cantidad de grano pudo ser suficiente para una población de treinta mil personas, y aunque no fue bastante para mantener a la población total de Roma, sí supuso un importante apoyo en tiempos de decaimiento de la importación de trigo procedente de África. El trigo que se entregaba al pueblo no siempre estaba en forma de pan, sino que la *annona* lo adjudicó tanto panificado como sin moler, en forma de grano. Cuando se entregaba en forma de pan, se hacían unas hogazas que se horneaban con su propio salvado, de manera que el panadero provocaba que cada uno de los panes tuviera más peso con el mismo coste y cantidad de trigo.

Otro tipo de distribución pública en beneficio de los más desfavorecidos fueron las fundaciones conocidas como *alimenta*, creadas por emperadores o particulares y establecidas con un capital inicial para que con los intereses que se generasen se realizaran distribuciones de dinero destinados a costear la alimentación de grupos de niños y niñas pobres, y cuyas primeras actuaciones las podemos datar en época de Claudio o de Nerón<sup>988</sup>. Con los intereses del dinero depositado se compraba grano y se distribuía entre estos niños, y aunque los primeros *alimenta* instituidos formaban parte de la política estatal, pronto algunos

<sup>987</sup>A. CIARALLO, *op. cit.*, 1994, p.138.

<sup>988</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1999, p. 33.

ciudadanos ricos organizaron similares instituciones para alimentar a niños con fondos privados<sup>989</sup>.

Además de los canales estatales para el reparto de alimentos básicos, se desarrollaban otros repartos de carácter privado bajo distintas fórmulas, que conocemos como repartos evergéticos. Las distribuciones de alimentos como los banquetes se hacen para celebrar algunos acontecimientos familiares, en agradecimiento por haber sido nombrados para un cargo o el día que se entregaba algo a la comunidad o se era honrado con una estatua, para así garantizar la presencia de abundante público al acto. El aceite que se repartía era siempre perfumado y estaba destinado a su uso en los baños, y solía acompañarse de la apertura gratuita de las termas<sup>990</sup>.

---

### Crustulum et mulsum

---

Uno de los repartos evergéticos más comunes era el conocido como *crustulum et mulsum*. Se trataba de un doble reparto en el que se distribuían pan o galleta crujiente y vino mezclado con miel, o simplemente *panem et vinum*, aunque este último reparto corresponde a una época más tardía<sup>991</sup>, para los s. III y IV d.C. El *crustulum et mulsum* era un reparto conocido en época republicana que se consolidó en tiempo de Augusto, distribuyéndose de forma regular hasta el año 173 d.C., y desapareciendo después progresivamente. La calidad alimentaria de este reparto era bastante mediocre, y en él participaba la mayor parte de la población, por lo que preferentemente se entregaban al pueblo, mientras que los decuriones solían participar en banquetes más exquisitos. Era un suministro modesto destinado a los

---

<sup>989</sup>Según G. CHIC GARCÍA, “Trajano y el arte de comerciar”, en J. González Fernández (ed.), *Trajano, emperador de Roma, Actas del Congreso Internacional celebrado en Sevilla (14-17 septiembre, 1998)*, Roma, 2000, p. 83, las instituciones alimentarias tenían el objetivo de “proteger a la infancia para lograr su desarrollo”, para lo cual se ampliaron en época de Trajano las áreas de cultivo de trigo. El retroceso de la superficie de producción cerealística en Italia ya había preocupado a Domiciano, que intervino restando de la producción vitícola para aumentar la de cereal. Por su parte, W. ECK, *L’Italia nell’Impero Romano. Stato e amministrazione in época imperiale*, Bari, 1999, pp.154-160, señala la vinculación de varios emperadores con esta institución, desde Trajano hasta la mitad del s. III d.C., época de la que tenemos los últimos testimonios de su existencia, aunque se desconoce exactamente cuando se abolió. Además, según este autor, la existencia de los *praefecti alimentorum* (*op. cit.*, pp. 169-174), vinculados con el cargo de *curator viae Flaminiae*, o *Appiae*, o *Aemiliam*, sugiere que existía una circunscripción alimentaria vinculada con la propia vía.

<sup>990</sup>P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1997, p. 255, analiza en su obra el evergetismo en el mundo griego en distintos aspectos, como los participantes en estos actos, así como la financiación y la organización material de los banquetes de carácter evergético.

<sup>991</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1994, p. 116.

sectores populares<sup>992</sup>. Para J. F. Rodríguez Neila, independientemente de los dos productos objeto del reparto: “no hay mucha información sobre la calidad de los productos consumidos, una cuestión que dependería tanto de lo que el donante pensaba gastarse como del número de asistentes<sup>993</sup>”.

Varrón describe bastante bien el *crustulum*, como un bizcocho o pasta elaborado con gachas, que debía quemarse en su exterior y crear una costra superficial crujiente<sup>994</sup> –Varro., *Rust.*, 5, 22, 107-. Para ello se requería una plancha o un horno de gran tamaño si se iban a utilizar estos dulces para hacer repartos multitudinarios. Quizás hubiera diferentes calidades de *crustulum*, pero Juvenal nos deja claro que era una comida de esclavos: *Nos colaphum incutimus lambenti crustula servo* –Iuv., *Sat.*, 9, 5-. En Hispania no existe el testimonio de este tipo de reparto, por lo que quizás fuera una entrega de carácter local<sup>995</sup>.

Además de estos repartos de carácter benéfico, y de forma independiente a la celebración de banquetes privados, también se organizaban otros de carácter público, tanto religiosos como cívicos, para celebrar acontecimientos especiales. Por ejemplo, Quinto Arrio, personaje muy rico y contemporáneo de Cicerón, ofreció uno de estos en el año 59 a.C. para el público en general, dato que nos ofrece Horacio –Hor., *Sat.*, 2, 3, 87-. Resultó una celebración muy lujosa y costosísima, y el motivo era la conmemoración de la memoria de su padre, continuando con la tradición de banquetes funerarios en los que se compartía una especial cena entre familiares y amigos, y cuyos gastos sufragaban los herederos. Pero no siempre se celebraban a puertas abiertas, como este banquete de Quinto Arrio ya que los banquetes funerarios solían ser de ámbito familiar. En los banquetes públicos, como sucedía en los privados había un presidente de mesa el cual, siguiendo una antigua costumbre, pasaba la bebida al resto de los comensales en la misma copa con la que después se realizaba una ofrenda a los dioses –Varro., *Ling. Lat.*, 5, 122-.

---

<sup>992</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, pp. 24-41 y 71. Distribuciones de *crustulum et mulsum* cuyas beneficiarias son mujeres en: CIL V, 7920; IX, 3954; X, 5853.

<sup>993</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, pp. 64-65, señala que los *epula* estaban abiertos a toda la sociedad municipal (incluidos los decuriones y sectores populares) mientras que las *cenae* eran banquetes reservados a los decuriones, sin asistencia del *populus*. Y coincide en la diferencia social que representaban los repartos de *crustulum* y *mulsum*, y que “solían tener como destinatarios a los sectores populares”.

<sup>994</sup>Elaborado por unos panaderos especializados en repostería, como sugiere R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, p. 370. Esos especialistas en elaboraciones dulces también son citados por Séneca –Sen., *Ep.*, 56, 2-.

<sup>995</sup>Según E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1992, p. 337.

Otro asunto relacionado con la administración de fondos para las diferentes comidas era la necesidad de alimentar a los esclavos públicos. Y eran también los *duunviro*s los encargados de disponer una partida de gastos en el presupuesto municipal para su mantenimiento -*Lex Irr.*, 79-. Dentro de los banquetes públicos, como sucedió igualmente en el caso de los privados, existieron distinciones marcadas entre invitados, con todo un estricto protocolo que señalaba las diferencias entre diversas ceremonias y categorías de asistentes. Por ejemplo, entre *cena* y *epula*, S. Mrozek establece unas diferencias, señalando que la *cena* fue un tipo de banquete más honorable, de más categoría incluso, que los *epula*<sup>996</sup>. Sin embargo, las reuniones de las élites municipales tuvieron, más allá del propio alimento, motivos comunes de carácter político fundamentalmente, señalando la existencia de banquetes de carácter cívico, en los que existió un protocolo caracterizado por la tradición, que continúa hasta época tardía<sup>997</sup>. Incluso podemos comprobar la celebración de banquetes de carácter militar en los que participaban oficiales, decuriones y las autoridades al mando de las unidades militares, por ejemplo uno, celebrado en el s. IV d.C. a cuya cabeza estaba Magnencio y cuyo transcurso aprovechó para explicar su táctica militar<sup>998</sup> -*Zos., N.H.*, 2, 47-.

Independientemente de las distribuciones públicas, también tenemos a nivel privado, y vinculado con las relaciones clientelares propias del mundo romano, el reparto de la cotidiana *sportula*<sup>999</sup>, que en principio había consistido en un reparto de alimentos.

---

<sup>996</sup>S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, p. 38.

<sup>997</sup>Y también se producen en la República tardía, como señala L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, p. 75 ss. Tendremos en cuenta que al hablar de comidas públicas de carácter urbano hay que distinguir dos tipos: las costeadas con la *pecunia publica* y las ofrecidas y costeadas por los evergetas. Además, estaban las cenas celebradas en los *collegia*, los colegios sacerdotales, y otras. L. LANDOLFI, señala la estrecha vinculación entre el banquete y las aspiraciones políticas, lo que llama el “oportunismo anfitriónico”, en el s. I a.C., lo que vincularía a su vez la importancia concedida a los banquetes de carácter público en relación con el *cursus honorum*. De nuevo según L. LANDOLFI, el banquete constituye un instrumento esencial para la creación de los acuerdos electorales. Contra los excesos dispensados en estos banquetes, precisamente, clama Cicerón en pleno año 44 a.C. (según L. LANDOLFI), diciendo que son pródigos los que derrochan sus bienes en banquetes públicos, distribuciones de carne cruda... cosas que dejan un recuerdo muy efímero, como destaca este autor -*Cic., De off.*, 2, 55-.

<sup>998</sup>Magnencio, 303-353 d.C., fue un distinguido comandante a las órdenes de Constante, que se declaró emperador en Autun y se apoderó del Imperio de Occidente.

<sup>999</sup>Estas *sportulae* no tienen relación con las dadas por los evergetas a toda la comunidad cívica para conmemorar un acontecimiento destacado y como distribución sustitutiva de los *epula*, E. MELCHOR, *op. cit.*, 1994, pp. 121-125. Sobre la *sportula*, ver: R. P. DUNCAN-JONES, “Payment of Dinner-Guest at Rome”, *Latomus* 68, 2008, pp. 138-148. J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp.

Con el paso del tiempo se fue transformando en la desembolso de unas monedas, llegando a convertirse en el gran recurso alimentario de muchos ciudadanos romanos, que la recibían de su patrono cada mañana y que por la comodidad del recibimiento los fue transformando en personas con poca iniciativa y perezosas según señalan sus propios contemporáneos<sup>1000</sup>. Cuando aún se repartían alimentos, la *sportula* se distribuía en una cestilla que daba nombre al reparto, pero sufrió la transformación señalada a lo largo del tiempo, y como sería finalmente un reparto de unas monedas entre los clientes tras la *salutatio* matutina, se terminaría prescindiendo de la cesta<sup>1001</sup>.

**Sportula** La *sportula* era el medio de subsistencia de muchas personas en Roma, y en la práctica una pseudo-mendicidad que en épocas anteriores había tenido poco éxito<sup>1002</sup>. Poco a poco vamos percibiendo cómo aquellos cambios de costumbres se reflejaban en el Sistema alimentario en una doble dirección: por una parte, la existencia generalizada de una mayor fluidez en el acceso común a los alimentos básicos, y por otra parte, en la llegada de productos exóticos, a los que el acceso era más restringido.

Para los grupos de economía intermedia, la *sportula* suponía un ahorro o una forma de aumentar sus rentas, pero para los sectores populares frecuentemente representaba el sustento básico, el dinero con el que comprar el vestido, la casa y los alimentos -Iuv., *Sat.*, 1, 120-. Gracias a ella podían permitirse comprar en el mercado alimentos muy sencillos, productos del tipo de la col o el pan. Para P. Garnsey y R. Saller, la *sportula* no daba para vivir, y no era el sustento básico, sino más bien representaba la posibilidad de

---

433 ss. S. MROZEK, *op. cit.*, 1987. A. PASQUALINI, “Note su alcuni aspetti politici di un costume di época imperiale, le sportulae municipali”, *Helikon* 9-10, 1970, pp. 263-312. R. SALLER, “Personal Patronage under the Early Empire”, *Journal of Roman Studies* 77, Cambridge, 1982, pp. 198-199. Y sobre *sportulae* en la Bética romana, E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1994, pp. 121-125.

<sup>1000</sup>Según Suetonio y Juvenal, la plebe estaba de ordinario ociosa, y solo quería diversión y juegos -Suet., *Aug.*, 42, 1; Iuv., *Sat.*, 1, 95-100-. Ver J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1999, 85 ss. y 121. N. MORLEY, *op. cit.*, 2006, pp. 21 ss., insiste en este aspecto, que llevaría al pueblo a la ociosidad, al libertinaje y a una decadencia continua.

<sup>1001</sup>Juvenal describe la ceremonia de la *salutatio* matutina, que no solamente tenía lugar con el patrono y los clientes que dependían de él, sino además entre el patrono y libertos ricos, personas acomodadas que también recibían este reparto -Iuv., *Sat.*, 1, 95-135-. Sobre la *salutatio* y los clientes, ver C. DAREMBERG; E. SAGLIO; E. POTTER, *op. cit.*, 1877-1919, pp. 1443-1445.

<sup>1002</sup>Y que sin embargo, según M. I. FINLEY, *op. cit.*, 1986, pp. 107, en época de Justiniano, s. VI d.C., aún se conservaba su práctica como un gaje legal que “una horda de colectores de impuestos” desviaba y no llegaba nunca a la tesorería.

complementar la alimentación con un poco de grano o pan que se repartía diariamente<sup>1003</sup>. Se distribuía en sustitución de la antigua cena que el patrono daba al cliente, de forma que esas pocas monedas recibidas cada día a veces eran suficientes para mantener las necesidades básicas de estos últimos -Mart., *Epigr.*, 3, 7; 3, 30-. Los patronos tenían ciertas responsabilidades con respecto a sus clientes, en sentido alimentario, pero nunca los hacían iguales a ellos<sup>1004</sup>. Cuando además de monedas les ofrecían una cena, la comida de los patronos y la de los clientes no era la misma, las diferencias eran notables y los invitados se quejaban de esta prerrogativa -Mart., *Epigr.*, 3, 60-.

La clientela fue una institución típicamente romana, y los clientes iban por la mañana a visitar a su patrono y recibir las pequeñas cantidades habituales. Pero la *sportula* no solamente se distribuía entre los clientes pobres, sino también se repartía a otros que podían ser libertos acomodados, y cada uno, según su categoría, recibía cantidades diferentes, marcando así el estatus personal y social. Por las mañanas, las grandes casas eran un revoltijo de personas que esperaban la paga cotidiana. Juvenal los denomina *turbæ rapienda togatae*<sup>1005</sup>, que se disponía a recoger su paga diaria, pero solamente se les entregaba si se les reconocía e identificaba a cada uno de ellos personalmente -Iuv., *Sat.*, 1, 95-. Por su parte, las mujeres según Pomeroy<sup>1006</sup>, cuando recibían algún tipo de ayuda siempre era una cantidad inferior a la que recibían los hombres, ya que aunque eran ciudadanas no podían votar, por lo que incluirlas en los repartos hubiera significado reducir el reparto destinado los hombres, de quienes sí se esperaba el recíproco afecto hacia el benefactor.

Por su parte, el mundo de los clientes pobres, que eran invitados asiduamente a distintas cenas, y cuya ocupación fundamental era precisamente hacerse invitar para poder

---

<sup>1003</sup>P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, p. 181.

<sup>1004</sup>Para P. BROWN, "La antigüedad tardía", en P. Ariès y G. Duby (eds.), *Historia de la vida privada*, Barcelona, 1993, p. 234, esta realidad de la sociedad romana: "venía dada por el aplastante sentimiento de distancia que separaba a los notables -los bien nacidos-, de sus inferiores. La evolución más marcada del período romano fue una discreta movilización de la cultura y la educación moral encaminada a afirmar esa distancia. Las clases altas buscaban distinguirse de sus inferiores a través de una forma de cultura y de vida social cuyo mensaje más palpable era el de que no podía ser compartida por los demás". Y desde luego, uno de los modos de mostrar esa cultura y vida social, era el banquete y todo lo que aparejaba consigo.

<sup>1005</sup>"Turbamulta de gente togada". Trad. J. GUILLÉN CABAÑERO, *op. cit.*, 1991, p. 87.

<sup>1006</sup>S. B. POMEROY, *op. cit.*, 1999, p. 225.

comer, representó un universo distinto al de los clientes<sup>1007</sup>. Pobres también, los clientes más humildes estaban alimentados con los manjares de segunda clase que se repartían en las mesas de postín. El origen del fenómeno del clientelismo, de estas gentes que comían por cuenta ajena, se encuentra en Atenas, donde se consideraban personas sagradas, ministros de los sacrificios por debajo de la autoridad del sacerdote en las fiestas en las que se presentaban los diezmos en honor de Hércules, y en esta ciudad recibían una parte de la carne de las víctimas sacrificadas<sup>1008</sup>.

Cuando la figura del cliente pobre pasó al mundo romano, se ridiculizó y desprestigió, convirtiéndose en el aprovechado al que no le importaba ser el centro de burlas con tal de comer gratis. A veces comían en banquetes independientes, sentados y no recostados, lejos del resto de los invitados, y solían ser los bufones de sus comensales, contaban anécdotas, chismorreos, chistes, podían ser aduladores, o bien convertirse en el objeto de burla de los comensales. Tenían que representar un papel constante y paciente para conseguir asistir a los grandes banquetes, ya que no formaban parte de la aristocracia romana ni trabajaban. Encolpio hace una descripción de ese grupo de clientes, muy acorde a lo expuesto: *Sicut ficti adulatores cum cenas divitum captant, nihil prius meditantur quam id quod putant gratissimum auditoribus fore: nec enim aliter impetrabunt quod petunt, nisi quasdam insidias auribus fecerint: sic eloquentiae magister*<sup>1009</sup>.

---

<sup>1007</sup>Sobre el mundo de los clientes pobres y su origen dentro del contexto religioso griego, ver L. B. ZAIDMAN, "Ritual eating in Archaic Greece: *Parasites and Paredroi*", en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, 1999, pp. 196-203. Ateneo narra este origen, así como el origen del término, que se encuentra vinculado con aspectos de comensalidad sagrada en el mundo griego -Athen., *Deipnos.*, 234D ss.-

<sup>1008</sup>Según A. SOYER, *Food, Cookery and Dining in Ancient Times*, New York, 2004, p. 743, los clientes se comportaban de tres formas, según su estatus: unos eran los bufones, que mostraban actitudes grotescas, como la que explicita Ateneo en su obra: "Allí soy encantador y causo mucha risa" -Athen., *Deipnos.*, 235F ss.-. Otro tipo eran los pacientes, que sufrían diferentes tormentos por parte de otros invitados con tal de comer un poco de carne -Athen., *Deipnos.*, 239E ss.- Y un tercer grupo que eran bien tratados y se les mostraba cierto respeto, ya que eran gente con algún mérito personal -Athen., *Deipnos.*, 6, 235A; 239A-. Trad. L. RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, *op. cit.*, 2006a, pp. 51 ss.

<sup>1009</sup>"Los falsos aduladores que van a la caza de una cena entre la gente rica tienen como preocupación primordial pensar en lo que resulte más grato a sus oyentes; el único medio de conseguir lo que pretenden es efectivamente tender al oído ciertas trampas" -Petron., *Satyr.*, 1, 3, 3-4-. Trad. L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, Madrid, 1988, p. 31.

Finalmente, y con respecto a la calidad de las dietas en las clases populares urbanas, partiremos de la teoría de Garnsey, quién propone una hipótesis de trabajo basada en una serie de premisas que, de forma conjunta, darían respuesta a esta cuestión<sup>1010</sup>:

1-Determinar si la dieta de la *plebs urbana* era variada.

2-El trabajo como determinante de la dieta: tanto su naturaleza como el ingreso aportado por éste.

3-Las clases populares contaban con la ayuda pública para alimentos, consumidos en forma de cereales, legumbres, vino y aceite de oliva, todos ellos en sus variedades más económicas.

4-Las salsas de pescado, legumbres, pescados y algunos vegetales económicos eran accesibles a estas clases, aunque les estaban vedados tanto las variedades de calidad de estos productos como otros alimentos de categoría del tipo de la carne, huevos y quesos.

Los alimentos más consumidos eran el trigo, las legumbres -en forma de lentejas, guisantes y habas-, que eran fuente importante de calorías, pero también de proteínas vegetales. En cuanto a los tipos de verduras: coles, ajos, cebollas, nabos y puerros eran los más comunes y baratos<sup>1011</sup>. Con respecto al aceite de oliva, Garnsey sugiere que en el mundo mediterráneo se podían consumir unos veinte litros por persona y año. El vino se podía comprar a partir de uno o dos sestercios el litro, la mitad de lo que ganaba un trabajador sin cualificar, un precio lo suficientemente asequible. Independientemente de estos alimentos, el acceso a un huerto en los alrededores de la ciudad era relativamente sencillo y común, lo que dotaba a una familia modesta de un ingreso alimentario extra. El consumo de *garum* y salsas de pescado, también en sus calidades inferiores, mejoraba tanto la variedad como la calidad de la dieta, con un aporte de elementos nutricionales diferentes a los propios de la dieta vegetal. Y la primera referencia que tenemos de estas *salsamentum* viene de forma indirecta de Columela, quién tras describir la salazón del cerdo, añade que el mismo proceso se realiza para conservar el pescado en salazón<sup>1012</sup> –Colum., *R.R.*, 12, 55, 4-. La carne, sin embargo, se consumía menos regularmente. Y si bien se recibía en los repartos, sacrificios y ocasiones especiales, no era un alimento cotidiano para estos grupos.

---

<sup>1010</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 1999, pp. 240-245.

<sup>1011</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 49-53. Sobre estos ingredientes alimentarios vegetales en el recetario de Apicio.

<sup>1012</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2005, p. 35.



Incluso ocasionalmente, ellos no consumían las mejores piezas, sino carnes en forma de embutidos, salchichas y productos elaborados cuyo origen, con mucha frecuencia, era el cerdo.

Finalmente, Garnsey concluye que la dieta de la *plebs urbana* era suficientemente variada, en lo que coincidimos, mejorando dicha dieta en calidad y cantidad según mejoraban ingresos que la harían posible, y con ellos, la situación personal y las posibilidades alimentarias. Sin embargo, veremos cómo dentro de estas clases, existieron una gran variedad de situaciones relacionadas con el entorno social del individuo: beneficiarios de la *annona*, esclavos domésticos, hortelanos, hombres libres, con o sin recursos... Cada uno de ellos tuvo un diferente acceso a los recursos alimentarios, pero independientemente de las calidades gastronómicas, la calidad y variedad de las dietas fueron, al menos, suficientes. Desde luego, y según señala Alföldy<sup>1013</sup>, los grupos inferiores de la población urbana eran más homogéneos que los de las zonas rurales, y disfrutaban de una posición más favorable que las masas de campesinos: en la ciudad había más entretenimiento, y en general mejores posibilidades de vida. Incluso los miembros de estratos urbanos inferiores estuvieron autorizados a asociarse en *collegia*, que según este autor, podían favorecer la financiación para una mejor alimentación de sus miembros y un entierro digno. Desde luego, la *plebs urbana* de Roma estuvo abastecida de trigo, a menudo por parte del emperador, aunque también en momentos de carestía como la del año 32 d.C. en Roma, les afectaban especialmente –Tac., *Ann.*, 6, 13-.

## 2.2. La comida al aire libre, restaurantes y *thermopolia*

Este es el aspecto más lúdico de la alimentación popular, el mundo de los alimentos baratos, socorridos, comprados e ingeridos en la calle. Era comida barata, cómoda y capaz de sustituir a las preparaciones que no se podían elaborar en las casas porque, como hemos analizado anteriormente, era frecuente que estos edificios no estuvieran adaptados para cocinar<sup>1014</sup>. En la calle se vendían alimentos de todos los precios, se despachaban

---

<sup>1013</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 197-198.

<sup>1014</sup>Especialmente los pequeños apartamentos romanos propios de las *insulae*, lo que confirma P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 36. Aspecto que se refleja en los versos de Marcial, que anuncia a Julio Cerial una reunión en la que consumirán ciertos aperitivos fríos en su casa, pero sin embargo, no

carnes, más caras, o económicas aceitunas, y en las freidurías se hacían buñuelos y diversos fritos, según Marcial, estas actividades habían tomado las calles de Roma: *Abstulerat totam temerarius institor urbem inque suo nullum limine limen erat. iussisti tenuis, Germanice, crescere vicos, et modo quae fuerat semita, facta via est. nulla catentis pila est praecincta lagonis nec praetor medio cogitur ire luto, stringitur in densa nec caeca novacula turba, occupat aut totas nigra popina vias. tonsor copo cocus lanus sua limina servant. nunc Roma est, nuper magna taberna fuit* -Mart., *Epigr.*, 7, 61-.

Y además de estos productos, también se podían adquirir panes recién hechos, embutidos, incluso diversos tipos de queso, así como guisotes, e incluso el tradicional *puls*, un plato barato y saciante. Y para rematar el panorama de una comida completa, estaba el vino, que según Plinio se ofrecía en las *apothecas*. Las primeras *apothecas* se conocieron en Roma el año 121 a.C. Eran un tipo de establecimientos en los que se vendían vinos de diferentes calidades: *Apothecas fuisse et diffundi solita vina anno* -Plin., *N.H.*, 14, 94-. La oferta de esta serie de locales, vendedores ambulantes y comida al aire libre pregonada por toda Roma era muy popular y barata, pero también considerada vulgar, como señala Marcial, y no estaban frecuentadas por parte de la sociedad elegante. Eran los barrios del otro lado del Tíber, donde pregonaban la mercancía los vendedores ambulantes que preparaban garbanzos en remojo y salazones, y en cuyas calles los cocineros, roncós de tanto pregonar, vendían humeantes salchichas en las cálidas tabernas -Mart., *Sat.*, 1, 41-.

Hasta tal punto llegó a invadir el espacio urbano romano la venta de alimentos, que se promulgaría el edicto de Domiciano en el año 92 para impedir que ningún comerciante ocupara desordenadamente las calles de Roma, porque ocurría, como señala Marcial, que los tenderos habían obstruido estos espacios comunes -Mart., *Epigr.*, 7, 61-. Otros móviles vinculados con el edicto, además de los peligros de la desorganización física y de la facilidad para la delincuencia, fueron el desorden existente y la suciedad provocados por esta actividad y asociados a esa venta masiva y anárquica. Así, entre tan variopinto movimiento callejero, encontramos una cierta insalubridad y caos, por no hablar de la criminalidad. Después de este edicto, tanto los *thermopolia* como las freidurías ocuparían

---

podrá ofrecerle un menú completo -ya que carece de cocina propia-, tendrán que salir a tomarlo a la calle -Mart., *Epigr.*, 11, 52-.

su propio lugar de forma ordenada, al menos teóricamente<sup>1015</sup>. Aunque en Roma seguiría siendo una constante la práctica del consumo o recogida para comer en casa de comida preparada en las calles, donde la afluencia de gente facilitaba que estos negocios fueran prósperos.

Y no fueron los únicos ni los primeros establecimientos donde se dispensaba comida y bebida, encontramos antecedentes directos de estos tanto en Grecia como en Egipto. En el primer caso, recoge Aristóteles que Diógenes el Cínico contraponía las austeras costumbres espartanas con las concurridas y licenciosas tabernas de Atenas – Arist., *Rhet.*, 3, 10, 4-. En el caso de Egipto, es Estrabón quién habla de este tipo de establecimientos, refiriéndose en concreto a la zona entre Cánopo y Alejandría, donde había comida, bebida, donde hombres y mujeres bailaban juntos –Strab., *Geog.*, 17, 1, 16-17-. También Ateneo hace mención a los bailes y comidas de esta zona. Refiriéndose a la *Lagynophória*, fiesta en la que el populacho bebía y comía lo que llevaba de su casa, y se recostaban en lechos de paja, una fiesta vulgar, como señala este autor –Athen., *Deipnos.*, 7, 276B ss.- Se puede decir que la variedad de establecimientos en los que se podía adquirir alimentos era importante, según Ruiz de Arbulo<sup>1016</sup> e incluso existía entre ellos una alta especialización, desde casas de comidas a restaurantes de lujo, vinaterías o pequeños locales de venta. Según señala este autor, la *taberna vinaria* formaba parte del gran conjunto de tabernas, las cuales eran espacios comerciales que, de forma genérica, a partir del s. IV d.C., terminarían designando únicamente a la *taberna vinaria*, que a partir del s. I d.C era un local destinado a la venta y consumo de vinos al detalle.

---

La *salax taberna* de Catulo y Horacio –Catull., *Poet.*,  
37; Hor., *Ep.*, 1, 14, 20-, parte de un grupo de tabernas que  
*Tabernas atenienses* serían otros de los espacios donde se podía comer, beber y  
*y mediterráneas* comprar comida, en las que se adquiriría vino y bailaban las

---

<sup>1015</sup>Sobre los *thermopolia* y la forma de cocción y elaboración de alimentos en ellos (como lugares públicos destinados al ejercicio de la preparación y venta de alimentos) y además, sobre la presencia y uso de los hornos de pan en estos establecimientos y su arquitectura ver N. MONTEIX, “Cuisiner pour les autres: Les espaces commerciaux de production alimentaire à Pompéi”, *Gallia* 70 (1), 2013, pp. 9-26. Fue una queja constante la ocupación de las calles por las tiendas de cualquier tipo, y especialmente las freidurías –Mart., *Epigr.*, 7, 61-.

<sup>1016</sup>J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, “Los negocios de hostelería en Pompeya: *cauponae, hospitia et stabula*”, en S. Santoro, (coord.) *Emptor et mercator. Spazi e rappresentazioni del comercio romano*, Bari, 2017, pp. 153-154.

flautistas<sup>1017</sup> (en ocasiones eran prostíbulos de hecho). Esta se trata, según T. Kleberg de la actividad más difícil de definir. Parece espacio de venta, tienda, que podía presentar diferentes usos como: *Vinaria, argentaria, libraria*, y otros. Pero, opina este autor, que los textos latinos más antiguos proporcionan a la *taberna* el sentido de albergue<sup>1018</sup>, como por ejemplo observamos en Varrón –Varro., *Rust.*, 1, 2, 23-. En general eran espacios que podía frecuentar cualquiera, pero no se correspondían con espacios compatibles con hombres libres de categoría. Algunos de ellos serían muy criticados por asistir a estos lugares, Juvenal, por ejemplo, reprocharía a un político, el censor Laterano, por las noches perdidas en estos establecimientos, donde solo había vino y prostitución. Se entendía que los errores juveniles podían llevar a los hombres a estos vicios, pero el mismo Juvenal señalaba que se deben atajar pronto, cosa que al parecer no hizo Laterano, quien continuaría rodeado en estas tabernas de la hez de la sociedad<sup>1019</sup> –Iuv., *Sat.*, 8, 150-180-.

Los *thermopolia* son espacios bien identificados arqueológicamente, pero que en las fuentes encontramos solamente en cuatro ocasiones, como sugieren T. Kleberg y G. Fagan<sup>1020</sup>. Esto lleva al primero a las siguientes conclusiones: en primer lugar, que fuera uno de esos nombres griegos que hubieran utilizado los romanos<sup>1021</sup>. O que fuera un nombre popular utilizado en Roma en época de Plauto, o bien, que fuera una transcripción de los originales griegos y que se introdujera en Roma de esta forma, por lo que deduce T.

---

<sup>1017</sup>“Lascivas tabernas”, dice Catulo, Trad. A. SOLER RUIZ, *Cátulo, Poemas. Tíbulo, Elegías*, Madrid, 1993, p. 99. Por su parte, Horacio no se queda corto en la descripción, y así: “El burdel y el grasiento mesón”, Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 277.

<sup>1018</sup>T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 19 ss. En lo que coincide con F. GROSSI, “Bar, *fast food* e tavole calde: nomi e funzioni dei locali di ristoro nelle città romane dell’Impero”, *Lanx* 9, 2011, pp. 1-46, quién se queja de que: “Nella maggior parte delle pubblicazioni... è invalso l’uso delle parole *thermopolium* e *taberna* per indicare una qualsiasi rivendita di cibi e bevande calde, tuttavia: il primo non è corretto poiché risulta attestato solamente tre volte in letteratura e, in aggiunta a ciò, in un periodo ancora antico di formazione della lingua latina come calco dal greco, pertanto poco pertinente, mentre il secondo risulta essere davvero troppo genérico in quanto non é caratterizzante una specifica attività bensi rende solo esplicita la connotazione commerciale di una struttura...”

<sup>1019</sup>Como señala J. P. ALCOCK, *op. cit.*, 2006, pp. 128 ss. eran centros de actividad comunal, y la gente podía estar en ellos durante bastante tiempo siempre que comieran o bebieran algo, por eso eran lugares de encuentro de las clases pobres urbanas. Las personas de élite que asistían a estos establecimientos, arruinaban definitivamente su reputación –Apul., *Met.*, 8, 1-.

<sup>1020</sup>T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, p. 24; G. FAGAN, “Leisure”, en D. Potter (ed.), *A Companion to The Roman Empire*, Malden, 2006, p. 374.

<sup>1021</sup>Lo que se justificaría por haberse encontrado en las comedias de Plauto –Plaut., *Curc.*, 292; *Rud.*, 527; *Trin.*, 1013-.

Kleberg que en realidad el *thermopolium* no formaría parte dentro de la industria hostelera romana. Sin embargo, y como recoge G. Fagan, sí es cierto que independientemente de los nombres, los romanos de clase baja urbana conocieron en estos establecimientos, una fórmula de socializar, y de convivialidad, de la que, por ejemplo, en Pompeya han quedado bien preservados unos 120 espacios que cumplían estas funciones, en Ostia unos 83. En ellos, desde luego, no se podían sentar al modo aristocrático, reclinados, era necesario utilizar taburetes<sup>1022</sup> –Mart., *Epigr.*, 5, 70-.

Las *cauponae*<sup>1023</sup> y *popinae*<sup>1024</sup> también ofrecían alimentos calientes, y presentan funciones muy similares a los *thermopolii*<sup>1025</sup>. Las trastiendas de los primeros, sin embargo, eran nidos de prostitución y de juego clandestino, debido a lo cual nadie respetable se acercaba a estos establecimientos. Los tenderos podían vender comida en sus propios establecimientos o también prepararlas para banquetes privados o públicos, a manera de modernos catering. César dio un banquete en memoria de su hija, para cuya organización contrató a algunos profesionales que eran propietarios de estos establecimientos, confiando en ellos tanto la preparación como el desarrollo del banquete, ya que conocían perfectamente cómo organizar las comidas para un público numeroso y variopinto -Suet.,

---

<sup>1022</sup>Un análisis y descripción de estos lugares en Pompeya se puede encontrar en P. FOSS, *op. cit.*, 1994, pp. 178-303.

<sup>1023</sup>Lugares donde se vendía vino al público en general, para tomarlo en el mismo sitio, y también en el sentido de albergues. Poco a poco, estas actividades se van definiendo como independientes, para convertirse el albergue en *hospitium*, y el lugar de venta de vinos en *taberna*. También designa a la persona que atiende a los viajeros o les proporciona comida y bebida. T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 1-6.

<sup>1024</sup>Locales donde se preparaban y vendían alimentos guisados, aunque también bebidas, pero no actuaban como albergues, al contrario que las *cauponae*. T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 16-18.

<sup>1025</sup>Según F. GROSSI, *op. cit.*, 2011, p. 3, entre *popina* y *caupona* hay delicados matices, y las diferencias son difusas, ya que *popina* deriva de una raíz osca local y *caupona* de una raíz desconocida vinculada con el verbo *cauponor*, que quiere decir mercadear. Es de hecho, la *caupona*, una taberna en la que comerciantes de todo tipo venden sus productos, pero sobre todo en la que se venden vino y comestibles y además se da acogida a los viandantes (es decir, no es un lugar donde comprar, únicamente, sino donde estar). Por su parte, la diferencia entre *popina* y *coquina*, expuesta por este autor, sería que la segunda es el arte de cocinar y la primera es el edificio propiamente dicho, es decir, serían dos esferas de acción vinculadas con el alimento. Por su parte, para J. P. ALCOCK, *op. cit.*, 2006, p. 125, todos estos establecimientos tenían en común, independientemente de las particularidades de los edificios, y otras actividades que en ellos se realizaran, el que vendían comida fría o caliente, y bebida, ambas de baja calidad, asequibles y baratas. Y para J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, pp. 154-155, la diferencia entre ambos establecimientos es que la *popina* era la casa de comidas, donde se podía consumir platos elaborados, mientras que las *cauponae* serían albergues, independientemente de que ofrecieran también comidas.

*Iul.*,26-. Y estos no eran los únicos lugares de diversión, Cicerón habla de los *gurgustium* que parecen lugares especialmente siniestros<sup>1026</sup> –Cic., *Nat. Deo.*, 1, 9, 22; Cic., *Ad Pis.*, 6, 13-, y G. Fagan señala que eran lugares donde se vendían comida y bebida, pero al contrario de lo que sucedía en otros espacios de diversión, no ofrecían alojamiento<sup>1027</sup>. Por su parte, Ruiz de Árbula<sup>1028</sup> señala que *gurgustium*, *ganeum* y *ganea* eran tres tipos de lugares similares, subterráneos, lóbregos y ambientes de prostitución, coincidiendo con la perspectiva aportada por Cicerón.

---

### *Oferta de las tabernas*

---

En cualquier caso, y atendiendo a la oferta, sabemos que en estos espacios se tomaba vino de diferentes calidades, desde vino corriente a vinos de excelente calidad como Falerno o Amineo –CIL IV 3941; 1679; 3948-. En ellas, Virgilio cuenta que además de vino en barriles, que se servía en copas de fino cristal, había también quesitos curados en canastos de junco, ciruelas, castañas y manzanas. También uvas, moras y pepinos –Virg., *Cop.*, 10-24-. Y quizás otros productos crudos, como la leche –Calp., *Ecl.*, 4, 25-26-. Y platos calientes, como garbanzos tibios –Mart., *Epigr.*, 1, 103-. Desde luego, comidas muy calientes –Hor., *Sat.*, 2, 4, 60 ss-. E incluso casi todo tipo de platos, como anota Marcial: lechugas, huevos, caballa –Mart., *Epigr.*, 12, 19-. Es decir, una variedad de productos que van desde los crudos como frutas, verduras y ensaladas a los embutidos, incluso guisos y todo tipo de platos elaborados.

Quizás, como sugiere A. Dalby, coles de todo tipo aliñadas con vinagre y aceite, las que se tenían como previsoras de la embriaguez, y que podemos vincular con varias de las recetas ya ofrecida por Catón<sup>1029</sup>, entre las que encontramos la siguiente: “La col es la hortaliza que supera a todas. Cómela cocida o cruda: si la comes cruda, mójala en vinagre: hace digerir maravillosamente, hace buen vientre y su orina es sana para todo. Si quieres

---

<sup>1026</sup>Que según T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, p. 10, eran espacios paupérrimos, tenebrosos, angostos.

<sup>1027</sup>G. FAGAN, *op. cit.*, 2006, pp. 374.

<sup>1028</sup>J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, p. 156.

<sup>1029</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2000, p. 221, propone además como referencia un texto de Pollux, recogido en Suidas, sobre una cena en uno de estos lugares, que parece mucho más sofisticada que unas simples salchichas o un guisote, y que incluye un *triclinium* para recostarse, calabazas, rábanos con salsa de pescado, y lechugas y pepinos con *oxygarum*. Un tipo de embutido similar a la morcilla, pan blanco y ensalada aliñada con aceite; sardinas, venado, pollo, col en rodajas, mostaza y jamón, carne hervida, otra asada, faisán y tórtolas, tetillas de cerda con *altec* y cochinillo a la brasa. Además, miel para condimentar alguno de estos platos, ganso y encurtidos. Y para postre algo similar a un yogur con miel.

beber mucho y cenar a placer en el banquete, cómela cruda antes de la cena en la cantidad que quieras mojada en vinagre<sup>1030</sup>”. Macrobio, por su parte, detalla otras viandas propias de las tabernas, que se usaban para llamar la atención de los clientes: pequeñas cosas como botellitas de vidrio con huevos dentro, o rellenas con higadillos y cebollas, en algún líquido semi transparente, principalmente agua, vinagre o salmuera, en lo que parecen unas semiconservas que se podían consumir directamente –Macr., *Sat.*, 7, 14, 1-. Por su parte, Horacio, que se confiesa adicto a la taberna aunque arrepentido, finalmente, habla de los vinos que se toman en las tabernas, y de los grasientos mesones donde se guisa y se come a la vez –Hor., *Sat.*, 2, 7, 40; 1, 14, 21-.

Los excesos en la venta de comestibles, precios, y número de establecimientos debieron ser muy numerosos, hasta el punto de requerir una reglamentación estricta<sup>1031</sup>. Así, en época de Tiberio se regularía el coste de los víveres debido a los abusos en los precios, y según narra Suetonio también se impusieron severas restricciones a las tabernas y a todo tipo de lugares públicos, hasta tal punto que se prohibió la venta de productos de pastelería –Suet., *Tib.*, 3, 33-34-. Parece ser que fueron medidas que carecieron de continuidad, ya que Claudio tuvo que hacer algo parecido con respecto a las *popinas* –como Tiberio-, en las que se prohibiría vender carne asada y agua caliente. Y también en las tabernas en las que se reunía la plebe para beber, castigando a quienes no cumplieran la orden<sup>1032</sup>, y así: “Al ver que no se conseguía provecho alguno al prohibir que la plebe hiciera ciertas cosas si no se cambiaba antes su régimen de vida diario, acabó con las tabernas en las que se reunían para beber y prohibió que se vendiera carne asada y agua caliente. Y castigó a algunos que no obedecieron esta orden<sup>1033</sup>”. Suetonio aporta algunos datos más a este incidente, ya que

---

<sup>1030</sup>Cato., *Agri.*, 156. Trad. A. GARCÍA-TORAÑO, *op. cit.*, 2012, p. 208.

<sup>1031</sup>Sobre esta legislación, R. THIRKELL, *op. cit.*, 2014, pp. 127-128, señala que todas las leyes suntuarias promulgadas en Roma entre los años 215 y 18 a.C., se concentraron en aspectos vinculados con la comida y bebida. Este autor coincide en que Tiberio consideró innecesaria este tipo de legislación, por lo que no se tomaron acciones para la aplicación práctica de dicha ley. Por su parte, G. DARI-MATTIACCI y A. PLISECKA, *op. cit.*, 2012, p. 2, señalan la existencia de las *leges sumptvariae* o *leges cibariae*, las cuales limitaban la adquisición y el tipo de comidas. Según estos, la raíz de la cuestión era la consideración por parte de las autoridades de que la alimentación era una exposición directa del lujo, y que por tanto, requería la presencia de dicha legislación.

<sup>1032</sup>Esta prohibición estaba vinculada, como sugiere el texto, al veto que se hizo sobre el estilo de vida de los judíos, sus tradiciones y lo que Suetonio llama “ancestral modo de vida”. Con respecto al agua caliente, aqua calida, T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, p. 104 señala que se trataba de una bebida especial elaborada con agua tibia y vino, mezclados, un tipo de licor muy popular.

<sup>1033</sup>Cass., Dio., *H.R.*, 60, 6, 7. Trad. J. M. CORTÉS COPETE, *op. cit.*, Madrid, 2011, p. 555.

Claudio desterraría a un edil que había multado a los inquilinos de sus fincas que vendían alimentos cocidos (cocinados), en contra de la anterior ley. Desconocemos qué ocurrió finalmente ya que el propio Claudio retiraría a los ediles la supervisión de las tabernas, quizás por incumplimiento constante de sus obligaciones –Suet., *Claud.*, 38-. Por su parte, Nerón pondría de nuevo un límite a los gastos (como vemos, era una cuestión que no debía cumplirse), reduciendo las comidas públicas a distribuciones de alimentos –*sportula*- y finalmente, prohibiría que las tabernas vendieran ningún alimento cocinado, con excepción de legumbres y hortalizas. Suetonio aclara que antes de la promulgación de aquella ley se podían encontrar en las tabernas todo tipo de viandas –Suet., *Nero.*, 16-. Finalmente, Nerón “aunque prácticamente pasaba toda su vida en tabernas, prohibió que no se vendiera en ellas nada excepto legumbres cocidas y sopa de guisantes<sup>1034</sup>”.

Pero igual que se vendían vinos de diferentes calidades, también las comidas podrían ser variadas y de distinta enjundia, como nos demuestra el hecho de encontrar vinos de alto precio. Esto dependería del tipo de ciudad, de la categoría del propio establecimiento y del barrio donde se ubicara, así como de la oferta disponible. Y aunque vendieran pan como parte de una comida, en realidad, el pan se elaboraba en las panaderías, *pistrina*, y en las tiendas de dulces, *pistrina dulciaria*<sup>1035</sup>, con lo que se completaba el panorama y la oferta de una comida bien rematada y cocinada por entero en la calle<sup>1036</sup>.

Además de los locales con gran capacidad de negocio, como los anteriores, por Roma pululaba una multitud de vendedores ambulantes, que pregonaban su mercancía a pleno pulmón, los cuales se situaban especialmente a la entrada de los espectáculos, en los que se podía comprar vino, salchichas o buñuelos<sup>1037</sup>. Y también legumbres, no guisadas,

---

<sup>1034</sup>Cass., Dio., *H.R.*, 62, 14, 2. Trad. A. D. DUARTE SÁNCHEZ, *Dión Casio. Historia Romana. Epítomes de los Libros LXI a LXX*, Murcia, 2014, p. 54.

<sup>1035</sup>Bajo el término *pistrina*, como señalan M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 331, que es más amplio, “se entiende el lugar de procesado del grano, que comprende desde las complejas panaderías con espacio de molturación, cocción y venta del pan”. Por su parte, la *pistrina dulciaria*, según estos mismos autores, se diferenciaría de la primera además de la oferta final (*panificia*), en el tipo de harina utilizada, ya que la repostería y pastelería se elabora con harinas débiles, de menor contenido en gluten que las harinas fuertes de uso panadero. El conocimiento del *pistor dulciarius* con respecto a los procesos técnicos relacionados con el pan, era más complejo que el del *pistor*.

<sup>1036</sup>Según señala P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 35.

<sup>1037</sup>Los vendedores de salchichas son una constante en la literatura latina que encontramos incluso hasta época tardía: Zósimo (s. V d.C.) recoge la anécdota de un sirio que vendía salchichas en el mercado –Zos., *N.H.*, 5, 9, 1-.



sino tostadas para picar mientras se disfrutaba de los juegos y espectáculos, siendo los preferidos los guisantes, las habas y los altramuces –Hor., *Sat.*, 3, 2, 182-. En particular, los vendedores ambulantes de comidas calientes eran conocidos como *lixae*<sup>1038</sup>.

Sin embargo, aparentemente los romanos no conocieron los grandes o lujosos restaurantes<sup>1039</sup>, ni los hoteles, la comida en la calle estaba reservada a los que no tenían buenas casas a las que poder invitar a sus amigos. La hospitalidad, al menos en teoría, era una constante en las costumbres sociales<sup>1040</sup>, como nos muestra por ejemplo, Horacio, obligado por la sagrada ley de la hospitalidad a atender a un huésped, tanto si le agrada como si no, e incluso si “...un huésped que llegara a deshora<sup>1041</sup>”. En las casas de postín había hospederías abiertas para acoger a los viajeros, que a veces consistían en una simple habitación para la gente de paso, y otras, en consonancia con el carácter y la riqueza del dueño, eran auténticos hoteles<sup>1042</sup>. Trimalción tenía en su casa una hospedería con cabida para cien personas, de tal categoría que uno de sus amigos, cuando iba a Roma no dormía en la casa paterna, sino en la de Trimalción -Petron., *Satyr.*, 77, 4-. Pero también se utilizaban mucho los servicios de pequeñas hospederías, como la descrita por Horacio en su viaje con Mecenas hacia Brindis, durante el que descansa toda la comitiva, que también lo hizo en los aposentos privados de la villa de Cocceyo Nerva –Hor., *Sat.*, 1, 5, 45 ss-.

La sociedad que celebraba las cenas en domicilios privados era muy diferente a aquella que acudía a las *cauponae* y *thermopolia*, como atestiguan las fuentes. Juvenal

narra cómo la compañía de la gente que visitaba estos lugares era poco recomendable, estaba compuesta de asesinos, ladrones y esclavos fugitivos, verdugos y fabricantes de angarillas para muertos, borrachines... -Iuv., *Sat.*, 8, 173-. Pocas cosas peores se pueden decir del público que frecuentaba estos lugares

---

<sup>1038</sup>T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, pp. 14, e igualmente J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, p. 155.

<sup>1039</sup>Y aunque J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, p. 160, documentan la existencia de unos espacios de mejor calidad que las sencillas *cauponae*, donde había salones triclinares, que bien podían ser casas adaptadas o espacios para alquiler de habitaciones y quizás comida, y que denomina *hospitium*. Si bien señalan estos autores, que dicho término en este contexto describía la habitación donde se alojaban los invitados, finalmente expresaría una relación comercial, en la que se proporcionaba alojamiento a cambio de un pago.

<sup>1040</sup>N. BLANC y A. NERCESSIAN, *op. cit.*, 1992, pp. 209-210.

<sup>1041</sup>Hor., *Sat.*, 2, 2, 90. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 141.

<sup>1042</sup>Según expone T. KLEBERG, *op. cit.*, 1957, p. 12.

y de su entorno, excepto que allí todo era común, desde los vasos a los jergones e incluso las mesas... En ellas, las cantadas por Horacio *inmundis fervent allata popinis*<sup>1043</sup> se comían, como nos cuenta Séneca, platos calientes, a veces hirviendo, comidas saciantes, vulgares y consideradas, como a quienes las tomaban, platos de muy baja estofa<sup>1044</sup> -Sen., *Ad Luc.*, 51, 4-. Acudir a estos lugares era un signo de escasa distinción ya que quería decir que no se poseía una casa propia con cocina, y que la compañía que se frecuentaba si no peligrosa era al menos vil. Por su parte, Cicerón acusaba a Antonio y a Pisón de frecuentar este tipo de lugares, pero el emperador Nerón no se quedaría atrás y no solamente frecuentaría, sino que abusaría de ellas, y embriagado, al anochecer vagaba por los barrios y rompía las puertas de las tabernas -Cic., *Ad Pis.*, 8, 18; *Phil.*, 2, 28, 69; Suet., *Nero.*, 26-.

La misma personalidad de los taberneros se ponía en entredicho ya que el negocio de comidas ocultaba juego, prostitución y riñas, además de una estafa permanente ya, por ejemplo, solían aguar los vinos. A estos, Horacio los llamó *perfidus hic caupo*<sup>1045</sup>. Este aspecto oscuro y equívoco de los personajes que regentaban este tipo de establecimiento, lo retrata Marcial bajo el epígrafe, con calificativos que de nuevo se repiten: *Continuis vexata madet vindemia nimbis: non potes, ut Cupias, vendere, copo, merum*<sup>1046</sup>. Mientras que, desde otros espacios más amables con el cliente, como el que Ruiz de Arbulo sugiere a través la comparación entre el poema la *Copa Surisca* (La Tabernera) del *Appendix Virgiliana*, en el que se describe un jardín con cabañas, cenadores frescos, zonas sombreadas, arroyos y flores, bajo un emparrado, y ciertos espacios documentados en Pompeya en los que había lugares abiertos, con viñedos incluso, negocios pompeyanos donde se podía disfrutar de comidas elaboradas<sup>1047</sup>, tendrían clientes de mejor nivel como es

---

<sup>1043</sup>“Las inmundas tabernas”, Hor., *Sat.*, 2, 4, 63. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 166.

<sup>1044</sup>Con respecto al origen social de los visitantes de los establecimientos públicos de comidas y bebidas en Pompeya, ver J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, pp. 158-159, quién señala que debían pertenecer al grupo social más bajo y pobre. Siendo los administradores o propietarios de origen liberto o incluso griegos y orientales.

<sup>1045</sup>“El tabernero que engaña a la gente”, Hor., *Sat.*, 1, 1, 29. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 63.

<sup>1046</sup>“A un pérfido tabernero: El viñedo, azotado por las continuas lluvias, está empapado: no puedes, aunque lo desees, vender, tabernero, vino puro”, Mart., *Epigr.*, 1, 56. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, p. 53.

<sup>1047</sup>J. RUIZ DE ARBULO BAYONA y F. GRIS JEREMÍAS, *op. cit.*, 2017, pp. 175 y 160. Por su parte, W. JASHEMSKI, *A Pompeian Copa*, *Classical Journal* 59, 1964, pp. 337-349, detalla el poema vinculándolo con la vida en estos espacios. Con respecto a la forma de beber en Pompeya,

el caso de aquellos que podrían acudir al local del selecto *Gabinius*, citado igualmente por este autor.

### 2.3. Posibles patologías relacionadas con la alimentación de los sectores populares

Hemos ido analizando el alimento como centro de la actividad social, como motivo de *convivium*, como un placer grato a la vista y al paladar, incluso como fuente de riqueza, pero además de todo esto, es causa y fundamento de la salud, tanto de la buena como de la mala. Lo que analizaremos a continuación.

El alimento es pilar básico para la vida, no solo como fuente de energía, sino como parte de la salud. La falta de alimento es causa de malnutrición, desnutrición, hambre y fallecimiento, finalmente. Por otro lado, el consumo inadecuado de alimentos, tanto en lo que se refiere a la cantidad como a la calidad, causa igualmente desnutrición y provoca diferentes patologías vinculadas con los nutrientes esenciales que faltan en la dieta. Y una dieta no es cuestión ocasional, sino más bien la constancia o no en el consumo de diferentes alimentos, con sus patrones horarios y las formas en que estos se cocinan<sup>1048</sup>. Los médicos griegos y romanos conocieron la vinculación entre alimentación y salud, y tanto Hipócrates como Galeno y Celso sabían que el excesivo consumo de alimentos, o de alimentos no saludables, podían perjudicar la salud, incluso que la abstinencia de alimentos o la dieta líquida eran buenas en ciertas fases de la enfermedad<sup>1049</sup>. Hasta tal punto era importante,

---

*Desnutrición* que en el año 368 d.C., el emperador Valentiniano I decretó que debía haber un servicio médico gratis para los más pobres, que necesariamente incluiría cuidados vinculados con la dieta<sup>1050</sup>.

---

Las primeras y más graves patologías de los sectores populares hubieran podido ser precisamente el hambre y la desnutrición<sup>1051</sup>. En cuanto a la

---

en este tipo de espacios, A. VARONE, “Vini e mescite in area vesuviana. A proposito del bere a Pompei”, en G. Di Pasquale (ed.): *Vinum nostrum. Arte, scienza e miti del vino nelle civiltà del Mediterraneo Antico*, Florencia, 2010, pp. 216-227.

<sup>1048</sup>Sobre el hambre, la fisiología del hambre y el hambre en el marco de la nutrición humana, ver: G. VARELA MOREIRAS, “Importancia de la dieta en relación con la salud”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), 1999, pp. 601-626. N. RAMOS-IBÁÑEZ, “Hambre, saciedad y apetito. Su repercusión en el estado nutricional de los individuos”, en *Nutrición Clínica* 5 (4), 2002, pp. 296-308; F. CORDIDO CARBALLIDO, “Hambre y saciedad”, en F. Cordido Carballido (ed.), *Fisiología y fisiopatología de la nutrición. I curso de especialización en nutrición*, La Coruña, 2005, pp. 43-52.

<sup>1049</sup>Según señala F. P. CACCIAFOCO, *Food as Therapy. Elements of the History of Nutrition in Ancient Greece and Rome*, Castellazzo Bormida, 2012, p. 11.

<sup>1050</sup>Según recoge J. WILKINS, *op. cit.*, 2005, p. 67.

primera, los padecimientos que causa la hambruna prolongada comienzan con la desnutrición y en primer lugar se manifiestan visiblemente a través del agotamiento, tras el que se produce una falta de fuerzas y la avitaminosis, finalmente hay diferentes enfermedades que son manifestación de las anteriores causas. Por su parte, la desnutrición, es decir, la carencia de vitaminas y minerales para un estado adecuado de salud en el hombre, tiene una serie de efectos físicos y psicológicos que son clave durante la etapa de desarrollo infantil, y también lo son para la supervivencia del adulto<sup>1052</sup>. A lo largo de su vida, las primeras consecuencias de la desnutrición capaces de afectar a un ser humano son las padecidas a través de la madre, en la etapa fetal, las cuales pueden influir durante toda la vida del individuo, alterar el crecimiento y el estado de salud en general. Por otra parte, también la desnutrición que se produce de forma transitoria puede perturbar tanto el comportamiento como el rendimiento. Asimismo, las vitaminas y minerales tienen una relación real y directa sobre el sistema nervioso, y como consecuencia, también la tienen sobre la conducta, y de forma más general en el funcionamiento correcto del organismo del individuo. En caso de ausencia, esta tiene consecuencias graves sobre el comportamiento, disminuyendo igualmente la productividad<sup>1053</sup>.

Las situaciones dentro de este gran grupo tendrían una variabilidad importante, debido a que la casuística es en este sentido un factor impredecible, y no necesariamente las mejores situaciones sociales garantizaban una correcta higiene alimentaria. Como ejemplo de esta realidad, Horacio retrata a un rico muy tacaño que por falta de alimento se encontraba débil, casi hasta la muerte. Hasta tal punto era así que los días corrientes bebía *sapa*, quizás como las gentes más modestas e incluso, porque no, peor que ellos, y los días de fiesta bebía un vino ordinario y pobre, el de Veyes. El médico le urgía a alimentarse de inmediato en primer lugar y además, en cantidad, empezando por un nutritivo guiso de arroz, que además de que era un producto caro poseía una serie de características muy apropiadas para aliviar enfermedades gastrointestinales –Hor., *Sat.*, 2, 3, 142-157-. Aunque

---

<sup>1051</sup> Algo que Hipócrates conocía muy bien, y que equiparaba en su peligro para el ser humano con el exceso de comida, males distintos pero ninguno menos terrible que el otro –Hip., *Med.*, *ant.*, 9-.

<sup>1052</sup> A. CERNUDA LAGO, “Efectos de la alimentación sobre la conducta humana y social”, en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, 1999, pp. 264-276.

<sup>1053</sup> La explicación sobre el efecto de las vitaminas y minerales sobre la conducta y el sistema nervioso es un tema complejo que excede los propósitos de este trabajo. A. CERNUDA LAGO expone esta cuestión de forma clara en el trabajo ya citado, A. CERNUDA LAGO, *op. cit.*, Huesca, 1999, pp. 264-276.

la falta de alimento era un factor común en ambos casos, la diferencia con los sectores populares es manifiesta: el tacaño podía comer pero no quería, se lo impedía la avaricia. Por su parte, el pobre que padecía los efectos de una alimentación idéntica –en lo escaso de cantidad y calidad- sufría los efectos de su situación, pero no tenía acceso a otros productos mejores que pudieran aliviar sus dolencias. Esto nos muestra cómo las situaciones podían tener muchos matices, por lo que tendremos en cuenta la posibilidad de las clases rurales carentes de posesiones pero bien alimentadas en un entorno de riqueza agrícola.

Las posibles patologías podrían ser tan variadas como la falta de elementos que se acusaran en las dietas. Si hubiera escasez de elementos crudos y frescos, faltaría la vitamina C, y otras veces, con la deficiencia de proteínas, el hierro y el complejo B. Además, podían establecerse defectos en el consumo de vitaminas A, E, o minerales como el calcio. Era difícil que se produjera la falta de potasio en la dieta de los sectores populares en Roma, debido a lo extendido del consumo de cereal y a su alto contenido en este mineral<sup>1054</sup>. Con respecto a los restos humanos, hay factores muy concretos como señalan D. Brothwell y P. Brothwell, que proporcionan información sobre la nutrición de una población y su dieta, aunque el problema con que nos encontramos en el mundo romano es la escasez de restos de esqueletos debido a la preferencia que existió por la cremación frente a la inhumación. Sin embargo, esas deficiencias vitamínicas o incluso ciertos periodos de malnutrición en la infancia quedan grabados en los huesos largos a través de zonas calcificadas conocidas como Líneas de Harris. También los problemas dentales están vinculados con una deficiente nutrición entre otros factores<sup>1055</sup>.

---

<sup>1054</sup>Hipócrates y Galeno conocieron la ceguera nocturna, una deficiencia en el consumo de vitamina A, que se debe a la falta de consumo de carne y grasa animal en la dieta (muy propia de comunidades del Este, según D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, p. 180. Hipócrates recomienda una cura con hígado de vaca –Hip., *De vis.*, 7-. La falta de vitamina C, por su parte, se manifiesta en forma de escorbuto en sus casos más extremos. La falta de vitamina D origina enfermedades como la osteomalacia y raquitismo, y se debe a una falta de consumo de productos lácteos y grasas de pescado, –Soran., *Gynaec.*, 2, 43-45-. Y la falta de vitamina D producida por no consumir carnes, huevos o pescado o la cáscara de los cereales se manifiesta entre otras cosas en debilidad general. Sobre esta vitamina se conocía al menos, empíricamente, los efectos y ventajas de consumir el trigo entero, que producía panes oscuros y densos, de ahí que lo tomara Habinas, en el banquete de Trimalción y también los soldados romanos, en forma de *panis militaris* –Petr., *Satyr.*, 17, 2; Plin., *N.H.*, 18, 67-, según R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, p. 38. Sobre las deficiencias vitamínicas, ver D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp.179 ss.

<sup>1055</sup>D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 182-186.

Sin embargo, también es cierto que dentro de los sectores populares urbanos, y al no disponer durante todo el año de una variedad suficiente de productos frescos, no debieron ser raras las avitaminosis -carencias de vitaminas de cualquier tipo-. Hipócrates y Galeno conocieron la existencia de ceguera temporal producida por falta de vitamina A, el escorbuto, por falta de vitamina C y de consumo de frutas y verduras frescas. También la osteomalacia y el raquitismo, por falta de un suficiente consumo de vitamina D contenida, por ejemplo, en los aceites de pescado, las cuales son simplemente ejemplos de enfermedades que pudieron afectar a sectores populares romanos<sup>1056</sup>.

Las cosas se complicaban si la población se veía afectada por diferentes crisis. Se vivieron momentos de epidemias generalizadas y de hambrunas, las infecciones y los parásitos eran moneda común y la prevalencia de enfermedades dentales también estaría vinculada con la necesidad de una alimentación blanda<sup>1057</sup>. La otra posibilidad era la contaminación de los alimentos, siendo especialmente vulnerables el pescado y marisco en primer lugar, y en segundo lugar, la carne. Productos, que por otro lado, no eran fácilmente asequibles a toda la población, y al ser los más caros, también eran los que se destinaban más corrientemente a la élite, teniendo un acceso más ocasional o nulo en ciertos casos, los menos favorecidos<sup>1058</sup>. Esto, por su parte, sería un factor de riesgo para la ceguera nocturna y otras formas de deficiencia de vitamina A.

Por ejemplo, el latirismo, una enfermedad conocida por Hipócrates, afectaba a las poblaciones que consumían almortas con mucha continuidad –*latyrus sativus*-, o harina de

---

<sup>1056</sup>Según R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, p. 38.

<sup>1057</sup>Sobre los clients pobres en el mundo romano, ver P. MITCHELL, “Human parasites in the Roman World: health consequences of conquering an empire” *Parasitology* 144 (1), 2017, pp. 48-58. Por su parte, S. FOX, “Health in Hellenistic and Roman times: the case studies of Paphos, Cyprus and Corinth, Greece”, en H. King (ed.), *Health in Antiquity*, New York, 2005, p. 59, señala que el estudio de la salud en la Antigüedad se basa en diferentes campos de trabajo como son las evidencias humanas –coprolitos, análisis de contenido de letrinas y los propios restos humanos-. Y explica que las fuentes históricas son: “important for illuminating aspects of ancient health such as medical treatments”. Esta autora realiza un estudio sobre los restos de unas tumbas excavadas en Paphos, Chipre y Corinto, de época helenística. Insiste en los problemas bacterianos provocados por una higiene desconocedora de estos y sus causas, y presenta el análisis dental de una población de 275 individuos de Paphos y 94 de Corinto, así como las lesiones paleopatológicas, que no excluyen problemas vinculados con la alimentación como son la osteoporosis, anemia y líneas de Harris (indicadoras de estrés nutricional).

<sup>1058</sup>Por ese motivo, las técnicas de prevención eran numerosas: desde los mataderos, situados en las inmediaciones de las ciudades, a las técnicas de conservación, que comprendían ahumado, curado, salazones, y muchas otras que hemos analizado en el apartado “Técnicas de conservación”. Ver R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, p. 37.

almortas, y que basan su dieta en la almorta. Esta leguminosa posee unos aminoácidos que pueden ser tóxicos y que afecta al sistema nervioso central provocando rigidez y finalmente parálisis total en las piernas o bien al sistema óseo, que se conoce como osteolatrismo<sup>1059</sup>. Esta enfermedad afectaría a las poblaciones condenadas a consumir almorta por tenerla en su entorno y no disponer de otros recursos, siempre que compusiera la leguminosa, al menos, un treinta por ciento de su dieta –Hip., *Epidem.*, 4, 3-.

La infancia, más indefensa que ningún otro grupo de edad, padecería especialmente los problemas de la deficiente alimentación. Los niños pobres serían el colectivo más desfavorecido, que tendría que ser auxiliado por los programas de *alimenta* que permitían su supervivencia. Estaban extendidos por todo el Imperio, y Plinio el Joven, en época de Trajano, y una mujer conocida como *Caelia Macrina*, fueron benefactores, uno en Roma y la segunda en Hispania<sup>1060</sup> –CIL X, 6328; CIL V, 5262; Plin., *min.*, *Ep.*, 7, 18-.

Sin embargo, y en lugar de hacer una lista de enfermedades posibles y de las deficiencias que provocan, realizaremos una valoración general del estado de alimentación, y sin ser excesivamente optimistas en la calibración de la dieta, podemos decir que no siempre era nefasta. La sociedad romana se caracterizó por la estamentización reflejada en el desarrollo de un importante escalonamiento entre las posiciones socio-económicas de sus miembros. Esto ocurrió, como ya hemos visto, en la alimentación de las élites, un gran sector social en cuyo seno existieron distintos niveles, y por tanto, desiguales formas de alimentarse –tanto en cantidad como en calidad-. Pero esta estamentización no fue una característica exclusiva de las élites ya que los sectores populares también se identificaron con esta particularidad, analizada previamente y que les llevaría por tanto, a presentar diferencias en calidad y cantidad de alimentos consumidos según su posición.

---

<sup>1059</sup>Sobre el latirismo y la toxina que lo provoca, ver A. LÓPEZ DE CERAIN SALSAMENDI; A. GLORIA GIL; J. BELLO GUTIERREZ “Alimentos con sustancias tóxicas de origen natural: plantas superiores alimenticias” en A. M<sup>a</sup>. Cameán y M. Repetto (dirs.), *Toxicología alimentaria*, Madrid, 2012, pp. 191-209.

<sup>1060</sup>N. BORRAGÁN, *op. cit.*, 2000, pp. 45-49, detalla las diferencias con que afectaban a estos repartos el sexo de los beneficiarios, recogiendo datos de época de Adriano, en los cuales la dotación según el sexo es diferente (16 sestercios mensuales para los chicos y 12 para las chicas). E incluso en el porcentaje de unos y otras, ya que de 300 beneficiados, tan sólo 36 eran niñas. Y la edad límite para su recepción era de 18 años para los chicos y de 14 para las niñas. Esto último se debía a que la mínima edad legal para el matrimonio de la mujer, según esta autora, era de 12 años, y de 14 cuando se consideraba que eran aptas para concebir a hijos varones. Así, de los programas de *alimenta* se pasaba un matrimonio que se podía celebrar a edad casi infantil.

Dentro del gran sector que englobaba las clases populares tenemos el campesinado modesto, compuesto por personas que labraban su propiedad y se autoabastecían, y que aunque no alcanzaran una producción suficiente como para vender grandes cantidades de excedentes, no padecerían tampoco necesidades extremas. Entre los sectores sociales rústico y urbano, sin embargo, se produjo una disparidad alimentaria interna entre los miembros más ricos y los más modestos. En este sentido, dentro del colectivo urbano hubo grandes contrastes entre los extremos sociales, diferencias que no se produjeron de forma tan acusada en el medio rural. Así, y en cuanto a sus posibilidades de alimentación, el colectivo rural modesto se acerca más en su comportamiento alimentario al de los campesinos acomodados que al colectivo urbano. Plinio, por ejemplo, deja de manifiesto que esta situación se producía en la población de la Toscana y entre sus propios siervos. Poseía una preciosa villa en aquella zona en la que según el propio Plinio la población campesina era numerosa, anciana y saludable, y donde sus siervos, que por otra parte sí parecen ser un grupo especialmente privilegiado, estaban más sanos en aquel lugar que en ningún otro: “Por ello el número de ancianos en la región es muy grande: puedes encontrar allí abuelos y bisabuelos de hombres ya adultos<sup>1061</sup>”.

Las posibilidades alimentarias en el campo estuvieron condicionadas por distintos factores, en primer lugar por la existencia de una cosecha propia y variada, compuesta básicamente por cereal, legumbres, aceitunas, y hortalizas, y quizás con suerte cierta cantidad de uvas y con ellas vinagre y vino. En segundo lugar por la práctica de la ganadería a distintos niveles o por actividades complementarias como la caza y la recolección de productos estacionales<sup>1062</sup>.

La combinación de estos posibles recursos pudo generar si no una gran cantidad de alimentos, al menos la suficiente para vivir, así como variedad para satisfacer las

---

<sup>1061</sup>Plin., *min.*, *Ep.*, 5, 6, 6. Trad. J. GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 2005, p. 255.

<sup>1062</sup>Que podría comprender desde la apicultura hasta el cuidado y crianza de diferentes aves, ganado vacuno, ganado ovicaprino o porcino. Incluso la existencia de viveros de animales más selectos como los lirones o los caracoles y por supuesto, la combinación de varias de estas posibilidades. A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 350, recoge la posibilidad de que se contara con la recolección de alimentos silvestres, fuente de subsistencia para cazadores-recolectores de épocas anteriores, pero, por qué no, también en época clásica, especialmente en épocas de hambruna. Sobre alimentos silvestres comestibles ver J. FRAYN, “Wild and cultivated plants”, en *Journal of Roman Studies* 65, 1979, pp. 57-72. Incluso el propio Apicio presenta una receta elaborada con *herbae rusticae* –Apic., *De re coq.*, 107-.



necesidades calóricas básicas para la vida cotidiana. En este sentido, la variación alimentaria entre los dos extremos del espectro social rural, no fue muy acusada a pesar de la diferencia obvia entre calidades y cantidades de alimentos. La dieta estaba compuesta básicamente por productos de procedencia vegetal, no excesivamente transformados, y por el consumo ocasional de carne que provenía de la caza o del sacrificio de algún animal. Observando este panorama, por tanto, no podemos hablar de la existencia de un estadio de pobreza endémica, como señalan P. Garnsey y R. Saller<sup>1063</sup>, además debemos contar con la existencia de grupos sociales de extracción diversa que no necesariamente se encontraron mal alimentados<sup>1064</sup>.

Y dentro de un rango alimentario medio en el ámbito rural, observamos que los alimentos básicos y por tanto, los más consumidos, son los siguientes: el cereal, molido junto a su cáscara, se utilizaba para elaborar diversos tipos de pan, así como galletas<sup>1065</sup> o panes abizcochados y por supuesto, variedades de *puls*. Con respecto a los alimentos de procedencia vegetal, había verdura en abundancia, como el ajo, la cebolla, la lechuga o los puerros. Y también legumbres, que fueron unos de los productos más habituales, entre las que se encontraban garbanzos, guisantes, altramuces, habas o lentejas -Hor., *Sat.*, 2, 3, 182-.

---

<sup>1063</sup>Para estos autores, P. GARNSEY y R. SALLER, *op. cit.*, 1991, 119 ss.: “Es fácil dejarse llevar por el pesimismo cuando se habla de los problemas de subsistencia de los súbditos de Roma”. Y aunque señalan que los campesinos que se encontraban en el nivel de subsistencia eran vulnerables, explican además que: “también eran capaces de adaptarse y se valían de estrategias tradicionales, eficaces para sobrevivir”.

<sup>1064</sup>Según J. TONER, *op. cit.*, Barcelona, 2012, p. 11, la no élite formaba en el Imperio cerca del 99% de la población. Entre el 80 y el 85% de esta no élite, vivía en el campo, con un sustento directamente vinculado con la tierra, como arrendatarios, minifundistas, esclavos o peones. Del 15% de la población que conformaba la no élite urbana, entre un 30 y un 40% eran artesanos y similares, y el 50 o 60% restante eran jornaleros.

<sup>1065</sup>*Buccellata*, que según M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, *op. cit.*, 2014, p. 320, era: “una fórmula muy difundida durante las campañas militares”, y que para Amiano Marcelino: *Sed ut est difficultatum paene omnium diligens ratio victrix, multa mente versans et varia id tandem repperit solum, ut anni maturitate non exspectata barbaris occurreret insperatus firmatoque consilio XX dierum frumentum ex eo, quod erat in sedibus consumendum, ad usus diuturnitatem excoctum bucellatum* -Amm., *Hist.*, 17, 8, 2-. Igualmente, Casio Avidio: *Et praeter laridum ac bucellatum atque acetum militem in expeditione portare prohibuit et, si aliud quippiam repperit, luxuriam non levi supplicio adfecit* -SHA., *Cass.*, 5, 3-, y Pescenio Nigro: *Idem pistores sequi expeditionem prohibuit, bucellato iubens milites et omnes contentos esse* -SHA., *Pesc.*, 10, 4-. Desde luego, era una preparación conocida, fácil de transportar y no precedera.

También algunos frutos considerados vulgares como los higos, las uvas pasas, las manzanas o las aceitunas<sup>1066</sup>.

Por su parte, la condimentación se basó en la presencia de hierbas mediterráneas del tipo de la ajedrea, el romero, el tomillo y también el aceite, el vinagre, el *garum* y la sal. De forma más ocasional, y durante la celebración de las fiestas religiosas, se repartía carne de los sacrificios además de vino de baja calidad, que se consumía diariamente en buena cantidad mezclado con agua. A veces se introducía en la dieta algo de queso, huevos y grasas animales.

Si las cantidades fueron suficientes, el panorama de la alimentación de los sectores populares rústicos no fue ni mucho menos el de un sector insuficientemente nutrido. Antes bien, en muchas ocasiones la calidad nutricional de la dieta de estos sectores fue notablemente mejor que la de las élites, por el inferior consumo de proteínas y grasas animales, sumado a una superior cantidad de legumbres, verduras y cereales integrales y sobre todo, por el consumo de una cantidad menor de alimentos, que si bien es cierto que son vitales para la supervivencia, tomados en exceso deterioran la salud como dejaría de manifiesto Séneca –Sen., *Ad Luc.*, 95, 16-18-.

La *annona* entregaba pan o harina en cantidades suficientes para que la gente no padeciera hambre, pero no para que su alimentación fuera realmente óptima, nutricionalmente hablando. En su forma de alimentarse no solamente influyó la cantidad, sino la calidad de lo que se comía, y ambos términos fueron importantes para conseguir un estado equilibrado de energía y de salud. De nuevo, la vida en el mundo rústico, con la cercanía a las zonas productivas como campiña, ríos o bosques, no sólo favorecía la recolección, sino la crianza y producción de mil productos variados. Tanto de aquellos que eran producto del cultivo o de la crianza, como también esos otros que se obtenían de la recolección o la caza. Por ejemplo la captura de animales salvajes o incluso alimentos tan sencillos como las moras, tomadas como postre, que para Horacio fueron un alimento muy saludable para tomar durante el verano: “Pasará con buena salud los veranos el que ponga

---

<sup>1066</sup>La fruta de calidad, fresca, se consideraba un alimento exquisito y se ofrecía a los niños enrabiados para que se calmaran como si se tratara de una golosina -Hor., *Sat.*, 2, 3, 258-.

fin a su almuerzo con moras negras, cogidas del árbol antes de que el sol apriete<sup>1067</sup>” –Hor., *Sat.*, 2, 4, 22-.

\_\_\_\_\_ La calidad del agua, el que estas se consumieran  
*Calidad del agua* contaminadas y la abundancia de esta también se reflejaría en la  
\_\_\_\_\_ salud<sup>1068</sup>. Aunque en una ciudad siempre acechaban los peligros de  
los procesos industriales, bien conocidos por Plinio, y que probablemente afectarían con  
más facilidad a los miserables que vivieran en sus inmediaciones –Plin., *N.H.*, 33, 11, 122-.

Hemos visto también cómo un típico jefe de familia de época republicana, Catón, cuidaba la alimentación de sus esclavos, y desde luego, su profesión no era la de médico ni lo hacía por altruismo, sino por el conocimiento y convencimiento profundos de que sin suficiente cantidad de comida, los esclavos no serían productivos<sup>1069</sup>. Y ese era su gran interés. Catón tuvo una gran habilidad para supervisar la salud y el buen estado de sus esclavos, cuidando que no enfermaran ni estuvieran débiles. El esclavo era una posesión, formaba parte de un importante equipo de trabajo tanto a nivel doméstico como en las propiedades rurales, y Catón, como muchos otros propietarios de su tiempo, no hacía distinción alguna entre las distintas fuerzas productoras: un esclavo, un buey o un arado<sup>1070</sup>. También hay que decir que, naturalmente, era distinto el tipo de medicina que se aplicaba a las personas que a los animales, y que cuando una herramienta se rompía, un esclavo envejecía o enfermaba o cualquier animal se convertía en inservible, llegaban a ser elementos superfluos, una carga excesiva para el resto de la unidad de producción, la granja –Plin., *N.H.*, 26, 13-.

<sup>1067</sup> Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 164.

<sup>1068</sup> La importancia del consumo suficiente y abastecimiento de aguas de buena calidad era tan importante que Roma creó la figura del *curator aquorum*, un importante cargo en la ciudad, según R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, pp. 44-45. Por su parte, Frontino aseguraba la importancia del abastecimiento y distribución de agua suficiente para una ciudad, aspecto que también fue así para Vitrubio –Front., *Aquaed.*, 2, 65-75; 87; Vitruv., *De arch.*, 8, 6, 2-.

<sup>1069</sup> Aunque J. TONER, *op. cit.*, Barcelona, 2012, pp. 109-112, tiene palabras fuertes para describir esta actitud de Catón, precisamente por la prevalencia de su criterio de producción frente al humano. Analiza cómo los esclavos pudieron sobrevivir en una sociedad que los condenaba a una vida en carencia de libertad y con un enorme sufrimiento debido al muy común maltrato.

<sup>1070</sup> Según R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, p. 10. Por su parte, R.C. KNAPP, *op. cit.*, 2011, p. 172, aun de acuerdo con este criterio de producción matiza y trata de esclarecer las circunstancias de ese mundo en el que vivieron los esclavos romanos. Y señala la diversidad de vida de los esclavos en la Antigüedad, así como la ausencia de elemento racial.

Pero en el conjunto del mundo campesino, no debemos olvidar los alegres festines que disfrutaban los labradores, cuando las labores del campo se ralentizaban: “El invierno hace perezoso al labrador. Durante los fríos disfrutaban ordinariamente los labradores de lo que allegaron y con alegría se regalan entre ellos con festines<sup>1071</sup>” –Virg., *Georg.*, 1, 300-.

En conjunto, las posibles patologías de carácter alimentario que afectaban a los sectores populares estarían vinculadas con la escasez de alimentos, con su falta de variedad o el escaso consumo de proteína animal, ya que producirían efectos de desnutrición, malnutrición o hambruna. Y esta principal se vincularían diferentes patologías

---

*Patologías de carácter alimentario*

---

consecuentes con ese tipo concreto de alimentación. Pero no necesariamente la falta de riqueza conduciría a estas patologías, hemos visto colectivos serviles y entornos rústicos en los que no faltaba una alimentación suficiente y variada, que permitía la vida en buenas condiciones hasta la ancianidad. La dieta más común en este grupo consistía en guisos de cereales y legumbres como guisantes, habas y garbanzos. El cereal, principalmente trigo, entero, en forma de pan y *puls*, que daba panes oscuros y húmedos<sup>1072</sup>. Ocasionalmente, con motivo de algún reparto o fiesta, algo de carne, aceite de oliva y vino. Las verduras también formaban parte de esta alimentación, como principalmente lo hacían el ajo, la cebolla, el apio, los puerros, el perejil o la lechuga<sup>1073</sup>.

Sin embargo, no olvidemos la capacidad de invención y de elaboración de productos comestibles e incluso agradables con escasos ingredientes, o con ingredientes baratos, como las tortas comentadas por Galeno, que elaboraban tanto la gente del campo como los habitantes urbanos más pobres. Eran dulces sin levadura, que cocían en un *kribanos*, tras lo cual, y aún sin enfriar se introducían en miel caliente hasta que se saturaban de ella, y además había numerosas elaboraciones similares, preparadas con miel. Igualmente, había pasteles de buena calidad, y otros inferiores –Galen., *De aliment.*, 1, 2, 492-493-.

---

<sup>1071</sup>Trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *op. cit.*, 1990, p. 275.

<sup>1072</sup>Las diferencias entre los panes blancos y oscuros eran bien conocidas, en primer lugar porque producían un efecto laxante, como sabía muy bien el personaje de Petronio, Habinas –Petron., *Satyr.*, 17, 2-, y en segundo lugar por su capacidad nutritiva, como bien conocía Galeno, que dependía de incluir el grano entero, haciendo panes más pesados –Galen., *De aliment.*, 1, 2, 481-. También señala este autor que los habitantes más pobres de las ciudades tomaban unas tortas elaboradas con cualquier cosa que tuvieran a mano.

<sup>1073</sup>F. P. CACCIAFOCO, *op. cit.*, 2012, p. 35.

La cuenca mediterránea presenta multitud de elaboraciones propias de cocina “pobre”, que como paradoja, se han terminado convirtiendo en platos propios de la cocina tradicional –y muy valorados en la actualidad-, como son, en la cocina española platos similares a los señalados por Galeno: pestiños, hojuelas y distintos tipos de masa horneada o frita y rebozada en miel, que tienen paralelos en todo el Mediterráneo, desde Grecia a la costa española, desde el norte de África a la costa oriental. Sin menospreciar los problemas causados por las hambrunas, por la escasez de alimentos o su falta de variedad, nos posicionamos con la tesis de P. Garnsey y R. Saller comentada al principio del capítulo, y tendremos, además, en cuenta esa capacidad humana de extraer posibilidades alimentarias de muchísimos productos que en la confortable sociedad actual hemos olvidado<sup>1074</sup>.

---

<sup>1074</sup>P. GARNSEY; R. SALLER, *op. cit.*, 1990, p. 102.

### 3. La bebida

La bebida esencial para el ser humano es el agua. Después de esta, el resto de bebidas son disfrute, placer... pero no necesidad. Sin embargo, el agua, como decía Píndaro y recoge A. Dalby es la mejor bebida, más valiosa aún que el oro -Pind., *Od.*, 1, 1-. Sencillamente porque el agua representa supervivencia. Pero también en el mundo antiguo las aguas se contaminaban con facilidad, y aunque se desconocía el motivo, se sabía que hervida era segura<sup>1075</sup>. Sin embargo, a pesar de su importancia como elemento imprescindible para la vida, el hombre romano bebía vino, producto que presentaba unas connotaciones vinculadas con la cultura, con la superioridad cultural y con el placer. Y contaba con un espacio importante en el desarrollo de una sociedad, una bebida que era la más prestigiosa en el mundo romano. Por una parte, el cultivo de la vid en el Mediterráneo no era complicada, y el vino se podía conservar mucho tiempo, animaba el espíritu y evitaba el consumo de aguas contaminadas<sup>1076</sup>.

#### 3.1. El vino en la cultura romana

Una de las bebidas más antiguas, que nace de la fermentación del fruto de la *vitis vinifera*. Las primeras evidencias arqueológicas del vino se remontan a unos restos datados entre el 7400 y el 7000, en la aldea neolítica de Hajji Firuz, al norte de los Zagros, desde donde viajó hasta Asiria y Mesopotamia como bebida fundamentalmente destinada al consumo de sacerdotes y élites<sup>1077</sup>. Alrededor del 5000 a.C. llegó a Egipto a través del comercio con Mesopotamia, donde se cultivó, conociéndose muy bien las técnicas relacionadas con la viticultura y vinicultura. En el Próximo Oriente, alrededor del 3000 a.C., las sociedades de esta zona lo utilizaron por su capacidad de intoxicación, de inmersión en un estado de éxtasis relacionado con aspectos religiosos. Era la bebida que se usaba en las ceremonias sagradas para que el sacerdote tomara contacto con los dioses, por lo que su empleo tuvo restricciones religiosas y sociales en el Oriente Próximo.

---

<sup>1075</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 346.

<sup>1076</sup>Ver al respecto A. DALBY, *op. cit.*, pp. 350-351.

<sup>1077</sup>J. NEWMAN, "Wine", en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, pp. 730-737.

Otra de las rutas de expansión de la vid atravesó Anatolia hasta llegar a las islas del Egeo, donde la climatología favorecería enormemente su propagación y desarrollo. Las civilizaciones minoicas conocieron muy bien su cultivo, y comerciaron con el vino y otros subproductos relacionados. Después, los griegos fueron plantando vides a través de sus colonias en el Mediterráneo, creándose toda una cultura del vino a lo largo de las costas. Vinculados con esta actividad y además de los aspectos agronómicos, que se conocieron muy bien, aparecieron una serie de normas relacionadas con su consumo, con el momento y el lugar de la bebida. Además, se creó toda una tipología de recipientes para contenerlo y mezclarlo, que estableció a su vez una norma en cuanto a los tipos de mezclas y los porcentajes de alcohol y agua con que éstas se realizaban. En el mundo griego, la religión continuó estrechamente relacionada con el vino, si bien de una forma distinta a cómo se desarrolló en el Próximo Oriente. El dios griego Dionisos recibió un culto específico que después se transfirió a su homólogo romano, Baco, y que fue conocido por los romanos a través del mundo etrusco que a su vez lo recibió del griego<sup>1078</sup>. Efectivamente, bajo época romana la expansión y crecimiento del cultivo de la vid y del consumo de vino en todo el Imperio no tuvo parangón con épocas anteriores. Como en Grecia, el vino adquirió un contexto, unos usos y ritos especiales que determinaron su estatus social en el mundo romano.

En este apartado, y a través del análisis sobre la bebida en Roma, no vamos a estudiar el vino como producto en sí mismo, ni como componente de la dieta, aspectos que hemos tratado en otros capítulos de este trabajo. Vamos a establecer la forma en que se tomaba tanto el vino como otros alcoholes, y cómo esta sustancia formó parte de ciertos hábitos sociales, analizando los distintos grupos que lo consumieron. Finalmente, estudiaremos cuáles fueron las patologías relacionadas con el consumo de alcohol.

Sin lugar a dudas, el vino formó parte de la cotidianidad del mundo romano, y en sus distintas calidades lo bebieron todos los grupos sociales: esclavos, libertos, élites, nadie estaba excluido, con matices que estudiaremos<sup>1079</sup>. A pesar de su popularidad y consumo

---

<sup>1078</sup>Sobre el dios Baco vinculado con su homólogo Dionisos, y el concepto asociado con la inmoralidad y la embriaguez, ver A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 119. El dios tradicional del vino había sido *Liber Pater*, que era intercambiable con Baco.

<sup>1079</sup>Como nos muestran continuamente las fuentes, el vino era bebida común para todas las clases sociales y lugares, con la única diferenciación de la calidad y la cantidad de este. Por su parte Catón recoge incluso las cantidades de vino que se dará a los esclavos según la época del año, o la

común, fue una bebida destinada al sector masculino ya que las mujeres tuvieron ciertas restricciones en su consumo, aunque iremos viendo cómo fueron accediendo al consumo de vino a través del tiempo<sup>1080</sup>. Aunque les estaba prohibido su uso, lo bebían, y Borragán<sup>1081</sup> comenta cómo se vinculaba la constitución femenina con el consumo de vino, que tenía relación con lo que se consideraban bajo la mirada de la medicina tradicional constituciones cálidas o frías, y para ello se tenía incluso en cuenta la forma de beberlo. Plinio destaca el papel de Julia Augusta, Livia Drusila, esposa de Augusto, que falleció a los ochenta y seis años el 29 d.C., y que según este autor el secreto de su longevidad sería el consumo de vino de Pucino, una zona cercana a la desembocadura del río Timavo en el Adriático. Un caldo generoso que provenía de cosechas cortas y de mucha calidad –Plin., *N.H.*, 14, 60-.

Aunque el propio Plinio también señala la conocida prohibición del consumo de vino para las mujeres –Plin., *N.H.*, 14, 89-90-, señalando que Catón ya hablaba de esta proscripción, en el sentido de que eran los parientes directos quienes tenían el derecho de control sobre la mujer<sup>1082</sup>. Esta prohibición también la recogen Dionisio de Halicarnaso, Plutarco, Cicerón, Valerio Máximo –Dion., *Hal.*, *Ant. Rom.*, 2, 25; Plut., *Quaest. Rom.*, 6; Cic., *De re publ.*, 4, 6; Val., *Máx.*, 2, 1, 5; Gel., *Noct.*, 10, 23-, en idéntico sentido al de Plinio.

---

festividad –Cato., *Agr.*, 57-. También Petronio recoge cómo Trimalción daba de beber vino aguado a sus esclavos –Petr., *Satyr.*, 63, 13 ss.- Por su parte, Marcial, recoge diferentes aspectos del vino, en especial esta bebida como regalo de mejor o peor calidad, lo que se percibe perfectamente en sus versos –Mart., *Ep.*, 13, 6, 22, 106-125-. También sobre la mujer y el vino –Mart., *Ep.*, 1, 87-, o incluso sobre los vinos de diferente calidad servido a distintos invitados según su categoría –Mart., *Ep.*, 3, 49; 4, 85-. Con respecto a la prohibición del consumo de vino para la mujer –Plin., *N.H.*, 14, 89 ss.-Y cómo no, el vino corría en las mesas de los ricos libertos en casa de Trimalción, con el anfitrión ya embriagado –Petr., *Satyr.*, 52, 7, ss.-. Para A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, pp. 25 ss., la cantidad de vino que bebían en época imperial se puede establecer en grandes números, estableciendo en primer lugar que los ciudadanos libres consumirían una cantidad superior a la que Catón proporcionaba a sus esclavos, y en relación con otros datos, calcula que un hombre adulto podría beber algo más de 1 litro de vino diariamente.

<sup>1080</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 60, señala a partir del s. II d.C., la mujer tuvo mayor acceso al consumo de vinos, levantándose la prohibición que existía anteriormente. También resalta J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 72 que la mujer, en esta época, deja de consumir en exclusiva el *temetum*, el vino de primer prensado de la fermentación de uva sin terminar la maduración (y por lo tanto, sin azúcares y de baja graduación).

<sup>1081</sup>N. BORRAGÁN, *op. cit.*, 2000, pp. 114-115.

<sup>1082</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 170 señala que en esta prohibición se percibe una jurisdicción de grupo, en la que los familiares representaban la salvaguarda del respeto social y religioso.



Se conocieron innumerables variedades de vinos y de mezclas de éstos, y Marcial cita algunos como el de pasas, el vino con pez, el mulso, el vino de Alba, otro de Sorrento, el famosísimo Falerno, el vino de Setia, el vino de Fundos, de Trifolio, el Cécubo, el de Signia, el vino de los mamertinos, el que venía de Tarragona o de Nomento, el de Espoletto, el vino de los Pelignos, el de Marsella, el *Caeretanum* y el de Tarento, entre muchos otros a lo largo de su obra<sup>1083</sup> -Mart., *Epigr.*, 13, 106-125-.

---

*Tipos de vinos  
romanos*

---

Cada uno de ellos tenía su propio público dependiendo de la categoría del producto y de los gustos personales ya que había algunos vinos excepcionales, carísimos, otros para regalar a los libertos, y algunos de baja calidad, para la bebida cotidiana de los esclavos. Los agrónomos latinos dejan constancia de la importancia del caldo, y en sus tratados, además de la viticultura explican métodos de vinicultura muy exhaustivamente comentados. Columela, a lo largo de los libros tercero y cuarto de su obra, explica métodos de viticultura, desde el tipo de tierra apta para este cultivo y las variedades adecuadas a cada clima hasta la poda, la forma de despampanar o de renovar la vid. Con respecto a la viticultura, en su último libro, Columela también ofrece instrucciones, algunas de las cuales hemos comentado en apartados anteriores. Catón también presenta una serie de preceptos con respecto al equipamiento de un viñedo y métodos de viticultura en un estilo muy similar al de Columela -Colum., *R.R.*, 3; 4; Cato., *Agr.*, 11, 12, 13, 23, 24, 25, 33-.

Por su parte, Plinio dedica la práctica totalidad de su libro XIV al vino, y habla de cinco ochenta y cinco clases, a las que habría que sumar sus variedades, lo que duplicaría la cifra anterior -Plin., *N.H.*, 14, 150-. Es interesante observar cómo distribuye los tipos de vinos según su clase: cincuenta tipos de vinos generosos -Plin., *N.H.*, 14, 59-, treinta y ocho vinos generosos de ultramar -Plin., *N.H.*, 14, 73-, siete clases de vino salado<sup>1084</sup> -Plin., *N.H.*, 14, 77-, diecisiete clases de vino de uvas pasas, mosto cocido y vinos dulces -Plin., *N.H.*, 14, 80-, tres clases de vino común -Plin., *N.H.*, 14, 86-. Y además de esta

---

<sup>1083</sup>Y desde luego hubo lugares de producción concretos, regiones vinícolas a lo largo del Mediterráneo. A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 354-356 presenta mapas de las regiones productoras griegas y romanas, aunque en general todos los agricultores cultivaban con mayor o menor éxito sus propias vides con la intención del autoconsumo.

<sup>1084</sup>Estos vinos salados descritos por Plinio eran una fórmula conocida, que hemos analizado anteriormente, y que se utilizaba para fortalecer los caldos, añadiendo agua de mar o sumergiendo las ánforas de mosto en el mar.

clasificación habla de los vinos más famosos, como el Opimio, Falerno y aminneo, el de Quíos –Plin., *N.H.*, 14, 94-. En cuanto a los vinos hispanos, comenta como los más famosos los layetanos, los baleáricos y los de Tarraco y Lauro<sup>1085</sup> –Plin., *N.H.*, 14, 71-72-

El conocimiento expuesto por Plinio comienza en la vid, y él mismo reconoce que en esta planta se encuentra el inicio de las cualidades del vino –Plin., *N.H.*, 14, 8-, y que las noventa y una clases de vides y uvas proporcionan vinos en los distintos territorios que él recoge, detallando las cualidades y características de un buen número de ellas –Plin., *N.H.*, 14, 20-43-. Pero desde luego, además de esta clasificación general, se encontraban las variedades, una muy apreciada y antigua, con sabor a mirra, de sabor dulce –Plin., *N.H.*, 14, 92-93-, y los que Plinio denomina falsos vinos, de los que asegura hay sesenta y seis clases, que son cocciones de mosto, diluciones diversas con frutos y hierbas, y además los vinos cuyo origen no es la uva sino otra fruta, como los vinos de dátiles, de higos, algarrobas, peras, manzanas y otras frutas. Además un vino conocido como *mirtites*, otro *mirtidano*, *artomatites* y variedades diversas de todos ellos –Plin., *N.H.*, 14, 100-112-.

En realidad, podrían haber existido muchas más variedades, además de las citadas por Plinio, que es bastante exhaustivo, simplemente con las mezclas entre unos y otros, diluciones, concentraciones y añadidos, las variedades serían infinitas. La reflexión sobre este aspecto, más allá de lo anecdótico del número de vinos recogido por Plinio, nos conduce a observar que si bien Plinio muestra por un lado la cantidad de producción de vinos, la causa directa de esta producción sería la inclinación de los romanos por el consumo de vinos y por la búsqueda de nuevas variaciones de estos, con el fin de satisfacer modas o distintos gustos. Los vinos, por tanto, formaban parte de la cultura alimentaria de una sociedad que los valoraba como parte fundamental de su Sistema alimentario. A lo que deberíamos añadir un aspecto que señala el propio Plinio, y que es la capacidad reconfortante del vino en condiciones de consumo moderado. Si bien, el propio autor reconoce que los excesos en su consumo llevan a las personas a un estado de intemperancia<sup>1086</sup>, citando el comportamiento de Alejandro Magno, cuando, en estado de

---

<sup>1085</sup>Los vinos layetanos procedían de la región Layetana, entre las ciudades antiguas de *Barcino* y *Blanda*. Sobre los vinos hispanos, ver R. ETIENNE y F. MAYET, *Le vin hispanique*, Paris, 2000.

<sup>1086</sup>Con respecto a este estado de intemperancia, citamos como homenaje a nuestro bisabuelo M. VILLEGAS MONTESINOS, Rector de esta Casa en una fase de su etapa como Hospital de Agudos, y que era doctor en Medicina y Farmacia, y cuya Tesis Doctoral en Medicina, versó sobre “El peligro alcohólico”. En uno de cuyos apartados señala que hay un tipo de embriaguez

profunda embriaguez, mató a Clito –Plin., *N.H.*, 14, 58-. El mismo Plinio dedica un apartado completo a la embriaguez y a las consecuencias nefastas de este estado tanto para el sujeto como para las personas de su entorno, con aparición de la locura –Plin., *N.H.*, 14, 137-148-.

Los arqueólogos A. Tchernia y J. P. Brun, han realizado una reconstrucción de la cava y utilizado los métodos de recolección y vinificación romanos en una explotación vitivinícola en esta zona del Languedoc, en la ciudad de Tourelles junto a su propietario, H. Durand<sup>1087</sup>. Mediante las instrucciones de Catón y Columela (*vide supra*) fundamentalmente, han reconstruido el proceso vitivinícola completo, partiendo de los aspectos agrícolas -tierra, variedad de cepas- hasta los técnicos como la construcción del *torcularium* o incluso la fabricación de los imprescindibles *dolia* para la fermentación de vino, perfectamente impermeabilizados con pez. Es una reconstrucción arqueológica minuciosa y bien documentada, con vistas a obtener unos vinos lo más parecidos posible a aquellos vinos que se tomaron en época romana. *Mulsum*, *defrutum*, *turriculae*, son algunos de los productos transformados, mediante un tratamiento muy estricto y un procedimiento de elaboración meticulosa. El resultado son unos vinos dotados de características organolépticas muy diferentes a los actuales, más densos y especiados, aromáticos, pero su paladar sigue siendo agradable para los gustos de hoy.

El interés de la reconstrucción arqueológica de los procesos de viticultura y viticultura romanos en esta explotación se basan en primer lugar en que se encuentran en plena producción, y en segundo lugar en que nos demuestran la capacidad de los agrónomos romanos. En este caso se han seguido las instrucciones de Catón de haber dejado perfectamente explicados los procesos y las técnicas necesarias para poner en marcha una explotación de este tipo, y que técnicamente su realización ha sido factible.

---

“convulsiva o furiosa”, que ejemplifica precisamente en el comportamiento de Alejandro Magno en su ya conocido acto de furor provocado por la embriaguez. M. VILLEGAS MONTESINOS, *El peligro alcohólico*, 1910, Madrid, pp. 83-84 (Tesis doctoral publicada en 1915 en [«https://eprints.ucm.es/view/divisions/9142.html»](https://eprints.ucm.es/view/divisions/9142.html)).

<sup>1087</sup>Reconstrucción que hemos conocido personalmente, visible en algunas de las fotografías aquí presentadas, y que reflejan en su obra A. TCHERNIA y J. P. BRUN, *Le vin romaine antique*, Grenoble, 1999.

El vino tuvo una gran importancia en las sociedades de la Antigüedad, y particularmente en Roma. Gracias al conocimiento de las grandes cantidades de vino consumido, conocemos una serie de importantes movimientos económicos en su entorno, los cuales se explican precisamente por lo cotidiano del consumo de vino y por lo que representó en la cotidianidad romana. Sería el eje de una economía próspera, fomentando un comercio que enriqueció a muchos, incluso a personajes ficticios como a Trimalción, cuyas primeras operaciones comerciales estuvieron relacionadas directamente con esta bebida -Petron., *Satyr.*, 76-. El vino fue una bebida reconfortante, con propiedades excelentes para la salud, pero también con los problemas propios, que como señala Concha con respecto al vino y la salud: “El acto de beber tiene dos entes en presencia: el vino y la persona que lo bebe. Y los males del alcoholismo se deben a la persona, no al vino<sup>1088</sup>”. Este autor considera que el vino es un alimento digestivo y antiséptico, un medicamento sedante y antidepresivo y destaca la moderación como la cualidad más necesaria para consumirlo.

### 3.2. Aspectos sociales del vino

Hemos visto la existencia de técnicas diferentes para enriquecer los vinos y para transformarlos, siendo una de ellas la práctica de la concentración del mosto para producir posteriormente la fermentación, de forma que se consiguieran bebidas más espesas, algo pastosas y muy demandadas. También hemos visto que el vino se aromatizó con flores, especias, hierbas y frutos, convirtiéndose en lo que llamó Néstor Luján “peana alcohólica<sup>1089</sup>” de otros sabores. Además de aprovechar los distintos paladares de los vinos aromatizados, se sirvieron de las propiedades de otros elementos añadidos para enriquecer las cualidades del vino, las cuales tuvieron frecuentemente connotaciones medicinales<sup>1090</sup>. Era una bebida que abría el apetito, que tonificaba o sedaba, y que se utilizaba como

---

<sup>1088</sup>M. CONCHA RUIZ, *El Vino y la Salud*, Córdoba, 2000, pp. 37-41.

<sup>1089</sup>N. LUJÁN y FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1997, p. 25, matiza que la composición de los vinos griegos y romanos era compleja, mezclándose el alcohol con agua a la hora de servir, pero otros ingredientes como miel, tomillo, mirra, bayas de mirto, agua de mar, resina, sin contar con los vinos que se elaboraban con otros productos que no eran uvas.

<sup>1090</sup>El vino se utilizó como elemento para ayuda de medidas higiénicas y preventivas de muchas enfermedades. Según J. BEAUJEU, “Comienzos de la medicina alejandrina”, en R. Taton (dir.), *La ciencia antigua y medieval*, vol. 1, Barcelona, 1971, p. 432, Erasítrato colocó las prescripciones higiénicas muy por encima de la terapéutica, destacando de forma relevante las siguientes indicaciones: dietas especializadas, baños, masajes, ejercicio y consumo moderado y diario de vino.

antiséptico o antiviral. Incluso, en caso de que el agua fuera de dudosa procedencia, siempre era mejor tomar vino en lugar de ésta ya que así quedaba garantizado el consumo de líquido sin contaminar.

Sin embargo, el exceso en la bebida fue relativamente común en distintos colectivos sociológicos y en diferentes épocas, como observamos en el entorno griego, en el s. V-IV a.C. En la obra de Platón, *El Banquete*, se retrata a un grupo de personas que comen y beben en común. Pausanias, uno de los convidados, dice claramente y sin ningún pudor que la bebida del día anterior le había sentado bastante mal, y que suponiendo que a los demás también, proponía un “beber lo más cómodo posible<sup>1091</sup>” -Pl., *Smp.*, 176A-. Erixímaco, otro miembro del grupo, de profesión médico, decía, a pesar incluso de haber bebido en exceso, que gracias a su práctica médica había llegado a la conclusión de que la embriaguez era perjudicial para el hombre. Así, recomendaba a sus compañeros de mesa que no abusaran del alcohol, actitud moderada que él mismo pensaba mantener. Después de toda la noche de *symposio*, bebida abundante a pesar de todo y conversación apasionada, muchos de ellos durmieron apaciblemente debido a los efectos del alcohol muchas horas, hasta el amanecer. Mientras que otros dormían, Sócrates continuó la conversación hasta el alba, sin embriagarse ni llegar a adormecerse -Pl., *Smp.*, 223C-.

Además de bebida, el vino fue medicina utilizada por el colectivo médico por diversos motivos. En primer lugar por las cualidades que mencionábamos anteriormente, en segundo lugar, como desinfectante tanto del agua como en usos tópicos, y en tercer lugar porque el vino contiene una variedad considerable de pequeñas cantidades de vitaminas y minerales que son nutrientes importantes para completar una dieta, especialmente si esta es deficiente<sup>1092</sup>. Y aunque desde luego, entonces no se conocían las vitaminas o minerales ni

---

<sup>1091</sup>Trad. C. GARCÍA GUAL, *et alii*, *op. cit.*, 1988, p. 194.

<sup>1092</sup>Para F. P. CACCIAFOCO, *op. cit.*, 2012, pp. 69-70, es indudable la cualidad nutritiva del vino, hasta tal punto que debe ser considerado como un alimento aunque en estado líquido, desde luego. También señala este autor, F. P. CACCIAFOCO, *op. cit.*, 2012, p. 44, que para Galeno el vino era particularmente recomendable para las personas mayores, por su capacidad nutritiva. Por su parte, R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, p. 22, es de la misma opinión, ampliando su criterio a que los vinos constituían parte importante en la dieta de los enfermos. Y no solamente para ellos, sino que el vino formaba parte de los tratamientos utilizados por los médicos romanos, por su cualidades antisépticas, como señala el mismo autor, así como parte de la parafernalia de la preparación de

su relación con la salud, sí se conocieron sus efectos. Plinio sugiere el consumo de vinos de Sorrento para los convalecientes, por suaves y saludables –Plin., *N.H.*, 14, 64-. Por su parte, Hipócrates, utilizaba el vino como medicina para aliviar y curar diversas enfermedades, y especifica para qué enfermedades son mejores los diferentes tipos de vino –Hip., *Acut.*, 50-64-. En este sentido distingue el vino dulce, el tinto, el blanco, *oximel* o hidromiel, así como los vinos suaves o fuertes, incluso destaca la importancia de la cantidad en su consumo. También Hipócrates diferenciaba las horas en que presumiblemente sienta mejor, señalando que es tan importante utilizado como medicina interna o externamente, ya que al contener una cierta cantidad de alcohol es un desinfectante eficaz. También se utilizaron los vinos preparados con otras frutas, no solamente con la uva, sino con otros productos, dando lugar a bebidas como el vino de cebada, el de hierbas, de uvas pasas, el orujo, el vino de trigo, de alazor, mirto, granada y otros más, cada uno como remedio para enfermedades concretas y bien perfiladas.

En el mundo de las élites, lejos ya de la aplicación medicinal del vino, vemos cómo a lo largo de la cena junto a Horacio, bebían el mismo vino su familia, sus siervos y sus invitados. Así, antes de comenzar el banquete propiamente dicho se hacían las libaciones rituales a los dioses lares, y cada uno de los comensales bebía en la copa que deseaba, unas más grandes para mezclar el vino con agua, o bien de pequeño tamaño para tomarlo sin mezcla, puro. El vino estaba presente tanto en las celebraciones más importantes como en las más sencillas. Entre las primeras, fue uno de los mejores productos, como observamos en la cena de Nasidieno que retrata este mismo autor, en la que vemos cómo las primeras frases aluden ya al vino y al estado de embriaguez del interlocutor que asistió a la cena: *Ut Nasidieni iuvit te cena beati? nam mihi quaerenti convivam dictus here illic de medio potare die*<sup>1093</sup> -Hor., *Sat.*, 2, 8, 1-3-.

En la famosa cena de Nasidieno se tomaron los mejores vinos: el de Quíos, sin mezclar, el Albano y el famosísimo Falerno, por supuesto, junto a los mejores alimentos<sup>1094</sup>.

---

fármacos, utilizándose los vinos también como excipientes de medicinas, R. JACKSON, *op. cit.*, 1988, pp. 68 y 74.

<sup>1093</sup>“¿Cómo lo pasaste en la cena de Nasidieno...? Pues ayer, al ir a por ti ayer para invitarte, me dijeron que estabas banqueteeando allí desde mediodía” Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 188.

<sup>1094</sup>El vino de Falerno era el más famoso de los vinos italianos, y según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 138, el segundo mejor. Según las fuentes era *ardens*, *forte*, *thermos*, *oinodes*, *fuscum* y a veces

Resulta evidente que los vinos buenos acompañaran a alimentos de categoría, ya que quién se podía permitir agasajar a sus invitados lo hacía sin escatimar en buenas –y costosas– bebidas. A lo largo de esta famosa cena, un grupo de comensales dispuestos a tomar todo el vino que fuese posible, pidió copas más grandes. Al anfitrión, Nasidieno, no le agradó la petición, porque era consciente del efecto ejercido por el vino bebido en exceso, y cómo podía desatar abruptamente una conversación alborotada o perturbadora. Pero, contraviniendo su voluntad, casi todos los comensales de la famosa cena imitaron a este pequeño grupo, excepto, señala Horacio, el grupo más próximo al anfitrión, que no se excedió en el consumo de alcohol.

Es interesante observar cómo el vino ocupará un papel singular que provocaría cambios en el comportamiento de los invitados pertenecientes a ese grupo de una extracción social baja, pero enriquecida, de libertos, y del que es muestra el banquete de Trimalción. Comienza con un esclavo que recibe en la puerta a los invitados, entre los que estaban Ascilto y Encolpio, y como el esclavo estaba agradecido por un favor que los protagonistas le habían hecho, muestra su gratitud con las prometedoras palabras: *Vinum dominicum ministratoris gratia est*<sup>1095</sup> -Petron., *Satyr.*, 31, 4-, presagiándoles así una velada en la que el esclavo estaría pendiente de que no les faltara buen vino, servido en cantidad abundante. Tras presentar distintas viandas, se sirvió vino con miel y les lavaron las manos también con vino, en lugar de agua. Aunque la costumbre habitual era lavar las manos con agua al principio de la comida o varias veces durante la cena, en el banquete de Trimalción tuvo lugar el colmo de la extravagancia y el desperdicio: lavarlas con vino, como fábula Petronio, en ese colmo de excesos que es el *Satyricon* -Petron., *Satyr.*, 33, 4-.

Pero también se sirvieron vinos exquisitos a lo largo de la comida, presentados en ánforas que se abrían delante de los invitados para que éstos comprobaran la esplendidez del anfitrión y la vejez y calidad de los caldos. Uno de ellos se presentó en un ánfora de vidrio perfectamente sellada y con una inscripción que constataba que su contenido era

---

*niger* –producto estas dos últimas cualidades, del envejecimiento-. Debía envejecer entre diez y veinte años. Pero además representa los placeres conviviales, y numerosas fuentes se encargan de recordarnos su prestigio e importancia, que podía elevar el de una cena –Cic., *Brut.*, 287; Horac., *Od.*, 2, 11, 19; *Sat.*, 5, 6; Plin., *N.H.*, 14, 55; Strab., *Geog.*, 5, 3, 6; Diosc., *M.M.*, 5, 6; Mart., *Sat.*, 2, 40; 8, 77; 9, 49-.

<sup>1095</sup>“El vino del dueño es el agradecimiento del escanciador”, Trad., L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1988, pp. 54.

Falerno de cien años ya que se había envasado en el consulado de Opimio<sup>1096</sup>. No es que la datación fuera imposible, pero después de tantos años, es fácil que la calidad del caldo fuera más que dudosa<sup>1097</sup>. Durante el banquete, y a raíz de la presentación de este veterano vino, Trimalción filosofaría sobre este, ya que según él, estaban disfrutando de un producto que se mantenía vivo más tiempo que el hombre. Y en consecuencia invitaba a sus amigos a beber y a disfrutar de la vida.

Pero no todo sería disfrute sin consecuencias, iba avanzando el banquete cuando podemos observar a los primeros invitados embriagados. A Dama (otro personaje) que había bebido vino caliente porque el día era invernal y muy frío, se le subiría el vino a la cabeza antes que a nadie -Petron., *Satyr.*, 41, 12-. Y es que el alcohol, bebido caliente entra en sangre con más rapidez. Más aún si ocurre, como sucedió con el amigo de Trimalción, quién no había ingerido nada durante las horas anteriores al banquete.

El mismo Trimalción, al final del banquete estaba ya casi ebrio, incluso llegaba a animar a sus invitados a bailar con Fortunata, su esposa mientras él mismo bailoteaba, aún

---

### *Efectos del vino en Trimalción*

---

recostado en el *triclinium* -Petron., *Satyr.*, 52, 8-. Fortunata, sin embargo, bastante más moderada con el uso del vino, esperaba a guardar la vajilla de plata y a distribuir las sobras de la comida entre los esclavos antes de comenzar con la etapa de la cena que consistía en la bebida, la *comissatio* -Petron., *Satyr.*, 67, 3-. Pero cuando comenzó a beber junto con su amiga Centella, el mareo llegaría inmediatamente, y después la embriaguez. Ambas empiezan a comportarse de una forma muy distinta a la actitud serena que habían mantenido a lo largo de la cena -Petron., *Satyr.*, 67, 12 ss.- En este momento de la cena, la práctica totalidad de los comensales estaban ya

---

<sup>1096</sup>Consulado que se fecha en el año 121 a.C.

<sup>1097</sup>Para A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1999, pp. 34-35, esta cita es una muestra más del absurdo retratado en el banquete de Trimalción, ya que el vino Opimiano tendría más de cien años en época del liberto. Y demuestra, como en otros momentos del banquete, se delata de nuevo el origen de su fortuna y la bajeza de los orígenes del antiguo esclavo. Este Opimiano parece que se elaboró en el consulado de L. Opimio, del 121 a.C. Según Plinio, aquel fue un año de temperaturas perfectas para obtener una extraordinaria calidad en los vinos. Este vino se sirvió durante un banquete que se ofreció al emperador Calígula en el año 39 d.C. Cuando Plinio escribió sobre este hecho, unos treinta años después, los vinos Opimianos no serían ya ni siquiera bebibles, y se utilizaban en pequeñas cantidades para simular el envejecimiento de caldos más jóvenes, como detallan Plinio y Marcial -Plin., *N.H.*, 14, 55-56; Mart., *Satyr.*, 1, 26; 3, 82; 9, 87; 10, 49; 13, 113-. Aspecto que también recoge A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 358.



ebrios y cantando, el primero de ellos Trimalción -Petron., *Satyr.*, 73, 3-. Este invitaría después a sus amigos a beber hasta la aurora, en una conducta inaudita y mal considerada socialmente. Finalmente, Petronio retrata a un Trimalción embrutecido, que muestra un comportamiento innoble después de haber bebido una gran cantidad de vino a lo largo de las varias horas que duró su cena, y que como colofón de la embriaguez, finge su propia muerte -Petron., *Satyr.*, 78, 5-.

Junto a los desmanes de quienes, como hemos visto, llegaban al embrutecimiento de la mano del vino, hubo otros que lo disfrutaron bebiéndolo con moderación<sup>1098</sup>. Esta

---

*Y moderación en el consumo de vino*

---

moderación, a veces, era fingida, y fruto no de un auténtico autocontrol, sino de la necesidad imperiosa que marcaba una situación económica adversa. Marcial cuenta cómo un implacable crítico de los embriagados, que de repente recibe una herencia inesperada, se convierte en uno de ellos y comienza a embriagarse cada día -Mart., *Epigr.*, 12, 70-. Las cenas más modestas, como aquella que Marcial propone a sus amigos, quizá celebradas más frecuentemente de lo que refleja la literatura latina en comparación con los grandes banquetes, también incluían vino entre sus componentes. Por ejemplo, un extraordinario vino de Nomento, sin madres o lías, envejecido sin alardes pero de buena calidad -Mart., *Epigr.*, 10, 48-. Aunque Marcial vivió en Roma y disfrutó de cenas sibaritas y lujosas, prefería sin embargo: *Convictus facilis, sine arte mensa; nox non ebria, sed soluta curis*<sup>1099</sup> -Mart., *Epigr.*, 10, 47-. Eran cenas mucho más sobrias y que Marcial, quizás hastiado de las extravagancias de los grandes banquetes, consideraba más adecuadas para disfrutar del vino, de la comida y de la compañía.

Lo extendido del consumo de vino en la sociedad romana dio pie incluso a una legislación específica sobre ésta y otras bebidas alcohólicas. Estaban definidos ciertos aspectos jurídicos con respecto al vino puro y a sus mezclas, que podían incluso llegar a

---

<sup>1098</sup>La embriaguez se consideraba un exceso, por lo que sería muy criticada, y parece ser que bastante común. Séneca diferencia al bebedor ocasional del habitual, hoy lo llamaríamos alcohólico. Para Plinio, el exceso de vino lleva a la locura y al libertinaje, y para Plutarco, los ancianos preferían las bebidas puras, esto es: el vino sin aguar. Y son innumerables los problemas que ocasiona la bebida para Ateneo, desde un gran bien si se toma sensatamente hasta la locura o el infortunio -Sen., *Ep.*, 83, 10-27; Plin., *N.H.*, 14, 137-149; Plut., *Quaest.Conv.*, 1, 7; Athen., *Deipnos.*, 2, 36A-40F-.

<sup>1099</sup>“Unos ágapes frugales, una mesa sin afectación; una noche sin embriaguez”. Trad. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 186.

afectar a la herencia si esta incluía vinos, como señala Digesto. Por este motivo, si entre los bienes del fallecido se encontraba *mulsum*, es decir, vino mezclado con miel, ya no se consideraba vino, sino solo *mulsum*, y por tanto no se contemplaban como parte de esta herencia –Dig., 33, 6, 9-. Tampoco tuvieron consideración de vino otras bebidas alcohólicas como el *zyto*, o el *cadmo*, unas cervezas preparadas con trigo y cebada. Ni siquiera las bebidas de pan, ni la sidra, o el vino especiado que se tomaba en el aperitivo. Se consideraba vino el de la prensa de la uva, sin transformar, pero no solamente de la uva fresca, sino el vino de las uvas pasas también, que hacía un vino espeso y dulce. El mosto, que se cocía primero para mezclarlo después con otros caldos y se usaba también para conservar alimentos, tampoco se consideró vino. Y el vinagre, el subproducto por excelencia como los anteriores, no se tuvo legalmente como vino, a pesar de que era simplemente el producto de la segunda fermentación del mosto, aunque de un tipo diferente a la alcohólica<sup>1100</sup>.

También los vinos serían expresión de una consideración social, y a cada grupo se destinaron caldos diferentes, así los vinos reservados a los esclavos o a sus dueños eran distintos en cuanto a su calidad, en el tipo de envasado o en las mezclas con otros productos. Y estas distinciones se ampliaban a través de toda una serie de preceptos legales y jurídicos que examinaban sus características y peculiaridades. En sentido estricto, desde el punto de vista jurídico se consideraba como vino el producto fermentado de la extracción del jugo de la uva, nada más. Los otros tipos de vinos, como hemos visto en el caso de los especiados, los cocidos o los mezclados, aunque también eran subproductos del vino, no se consideraron como tales. Y otras bebidas fermentadas de grano o vinos de fruta -como la sidra-, tampoco adquirieron la categoría de vino, que ya vemos que estaba sin lugar a dudas en la consideración más alta entre las bebidas alcohólicas del mundo romano.

Como observamos, además del vino de uva se consumieron otras bebidas alcohólicas, que eran producto de cereales fermentados y frutas, aunque se consideraban

---

<sup>1100</sup>Sobre el vinagre y su proceso de doble fermentación, A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2000, p. 205. Por su parte, A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 343 sugiere que el vinagre era además de condimento, un importante complemento con usos alimentarios y de conservación. Además se mezclaba con agua para elaborar la tradicional *posca*, una bebida barata sin graduación alcohólica –Colum., *R.R.*, 12, 5; Plin., *N.H.*, 14, 64; Mart., *Epiqr.*, 10, 45-.

líquidos de entidad menor, de origen bárbaro y de calidad muy baja, por tanto, de escasa consideración social<sup>1101</sup>. Virgilio habla de las bebidas de los hombres que vivían al norte y

noroeste de Europa, los cuales conocían el vino, a pesar de lo cual, su bebida preferida era la cerveza y otra bebida que se preparaba con serbas, una fruta que se llevaba a fermentación –Virg., *Georg.*, 350-380-.

### Cerveza

Diversos autores como Apicio, Columela, Paladio, o incluso Teofrasto, dejan un gran número de recetas de vinos de frutas y otros vinos especiados. Estos últimos vinos especiados o aromatizados con hierbas y flores sí se tomaban durante las comidas en común, así como también los vinos dulces, mielados –del tipo *mulsum*- y los concentrados.

Sin embargo, no tenemos referencias sobre el consumo de cerveza o sidra a lo largo de la celebración de banquetes, a pesar de lo cual existieron muchos tipos de cerveza<sup>1102</sup>, quizás por que su consumo se realizaba más en la calle, o era propio de sectores populares. Algunos de estos tipos de cerveza son: una preparada al estilo egipcio -*zytus*-, al estilo hispano -*cerea* y *caelia*- o a la manera gala -*ceruesia*-, incluso al modo dálmata -*camum*-, recogidas por Plinio -Plin., *N.H.*, 14, 149; 22, 164-. Sobre ellas señala Ulpiano: *Certe zythum, quod in quibusdam provinciis ex tritico uel ex hordeo uel ex pane conficitur, non continebitur: simili modo nec camum nec ceruesia continebitur nec hydromeli* –Dig., 33, 6, 9-.

El Edicto de Diocleciano recoge dos tipos de cerveza, *zyto* y *cadmo*, como las bebidas más económicas que se podían comprar –*Edict.*, *Diocl.*, 2, 11; 12-. El *zyto* por cuatro denarios, y el *cadmo* más económico incluso, por dos, frente a los treinta denarios que llegan a costar otros vinos en el Edicto<sup>1103</sup>. La cerveza fue bebida de extranjeros, de

---

<sup>1101</sup>El mal concepto en que se tuvo a las bebidas de grano no indica que estas bebidas tuvieran un bajo índice alcohólico. A. HAGEN, *A second handbook of Anglo-Saxon food and drink*, Middlesex, 1993, p. 205, considera que la cerveza pudo tener hasta un 18% de contenido alcohólico, debido a la fuerza de las levaduras utilizadas, en relación con otras bebidas de grano que pudieron contener un 6 o un 10% de grado alcohólico.

<sup>1102</sup>Sobre la tecnología de la preparación de la cerveza, R. J. FORBES, *Studies in Ancient Technology*, vol. 2, Leiden, 1965, pp. 65-72. R. J. FORBES data su aparición en época sumeria, y destaca el valor nutricional de los cereales, con los que se preparaba esta bebida. Analiza la fermentación, concluyendo que con la adición de miel se podían conseguir unas cervezas muy fuertes. El contenido alcohólico está directamente relacionado con el porcentaje de azúcar, que se eleva al añadir miel a la bebida antes de la fermentación.

<sup>1103</sup>Sobre los usos de la cerveza, A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 50-51 señala que aunque era conocida, era muy poco apreciada tanto en Roma como en Grecia, a pesar de que se consumía tanto en la misma Roma como en diferentes lugares de casi todo el Imperio.

militares y de sectores populares que apenas podían costearse la bebida nacional, el vino, del que sin embargo, existieron versiones bastante económicas<sup>1104</sup>. Las bebidas de grano también se utilizaron en medicina, preparadas con cebada o trigo, y que según la enfermedad concreta a tratar, como señala Hipócrates, se utilizaban como bebidas calientes o frías -Hip., *Acut.*, 64-. Plinio destaca la existencia de bebidas fermentadas de grano en Hispania, Egipto y la Galia, vinos que incluso se podían conservar y envejecer, pero que se tomaban sin mezcla de agua -Plin., *N.H.*, 14, 22-.

Otra bebida, esta de carácter no alcohólico, pero muy común sobre todo en el mundo militar, fue la *posca*, vinagre diluido en agua, al que a veces se le añadían hierbas para darle algo de sabor, conocida hasta época tardía, el propio *Anthimus* en el VI d.C. la

\_\_\_\_\_ cita<sup>1105</sup> -Anth., *De obs.*, 58-. Para A. Dalby<sup>1106</sup>, la *posca* tuvo usos  
*Posca* medicinales en la Grecia arcaica, tanto en forma de bebida como  
\_\_\_\_\_ aplicada externamente, y se consumía en todo el mundo mediterráneo,  
no era una bebida extraña en su contexto, sino refrescante y en cierta  
manera tradicional. Fue muy probablemente la bebida de la Crucifixión, la cual dieron a Jesús cuando pidió agua en la Cruz, y que los romanos llevaban como un agua tonificante en sus cantimploras -Marc., *Ev.*, 15, 36-. La podían preparar personalmente o adquirir ya elaborada a vendedores ambulantes, aspecto que señala Suetonio -Suet., *Vit.*, 12-. A. Tchernia, por su parte, opina que es una bebida extraña al hombre actual, y que estaba caracterizada por ser de consumo militar principalmente, una sencilla mezcla de agua y vinagre<sup>1107</sup>. Y que era tan corriente que Catón la repartía a los esclavos, por lo que la cita sobre el vino de Catón, según este autor, se debía entender en ese contexto -Cato., *Agr.*, 57, 104-.

<sup>1104</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 50. Además, la cerveza era un signo de marginalidad política, geográfica e incluso étnica, mientras que el vino era señal de una coherencia cultural, indicador de un estilo de vida vinculado con las élites, según N. PURCELL, “Women and Wine in Ancient Rome”, en M. McDonald (ed.), *Gender, Drink and Drunks*, Oxford, 1994, p. 191.

<sup>1105</sup>Bebida de origen griego, *oxykraton*.

<sup>1106</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 270. A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, pp. 11 ss. analiza los orígenes y composición de la *posca*, y si estaba elaborada con vinagre o vino picado, en cuyo caso, parecen el mismo producto independientemente de la designación. *Digesto* comenta: *Si quis vinum quod habuit legavit, deinde hoc coacuit, licet postea in aceti locum translatum sit a pare familias, vino legato continebitur* -Dig., 33, 6, 9, 2-.

<sup>1107</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 11. También P. A. BRUNT, *Italian Manpower, 225 B.C.-A.D. 14*, London, 1971, p. 182, señala que la *posca* era el “vino ordinario” entregado a los esclavos. En cualquier caso, no era incompatible que se entregaran *posca* y vino.

Pero volvemos a las bebidas alcohólicas, al vino y a su consumo. Según A. Tchernia, a sectores sociales distintos correspondieron diferentes categorías de vino, algo que ocurrió con todas las bebidas y con los alimentos, ya que fueron agentes caracterizadores de las singularidades de diferentes grupos sociales<sup>1108</sup>. La jerarquía social de la élite romana, puesta de manifiesto entre otros aspectos en el consumo de bebidas alcohólicas de categoría, representan la última fase del enriquecimiento de esta sociedad, y como hemos visto, caracteriza una estamentización visible. Como vemos, podía identificarse todo un sistema de escalones sociales a través de la vida cotidiana, de las mesas y del vino. La diferenciación social tan característica de la sociedad romana, era capaz de tipificar a los individuos a través de sus manifestaciones externas, una de las cuales fue el vino. Más allá de ser una bebida, el vino fue un alimento, a veces medicina, placer en la mesa y símbolo social complejo.

En otro sentido, y en relación con el vino y la alta gastronomía, A. Tchernia y C.

*El vino,  
marcador social*

\_\_\_\_\_ Brun recogen una combinación muy conocida a lo largo de la literatura latina, y que se consideró durante mucho tiempo como la exposición de uno de los mayores lujos romanos<sup>1109</sup>. Se trata del consumo de ostras y Falerno, una “alianza tradicional de los tres placeres”, de la que se disfrutaba tanto durante la cita en los baños como antes de la comida y durante ésta<sup>1110</sup>. Observamos esta asociación en diferentes textos y circunstancias, como en las tan criticadas por Juvenal mujeres ebrias de Falerno, el cual se bebía como acompañamiento de las ostras que comían después de los baños en las termas. Sin lugar a dudas, la conexión de estos dos productos fue una alianza entre unos elementos de gran categoría gastronómica -Iuv., *Sat.*, 6, 303-4-.

Séneca también recoge la conexión de los productos gourmet en Roma, y que este autor representa en forma de vino, ostras y barbos, los alimentos capaces de producir el mayor goce -Sen., *Ad Luc.*, 77, 16-. El mismo Séneca comenta también la aplicación

<sup>1108</sup>A. TCHERNIA, “Vin et Honneur”, en O. Murray y M. Tecusan (eds.), *In Vino Veritas: Conference on wine and society in the ancient world, Rome, 1991*, London, 1995, pp. 297-303.

<sup>1109</sup>A. TCHERNIA y BRUN, *Le vin romaine antique*, Grenoble, 1999, pp. 16-20.

<sup>1110</sup>El vino más famoso de Roma, de acuerdo con las fuentes -Hor., *Epod.*, 2, 11, 19; *Sat.*, 2, 4, 24; Str., *Geog.*, 5, 3, 6; Dsc., *Mat.*, 5, 6- y el segundo mejor, según Plinio, después del Cecubano -Plin., *N.H.*, 14, 61-62-. En general se califica como ardiente, fuerte, caliente y alcohólico, además de tener un color oscuro y envejecer muy bien, A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 138.

medicinal de los vinos en las enfermedades leves, con la intención de “fortalecer<sup>1111</sup>” al enfermo –Sen., *Ad Luc.*, 78, 5-, aspecto que también preocupaba a Plinio –Plin., *N.H.*, 14, 64-. Y, de nuevo, entre los manjares más sofisticados, considera el vino enfriado con nieve junto a las ostras del Lucrino, parte de los platos exquisitos, preparados por cocineros profesionales –Sen., *Ad Luc.*, 78, 23-.

Por otro lado, se observa que junto a los mejores vinos existió una figura muy valorada y con características especiales: el catador. La cata se realizaba probando, experimentando a través de diversas pruebas los sabores más acertados y sobre todo, era muy importante la experiencia del catador<sup>1112</sup>. Algunos catadores

---

### *Catadores de vino*

---

fueron gente rica, gastrónomos en el más amplio sentido de la palabra, y otros fueron los encargados de probar los vinos para gente importante. Entre los primeros, uno de los más destacados fue Sergio Orata<sup>1113</sup>. Vivió en una época que Tchernia define como el momento más importante del enriquecimiento de la aristocracia romana<sup>1114</sup>. Orata, además de construir viveros de ostras en Bayas sabía apreciar la diferencia de sabor entre las ostras del Lucrino las cuales eran para él eran sensiblemente mejores que las de otros lugares. Fue el primero que organizó viveros de ostras, para que las élites pudieran tomarlas acompañadas de los mejores vinos. Otro gran catador, Fulvio Lipino, que vivió en la primera mitad del s. I d.C., era capaz de conocer el origen de los caracoles según su sabor: *Coclearum vivaria instituit Fulvius Lippinus in Tarquiniensi paulo ante civile bellum quod cum Pompeio Magno gestum est, distinctis quidem generibus earum, separatim ut essent albae quae in Reatino agro nascuntur, separatim Illyricae quibus magnitud praecipua, Africanae quibus*

---

<sup>1111</sup>Trad. I. ROCA MELIÁ, *op. cit.*, 1989, p. 467.

<sup>1112</sup>Para A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 358 ss., era necesario que los compradores probaran el vino antes de adquirirlo, en una época en la que, al no estar totalmente controlados los procesos de fermentación, era un requisito imprescindible catar antes de adquirir ciertas cantidades de vino. Catón y Ateneo hacen referencia a los catadores de vino, Ateneo como si realmente un enólogo describiera las cualidades de cada uno de los vinos presentados en el texto, y Catón, explicando la forma de venta señala la necesidad de catarlo, para lo que da un plazo de tres días –Cato., *De agri.*, 148; Athen., *Deipnos.*, 1, 26D-27E.

<sup>1113</sup>Vivió, según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 243, en el s. I a.C. Para Plinio, Sergio Orata fue modelo de avaricia y gula por su afición a las ostras: *Ostrearum vivaria primus omnium Sergius Orata invenit in Baiano aetate ex ingenio suo percipiens, ut qui primus pensiles invenerit balneas, ita mangonicatas villas subinde vendendo. is primus optimum saporem ostreis Lucrinis adiudicavit* –Plin., *N.H.*, 9, 168-.

<sup>1114</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1999, p. 21.

*fecunditas, solitanae quibus nobilitas. quin et saginam earum commentus est sapa et farre aliisque generibus, ut cochleae quoque altilis ganeam implerent* -Plin., *N.H.*, 9, 173-. Estos catadores eran un lujo, que se podían permitir tanto los privados como los emperadores, eran los mejores paladares, especializados en probar y seleccionar alimentos y vinos para ellos -Plin., *N.H.*, 14, 72-.

La cata además, implicaba el conocimiento sobre los vinos, que era otra forma de demostrar que se habían probado los mejores caldos en grandes cantidades, pero los catadores eran capaces de apreciar con una gran finura delicadísimos matices del vino. Porque la variedad de vinos era extensísima, hasta el punto de que formaban parte de las recomendaciones de los médicos. Por ejemplo, Hipócrates recomendaba distintos tipos de vinos para beber en diferentes situaciones y en presencia de enfermedades –Hip., *Acut.*, 37; 49-64-. Explica al respecto que no solo se tomaba vino, sino que muchos de ellos, con sus características y peculiaridades, se adaptaban a la necesidad concreta, y así, cada una de las variedades que existían, desde el vino puro (sin mezclar), vino blanco o tinto incluso vino dulce, hidromiel, vino seco y oximel, cada uno debería estar ajustado a las circunstancias del enfermo y de la enfermedad. Todos ellos tenían la capacidad de aliviar los síntomas y hacer que el enfermo se sintiera mejor. Las mismas calidades de vinos diferenciaban a los consumidores de este: la distinción constantemente puesta de manifiesto de los estratos sociales era visible en este aspecto también los vinos viejos y de calidad eran siempre una bebida destinada a los más ricos -Plin., *N.H.*, 19, 53-.

El vino fue un marcador social, como lo fueron el resto de los placeres vinculados con la gastronomía<sup>1115</sup>. Y el propio vino, su calidad y vejez marcarían un espacio y un entorno, que según Tchernia: “para la élite romana, lo más importante era beber grandes vinos y, sobre todo, los más viejos<sup>1116</sup>”. Estos vinos viejos eran precisamente los grandes indicadores de las diferencias sociales. El motivo era sencillo y de carácter económico:

---

<sup>1115</sup>El consumo de vino sería parte de ese sistema convivial definido por M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, pp. 69-71, que caracterizaría al mundo clásico, civilizado, de forma independiente y diferenciada del otro mundo bárbaro, salvaje. El *symposium* como ritual colectivo de bebedores de vino era el momento más importante de cohesión social, cuando se establecía una identidad civilizada y también civilizadora. M. VETTA, *op. cit.*, 1998, p. 100 ss., señala que el ceremonial griego, del que Roma recibe la tradición del *symposium* tenía un código de prescripciones que lo regían desde el periodo arcaico, lo que nos proporciona una perspectiva de lo que ese tipo de consumo de vino significaba para una sociedad -Hom., *Iliad.*, 467-474; Hesiod., *Op.*, 688-696-.

<sup>1116</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1999, p. 34.

porque estos eran siempre los vinos más caros. Séneca denuncia como reprochable desde el punto de vista moral este exceso de celo con el consumo de vinos, los cuales había que cuidar con conocimiento y esmero. Además de trasegarlos y clasificarlos según su sabor y su solera, había que enfriar en las copas al servirlo: *Nos vero quaeramus potius quomodo fiant nives quam quomodo servantur, quoniam non contenti vina diffundere, veteraria per sapes aetatesque disponere, invenimus quomodo stiparemus nivem, ut ea aestatem evinceret et contra anni fervorem defenderetur loci frigore* –Sen., *Quaest.Nat.*, 4, 13-. Esto es también visible en la obra de Marcial, quién despeja las clases sociales según el estilo de vino que se consume, como refleja Dalby.

Sin embargo, el cuidado con los vinos era inevitable si se querían mantener en buen estado ya que eran líquidos susceptibles de modificar sus cualidades dependiendo de los cuidados que se les aplicaran. Los orígenes de algunos vinos de calidad, así como su elaboración, se remontan a la leyenda, como sucedió con el vino maroneo, origen atribuido por Plinio a los tracios –Plin., *N.H.*, 14, 53-. Esta existencia de orígenes legendarios en el vino se aplicó a diversos caldos, e incluso mezclas de vino con miel, hasta con agua y otros ingredientes así como a diversos aspectos de la viticultura. El vino envejecido era siempre más caro, y aunque no siempre fuera un vino de alta calidad por las características del envejecimiento, era necesario mezclarlo con un cierto porcentaje de agua por su densidad y aspereza. En cualquier caso, su posesión y consumo era signo de riqueza.

Por otro lado, la división entre el Este y el Oeste del Imperio, proporcionaría modificaciones en el lenguaje, pero también en el tipo de vinos consumidos, como señala Dalby<sup>1117</sup>. Las características de los vinos de ultramar eran bien conocidas para los romanos, e incluso señaladas por la ciudad de origen y las características que cada tierra les confería, lo que queda de manifiesto en los textos de Plinio: “...hablaremos de los vinos de ultramar. De la mayor reputación gozaron después de los de Homero... el de Tasos y el Quíos, y dentro de los de Quíos el que llaman ariusio. A estos añadió el vino de Lesbos... Después de estos merecen consideración el de Sición, el de Chipre, el de Telmeso, el de Trípoli, el de Berito, el de Tiro y el de Sebenitos. Este vino nace en Egipto de tres

---

<sup>1117</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2000, p. 133.



variedades de uvas muy conocidas allí...<sup>1118</sup>”. Plinio hace referencia a vinos que parecen ser muy conocidos, desde vinos egipcios a otros de Petra o de Miconos, de Éfeso, de Lebos y de otras localidades del Mediterráneo oriental, y conoce las características de cada uno de ellos, que parecen tener, en cualquier caso, una excelente reputación. Conoce bien que la calidad de un vino se debe a la tierra de origen –Plin., *N.H.*, 14, 77-, y realiza una somera clasificación, en primer lugar recogidos en ese grupo de vinos de ultramar, y después según la localidad de origen. Probar aquellos vinos, con la distancia que tenían sus localidades de origen con respecto a Roma, ya supondría adquirirlos con un precio elevado al original, que como señala Dalby<sup>1119</sup> presentarían además matices diferentes a los vinos locales, ya que debido a los largos viajes y a las dificultades propias de estas circunstancias, eran vinos que tendrían que reforzarse con agua de mar, adiciones de salmuera y diversos condimentos. Más que adulteraciones, eran acciones necesarias para estabilizar los caldos y conseguir que llegaran a su destino en las mejores condiciones posibles. De nuevo según Plinio, estos vinos de ultramar tenían su momento medio de envejecimiento a los siete años –Plin., *N.H.*, 14, 79-.

Aparentemente, Roma era una gran consumidora de vinos de toda clase, como observamos, y estos enriquecían la dieta con una considerable proporción calórica, significativa para contabilizarla en la dieta media. Como señala Tchernia<sup>1120</sup>, además su consumo acompañaba a todo tipo de distracciones, desde las comidas y banquetes, por supuesto, hasta los baños, teatro, lecturas y otros espectáculos. Y no solamente en las clases altas, también la plebe, que frecuentaba las tabernas, consumía distintos vinos en su vida cotidiana, y por supuesto, los esclavos. En su reflexión, Tchernia presupone el consumo de un hectolitro de vino por persona y año, lo que supondría un millón de hectolitros de vino para una población de un millón de habitantes. Eso representaría un poco más de un cuarto de litro diario, unos 0, 27 lt. de vino por cabeza, aunque él mismo reconoce que la variación posible es imponderable, y que lo que se bebe en una zona no equivale a otra. Es el problema de las estadísticas. Si queremos avanzar en la posible cantidad de consumo de vino, podemos buscar ejemplos para establecer unas medias razonables.

---

<sup>1118</sup>Trad. F. MANZANERO CANO *et alii*, *Plinio el Viejo, Historia Natural, Libros XII-XVI*, Madrid, 2010, pp. 215-217.

<sup>1119</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 133-134.

<sup>1120</sup>A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 22.

Usaremos los datos de Horacio, por un lado, que propone un menú acompañado por un sextario de vino (0,54 l.) “Hay que comprar el pan, la verdura, un cuartillo de vino, y además todo aquello que si se le niega...<sup>1121</sup>”, y en el otro extremo, a Marcial, que nos dice que había consumido 2,27 lt.<sup>1122</sup> de vino una noche: “Ayer por la noche te había dicho, creo que después de apurar diez medios litros...<sup>1123</sup>”. Tchernia señala que las cifras concretas de las raciones de vino son raras, con excepción de las proporcionada por Catón –Cato., *Agr.*, 57-, quién facilita a los esclavos diferentes cantidades de vino según el mes, cantidades vinculadas con la temporada de trabajo. Para los esclavos encadenados, una media de 0,71 lt. al día. Para los esclavos libres, como carecemos de algunas cantidades parciales, podríamos estimar una cantidad superior, aumentadas por los suplementos repartidos en las fiestas Saturnales y Compitales. Podemos, a su vez, comparar estas cantidades con las que Augusto, tomado por Suetonio como sobrio y frugal en la bebida, tomaba con cada comida medio litro de vino aproximadamente –Suet., *Vit. Aug.*, 77-. Probablemente para las medidas actuales puedan parecer cantidades excesivas, sin embargo, estas cantidades propuestas por Tchernia, como señala, no son desmesuradas para las ciudades preindustriales del Occidente mediterráneo.

El aporte calórico<sup>1124</sup> del vino varia según su contenido en azúcar entre 80 cal/100 ml. para el vino tinto seco, con un contenido alcohólico del 10%, a los vinos dulces, con 160 cal/100 ml. Si multiplicamos esta cantidad por el medio litro de un hombre sobrio, como Augusto, tendríamos una cantidad variable de calorías entre 400 y 850 calorías en el caso de los vinos más dulces. Esto representaría una base importante a tener en cuenta para contabilizar las calorías de una dieta sencilla, que se vería enriquecida no solamente en número de calorías, fundamentales en el mundo antiguo para la supervivencia, sino también en el aporte de sales minerales, con cantidades importantes de sodio, potasio, magnesio, calcio, manganeso, hierro, etc., y vitaminas del grupo B. En el caso de los vinos más dulces añadiríamos hidratos de carbono en forma de glucosa y fructosa en cantidades de entre 20 a

---

<sup>1121</sup>Hor., *Sat.*, 1, 1, 76. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 74.

<sup>1122</sup>Datos recogidos de A. TCHERNIA, *op. cit.*, 1986, p. 24.

<sup>1123</sup>Mart., *Sat.*, 1, 27. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, p. 36.

<sup>1124</sup>Cantidades y proporciones para el recuento calórico y la composición de diferentes vinos tomada de S. W. SOUCI; W. FACHMANN; H. KURAUT, *Tablas de composición de alimentos. El pequeño “Souci-Fachmann-Kraut”*, Huesca, 1999, pp. 41-418.

140 mg/ml. Consideraremos, con estas cantidades y proporciones de calorías, sales minerales e hidratos de carbono, que la dieta se veía considerablemente enriquecida, y que el aporte de vino, de diferentes calidades y en cualquier caso, suponía un enriquecimiento dietético y un importante aporte nutricional y calórico. Independientemente de su consideración como parte de la cantidad de líquido que es necesario beber diariamente para una correcta hidratación. Sin embargo, en caso de alcoholismo esta cuestión requeriría una consideración aparte, ya que a los bebedores habituales les aqueja como consecuencia una deficiente alimentación, malnutrición y otros problemas descritos detalladamente por Cervera<sup>1125</sup>.

---

<sup>1125</sup>P. CERVERA i RAL *et alii*, *op. cit.*, 1999, pp. 234-240.

## 4. Fiestas y alimentación

### Introducción

Las celebraciones romanas de toda índole, desde las de carácter religioso a las públicas y por supuesto las de carácter privado, mantenían una estrecha vinculación con la alimentación y con ciertos productos, con los cuales incluso llegarían a identificarse, como son las carnes, el pan, el vino y ciertos pasteles. A través de las fiestas y celebraciones del calendario romano y también de la vida privada, estudiaremos aquellas cuestiones que tuvieron una relación directa con la alimentación, aunque obviaremos los aspectos litúrgicos o consuetudinarios, que no afectan a nuestra investigación<sup>1126</sup>. Es decir, estudiaremos los hábitos festivos desde un enfoque de carácter alimentario para conocer cómo se complementaba la dieta cotidiana con los aportes extraordinarios propios de las diferentes celebraciones.

Desde las majestuosas fiestas de carácter público que llegaban a durar varias jornadas, a las celebraciones religiosas de carácter periódico, o incluso a las más modestas y familiares, las festividades romanas representaban una ocasión en la que se enriquecía el estilo de comer y se aumentaba y modificaba la cantidad habitual de comidas<sup>1127</sup>. Y esto, en dos aspectos esenciales: por un lado, en lo que se refiere a la cantidad de comida consumida, y por otro en lo relativo a la tipología de alimentos que se consumen en las fiestas. El aporte más importante de las celebraciones, y por otro lado el más acreditado, era la carne. Era la representación del alimento de prestigio y de gran calidad, que suponía un aporte extraordinario de proteínas que no era cotidiano para la

---

<sup>1126</sup>Sobre cómo se modifican las relaciones personales entre amos y esclavos o ex esclavos durante ciertas fiestas, por ejemplo en las fiestas de Saturnalia o de Anna Perenna, en las que según Purcell el consumo de vino conduce a una cierta informalidad, ver N. PURCELL, “Romans, Play On! City of the Games”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, 2013, p. 442. Ovidio, por su parte, también deja constancia de esta multitud variopinta, que va disfrutando y relajándose al calor del sol y del vino –Ovid., *Fast.*, 3, 523-542-.

<sup>1127</sup>M. RENEE SALZMAN, *op. cit.*, 2013, p. 485, recoge los distintos tipos de fiestas y lo que representarían durante la República, señalando además la importancia de la organización, incluso que Macrobio dividiría el calendario romano, con el fin de ordenar estos días festivos, en cuatro tipos: fijos, movibles, extraordinarios y días de mercado –Macr., *Sat.*, 1, 16, 5-6-. Por su parte, Varrón establecería un sistema diferente, y divide el calendario republicano en dos grandes ciclos, uno vinculado con el año agrario y otro con las celebraciones cívicas y religiosas (los hombres y los dioses) –Varro., *Ling.*, 6, 12-.

inmensa mayoría de los ciudadanos<sup>1128</sup>. Además de estas también se incorporaban ciertos productos característicos de las diferentes fiestas, como fueron las tortas de miel o los vinos melados.

#### 4.1. Celebraciones públicas

La relación de los alimentos con las conmemoraciones religiosas o familiares se manifestaría a través de las ofrendas de alimentos a los dioses, con el reparto posterior que se hacía en las solemnidades, y muy frecuentemente a través de la celebración de banquetes, aspecto este último que tiene lugar tanto en el mundo griego como en el romano y que los vincula<sup>1129</sup>. Unas veces, las celebraciones fueron de carácter festivo y otras simbolizaban la muerte o el mundo de los muertos en contraposición al de los vivos.

En cualquier caso, el alimento es símbolo de vida, de alegría, el motivo central de muchas festividades, pero también adquiriría un papel fundamental en las ceremonias funerarias ya que no solamente era fuente de energía para los vivos, para el cuerpo físico, sino que también se consideraba un alimento de vida eterna, destinado a nutrir las almas de los muertos. El alimento, como vemos, era símbolo por sí mismo de aspectos espirituales o religiosos de la vida humana, lo que podemos comprobar en un ejemplo cercano en el aspecto religioso de simbología cristiana, como es la transustanciación del pan y el vino en

---

<sup>1128</sup>Sobre la carne, como señala M. CORBIER, “Le statut ambigu de la viande à Rome”, *Dialogues d'histoire ancienne* 15, 2, 1989, pp. 107-109, era un alimento para tomar en compañía, con otros hombres, lo que confirman las citas de Séneca y Plutarco, para quienes comer carne en soledad hace al hombre similar a las bestias: al león o al lobo -Sen., *Ad Luc.*, 19, 10; Plut., *De tuenda san.*, 132A-. Para esta autora, el consumo de carne en la ciudad parece relativamente común, a pesar de su elevado precio, pero independientemente de las limitaciones impuestas por las leyes suntuarias por los excesos, era un alimento apetecido y consumido por el pueblo de Roma.

<sup>1129</sup>P. SCHMITT-PANTEL, *op. cit.*, 1999a, pp. 14-15, en su trabajo sobre el sacrificio de carne como modelo de institución cívica en la ciudad griega arcaica, señala la importancia que tienen distintos alimentos en este. Por una parte, destaca la importancia del propio sacrificio, que es bien conocido, y posterior a este el corte y división de su carne y el cocinado de los trozos. Según ella, se percibe el concepto de que el reparto equitativo produce una cierta equidad cívica, un pensamiento propio de la era Arcaica. Por otra parte, en P. SCHMITT-PANTEL *op. cit.*, 1999a, 18 ss., realiza un estudio iconográfico de la comensalidad en dicho período, concluyendo que en las mesas se repiten ciertos elementos como son pan o pasteles, carne y vino, siendo en las escenas de banquetes vinculados con dioses, de mucho mayor tamaño los trozos de carne (unos ingredientes que se repetirán en el mundo romano posterior). Ya no son trozos pequeños sino grandes porciones, o porciones de honor. Sobre la carne del sacrificio en el mundo griego, ver M. DETIENNE y J. P. VERNANT, (eds.), *La Cuisine du sacrifice en pays grec*, Paris, 1979; P. SCHMITT-PANTEL, “Le Festin dans la fête de la cité grecque hellénistique”, *La Fête: Pratique et discours, Annales Littéraires de l'Université de Besançon* 262, 1981, pp. 85-100.

el cuerpo de Cristo, considerado el alimento de vida eterna. Para J. R. Pitte, el origen de algunos ritos presentes en la Eucaristía cristiana se sitúa en el *symposio* griego, en las que la crátera constituía el centro de atención, un recipiente que fue sustituido por el cáliz en el banquete cristiano, también dotado de una singular importancia<sup>1130</sup>. La forma de manifestar el buen acuerdo y la comunicación de los participantes tanto en el *symposio* como en la Eucaristía era la bebida, compuesta en ambas celebraciones por la misma mezcla de vino y agua.

Junto al vino, había otras comidas típicamente festivas como eran la carne, la miel, las tortas y la *mola salsum* –esta última preparada por las Vestales romanas- y que simbolizaban igualmente algo más complejo que su propia entidad física, adquiriendo un significado más allá de la nutrición. Por ejemplo, en el caso de la *mola salsum*, que consistía en una simple mezcla de harina y sal, a veces mezclada con vino, encontramos ese sentido cultural<sup>1131</sup>. Expresaba la ofrenda de lo más importante, el sacrificio a los dioses de aquello que era realmente básico para la supervivencia humana: la comida. Sin la comida, el hombre estaría en sus manos, y es de hecho lo que simboliza, la entrega de la vida del hombre en manos de los dioses, la aceptación de que ellos dirigían y gobernaban. Así, esperando el alimento futuro, se les ofrecía el alimento presente, el que existía.

---

### *Ofrendas rituales*

---

---

<sup>1130</sup>J. R. PITTE, *Le vin et le divin*, Paris, 2004, pp.18-22.

<sup>1131</sup>La *mola salsa* era la harina sagrada que preparaban las Vestales cada año con las primeras espigas del año anterior y sal, y que se utilizaba para los sacrificios y en otros momentos de celebración religiosa. Se ofrecía en las fiestas lupercales, en cuyo desarrollo se sacrificaban cabras, boques –machos cabríos- y perros. Las Vestales ofrecían la *mola salsa*, elaborada con las primeras espigas del año anterior. Era una ceremonia popular que terminaba con el banquete entre los miembros del colegio y la embriaguez general de los participantes -Liv., *Ab Urb.*, 1, 5, 1; Ovid., *Fasti.*, 2, 267-452; Plut., *Quaest.Rom.*, 68; Varro., *Ling.*, 6, 13; 34; Iuv., *Sat.*, 2, 142-. La *mola salsa* se preparaba cada año en las fiestas de Vestalia, vinculadas con el trigo, el pan y los alimentos en general. Era un producto utilizado por las Vestales para inmolar a las víctimas de sacrificios, y consistía en una mezcla de harina, sal y agua preparada según una compleja ceremonia desconocida para el resto del pueblo. En esta fiesta participaban especialmente panaderos y molineros, vinculados de forma natural con el producto que se elaboraba -Varro., *Ling.*, 6, 17; Ovid., *Fast.*, 6, 249-468-. Sobre la *mola salsa* y la ceremonia asociada, ver G. EKROTH, “Animal Sacrifice in Antiquity”, en G. Lindsay (ed.), *The Oxford Handbook of Animals in Classical Thought and Life*, Oxford, 2014, p. 329. Sobre su vinculación con las vestales, M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 1, p. 51.

En las fiestas rituales cada alimento tenía un significado y era expresión de un pensamiento, o gozaba de una intención previa por parte del sacerdote o de quién realizaba la ofrenda. El ofrecimiento a cada dios de una serie de alimentos concretos y no otros, por ejemplo, de tortas festivas, hechas con miel, harina y aceite, o de sacrificios cruentos de animales jóvenes o incluso hembras preñadas, adquiriría un sentido concreto cuando conocemos el simbolismo y su significado, que en muchos casos, ellos mismos habían olvidado debido a la Antigüedad de la fiesta. Varrón hace en este sentido una labor recopiladora, proporcionando un análisis de las diversas fiestas y dioses, cuyo significado había degenerado a través del tiempo.

El estudio de la alimentación en distintas circunstancias y momentos históricos, puede ayudar a explicarlos y a comprenderlos mejor. Para C. M. Counihan, un examen de las distintas formas de alimentación en las diferentes culturas revela una gran cantidad de datos sobre las relaciones de poder, sobre la propia comunidad y su personalidad, sobre la construcción de la familia, los sistemas de significado y comunicación, y con respecto a los conceptos de sexo y de género<sup>1132</sup>. El estudio de las formas de alimentación ha contribuido a la comprensión de la personalidad humana a través de las culturas y los distintos períodos históricos. Con respecto a la evolución histórica de los Sistemas Alimentarios, que van modificándose manifiestamente a través de la historia, la aparición del cristianismo en Roma fue un importante factor que tuvo repercusión sobre la modificación de las dietas, y que se produciría sobre todo a partir de la conversión de Constantino en el 312 d.C., debido en gran parte a la aparición de los conceptos de sacrificio y frugalidad que se pusieron en práctica como parte de un concepto cristiano de vida.

---

*Celebraciones  
religiosas*

---

Además de estos dos tipos de fiestas tenemos las celebraciones religiosas, dotadas estas de un calendario propio, el cual ofrecía una gran diversidad de oportunidades de comensalidad. Como el resto, eran fiestas en las que se hacía énfasis en la comida o bebida, y que se celebraban a lo largo del año y también en diferentes lugares<sup>1133</sup>. En ellas, además de las procesiones formales, los rituales, la liturgia y las oraciones, se podían realizar sacrificios, y con ellos llegaban la comida y la bebida.

---

<sup>1132</sup>C. M. COUNIHAN, *op. cit.*, 2000, pp. 1513-1520.

<sup>1133</sup>Según J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, p. 431.

Según M. Beard no había un solo tipo de celebración religiosa, cada una era diferente y presentaba ciertas peculiaridades<sup>1134</sup>. Por un lado estaban las ceremonias centrales de la religión romana<sup>1135</sup>, además de las celebraciones de las deidades orientales<sup>1136</sup>, incluso tenían carácter religioso los ceremoniales de los juegos<sup>1137</sup>, y finalmente los triunfos<sup>1138</sup>. Además de estas celebraciones estaban las rogativas por distintos motivos, pero especialmente por la lluvia, tan necesaria como escasa en el Mediterráneo. Como señala Petronio, el hambre podía hacer su efecto si la sequía se prolongaba mucho tiempo, y estas rogativas tenían lugar para conjurar la mala racha, y se desarrollaban con una procesión de matronas que: *Ibant nudis pedibus in clivum, passis capillis, mentibus puris*<sup>1139</sup> –Petron., *Satyr.*, 44-. Tras la procesión, tenía lugar un sacrificio y se repartía la carne entre los participantes<sup>1140</sup>.

En cuanto a las nuevas religiones que aparecen por influencia oriental, el culto a Mitra, que tuvo muchos adeptos era complejo, aunque la repercusión de esta religión sobre el régimen alimentario de los iniciados fue escasa. Sus adeptos consagraban, como los cristianos, pan y agua con vino esperando que esta combinación tuviera efectos espirituales sobre los iniciados<sup>1141</sup>. Por su parte, los cultos siríacos solían, como todos los orientales, celebrarse con banquetes. El cristianismo fue otro culto que llegó del Este, y que presentaba costumbres alimentarias que hoy conocemos bien: épocas de ayunos y días de abstinencia de carne, banquete más simbólico que alimenticio, compuesto de pan y vino con agua. Eran

<sup>1134</sup>M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, p. 116.

<sup>1135</sup>Que según M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op.cit.*, 1998, vol. 2, pp. 117-126, eran las fiestas de *Parilia* (21 de abril), las *Lupercalia* (15 de febrero) y las *Saturnalia* (17 de diciembre) –Ovid., *Fast.*, 4, 721-46; 783-806; Plut., *Vit., Rom.*, 12, 1; 21, 3-8; Plut., *Vit., Caes.*, 61, 3-4; Varro., *Ling., Lat.*, 6, 34; Macrobi., *Sat.*, 1, 24, 22-23; Plin., *min., Ep.*, 17, 23-24-. En las *Parilia* se comían pastelillos de mijo y leche, que se repartían, además de otros manjares no definidos, además de grandes pasteles y una mezcla de leche y mosto, que denomina Ovidio *burránica potio* –Ovid., *Fast.*, 4, 721-746; 783-806-.

<sup>1136</sup>En especial las ceremonias de Isis y Magna Mater, M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, pp. 132-136. Según Apuleyo, en las ceremonias de iniciación de los fieles de Isis, se celebraban banquetes con exquisitos manjares –Apul., *Met.*, 11, 25, 5-.

<sup>1137</sup>Los *ludi circenses* o *ludi scaenici*. Además *ludi Romani*, M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, pp. 137 ss.

<sup>1138</sup>Como el triunfo de *Aemilius Paullus*, en el 167 a.C., -Plut., *Vit., Aem.*, 32-34-. O el de Tiberio, M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, p. 147.

<sup>1139</sup>“Subían al Capitolio descalzas... con el pelo suelto y el corazón puro”, Trad. L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1988, p. 69.

<sup>1140</sup>Estas rogativas se hacían a Júpiter.

<sup>1141</sup>R. TURCAN, *op. cit.*, 2001, pp. 187-229.



alimentos para el espíritu, no para el mantenimiento humano. Además de los ritos tradicionales romanos se fueron añadiendo un alto número de celebraciones orientales de todo tipo ya que, en general, la atracción de los romanos por las religiones orientales de carácter místico fue enorme, y allí encontraron muchos prosélitos, convirtiéndose en auténtica moda hacerse adepto de muchas religiones para encontrar la verdad a través de la mezcla de todas.

No siempre, pero en muchas ocasiones, sus rituales estaban relacionados con la alimentación y culminaban en la celebración de un banquete. Por ejemplo, el culto a Cibeles exigía siete días de ayuno para los adeptos, que acababan en un día en el que se entregaban a la alegría más salvaje y a todo tipo de excesos, sin lugar a dudas también alimentarios. El *taurobolium* consistía en el sacrificio de un toro, y aunque no vamos a describir esta sangrienta ceremonia, sí señalaremos que la carne del sacrificio, como sucedía en los ritos romanos, se utilizaba para los banquetes de los sacerdotes e iniciados, que se solían prolongar varios días<sup>1142</sup>. El sacrificio del toro, por otra parte, tampoco era nada nuevo en el mundo mediterráneo, Platón describe en el *Critias* cómo se sacrificaba este animal, y el ritual celebrado posteriormente –Pl., *Criti.*, 119E-. Después de su muerte, se llenaban las cráteras de los asistentes con sangre y un poco de ésta misma cuajada, mientras que el resto de la sangre se echaba al fuego y se bebía el contenido de la crátera. Tras la ceremonia, el grupo de asistentes al sacrificio cenaban juntos.

Otros cultos, como el de Isis, estaba rodeado de tantos secretos que se desconocen muchos aspectos internos del culto, aunque sí sabemos que realizaba abstinencia de carne y vino –Apul., *Met.*, 11, 30; 11, 23-25-. Apuleyo describe algunos rituales externos<sup>1143</sup>. Los sacerdotes y quizás los iniciados en el culto de Isis comían reunidos en el *triclinium* alimentos bastante sólidos, que solían consistir en pan y vino, aves, huevos y pescados<sup>1144</sup>. A. Dalby recoge un matiz muy interesante sobre la carne del sacrificio destinada a ser comida, y es que muy posiblemente no estaba realmente sabrosa después del sacrificio debido a que la carne necesita algo de reposo y tiene que eliminar toda la sangre para que se

---

<sup>1142</sup>Existe una referencia con respecto a la ceremonia de *taurobolium* en Córdoba –CIL 2, 5521-.

<sup>1143</sup>Sobre las religiones orientales en el mundo romano, ver R. TURCAN, *Los cultos orientales en el mundo romano*, Madrid, 2001.

<sup>1144</sup>R. ETIENNE, *op. cit.*, 1982, p. 49.

pueda comer y tener buen sabor<sup>1145</sup>. Aunque por su parte, Plutarco comenta que este problema se solucionó colgando la carne en un árbol durante el tiempo transcurrido entre el sacrificio y el cocinado, pero quizás fuera un tiempo insuficiente para estar realmente desangrada –Plut., *Quaest.Conv.*, 6, 10; 7, 6-.

Además de las celebraciones de carácter religioso, las profanas no fueron menos importantes: entre ellas juegos, teatro y carreras<sup>1146</sup>. Todas las fiestas estimulaban a que la gente comiera en la calle golosinas preparadas y despachadas por vendedores ambulantes. Plauto recomendaba a los espectadores comer algo antes de asistir al teatro –Plaut., *Poen.*, 6-10-. Pero desde finales de la República, los espectáculos se sucedían a lo largo del día, de forma que en el mediodía se interrumpían para permitir a los espectadores salir a comer. Otras veces los organizadores ofrecían comida y bebida a los espectadores, incluso los propios emperadores que tomaron parte activa en estos juegos. Calígula fue uno de ellos, y comía junto al populacho, incluso envió su propia ración a un caballero al que vio comer con apetito: “Lanzó también al pueblo diversos obsequios y repartió entre la gente cestas con vituallas; durante un convite de este tipo, envió su propia ración a un caballero romano situado enfrente de él, que comía con un gusto y un apetito notables<sup>1147</sup>” –Suet., *Calig.*, 18, 2-. Tenemos constancia de que Domiciano arrojó regalos sobre el público algunos comestibles: “... y durante un espectáculo de gladiadores le ofreció un opíparo festín con ocasión de las fiestas del Septimontium, haciendo distribuir los víveres a los senadores y caballeros en cesta de pan, y a la plebe en unos capazos, y poniéndose él a comer el primero<sup>1148</sup>” –Suet., *Domit.*, 4, 5- cosas como: “un millar de aves de todas las especies cada día, comestibles diversos, bonos de trigo...<sup>1149</sup>” –Suet., *Nero*, 11, 2-.

Por su parte, las cenas de los gladiadores la víspera del combate eran celebradas públicamente, se les ofrecían comidas exquisitas, con vino y comida abundante y bien preparada, y como la entrada para verles festejar lo que podía ser su última cena, era

---

<sup>1145</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 288.

<sup>1146</sup>El origen de todas las fiestas, tanto las religiosas como las profanas, tiene una evidente génesis en celebraciones de tipo religioso, aunque posteriormente se desvirtuara su contenido en este sentido.

<sup>1147</sup>R. M. AGUDO CUBAS, *Suetonio. Vidas de los doce césares*, 2 vols. Madrid, 1992, p. 28.

<sup>1148</sup>R. M. AGUDO CUBAS, *op. cit.*, 1992, p. 321.

<sup>1149</sup>R. M. AGUDO CUBAS, *op. cit.*, 1992, p.132.

pública, los encargados de prepararla se ocupaban de que el servicio de mesa y la propia comida fueran de calidad<sup>1150</sup>.

Las numerosísimas festividades ocupaban casi todo el calendario. Por un lado, el número de días laborables, a descontar de las fiestas regularmente establecidas en el calendario romano, era de cincuenta y cinco, según Porte. Entre los días *nefastos*, los *novendalis* y las fiestas diversas de carácter fijo, se consumía el año en Roma<sup>1151</sup>. Pero además de estas celebraciones con fecha fija se celebraban otras con carácter extraordinario a lo largo del año, estas últimas con fechas variables. También eran bastante numerosas, y los motivos de su celebración eran nutridos, como juegos, celebraciones de los emperadores, victorias militares y otras. Algunas de estas fiestas se celebraban sin fecha fija ni regularidad, como los *Ludi Saeculares*, que en principio se debían celebrar cada siglo y que sin embargo, los emperadores los celebraron con más frecuencia por su afán de agradar al pueblo, repitiéndose la celebración con más asiduidad. Por ejemplo, Augusto celebró unos en el año 17 d.C., que comenzaron en el mes de mayo, con el ofrecimiento de los ciudadanos de las primicias de las cosechas: trigo, cebada y habas<sup>1152</sup>. Después se sacrificaron dieciocho corderas y cabras y la noche siguiente se repartieron veintisiete hogazas de pan. La tercera noche se sacrificó una cerda preñada, y el último día, para finalizarlas, dos bueyes. Además, se celebraron cenas públicas a las que podían asistir las esposas con sus maridos -Cic., *Div.*, 1, 102-. Otra de las fiestas sin fecha fija eran los sacrificios ofrecidos por la salud del emperador, *Vota* durante los que según este autor, se

---

<sup>1150</sup>Sobre la dieta de los gladiadores, la *gladiatoria sagina* estaba diseñada para incrementar su fuerza y desarrollar la musculatura, compuesta a base de cebada. Ver: L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 564; P. FARB y G. ARMELAGOS, *Consuming passions: the anthropology of eating*, Boston, 1980, pp. 112-125; F. J. SIMOONS, *Eat Not This Flesh: Food Avoidances in the Old World*, Madison, 1961, pp. 7-12; J. RENFREW, "Food for athletes and gods: a classical diet" en W. J. Raschke (ed.), *The Archaeology of the Olympics*, Madison, 1988, pp. 174-181. Por su parte, Galeno trataba a los gladiadores de Pérgamo, los cuales comían un puré de habas y cebada. Juvenal, en otro sentido, hace ascos a la bazofia de las escuelas de gladiadores. En cualquier caso, estas citas muestran que había un plan establecido en cuanto a su dieta -Iuv., *Sat.*, 11, 21-.

<sup>1151</sup>Según D. PORTE, *Fêtes romaines antiques*, Paris, 2001, pp. 5 y 156-168. Este autor presenta además una tabla de todas las fiestas romanas, en las que se señala la designación de la propia fiesta, quienes la celebraban y la clave del ritual.

<sup>1152</sup>Sobre los *Ludi Saeculares*, ver N. PURCELL, *op. cit.*, 2013, p. 451. Para M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *Religions of Rome*, Cambridge, 1998 vol. 1, p. 72, estos juegos del año 17 a.C. representarían, por parte de Augusto, una reinvenición de la antigua religión.

sacaban a lugares públicos mesas y hornillos donde cocinar, se banqueteaba por toda la ciudad, se bebía y se comía -Tert., *Apol.*, 35, 1-2-.

Por otro lado, el origen de muchas de las fiestas y celebraciones romanas era de carácter agrícola, lo que demuestra cómo el tipo de sociedad primitiva siguió conservando ciertas tradiciones y formas, a pesar de que con gran frecuencia, se perdió el último significado de éstas en épocas posteriores<sup>1153</sup>. Banquetes y celebraciones en momentos de abundancia de cosecha, ruegos a divinidades para propiciar lluvias, aplacar sequías y enfermedades... Observamos una serie de ritos agrícolas en los que las ofrendas son habitualmente sencillas: miel, tortas de pan, harina y sal, flores y guirnaldas o *puls*, aunque no siempre era así, y también era habitual la ofrenda tras el sacrificio de animales. Entre ellos ovejas, corderos, cerdos, y menos frecuentemente, ganado bovino, lo que suponía un

---

*Carácter agrícola  
de las fiestas*

---

aporte efectivo y adicional de carne a unas dietas basadas principalmente en elementos vegetales. Una de las fiestas de carácter eminentemente agrícola, en conexión con el pasado histórico romano fue la fiesta de Príapo, durante cuya celebración se ofrecían a este dios, protector de los jardines, los frutos y de la fecundidad de los animales, un tarro de leche y unas tortas -Virg., *Buc.*, 7, 35-. Otra fiesta sin fecha fija, y en este caso en relación con la ganadería, cuyo último fin era conseguir de la naturaleza o los dioses que los bueyes tuvieran fuerzas, era la celebración por la cual se hacía un voto a *Mars Silvanus* -Cato, *Agr.*, 83-. En ella se ofrecían sobre la cabeza del buey a bendecir: tres libras de harina de trigo, cuatro y media de tocino, cuatro libras y media de carne de cerdo, y tres sextarios de vino. Todo esto había que comerlo allí mismo, no podía asistir ninguna mujer y era una ceremonia que se podía repetir cada año.

Como hemos visto, los tipos de celebraciones, banquetes comunales y repartos eran numerosos, y tenían diferentes características según fuera cada uno de ellos, según quién lo organizaba y cómo se desarrollaba. En este sentido serían magníficos, según J. H. D'Arms, los banquetes comunales organizados por el emperador Domiciano, ya que parecían ser la

---

<sup>1153</sup>Según M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 1, pp. 45 ss., las instituciones religiosas romanas tenían una vinculación directa con la agricultura, ya que el calendario festivo presentaba rituales vinculados con la seguridad y la prosperidad, además de con las cosechas de cereal, con la producción vitivinícola y, finalmente, con el desarrollo de las labores ganaderas. Y la propia ciudad de Roma, en época republicana aún estaba muy vinculada con el campo y la agricultura local que facilitaba el suministro de alimentos.

visión de una sociedad en perfecta armonía: en ellos todos los *ordines* compartían la comida, disfrutando de comidas lujosas y distribuidas equitativamente entre todos ellos, y no sólo eso, sino que además celebraban bajo la presencia del propio emperador<sup>1154</sup>. Pero incluso esto no sería suficiente, y parece que Domiciano abolió la *sportula* para ofrecer cenas completas no solo a los más privilegiados, sino a todo el pueblo. J. H. D'Arms opina que estas cenas serían menos lujosas, y apropiadas socialmente para contentar a la *plebs*<sup>1155</sup> –Mart., *Epigr.*, 8, 49, 9-10; Suet., *Domic.*, 7, 1; Stat., *Silv.*, 1, 6, 20-30-.

Pero Domiciano no sería el único emperador que tomara sus comidas en público, compartiendo mesa con el pueblo. Trajano también lo hacía y animaba a la gente a participar en la conversación –Plin., *Min.*, *Pan.*, 49, 4-6-. Aunque, como señala el propio Plinio en otra de sus cartas, con el respeto “que nace de la distinción de clase y rango... pues no hay nada más desigual que la propia igualdad<sup>1156</sup>” –Plin. *Min.*, *Epist.*, 12, 5-. Otro de los repartos más significativos, vinculados con celebraciones de diferentes tipos, eran las *viscerationes*<sup>1157</sup>. Consistían en repartos de carne, previamente inmolada y ofrecida a los dioses –en forma de sacrificios-, y posteriormente troceada y entregada al pueblo, o consumida en banquetes<sup>1158</sup>. Eran festivos pero habituales, como muestra Cicerón: “Pródigos son los que derrochan sus bienes en banquetes públicos, distribuciones de carne cruda, luchas de gladiadores...” –Cicer., *De off.*, 2, 16, 55-.

---

<sup>1154</sup>La de Domiciano no sería la única. M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, pp. 125 ss., recoge importantes ceremonias vinculadas con triunfos de emperadores, en las cuales se realizaban repartos de carne o *visceratio*, mediante las cuales los generales victoriosos mostraban su generosidad al pueblo, en forma de espectáculos, juegos y banquetes públicos. Por ejemplo el que hizo Lúculo a su llegada a Roma en el 63 a.C. –Plut., *Vit. Luc.*, 37, 4-. O Tiberio, en octubre del año 12 d.C., tras la Guerra de Panonia –Suet., *Tib.*, 20-.

<sup>1155</sup>J. H. D'ARMS, *op. cit.*, 1999, pp. 309-310. Aunque la generosidad del emperador llegara hasta el punto de compartir cenas, el rango social se respetaba, como el propio J. H. D'ARMS señala –Stat., *Silv.*, 1, 6, 43-45; Mart., *Epigr.*, 8, 50, 6-10-. Incluso el emperador, aunque compartía la comida con todo el pueblo, estaba situado en una posición elevada y destacada en la habitación.

<sup>1156</sup>Trad., J. GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 2005, p. 129.

<sup>1157</sup>Que J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, p. 438, explica como una distribución de carne que proviene de los restos de un sacrificio. Sobre la *visceratio*, M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, p. 110, proporciona idéntica descripción, la *visceratio* consiste en un reparto público de la carne sacrificada. Con respecto a las *viscerationes*, S. MROZEK, *op. cit.*, 1987, pp. 42-43, señala que eran los banquetes en los que se consumía carne.

<sup>1158</sup>Sobre la ceremonia del sacrificio, que podía llevarse a cabo según el rito griego o el rito romano, ver, G. EKROTH, *op. cit.*, 2014, p. 330, quien divide la ceremonia en: procesión de la víctima, *praeformatio* o ritos iniciales, *inmolatio*, inspección del *haruspex* y troceado de la carne del animal.

En Hispania, como señala Melchor<sup>1159</sup>, solamente tenemos un testimonio de visceraciones, en la *Lex Irnitana*, que señala con ello una referencia con respecto a los días en que no se debe juzgar: *Quibusque diebus ex decurionum conscriptorumue decreto spectacula in eo municipio edentur, epulum aud vesceratio municipibus, aut cena decurionibus conscriptisue, municipium inpena dabitur, quibusque diebus comitia in eo municipio erunt quique dies hac lege... -Lex Irni, 92, 30-35-*.

Además de las celebraciones esporádicas y eventuales, a lo largo del año se sucedían diversas celebraciones y ofrendas con fecha fija, y asociadas a ellas se disponían una serie de repartos de alimentos. El mes de enero, por ejemplo, estaba dedicado a Jano, y a él se brindaban ritualmente harina y sal, así como una torta de pan típica, la “Janual”, realizada con queso, harina, huevos y aceite<sup>1160</sup>. En época de siembra, los labradores ofrecían a Júpiter un banquete preparado con carne cocida y vino -Cato, *Agr.*, 132-. Como ésta, las grandes fiestas romanas estuvieron íntimamente ligadas al carácter campesino de la sociedad primitiva, razón por la cual las celebraciones más importantes estaban relacionadas con el calendario agrícola, y cuya división hemos visto anteriormente, señalada por Varrón -Varro., *Ling.*, 6, 12-. El crecimiento y recogida de la uva tuvo a lo largo del año sus propias festividades particulares: El día 23 de abril se celebraban los *Vinalia priora*, el comienzo del año vinícola con el brote de las vides, haciéndose libaciones con el vino de la cosecha anterior. Vinculada con el ciclo del vino, la fiesta de *Vinalia rustica*, del 19 de agosto se celebraba para pedir la bendición sobre las uvas en una fecha sin determinar, porque dependía del clima y de la cosecha, así como el comienzo de la vendimia, también con fecha indeterminada, día en el que se sacrificaba una cordera blanca. El día 11 de octubre la recogida se daba por concluida, celebrándola en las *Meditrinalia*, fiestas durante las cuales se probaba el mosto fresco<sup>1161</sup>.

---

<sup>1159</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.*, 1992, p. 223.

<sup>1160</sup>Antiguamente, esta fiesta se celebraba en marzo, ofreciendo en ella, a los amigos que se invitaban a comer, miel, higos, y ramas de laurel, estas últimas porque se cultivaban en un bosquecillo junto a la Vía Sacra dedicado a la diosa sabina. Ver A. INVERNIZZI, *Il calendario*, 1994, Roma, p. 20.

<sup>1161</sup>Era el día en que se hacían libaciones de vino nuevo y viejo, probándose como medicina -Varro., *Ling. Lat.*, 6, 21-.

Por su parte, la fiesta de las Saturnales muy antigua y de gran prestigio, celebrada desde tiempos anteriores al 280 a.C., cuando Pirro permitió a sus cautivos salir a celebrarlas fuera de su prisión -Appian., *Samm.*, 10, 5-. En las conocidas, antiguas y festejadas Saturnales, se solían recibir y ofrecer regalos entre amigos, como vemos que incluso hacían algunos escritores como Séneca y Marcial, si bien Séneca se queja de la revulsión que suponían estas fiestas: *December est mensis; cum maxime civitas sudat. ius luxuriae publicae datum est. ingenti apparatu sonant omnia, tamquam quicquam inter Saturnalia intersit et dies rerum agendarum* -Sen., *Ad Luc.*, 18, 1-. Marcial, por su parte, seguía la costumbre de enviar a los amigos durante las Saturnales un presente característico de esta

---

*Sacrificios  
incruentos*

---

época, las nueces, y así: *De nostro, facunde, tibi, Ivvenalis, agello Saturnalicias mittimus, ecce, nueces* -Mart., *Epigr.*, 7, 91-. Aunque eran las más típicas, las nueces no eran el único regalo, y es también Marcial quien refleja la situación de un abogado que había recibido una serie de presentes típicos de esta fiesta, que no eran especialmente lujosos: medio modio de trigo y de habas trituradas, pimienta, embutidos de Faleros, vino cocido, higos, cebollas, caracoles y queso. También un pequeño cesto con aceitunas -Mart., *Epigr.*, 4, 46, 6-15-. También están los pasteles rituales, que nos llevan a épocas anteriores, como el que presenta Catón, y que se conoce como *libum*, tarta, pan o pastel de origen sacrificial, elaborado con queso, harina y huevo, que se horneaba sobre unas hojas de laurel que le proporcionarían cierto sabor peculiar: *Libum hoc modo facito. casei P. II bene disterat in mortario. ubi bene distriverit, farinae siligineae libram aut, si voles tenerius esse, selibram similaginis eodem indito permiscetoque cum caseo bene. ovum unum addito et una permisceto bene. inde panem facito, folia subdito, in foco caldo sub testu coquito leniter* -Cato., *Agric.*, 75-.

Pero todos los sacrificios no eran iguales, podían ser incruentos, como las entregas de pan, de harina o vino que hemos visto, o cruentos, con diferente magnitud en este segundo caso, con los sacrificios de animales<sup>1162</sup>. Entre estos últimos, las pequeñas víctimas -*hostiae*-, como los cerdos, cabras y ovejas y los grandes animales o *victimae*, como los

---

<sup>1162</sup>Para M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, p. 154, se establecen dos momentos en los sacrificios: en época más antigua, una primera forma de libaciones de grano y sal, y una segunda parte cuando se comienzan a practicar los sacrificios de animales -Ovid., *Fast.*, 1, 37-53-.

toros y vacas. En cualquier caso, los animales sacrificados eran víctimas *electae, eximiae, egregiae*, y en consecuencia, con carnes de animales seleccionados, sanos y fuertes, con todas las posibilidades de que se obtuviera de ellos carnes de muy buena calidad para el posterior consumo<sup>1163</sup> –Macrob., *Sat.*, 3, 5, 6-.

Cada una de las fiestas, y especialmente aquellas de carácter agrícola, tenían su celebración característica. Así sucedía con las de invierno, como hemos visto en el caso de las Saturnales, lo que además sucedía en la primavera, antes de empezar la siega del cereal, cuando se ofrecía a Ceres una *cerda praecidanea* –Cato, *Agr.*, 134-. Por su parte, las *Feriae Latinae* duraban cuatro días, a lo largo de las cuales hombres y mujeres llevaban hasta el monte Albano las víctimas, y después de la celebración del sacrificio y de la distribución de la carne, volvían a la ciudad, aspectos detallados por Cicerón –Cic., *Att.*, 1, 3, 1; Liv., *Ab Urb.*, 21, 63, 8-. Las *Feriae Latinae* no tenían fecha fija y se celebraban en honor a Júpiter Lacial, finalizaban después de tres días, con una procesión tras la que se sacrificaba un toro y se repartía su carne, según J. F. Donahue, era un toro por cada una de las cuarenta y siete ciudades participantes<sup>1164</sup> –Liv., *Ab Urb.*, 32, 1, 9; 37, 3-. Los magistrados de cada ciudad

---

<sup>1163</sup>Según J. R. CARBÓ GARCÍA, “Perspectives on the phenomenon of ritual sacrifice, sacralization of food and conviviality in the Classical world”, *Studia Universitatis Babeş-Bolyai. Historia* 59, Jun. 2014, Issue 1, *Banquets of Gods, Banquets of Men. Conviviality in the Ancient World*, 2014, pp. 297-298, las víctimas debían ser apropiadas para la inmolación, y no solo se sacrificaba una cada vez. En los actos más solemnes se sacrificaban varias especies, como sucedía en *suovetaurilia*, en la segunda mitad de Mayo –Cato., *Agric.*, 141-. Para J. SCHEID, “Sacrifice et banquet à Rome”, *Melanges de l’Ecole française de Roma, Antiquité* 97, 1, 1985, p. 194, es precisamente la clave y el momento central del banquete sacrificial el hecho de compartir la carne. De ahí la importancia de la división de la carne, y de que se reservaran algunas partes de la víctima a los dioses, y el consumo de otras partes a las personas que participaban en él. J. SCHEID asegura que se produciría un vínculo en la ceremonia del banquete, que enlazara a: los hombres con los dioses, vínculo entre los ciudadanos y los que no lo son, y finalmente entre los propios ciudadanos.

<sup>1164</sup>Eran unas fiestas movibles, que según J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, p. 430, se celebraban en honor a *Jupiter Latiaris*, y que originalmente se celebraban en el Monte Albano, por el conjunto de miembros de la Liga Latina. A ella asistían los cuarenta y siete miembros de esta, ciudades que tomaban parte en el festival, participando con sacrificios en nombre de la hegemonía romana. Cada ciudad recibía y sacrificaba un toro, en común, y a su vez percibían porciones de la carne del sacrificio, en relación con el propio poder de la ciudad. La diferencia en las porciones de carne parecen obedecer a un orden jerárquico en el que finalmente se celebraba la unión de sus miembros, cuyo rango se ponía de manifiesto según la porción de comida recibida. Sobre la vinculación de Roma y los pueblos latinos, ver M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, pp. 11 ss. Sobre estas fiestas relacionadas precisamente con el origen de la *visceratio*, ver M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, p. 111, quién señala que eran expresión de una importante celebración religiosa y también social –Varro., *Ling.*, 6, 25; Cic., *Planc.*, 23; Plin., *H.N.*, 3, 69; Liv., *Ab Urb.*, 32, 1, 9; 37, 3, 4-. Es Cicerón quién cita por primera vez este término, como señala M. KAJAVA, vinculando los



presente ofrecían por su parte otros sacrificios consistentes en leche, queso, carneros, ovejas, después de lo cual, todos los alimentos presentados se comían en común. Finalmente, el vencedor de las carreras de cuadrigas bebía ajeno, líquido que simbolizaba la salud, aspecto en el que coinciden diversos autores -Plin., *N.H.*, 27, 7, 28; Liv., *Ab Urb.*, 5, 17, 2; Suet., *Iul.*, 79; *Nero*, 7; *Claud.*, 4-.

En cuanto a la importancia de los repartos de carne que se distribuían en las distintas fiestas, tanto M. Kajava como J. Scheid sugieren que si bien toda la carne que provenía de los sacrificios derivaba en repartos y banquetes, cuesta trabajo imaginar que toda la carne de los banquetes fuera de carácter sacrificial<sup>1165</sup>. Mientras, señala M. Kajava, en Grecia los ritos sacrificiales siempre eran seguidos por distribuciones de carne a los ciudadanos, en Roma, la costumbre de celebración de banquetes a gran escala y las distribuciones, además de los espectáculos gratuitos hacían diferentes estas celebraciones<sup>1166</sup>. En cualquier caso, las *viscerationes* estaban vinculadas a ese banquete que conocemos como *epulum*, y que hemos tratado en el capítulo dedicado a los abastecimientos. Séneca señala que en las distribuciones se produce un reparto por cabeza, y que el reparto de carne se distribuye en porciones: *Ex congiario tantum ferunt homines, quantum in capita promissum est. epulum et visceratio et quicquid aliud manu capitur, discedit in partes* -Sen., *Ad Luc.*, 73, 8-, para lo que tendremos en cuenta que los repartos eran frecuentemente de carácter público, es decir, cualquiera podía acercarse a la escena sacrificial y recibir una parte.

Y no sólo para las ciudades o para las oligarquías, algunas de estas fiestas eran exclusivas para disfrute de la *plebs*, como los *Ludi Cereales*, celebrados del 12 al 19 de abril, que parecen representar según J. F. Donahue, una evidente oportunidad para recrearse en una fiesta exclusiva para ellos<sup>1167</sup>. Parece que estas fiestas sobrevivieron hasta mediados del s. IV d.C. Por su parte, en el ámbito local se repetía el esquema festivo, y en las ciudades existía una lista de *feriae*, durante las cuales se suspendían las actividades

---

banquetes con este reparto de carne y con juegos de gladiadores y caza, proporcionando a todo esto una connotación negativa, ya que llama a quienes organizan todo esto, pródigos (frente a los generosos, que emplean sus recursos en otras actividades que Cicerón considera positivas) -Cic., *De off.*, 2, 55-. M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, p. 113, señala que el primer caso que conocemos de *visceratio* se produjo en el año 338 a.C., lo que haría que su práctica fuera realmente antigua. También se vinculaban con ceremonias de carácter funerario.

<sup>1165</sup>Según M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, pp. 117 ss. y J. SCHEID, *op. cit.*, 1985, pp. 193 ss.

<sup>1166</sup>Sobre los sacrificios en el mundo griego, ver M. DETIENNE y J. P. VERNANT, *op. cit.*, 1979, autores que mantienen que toda la carne era de origen sacrificial.

<sup>1167</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, p. 430.

oficiales. Estos feriados eran aquellos festivos vinculadas con la casa imperial y también los que se celebraban en honor del emperador y su familia<sup>1168</sup> -*Lex Irm.*, 31, 90, 92-.

Aunque desde luego, no todos los sacrificios estuvieron abiertos a la asistencia del pueblo, algunos estaban reservados en exclusiva a colegios sacerdotales, por lo que no hay que pensar necesariamente que cada sacrificio celebrado suponía un reparto de carne extra para la *plebs*. Para A. Dalby, los alimentos producidos en los sacrificios, de origen tanto cruento como incruento, y así carnes o pasteles, panes, aceite, etc., los repartían los ayudantes de los sacerdotes entre la gente necesitada que asistía a éstos<sup>1169</sup>. En cuanto a las celebraciones de los *collegia*, practicaban lo que J. F. Donahue denomina “segregative commensality”. Se trataba de personas agrupadas en alguna de estas instituciones, cuyos fines eran variados, pero como instituciones tenían en común que una de las actividades eran los banquetes de los socios o miembros de las agrupaciones. Los motivos de dichas celebraciones eran variables: mientras en ocasiones se festejaba el día del patrono, otras veces los propios asociados proveían de distribuciones para banquetes, y también había días de funeral. Incluso era normal que se hiciera al menos una cena anual para disfrute de los miembros. Por una parte, estas fiestas marcan la identidad del grupo, pero también son expresión de la jerarquización, concediendo al alimento un importante rol en la sociedad, manifestándose también como señal de separación social<sup>1170</sup>. Como modelo de uno de estos convites, L. Friedländer recoge el menú de un banquete sacerdotal celebrado entre los años 74 y 63 a.C., grupo que no se caracterizaba por su frugalidad, sino por el sibaritismo con que organizaba sus comidas<sup>1171</sup>. Este banquete fue un acontecimiento excepcional por el lujo de los alimentos, y constó de los siguientes manjares:

Entradas: erizos de mar, ostras, dos tipos de almejas, tordos con espárragos, gallina, pastel de mariscos, otros platos de marisco, papafigos, riñones de ciervo y de jabalí, aves empanadas y de nuevo papafigos con almejas.

---

<sup>1168</sup>Según J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 2009, p. 24, este calendario oficial de Roma se pondría al día y sería modelo de los calendarios que utilizaban los sacerdotes del culto imperial provincial.

<sup>1169</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 288.

<sup>1170</sup>J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2003, pp. 432 ss., y 438. Por su parte, para J. SCHEID, *op. cit.*, 1985, p. 195, es posible que los banquetes sacrificiales sean el origen del resto de los banquetes

<sup>1171</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, pp. 781-782.

Platos fuertes: pecho de cerdo y pastel de cerdo, cabeza de jabalí, pastel de pescado, codornices en dos guisos, liebres, aves asadas, pasteles y pan de Piceno.

A este banquete asistieron los más distinguidos personajes de las élites romanas, incluido Julio César. Friendländer concluye, opinión con la que coincidimos, que: “no sería difícil citar más de un banquete correspondiente a distintas épocas de los tiempos modernos de una abundancia y variedad de platos iguales o superiores a las de aquél, y cuya celebración no produjo escándalo alguno”. En el anterior banquete podemos observar la aparición de abundantes alimentos, todos ellos de calidad, teniendo en cuenta el medio en que se celebraba el banquete, pero nada realmente excepcional o extravagante. Macrobio describe el menú y las circunstancias del banquete, recogiendo el testimonio de un contemporáneo, Salustio: “Entre los hombres de mayor prestigio, para que lo sepáis, tampoco faltó el lujo fastuoso. Doy el relato de una comida pontifical, celebrada hace muchísimo tiempo, que se encuentra descrita en el cuarto registro de aquel Metelo que fue pontífice máximo... el día noveno, antes de las calendas de septiembre... he aquí el menú: como entrantes, erizos de mar, ostras crudas a voluntad, ostiones, cañadillas, tordo sobre fondo de espárragos, pollo cebado, pastel de ostiones, mejillones negros y blancos; de nuevo cañadillas, vieiras, ortiguillas de mar, becafigos, lomos de corzo y de jabalí, pollo cebado rebozado en harina, becafigos, múrices y pórfidos; como platos, ubres de cerda, sesos de jabalí, pastel de pescado, pastel de ubre de cerda, patos, cercetas hervidas, liebres, pollo asado, crema y pan del Piceno. ¿Dónde se podía ya denunciar entonces el lujo excesivo, cuando una cena pontifical estuvo atiborrada de tantos platos<sup>1172</sup>” –Macrobi., *Sat.*, 3, 13, 10-13-

Por su parte, también los triunfos bélicos se celebraban como se hizo con la llegada de Augusto triunfante y narra Virgilio: sacrificando un gran número de novillos<sup>1173</sup> -Virg., *Aened.*, 8, 717-.

---

<sup>1172</sup>Trad. F. NAVARRO ANTOLÍN, *op. cit.*, 2010, pp. 349-350. El día exacto de la celebración fue el día 22 de agosto, y el año de celebración de este banquete podría ser el 68 a.C.

<sup>1173</sup>Según M. BEARD, *El triunfo romano*, Madrid, 2008, pp. 162 ss., era necesario para el poder romano “sacar el máximo partido a la victoria”, en cualesquiera de los casos y diferentes reinados, y para ejemplificar este tema presenta el banquete de Domiciano pintado por Dión Casio. Un banquete en el que todo, hasta los sirvientes estaba pintado de negro, y en cada lugar del *triclinium* había una lápida. Esta autora, más que opinar que era “un caso clásico de sadismo imperial”, o que era parte del humor negro de Domiciano, ofrece una vía de interés, ya que el ágape se celebró tras el triunfo obtenido por las legiones en la Guerra contra germanos y dacios en el año 89 d.C., y que

## 4.2. El ámbito privado: celebraciones y fiestas

Hemos visto las numerosas fiestas de carácter público, ya fueran cívicas o religiosas, pero además de estas, existieron celebraciones privadas, también numerosas. Como en las anteriores el momento culminante de la celebración doméstica solía ser un banquete, incluso los rituales asociados estaban directamente vinculados con los alimentos. En ocasiones, se vinculaban el ámbito público y el privado ya que algunas fiestas públicas tenían un componente privado, como el celebrado entre vecinos el 23 de abril en las *Terminalia*, que se festejaban en el término colindante de los campos, en las propias lindes. Allí, como destaca Ovidio, se adornaban los hitos que delimitaban los campos contiguos y se tomaban pasteles sagrados, harina, miel, vino, la sangre de un cordero o cerdo, y se celebraba una comida vecinal en común, de carácter privado pero entre personas que no eran miembros del mismo núcleo familiar -Ovid., *Fast.*, 2, 643-.

Además de estas celebraciones, que de forma regular hacía toda la población, existieron otras fiestas que se celebraban cuando ocurrían acontecimientos esporádicos y normales en las familias como bodas, aceptación del recién nacido en la familia, muertes con los tradicionales banquetes funerarios o la entrada en el mundo masculino de jóvenes adolescentes con la ceremonia de la *bulla*. El *pater familias* era el responsable de la buena práctica y el desarrollo de todas esas ceremonias, del culto a los ancestros y de los ritos de los descendientes, los conocidos como ceremonias de paso, que eran las que marcaban los distintos tiempos en la vida<sup>1174</sup>.

Las fiestas privadas relacionadas con acontecimientos familiares se celebraron en el ámbito íntimo y doméstico y afectaron a un menor número de personas en cada celebración. Y desde luego, llama la atención el elevado número de celebraciones y

---

fueron festejadas con un banquete sufragado por el erario público para el pueblo y, por este inusual banquete festejado para las élites -Cass., Dio., *H.R.*, 67, 9-. Algo similar ocurrió en el año 71 d.C., cuando antes del inicio de la procesión narrada por Josefo se ofrecía a los soldados un almuerzo, mientras Vespasiano y Tito tomaban otro de forma privada -Josef., *B.J.*, 7, 96-. El ejército, tanto en campaña como durante la celebración de los triunfos, marchaba nutrido, necesariamente. Y por supuesto, hay referencias de banquetes triunfales antes del Imperio, como el ofrecido por Julio César después de los triunfos de los años 46 y 45 a.C. -Cass., Dio., *H.R.*, 43, 42, 1; Suet., *Iul.*, 38, 2; Plut., *Ces.*, 55, 2-. Igualmente, para J. H. D'ARMS, "Between Public and Private. The *epulum publicum* and Caesar's *horti trans Tiberim*", en M. Cima y E. La Rocca (comps.), *Horti romani. Atti del convegno internazionale, Roma, 4-6 de mayo de 1995, L'Erma di Bretschneider*, Roma, 1998, p. 35, quién coincide con M. BEARD, en que el festín era "la piedra angular del rito triunfal".

<sup>1174</sup>M. BEARD *et alii*, 1998, vol. 1, p. 49. Sobre los detalles de la ceremonia y cómo se desarrollaba, ver U. E. PAOLI, *Urbs. La vida en la Roma antigua*, Barcelona, 1990, pp. 160 ss.

festividades existentes en la sociedad romana, teniendo en cuenta que además se irían incorporando a lo largo del tiempo algunos ritos de carácter oriental, que tuvieron sus propias celebraciones periódicas, y que se sumaron a las fiestas tradicionales<sup>1175</sup>.

Las fiestas de los esponsales serían motivo de reunión de dos familias, ceremonia ————— que culminaba en un banquete típico de este acontecimiento en la casa de la novia. La boda, rito posterior al de los esponsales y la tradicional promesa: *Ubi tu Gaius ego Gaia*, también se celebraba con un banquete entre los familiares<sup>1176</sup>. En él, desde luego, había vino, y no era necesariamente un banquete sencillo ni restringido a la familia estricta, ya que a veces eran ostentosos y repletos de conocidos, familiares, amigos y parientes, como observamos en el que retrata Apuleo o el que describe Plutarco –Apul., *Met.*, 6, 10, 4; 11, 1-2; Plut., *Quaest. Conv.*, 4, 3, 1-3-. Y desde luego, era principal entre todos los manjares servidos, el pastel de bodas –Athen., *Deipnos*, 7, 281D-. En realidad, en los banquetes de bodas se podían servir todo tipo de comidas, según el poder adquisitivo y los gustos de los anfitriones, y en cualquier caso, las fuentes sugieren que eran celebraciones cuidadas, y que en ellas se servía ese pastel típico de dicha solemnidad. Y según Epicarmo, en un texto recogido por Ateneo, en las bodas de Hebe había todo tipo de pescados, entre ellos detalla los siguientes: tembladeras, rayas hembra, peces martillo, peces sierra, bonitos, rayas mayo y lijas, así como sargo, lenguados y pez cítara, sardinas, pez-cerdo, pez volador y tiburón, pulpo, sepia, calamares, espetones y serranos –Athen., *Deipnos*, 7, 286B-C; 323C-F, 328C; 330A-.

Otras de las celebraciones menos alegres pero inevitables, las de carácter fúnebre también eran motivo de reunión y de organización de un banquete especial, característico de éstas: el *silicernium*. Dicho banquete se repetía a los nueve días de esta primera celebración en forma de la *cena novendialis*<sup>1177</sup> –Petron., *Satyr.*, 65-. Las tumbas eran unos

---

<sup>1175</sup>Sobre el calendario romano, ver M. BEARD, J. NORTH y S. PRICE, *op. cit.*, 1998, vol. 2, pp. 60-77, autores que señalan que el calendario oficial sería una institución central de la religión romana, y que estaría regulado por el *collegium pontificum*, la institución religiosa más importante.

<sup>1176</sup>Sobre el papel de la mujer romana y el matrimonio, S. B. POMEROY, *op. cit.*, 1999, pp. 172-186. Sobre el matrimonio como parte del ciclo de la familia, ver L. A. CURCHIN, *op. cit.*, 2001, p. 537, y sobre la legislación matrimonial, ver S. M. TREGGIARI, “Roman Marriage”, en A. K. Bowman; E. Champlin; A. Lintott, *Cambridge Ancient History X. The Augustan Empire. 43 B.C -69 A.D.*, Cambridge, 2006, pp. 887-893.

<sup>1177</sup>J. ARCE MARTÍNEZ, *Funus Imperatorum. Los funerales de los emperadores romanos*, Madrid, 1990, p. 175. M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, pp. 114 ss. Señala que en ocasiones, estas ceremonias estuvieron vinculadas con una *visceratio*, recogiendo un texto inscrito en el sarcófago

complejos dotados con espacios característicos, donde se podían encontrar *triclinia*, en los que se celebraban estos banquetes. D. Vaquerizo Gil recoge que en estas tumbas, y a lo largo de todo el Imperio, se han encontrado restos animales, de cerdos, carneros y corderos, todos ellos, con frecuencia reducidos a la mitad, simbolizando así el reparto del consumo alimentario entre los vivos y los muertos<sup>1178</sup>. También se han encontrado ofrendas de leche, vino, aceite y miel, así como frutos y semillas. Finalmente, el cristianismo recoge la tradición pagana del banquete funerario, limitándolo en su manifestación alimentaria y dotándolo de un sentido más espiritual. Su expresión se circunscribiría a la celebración de

\_\_\_\_\_ la eucaristía, con el pan y el vino como alimentos representativos de una religiosidad distinta<sup>1179</sup>.

*Celebraciones  
fúnebres*

\_\_\_\_\_ Los funerales romanos eran complejos e incluían prescripciones sobre la alimentación en estas ocasiones especiales.

Si moría alguien en la familia, se purificaba la propia familia mediante el sacrificio de una cerda, y si el muerto no se inhumaba, la familia tenía que ofrecer a Ceres otra cerda<sup>1180</sup>. Estos animales se consumían durante una comida fúnebre y de carácter purificador. El menú de la comida fúnebre tenía su propia tradición, se comían huevos, apio, sal y aves, así como legumbres como habas y lentejas. Además, como señala Cicerón, se volvía a purificar la casa y se ofrecía al Lar el sacrificio de un carnero: “qué clase de sacrificio se ha de hacer al Lar con carneros, de qué forma debe cubrirse de tierra el hueso extraído, y cuáles son las

---

de A. *Saluius A.f. A.n. Crispinus*, al que los *municipes* dieron una *cena* y *visceratio* tras su fallecimiento. Sugiere M. KAJAVA que estas *viscerationes* serían un ejemplo de continuidad de la antigua tradición de banquetes funerarios, inscritos en el ámbito del *silicernium*. Es muy posible que el menú de la *cena novendialis* incluyera carne, quizás la de los cerdos sacrificados para purificar a la familia, aunque en cualquier caso, M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, p. 116, apunta a que esto ha sido motivo de controversia.

<sup>1178</sup>D. VAQUERIZO GIL, “La *pietas*: culto a los antepasados y ceremonias conmemorativas”, en D. Vaquerizo Gil (coord.), *Funus cordobensium. Costumbres funerarias en la Córdoba romana*. Córdoba, 2001b, pp. 73.

<sup>1179</sup>Sobre el banquete funerario ver: H. LINDSAY, “Eating with the Dead: The Roman Funerary Banquet”, en I. Nielsen y H. Nielsen (eds.) *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, 1998, pp. 67-80.

<sup>1180</sup>La comida fúnebre o *silicernium*, en la que se comía la cerda sacrificada, *porca praesentanea* –, J. GUILLÉN CABAÑERO, *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. III, Religión y ejército*, Salamanca, 1994, pp. 241. Según M. KAJAVA, *op. cit.* 1998, p. 115, era una comida de carácter íntimo, tras la que seguía la *novendialis cena*, celebrada nueve días después del fallecimiento, y el sacrificio del cerdo estaba vinculado con la purificación de la familia.

normas que rigen el sacrificio obligado de la cerda<sup>1181</sup>”. A los nueve días se volvía a hacer otro sacrificio, con libaciones de leche y sangre. Era entonces cuando se celebraba un nuevo banquete fúnebre *-cena novendialis-*, en el que la familia se reunía para cenar en recuerdo del muerto. Por su parte, también la categoría personal y social importaba e inevitablemente quedaba de manifiesto en estas celebraciones y así, los funerales de las personas ricas o importantes, podían tener una repercusión práctica entre sus conciudadanos. Esto se debía a que a veces se ofrecían banquetes públicos en honor del fallecido, con dinero que este había dejado para dicho fin, e incluso fue frecuente que algunos miembros de la élite senatorial legasen dinero a los ciudadanos tras su muerte, como César, quién dejó a cada ciudadano 300 sestercios -Suet., *Iul.*, 83-.

Otras ceremonias más alegres –y regulares, estas sí a fecha fija- como eran los cumpleaños, se celebraban con regalos e invitaciones del festejado a su familia o amigos<sup>1182</sup>. Era corriente enviarle regalos a su casa, y que éste, a cambio, invitara a una cena especial que se celebraba con lo mejor, bebiendo vinos y disfrutando de comidas bien preparadas, las cuales estaban presentes en estas celebraciones domésticas: *Ad natalicias dapes vocabar, essem cum tibi, Sexte, non amicus... y: Natali tibi, Quinte, tuo dare parva volebam munera; tu prohibes: imperiosus homo es. parendum est monitis, fiat quod uterque volemus et quod utrumque iuvat: tu mihi, Quinte, dato* –Mart., *Epig.*, 7, 86; 9, 53-.

En lo referente a las celebraciones romanas hemos podido constatar el gran número de fiestas públicas y privadas que se festejaban a lo largo del año. En la mayor parte de ellas tenían lugar diferentes tipos de sacrificios, tanto cruentos como o incruentos, así como ofrendas. Y con posterioridad a la ceremonia, ofrenda o festejo, se celebraban banquetes entre los asistentes. Además de disfrutar del banquete como celebración en sí misma, en

---

<sup>1181</sup>Cic., *Leg.*, 2, 22, 55. Trad. C. T. PABÓN de ACUÑA, *Cicerón. De legibus*, Madrid, 2009, p. 105.

<sup>1182</sup>J. P. ALCOCK, *op. cit.*, 2006, p. 201, señala algunas fiestas de cumpleaños que terminaron pasando del ámbito privado al público, como la de *M. Cadius Cerna*, que vivió en Campania tras una brillante carrera política y militar, que daría una fiesta para la gente de su localidad en su cumpleaños, cada año. O *Cocceia Vera*, de Cura, que haría lo propio, pero dejando un orden estricto según la categoría de los invitados, y así, los decuriones estarían ubicados en diez *triclinia*, los seviros en dos o más y así, dejando de relieve el espectro social incluso en estas fiestas cuyo origen era privado. Y también las celebraciones de cumpleaños de los emperadores se hacían públicas, pero quizás esto era más común que en el caso anterior. Sobre estas celebraciones, y las relaciones sociales, ver A. WALLACE-HADRILL, “Between Citizen and King”, *The Journal of Roman Studies* 72, 1982, p. 40.

ellos se gozaba de estas comidas especiales, cuya tipología dependía de la celebración, así sucedería en las *viscerationes*, por ejemplo. Y en todos ellos habría diferentes tipos de vino, tortas, panes o pasteles para tomar en común. Hemos visto que en estas celebraciones, hubiera o no sacrificio, siempre había comida extraordinaria, lo cual es indudable que enriquecía la dieta cotidiana.

Así, podemos concluir que la mayor parte de las celebraciones supusieron un aporte extra de alimentos, especialmente de proteínas por la distribución de la carne de los animales sacrificados entre el pueblo. Además de otros platos o productos, los repartos de carne representaron la incorporación de un alimento prestigioso y nutritivo, con una consideración social muy superior a las dietas cotidianas, compuestas por cereales y hortalizas, complementándolas y consiguiendo con ello que fueran más equilibradas y ricas.





## VALORACIÓN GLOBAL

La sociedad romana se caracterizó por una estratificación muy definida entre distintos grupos sociales, lo que era visible incluso en la cantidad y calidad de los banquetes vinculados con los repartos y celebraciones. El alimento era precisamente el factor que marcaba más claramente las diferencias de dichos estratos. La calidad y cantidad de los alimentos, la preferencia en los lugares de disfrute del banquete, todo hablaba de una delicada, pero no por ello menos manifiesta, estratificación social. A pesar de que las élites urbanas siempre comían alimentos más costosos, mejor presentados –y en mayor cantidad– y más representativos de su estatus social, esto no significa necesariamente que estuvieran mejor alimentados que otros grupos sociales. Nos referimos en concreto a los agricultores de alto o medio nivel, que solían comer alimentos poco elaborados, con mayor contenido en fibra, así como más cantidad de vegetales, frutas y hortalizas que carnes y cuyos hábitos de vida eran más frugales.

Vemos cómo, a través de la alimentación, queda de manifiesto todo un sistema filosófico y moral, un pensamiento complejo que se refleja en los actos más cotidianos y que también tenía relación con las características personales de cada individuo y con su estatus social. Con ello, la alimentación se va perfilando como un indicador cultural que señala con hechos, preparaciones y actitudes muy concretas, así como el grado de evolución y desarrollo de una sociedad, y su declive o progreso.

También observamos las diferencias entre la alimentación del mundo urbano y el mundo rural, y cómo la *plebs* de la *Urbs* estuvo abastecida en lo necesario gracias a los servicios públicos de la *annona* y a la tradicional *sportula* matutina. Contando con la variedad y surtido de los mercados romanos.

Otro ingrediente importante en la alimentación romana fue el vino, que llevó consigo diversos beneficios a las dietas, así como un moderado aporte vitamínico y cierto contenido calórico que complementaba la alimentación cotidiana. También fue un elemento principal en las reuniones sociales, como vemos a través de la variada tipología de copas, jarras y otros recipientes en relación con él.

Las fiestas fueron otro hito muy directamente relacionado con el Sistema alimentario romano ya que introdujeron un factor de cambio de los patrones habituales de alimentación con su repetición regular. Solían hacerse repartos alimentarios de todo tipo,

sobre todo cárnicos, que eran los más apreciados. En cuanto al tipo de celebraciones, además de las fiestas de carácter familiar o personal, como las celebraciones de bodas, cumpleaños y otras, existieron una serie de fiestas de carácter público, a veces de origen religioso, y también de carácter militar, celebraciones y aniversarios políticos o banquetes cívicos a fecha fija, además de los que es imposible contar, que eran de fecha variable, y entre todos estos podemos contar, independientemente de las celebraciones privadas, unas ocho fiestas al mes, lo que supone un alto porcentaje de alimentos repartidos extrínsecamente a las dietas habituales.

### **III. DINÁMICA HISTÓRICA Y SISTEMA ALIMENTARIO**



## Introducción

*Ab ovo usque ad mala*<sup>1183</sup>

Ciertos factores expresaron y representaron la evolución cultural romana, entre ellos algunos como la introducción de los distintos alimentos en Roma en diferentes momentos y la forma que tuvieron de integrarse en la dieta cotidiana. También la utilización de diversos instrumentos y útiles de cocina, así como las ocupaciones ligadas con la alimentación y las costumbres sociales vinculadas igualmente con su práctica. Dichos cambios dejaron su impronta en la evolución del pensamiento, e inversamente, la forma de pensar influiría igualmente en los hábitos alimentarios. También quedarían trazas de todos estos aspectos en la forma de utilizar los recursos disponibles<sup>1184</sup>.

Tantos siglos de Roma no la convierten en un bloque unitario y sin matices. Muy al contrario, la Roma monárquica no era ni mucho menos la que gobernó Augusto o la de los Severos. Entonces ¿Por qué pretender sintetizar el Sistema alimentario de tantas épocas distintas como si fueran una sola? El análisis que presentamos demuestra cómo la alimentación es un factor revelador de distintos momentos históricos a través de su desarrollo. Los acontecimientos sociales, políticos y militares, tuvieron una gran repercusión en este aspecto de la vida cotidiana, y por tanto observaremos cómo se desarrollaron paralelamente a los cambios culturales importantes modificaciones de carácter alimentario.

---

<sup>1183</sup>“Del huevo a la manzana” –Hor., *Sat.*, 1, 3, 5-, es decir, del principio al fin del banquete, expresión latina que recoge Horacio en sus sátiras. Trad. J. L. MORALEJO ÁLVAREZ, *op. cit.*, 2008, p. 77.

<sup>1184</sup>Para A. J. DONNELLY, *op. cit.*, 2015, p. 146, los propios textos de cocina nos van explicando a través de los usos de los recipientes y los instrumentos, cómo se desarrollan dichos cambios. Observando, por ejemplo, mediante los recetarios –en orden temporal- de Apicio, Vinidario y *Anthimus*, se perciben diferencias sutiles entre ellos, por ejemplo en ciertas prácticas culinarias como la sustitución de las elaboraciones de *patina* por *caccabina*, y finalmente *Anthimus* marca una ruptura en las prácticas culinarias romanas tradicionales. En sus textos hay muy pocas salsas, y las carnes se cocinan por exposición directa al fuego, reemplazando el horno romano tan utilizado por Apicio por el fuego abierto. También asevera A. J. DONNELLY que las técnicas parecen simplificarse del primer al último de los recetarios citados, de igual forma que lo hace la propia morfología de los instrumentos. Y aclara que esto no es necesariamente signo de pobreza, sino de una variación en los usos culinarios, de preferencias en la dieta, que en la época de *Anthimus* estaba influenciada por los cambios en la sociedad romana, aspecto con el que coincidimos plenamente.

## 1. Etapas alimentarias

*Qualiter Assyrios renovant incendia nidos,  
una decem quotiens saecula vixit avis,  
taliter exuta est veterem nova Roma senectam*<sup>1185</sup>

Hay períodos históricos que observamos claramente marcados por la ausencia, o presencia de ciertas comidas, hábitos y costumbres relacionados con ésta, incluso con una serie de instrumentos de mesa y cocina característicos, los cuales presentan ciertos detectores mediante los que podemos conocer a qué época corresponde un determinado estilo de comer<sup>1186</sup>. Juvenal fue consciente de la serie de cambios que se produjeron en Roma a través del tiempo y tuvo la lucidez de resumir su relación con una expresión alimentaria característica, capaz de diferenciar varias etapas –Iuv., *Sat.*, 6, 1-25-. Comienza desde la época de los recolectores de aquellos “lejanos tiempos del rey Saturno”, cuando el hombre aún consumía bellotas, recogiendo en paralelo la existencia de momentos históricos que reflejan una mítica e inicial edad de oro. Más adelante habla el poeta de una segunda edad “de hierro” en la que ya se cultivaban en huertos particulares frutas y hortalizas, y finalmente una tercera edad “de plata”, en la que se comían: *Turture magno, mullorum*<sup>1187</sup> - Iuv., *Sat.*, 6, 42-.

---

*La alimentación,  
fenómeno dinámico*

---

Por otra parte, es necesario matizar que no todo es cambio. La alimentación es un fenómeno dinámico y a la vez definido por un carácter de permanencia en algunos aspectos que persisten. Y es que también la tradición, lo que se ha comido en la infancia tanto del individuo como de una sociedad, culturalmente hablando, tiene un peso a lo largo de la vida de esa persona o sociedad. Por tanto, observamos que no todo es

---

<sup>1185</sup>“Como el fuego renueva los nidos asirios, cada vez que un ave ha vivido un ciclo de diez siglos, así una nueva Roma sustituyó a la antigua ancianidad” -Mart., *Epigr.*, 5, 7-. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, pp. 218-219.

<sup>1186</sup>Para L. LANDOLFI, L., *op. cit.*, 1990, p. 9, es necesario definir un límite cronológico a estos cambios, sin crear confusión en primer lugar. Para ello, este autor ha partido del período monárquico, que representa los orígenes del banquete romano, aunque finaliza su análisis en la época de Augusto. Dichos límites, en la primera parte de nuestro análisis, se corresponden con los de L. LANDOLFI.

<sup>1187</sup>“Grandes tórtolas y mújoles escamosos”, Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 202.

evolución y cambio, y que de hecho, muchos hábitos y comidas llegan casi intactos a nosotros, marcando una línea a través del tiempo entre Roma y los pobladores del Mediterráneo actual. Con excepciones muy determinadas, que podemos concretar en ciertos productos, observamos casi siempre que las novedades se aceptan y se integran sin rechazar las tradiciones. Es decir, se añadían alimentos nuevos a los ya utilizados, aunque era posible modificar la forma de consumo, lo que es observable en las cantidades, en las formas o en el tipo de preparación.

Algunos de estos productos representan tan alto grado de primitivismo que hoy no se consumen: la bellota, por ejemplo, es el más vetusto símbolo de la alimentación en Roma<sup>1188</sup>. Y sería objeto de alusión en los satíricos y poetas de época posterior, que aún concebían este fruto como lo más bajo que un ser humano podía comer. Desde entonces, las bellotas no se comen, se dejan para los animales en el campo, básicamente para alimentar a los cerdos. Hasta tal punto se ha perdido el hábito de consumo que incluso ha resultado complicado localizar fuentes documentales sobre sus propiedades alimenticias y contenido nutricional<sup>1189</sup>.

Sin embargo, la castaña, muy cercana a la bellota en su concepto de fruto recolectado y no cultivado, sí presenta algunas elaboraciones culinarias, especialmente recetas en las que se prepara en puré y como una golosina, el marrón glacé, considerado un bocado selecto<sup>1190</sup>. Pero tampoco se cocina con ella, aunque todavía podemos localizarla como un ingrediente esporádico en los recetarios de principios del s. XX, incluso en

---

<sup>1188</sup>J. PEREIRA, SIESO y E. GARCÍA GÓMEZ, *op. cit.*, 2002, pp. 4, analiza en su artículo el simbolismo de las bellotas, a las que denomina “el alimento de la edad de oro”. Por su parte, las fuentes citan en numerosas ocasiones a las bellotas, Virgilio las menciona como parte de ese mundo del pasado, vinculado a la tierra feraz –Virg., *Georg.*, 1, 150; 305-. Igualmente hacen Homero, Hesíodo, Hipócrates, Herodoto, Teofrasto, Catón, Estrabón, Ovidio, Plinio, Dioscórides, Galeno y Ateneo –Homer., *Odis.*, 10, 242; Hesiod., *O. D.*, 233; Hippo., *R.*, 55; Herod., *Geog.*, 1, 66; Teof., *H.P.*, 3, 8; Strabo., *Geog.*, 3, 3, 7; 15, 3, 18; Ovid., *Fast.*, 4, 395-402; Plin., *N.H.*, 16, 1-25; Diosc., *Mat.*, 1, 106; Galen., *A. F.*, 6, 620-621; Athen., *Deipnos.*, 34E; 53D-54D; 55A-.

<sup>1189</sup>En V. RODRÍGUEZ ESTÉVEZ, *et alii*, *op. cit.*, 2008, pp. 1-12, podemos encontrar información de carácter nutricional sobre la bellota de dehesa.

<sup>1190</sup>Sobre la castaña como ingrediente de la dieta, propiedades nutricionales y usos en cocina ver H. McGEE, *op. cit.*, 2007, pp. 528-530 y 536. La castaña es muy rica en hidratos de carbono de muy buena calidad, presenta una pequeña cantidad de proteínas y de aceites, por lo que su consumo podría mejorar significativamente las dietas, siendo capaz de aportar energía tanto directamente el fruto como su elaboración en forma de harinas.



algunas escasas preparaciones actuales de alta cocina. No ocurre así con la bellota, el símbolo alimentario de lo más rústico y tosco que un hombre podía comer. Tabú de alguna forma, era el “alimento para los cerdos”, y no para las personas, cuando hubiera podido ser uno más dentro de los muchos que existen en los bosques mediterráneos de encina. Y teniendo en cuenta que también los cerdos consumen gustosos castañas a la vez que bellotas.

La bellota es un fruto que ejemplifica cómo el pensamiento, y con él el comportamiento cultural sobre la alimentación, conduce al rechazo por ciertas comidas que son potencialmente alimentos posibles para el consumo humano. Lo comestible no siempre es objeto de alimentación, porque el hombre es dueño de la opción de rechazarlo, lo que nos indica cómo los Sistemas Alimentarios forman parte –o están influidos por– un pensamiento, por una forma de entender la vida y de comportarse ante las posibilidades alimentarias según esta filosofía personal. Ovidio insiste en este aspecto en su explicación sobre el Rapto de Proserpina, y los Juegos de Ceres que conmemorarían dicho acontecimiento, y señala que: “El pan de los primeros hombres eran las hierbas verdes, que ofrecía la tierra sin que nadie lo exigiese: y ya echaban mano de la hierba viva del césped, ya eran un festín las copas de los árboles con sus tiernas hojas. Más adelante, surgió la bellota; ya estaba bien la cosa con el descubrimiento de la bellota y, la dura encina suministraba recursos magníficos. Ceres fue la primera que llamó al hombre a alimentos mejores, cambiando las bellotas por un sustento más útil<sup>1191</sup>”. Es decir, de nuevo observamos como se marca una periodicidad que nos lleva desde la recolección de cualquier producto a la recolección de la bellota y de ahí a la práctica de la agricultura del cereal.

Entre los citados Sistemas Alimentarios característicos del Mediterráneo podemos observar este comportamiento selectivo sobre algunos comestibles que se han consumido en algún momento. Son productos que se pueden tomar crudos o incluso que tienen capacidad de transformación, como la elaboración de harinas, la preparación en forma de conservas o quizás se pueden cocinar. Sin embargo, estos productos en algún momento pierden todo su atractivo como alimento para una sociedad, y en el caso de las bellotas se

---

<sup>1191</sup>Ovid., *Fasti*, 2, 395-400. Trad. B. SEGURA RAMOS, *op. cit.*, 1988, p. 147.

transforman en comida para animales y no para personas, perdiendo así el valor como objeto de consumo humano, lo que los degrada definitivamente.

A través de la permanencia de algunos alimentos a lo largo del tiempo, encontramos el hilo conductor de la alimentación heredera de la cultura romana. Un ejemplo de esta

---

*Roma, cultura  
unificadora*

---

permanencia es la tríada mediterránea como modelo básico de nuestra alimentación, así como las combinaciones, elaboraciones y presentaciones con que estos tres productos se han presentado en la mesa<sup>1192</sup>. Aunque el Sistema alimentario actual es una compleja mezcla de internacionalización de las comidas y de hábitos más saludables, responde en cierta manera a las características de algunas costumbres de origen romano. Hemos señalado la importancia de Roma como cultura unificadora en toda Europa y creadora, además, de una organización agroalimentaria altamente eficiente<sup>1193</sup>. Sin erradicar hábitos alimentarios anteriores, los suyos se asentaron en los territorios más profundamente romanizados, llegando a formar parte de los Sistemas Alimentarios de estos espacios geográficos. Por otro lado, somos de la opinión que la creación de una periodización en relación con las diferentes etapas en la historia de la alimentación romana es de un gran interés. A través de dicha temporalización podremos integrar las conclusiones aportadas por nuestra tesis de forma diacrónica, el estudio del Sistema alimentario romano será más exacto y estará adaptado a cada una de las cinco etapas en que lo hemos fraccionado. Cada una de ellas, además, representa diferentes momentos históricos y está caracterizada por distintos aspectos ideológicos y prácticos: desde la filosofía a la religión, incluso la forma de entender el banquete o la aportación de diferentes alimentos y técnicas a la cocina romana.

Es por este motivo que en este apartado, dedicado a las “Etapas Alimentarias”, hemos planteado un ejercicio de esquematización, clarificación y condensación, tratando de

---

<sup>1192</sup>La tríada mediterránea proporciona forma física no solo a los alimentos clásicos del Mediterráneo. También tiene un aspecto inmaterial, por el que representa los símbolos de una religión, a los alimentos espirituales cristianos: el aceite, el pan y el vino. Estos significan no solamente una forma de alimentarse, sino que son la forma de expresión de una cultura heredera del mundo romano, cuyas bases alimentarias continúan funcionando, además de formar parte de un Sistema alimentario, de forma simbólica, expresando así la continuidad a través del tiempo de algunas tradiciones cuyas raíces se encuentran en la Antigüedad Clásica.

<sup>1193</sup>Conferencia sobre “Alimentación y Élite en Roma”, IV Congreso Internacional de Gastronomía, Sevilla, 2002.

facilitar una visión diáfana de los aspectos más importantes expuestos a lo largo de este trabajo. Por otra parte, este apartado no intenta ser un resumen de lo expuesto en nuestra tesis y ni siquiera teníamos previsto en un principio enfrentarnos a él, sino que ha ido apareciendo poco a poco, hasta que tomó cuerpo y no pudimos ignorarlo. Ha ido condensando nuestro pensamiento hasta llegarse a convertir, creemos, en una aportación importante para el estudio de la historia de la alimentación. Desde el punto de vista temporal comienza en la época del consumo de la bellota hasta la época en la que se elaborarían las más refinadas salsas o se trabajaría con exóticos injertos frutales. Desde los primeros y anticuados tiempos de los *pultes* hasta la repostería muy elaborada, cada uno de los alimentos, de los platos o de las costumbres ante la mesa romana adquiere así un sentido propio, dentro de un contexto mucho más amplio. Como elementos dentro de una cadena, cada uno de ellos adquiere un lugar propio y sobre todo, una explicación ¿Creemos que las cerezas, por ejemplo, son plenamente mediterráneas? No es así, ¿Creemos que los postres con miel son de origen árabe? Tampoco esto es cierto.

El estudio de las etapas alimentarias nos ha clarificado, de una vez por todas, las dudas que teníamos al respecto y ha puesto en su sitio las certezas, las seguridades. Por estas razones, somos de la opinión de que la creación, el análisis y la caracterización de esta periodización son las primeras y más importantes conclusiones de nuestro trabajo, nuestra aportación a la Historia de la alimentación. Esperamos que nuestra investigación pueda aportar luz a esta parcela de conocimiento y que este análisis sobre las Etapas Alimentarias sea capaz de ordenar y enfocar adecuadamente los estudios posteriores sobre la alimentación en Roma. También esperamos que proporcione coherencia a la terminología utilizada por nosotros con respecto a la existencia de lo que hemos venido denominando Sistema alimentario romano.

Dentro de estas Etapas alimentarias, hemos realizado una clasificación que responde a cinco momentos históricos, creemos que suficientes para esquematizar sin necesidad de entrar en una excesiva particularización, aclarando el panorama de cada uno de ellos.

-El primer momento responde a la época más primitiva, a una Monarquía cuyos orígenes legendarios están tradicionalmente datados desde el 735 a.C., hasta su término en el 510 a.C. Se trata de un momento histórico representado por un Sistema alimentario

simbolizado en los frutos de recolección, en su mayoría de carácter autóctono y mediterráneo. También por una alimentación frugal y no muy variada, así como por la presencia imperiosa del cereal como fuente básica de nutrición.

-La segunda etapa es la idealizada República, que dataremos entre los años 510 al s. II a.C., época representada por la frugalidad, la dualidad del *paterfamilias* como ciudadano y agricultor, y el medio rústico como lugar de vida fundamental<sup>1194</sup>.

-El tercer período se produce en un momento más avanzado de la República, del s. II a la muerte de Augusto, 14 d.C., en el que el cambio de costumbres que provienen de Grecia y Oriente haría temblar los cimientos republicanos. Llegaron las novedades con respecto a los alimentos y también muchas de las costumbres tradicionales se modificaron, las cuales se asentarían en una cuarta etapa.

-En esta cuarta etapa, en la que se arraigan las nuevas costumbres, Roma goza de una variedad y calidad alimentaria excepcional, los banquetes están a la orden del día, las cocinas se enriquecen y sofistican. Podemos datarla del 14 d.C. al s. III. Los poetas cantan la pérdida frugalidad de antaño. Hay clara conciencia de que se ha producido un detrimento en la tradición social y alimentaria. La crisis del s. III representa el final de esta etapa.

-Finalmente, la quinta etapa se encuentra, como la misma Roma, dividida. Las respectivas costumbres de los Imperios Oriental y Occidental fueron, igualmente que los mismos territorios, muy distintas. Podemos datarla de la crisis del s. III d.C. al año 395 d. C., cuando Teodosio repartió el Imperio entre sus dos hijos. Como en otros aspectos, Roma Occidental se ruralizaba, así se perdería la sofisticación y el sibaritismo, en gran parte por influencia del mundo bárbaro y por otra por la expansión del pensamiento cristiano. La Roma Oriental se protocolizaría, conservando gran parte de la tradición e incluso refinaría el banquete elitista y las preparaciones vinculadas con él.

Los cambios en las diferentes etapas se fueron produciendo lenta y progresivamente. La dieta del Mediterráneo en época romana, antes de que se implantaran

---

<sup>1194</sup>En cuanto a la figura del *paterfamilias* romano, según M. I. FINLEY, *op. cit.*, 1975, pp. 174 ss., ni siquiera necesitaba ser padre, era más bien un término legal aplicado al jefe de una casa. Aplicaba su poder sobre la esposa, los hijos y los hijos de sus hijos, pero también sobre sus esclavos y su propiedad, teniendo un poder absoluto sobre todos ellos. Por ello, no se puede entender la familia como el contexto actual, de carácter íntimo, sino que más bien representaba a todas las personas que estaban bajo la autoridad del jefe de la casa, a todos los descendientes de un antepasado común, a todos los servidores o pertenencias de un ciudadano.

definitivamente las costumbres griegas<sup>1195</sup>, era sencilla y frugal. Utilizaba los recursos disponibles, a veces alimentos y condimentos añadidos en crudo y otras veces transformados mediante el cocinado o las técnicas de conservación. Excepto en las zonas costeras, estrictamente hablando, el pescado no se consumía apenas, aunque sí el *garum*, con los consecuentes beneficios sobre la dieta<sup>1196</sup>. Se tomaba el cereal tanto panificado como en forma de gachas, o bien cociendo el grano entero. También se comían una gran variedad de legumbres que se tostaban o cocían, así como frutas, verduras y en general, elementos de origen vegetal, que eran los alimentos consumidos mayoritariamente. Eventualmente se tomaba algo de carne fresca, y cuando no la había se presentaba salada y ahumada, complementando la dieta y no como ingrediente fundamental de esta. Otros comestibles cotidianos fueron la miel, los frutos secos, el vino, los huevos y el queso.

Sobre la transformación de los productos podemos decir que se preparaban pastelillos y tortas con harina, miel, huevos y queso. Que se cocinaban las verduras, legumbres y cereales en forma de guisos, acompañados por algo de carne. La miel y el arrope se utilizaban, junto a otros medios de conservación, para tener todo el año un más variado elenco de alimentos, y el aceite de oliva y la aceituna acompañaban casi todas las comidas. Por su parte, el aceite, junto al cereal, sí era uno de los ingredientes fundamentales, ya que no solo se usaba para aliñar, sino que era vehículo para elaborar estofados y guisos, además de ser ingrediente principal en la técnica de la fritura. El panorama de esta época no es pobre ni insuficiente: se basa en hidratos de carbono en forma de pan integral, en abundancia de legumbres, frutas y verdura, y en proteínas cuya fuente de mayor consumo estaría representada por el queso, los huevos, las aves, ocasionalmente otras carnes y diferentes guisos con combinaciones de legumbres, verduras

---

<sup>1195</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 27 señala el importante influjo de los griegos, especialmente en el aspecto cultural, además del papel en idéntico sentido, de los etruscos.

<sup>1196</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 198-203. Según A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 169 ss., la demanda de diferentes tipos de pescado se iría incrementando a partir del periodo medio de la República, inclinación que ya había nacido en el modelo alimentario griego, quienes según J. DAVIDSON, *Courtesans and Fishcakes*, London, 1998, p. 4, tenían una auténtica obsesión por este producto y sus derivados. Esta asimilación de hábitos de origen no romano es una muestra de cómo funciona un Sistema alimentario, de su permeabilidad y de la influencia que los diferentes sistemas presentan entre sí.

y cereales. Las grasas provenían principalmente del aceite de oliva, de la aceituna y de los frutos secos, aunque hay que contar con otra fuente para el aporte de grasa, que sería la grasa animal, especialmente la de oveja y cerdo.

A lo largo de los siglos y poco a poco, aumentarían el número de especies vegetales y animales llegadas de Oriente, las cuales se introdujeron en primer lugar en las dietas de

\_\_\_\_\_ las élites, debido a sus altos precios. La excelente aclimatación  
*Llegada de alimentos* consiguió que se popularizaran nuevas especies de manzanas  
*de origen oriental* con frutas de mayor tamaño, así como cerezas, ciruelas o  
\_\_\_\_\_ melocotones. Pero no se perdió el hábito de consumo del resto  
de productos del mundo vegetal, con la única excepción de las bellotas. Las castañas  
guisadas se siguieron tomando de forma continuada durante la Antigüedad hasta los  
primeros años del s. XX, y Apicio recoge una preparación de estas, en un guiso de lentejas:  
*Lenticulam de castaneis. accipies caccabum novum, et castaneas purgatas diligenter mittis*  
-Apic., *De re coq.*, 184-.

En cuanto a las tecnologías utilizadas, según su evolución en el tiempo, y encajando perfectamente con la teoría de C. Levi-Strauss, lo primero fue el asado, directo, en contacto con el fuego<sup>1197</sup>. Los alimentos preparados de forma primitiva, sencilla y tosca. Después aparece la cocción, técnica que requiere la presencia de un recipiente que atempere el contacto directo del fuego con el alimento a través de sí mismo. Se trata de un añadido que representa la existencia de una cultura más compleja, debido a la necesidad de creación de un recipiente. El estadio más sofisticado en la escalada de las preparaciones es la cocción de la carne en su jugo. Aquí se requiere un fuego más controlado, un recipiente específico y cerrado así como una mayor disposición de tiempo. Es el momento en que aparecería una tecnología más elaborada. Varrón recoge estas tres formas de cocinar como etapas de la

---

<sup>1197</sup>C. LEVI-STRAUSS, *op. cit.*, 2003, p. 418. También A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, p. 91, recogen la diferencia cultural que representa con respecto al uso de las técnicas culinarias, el paso del asado al cocido. En realidad, el gran paso es la presencia de dos elementos interpuestos entre la fuente de calor y el propio alimento, que son la cerámica y el líquido de cocción. Es la realización de una forma más compleja de cocinado, mientras que acercar una pieza al fuego directamente representaría un formato técnico más simple y por tanto, más antiguo.

historia de la alimentación, y desde luego coincidimos en que la realidad se desarrolló de esta manera: *Hanc primo assam, secundo elixam, tertio e iure uti coepisse natura docet*<sup>1198</sup>.

A pesar de que resulta difícil datar con exactitud los cambios en un Sistema alimentario, con ciertas excepciones, naturalmente, presentamos a continuación una serie de etapas enclavadas en momentos históricos concretos que nos ayudarán a comprender cómo se produjeron los cambios y en qué consistieron. En cada una de ellas analizamos las características más destacadas del Sistema alimentario, como las técnicas, los alimentos, la tipología de los banquetes y los hábitos que determinaron las diferencias entre dichas etapas.

### **1.1. Primera etapa: Monarquía**

*Pascebatque suas ipse senator oves: nec pudor in stipula placidam cepisse quietem et fenum capiti subposuisse fuit*<sup>1199</sup>

La duración de esta primera etapa prácticamente coincide con la permanencia de la Monarquía, la cual podemos datar desde la legendaria fundación de Roma en el 753 a.C., hasta la expulsión de Tarquinio el Soberbio en el año 510 a.C. Aunque en ella aún se recogen mitos anteriores, vinculados con etapas históricas de recolectores. En épocas posteriores aún quedaba el recuerdo de algunas preparaciones características de los sabinos y de un Sistema alimentario escasamente evolucionado, basado en los productos de la zona y en técnicas sumamente sencillas que nos detalla Varrón, como los *lixulae* y *similuxae*, que eran algo similar a buñuelos de harina con queso y agua, fritos en aceite -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 107-. Socialmente, y en relación con la convivialidad, los hábitos respondieron a una organización social con un concepto de familia diferente al de época imperial, con una mayor relación entre la familia de sangre y servidores, y una implicación directa de la mujer en los cometidos relacionados con la organización y puesta a punto de los alimentos y su preparación.

---

<sup>1198</sup>“Que empezaron a utilizar ésta (la carne) primero asada, en segundo lugar cocida y en tercer lugar hecha en su propio jugo” -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 22, 109-. Trad. L. A. HERNÁNDEZ MIGUEL, *op. cit.*, 1998, p. 228.

<sup>1199</sup>“El senador en persona apacentaba sus ovejas; no era vergonzoso tomar un descanso gustoso en la paja y poner la cabeza sobre el heno” -Ovid., *Fasti.*, 1, 183-226-. Trad. B. SEGURA RAMOS, *Ovidio. Fastos*, Madrid, 1988, p. 38.

Para L. Landolfi, en las sociedades primitivas y antiguas, el acto de compartir la comida entre varios comensales representaba una comunión físico-espiritual. Casi una forma de consanguinidad garantizada por el hecho de compartir ese mismo fuego e idénticos alimentos en una mesa común<sup>1200</sup>. En realidad, según este autor, el origen y la función del banquete se encuentran estrechamente relacionados con la necesidad de la creación de una identidad común, con la creación de una relación en la esfera cultural, lo que reforzaría los lazos familiares y de amistad. Y es por esta razón por la que los banquetes religiosos y el asociacionismo colegial típicamente romano serían parte de un rito comunitario reforzado por la comida en común<sup>1201</sup>.

La sociedad de esta época responde a un esquema social prácticamente autosuficiente, rústico, campesino y pastoril -Liv., *Ab Urb.*, 1, 40, 4-. Una sociedad caracterizada por el uso de unas técnicas culinarias sencillas, que para subsistir necesitaba sin embargo el auxilio de la naturaleza, ya que si la cosecha de trigo había sido mala, el campesino: ...*sine causa ingentes frumenti alieni acervos aspicias. per quod ostendit rusticum sua inertia famem, non anni vitio sustinere*<sup>1202</sup>. Presenta por tanto a una sociedad sometida inequívocamente a una marcada temporalidad. Sin embargo, el Sistema alimentario romano amanecía en un momento en el que las recetas de cocina tenían ya larga cronología, no eran una novedad en la historia. El mundo oriental tenía mucho que enseñar a este, aún menos desarrollado Sistema alimentario.

Las recetas más antiguas encontradas se localizaron en el actual Iraq y estaban escritas en tres tabletas cuneiformes. Según su traductor, J. Bottéro, son “asombrosamente refinadas”, y a pesar de las dificultades con su interpretación y lectura, en ellas descubrimos un cuidado especial en la condimentación, en el uso de las hortalizas, carnes y aves<sup>1203</sup>. Era

---

<sup>1200</sup>L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, p. 15. Ver J. P. VERNANT, *Le origini del pensiero greco*, Roma, 1976, p. 66, en relación con el significado espiritual y físico de la comensalidad.

<sup>1201</sup>Como señala J. F. DONAHUE, *op. cit.*, 2004, p. 12, la celebración comunal de banquetes en Roma era una cuestión más complicada de lo que a primera vista parece. No solamente se comía, había también una compleja interacción social vinculada con el entretenimiento y el placer, ya que los romanos, según este autor, fueron una sociedad colectivista, con interacciones de grupo y actividades sociales relacionadas con diferentes actos cotidianos, desde los baños a las comidas.

<sup>1202</sup>“Tendrá que acallar solitario el hambre, sacudiendo la encina de los bosques”, -Virg., *Georg.*, 1, 155-. Trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *op. cit.*, 1990, p. 267.

<sup>1203</sup>J. BOTTÉRO, “The most ancient recipes of all”, en J. Wilkins, D. Harvey y M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, 1995b, pp. 248-255.



una cocina, como señala J. Bottéro, destinada a las élites ya que tanto los alimentos como los requisitos necesarios para cocinar parecen costosos. Las tabletas están datadas a final del periodo paleo-babilonio, aproximadamente el 1800 a.C. La existencia de un Sistema alimentario tan exquisito propio de una época anterior y en otro espacio geográfico, nos indica la relación entre la evolución y el desarrollo cultural de una sociedad y su sistema de alimentación, y de la misma forma que sucedió en Mesopotamia en este sentido pasaría siglos después en Roma. Esta primera etapa romana, todavía inmersa en un momento en el que iniciaba su andadura, se caracterizó como señalábamos anteriormente, por la presencia de unas costumbres sencillas, por la utilización de alimentos poco elaborados y por una tecnología alimentaria escasamente perfeccionada.

En el seno de la familia las relaciones eran bastante estrechas, las necesidades del grupo eran aún más importantes que las individuales, y: *Dominum patrem familiae appellaverunt, servos, quod etiam in mimis adhuc durat, familiares*<sup>1204</sup>. Y como también señala Séneca, en las celebraciones de días especiales, la familia y los sirvientes solían comer juntos. Mientras, en Etruria, los hombres y las mujeres cenaban juntos recostados sobre *triclinia*, costumbre que como iremos viendo, sufrió una evolución a través de los distintos momentos históricos de Roma, aunque también se celebraban las reuniones masculinas al estilo griego, como destaca Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 1, 23E-. Los hijos de los reyes, tanto los varones como las mujeres, disfrutaban de este tipo de celebraciones, y en ellas comían, bebían y se divertían -Liv., *Ab Urb.*, 1, 57-5; 1, 57, 9-. Un modelo de este tipo de celebración sería la famosa cena en la que participaron Colatino y Sexto Tarquinio, y que tan nefastas consecuencias tendría posteriormente para Lucrecia, la mujer más virtuosa de Roma. Para C. Harcum, la simplicidad prevalecía en la preparación de la comida, que elaboraban los esclavos o las mujeres de la familia en el atrio, el lugar donde la familia hacía la vida<sup>1205</sup>. El fuego servía tanto como lugar de cocina como de altar, y el plato fuerte de los romanos de la época era el *puls*, que ciertamente no requería grandes habilidades culinarias -Varro., *Ling. Lat.*, 105; Athen., *Deipnos.*, 6, 274, Seru., *Ad Aen.*, 1, 726-. Se bebía agua y se comía cualquier cosa que se tuviera a mano. Los cocineros aún no existían formalmente.

---

<sup>1204</sup>“Al señor le llamaron padre de familia; a los esclavos, familiares”, -Sen., *Ad Luc.*, 47, 14-. Trad. I. ROCA MELIÁ, *op. cit.*, 1989, p. 279.

<sup>1205</sup>C. HARCUM, *op. cit.*, 1914, p. 9.

El simbolismo de ciertos árboles capaces de proporcionar recursos de dieta, como la encina, la cual, como señala Livio, trascendería hasta considerarse, desde la época del rapto de las sabinas como un árbol sagrado. Hasta tal punto era así que los pastores solían depositar a sus pies ofrendas importantes<sup>1206</sup>: *Inde exercitu victore reducto,...in Capitolium escendit ibique ea cum ad quercum pastoribus sacram deposuisset* -Liv., *Ab Urb.*, 1, 10, 5-. El fruto de este sagrado árbol, la bellota, trascendía como una valiosa fuente de alimento, tanto para los mismos pastores como para los animales. Las encinas se consideraron elementos sagrados dentro de espacios que también se consideraban así, los bosques, unos lugares donde se podían recolectar frutos y cazar animales. Su cualidad sacra no les venía dada únicamente por el espacio físico que ocuparon, sino que se debía

especialmente a la presencia de árboles o a la existencia del agua -

Liv., *Ab Urb.*, 1, 4, 9; 8, 7-.

*Encina,  
árbol sagrado*

Posteriormente se consideraría que el consumo de los frutos de la encina, a pesar de nacer en ese entorno dotado de carga espiritual, era un signo de primitivismo, como destaca Estrabón, refiriéndose a los pueblos del norte de Hispania: “Todos los montañeses son austeros... Los montañeses, durante dos tercios del año, se alimentan de bellotas de encina, dejándolas secar, triturándolas y luego moliéndolas y fabricando con ellas un pan que se conserva un tiempo<sup>1207</sup>”. La bellota se consumió fresca, se secó para hacer con ella conservas o para molerla, preparando así una harina con la que hacer tortas.

Además, eran frutos ambivalentes y no sólo tuvieron uso alimentario, sino que también se usaron como fuente de taninos (especialmente el pedúnculo y el sombrero) o como medicina tanto para hombres como para animales<sup>1208</sup>. Todos estos usos prácticos

<sup>1206</sup>Para Ovidio el consumo de la bellota fue tan importante que formaría parte, según su perspectiva, de una segunda etapa en la alimentación de los pueblos itálicos: *Panis erat primis virides mortalibus herbae, quas tellus nullo sollicitante dabat; et modo carpebant vivax e cespite gramen, nunc epulae tenera fronde cacumen erant, postmodo glans nata est: bene erat iam glande reperta, duraque magnificas quercus habebat opes. prima Ceres homine ad meliora alimenta vocato mutavit glandes utiliore cibo*. Más importante que el simple contenido de los versos de los *Fasti*, Ovidio aclara en ellos que desde su época, a caballo entre los s. I a.C. y I d.C., era visible cómo se habían ido produciendo cambios en la alimentación, que formaban una serie de etapas alimentarias, a través de las cuales se percibía la evolución cultural humana -Ovid., *Fast.*, 4, 395-.

<sup>1207</sup>Strabo., *Geog.*, 3, 7. Trad., M<sup>a</sup>. J. MEANA CUBERO y F. PIÑERO TORRE, *op. cit.*, 1992, p. 85.

<sup>1208</sup>S. MASON, *op. cit.*, 1999, p. 15.

quedarían atrás, y finalmente su consumo quedó relegado a ser alimento para los cerdos utilizándose para mantenerlos en época de montanera, olvidando el consumo humano - Colum., *R.R.*, 6, 9-.

Plinio es muy contundente en su apreciación sobre las características de la alimentación antigua en esta primera etapa y señala concretamente los ingredientes que la componían, destacando en primer lugar que antes de la invención del cultivo y del simbólico aprovechamiento del trigo por Ceres, los hombres eran recolectores. Recogían los frutos de la tierra, y entre estos, principalmente las bellotas por su capacidad nutritiva: “...qué cosas inventaron algunos... Ceres, el trigo, ya que antes se alimentaban de bellotas<sup>1209</sup>”. Por lo tanto, Plinio habla de una etapa histórica en la que aún la recolección era fundamental y la presencia de la agricultura era nula o escasa, por lo que nos sitúa en una época realmente antigua. No sería el único autor que menciona esa época, y Juvenal recoge cómo aún en sus tiempos existía el recuerdo de esta mítica etapa, que había quedado expresada a través del acervo popular en forma de leyendas. Así, se convierte en un tópico muy repetido a lo largo de la literatura latina, en el que se enlazan el concepto de Antigüedad con el de consumo de bellotas, una época legendaria en la que vivían dioses y héroes, como relata Juvenal: *Quippe aliter tunc orbe novo caeloque recenti vivebant homines, qui rupto robore nati compositive luto nullos habuere parentes*<sup>1210</sup>.

A través de la literatura podemos observar que los romanos de épocas posteriores mantenían un cierto conocimiento sobre las diferentes etapas culturales ya pasadas, y también que conocían la alimentación que había caracterizado dichas etapas<sup>1211</sup>. Así, Virgilio explica que se produjo una transformación de la actividad productiva de los primitivos romanos, comedores de bellotas -es decir, recolectores-, en cultivadores de trigo y vides. Según su mitología, sería la influencia divina -como observamos en los mitos de

---

<sup>1209</sup>Plin., *N.H.*, 7, 191. Trad. E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *op. cit.*, 1995, p. 99.

<sup>1210</sup>“Cuando el mundo era nuevo y el cielo reciente, los hombres que, nacidos en la oquedad de un roble o modelados en arcilla, no habían tenido padres”, -Juv., *Sat.*, 6, 10-. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, pp. 199-200.

<sup>1211</sup>Sobre la existencia de etapas en el desarrollo de los procesos agroalimentarios a través del tiempo, D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 14-16, presentan una evolución de la alimentación desde la prehistoria hasta la época neolítica, que comienza con el aprendizaje y creación de instrumentos hasta finalizar con el desarrollo de la agricultura, con la clásica presentación de la explosión poblacional causada por la mejora de la producción de alimentos en dicha época. En su trabajo han desarrollado una gráfica con una curva escalonada, en la que los hitos principales son los señalados anteriormente.

Liber y Ceres-, la que provocaría su evolución, y mejoraría significativamente sus condiciones de vida. Se trata de una observación más profunda de lo que aparentemente parece. A través de ella podemos observar la complejidad de un Sistema alimentario, en el que confluyen las creencias religiosas -con las que los propios romanos justificaron el progreso cultural-, los conocimientos técnicos y el desarrollo cultural de una sociedad, así como los ingredientes, formas y modos de alimentarse. La interacción de unos y otros factores representa la creación compleja de un sistema en el que todos ellos tienen cabida y posibilidades de acción sobre el conjunto. Entre todas estas cuestiones culturales y alimentarias, uno de los alimentos más simbólicos y representativos de aquel momento era la bellota. Aunque no sería el único, ya que junto a ella encontramos otros frutos del bosque mediterráneo, como fueron la castaña, la bellota, el madroño y otros, importantes fuentes alimentarias en aquella época para la dieta humana<sup>1212</sup>, como destaca Virgilio: *Prima Ceres ferro mortales vertere terram instituit, cum iam glandes atque arbuta sacrae deficerent silvae et victum Dodona negaret* -Virg., *Georg.*, 1, 149-.

El valor cultural de aquellos alimentos sencillos, primitivos, que caracterizaron el Sistema alimentario de la antigua Roma conocería un considerable deterioro a través del tiempo, de manera que a pesar de haber ocupado un lugar importante en la tradición cultural y en la dieta más antigua, terminaron convirtiéndose en alimentos propios de miserables, como refleja Séneca: “¿Piensas que con esta clase de comida se llega a la hartura? Hasta se halla placer; pero no aquel placer leve y fugaz y que en seguida debe repetirse, sino el firme y seguro; pues no es cosa deleitable el agua y la polenta o un mendrugo de pan de cebada, más hay un supremo placer<sup>1213</sup>

---

<sup>1212</sup>Sobre los mitos fundacionales romanos, ver A. MOMIGLIANO, “The origins of Rome”, en F. W. Walbank *et alii* (eds.), *The Rise of Rome to 220 B.C. The Cambridge Ancient History, vol. VII*, Cambridge, 2006, pp. 56 ss., quién señala en ellos la posibilidad de una síntesis indígena con una parte griega y otra etrusca. Una vez creada la Liga Latina, y ya bajo el control de Roma, en el s. IV a.C., señala este autor en A. MOMIGLIANO, *op. cit.*, 2006, pp. 84-85, que los miembros de dicha liga compartían la carne de los sacrificios durante el festival celebrado en honor a Júpiter Latiaris, lo que nos proporciona una idea de la antigüedad del banquete como elemento reforzador de vínculos sociales, religiosos y políticos. Según Dionisio de Halicarnaso, este sería el origen de las *Feriae Latinae*, celebradas anualmente aunque sin fecha fija, en las que se disfrutaba en común de quesos, corderos y diferentes alimentos, y en su transcurso se sacrificaba un toro -Dion., Hal., *Ant. Rom.*, 4, 49; Macrobi., *Sat.*, 1, 16, 16-.

<sup>1213</sup>Sen., *Ad Luc.*, 18, 10. Trad. I. ROCA MELIÁ, *op. cit.*, 1989, p. 170.

Desde luego, que en cualquier caso, estos productos que eran fruto de la recolección cumplían, sencillamente, la función de proveer de calorías al organismo humano, de calmar el hambre. Algunos de ellos se tomaban sin elaborar en absoluto, y otros sufrían un proceso básico de transformación. Como fueron, por ejemplo, la confección de harinas o tortas a partir de la bellota, o en otro sentido, y basándose en el cereal, la preparación de *puls* y pan de cebada<sup>1214</sup>. Con respecto a las bebidas, se consumía la más saludable y sencilla: el agua. Una de las preparaciones más antiguas eran tortas preparadas con harina de espelta<sup>1215</sup>, queso y huevos, que según la leyenda llevaban consigo los troyanos al llegar al Tíber. Allí, durante un momento de descanso, las colocaron a modo de bandejas para soportar unas frutas que habían recolectado. Estas mismas grandes tortas fueron el alimento característico de los primitivos pueblos italianos, aunque a lo largo del tiempo se dejaron de utilizar para comer, limitándose a servir de grandes platos donde colocar las ofrendas a los dioses -Virg., *Aened.*, 3, 255; 7, 109-.

También entre los límites entre realidad y leyenda, como sucede con otros alimentos característicos de esta primera etapa, Plinio señala el particular origen del trigo. Según este origen legendario, los hombres comían el trigo directamente de la espiga cuando aún estaba tierno. Sería Numa quién enseñó a los romanos a tostarlo para consumirlo, lo que proporcionaría mayor digestibilidad, mejor sabor y facilidad de conservación: *Numa instituit deos fruge colere et mola salsa supplicare atque, ut auctor est hemina, far torrere, quoniam tostum cibo salubrius esset, id uno modo consecutus, statuendo non esse purum ad rem divinam ni tostum* -Plin., *N.H.*, 18, 2, 8; Ovid., *Fast.*, 2, 525-. Esta leyenda nos permite establecer al menos dos etapas en la forma de consumir el trigo<sup>1216</sup>. Pero recordemos que

---

<sup>1214</sup>La cebada se usó en esta época como alimento básico, y más tarde pasó a ser un alimento característico de la dieta de los gladiadores, a los que se les llegó a llamar *hordearii*, comedores de cebada -Plin., *N.H.*, 18, 72-. Cfr. L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 564, P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 11.

<sup>1215</sup>La espelta o escanda es un tipo de trigo de inferior calidad bien conocido por los antiguos agrónomos, recogido por P. ERDKAMP, *op. cit.*, 2005, p. 73, -Plin., *min.*, *Ep.*, 1, 120, 16; Varro., *Rust.* 1, 44, 1; Cato., *Agric.*, 5, 4-.

<sup>1216</sup>C. CLINI, *L'alimentazione nella storia: uomo, alimentazione, malattie*, Padova, 1985, p. 27, incide en la existencia de una diferenciación histórica en la preparación del cereal: primero como *puls*, y siempre, posteriormente, la panificación, como símbolo y existencia de una etapa más avanzada y mejor alimentada sin duda. Por su parte, D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 94 ss., inciden en la importancia de los cereales para la alimentación humana: ricos en carbohidratos, perdurables en el tiempo y utilizables (en cocina) de multitud de formas. La primera de las cuales, serían lo que denominan "cereal porridges", o un formato de elaboración del

antes del tostado del trigo, como parte de las labores de recolección encontramos los frutos señalados anteriormente, como y múltiples tipos de bayas<sup>1217</sup>, entre las que destacarían en temporada (final de verano/otoño) las moras<sup>1218</sup>.

Avanzamos en la complejidad del Sistema alimentario, y vamos observando preparaciones más complejas que las casi neolíticas vinculadas con el consumo de los granos de trigo verdes y tiernos, pero en cualquier caso, elaboraciones hijas del cereal. Podemos observar cómo entre los sabinos se tomaban algunas comidas más elaboradas,

---

*Preparaciones  
sabinas*

---

como eran los *lixulae* y *semiluxae*, que eran unas preparaciones que precedieron a los *globi* presentados por Catón –Varro., *Ling. Lat.*, 5, 107; Cato., *Agr.*, 75-. Estos últimos eran un estilo de buñuelos de harina, fritos en aceite. Y los pastores, el más antiguo grupo de pobladores romanos según Varrón, tomaban *puls*, las primitivas gachas, que se consumían solas, sin acompañamiento de carne, salsas u otro tipo de productos.

El cereal fue desde los primeros tiempos el alimento romano más importante, que no solamente era la base de la dieta, sino con frecuencia el único alimento consumido. Esto podemos observar en la literatura, por ejemplo en un pasaje de la Eneida en el que se retrata el desembarco de los troyanos. Se trata de un momento difícil para ellos, ya que se encontraban rendidos por la fatiga y sin otro alimento que unas ánforas de vino y algo de cereal, de manera que tostaron en la lumbre la pequeña cantidad de grano de trigo, después lo molieron y con la harina elaboraron unas gachas -Virg., *Aened.*, 1, 178-9-. Posteriormente, los héroes del relato conseguirían algo de caza, con la que prepararon una comida en la playa. Este modelo de comida responde a las características del Sistema alimentario del mundo homérico: pan, vino y carne asada, aunque aquí el cereal no está panificado, sino que se presenta de una forma más primitiva en forma de *puls*.

---

cereal casi idéntico al *puls*. Desde luego, el trigo no sería el único, ni necesariamente el primero en el entorno mediterráneo, por lo que estos autores recogen los distintos tipos de cereal, sus ancestros silvestres y las variedades cultivadas más antiguas.

<sup>1217</sup>En latín, *glans* es el término que define este tipo genérico de frutos silvestres, mientras que el inglés mantiene el término *acorn*, en español carecemos de una denominación similar de carácter genérico -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 102-.

<sup>1218</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 54.

Las técnicas utilizadas por Eneas y sus compañeros para la preparación del anterior banquete son muy básicas: la carne cortada en trozos, asada sobre espetones, sin salsa, sin guiso ni recipientes. Se trata de la clásica representación de la reunión masculina por excelencia, en la que la preparación del alimento es una actividad propia del varón, cuyo ingrediente principal es la carne de caza y la técnica usada el asado. Además, el propio alimento es producto de otra actividad típicamente masculina, la caza. Una vez más observamos cómo la tesis desarrollada por C. Levi-Strauss sobre la vinculación y la evolución de las técnicas de cocinado con el progreso humano responden muy ajustadamente a la realidad<sup>1219</sup>. Así, el asado corresponde al estadio más primitivo, representado por la acción directa del fuego sobre la carne. Sin embargo, observamos en la escena la aparición de un caldero puesto sobre las llamas, situado en la misma playa: es el recipiente donde se prepararía el *puls* para completar el banquete junto a la carne y el vino, y su presencia es muestra del comienzo de la aparición de técnicas más complejas que sugieren la necesidad de recipientes en los que preparar los alimentos.

Por otra parte, y en lo referente a la vida urbana en esta época, y con ella al necesario abastecimiento de la ciudad, los mercados romanos en los siglos VI-V a.C. eran lugares bien abastecidos y por tanto muy concurridos. Estos espacios representaban momentos realmente importantes para el intercambio de alimentos, así como para la vida en común -Liv., *Ab Urb.*, 1, 30, 5-. En una gran medida, estos alimentos objeto de compraventa en el mercado, eran fruto de la recolección, caracterizada como hemos visto por la temporalidad, lo que traía abundancia en unas épocas y escasez en otras. Como el suministro que llevaba consigo la celebración de mercados no era suficiente, la producción alimentaria se completaba gracias al autoabastecimiento. Para ello era fundamental la presencia de los huertos domésticos –rústicos o urbanos-, que abastecían a las unidades familiares. Garnsey, por su parte, opina que el objetivo de la autosuficiencia era inalcanzable, en primera lugar porque había productos como la sal, que era necesario

---

<sup>1219</sup>C. LEVI-STRAUSS, *op. cit.*, 2003, p. 418; A. DOSI Y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, p. 93.

adquirir a terceros, y por otro lado, por la estacionalidad propia del contexto mediterráneo y su agricultura<sup>1220</sup>.

## 1.2. Segunda etapa: Ideal Republicano

*Urbem, quam dicunt Romam... verum haec tantum alias inter caput extulit urbes, quantum lenta solent inter viburna cupressi*<sup>1221</sup>.

Etapa que correspondería a la época comprendida entre los comienzos de la República, desde el s. VI a.C. hasta el s. II a.C., momento en el que comenzó la expansión romana en el Mediterráneo<sup>1222</sup>. Esta etapa representa el Sistema alimentario de un período complejo, en el que la frugalidad era un concepto filosófico que impregnaba la vida cotidiana y que estaba considerada como virtud fundamental<sup>1223</sup>. Desde luego, esta época sería idealizada a partir del siglo de Augusto como un momento histórico dorado, que

---

<sup>1220</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, pp. 23-24, por este mismo motivo, sugiere que la clave era conseguir un cierto superávit para poder realizar intercambios. Lo que al final, nos conduciría a la necesidad de comercio aunque fuera de productos básicos, y a que la auténtica autosuficiencia no era realmente posible en toda su extensión.

<sup>1221</sup>“La ciudad que llaman Roma... levantó tanto su cabeza entre las demás ciudades cuando acostumbran entre las flexibles mimbreras los cipreses” -Virg., *Buc.*, 1, 20-25-. Trad. T. RECIO GARCÍA y A. SOLER RUIZ, *op. cit.*, 1990, p.172.

<sup>1222</sup>Un momento que G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 1996 p. 37, denomina “cambio de estructura del s. II a.C.”, y “En los cien años que transcurrieron desde la Segunda Guerra Púnica hasta los conflictos sociales del s. II a.C., Roma se convirtió en la potencia dominante del Mediterráneo, a la vez que en una potencia mundial”. Todas estas nuevas condiciones tendrían repercusión directa sobre la sociedad y la alimentación. Los esclavos se habían convertido en la mano de obra masiva para la agricultura, el latifundismo se hacía una realidad, y el campesinado entraba en decadencia. Todos estos cambios, tanto de carácter interno como en su aspecto de expansión fomentarían la importación de diversos artículos, tanto de primera necesidad (cereal) como mano de obra procedente de los prisioneros de guerra, mineral de las provincias (plata de Hispania) y como señala G. ALFÖLDY, unas “inmensas posibilidades para la inversión y la actividad empresarial”.

<sup>1223</sup>Por su parte, P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, pp. 78-79, sugiere que los romanos fueron muy críticos con su propia sociedad. Y por este motivo, entre la época de Catón, que fallecería en el 150 a.C. y el principado de Augusto, -31 a.C. al 14 d.C.-, los moralistas gestarían el mito de la Roma arcaica centrada en la idea de que sus ancestros vivían en una pobreza y frugalidad extremas. De esta forma, confrontarían aquella idílica imagen con su propio mundo, decadente. P. GARNSEY, asegura que los romanos fueron víctimas de su propio éxito. Así, presentarían la frugalidad como una virtud generalizada y vinculada con la alimentación, idea a la que no fueron ajenos los filósofos o incluso los agrónomos –Sen., *Ep.*, 95, 15; Coll., *R.R.*, 1, *praef.*, 10-21-. Desde luego, como señala P. GARNSEY, esta vida de pobreza, frugalidad y moralidad, era poco más que un “honorable compromiso”, como señalaba Columela, un puente que no se llegaría a cruzar entre aquella mítica simplicidad y la extravagante vida urbana que comenzaba a llevarse en las ciudades romanas.



rozaría la perfección en lo referente al estilo de vida y a la conducta austera. Todos ellos eran conceptos que la propaganda imperial había ligado entre sí a través de la noción de patriotismo, y puesto en práctica en relación con ciertos hábitos de vida, muchos de ellos en torno a los comportamientos alimentarios. El propio Cicerón contemplaría la frugalidad como una gran virtud, asociada a la templanza y en el marco de las virtudes más destacadas –Cic., *Tusc.*, 3, 17-.

Por su parte, Catón es sin duda el personaje que podría representar de forma más íntegra, más completa, el Sistema alimentario que caracterizó esta época. Al estilo de Cincinato, cuya actividad variaba entre sus obligaciones como ciudadano particular y sus deberes como miembro de un estado, Catón se identificó por su oposición a las

---

*Catón, modelo de una época*

---

costumbres lujosas, este último un hábito que se consideró en Roma como propio del mundo oriental y griego<sup>1224</sup>. En su obra, *De re rustica* nos proporciona una ingente información sobre aspectos del Sistema alimentario romano en época republicana. Expone cómo se desarrollaba la vida en la granja, y los cometidos de las personas que vivían y trabajaban allí, detallando la complejidad de la organización agrícola y ganadera, así como las técnicas relacionadas con la alimentación. En muchos casos, finalmente, Catón aporta además las técnicas de preparación de muchos productos básicos como eran el vino, el aceite y el pan. También algunas recetas algo más elaboradas, como eran las tortas y los fritos del tipo de los buñuelos.

En cuanto a los alimentos más representativos de esta etapa, en primera instancia debemos hablar del *puls*, que encarnaría esta segunda fase en la historia del Sistema alimentario romano. Nos alejamos de aquella primera etapa caracterizada por la recolección y un estilo de cocina muy rudimentario. En este segundo momento, nos encontramos con una preparación muy sólida y característica, el *puls*, así como con la introducción en la dieta de diversos tipos de cereales, de forma ya mayoritaria. Frente a aquella etapa algo más que recolectora, en la que el cereal simplemente se tostaba y la cocina apenas era una transformación básica de alimentos con el fin de la pura nutrición, en este momento encontramos un consumo de cereales que han sufrido una primera e importante

---

<sup>1224</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 77.

transformación, tostándose o moliéndose para hacer harina. Con esta harina se elaboran ocasionalmente unas tortas o panes sin fermentar, pero sobre todo, se cuecen para preparar papillas del tipo del *puls*. En cualquier caso, los cereales son más completos nutricionalmente, se digieren mejor y forman parte de un concepto y de una realidad cultural mucho más avanzada que la alimentación ofrecida por los frutos silvestres sin elaborar. El *puls* fue sin duda el alimento más antiguo, en lo que están de acuerdo los distintos autores, y representó en esta primera etapa un avance en el camino de la cocina elaborada, tras aquella fase previa relacionada con actividades de recolección<sup>1225</sup> -Varro., *Ling. Lat.*, 5, 105-.

Plinio coincide con que el *puls* también fue uno de los alimentos elaborados más primitivos, y que se preparaba con trigo y cebada, los cuales también serían posteriormente los primeros cereales panificados –Plin., *N.H.*, 18, 72-. Sin embargo, ambos cereales tendrían usos diversos, y ya en época de Plinio (23 al 79 d.C.), el trigo continuaría teniendo gran consideración y un uso que se había extendido, mientras que la cebada adquiriría usos secundarios, ya que era un grano que se utilizaba como pasto de las bestias, a pesar de haber sido anteriormente el ingrediente principal de muchos *puls*<sup>1226</sup> -Plin., *N.H.*, 18, 78-. Sin lugar a dudas, el *puls* era la elaboración básica con la que la población romana subsistió durante mucho tiempo. Plinio reconoce la importancia que había tenido como alimento primario, aunque en su época solamente quedaba de él un recuerdo, ya que apenas se preparaba o consumía en los hogares romanos y se utilizaba únicamente en algunos sacrificios de carácter algo anticuado, así como en las ceremonias de los nacimientos, según él mismo confirma –Plin., *N.H.*, 18, 84-.

Como observamos, existieron numerosas variaciones sobre el *puls*, incluso variedades regionales, por ejemplo, en la Campania se preparaba *puls* con trigo y mijo, otro cereal que también se panificaría posteriormente<sup>1227</sup> -Plin., *N.H.*, 18, 100-. Además se

---

<sup>1225</sup>Valerio Máximo recoge la idea señalada anteriormente sobre un mundo antiguo y mejor en el sentido de continente a la hora de comer, así como de sencillez y comunidad de alimentos entre poderosos y humildes. Y vincula esta actitud antigua con el consumo de *puls* como alimento mayoritario tanto en cantidad como alimento para todos, incluso por encima del pan –Val., *Max., Fact.*, 2, 5, 5-.

<sup>1226</sup>Como señalan D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, p. 94.

<sup>1227</sup>La transición entre una y otra época fue detectada por diversos autores, como señalamos, pero queda además reflejada en los textos actuales. Es el caso de los datos aportados por M. BUSTAMANTE ÁLVAREZ *et alii*, *op. cit.*, 2014, pp. 319 ss., quienes señalan que “el consumo de

preparaba *puls* con ciertas legumbres como las habas, unas leguminosa a las que se atribuían ciertas connotaciones religiosas<sup>1228</sup> -Plin., *N.H.*, 18, 118-. Y Apicio ofrece dos siglos después varias recetas de *puls*, aunque bastante sofisticadas y complejas, que representan la evolución de los primitivos y sencillos guisos de cereal cocido hacia formatos más elaborados<sup>1229</sup> -Apic., *De re coq.*, 179-182-.

La época del consumo de *puls* como alimento fundamental, en familia, era tan sólo un recuerdo en tiempos de Juvenal, quién hace un retrato de esta época, idealizada por el paso del tiempo y vinculándola con el consumo de *puls*: *Saturabat glaebula talis patrem ipsum turbamque casae, qua feta iacebat uxor et infantes ludebant quattuor, unus vernula, tres domini; sed magnis fratribus horum a scrobe uel sulco redeuntibus altera cena amplior et grandes fumabant pultibus ollae: nunc modus hic agri nostro non sufficit horto. inde fere scelerum causae, nec plura venena miscuit aut ferro grassatur saepius ullum humanae mentis vitium quam saeva Cupido inmodici census, nam dives qui fieri vult, et cito vult fieri; sed quae reverentia legum, quis metus aut pudor est umquam properantis avari? “vivite contenti casulis et collibus istis, o pueri”, Marsus dicebat et Herculius olim Vestinusque senex; ‘panem quaeramus aratro, qui satis est mensis; laudant hoc numina ruris, quorum ope et auxilio gratae post munus aristae contingunt homini veteris fastidia quercus*<sup>1230</sup>.

---

grano se generalizó antes de la propia panificación”, consumiéndose el cereal en los primeros tiempos en forma de sopas, *puls*, solo o acompañado de hortalizas y legumbres. El cereal no solamente era trigo, también se utilizaban cebada, mijo y álaga. La siguiente fase documentada por Bustamante, es la panificación, un proceso “que se fue generalizando paulatinamente desde el s. III a.C.,... pero no fue hasta la centuria siguiente cuando se potenció la industria panadera a nivel técnico”.

<sup>1228</sup>Las legumbres serían el otro gran alimento del mundo romano –junto con el cereal-, desde época muy temprana. Como sucede con los cereales, las legumbres se mantienen secas durante mucho tiempo, son nutritivas y dan lugar a multitud de elaboraciones diferentes. D. BROTHWELL y P. BROTHWELL, *op. cit.*, 1998, pp. 105 ss., apuntan que se han recogido y posteriormente cultivado en el Próximo Oriente distintas variedades de legumbres desde el séptimo y sexto milenios a.C.

<sup>1229</sup>Esta muestra de cocina popular en un recetario de élite es una demostración de hasta qué punto los platos tradicionales y sencillos se encuentran arraigados en una sociedad, y como forman parte del patrimonio alimentario de todos los sectores sociales.

<sup>1230</sup>“Un campo como el descrito alimentaba al padre en persona y además la asistencia de su cabaña, en la que yacía la mujer parturienta y jugaban cuatro niños, uno de ellos un esclavo nacido en la familia y los otros tres libres; para sus hermanos mayores que volvían de cavar o de sembrar había una segunda cena con algo más abundante, unas ollas grandes humeantes de polenta; hoy con una extensión de tierra así no tenemos ni para jardín. Ahí radican casi todos los crímenes, pues no hay tara del seso de los hombres que suministre más veneno o que ataque más con la espada que un afán

Analizando el texto, estudiado en un apartado anterior por motivos diferentes, observamos en primer lugar la organización familiar de aquella época, en la que dueños y esclavos convivían y trabajaban juntos en beneficio del grupo familiar. Juvenal contrapone aquella vida rústica con la ambición generalizada que parece empapar su época y que tanto le disgusta. Según su punto de vista, en el pasado se cubrían sencillamente necesidades como la alimentación, la vivienda y el vestido. Por su parte, la alimentación, una vez superado el estadio de recolección –lo que resalta Juvenal como un paso importante–, estaba basada en el cereal, y en esta época añorada por el poeta, presentaba como alimento cotidiano las “ollas grandes humeantes de polenta”. Que eran las que calmaban el hambre y reponían las fuerzas.

En esta segunda etapa en el Sistema alimentario romano, que tan bien describe Juvenal, aún no se habían llegado a consumir alimentos novedosos, ni las preparaciones orientales, que posteriormente se considerarían frívolos, lujosos y excesivos por los más

---

severos pensadores<sup>1231</sup>. L. Friedländer señala este aspecto de sencillez que caracterizó la segunda etapa del Sistema alimentario romano: “En **Luxus mensae** Roma se mantuvo durante mucho tiempo la mayor frugalidad en cuanto a la comida.”

El lujo gastronómico no debió ser grande (por lo menos, durante los primeros cien años) aún después que los ejércitos que volvían del Asia Menor (en 188 a.C.) comenzaron a difundir en Roma el conocimiento..., cuando los romanos empezaron a enterarse de que existía un arte culinario y a pagar buenos precios por los cocineros, que eran hasta entonces los esclavos menos apreciados. Hasta el año 174 a.C. las propias amas de casa romanas se

---

implacable de riquezas excesivas. Porque el que quiere enriquecerse no admite en ello dilaciones: ¿cómo podría respetar las leyes, o temerlas, o de qué se avergonzaría un avaro impaciente? “Vivid contentos con vuestras chozas y con vuestras colinas, hijos míos” -decían antaño los ancianos marsos, los hérnicos y los vestinos- “ganemos con el arado el pan que baste a nuestras mesas. Lo alaban los dioses campesinos, con la ayuda y la asistencia de los cuales, desde el don concedido de la agradable espiga el hombre puede despreciar los frutos de la encina añosa” –Iuv., *Sat.*, 14, 165-185 ss.-. Trad. J. GUILLÉN CABAÑERO, *op. cit.*, 1991, pp. 421-422.

<sup>1231</sup>En realidad, ambos aspectos corresponden a dos diferentes modelos de civilizaciones, como sugiere M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999b, p. 73, y no a elaboraciones ideológicas divergentes. Para él, “the concept of frugality was linked to the dominant food model. Bread, wine and oil... were a symbol of the simple life, of a dignified poverty characterized by hard work and humble satisfaction”. Según este autor, en Grecia, las fuentes se distancian –con intenciones políticas– con la vida extravagante de los persas. Mientras que en la Roma imperial, se expresa la añoranza por aquellos días en los que la corrupción no existía y los alimentos eran simples.

encargaban de amasar y cocer el pan para el uso doméstico, pues no había en la ciudad un solo panadero. Y todavía en el año 161 a.C., produjo tal escándalo el que se matasen gallinas para comerlas, que se dictó una ordenanza del censor prohibiéndolo y esta prohibición fue reiterada posteriormente en todas las leyes suntuarias sucesivas. Fue mucho más tarde cuando se introdujeron en Roma las aves y los mariscos extranjeros: en el año 115 a.C. se dictó una ordenanza prohibiendo ambas cosas, además de otros productos considerados exquisitos, como fueron los lirones<sup>1232</sup>.

Todavía encontramos una sociedad muy definida por una actividad agrícola y ganadera, con una gran dosis de rusticidad, cuyo gran objetivo fue sobrevivir -Iuv., *Sat.*, 14, 316-. Así, sería imprescindible como primera necesidad cubrir las necesidades de sed, hambre y frío, en el entorno de esa sociedad rural tan apegada al terruño, a la tradición y a los ciclos naturales. Una sociedad con obligaciones constantes, con actividad continua y con escasos banquetes en su cotidianidad, cuya frugalidad representó el gran modelo para las etapas posteriores, como muestra Cicerón, aludiendo en su defensa a Roscio Amerino, que no había participado en banquetes y que había vivido en el campo cultivando sus tierras -Cic., *Pro Rosc., Am.*, 14-.

---

*Sociedad agrícola  
y ganadera*

---

La actividad física, la capacidad de satisfacer las necesidades de forma sencilla, la disciplina y la dirección directa de la tierra y de la familia fueron la forma de llevar a la práctica un determinado estilo de vida que estuvo especialmente bien considerado a partir del s. I d.C., cuando realmente se había perdido ya la tradición y la moral que la sustentaba. En cuanto a los hábitos en la mesa, la familia aún comía sentada en taburetes o sillas, no recostados, y los hombres y mujeres no se separaban para comer, como se haría posteriormente en algunos banquetes, siguiendo la moda griega<sup>1233</sup>. Es a finales de esta época cuando los cambios se aceleraron, como señala M. Le Glay y en el siglo II a.C. irían

---

<sup>1232</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 778. Por su lado, para K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 12, que es de idéntico parecer, fue la llegada de los ejércitos desde Asia, y el triunfo popular que se celebró por las conquistas de Cn. Manlius Vulso en el 187 a.C., el momento concreto en que llegaron a Roma todas las riquezas, y hasta los cocineros especializados. Y L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 51-73. Las fuentes a las que todos estos autores hacen referencia son unas famosas citas de Livio y de Plinio, -Liv., *Ab Urb.*, 39, 6, 7-9; Plin., *N.H.*, 34, 8, 14; 37, 1, 12-. No es necesariamente incompatible esta diferencia entre ambas épocas con la recreación ideológica sobre ella creada en época imperial, comentada anteriormente.

<sup>1233</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 13.

tomando cuerpo, cuando ya no se vivía en Roma como se vivió durante los comienzos de la República. Había cambiado el modelo sociológico, lo que se puso de manifiesto desde el punto de vista de la arquitectura doméstica, del mobiliario, del vestido y por supuesto, de la alimentación<sup>1234</sup>.

Es interesante observar cómo es precisamente hacia finales de esta época cuando se produce el gran cambio que evolucionaría posteriormente, y como comenzaron a implantarse las leyes suntuarias ya tratadas con anterioridad. Según M. Beer, la presencia de esta legislación suntuaria resulta un punto de partida para explorar cuestiones de identidad cultural, aspecto abordado anteriormente. Por otra parte, también sugiere que estas leyes fueron una forma de crítica de los propios romanos hacia su sociedad, con dos connotaciones no necesariamente incompatibles, a nuestro parecer, ya que el propio M. Beer se pregunta si en realidad existió un auténtico impulso moral, un concepto ético que incluyera la idea de regeneración, para preservar la unidad de la clase patricia romana de la época. Clase que se encontraba dividida por luchas internas, con miembros que competían por estatus y poder. O por otro lado sería más bien lo que denomina un “ejercicio de relaciones públicas”, para calmar el resentimiento de las clases bajas ante la llegada de tal cantidad de productos de lujo<sup>1235</sup>. En realidad, la restricción legislativa solamente afectaba a los más ricos, ya que los pobres no tenían opción para ser sancionados, porque sencillamente carecían de acceso a los bienes de consumo que resultaban moralmente reprobables. Desde luego, los historiadores romanos percibieron este cambio y se mostraron interesados en los motivos, tanto cuando llegó el lujo a las mesas romanas como cuando, posteriormente fue decayendo la moda.

Sería Tácito, con su famosa expresión *Luxus mensae* quien refleja con mayor claridad el hecho de la llegada de las nuevas costumbres, el final de estas y su intención de investigar al respecto<sup>1236</sup>. Señala Tácito como punto de partida la batalla de Accio –en el año 68 d.C.- moda que según él duraría hasta la época de Vespasiano, quién con sus

---

<sup>1234</sup> Como señala M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, p. 37.

<sup>1235</sup> M. BEER, *Taste or Taboo. Dietary choices in Antiquity*, Trowbridge, 2010, p.163.

<sup>1236</sup> *Auditis Caesaris litteris remissa aedilibus talis cura; luxusque mensae a fine Actiaci belli ad ea arma quis Servius Galba rerum adeptus est per annos centum profusis sumptibus exerciti paulatim exolvere. causas eius mutationis quaerere libet. dites olim familiae nobilium aut claritudine insignes studio magnificentiae prolabebantur. nam etiam tum plebem socios regna colere et coli licitum; ut quisque opibus domo paratu speciosus per nomen et clientelas inlustrior habebatur – Tac., Ann., 3, 55-*

costumbres austeras, estilo de vida y alimentación a la antigua usanza restablecería en cierto modo la frugalidad perdida. Aunque este intento no pasó de ser una declaración de intenciones, en realidad el mundo ya había cambiado<sup>1237</sup>. Para Alföldy, en el final de este ciclo, en el s. II a.C. se produce un cambio estructural, marcado por la Segunda Guerra Púnica, y principio de una transformación que conduciría a modificaciones estructurales en la sociedad romana. A la vez, fueron muy rápidos, lo que provocaría un nuevo ordenamiento social “de modelo completamente distinto del de la sociedad romana arcaica<sup>1238</sup>”. Para este autor, la aparición de una nueva clase de hombres de negocios, los *publicani*, dio lugar a la aparición de tensiones en la sociedad romana, por su ignorancia con respecto a las normas tradicionales de moderación, aún presentes en la nobleza, y que como observamos, afectaron profundamente al Sistema alimentario tradicional.

### 1.3. Tercera etapa: Evolución hacia la apertura

*Tolle, puer, calices tepidique toreumata Nili  
et mihi secura pocula trade manu  
trita patrum labris et tonso pura ministro;  
anticus mensis restituatur honor*<sup>1239</sup>

A lo largo del Mediterráneo encontramos distintos sistemas alimentarios, cada uno de ellos compuesto a su vez por una serie de etapas, que no son necesariamente coincidentes en los distintos momentos de su desarrollo con la evolución interna del propio Sistema alimentario romano. Desde la sencillez a la sofisticación, la evolución hasta este momento se irá produciendo en este sentido, pero no siempre será así. Además, el Sistema

---

<sup>1237</sup> Quién, como señala M. GRIFFIN, “The Flavians”, en A. K. Bowman, P. Garnsey, D. Rathbone, *The Cambridge Ancient History, vol. XI. The High Empire, A.C. 70-192*, Cambridge, 2000, p. 25, como cabeza del gobierno de Roma, el *princeps* era inevitablemente un modelo, que lo sería incluso en el estilo de retratos de privados y en la moda. Pero sería ese estilo de vida modesto y el concepto de siervo de lo público, la actitud con que Vespasiano deseaba impregnar la sociedad romana de su tiempo; aunque ni siquiera él se libraría de la corrupción generalizada, y que tan bien expresa Tácito –Tac., *Hist.*, 2, 5; 2, 5, 84 cfr. 1, 50; Suet., *Vesp.*, 16, 3-.

<sup>1238</sup> G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 71-73.

<sup>1239</sup> “Llévate, esclavo, las copas cinceladas del cálido Nilo, y tráeme con mano despreocupada vasos desgastados por labios de antepasados y sin labrar, junto con un criado de pelo corto. Restitúyase a las mesas la prestancia de antaño” -Marcial, *Epigr.*, 11, 11-. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, pp. 224-225.

alimentario romano recogería influencias de otras culturas, cuyas características alimentarias se encontraban más desarrolladas o elaboradas que las romanas de la misma época, aspecto que lo modificó y enriqueció. Esta tercera etapa de evolución hacia la apertura, que se desarrolla desde el s. II a.C. a la muerte de Augusto en el 14 d.C., representa esa evolución cultural y de carácter alimentario. Con respecto a los precedentes, por una parte tenemos los banquetes griegos y los etruscos, que fueron los antecedentes fundamentales, entendidos como influencias distintas e independientes sobre las costumbres romanas, aunque fueron concurrentes en ciertos aspectos -por ejemplo, el de comer recostados sobre lechos-. Esta observación es importante, debido a que las influencias no son necesariamente de una sola procedencia, y muy al contrario, podemos establecer como posible (y como percibimos en este caso), que en diferentes culturas se repitieran cuestiones vinculadas con el Sistema alimentario, lo que nos llevaría a contemplar una doble influencia o de dos diferentes centros de expansión de estas<sup>1240</sup>.

---

*Mediterráneo:  
espacio dinámico*

---

En los países conquistados, especialmente en Grecia, los romanos encontraron una filosofía, unas formas de vida en desacuerdo con el *mos maiorum*, corrientes de pensamiento que encontraron acogida en las capas sociales altas, las que debían defender los antiguos principios, debido a su mayor conocimiento y educación. La consecuencia, como señala Alföldy<sup>1241</sup>, fue que las influencias del pensamiento griego produjo la quiebra de los conceptos morales tradicionales, y con ellos, de la sociedad romana.

Por su parte, los banquetes orientales, que estaban caracterizados por un protocolo, unas costumbres y unas técnicas alimentarias mucho más elaboradas y complejas, también tuvieron una gran influencia sobre la sociedad romana. Sin embargo, la influencia de estos últimos no aparecería hasta avanzada la época de las conquistas, el momento en que Roma consiguió imponer la paz en los territorios conquistados, el estado de pacificación que fue

---

<sup>1240</sup>Sobre el banquete etrusco, cfr. J. HEURGON, *op. cit.*, 1991, pp. 251-265 y K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, pp. 25-33, quién conecta los banquetes etruscos con los de la Roma temprana, teniendo en cuenta que también los banquetes etruscos: "...unquestionably played a prominent role in Etruscan culture from an early date". Y en cuanto a los banquetes romanos, L. LANDOLFI, *op. cit.*, 1990, pp. 28 ss., señala su ineludible relación con el mundo griego. F. J. NAVARRO SANTANA, *op. cit.* 2014, p. 87, por su parte, vincula la herencia de etruscos y griegos con la propia civilización romana, preguntándose "...si Roma aportó algo de su propia identidad o se contentó con distribuir lo que otros habían creado".

<sup>1241</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 93.



finalmente la coyuntura favorecedora de la aparición de una forma de vida más confortable y lujosa, propia de un Sistema alimentario más sofisticado y complejo<sup>1242</sup>.

La época final de esta etapa, con el reinado de Augusto, articularía un importante momento en el Sistema alimentario romano, se trató de la llegada de una auténtica revolución alimentaria<sup>1243</sup>, de la cual fueron plenamente conscientes los protagonistas de la época, desde los gobernantes a los escritores o los filósofos<sup>1244</sup>. Esta revolución en lo cultural y en lo alimentario estaba representada por el conjunto de los cambios acaecidos en la sociedad romana. A este claro conocimiento sobre la existencia de una gran serie de cambios, se sumó una actitud nostálgica y evocadora de un pasado muy idealizado, que se había caracterizado por una gran disciplina, alta moralidad, frugalidad y austeridad de costumbres. Por esos motivos, Juvenal se quejaba de su época añorando la pasada, una época que le sugería la auténtica esencia romana frente a las modas alimentarias griegas,

---

<sup>1242</sup>D. BRAUND, “Learning, Luxury and Empire: Athenaeus’ Roman Patron”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Athenaeus and his world: reading Greek culture in the Roman Empire*, Exeter, 2000, p. 12.

<sup>1243</sup>G. ALFÖLDY, op. cit., 2012, pp. 97-100, denomina a este periodo de la historia de Roma, que dura unos cien años, y que va desde el primer tribunateo de la plebe de Tiberio Sempronio Graco, en el 133 a.C., hasta el final de las guerras civiles en el 30 a.C., un “periodo revolucionario”, época de crisis y conflictos que se sucedieron en la República tardía y que provocaron cambios en el ordenamiento social.

<sup>1244</sup>Esta es una denominación propia que nos parece resumir claramente el momento que vive Roma desde el punto de vista de la alimentación. Así, hemos denominado revolución alimentaria a este breve período en el que los cambios que se suceden tienen unas características visibles y patentes: en primer lugar, son rompedores, algo que es consustancial con la índole de una revolución. Por otro lado si bien son de carácter alimentario, también se vinculan con cambios sociales. En tercer lugar, son muy visibles, se pueden datar, confirmar mediante la ayuda de las fuentes y concretar en hechos bien determinados. No es algo que se percibe o que se intuye, esta revolución alimentaria romana es algo que se detecta, que se concreta en datos, en fechas y en personas. Otras revoluciones históricas vinculadas con la alimentación son la revolución neolítica, argumentada por V. GORDON CHILDE, *Los orígenes de la civilización*, México D.F., 1995, pp. 124 y 131, quién señala, que “la revolución neolítica no fue una catástrofe, sino un proceso. Sus diversas etapas fueron modificando... las instituciones sociales...” y “La revolución neolítica... constituye la culminación de un largo proceso”. De la misma forma, un proceso es la revolución alimentaria romana, que hemos desarrollado por etapas igualmente identificables. En realidad, frente a las revoluciones sangrientas como la francesa, la Revolución bolchevique, las Revoluciones independentistas latinoamericanas o la Revolución de las Trece Colonias, norteamericana, estas revoluciones de carácter alimentario no representan un cambio de sistema político ni aparición de violencia, aunque algo nuevo se enfrente a algo viejo y se rompa un sistema existente. Tampoco son inmediatas ni espontáneas, son progresivas y en ocasiones presentan avances abruptos, como por ejemplo sería la llegada de una importante cantidad de alimentos y técnicas nuevas en un corto espacio de tiempo. El mismo V. GORDON CHILDE, *Teoría de la Historia*, Buenos Aires, 1981, p. 7, señala que “al historiador le toca revelar la existencia de un orden en el proceso de la historia humana”.

que lejos de ser una moda, eran ya una realidad: “Y yo, ¿no huiré de los mantos de púrpura? ¿Firmará antes que yo y se reclinará en una mesa mejor que la mía este que empujaron a Roma los vientos que nos traen los higos y las ciruelas? ¿Hasta tal punto ya no vale nada el que nuestra infancia bebier el cielo del Aventino y se alimentara de olivas sabinas?<sup>1245</sup>”.

A partir de esta revolución alimentaria romana, con el flamante Sistema alimentario en pleno auge, aparecerían nuevos espacios en el ámbito económico, social, cultural y político, vinculados con modernos estilos de alimentación. Junto a todas estas novedades surgieron los lugares concretos relacionados con aspectos gastronómicos, especialmente los de carácter privado, pero en cualquier caso, de gran categoría. En todos estos aspectos observamos que el Sistema alimentario manifiesta una evolución hacia la calidad

---

*Revolución alimentaria*

---

perseguida conscientemente, lo que significa, por otra parte, que la excelencia gastronómica se destinaba únicamente a la oligarquía. A pesar de este hecho también hay que señalar que tanto la seguridad y regularidad de abastecimientos como las condiciones alimentarias del pueblo romano mejoraron sensiblemente. Todos estos cambios, sin embargo, no eliminarían definitivamente a ciertas costumbres anteriores, y tras la caída de la República y la llegada de las nuevas costumbres continuaron algunos antiguos hábitos, que no desaparecieron y que son precisamente los que nos explican por qué el Sistema alimentario se definió por la dualidad constante entre la innovación y la permanencia.

El Mediterráneo ha sido un espacio en que han vivido un conjunto de poblaciones abiertas, no estáticas, que han reflejado su forma de entender esta apertura en distintos aspectos, entre los que se incluyen las costumbres alimentarias. La llegada de nuevos alimentos se ha celebrado siempre, y gracias a la benignidad del clima, que ha favorecido su adaptación, se han integrado fácilmente en lo que denominamos estilo de vida mediterráneo. En el s. II a.C., la aparición de nuevas frutas, especies animales, condimentos y vegetales, supuso una auténtica revolución alimentaria, pero la adaptación fue excelente y

---

<sup>1245</sup>Iuv., *Sat.*, 3, 84. Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, pp. 129-130.

pronto comenzó la producción y la expansión de estos productos hasta que muchos de ellos se transformaron en comestibles cotidianos<sup>1246</sup>.

No es la única revolución alimentaria que se ha producido históricamente, y podemos comprobar otros momentos en los que la llegada de nuevos elementos de carácter alimentario a Europa desarrollaría una situación similar. En concreto, el s. XV fue un momento histórico que refleja otra revolución alimentaria, y en nuestra época, seis siglos después, los productos que denominamos “de ida y vuelta” como con el tomate, la patata, el pimiento, o el chocolate y el maíz, modificarían para siempre la alimentación occidental. Y viceversa, el cerdo, la cebolla, el café y los cítricos alterarían sin vuelta atrás la alimentación indígena americana<sup>1247</sup>. La existencia de diversos momentos clave para la historia de la alimentación nos lleva a entender que la aparición de esos cambios en el mundo romano solamente era cuestión de tiempo. A. Wallace-Hadrill recoge en este sentido la existencia de una auténtica revolución cultural, en la que estuvo implicada la alimentaria, señalando que el mecanismo de transmisión de las prácticas culturales tradicionales había sido el modelo de los *maiores*, hábito que se rompió cuando los modelos culturales dejaron de ser los de los romanos antiguos, apareciendo otros estereotipos a seguir. De esta manera perderían su vigencia las pautas culturales convencionales, sustituyéndose por otras diferentes y con frecuencia en claro enfrentamiento con aquellas<sup>1248</sup>.

Con la revolución alimentaria aparecieron los fundadores de la nueva gastronomía romana: hombres de estado, escritores, cocineros, artesanos altamente cualificados, personas con ganas de impulsar los cambios, para las que el antiguo y rústico estilo de vida era insuficiente. Aparecería entonces la figura del cocinero artista, con ciertas dosis de necesidad de exposición y lucimiento personal, quién, como otros artistas, necesitó el conocimiento de las técnicas especializadas en su actividad, así como el espacio necesario

---

<sup>1246</sup>Para P. GARNSEY, *op. cit.*, 2002, p. 12, la dieta mediterránea no supone una forma de alimentarse estática, ha tenido intrusiones como las que señalamos más arriba, que han modificado las dietas antiguas, transformándolas y diversificando los hábitos. En suma, el proceso de cambio consustancial con la historia también afecta a los sistemas alimentarios a través de nuevas ideas, técnicas, productos, descubrimientos, hechos, etc.

<sup>1247</sup>Sobre una descripción de los alimentos de ida y vuelta y la riqueza alimentaria que supuso el encuentro Europa-América, ver A. VILLEGAS BECERRIL, *Grandes maestros de la historia de la gastronomía*, Córdoba, 2015, pp. 335-336.

<sup>1248</sup>Como señala A. WALLACE-HADRILL, *Mutatio morum: The Idea of a Cultural Revolution*”, en T. H. Habinek y A. Schiesaro (eds.), *The Roman Cultural Revolution*, Cambridge, 1997, p. 9.

para realizarlas. A partir de este cambio, los romanos, como los franceses postrevolucionarios, se descubrían ante el cocinero, como si fuera un pintor, considerándolo sin lugar a dudas, tocado por el genio, y no como un simple artesano de los fogones. Este concepto, relacionado con la existencia de un alto grado de elitismo gastronómico, y por qué no decirlo, de una cierta petulancia y dosis de esnobismo, se encontraba enfrentado a los conceptos de igualdad social. Lo que explicaría el porqué tanto sus creadores como quienes lo disfrutaron, fueron miembros destacados de la aristocracia romana. Aunque desde luego no los propios cocineros, quienes, si bien estuvieron bien considerados, nunca hubieran podido acercarse a la situación social de los anteriores.

Esta etapa que analizamos se corresponde con lo que hemos denominado “Evolución hacia la apertura”, y estaba vinculada a una época que podemos datar a partir del comienzo de las Guerras Púnicas hasta la muerte de Augusto, es decir, desde el s. II a.C. hasta el año 14. Livio recoge cual fue el momento en que apareció el comienzo del lujo que se acrecentaría hasta época de Augusto. Fue después de la Guerra contra Antíoco el Grande, finalizada en el 188 a.C., cuando: *Luxuriae enim peregrinae origo ab exercitu Asiatico invecta in urbem est. ii primum lectos aeratos, vestem stragulam retiosam, plagulas et alia textilia et, quae tum magnificae suppellectilis habebantur, monopodia et abacos Romam advexerunt. tunc psaltriae sambucistriaeque et convivalia [alia] ludorum oblectamenta addita epulis; epulae quoque ipsae et cura et sumptu maiore adparari coeptae. tum coquus. vilissimum antiquis mancipium et aestimatione et usu, in pretio esse et, quod ministerium fuerat, ars haberi coepta. vix tamen illa, quae tum conspiciebantur, semina erant futurae luxuriae*<sup>1249</sup>.

El texto nos muestra cómo Livio identifica perfectamente el grupo que traería las novedades, y que en principio correspondió a los militares, los cuales no solamente se ocuparon de la defensa, del orden o de la organización de las nuevas provincias, sino que

---

<sup>1249</sup>“El germen del lujo extranjero fue introducido en Roma por el ejército de Asia. Fueron aquellos soldados los primeros en importar a la ciudad lechos de bronce, colchas preciosas, tapices y otros tejidos finos, y mesas de un solo pie y aparadores, enseres que entonces se consideraban suntuosos. Fue entonces cuando se sumaron a los banquetes las tañedoras de cítara y sambuca y otros elementos para divertir a los comensales; también los propios banquetes comenzaron a prepararse con mayor detalle y suntuosidad. Fue entonces cuando el cocinero, el esclavo menos apreciado y considerado menos útil por los antiguos, se apreció y, lo que había sido un servicio comenzó a ser un arte. No obstante, aquellos detalles que entonces comenzaban a despuntar eran apenas el germen del lujo que iba a venir” -Liv., *Ab Urb.*, 39, 6-9-. Trad. J. A. VILLAR VIDAL, *Tito Livio. Historia de Roma desde su fundación, Libros XXXVI-XL*, Madrid, 1993, p. 270.

también fueron el elemento gracias al cual llegaron a Roma los nuevos hábitos, alimentos, mobiliario, incluso actividades en relación con los cambios alimentarios y disposición a su consumo. Y no solamente Livio, sino otros autores como Varrón destacarían el daño que hizo al Estado la aparición de estas nuevas costumbres, en este caso representado en la construcción de las villas de recreo frente a las antiguas villas de producción, con arquitectura, actividades y cultivos muy diferentes<sup>1250</sup>.

A partir del s. II a.C., cuando se había producido el inicio de la segunda etapa en el Sistema alimentario, hemos ido apreciando la llegada de una gran cantidad de alimentos, costumbres y diversas facetas relacionadas con la alimentación, casi todas procedentes de Oriente, y cuya llegada se incrementa y consolida a partir de esta tercera etapa. J. N. Robert presenta una explicación sobre los porqués de la llegada del lujo en general, que tuvieron su paralelo muy visible, en la nueva fase del Sistema alimentario: “¿Cómo los nuevos dueños del universo, según se llamaban a sí mismos, podían conformarse con la frugal virtud de los antiguos ahora que mandaban sobre unos hombres que, con rencor y altanería, los miraban como a unos campesinos? De buena gana les hubiera recordado Catón a aquellas jóvenes generaciones el comportamiento ejemplar de Curio Dentato, pobre, vencedor de los samnitas, que rehusaba sus riquezas pretextando que era más hermoso gobernar sobre quienes tenían el oro que el mero hecho de su posesión. Pero no hubieran entendido este discurso porque los romanos acababan de ver, por vez primera, el esplendor de Oriente. Por supuesto que ya conocían a los griegos y, sus riquezas, del sur de Italia o Sicilia, pero ¿qué eran Tarento o Siracusa comparadas con Atenas o Pérgamo? La moral de sacrificio había vivido y había sucumbido ante los espejismos de la magia oriental dando lugar a una formidable sed de placer. El dinero y el lujo eran los nuevos dueños de Roma.

El siglo II veía cómo se desarrollaba la civilización urbana con sus tentaciones y placeres. Frente a las fortunas tradicionales de tierras, se imponían las fortunas mobiliarias. Y en ocasiones se desvanecían con suma rapidez. La guerra y la ruina empujaron a una multitud de pequeños agricultores arruinados que vinieron a sumarse a una plebe ociosa y miserable. La pobreza de muchos iba en aumento, mientras crecían las riquezas de otros.

---

<sup>1250</sup>*Fructuosior, inquit, este certe fundus propter aedificia, si potius ad anticorum diligentiam quam ad horum luxuriam derigas aedificationem... nunc contra villam urbanam quam maximam ac politissimam habeant dant operam ac cum Metelli ac Luculli villis pessimo publico aedificatis certant* –Varro., *Rust.*, 1, 37, 6-7-.

Era el precio de la victoria. La semipobreza de todos había mantenido la moral y las necesidades de la guerra -alimentadas por la angustia de ver cómo Aníbal podía destruir Roma-, habían obligado a los romanos a un notable esfuerzo de solidaridad. Pero el peligro había pasado. Roma salió engrandecida de la prueba y consolidó su nuevo poder. Todos, ricos y pobres, esperaban, por tanto, el pago a sus esfuerzos<sup>1251</sup>”.

Esta es la época en que se produce el asentamiento de contingentes romanos fuera de Roma que trajeron aparejadas las grandes conquistas militares, cuyos abastecimientos, por otra parte, fueron un problema que preocupó a los estamentos militares de la Antigüedad<sup>1252</sup>. El mismo Lúculo reconocía la importancia de una buena alimentación para el ejército, una intendencia bien organizada y provista -Plut., *Luc.*, 11, 1-, y aunque la planificación era imprescindible también veían cómo se hacía realidad la famosa máxima de Catón: “La guerra se autoabastecerá<sup>1253</sup>”. Los ejércitos necesariamente tomaban lo que encontraban, adaptándose al terreno en todos los sentidos y comiendo alimentos de todo tipo, algunos que les eran conocidos y otros que no<sup>1254</sup>. Así, poco a poco, las novedades se convertirían necesariamente en parte de sus hábitos, y por su conducto llevadas a Roma. Sin duda, los ejércitos romanos requerían suministros para abastecerse durante las campañas militares y sabemos que llevaban convoyes de aprovisionamiento con los que facilitar la llegada de víveres a las tropas en cualquier lugar en que se encontraran, pero también que se abastecían sobre el terreno, como señala Livio -Liv., *Ab Urb.*, 10, 14-.

El problema sería que el consumo de estos productos diferentes propios de tierras diferentes a las nativas no era visto necesariamente como lo más deseado, ya que los alimentos foráneos no eran a los que los ejércitos estaban acostumbrados. Si tenemos en cuenta que el alimento más apreciado por este colectivo era el pan -por habitual- y

---

<sup>1251</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1999, pp. 84-87.

<sup>1252</sup>P. ERDKAMP, *op. cit.*, 1998, p. 1.

<sup>1253</sup>Liv., *Ab Urb.*, 34, 9, 12. Trad. J. A. VILLAR VIDAL, *Tito Livio, Historia de Roma desde su fundación, Libros XXXI-XXXV*, Madrid, 1993, p. 236.

<sup>1254</sup>Cuyo abastecimiento, independientemente de que la guerra se alimentara por sí misma, estaba idealmente compuesto por trigo y cebada, aproximadamente una ración de 830 gr. diarios de trigo, el cual se podía transportar sin que se llegara a estropear, y con él se podía preparar *puls*. Además, se podía suplementar la dieta con carne, aceite de oliva y vinagre, aunque con una menor regularidad. En los cuarteles de invierno, la dieta sería probablemente más completa que durante la campaña, y estaría acompañada por hortalizas y verduras, fruta y ocasionalmente pescado. En general, la dieta del soldado romano se adecuaba al contexto geográfico. P. ERDKAMP, *op. cit.*, 1998, p. 298.

ocasionalmente, la carne, podemos entender que las comidas muy elaboradas, especiadas y complejas no resultaron satisfactorias, al menos al principio. Cuando había carencia de pan, el alimento básico, y solamente carne para comer, la tropa no estaba contenta. P. Erdkamp lo atribuye a que en los veranos mediterráneos la carne se estropeaba rápidamente, provocando graves problemas de salud, sobre todo en personas que no estaban acostumbradas a este tipo de dieta basadas casi únicamente en las proteínas<sup>1255</sup>.

El ejército fue decisivo con respecto a la llegada de las novedades orientales, aunque nos consta que en este sentido confluyeron otros factores, como fueron la pujante actividad comercial, la pérdida de importancia de la agricultura como actividad prioritaria y el desarrollo de un espléndido urbanismo que hizo la vida más cómoda y amena en las ciudades que en el campo<sup>1256</sup>. El *otium* fue ganando espacio en la vida cotidiana, y con él una nueva forma de entender la vida.

---

*Obsolescencia de  
algunos productos  
y platos*

---

Así, en esta fase, ciertos aspectos del Sistema alimentario iban quedando rápidamente obsoletos, aspectos cuyos cambios no serían inmediatos pero sí eran trascendentales como fueron la disciplina personal y las tradicionales virtudes de frugalidad y austeridad, así como su plasmación en el universo de la comida. El *puls*, que había sido durante mucho tiempo alimento básico para la población romana, había quedado como recuerdo, como una ofrenda religiosa, o como una comida ocasional, incluso de pobres. El ya anticuado *puls* quedó obsoleto, como comida propia de un momento histórico vetusto, mientras que las

---

<sup>1255</sup>Como indica P. ERDKAMP, *op. cit.*, 1998, p. 31. Por su parte, F. DUPONT, *op. cit.*, 1999, p. 126, señala el simbolismo del trigo en la dieta del soldado-campesino, que para esta autora eran “comedores de pan”, quizás con algún acompañamiento como carne, higos, aceitunas o aceite de oliva, pero pan en cualquier caso. Eso determinaría la importancia del abastecimiento de cereal en cualquier circunstancia. El pan era la comida primera y más importante, que se transportaba y transformaba fácilmente y en cualquier sitio, y además no se deterioraba fácilmente. Además, como señala F. DUPONT, el cereal tenía un sentido simbólico por otra razón, ya que se servía para evitar las hambrunas y para prevenir la escasez, evitando que soldados o ciudadanos tuvieran que consumir plantas silvestres, cosa que era más propia de sociedades arcaicas y recolectoras.

<sup>1256</sup>M. LE GLAY, *op. cit.*, 2001, pp. 129-138 y 153-155, recoge las consecuencias económicas de las conquistas en forma de cifras económicas y territorios conquistados, entre otros: indemnizaciones de guerras, botín, explotación de minas, tributos diversos, impuestos, y la gran masa de esclavos. Todo ello suma unas cantidades variables, según comenta este autor, debido a que las fuentes no siempre ofrecen los mismos datos, pero en cualquier caso la afluencia de riqueza que registra M. LE GLAY es significativa.

nuevas costumbres impregnaban la cultura romana de hábitos griegos, algo que lamentaba Persio, para quién: *Crasso vitiarunt unguine pultes*<sup>1257</sup> –Pers., *Sat.*, 6, 35-. Metáfora con la que explicaba gráficamente cómo los distintos aspectos del estilo de vida griego habían modificado los hábitos tradicionales romanos, algo que se extendía a muchos campos de la vida cotidiana, en la que la forma de comer era símbolo de todo un hecho cultural rompedor<sup>1258</sup>.

Hemos ido viendo en anteriores etapas alimentarias la evolución de las técnicas de cocinado del cereal, cambios que nos han ido proporcionando una pauta clara sobre el propio desarrollo del Sistema alimentario romano. Sabemos que en primer lugar se comieron los granos crudos, directamente de la espiga, después se molieron y se preparó *puls*, y finalmente, se comenzó a producir el pan a nivel doméstico. El consumo del cereal de forma masiva comienza a evolucionar a partir de la Tercera Guerra Macedónica, que se desarrolló entre los años 171-168 a.C., época en la que situamos esa tercera etapa del Sistema alimentario y que fundamenta Plinio con su exhaustiva datación al respecto: *Pistores Romae non fuere ad Persicum usque bellum annis ab urbe condita super DLXXX. ipsi panem faciebant quisites, mulierumque id opus maxime erat, sicut etiam nunc in plurimis gentium. artoptas iam Plautus appellat in fabula quam Aululariam inscripsit, magna ob id concertatione erudi torum an is versus poetae sit illius, certumque fit Ateii Capitonis sentential cocos tum panem lautioribus coquere solitos, pistoresque tantum cos qui far pisebant nominatos; nec cocos vero habebant in servitiis, eosque ex macello conducebant* -Plin., *N.H.*, 18, 107-.

Sería entonces cuando aparecería un escalón más en el proceso de transformación del cereal, y los primeros panaderos harían su aparición en Roma. Anteriormente, el pan se fabricaba en el ámbito doméstico, siendo una ocupación típicamente femenina, lo que nos confirman tanto Plinio, en el anterior texto, como Varrón –Varro., *Ling. Lat.*, 5, 105-. Estos

---

<sup>1257</sup>“Nuestros segadores han emponzoñado las gachas con manteca espesa” Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 562.

<sup>1258</sup>Como señala F. DUPONT, *op. cit.*, 1999, pp. 116-122, en realidad se hacía patente la diferencia entre *fruges* y *pecudes*, entre el mundo agrícola, cultivado y civilizado, y el ganadero, más propio de bárbaros. Y el tiempo progresaba en el sentido de dar más espacio al segundo, lo que también se explica por los cambios en el Sistema alimentario y social. El primer concepto también requiere de un tipo de elaboración y cocinado más complejo –hervido, triturado, etc.-, frente al segundo, que simplemente se podía asar junto al fuego. Son no sólo dos tipos de alimentación, sino dos formas de entender la alimentación y la cultura.



autores relacionan el paso del tiempo con las distintas etapas de transformación del cereal, coincidiendo con la cronología aportada, y así sitúan en primer lugar la preparación de *puls*, después la panificación doméstica y más tarde la panificación extradoméstica, de carácter profesional<sup>1259</sup>.

Aunque los *pistores* en una primera etapa se ocupaban solamente de la molienda del grano, posteriormente sus tareas se irían ampliando, encargándose además de la fabricación del pan. Así también a nivel doméstico se dejó de elaborar pan en las casas, haciéndose habitual adquirirlo ya elaborado. En este momento en el que aparecen como vemos, tantos cambios, también comienzan a llegar a Roma los primeros cocineros con lo que se iría ampliando el universo de las profesiones relacionadas con este Sistema alimentario. Poco a poco se fue haciendo más complejo y sofisticado y sus productos irían evolucionando a través de las etapas históricas, convirtiéndose en alimentos mucho más elaborados -Plin., *N.H.*, 9, 67-.

Este desarrollo se manifiesta también en el propio ajuar doméstico. M. Beltrán señala cómo en la etapa anterior, en el s. III a.C., se percibe la existencia de un modelo definido por la presencia en la cocina de la *olla* y la *patina*, que se corresponderían al cocinado y consumo de tortas de cereales, pasteles al horno y pescados, mientras que en la mesa predomina el tazón Lamb en diversos tamaños, que es polivalente para comer y beber. Por su parte, el s. II a.C. se caracterizaría por la presencia masiva de los platos-fuente, utilizados tanto para servir como para comer, así como de unas escudillas complementarias<sup>1260</sup>.

---

<sup>1259</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2001, pp. 358 ss., analiza la tecnología que queda patente a través de los relieves de la tumba de *Eurysaces*, en Roma, de mediados del s. I a.C., y cómo la experiencia a través del tratamiento del cereal para hacer harina y posteriormente panificar llevaría al *pistor* en Roma a realizar un trabajo semi industrial y proporcionalmente a gran escala. El mismo Virgilio señala que sus ancestros no usaban molinos harineros, sino que tostaban el grano, aspecto en el que coincide Varrón -Virg., *Aened.*, 1, 179; Varro., *Ling. Lat.*, 5, 138-. En realidad, la molienda y la panadería eran labores diferenciadas, como señala R. L. CURTIS, y la moltura doméstica se realizaba en morteros de madera con mazo, y no con molinos del tipo de *Eurysaces*. Según R. L. CURTIS, el momento exacto en que se comienza a hornear pan en Roma se desconoce, si bien conocemos la presencia de *pistores* o panaderos profesionales a través de Plinio, a partir del 171 a.C., -Plin., *N.H.*, 18, 97-.

<sup>1260</sup>M. BELTRÁN LLORIS, *op. cit.*, 1990, p. 35, ejemplifica los modelos de desarrollo del material de cocina y mesa con la cerámica de Cosa. Según este autor “El estudio de los porcentajes de presencia de las formas esenciales definidos en cada yacimiento, permitirá... obtener una idea clara del tipo de alimentación y tradiciones culinarias predominantes”.

Además de las formas de consumo del cereal, otros detectores señalan la nueva época, como la aparición de viveros de ostras y de caracoles, que serían una representación de la revolución alimentaria de esta fase. Con respecto a los viveros de ostras, Plinio, destaca que fueron invención de Sergio Orata<sup>1261</sup>, que “fue el primero de todos en construir viveros de ostras en Bayas, en época del orador Lucio Craso... y no por razón de gula, sino de codicia, ya que por este invento suyo percibía grandes ganancias... Fue este el primero que atribuyó a las ostras del Lucrino un sabor superior<sup>1262</sup>”, lo que significa por un lado que además de ponerse de moda el consumo de ostras, la cantidad de ostras consumidas fue muy elevada. Conocemos la época exacta de esta invención, ya que Lucio Licinio Craso vivió entre el 140 y 191 a.C., y defendió dos pleitos entre Sergio Orata y Considio y M. Graditiano en el año 191 a.C. La de las ostras sería una moda que tuvo una gran continuidad, ya que Apicio presenta en su obra, que se escribió al menos en parte entre los últimos años del s. I a.C. y los primeros del s. I d.C., una serie de recetas con ostras –Apic., *De re coq.*, 13, 31, 32, 140, 158, 413, 433-, en las que se explican desde técnicas de semiconservación hasta salsas, platos complejos muy elaborados y recetas específicas para este molusco. Es decir, no solamente nos encontramos ante un producto altamente valorado y de precio elevado, sino también muy consolidado. Y bien conocido, no solo desde el punto de vista culinario, sino las características de las diferentes ostras de mar o de agua dulce, las cuales describe Ateneo, señalando que las mejores son las de mar, y además especificando la mejor época del año para consumirla, que para ellos era primavera y principios de verano –Athen., *Deipnos.*, 92A-.

No solamente fueron un lujo, para Séneca, tanto las ostras como las setas eran lujos innecesarios, propios de sibaritas y de comidas repletas de excesos, y nos confirma que las ostras eran un alimento propio de grandes convites, según golosinas y no alimentos propiamente dichos, en cualquier caso, comidas de glotones –Sen., *Ad Luc.*, 78, 23; 95, 26; 108, 15-.

En cuanto a los viveros de caracoles, es igualmente Plinio quién nos deja referencias de su existencia, se idearon para abastecer a una creciente demanda: “Los viveros de caracoles los instituyó Fulvio Lipino en el territorio de los Tarquinios... distinguiendo

---

<sup>1261</sup>Igualmente, citado por Varrón –Varro., *Rust.*, 3, 3, 10-.

<sup>1262</sup>Plin., *N.H.*, 9, 168-172. Trad. E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *op. cit.*, 1995, p. 340.

desde luego sus distintas clases, de modo que estuviesen por separado los blancos... los ilíricos, que tienen más tamaño, los africanos, que tienen más fertilidad y los solitanos, que tienen más categoría. Y, además, se le ocurrió engordarlos con arropo, farro y otros productos con la idea de que los caracoles cebados hicieran llenar, de paso, las tabernas<sup>1263</sup>. En cualquier caso, este producto no tenía los elevados precios de las ostras o de otros animales de vivero. También Varrón, que vive esta etapa (del 116 al 27 a. C.) hace referencia a estos viveros de caracoles. Varrón destaca que la crianza de diferentes animales en las granjas, en forma de viveros y otras explotaciones, responde a los requerimientos del lujo de su época, en concreto los viveros de agua dulce para los peces representaría la última fase de modernidad para el granjero de su época. Señala Varrón que observa dos etapas en su desarrollo y la crianza de diversos tipos de animales, una antigua y una reciente y lujosa: *Superiores, quos frugalitas antiqua, inferiores, quos luxuria posterior adiecit* –Varro., *Rust.*, 3, 3, 5-6-. Es decir, está percibiendo el cambio de época por el tipo y cantidad de la demanda de ciertos productos. En cuanto a los viveros de caracoles, realiza una descripción exhaustiva de su implantación y cuidados en la granja –Varro., *Rust.*, 3, 14, 1-5-.

Los lirones fueron otro de estos productos de lujo<sup>1264</sup>, que también se producían en viveros, y de los que Varrón explica su crianza –Varro., *Rust.*, 3, 15, 1-2-. Sobre los lirones, Plinio señala que su consumo se prohibió en los banquetes, en época de Marco Escauro (cónsul en el 115 a.C., que presentó la *Lex Aemilia sumptuaria*), ley en la que también se contemplaba la prohibición del cultivo de ostras del Lucrino (junto al golfo de Cumas) –Plin., *N.H.*, 8, 56-. Por su parte, Apicio presenta una receta con lirón, relleno y asado –Apic., *De re coq.*, 397-, y Petronio otra, diferente, de un lirón con miel –Petron., *Satyr.*, 31-.

Completan el ciclo de los viveros de animales destinados al consumo de mesa los viveros de pescado. El primero que los construyó, según Plinio fue Licio Murena<sup>1265</sup> ejemplo que siguieron Hortensio y Filippo, dos nobles, y también Lúculo –Plin., *N.H.*, 9, 170-. En estos viveros se criaban diferentes pescados, que Varrón describe dividiéndolos en dos tipos: viveros de agua dulce y de agua salada. Comenta que los pescados de vivero de

---

<sup>1263</sup>Plin., *N.H.*, 9, 173. Trad. E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *op. cit.*, 1995, p. 343.

<sup>1264</sup>Sobre el lirón, su engorde y usos, ver A. VILLEGAS, *op. cit.*, 2001, pp. 107-109.

<sup>1265</sup>Lucio Licinio Murena fue pretor en el 100 a.C. y cónsul en el 63 a.C. En E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *op. cit.*, 1995, p. 341.

de agua dulce se destinaban a consumo de la plebe, probablemente por carecer de valor gastronómico según la moda de la época, mientras que los pescados de viveros de agua salada se destinaban a los poderosos. Esto explica el valor de los diferentes pescados de mar que hemos analizado en los recetarios. Varrón adjudica a Gayo Hirro<sup>1266</sup> la posesión de numerosos viveros tanto de agua dulce como salada, en una granja. Hasta tal punto eran valiosos algunos de los pescados allí criados que no se podían sacar con facilidad, igualmente, según Plinio, fue este Hirro el primero en desarrollar viveros de morenas – Plin., *N.H.*, 9, 172; Varro., *Rust.*, 3, 17, 3-.

También parece que Quinto Hortensio tenía otros viveros en Bauli, Marco Lúculo y su hermano Lucio Lúculo, ete último en Nápoles, tenían viveros de pescado a la orilla del mar, en Bayas –Varro., *Rust.*, 3, 17, 1-20-. Plinio confirma la afición de Lucio Lúculo y Quinto Hortensio por los viveros de animales –Plin., *N.H.*, 9, 52-. Igualmente, Plinio confirma la presencia de viveros como una práctica habitual, incluso habla de Vedio Polión (un liberto enriquecido), del círculo de amigos de Augusto, quién arrojaba a los esclavos condenados a los estanques de lampreas, y que en sus viveros de la Campania, cerca de Nápoles crió peces muy longevos –Plin., *N.H.*, 9, 77; 167-. Asimismo, la existencia de viveros de mújol, ubicados cerca de la costa, usándose los machos para la pesca con reclamo –Plin., *N.H.*, 9, 59-.

---

### *Cambios en el rol femenino*

---

Otro de los aspectos que se modificaron a través del tiempo fue el papel femenino en relación con las actividades alimentarias. Hemos visto cómo la mujer comenzaría a dejar de fabricar el pan de forma doméstica, costumbre que se afianzaba definitivamente en la cuarta etapa. En círculos reducidos, con comensales relacionados por lazos de familia o amistad estrecha, la mujer come junto al esposo<sup>1267</sup>. Sin embargo, al final

---

<sup>1266</sup>Gayo Lucilio Hirro o Hirro fue tribuno de la plebe en el 53 a.C. En E. DEL BARRIO SANZ *et alii*, *op. cit.*, 1995, p. 342.

<sup>1267</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 360, señala que en las sociedades antiguas, el estatus social del hombre y la mujer eran diferentes, e igualmente lo era su estatus nutricional. La medicina clásica consideraba que la mujer era de condición fría y húmeda, frente al hombre, que se consideraba seco y cálido, y que por tanto, la alimentación femenina debía estar formada principalmente por alimentos secos y vino diluido en agua. A tenor de sus diferentes tipos de alimentación, y según diferentes épocas, los esposos comían juntos o se producía segregación entre ellos. En este sentido, también P. VILLARD, “Femmes au symposion”, en F. Thélamon (ed.), *Sociabilité, pouvoir et*

de la república, la mujer romana de clase alta, tenía mucha más libertad de la que había tenido la mujer griega, y su estilo de vida podía ser en gran medida fruto de su elección personal<sup>1268</sup>. Así, la costumbre griega de la diferenciación de género en cuanto a la participación en los banquetes, que no en las comidas familiares, no trascendió en el tiempo, pasando a ser una moda efímera.

Con respecto al Sistema alimentario, las novedades habían llegado mucho antes, pero solo sería el paso del tiempo lo que provocaría que llegaran a introducirse y hacerse comunes en la sociedad romana. Los antiguos usos y hábitos ya habían quedado caducos, y el afán de renovación augustea fue la prueba de este hecho. El período de mayor exposición del lujo se produjo a partir de la batalla de Accio – en el 31 a.C.-, y con él, también las actividades gastronómicas se vieron apoyadas por la llegada de la paz que representó Accio a lo largo de todo el Mediterráneo<sup>1269</sup>. Gracias a la pacificación de todos los territorios, Roma encontró muchas facilidades para el desarrollo comercial, incluso se produjo la apertura del tráfico con las Indias orientales y Asia a través de Alejandría. Desde entonces, llegaron todos los productos inimaginables a Roma y, como señalaba L. Friedländer: “cuanto producen y preparan todos los pueblos<sup>1270</sup>”.

Finalmente, Augusto, en su programa de renovación cultural luchó activamente contra el lujo, aunque muy a su pesar ya se encontraba bien implantado en Roma. Trató de retomar el pensamiento que había dado cuerpo a la tradición romana, mitificándolo y

---

*société: Actes du colloque de Rouen, novembre 1983*, Rouen, 1987, pp. 106-110, reflexiona sobre el papel de las mujeres en el *symposium*.

<sup>1268</sup>S. B. POMEROY, *op. cit.*, 1999, p. 211.

<sup>1269</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 781.

<sup>1270</sup>L. FRIEDLÄNDER, *op. cit.*, 1982, p. 782. Por su parte, A. DALBY, *op. cit.*, 2000, pp. 11-13, señala que los autores romanos ofrecen respuestas contradictorias sobre la cuestión de si Roma estaba realmente infectada por su apego al lujo. En realidad, aunque se perciben mensajes contradictorios, como señala A. DALBY, “Perspectives changed”, los cambios fueron graduales, lo que explica que la percepción a corta distancia no fuera siempre idénticas. Salustio, por ejemplo, ve el pasado de época de Catilina como una época moralmente intachable, como lo hace Cicerón -Salust., *Catil.*, 9-10; Cic., *Pro Mur.*, 11-.

creando a partir de él todo un programa propagandístico con intenciones moralizadoras que sin embargo y, a pesar de su actividad en este sentido no caló en la sociedad romana<sup>1271</sup>.

---

*Programa de  
renovación de Augusto*

---

Para P. Zanker, las virtudes invocadas en Roma desde comienzos de la helenización, eran “sencillez y ascetismo, educación severa, rigor en las costumbres, orden y subordinación a la familia y al Estado, empeño, valor y disposición al sacrificio<sup>1272</sup>”. Valores que, según este autor, eran propios de una sociedad arcaica –que era precisamente la que Augusto recordaba y trataba de fortalecer en su programa-, y con los cuales pretendió la deseada renovación moral, volviendo la vista a las tradicionales costumbres de los antepasados y cuya puesta en práctica fue, finalmente, inútil. Éste es el momento histórico que actuó de bisagra entre un tiempo y otro, en el que los gobernantes fueron capaces de admitir la existencia de una serie de cambios e intentaron modificar las nuevas costumbres, en nada acordes al tradicional respeto a los *mores maiorum*<sup>1273</sup>.

Como vamos comprobando, la sociedad romana había cambiado en muchos sentidos, lo que reflejan las fuentes como Ovidio que retrata su época y los cambios sobrevenidos:

*Simplicitas rudis ante fuit: nunc aurea Roma est,  
et domiti magnas possidet orbis opes.  
aspice quae nunc sunt Capitolia, quaeque fuerunt:  
alterius dices illa fuisse Iovis.  
curia, concilio quae nunc dignissima tanto,  
de stipula Tatio regna tenente fuit.  
quae nunc sub Phoebos ducibusque palatia fulgent,  
quid nisi araturis pascua rus erant  
prisca iuvent alios: ego me nunc denique natum  
gratulor: haec aetas moribus apta meis.*

---

<sup>1271</sup>P. ZANKER, *op. cit.*, 1992, pp. 167-170, recoge la importancia que Augusto quiso conceder a la *publica magnificentia*, frente a la escasa representación del Estado en las épocas anteriores, así como evitar la excesiva ostentación de la riqueza privada.

<sup>1272</sup>P. ZANKER, *op. cit.*, 1992, p. 190.

<sup>1273</sup>Sobre esta época, en la que coinciden una importante legislación suntuaria a la vez que un debate sobre el declive moral, ver D. PODE MILES, *op. cit.*, 1987, pp. 289-307.

*non quia nunc terrae lentum subducitur aurum,  
lectaque diverso litore concha venit:  
nec quia decrescunt effosso marmore montes,  
nec quia caeruleae mole fvgantur aquae:  
sed quia cultus adest, nec nostros mansit in annos  
rusticitas, priscis illa superstes avis*<sup>1274</sup> –Ov., *Ars.*, 110-125-.

No eran solamente las costumbres las que habían sufridos cambios: los alimentos o el mobiliario, y también la ciudad soportaron modificaciones, algunas de ellas vinculadas con los aspectos alimentarios. En primer lugar, Roma se urbaniza, perdiendo progresivamente el carácter rústico y el esquema poblacional disperso que la había caracterizado anteriormente. La ciudad, definitivamente, se convertía en el centro de actividad, de relaciones o de comercio. Las grandes casas, dotadas de un huerto anejo que se encontraba preparado para facilitar el consumo doméstico de elementos vegetales, experimentan una evolución patente hacia una transformación en lujosos jardines, con paseos y elementos vegetales ornamentales y no productivos, y en este sentido para P. A. Fernández Vega, al cambiar el modo de vida y por tanto la urbanización, también se modificaron los usos del suelo, sin necesidad de erradicar los espacios, sino solamente mutándolos<sup>1275</sup>. Peristilo o pórtico, la existencia de un espacio destinado al placer se hace contrario al preexistente de aprovechamiento y producción. En él observamos el uso de elementos de lujo: mármol, fuentes, decoración figurativa, todo ello destinado al disfrute, una de las nuevas preocupaciones que progresivamente se afianzaba<sup>1276</sup>.

---

<sup>1274</sup>“Antes imperaba una rústica sencillez, ahora Roma es de oro y tiene en su poder las grandes riquezas del mundo que ha conquistado. Mira cómo es ahora el Capitolio y cómo fue antes: diríase que el de antes pertenecía a otro Júpiter. El edificio de la curia no desmerece actualmente en absoluto de asamblea tan ilustre, pero cuando Tacio reinaba era de paja. El Palatino que ahora resplandece bajo la tutela de Febo y de nuestros gobernantes, ¿qué era sino pastizales para bueyes de labor? Que otros se complazcan con lo antiguo; yo por lo menos me alegro de haber nacido en este tiempo... Porque cuidamos de nuestro cuerpo y no ha sobrevivido hasta nuestra época aquella rusticidad de los antiguos antepasados”. Trad. V. CRISTÓBAL LÓPEZ, *Ovidio. Amores, Arte de Amar, Sobre la cosmética del rostro femenino, Remedios contra el amor*, Madrid, 1989, pp. 431-432.

<sup>1275</sup>Como indica P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 162-165.

<sup>1276</sup>P. A. FERNÁNDEZ VEGA, *op. cit.*, 1999, pp. 174-177.

#### 1.4. Cuarta etapa: Arraigo de los cambios

*Mensae opipare citro et ebore nitentes, lecti aureis vestibus intecti, ampli calices variae quidem gratiae sed pretiositatis unius. hic vitrum fabre sigillatum, ibi crystallum impunctum, argentum alibi clarum et aurum fulgurans et succinum mire cavatum et lapides ut bibas, et quicquid fieri non potest, ibi est*<sup>1277</sup>.

Etapa que corresponde a un momento en el que el Imperio está afianzado políticamente. Podemos datar su desarrollo a partir de la muerte de Augusto, en el año 14 d.C. al s. III. Es el momento de enraizamiento de las costumbres, de la presencia de una sociedad consciente de un cambio ya producido, y deseosa de no volver a un pasado poco confortable, rígido y austero<sup>1278</sup>. El sentido de estas mismas palabras se desvirtúa, eliminando de ellas todo concepto positivo, y reflejando por el contrario un antiguo estado de la cuestión negativo, pobre, rústico, incómodo y difícil, producto de una gran dureza de vida. Después de conocer las comodidades en muchos aspectos, así como de disfrutar de un importante grado de confort en los baños y en las casas, y en general de la existencia de bienestar a todos los niveles, nadie querría renunciar a éste en aras de una moralidad ya caduca, sin contenido ni sentido alguno. Los emperadores de la dinastía julio-claudia serían un ejemplo característico de esta forma de pensar y de su expresión en el nuevo Sistema alimentario. Esta época se desarrollaría hasta un momento relativamente avanzado, a pesar de que la crisis del Imperio romano se documenta tradicionalmente a partir de Marco Aurelio. Y observamos cómo el Sistema alimentario vuelve a cambiar en una última etapa, dividiéndose finalmente en dos grandes tendencias que se corresponden con la propia fragmentación del Imperio, a partir de la división entre Oriente y Occidente en el año 395, con la muerte de Teodosio<sup>1279</sup>. Esta etapa significó, por otra parte, el apogeo de la historia

---

<sup>1277</sup>“Mesas lujosas en que resplandecen el alerce y el marfil, lechos cubiertos con tejidos de oro; grandes copas de un arte tan variado en su elegancia como único en calidad. Aquí, un vidrio artísticamente tallado; allí, una cristalería sin el menor defecto; más allá, la plata reluciente y el oro deslumbrante, el ámbar” -Apul., *Met.*, 19, 1-2-. Trad. L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1995, p. 73.

<sup>1278</sup>N. D. FOUSTEL DE COULANGES, *La ciudad Antigua*, México, 2003, pp. 339-372, advierte las distintas etapas por las que pasa la civilización romana, que si bien nomina de forma distinta, tienen idéntico contenido y desarrollo. Y así, tras los orígenes legendarios, destaca los “primeros engrandecimientos de Roma (753-350 a.C.), Cómo adquirió Roma el Imperio (350-140 a.C.)”, y finalmente la destrucción del régimen municipal además de la llegada de los pueblos bárbaros.

<sup>1279</sup>R. RÉMONDON, *op. cit.*, 1984, p. 5.



política de Roma, cuando el Imperio romano alcanzó mayor extensión geográfica, así como el dominio de la paz, y también fue el modelo culminante en la historia de la sociedad romana, como señala G. Alföldy<sup>1280</sup>. Asimismo, se mantuvieron los rasgos de la estructura económica, y se favoreció el nacimiento de una aristocracia imperial relativamente homogénea y unas élites locales unificadas.

La gran vitalidad de este último período, expansivo, rico y dotado de importantes cambios en los que participaron muchos actores en la escena gastronómica, nos lleva a personificar de alguna manera las características de la época en un personaje que es suficientemente representativo. Así, sería Trimalción a pesar de su condición de personaje ficticio, quién podría representar una serie de particularidades muy singulares de este tiempo. Refleja en su persona, por un lado, la existencia de un nuevo orden social, con el ascenso de los libertos y su repercusión en la literatura latina. Por un lado, resultaba un anfitrión espectacular (en el sentido de espectáculo), que haría exhibición del banquete de la vanidad, exagerando la gran importancia concedida a la representación social<sup>1281</sup>. En su mesa se disponía el banquete del lujo, expuesto a través de las vajillas, del servicio de sala y por supuesto de la comida. También sería exposición de la intención que observamos en toda la sociedad de que estos banquetes fueran unas auténticas herramientas políticas, utilizadas como elementos de presión o para estrechar lazos comunes e intereses económicos.

Esta etapa, que tan bien encarna el personaje de Petronio, es un momento en que el *otium*, finalmente se convierte en un concepto importante para explicar el arraigo de los cambios del Sistema alimentario. Las costumbres habían cambiado definitivamente, y permanecerían así durante estos siglos gracias a una característica que P. Garnsey llama “receptividad a las culturas ajenas” por parte del pueblo romano. Este autor reflexiona

---

<sup>1280</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 130.

<sup>1281</sup>En relación con la reputación personal, el prestigio y la celebración de banquetes, para K. R. BRADLEY, *op. cit.*, 1998b, p. 52: “the roman dinner was constructed principally as a vehicle of display for the enhancement of an individual’s reputation, it was the men comprising a host’s circle of friends, real or potential, who were the primary focus of interest in the consumption and sharing of food, and relatives who participated were consequently assimilated to this category”.

sobre dicha receptividad refiriéndose especialmente a la cultura griega, que recibió estímulos específicos por parte de los emperadores filohelénicos<sup>1282</sup>.

En consecuencia, una de las características que mejor definen esta etapa es precisamente el establecimiento de los cambios que ya habían tenido lugar, el definitivo arraigo de éstos en la sociedad romana. Superada ya la época de Augusto, en la cual se había realizado una gran labor de propaganda en favor de la antigua moral, que era poco acorde con las corrientes culturales existentes, en un último intento de evitar el arraigo de las novedades que habían llegado durante el siglo anterior. Aunque como podemos observar, su labor en este sentido tuvo poco éxito.

Algunos de los cambios que hemos ido viendo anteriormente asomaban tímidamente y otros, sin embargo, arraigaban con fuerza, manifestándose en todos los aspectos del Sistema alimentario<sup>1283</sup>. Los mercados, por ejemplo, se habían convertido en

---

*Implantación definitiva  
de los cambios*

---

zonas urbanas específicas para esta actividad y bien dotadas. Disponían de una legislación que los regulaba e incluso contaban con la presencia de funcionarios públicos encargados de controlar pesos y medidas, así como del orden y de la organización. En cuanto a los espacios privados, las grandes mansiones dedicaban estructuras domésticas muy bien acondicionadas y destinadas a la celebración de banquetes, dotándolas de *triclinia* de invierno, interiores y cálidos, así como otros *triclinia* de verano, al aire libre, uso que había comenzado también anteriormente y que ahora se afianzaría. Para la fabricación de las piezas de comedor cada vez se utilizaban materiales más caros y exóticos, tanto en la producción de mesas y lechos como en el servicio de mesa: manteles, vajillas, cristalerías y cubiertos.

---

<sup>1282</sup>P. GARNSEY, *op. cit.*, 1991, p. 209.

<sup>1283</sup>Según R. SMITH, *op. cit.*, 2007, p. 412, es necesario tener en cuenta la idea de la “construcción” del pasado histórico romano por parte de los propios romanos, y como se hace necesario tener en cuenta que muchos escritores componen sus trabajos siglos después de que hubieran ocurrido los hechos. Este autor pone el ejemplo del ascenso de Tiberio, que es recordado por Tácito una centuria después –Tac., *Ann.*, 1, 5, 13-. Asimismo, señala que la articulación de la identidad nacional y cultural a través de la historiografía requiere una comprensión de que los autores romanos, escribiendo varios siglos después, lo hacían no siempre guiados por registros exactos del pasado. Este sería el origen del embellecimiento y creación de mitos, como el origen de la Roma arcaica, con la llegada de Eneas, además de Rómulo y Remo. Claro que tampoco podemos obviar la última base de estas historias, que representan, más que narran con exactitud, la llegada de una migración griega y la existencia de un grupo indígena.

Y aparecerían nuevos usos e incluso nuevos materiales, como la *murrina*, muy apreciada, carísima y altamente cotizada, con la que se fabricaban copas para el vino, y que tenía la particularidad de dar un sabor especial a los líquidos que contenía. Procedía de Egipto y era uno de los lujos de importación que se consideraba más exquisito e incluso más, una muestra de gran derroche<sup>1284</sup>: “Llévate, esclavo, las copas cinceladas del cálido Nilo y tráeme con mano despreocupada vasos desgastados<sup>1285</sup>” -Mart., *Epigr.*, 11, 11, 1-.

Con respecto al servicio de sala, se extendería la costumbre de utilizar servidumbre especializada en distintos quehaceres culinarios y de servicio, lo que se expondría a través de la presencia de jóvenes ocupados de distintas labores especializadas. Sería el caso de los jóvenes y bellos camareros, o los cocineros de origen griego y cuya actividad se conectaba con el universo artístico. También había otros encargados de servicios menores como eran los freganchines, los dispenseros, los ayudantes de cocina, los trinchadores, escanciadores e incluso catadores<sup>1286</sup>.

Todo un universo de personas ocupadas de actividades especializadas en cada tarea, algunas de ellas más prestigiosas, como la del escanciador, y otras más cotidianas, pero que en cualquier caso todas son muestra de un universo que se iba haciendo progresivamente más sofisticado y complejo: “Eran distintos de los cocineros los denominados *trapezopoiói* (encargados de mesa)... pero debemos preguntarnos si *trapezokómos* (servidor de mesa) es lo mismo que *trapezopoiós* (encargado de mesa) En efecto, el rey Juba... dice que es lo mismo el *trapezopoiós* y lo que los romanos llaman *structor*... Llamaban además *agorastés* (comprador), al encargado de comprar los alimentos que ahora se denomina *ops n t r*” – Athen., *Deipnos.*, 4, 170D-171-.

---

<sup>1284</sup>R. J. FORBES, *op. cit.*, 1966, p. 170. Aunque D. del BUFALO, *op. cit.*, 2006, p. 11 los sitúa más inciertamente como producto de origen oriental llegado tras las campañas de Pompeyo, y: “The fashion for murrhine spread to Rome after the victories of Pompey the Great (106-29 a.C.) in the Orient. In 63 BC he defeated Mithridates VI Eupator (134-63 a.C.), King of Pontus. It was well-known that Mithridates owned exceptional treasure with more than two thousand hardstone cups. As Pompey was a notorious enthusiast of valuable vases, it is very likely that the Roman General strongly supported this war, contrary to the doubtful opinion of the Senate, so as to seize the important plunder of hardstones. At any rate, after Pompey’s victory he celebrated a majestic triumph in Rome, exhibiting luxurious objects of every type and bringing the first murrhine vases to Rome, dedicated them to Capitoline Jove”. Aspecto que coincide con Plinio -Plin., *N.H.*, 37, 13, 8-.

<sup>1285</sup>Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001b, p. 224.

<sup>1286</sup>Los catadores no solamente probaban los platos para conocer su calidad, sino especialmente para seguridad de los comensales, que evitaban así el posible envenenamiento –Athen., *Deipnos.*, 4, 171B-E-.

Otro de los indicadores que nos ha ido hablando de la evolución del Sistema alimentario ha sido todo lo referente a la preparación del cereal. En esta cuarta etapa, el trabajo de los *pistores* no solamente compete a la molienda del trigo, sino que también se ocupaban de la preparación del pan y de su horneado, y finalmente, de la venta o distribución en Roma.

El de *pistor* fue un oficio muy extendido en todo el Imperio, datándose su existencia en numerosos puntos geográficos, y en general lo ejercieron libertos establecidos de forma independiente, que a la vez contrataban su propio personal<sup>1287</sup>. Vemos como la

---

*Cambios en la  
preparación del cereal*

---

transformación del cereal va cambiando a la vez que evoluciona el Sistema alimentario, así, el proceso discurre en las siguientes fases: en primer lugar, la harina se transforma en *puls*, después se panificaría, aunque de forma doméstica y finalmente se preparaba en grandes cantidades por parte de profesionales (lo que proporcionaría al pan un precio asequible). El pan sufriría una evolución que era producto del progreso del Sistema alimentario romano y a la vez daría forma a este.

Y junto a la evolución en las formas de alimentarse vinculadas con el consumo de pan, en esta fase de asentamiento de los cambios, observamos una época en la que convivían alimentos de procedencia animal o vegetal. Todo valía, desde los alimentos autóctonos como otros llegados de Oriente, aunque plenamente establecidos en Roma. Marcial, perfectamente integrado en su tiempo, refleja este momento de plena convivencia:

*Argutus anser gemmeique pavones*

*Nomenque debet quae rubentibus pinnis*

*Et picta perdix Numidicaeque guttatae*

*Et impiorum phasiana Colchorum;*

*Rhodias superbi feminas premunt galli*<sup>1288</sup> -Mart., *Epigr.*, 3, 58-.

---

<sup>1287</sup>J. F. RODRÍGUEZ NEILA, *op. cit.*, 1999b, p. 82.

<sup>1288</sup>“La sonora oca, los pavos reales con sus gemas

y el que debe su nombre a sus rojizas plumas

y la moteada perdiz y las gallinas de Numidia

y el faisán de los impíos colcos;

gallos soberbios cubren a hembras rodías”. El ave de rojizas plumas es el flamenco. Trad. J. FERNÁNDEZ VALVERDE y A. RAMÍREZ DE VERGER, *op. cit.*, 2001a, p. 153.

Ocas y pavos reales, perdices y pintadas, faisanes, gallos de diferentes especies, todos ellos en el marco de granjas prósperas aunque administradas de forma tradicional. En concreto, Marcial se refiere a una granja localizada en Bayas, que era muy productiva y representaba perfectamente los nuevos tiempos en lo relativo a la particular cabaña ganadera. Estas novedades que habían llegado desde Oriente a Roma a finales de la República, se generalizarían a lo largo del Imperio. Algunas de ellas tenían procedencias exóticas, y así de Cartago llegaría la granada, desde África, a través de Egipto y Grecia, la sandía y el melón. Una particular especie de ciruela, desde Damasco, mientras los membrillos venían de Oriente, las moras de Persia, y la cereza de Asia, de manos de Lúculo.

Acompañando a la revolución de las costumbres, a la de los alimentos y de las novedades urbanísticas, aparecería una importante efervescencia en la tecnología de la alimentación, con la llegada de nuevos métodos de cocinado, que eran innovadores y atrevidos para la época. Y junto a las novedades, aún conviviría el consumo de platos tan antiguos como el *puls*, al que se le aplicaban nuevos tratamientos, provocando que incluso este simple plato se sofisticara e hiciera más complejo. De ser una simple preparación de cereal cocido y mezclado con agua, vemos como se le van añadiendo condimentos, carnes y

---

### *Nueva tecnología culinaria*

---

otros ingredientes, hasta transformarlo en un elaborado plato de cocina, de lo que es muestra el recetario de Apicio, que presenta diversas preparaciones de *puls* como *Pultes Iulianae sic coquantur*, o *Pultes cum iure oenococti*, *Pultes Tractogalatae* y una receta más sencilla titulada únicamente *Pultes* -Apic., *De re coq.*, 179-182-. Algo había cambiado, en esta fase ya no encontramos las sencillas cocciones de antaño, sino platos muy elaborados con tan sólo un lejano parecido a los primitivos<sup>1289</sup>, acompañados de salsas y presentados como platos principales o incluso como postres, como es el caso del *Pultes Tractogalatae* -Apic., *De re coq.*, 181-.

Se trata de un momento histórico en el que importa tanto la calidad del producto como la elaboración posterior, la aplicación del arte del cocinero a la materia prima, lo que

---

<sup>1289</sup>Lo que por otra parte nos lleva a deducir la vinculación de esta sociedad con platos arcaicos, que debieron ser patrimonio común, y que se continuaban elaborando al menos en versiones lujosas, pero seguían teniendo la antigua base de cocina popular.

se llamaría en términos gastronómicos una oferta de “platos con cocina<sup>1290</sup>”. Este gusto se explica por la aplicación y arraigo de la nueva tecnología alimentaria, basada en un importante proceso de elaboración de los ingredientes, en el uso de instrumentos precisos y en el intento de halagar todos los sentidos, desde la vista al tacto, desde el gusto al olfato. También las técnicas de conservación mejoraron los diferentes productos tradicionales, aumentando con ello la calidad y variedad de productos como embutidos, adobos, salmueras, ahumados, salazones y encurtidos. Y por supuesto, aparecieron las técnicas de cocinado más complejas, lo que nos lleva a la necesidad de resaltar la categoría e importancia de la alta cocina de época imperial, incluso por encima de la necesidad de destacar la aparición de ingredientes exóticos. Tanta importancia tenía en la mesa la categoría de la tecnología culinaria aplicada como la muy valiosa introducción de los nuevos productos.

Gracias a la aplicación de estos procesos relacionados con la tecnología de la alimentación, observamos el refinamiento al que se había llegado, así como el profundo conocimiento que se tenía sobre las propias técnicas y sobre las características físicas y químicas de los procesos y de los alimentos, es decir, conocían muy a fondo el comportamiento de los alimentos en presencia de los agentes de transformación<sup>1291</sup>. Rellenos, embuchados, farsas, *papillotes*, cocción en su jugo o en costras que la facilitaban, utilización de los jugos de carne y de los caldos de cocción, fueron algunas de las técnicas más sofisticadas que se desarrollaron en esta época. En cuanto a la aparición de estos nuevos métodos de cocinado, debemos insistir en la existencia de una gran variedad de salsas capaces de adaptarse a distintos platos, y que eran idóneas para conseguir con ellas una heterogeneidad y un surtido de platos que multiplicaba el número de combinaciones de las preparaciones existentes<sup>1292</sup>.

---

<sup>1290</sup>Es decir, platos elaborados, que necesitan el conocimiento técnico, la aplicación de instrumentos precisos y un cocinero que sepa aplicar todos ellos, frente a la cocina “de producto”, la cual apenas sufre transformación y que se contenta con presentar un producto elaborado básicamente, caracterizado por la sencillez culinaria.

<sup>1291</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 266-268.

<sup>1292</sup>Con respecto a las salsas y a la condimentación necesaria, A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 15-26, recoge los condimentos que utiliza Apicio, la miel, aceite, *garum* y *altec*. Eran herramientas imprescindibles para obtener matices en las salsas, y el resultado final, para esta autora era que el sabor original de la comida desaparecía al final de la cocción por el abuso de

El de las salsas es un mundo no siempre bien entendido, que ha sido frecuentemente simplificado a veces por la incapacidad de entender el complejo conocimiento de las propiedades de la tecnología culinaria que el sistema de elaboración de salsas abarcaba<sup>1293</sup>.

---

*Las salsas como símbolo de una época*

---

Disponemos de un número muy elevado de elaboraciones de salsas en *De re coquinaria*, la colección de recetas de Apicio, de muy diversos tipos y complicaciones, desde frías a calientes, incluso algunas que estaban preparadas y listas para usar en cualquier momento. Hasta tal punto Apicio incluye diversas salsas en su trabajo, que los libros séptimo, dedicado a las aves, noveno al mar, y décimo, al pescado, están en realidad casi íntegramente destinados al desarrollo de preparación de salsas. Podemos decir que el cocinero tipo de esta etapa es un maestro en la confección de las salsas, en su preparación y en su aplicación, adaptada siempre al gusto de la época.

La actividad de los maestros salseros ha tenido paralelismo en otros momentos históricos, y podemos señalar por destacado y relacionado estrechamente con el mundo de las salsas, la elaborada cocina francesa de los siglos XVIII y XIX, que presentaba en su recetario una enorme abundancia de salsas. Esta inclinación hacia la variedad que las salsas proporcionaban en la gastronomía continuaría incluso hasta época de Heliogábalo, cuyo reinado duró entre 218 y 222 d.C., y en cuyo desvarío, como relata Lampridio, inventó un concurso de salsas para condimentar los platos, ofreciendo premios valiosos a los ganadores, mientras que si alguno de los concursantes diseñaba una salsa que disgustara al

---

condimentos y también por el exceso de cocción. Además, para las salsas, opinan los anteriores autores A. DOSI y F. SCHNELL, *op. cit.*, 1992b, pp. 43-44, que la originalidad de los diferentes platos se debía a la fantasía del cocinero, capaz de unir en una misma preparación los elementos más dispares. En realidad había salsas para todo, para platos fríos y ensaladas, para platos cocidos, para frituras, para carnes, para pescados, para asados, algunas de las que presenta Apicio son las siguientes –Apic., *De re coq.*, 429, 443-458; 480-482-. Además de la condimentación, las salsas necesitaban un tercer elemento para estar cohesionadas, para lo que se utilizaba principalmente féculas y huevos duros o cocidos, como señala J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 150 y 183 –Apic., *De re coq.*, 133, 145-. Y también aceite, principalmente de oliva –Hor., *Sat.*, 2, 4, 50; 64-69; Virg., *Mor.*, 113-114-. Además intervenían vinos y vinagres para reforzarlas, como apunta J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 194-195; 219, convirtiéndose no solo en salsas ocasionales, sino también en salsas modelo que eran bien conocidas y se repetían fácilmente, como la salsa blanca, *embamma* y otras – Apic., *De re coq.*, 31, 32, 56, 57, 109, 110, 237-.

<sup>1293</sup>Como señala A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 293, la salsa es una preparación líquida que se sirve aparte del plato cocinado, y que ha sido tan importante en el mundo romano como en la cocina europea moderna.

emperador estaría condenado a comerla hasta que imaginara otra mejor<sup>1294</sup> –SHA., Heliog., 29-.

Es en esta etapa cuando la cocina se convierte en el centro de actividad de un oficio muy importante dentro del Sistema alimentario: el de cocinero. Fue una ocupación muy \_\_\_\_\_ antigua en el mundo griego, en el que existieron escuelas de cocina y \_\_\_\_\_ auténticos maestros en este arte, aunque en el mundo romano no \_\_\_\_\_ tenemos evidencia de escuelas para cocineros<sup>1295</sup>. A diferencia del mundo griego, en el romano aparecieron los cocineros de forma más tardía, y sería a partir de época imperial cuando se asentó su labor, produciéndose un importante reconocimiento social que llegaría al punto de pagar por ellos altísimos precios. Los cocineros fueron un colectivo bien reconocido, hasta el punto de que encontraron cierta estima social gracias a su trabajo y algunas obras escritas por miembros de este colectivo<sup>1296</sup>.

### Cocineros

#### 1.5. Quinta etapa: Desarrollo bidireccional de la Antigüedad tardía.

“Por esta razón cesaron entonces los ritos sacrificales y, asimismo, quedaron descuidadas cuantas otras cosas concernían a las tradiciones patrias, con lo que el Imperio Romano, progresivamente disminuido, llegó a convertirse en morada de bárbaros<sup>1297</sup>”

- Zós., *N.H.*, 4, 59, 3-4-.

<sup>1294</sup>E. GIBBON, *Decadencia y Caída del Imperio Romano*, Gerona, 2012, p. 150, es muy crítico con los que denomina vicios y locuras de Heliogábalo, considerando que ese afán por las salsas serviría para reavivar el apetito perdido por el emperador, que usaba las salsas con el fin de estimularlo.

<sup>1295</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 98-99. Y a pesar de que Séneca se queja de que los jóvenes van a las cocinas a instruirse en este arte, no parece que formaran verdaderas escuelas de cocineros: “los maestros de las artes liberales presiden aulas desiertas con nula asistencia; en las escuelas de los rétores y filósofos impera la soledad; en cambio, ¡cuán frecuentadas están las cocinas, cuánta juventud se amontona alrededor del hogar de los derrochadores!” –Sen., *Ad Luc.*, 95, 23-. Trad. I. ROCA MELIÁ, *op. cit.*, 1989, p.198.

<sup>1296</sup>Con respecto a la nacionalidad de los cocineros romanos, C. HARCUM, *op. cit.*, 1914, pp. 21-24, estudia los orígenes griegos de los cocineros de época de Plauto –s. III a.C.- e incluso antes, quienes eran esclavos, pero que llegarían a tener tanta importancia en Roma que terminarían ganando su libertad. Señala que la tierra de los esclavos por excelencia era Siria, algo con lo que coinciden Cicerón y Livio –Cic., *De Provinc.*, *Consul.*, 5, 20; Liv., *Hist.*, 35, 49, 8-. Por su parte, Ateneo señala que los mejores pasteleros serían de Lidia, Fenicia y Capadocia –Athen., *Deipnos.*, 3, 112-.

<sup>1297</sup>Trad. J. M. CANDAU MORÓN, *Zósimo. Nueva Historia*, Madrid, 1992, p. 409.



Según Alföldy<sup>1298</sup>, el período que va desde el gobierno de Septimio Severo (193 d.C.) con las guerras civiles hasta principios del de Diocleciano, (284 d.C.) representa la “crisis del s. III”, que provocó un “profundo proceso de transformación en la estructura del Imperio romano”. Esta serie de convulsiones sufridas por el Imperio romano en el s. III d.C., tuvieron serias repercusiones en distintos aspectos de la vida, y se padecieron a lo largo de los vastos territorios romanizados, en los que existía un cierto estilo de vida y cultura basados en la clásica estructura del urbanismo romano<sup>1299</sup>. Aquellos fueron tiempos en los que esta sociedad sufriría una gran crisis a muchos niveles: político, militar, social, económico, e igualmente a estos acontecimientos, y de forma paralela a ellos, se padecerían las dificultades a través del Sistema alimentario<sup>1300</sup>.

El abandono de tierras que produjo los *agri deserti*, que ya no se cultivaban, y la huida de la población rural afectó a una gran parte del territorio, además la demografía descendió, y también la esperanza de vida de la población romana. Incluso los diferentes sectores económicos sufrieron esta decadencia, que afectó a todos los niveles de la sociedad, al comercio, al precio de la moneda, que debido a la inflación perdió su valor desde época de Caracalla. Pero al igual que en estos aspectos, también en el sistema de valores se produjeron importantes cambios, y como demuestran las fuentes, los sistemas tradicionales, la fidelidad a los principios antiguos, del *mos maiorum* y del culto imperial, ya no eran capaces de sustentar o de ofrecer respuestas a una sociedad en crisis y pobreza creciente<sup>1301</sup>.

Durante el Bajo Imperio, Roma sufrió su desmembración en dos grandes bloques, fruto de un progresivo distanciamiento entre ambos, pero hay que señalar que ambos, de forma diferenciada recogerían herencias distintas e igualmente desdobladas del anterior Sistema alimentario. Arcadio y Honorio recibieron en el año 395 d.C., de su padre, Teodosio I, Oriente y Occidente, respectivamente<sup>1302</sup>. Oriente recogería la tradición más

---

<sup>1298</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 235-236.

<sup>1299</sup>P. BROWN, *op. cit.*, 1989, p. 11.

<sup>1300</sup>Sobre el proceso de debilitación del Imperio Romano, y las diferencias sobre la repercusión de este en las ciudades orientales y occidentales, ver: J. LIEBESCHUETZ, *Decline and Fall of the Roman City*, Oxford, 2001.

<sup>1301</sup>Como señala G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 242-244.

<sup>1302</sup>Zósimo explica la división del Imperio con una gran claridad: “Habiendo pasado el Imperio a manos de Arcadio y Honorio, nominalmente era como si éstos tuvieran el poder, pero la dirección

elitista, sofisticada y compleja, la alta cocina, mientras que en Occidente, los acontecimientos se desarrollaban de una forma muy distinta. Y a pesar de cierta ruralización común a ambos Imperios, su cocina se simplificaría, haciéndose más rústica y volviendo a una mayor sencillez.

El impacto de la nueva religión también tuvo una gran influencia en el desarrollo de los nuevos Sistemas Alimentarios, la sobriedad y frugalidad tan cantada por los autores clásicos latinos, en recuerdo de una época de oro perdida, volvería a imponerse por motivos distintos y bajo una filosofía muy diferente. Esta quinta etapa se desarrollaría entre el s. III d.C. y el año 395 d.C., con la división del Imperio por parte de Teodosio entre sus dos hijos, correspondiendo a Arcadio el Imperio de Oriente y a Honorio el Imperio de Occidente. En cuanto a los motivos de estos graves acontecimientos, hay que buscarlos, según Alföldy<sup>1303</sup>, en las “debilidades estructurales de un sistema económico basado en las ciudades y sus territorios”, pero más bien la presencia de diversos factores además de este fundamental, y como señala este autor, con el declive del sistema esclavista de producción, el descenso de la demografía y las incursiones bárbaras fueron factores que propiciaron un cambio acelerado y la gran crisis del modelo de vida romano.

Según M. Montanari, el modelo alimentario establecido por griegos y romanos era más ideológico que dietético, y empezaría a perder cohesión entre los siglos III y IV d.C. En parte socavado por las nuevas creencias cristianas y cómo no, por la cultura germánica dominante, el primer gran cambio se debió a la común aceptación y la disponibilidad de la carne, cuya presencia erosionaría en parte la primacía de la tríada mediterránea. El sentido del sacrificio cambió, precisamente por causa del cristianismo, ya que los sacrificios romanos fueron considerados excesivamente crueles, siendo sustituidos por el sacrificio eucarístico representado en el pan y el vino, sin víctima sacrificial como había sucedido en época clásica. Fue justamente la aparición de estos alimentos –además del aceite, utilizado para comer y en diferentes rituales-, lo que la nueva época heredaría del mundo romano y lo que por tanto, proporcionaría continuidad cultural al nuevo Sistema alimentario, al que se añadía además el consumo de carne como comida cotidiana. Mientras en época de Catón se entregaba a los esclavos como sustento diario cereales y verduras, en el Bajo Imperio se

---

del Imperio la ejercía en el Oriente Rufino, mientras que el Occidente se plegaba a los designios de Estilicón” –Zos., *N.H.*, 5, 1, 1-Trad. J. M. CANDAU MORÓN, *op. cit.*, 1992, p. 415.

<sup>1303</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 272-274.

hacen repartos de diversos productos a la población, y entre ellos, carnes, en realidad, era un signo inequívoco de que el Sistema alimentario, y el mundo que lo sustentaban, habían cambiado<sup>1304</sup>.

Las acciones evergéticas puestas en práctica en los siglos anteriores comenzaron a ser desplazadas a partir del s. IV d.C. por la práctica de la caridad cristiana que, al contrario que el evergetismo, no se dirigía a toda la sociedad, sino a los sectores más desfavorecidos, y cuyos benefactores no solamente se ocupan de construir edificios o donar estatuas, sino que también ejercieron su actividad en los repartos de alimentos<sup>1305</sup>. Sin embargo, la *annona* como institución siguió funcionando al menos hasta el s. VI, en época de Justiniano ya que el incremento de la población de Constantinopla -hasta medio millón de habitantes-, sólo podía sostenerse gracias a la intervención de los poderes públicos<sup>1306</sup>. Para P. Brown,

---

*Nuevas prácticas de  
ayuda social*

---

esta fue precisamente la gran comodidad, la contribución más importante de la cultura romana, y lo más apreciado en el mediterráneo antiguo: la aportación de la comida<sup>1307</sup>.

En el año 301 se promulgó el Edicto de Diocleciano, a través del cual observamos cómo algunos alimentos que llegaron a Roma a partir del s. II a.C. se encontraban ya plenamente incorporados como fueron: el pavo -*Edict., Diocl.*, 4, 39-40-, el faisán -*Edict., Diocl.*, 4, 18-20-, sandías y melones, -*Edict., Diocl.*, 6, 30-32-, los pistachos -*Edict., Diocl.*, 6, 55-, la azufaija -*Edict., Diocl.*, 6, 56-, los melocotones y albaricoques -*Edict., Diocl.*, 6, 59, 60, 73, 74- o las cidras -*Edict., Diocl.*, 6, 75-76-. En este momento, vemos como están asumidos perfectamente todos los cambios de las anteriores etapas alimentarias, produciéndose a su vez un nuevo cambio en cuanto a las divergencias de los dos grandes bloques en que se dividió el Imperio.

El uso de dos lenguas distintas en el Imperio Oriental -griego- y en el Occidental -latín-, sería otro de los factores que nos indican la profundidad de las divergencias culturales que se habían producido entre ellos. Para A. Cameron, en Occidente existía una clase senatorial muy importante que acaparaba enormes riquezas en forma de latifundios, y

---

<sup>1304</sup>M. MONTANARI, *op. cit.*, 2002, pp. 77-78.

<sup>1305</sup>E. MELCHOR GIL, *op. cit.* 1999, pp. 63-64.

<sup>1306</sup>A. CAMERON, *op. cit.*, 1998, p. 28.

<sup>1307</sup>Como señala P. BROWN, *op. cit.*, 1989, p. 12.

que a su vez requerían unos verdaderos ejércitos de personas a su servicio<sup>1308</sup>. En uno y otro ámbito, el desarrollo social y político vivieron circunstancias diferentes, y como señala Alföldy<sup>1309</sup>, las condiciones “sociales y políticas del Imperio romano de Oriente eran mucho más favorables y no produjeron un distanciamiento tan acusado entre el Estado y la sociedad”, como sí había ocurrido en Occidente. Entre la clase senatorial, como señala este autor, hubo una diferenciación importante entre los senadores de Oriente y Occidente, pertenecientes respectivamente a los senados de Constantinopla y de Roma. Los senadores occidentales procedían de estirpes nobles de origen terrateniente, y fueron más conservadores en todos los aspectos (por ejemplo, en su resistencia contra el cristianismo), mientras que bastantes senadores orientales procedían “de los colectivos de artesanos de Constantinopla”. Así, observamos dos grupos diferenciados de élites, que, a grandes rasgos, presentan caracteres diferentes.

A lo largo del Bajo Imperio, en Oriente las fronteras fueron más limitadas que en el Imperio Occidental, y la densidad demográfica era mayor. Además, existió una mejor política financiera y con ella mayor prosperidad económica. Todos ellos fueron factores que determinaron la existencia de una continuidad en los aspectos culturales y un desahogo económico que se pudo destinar a mejorar el Sistema alimentario<sup>1310</sup>. Sin embargo, en el Occidente del Imperio, los acontecimientos transcurrieron de manera diferente, se sucedieron las invasiones bárbaras, apareciendo dificultades en las comunicaciones, y sobre todo ello la práctica inexistencia de un poder capaz de unificar y proteger las fronteras. Por lo que se convertiría en una necesidad el dedicar los recursos a la supervivencia y no a aspectos culturales o de mejora y mantenimiento de un Sistema alimentario que ya no se podía sostener. En torno a las diferencias existentes entre el Oriente y el Occidente del Imperio, O. Bucci sostiene las diferencias históricas, étnicas y lingüísticas entre uno y otro, lo que finalmente dificultaba la existencia de un *unicum*

---

<sup>1308</sup>A. CAMERON, *op. cit.*, 1998, p. 102. Igualmente, G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 308. coincide con este aspecto, señalando que: “El panorama económico del Bajo Imperio, que arruinó muchas pequeñas y medianas explotaciones agrícolas, favoreció el desarrollo de inmesas fincas senatoriales”.

<sup>1309</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, pp. 310 y 339.

<sup>1310</sup>S. D'ELIA, *Metamorfosi e fine del mondo antico*, Napoli, 1999, p. 151.

administrativo<sup>1311</sup>. En realidad, las influencias latina y la griega actuaron respectivamente ahondando las diferencias, incluso la existencia del cristianismo acentuaría las distinciones entre la comunidad romana y la constantinopolitana<sup>1312</sup>. Por su parte, para Alföldy<sup>1313</sup>, las condiciones sociales y políticas en el Imperio romano de Oriente eran más favorables que en Occidente. La Iglesia oriental mantuvo relaciones estrechas y colaboró con el Estado, y los centros urbanos fueron más fuertes que las debilitadas ciudades occidentales, manteniéndose, además, más protegidas de los ataques bárbaros.

Esta más relativa seguridad y la presencia de una gran capital como Constantinopla, sede del Imperio de Oriente sería un factor determinante para el desarrollo de un refinado Sistema alimentario en el Imperio Oriental. Esta ciudad vivió un considerable aumento en

---

*Importancia de  
Constantinopla*

---

su población, convirtiéndose en la sede de una corte muy exigente y sofisticada. Finalmente, Constantinopla se transformaría en la ciudad principal del Imperio Bizantino, y mantuvo abiertas las relaciones comerciales con Oriente, de forma que nunca dejaron de recibir un gran número de especias, particularidad que caracterizó la alimentación elitista del Imperio Oriental. La “Nueva Roma”, simbolizaría la fusión que tuvo lugar a partir del s. IV d.C. entre el concepto romano de estado y el nuevo cristianismo, canalizando consecuentemente un Sistema alimentario singular y diferenciado del occidental.

Así, el Sistema alimentario bizantino evolucionó de forma paralela y llegó a conformar un nuevo y complejo modo de expresión, siendo uno de sus orígenes el sistema aristocrático romano<sup>1314</sup>. Teodosio sería, según Zósimo, uno de los emperadores que continuó con la espléndida tradición romana en la mesa: “tanta prodigalidad introdujo en la mesa imperial que, como consecuencia de la cantidad de platos y de los gastos motivados

---

<sup>1311</sup>Según O. BUCCI, *Le provincie orientali dell’ Impero Romano*, Roma, 1998, pp. 17-21.

<sup>1312</sup>Como señala E. KISLINGER, “Rules and Realities of the Byzantine Diet”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, 1999, pp. 196-198, la cocina bizantina heredaría de la romana una serie de aspectos visibles a lo largo de los siglos, como serían el rol histórico de Constantinopla en relación con Roma, e igualmente ocurrió con la segunda ciudad, las importantes necesidades para alimentar a la población constantinopolitana. Para ello seguirían importando el grano de Egipto, controlado como otros alimentos, por el estado. Además el estilo de alimentación para el campesino bizantino seguiría siendo una provisión abastecida básicamente por pan, queso, aceitunas y fruta de temporada o deshidratada (higos y pasas). Un factor más de similitud y herencia de parte de aquel Sistema alimentario sería el desarrollo de tabernas que ofrecían pultes, guisos de verduras y sopas.

<sup>1313</sup>G. ALFÖLDY, *op. cit.*, 2012, p. 339.

<sup>1314</sup>E. KISLINGER, *op. cit.*, 1999, p. 194.

por éstos, se constituyeron nutridas guarniciones de cocineros, escanciadores y demás, que si se quisieran contar harían una larga lista<sup>1315</sup>”.

Por su parte, el Sistema alimentario del Imperio Occidental llegaría a ser más complejo, presentando una doble procedencia, propia y foránea. Por una parte con raíces que se hundían en el Sistema alimentario romano. Y por otra con una importante presencia de factores derivados del proceso de aculturación de la romanización, el cual no consistió en erradicar, sino más bien en absorber, como señala M. Montanari<sup>1316</sup>. Esto es visible en ciertos productos como por ejemplo la cerveza. Se trataba de una bebida característica del Sistema alimentario de los *barbari*, que se recoge en el Edicto de Diocleciano junto a los vinos, y al mismo nivel y que presentaba un consumo muy extendido debido a su bajo precio en comparación con el de los vinos -*Edict. Diocl.*, 2, 11-12-.

El Sistema alimentario romano de época clásica se había reproducido en las distintas provincias porque simbolizaba un modelo de cultura más compleja, y era una imagen de poder frente al mundo bárbaro. Sin embargo, aunque las adaptaciones se fueron produciendo, no se terminaron de perder muchas costumbres propias de cada zona, debido a varios factores: en primer lugar, por el arraigo que la tradición tiene en la alimentación. Y en segundo lugar, por las peculiaridades propias de cada entorno ecológico, que imponía unos márgenes de cultivo concretos.

*Anthimus* recoge en época tardía -entre los años 511 y 534- algunas de las diferencias entre la cocina romana tradicional, y también detalles sobre el estilo de gastronomía que se ponía en práctica en aquel momento, aportando detalles como los siguientes: las especias se utilizaban raramente, aparecieron algunas novedades en el panorama alimentario como el arroz, que se usaría para el alivio de enfermedades como la disentería -*Anth.*, *De obs., civ.*, 13; 70-. Incluso la mantequilla, que era otro de los productos considerados bárbaro, de carácter muy simbólico y enfrentado al aceite de oliva

<sup>1315</sup>Zos., *N.H.*, 4, 28, 1-2. Trad. J. M. CANDAU MORÓN, *op. cit.*, 1992, p. 363.

<sup>1316</sup>M. MONTANARI, *op. cit.*, 1999a, p. 165.

en épocas anteriores, formaría parte imprescindible de la nueva forma de alimentarse<sup>1317</sup> - Anth., *De obs., civ.*, 77-.

En otro sentido, y sin tratar de ser exhaustivos en este punto, no debemos olvidar los que llama K. Dunbabin *The Last Banqueters*, es decir, los cristianos que celebrarían banquetes hasta el s. IV d.C. En esta etapa se presentaban muchas más escenas de *stibadium* que de *triclinium*, y el sentido del banquete adquiriría un carácter predominantemente religioso. En ellos, el pescado, el vino y el pan obtuvieron un significado y simbolismo plenamente cristianos. Y aunque el vino se servía mezclado con agua más por un motivo ideológico que por equilibrar el consumo de alcohol, llegarían cambios importantes en el desarrollo del banquete, como la ausencia de sirvientes en la mesa, así como de entretenimientos como bailarinas y juegos. Por su parte, señala esta autora, en los banquetes funerarios en esta época apenas es posible distinguir cuando son de carácter cristiano o pagano<sup>1318</sup>. Hasta tal punto sucedería esta falta de diferenciación, que Agustín de Hipona clamaría contra los excesos de bebida en los banquetes celebrados en honor de mártires o en conmemoración de los fallecimientos: *Comissationes enim et ebrietates ita concessae et licitae putantur, ut in honore etiam beatissimorum martyrum non solum per dies solemnes...* –August., *Ep.*, 22, 3-6-.

Desde luego, entre los siglos IV y V d.C., las imágenes de banquetes en los contextos funerarios comienzan a desaparecer, y las de banquetes seculares se hacen mucho más ocasionales o cambian su naturaleza. K. Dunbabin incluso recoge las últimas representaciones de banquetes del mundo clásico en la ciudad de Roma, que corresponden a las pinturas de *Vibia* y *Vincentius*<sup>1319</sup>. Y aunque se haría más ocasional, aún se mantendría la práctica social de recostarse para comer y no pierde su significado en las clases altas, aunque en el Imperio occidental desaparece progresivamente. Las cartas y poemas de Sidonio Apolinar contienen numerosas referencias a este hecho y a las comidas lujosas que prepara para sus amigos, reclinados en *stibadium*, pero el autor las narra más bien como

---

<sup>1317</sup>*Anthimus* fue un médico de gran prestigio en la corte de Teodorico el Grande. Sobre *Anthimus* y la evolución del latín en su corta obra, que afecta especialmente a términos vinculados con la alimentación, debido a su contenido, ver G. M. MESSING, “Remarks on Anthimus *De observatione ciborum*”, *Classical Philology* 37, 1942, pp. 150-158.

<sup>1318</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, pp. 175-202 y 187.

<sup>1319</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, pp. 191-192. Aunque desde luego, es posible encontrar algunas de época posterior en provincias, según señala la misma autora.

ocasiones excepcionales –Sid., *Ep.*, 2, 2, 2-. Sidonio Apolinar fue obispo de Clermont, y por su posición social tuvo incluso la oportunidad de invitar a su mesa al emperador Majoriano en el 461 d.C. K. Dunbabin opina que en estas vicisitudes es visible una degradación del ceremonial y el protocolo que hasta entonces habían sido inseparables del propio banquete, sospechando que, de hecho, solo se mantenían algunos aspectos formales debido a la necesidad de demostrar ante la presencia de los bárbaros que aún conocían los aspectos civilizadores y los privilegios de las tradiciones romanas –Sid., *Ep.*, 1, 2, 10-16-.

Pero todo había cambiado ya, y mientras algunos se esforzaban en demostrar que aún conocían los antiguos hábitos, otras fuentes enfatizan la humildad de los hombres santos que se sientan en lugar de reclinarse, como S. Martin de Tours en el banquete del emperador Maximo en el 385 d.C -Sulp., *Sev.*, *V. M.*, 20, 1-7-. Y la arqueología demuestra que los banquetes dotados de lechos para reclinarse se hacen muy raros en la Galia del s. V. Al contrario ocurre con el Imperio Oriental, donde los hábitos tradicionales en el banquete continúan desarrollándose de igual manera, como podemos ver por ejemplo, en el mosaico de la Última Cena de San Apolinar el Nuevo, en Ravena, donde se representa a Cristo y los discípulos recostados en el *sigma*<sup>1320</sup>.

---

<sup>1320</sup>K. DUNBABIN, *op. cit.*, 2003a, p. 193.





## **2. Frutos de la Geografía**

La vinculación del territorio con el alimento ha sido clave a lo largo de la historia, proporcionando los recursos posibles para la alimentación humana. La geografía y el clima dan lugar a un tipo de producción agroalimentaria que en primera instancia es propia de sociedades recolectoras, con recursos silvícolas, de caza o pesca. La intervención humana ha modificado esta producción natural con la dispersión de productos, con el desarrollo de la ingeniería agrícola y ganadera y la utilización o desuso de diferentes ecosistemas.

### **2.1. Geografía Gourmand**

Muchos productos considerados exquisitos en la Roma clásica no eran originarios de esta zona, y una gran mayoría de ellos llegaron desde Oriente, adaptándose algunos en época temprana y en tan buenas condiciones que en poco tiempo se aclimataron y produjeron fruto. Hoy ni siquiera conservamos el recuerdo de que no son frutos originarios del Mediterráneo, sino naturalizados en él.

Diversos productos y animales, aunque de origen oriental, prosperaron en época muy temprana, de forma que los contemplaremos como autóctonos. Un ejemplo de estos es la cabra, domesticada en el Oriente Próximo a principios del Neolítico, y que se adaptó perfectamente al mundo mediterráneo sobre el 6000 a.C. Otro ejemplo similar en el mundo vegetal serían el trigo o la vid, tan característicamente mediterráneos, que también llegaron de Oriente en época muy temprana.

Debido a la Antigüedad del enraizamiento de estos frutos y animales, podemos considerarlos plenamente establecidos y arraigados en Roma. Por otro lado, no queremos hacer aquí una lista exhaustiva de los productos llegados a Roma, por lo que la mayoría de las especias, por ejemplo, las hemos excluido ya que prácticamente todas ellas son de procedencia oriental. Únicamente tendremos en cuenta los productos llegados a Roma durante su existencia como civilización ya que en este caso sí afectaron decisivamente a su forma de alimentarse y al Sistema alimentario existente<sup>1321</sup>.

---

<sup>1321</sup>Para las denominaciones de plantas y animales que se analizan a continuación, junto a la denominación en español (negrita) se ofrece entre paréntesis la denominación latina y junto a ella la científica actual.

**Acerola**<sup>1322</sup> (*Crataegos* o *Crataegus azarolus*). La llevó a Roma Sexto Papinio, en la última época de Augusto<sup>1323</sup> -Plin., *N.H.*, 1, 27, 40; 27, 63; 15, 47-. Es una manzanita de tamaño pequeño, con numerosas variedades, de sabor ácido y algo amargo, que requiere cocción antes de su consumo. Parece que Sexto Papinio la llevó desde Siria según Plinio - Plin., *N.H.*, 15, 47-. Por su parte, Columela y Paladio hablan del cultivo de esta frutilla – Colum., *R.R.*, 11, 2, 96; Pall., *Op. Agr.*, 10, 14-.

**Albaricoque** (*Praecoquis* o *Prunus arameniaca*). Es una fruta originaria del Tíbet y la China occidental, y se comenzó a cultivar en la India sobre el 2000 a.C. Por su parte, R. González, P. Luisier y P. Font i Quer, especifican aún más su origen, llevándolo al Turquestán y Mongolia<sup>1324</sup>. Fue conocido también en Mesopotamia, llegando al Mediterráneo tras las conquistas de Alejandro<sup>1325</sup>. Apicio los utiliza para confeccionar una compota agridulce –Apic., *De re coq.*, 178-. Para Paladio es una subespecie del melocotón –Pall., *Op. Agr.*, 12, 7, 1-8-. Y Plinio data su aparición en Roma a partir de la primera mitad del s. I d.C., y comenta que llegaron a la *Urbs* como una fruta extraordinariamente costosa y lábil<sup>1326</sup> –Plin., *N.H.*, 15, 39-40-.

**Almendra** (*Amygdala* o *Prunus amygdalus*). Las evidencias más tempranas de la existencia de almendras provienen del Jordán<sup>1327</sup>. Fue uno de los frutos más tempranamente domesticados, y llegaría a Grecia, desde donde muy pronto se trasladó a Roma. Apicio las utilizaría con frecuencia, sobre todo para preparar salsas, como observamos en el elevado número de recetas que las contienen –Apic., *De re coq.*, 226, 227, 282, 283, 333, 337, 344-. Pero también intervenían en elaboraciones complejas como embuchados –Apic., *De re coq.*, 386-. Y por supuesto se utilizaban en repostería, enriqueciendo unas gachas dulces

---

<sup>1322</sup>Fruto del acerolo. Es redondo, de color rojo o amarillo, carnoso y agridulce, y tiene dentro tres huesos juntos, muy duros. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 78.

<sup>1323</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 187. Sobre las acerolas y su procedencia, ver A. DALBY, *op. cit.*, p. 214. Plinio comenta que las hay blancas y sirias –o rojas-.

<sup>1324</sup>R. GONZÁLEZ, P. LUISIER, P. FONT i QUER, *Botánica*, Barcelona, 1960, p. 299. Incluso hay una variedad de albaricoque de origen persa, el *prunus persica*. Para J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 153, es la especie citada por Plinio, Dioscórides e Isidoro –Plin., *N.H.*, 15, 40; Diosc., *Mat.*, 1, 115, 5; Isid., *Orig.*, 17, 7, 7-.

<sup>1325</sup>Según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 20.

<sup>1326</sup>Plinio, según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 25 denomina *armenias* a los albaricoques, y según J. ANDRÉ, en esta cita (que presentamos a continuación), parece ser que confunde el albaricoque con la ciruela -Plin., *N.H.*, 15, 13, 41-.

<sup>1327</sup>Aunque hay especies silvestres conocidas en toda Asia Menor. R. GONZÁLEZ; P. LUISIER; P. FONT i QUER, *op. cit.*, 1960, p. 299.

similares a las actuales –Apic., *De re coq.*, 58-. También se consideraban un ingrediente importante como fondo de despensa, ya en época tardía –Apic., *De re coq.*, Exc.-

**Aloe** (*Aloe* o *Aloe vera*). Un producto que no llegaría a hacerse sumamente popular en Roma, apareciendo en época tardía, aunque ya se conocía muy bien en otros ámbitos, en especial en su lugar de origen. El Cantar de los Cantares lo cita como origen de un perfume muy selecto –Vulg., *Cant.*, 4, 14-. El aloe era el jugo de una planta aromática del mismo nombre, procedente de Arabia, un producto muy amargo, que se utilizaba como cosmético, como medicina y ocasionalmente para mezclar con los vinos<sup>1328</sup>. En la Geopónica se utilizaba para fabricar vino amíneo, como opción entre otras sustancias –Cass., *Geop.*, 8, 22-. Existían mercaderes que comerciaban con estos costosos ingredientes, y por su parte Plinio describe el aloe con bastante exactitud, indicando que las variedades que él conoce procedía de la India y Asia (aunque en otro momento dice que es propio de los nabateos – Plin., *N.H.*, 12, 99-, así como las técnicas para extraer el jugo de la planta -Plin., *N.H.*, 14, 68; 27, 14-.

**Amomo** (*Amomum*). Planta aromática, procedente de Armenia o Asiria. Se ha identificado con el actual cardamomo, procedente del sur del Himalaya<sup>1329</sup>. Además de utilizarse como perfume, se empleaba en medicina para calmar la gota, la ciática, los dolores de riñones, los cólicos y otras afecciones diversas, como señala Dioscórides -Dsc., *Mat.*, 1, 5-. Sin embargo, Teofrasto diferenciaría el amomo y el cardamomo como dos especias diferentes, ambas llegadas de la Media, quizás diferentes variedades de una misma especie –Teof., *H.P.*, 9, 7, 2-. También J. André hace esta distinción entre ambos términos, observando que la identificación entre amomo-cardamomo<sup>1330</sup> es un problema tradicional. Por su parte, A. Dalby explica al respecto que el amomo era entre las dos, más popular en la Roma del siglo I a.C. y I d.C., y que llegaba desde el norte de la India, mientras que Plinio pensaba que el cardamomo provenía de Arabia. Aunque en realidad su origen era Sri Lanka y se utilizó muy poco en alimentación<sup>1331</sup>. Apicio, en su lista final a Vinidario, la incluye como un ingrediente indispensable en las despensas de la época, aunque hay que

---

<sup>1328</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 6.

<sup>1329</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 8 y 74. Según J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 14, quién añade que es una cingiberácea que proviene del Indo y de las islas de la Sonda, situadas al oeste del archipiélago malayo. Los romanos utilizaban las hojas y las frutas –Plin., *N.H.*, 12, 48; Virg., *Buc.*, 3, 89-.

<sup>1330</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, pp. 14 y 49.

<sup>1331</sup>Según señala A. DALBY, *op. cit.*, 2002, p. 103.

tener en cuenta que el de Vinidario es un texto tardío, lo que puede indicar que el amomo se utilizó en época temprana y el cardamomo posteriormente, en caso de que fueran productos distintos –Apic., *De re coq., Excp.*–.

**Asafoetida**<sup>1332</sup> (*Ferula* o *Ferula asafoetida*). Una importante resina utilizada con mucha frecuencia en la cocina, originaria de Irán y Afganistán<sup>1333</sup>. Había sustituido al silphium, agotado ya en el s. I d.C.<sup>1334</sup>. En el recetario de Apicio podemos encontrar una cierta confusión, contrastada incluso por André, entre la *asafoetida*, el *laser* y el *silfium*, que nos llevan a no despejar con exactitud el ingrediente que se está utilizando en cada una de ellas. André señala las semejanzas entre los tres productos, que son fruto de diferentes tipos de *ferula*, en forma de gomorresinas<sup>1335</sup>. El *silfium* es un condimento muy utilizado por Apicio a lo largo de su obra *De re coquinaria*, era aromática y muy apreciada como condimento de lujo –Apic., *De re coq.*, 33, 100, 192, 252, 254–. La utilización de esta resina para usos culinarios, se ha perdido, excepto en ciertas zonas de la India, donde, según A. Dalby, se conoce como *hing*<sup>1336</sup> y se utiliza. Aparecería en la historia a partir de las expediciones de Alejandro, cuando atravesó con sus ejércitos el antiguo Imperio persa, el moderno Afganistán, y sus soldados identificaron la planta como *silfium*, confundidos por las semejanzas entre ambas especies (ver *silphium*).

**Asno**<sup>1337</sup> (*Asinus* o *Equus asinus*). Un cuadrúpedo nativo del Próximo Oriente, domesticado en el Neolítico, que fue un animal muy apreciado e incluso objeto de caza, como señala Opiano –Opian., *Cineg.*, 3, 185-250–. Los asnos salvajes del suroeste asiático se comían, no así los domésticos, que tenían según Galeno una carne de mala calidad –Galen., *A., F.*, 6, 664–. Sin embargo, Lucio, el protagonista de la obra de Apuleyo, *Metamorfosis*, transformado en asno, estuvo a punto de ser devorado por una cuadrilla de campesinos hambrientos –Apul., *Met.*, 7, 22–.

---

<sup>1332</sup>O asafétida. Ver el artículo de P. MAHENDRA y S. BISHT, “*Ferula asafoetida*: Traditional uses and pharmacological activity”, en *Pharmacognosy* Jul-Dec. 6 (12), pp. 141–146. Sobre la familia de las *ferula* se puede consultar J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 103.

<sup>1333</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 29.

<sup>1334</sup>Sobre las diferencias de uso entre el *silfium* o *laser* y la *asafétida*, ver: A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 212-215.

<sup>1335</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, p. 221.

<sup>1336</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp.110-112.

<sup>1337</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 32 explica que hasta el s. X, los emperadores bizantinos mantenían una pequeña manada de asnos salvajes para su consumo, por la extraordinaria calidad de su carne. Y Galeno insiste en que los domésticos no son buenos para comer –Galen., *De Aliment.*, 6, 664–.

**Avellanas** (*Abellana* o *Corylus avellana*). Plinio las llama *ponticae nuces*<sup>1338</sup> –Plin., *N.H.*, 15, 88-90-, porque fue desde el Ponto de donde llegaron hasta Grecia. Para J. André, el nombre de avellana le viene de la ciudad de Abella, en la Campania. Teofrasto por su parte, las reconocería como la fruta de un árbol silvestre muy común en su época, pero también comenta la existencia de una especie cultivada que proporciona un fruto de mejor calidad, más redondeado y carnoso<sup>1339</sup> –Teof., *H.P.*, 3, 15-. También las citan Catón, Virgilio y Plinio lo que nos confirma lo extenso de su uso –Cato., *Agr.*, 18, 9; Virg., *Buc.*, 1, 14; *Georg.*, 2, 65; Plin., *N.H.*, 16, 74-.

**Azafrán** (*Crocis* o *Crocus sativus*). Una flor cuyos estigmas se utilizaban para perfumar y dar color a los alimentos, que era originaria del sur de Turquía o Irán, y de la que en época romana se cultivaba una variedad de gran calidad en Cilicia<sup>1340</sup>. Séneca comenta la existencia de un azafrán que procedía del monte Tmolos, en Asia Menor, y por su parte, Virgilio y Plinio confirman su existencia y utilización –Sen., *Ad Luc.*, 87, 20; Virg., *Georg.*, 55; Plin., *N.H.*, 21, 31-. El azafrán se mezclaba con vino y se quemaba durante la celebración de sacrificios por su agradable aroma. Por su parte, J. André distingue tres tipos de *crocus*, uno de los cuales es realmente el azafrán y los otros dos, algo confusos en las fuentes antiguas, corresponden a la cúrcuma y al *carthamus tinctorius*<sup>1341</sup> -este último no aromático-. Por la necesidad de retirar los estigmas a mano, Dalby la reconoce como una de las más caras especias que podían crecer en el Mediterráneo<sup>1342</sup>. Pudo ser introducida en el mundo clásico a partir del s. V a.C., por lo que, como ocurrió con otras especies de plantas, se encontró una forma de adulterarlo, que describe Dioscórides: “Se falsifica con una mezcla de *krokomagma* molido y de litargirio o de molibdeno para que pese, y se unta con arrope<sup>1343</sup>”.

**Bálsamo** (*Balsamum* o *Chrysanthemum balsamita*). Aunque actualmente se conoce el origen de esta planta aromática -el sur de Arabia-, los autores antiguos creyeron que era

---

<sup>1338</sup>“Nueces pónicas”. Trad. F. MANZANERO CANO *et alii*, *op. cit.*, 2010, p. 316.

<sup>1339</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 1.

<sup>1340</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 289-290, además, comenta que el azafrán se quemaba en los sacrificios y se mezclaba con vino dulce, produciendo una mezcla amarilla que se rociaba por el aire en los espectáculos públicos. Parece que también se usaba para elaborar aceites aromáticos.

<sup>1341</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 79. Ese autor define además otros tipos de *crocus*, que son el *Crocus caballaris* –*Carthamus tinctorius*- y el *Crocus indicus* o Cúrcuma, *Curcuma longa*.

<sup>1342</sup>Como señala A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp.138-9.

<sup>1343</sup>Dsc., *Mat.*, 1, 26. Trad. M. GARCÍA VALDÉS, *op. cit.*, 1998a, p. 133.

originaria de Palestina o Siria, como detalla Teofrasto -Teof., *H.P.*, 9, 6, 1-. Se podían recoger tanto el fruto como la resina (ambos con utilidad), y se llevaron a Roma árboles de bálsamo a partir del año 70 d.C. Aunque tras las campañas de Vespasiano y Tito, los judíos destruyeron todos los árboles de bálsamo que fueron capaces para que los romanos no disfrutaran de ellos, a pesar de lo cual se continuó cultivando posteriormente en la Palestina romana, como destaca Plinio: *Sed omnibus odoribus praefertur balsamum, uni terrarum Iudaeae concessum, quondam in duobus antum hortis, utroque regio, altero iugerum viginti non amlius, altero pauciorum. Ostendere arborum hanc Urbi imperatores Vespasiani, clarumque dictu...* -Plin., *N.H.*, 12, 111-. La resina que destilaba era muy escasa, lo que encarecía su precio y en Petra crecía una planta similar con la que se falsificaba el auténtico bálsamo -Dsc., *Mat.*, 1, 19-.

**Cardamomo.** Ver Amomo.

**Cerezas** (*Cerasus* o *Prunus cerasus*). Llegaron a Grecia en época clásica, provenientes de Anatolia<sup>1344</sup>. Coinciden con Dalby en la tesis sobre este origen, R. González *et alii*, autores que opinan que llegaron desde los Balcanes y Asia Menor<sup>1345</sup>. Según Plinio fue Lúculo quién las llevó a Roma, después de las campañas de Anatolia, en el año 73 a.C., llevándose su cultivo en el año 47 a.C. incluso hasta Britania: *Cerasia ante victoriam Mithridaticam L. Luculli non fuere in Italia, ad Urbis annum DCLXXX. is primum invexit e Ponto, annisque CXX trans oceanum in Britanniam usque pervenere; eadem, in Aegypto nulla cura potiore gigni* -Plin., *N.H.*, 15, 102-. Además de nuevas especies, seguramente se realizaron injertos sobre especies salvajes, como lo demuestra la existencia de restos de cerezos en Suiza y el norte de Italia<sup>1346</sup>. Esto explica las notas aportadas por Plinio sobre distintos géneros de especies de cerezos salvajes o cultivados así como sobre las distintas variedades de los cultivados y las frutas que daba cada uno, aspectos bien descritos por Plinio -Plin., *N.H.*, 15, 101; 103-104-. Teofrasto hace también una descripción del cerezo -Teof., *H.P.*, 3, 13, 1-3-. Y por su parte, Persio recomendaba su uso en el embalsamamiento de cadáveres -Pers., *Sat.*, 6, 36-. Tanto Columela como Paladio insisten en la importancia de realizar el injerto de los cerezos y otros árboles

---

<sup>1344</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 81, señala que hay dos especies, una amarga y otra dulce, y que las fuentes que hablan de aspectos dietéticos no las mencionan demasiado.

<sup>1345</sup>R. GONZÁLEZ; P. LUISIER; P. FONT i QUER, *op. cit.*, 1960, p. 300.

<sup>1346</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 57.

frutales durante el invierno, y en similares calendarios agrícolas comentan la facilidad de crecimiento del cerezo y la forma de conservación de la fruta, secándolas al sol –Colum., *R.R.*, 11, 2, 92; Pall., *Op., Agric.*, 11, 12, 4-. Por su parte Varrón también coincide con estos autores en lo referente a la época del injerto –Varro., *Rust.*, 1, 39, 2-. Ateneo recoge el testimonio de distintos autores sobre los cerezos y su fruta, sin aportar más información sobre ellos, aunque sí coincide con Plinio en que fue Lúculo, el primero en llevarlas a Italia desde la ciudad de Cerasunte, en el Ponto. Y también comenta que Dífilo de Sifnos, en época de Lisímaco –quién vivió entre 360 y 281 a.C.- conoció las cerezas –Athen., *Deipnos.*, 50b-51b-.

**Cidra**<sup>1347</sup> (*Citrus* o *Citrus medica*). Como otros cítricos, llegaría de Asia oriental a Roma en época tardía<sup>1348</sup>. Teofrasto es el primer autor que lo describe en el 310 d.C., señalando que llegaron del noreste de Irán, llamándolas “manzanas médicas” o “persas” - Teof., *H.P.*, 4, 4, 2-. Paladio explica sus cuidados, forma de realizar los injertos y conservar las frutas -*Op. Agr.*, 4, 10-. J. André sostiene que la cidra es de origen hindú y que llegó a Italia en el s. I a.C., lo que confirma que lo citen fuentes tan tardías como Paladio y especialmente Casiano Baso<sup>1349</sup> -Cass., *Geop.*, 3, 13, 6-. Apicio utiliza las perfumadas hojas del cidro para preparar una receta de vinos, y Plinio no la define con exactitud, denominándola, como Teofrasto, manzana asiria o médica –Apic., *De re coq.*, 4; Plin., *N.H.*, 12, 15-. Por su parte, A. Dalby señala la disputa que se produce entre diferentes autores con respecto a las posibilidades de que fuera o no un cítrico, decantándose él mismo por la primera contingencia.

La corteza del cidro se usaba en época de Galeno para perfumar los platos, pero sin embargo apenas se consumía, aunque se describe el sabor como agradable –Gal., *De aliment.*, 2, 37, 2-. Eran las llamadas “manzanas de las Hespérides”.

---

<sup>1347</sup>Es la fruta del cidro, parecida al limón aunque de tamaño mayor y más redondeada, con una corteza gruesa muy rica en aceites volátiles. No confundir con la cidra cayote, de origen americano, una cucurbitácea de la que se extrae el dulce llamado cabello de ángel y que como tal, llegó a Europa siglos después. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 68, sostiene que fue Teofrasto el primero que la describió y al que le llegaría del noroeste de Irán. Las hojas se usaban por su perfume y también la corteza, muy aromática.

<sup>1348</sup>Para R. GONZÁLEZ; P. LUISIER; P. FONT i QUER, *op. cit.*, 1960, p. 348, todas las especies del género *Citrus* son originarias de Asia, en concreto de China y la región indomalaya, incluida esta especie, el *Citrus medica*.

<sup>1349</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1981, pp. 79-80.



**Ciruelas** (*Prunum* o *Prunus domestica*). Fruta originaria de China, las variedades cultivadas europeas provienen de especies salvajes del suroeste de Europa y de Asia Menor<sup>1350</sup>. Las especies cultivadas se conocieron en Grecia, y en época de Plinio ya se practicaba a la perfección su cultivo y eran sabidas sus utilidades, además de estar al tanto de distintas variedades como la damascena. Plinio dice que existían en forma de árbol salvaje, y que llegaron a Roma después de la época de Catón, las que seguramente fueran las variedades domésticas para realizar injertos –Plin., *N.H.*, 15, 41-46-. Así, conocieron las ciruelas damascenas, una variedad típica de Damasco que se aclimató en Italia; también las pérsicas, que llegaron de Persia a través de Grecia, y otras variedades que llegaron a través de Egipto. Por su parte Ateneo comenta las características particulares de este tipo de ciruelas, así como que eran perfectamente identificables entre diversas especies –Athen., *Deipnos.*, 49E-. También se conocían sus propiedades laxantes –Athen., *Deipnos.*, 50A-. En ocasiones, la confusión entre distintas especies de ciruelas es visible, y diversos autores hacen referencia a una ciruela silvestre –*prunus silvestris*- y no a la variedad doméstica<sup>1351</sup> –Colum., *R.R.*, 2, 2, 20; Plin., *N.H.*, 23, 133-.

**Clavo** (*Cariofilum* o *Syzygium aromaticum*). Según J. André *caryophyllum*<sup>1352</sup>. Especie muy aromática originaria de Indonesia, que llegó al mundo mediterráneo en el s. I a.C., aunque era una rareza y solamente se utilizaba con propósitos médicos<sup>1353</sup>. Plinio, que según Dalby es el primer autor clásico que menciona esta especie, dice que se importaban por su aroma, lo que parece natural debido a la fragante naturaleza del clavo<sup>1354</sup>. Plinio los relaciona con la pimienta, por su morfología similar: *Este etiamnum in India piperis grani simile quod vocatur caryophyllum, grandius fragiliusque; tradunt in Indica loto id gigni; advehitur odoris gratia* –Plin., *N.H.*, 12, 30-. Por su parte, Apicio los recomienda como un elemento de fondo para tener en las despensas, pero solamente en el *Excerpta a Vinidarius*,

<sup>1350</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 263-264, comenta que varias especies de este árbol se atemperaron desde el clima chino al europeo con relativa facilidad, y que existen diversas especies cultivadas, algunas de ellas actualmente vivas en el norte de Europa pudieran ser descendientes de las romanas conocidas como “ciruelas de Damasco”.

<sup>1351</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 209.

<sup>1352</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 52.

<sup>1353</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 89, señala que el clavo define a las islas especieras de Ternate y Tidore, los únicos lugares donde crecieron hasta que aparecieron los trasplantes modernos.

<sup>1354</sup>A. DALBY, *op. cit.* 1996, pp. 138-139.

que es, como sabemos, un apéndice de época tardía, sin hacer el clavo aparición alguna en el resto del recetario –Apic., *De re coq.*, *Exc.*–.

**Costo** (*Costum*<sup>1355</sup> o *Saussurea costus*). Es una raíz aromática de las montañas de la región de Cachemira que se hizo muy popular en Roma<sup>1356</sup>. Apicio lo utiliza en diferentes ocasiones –Apic., *De re coq.*, 3, 34, 269, *Exc.*–, para preparar una bebida, y en la composición de salsas muy costosas, una de *laser* y otra para acompañar asados. Teofrasto lo identifica como ingrediente en la composición de perfumes –Teof., *H.P.*, 9, 7, 3-. Mientras que Plinio señala que el costo era originario de la India, de una isla que sitúa en la boca del Indo, y explica su uso como especie para quemar, aprovechando así su perfume: *Radix et folium Indis in maximo pretio. radix costi gustu fervens, odore eximia, frutice alias inutili. primo statim introitu amnis Indi in Patale insula duo eius genera...* –Plin., *N.H.*, 12, 41-. Es una especia que se comienza a utilizar a partir del s. I a.C.<sup>1357</sup>

**Dátiles** (*Dactylus* o *Phoenix dactylifera*). Llegaban del norte de África, Egipto y Mesopotamia y se utilizaron en alimentación humana desde 6000 a.C., época en la que se encuentran evidencias de especies domésticas. El sirope de dátiles era la fuente de azúcar más económica en el Próximo Oriente. Eran unos frutos considerados exquisitos en Roma precisamente por su alto contenido en azúcares<sup>1358</sup>. Apicio utilizaba dátiles en la preparación de distintos platos, muy variados todos ellos<sup>1359</sup>. Y se añadían a ciertas salsas para acompañar platos fuertes como era el caso de carnes de cordero, cochinitillo y liebre<sup>1360</sup>, lo que, como muestra Apicio era relativamente común –Apic., *De re coq.*, 337, 362, 364, 380, 385, 386, 395, 396-. Por supuesto, los dátiles formaban parte de los postres –Apic., *De re coq.*, 296-. Y de otras salsas además de las anteriormente señaladas, destinadas a otros

---

<sup>1355</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 76.

<sup>1356</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 105 comenta que sería uno de los principales productos básicos del comercio de las ciudades costeras del Delta del Indo.

<sup>1357</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp. 85-86.

<sup>1358</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 113 señala que los dátiles silvestres crecen desde Mauritania al este de Baluchistán y el Sind –región de Pakistán-, en el este. Serían considerados una golosina muy apreciada, que se distribuyó, por ejemplo en la fiesta de Saturnalia celebrada por Domiciano. A juzgar por las recetas de Apicio, se utilizaban para dar sabor, aportando el dulzor propio de este fruto.

<sup>1359</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 210, presenta una tabla con el número de veces que se utilizan distintos condimentos en *De re coquinaria*, lo que ponemos en relación con las recetas de carnes, pescados y verduras. Los dátiles se utilizan más acompañando recetas de carnes y verduras, y su porcentaje no es significativo en el grupo de pescados.

<sup>1360</sup>El cordero y la liebre son las carnes que mayor número de veces se acompañan de dátiles.

productos además del cordero, cochinitillo y liebre –Apic., *De re coq.*, 37, 228, 277, 283, 286-.

Sin embargo, en el recetario de Apicio apenas se usan para acompañar pescados. A pesar del alto número de recetas de pescado que contiene la obra, solo en dos recetas se mezclan dátiles y pescados –Apic., *De re coq.*, 210, 429-. Además endulzaban ciertas bebidas y preparados para facilitar la digestión, lo que indica Apicio, añadiéndose quizás por su sabor dulce –Apic., *De re coq.*, 1; 111-. Y por supuesto los dátiles se consideraron uno de los ingredientes principales de los que debía disponer una cocina de época tardía, como es posible observar en el *Excerpta a Vinidario* –Apic., *De re coq., Exc.*-. Teofrasto indicaba la existencia de ejemplares de palmeras fructíferas y otros que no lo eran, comentando las variedades que se conocieron entonces. Todas ellas, naturalmente, provenientes de lugares con climas más cálidos que el de la península itálica como fueron: Babilonia, Arabia, Chipre, Egipto, Siria y Etiopía, cultivándose una variedad de palmera enana, en Selinunte –Teof., *H.P.*, 2, 7-. Teofrasto destaca una variedad de dátiles exquisita, que proviene de una palmera de Chipre, aspecto en el que coincide Plinio –Teof., *H.P.*, 2, 7, 7; Plin., *N.H.*, 13, 4-.

**Espiga de nardo**<sup>1361</sup> (*Nardum* o *Nardum* ¿*Indicum*?). Procedente del Himalaya, se utilizaba, como hemos visto que sucede con otras especias, no solo en alimentación, sino también en cosmética y perfumería, debido a su intenso aroma<sup>1362</sup>. El testimonio más antiguo que tenemos de la espiga de nardo es del libro bíblico El Cantar de los Cantares –Vulg., *Cant.*, 1, 12-. En Roma era una especie muy apreciada y cara: *De folio nardi plura dici par est ut principali in unguentis... pretium spicae in libras X c. folii divisere annonam amplitudine* –Plin., *N.H.*, 12, 42, 43-. Apicio utiliza varias veces la espiga de nardo para preparar recetas muy costosas, además de la espiga índica (*Nardum Indicum*) que J. André

---

<sup>1361</sup>No estamos seguros de la variedad utilizada, y a pesar de las evidencias de que pudiera ser *Indicum*, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 170, define otras variedades utilizadas en el mundo antiguo, como son, además de este primero, el *nardum Syriacum* que corresponde a la *Patrinia scabiosifolia* –Celso, *De Med.*, 5, 23, 2; Plin., *N.H.*, 12, 45-. Cita también J. ANDRÉ, en el mismo texto, otros entre los que se incluyen: el *nardum Celticum*, que parece corresponder con la *Valeriana celtica* – Plin., *N.H.*, 14, 107; 21, 135; Pall., *Op. Agr.*, 11, 14, 8-. También el *nardum Gallicum* –Colum., *R.R.*, 12, 20; Celso, *De Med.*, 5, 23, 1B; Plin., *N.H.* 12, 45; 14, 106. Y finalmente, el nardo de montaña, o *Valeriana tuberosa* –Diosc., *Mat. Med.*, 1, 7-.

<sup>1362</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 229, destaca que el rey Seleuco I de Siria, en el s. III a.C., trató de implantarlo sin éxito en Arabia. Y era tan caro que se presentaba en pequeñas botellitas de cristal.

identifica como variedades de la misma especie<sup>1363</sup> -Apic., *De re coq.*, 34, 228, 416, *Exc.*- Teofrasto la identifica como procedente de la India, y señala, que la gran parte de las plantas aromáticas provenían de la India -Teof., *H.P.*, 9, 7, 2-.

**Faisán**<sup>1364</sup> (*Phasianus* o *Phasianus colchius*). Aves nativas del Cáucaso y Asia central, que se conocieron en Grecia, en época clásica, llevándose desde allí al resto de Europa<sup>1365</sup>. En época de Paladio, ya tardía, la cría de faisanes era corriente en Roma, y su alimentación se cuidaba extraordinariamente para conseguir buen sabor de la pieza, y así, señala Paladio que: *Saginandi haec ratio est, ut unius modii triticea farina in brevissimas offulas redacta clauso fasiano per triginta dies ministrata sufficiat: uel si hordeaceam farinam praeberere volueris, unius et semissis modii farinaper praedictos dies saginam replebit. observandum sane est, ut offulae ipsae oleo levigentur asperso et ita inserantur faucibus, ne sub infima linguae parte mergantur: quod si evenerit, statim peribunt. illud quoque magnopere curemus, ut praebeantur nova alimenta digestis, quia eos facillimae onus cibi haerentis extinguit* -Pall., *Op. Agr.*, 1, 29, 4-. Plinio la consideraba un ave de origen extranjero aunque plenamente establecida en la Roma de su época, en el s. I d.C. - Plin., *N.H.*, 10, 132-. Era una de las aves destinadas a las mesas aristocráticas, muy cara, importada de la Cólquide o de Fasia, y apreciada especialmente por su rareza, lo que motivaba un elevado precio -Petron., *Satyr.*, 93; Athen., *Deipnos.*, 386E-387F; 654B-D-. Su carne era muy apreciada, e incluso se consumían sus huevos, lo que recomienda *Anthimus: De avibus vero, hoc est fasianis pastis et anseribus: quia pascuntur pectus illorum congruum est. tamen quae tantum carnem albam habet, ipsa expedit y fasiana ova bona sunt* -Anth., *De obs., civ.*, 22; 38-.

---

<sup>1363</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 170, señala que también hay una variedad que se conoce como nardo céltico o espiga céltica. J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, p. 223. Sobre el nardo, J. I. MILLER, *op. cit.*, 1979, pp. 222-224.

<sup>1364</sup>Como sucede con otras especies, desconocemos la variedad exacta que se consumió, más aún cuando en la actualidad se encuentra en peligro de extinción. Así, sobre la taxonomía del faisán y el rango geográfico de zonas nativas y de expansión de este animal, ver: (<http://www.iucnredlist.org/details/45100023/0>. Consult., el 20/5/17).

<sup>1365</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 257, señala que ya eran bien conocidos en Grecia, habiendo gran cantidad de ellos en la desembocadura del río Phasis en Colchis, en la moderna Georgia.

**Francolín**<sup>1366</sup> (*Francolinus* o *Francolinus francolinus*). Originario de Asia occidental, se llevaron a los mercados atenienses, donde eran considerados una exquisitez<sup>1367</sup>. Se conocían en Roma en tiempos de Marcial y los que llegaban desde Grecia eran tenidos por los más sabrosos: *Inter saporis fertur alitum primus ionicarum gustus attagenarum* –Mart., *Epigr.*, 13, 61-, y en general, formaban parte de los banquetes más selectos, lo que destaca igualmente Marcial –Mart., *Epigr.*, 2, 37-. Plinio señala cómo el francolín se consideró en Roma, tiempo atrás, un ave rara, pero en su época ya los había incluso en la Galia e Hispania, en los Alpes y sobre todo, los más sabrosos, de nuevo, coincidiendo con Marcial, provenían de Jonia –Plin., *N.H.*, 10, 133-. Es un ave de la familia de las gallináceas, una variedad del género de las perdices, que llegó a través de Persia y Asia Menor hasta Chipre, desde donde se extendió a Grecia<sup>1368</sup>. A. Dalby confirma su origen, y porqué Marcial llamaba al francolín *Ionicae attagenae*, siendo la primera mención en la literatura la que proviene de un fragmento del poeta griego *Hipponax* –Hora., *Ep.*, 2, 45; Plin., *N.H.*, 8, 228; 10, 133; Athen., *Deipnos.*, 387F-388B-.

**Ganso** (*Anser* o *Alopochen aegyptiacus*). También en Grecia eran conocidos antes de la llegada del pollo, consumiéndose tanto por su carne como por los huevos, que se consideraban de excelente calidad. Además, tanto Homero como Herodoto muestran en sus obras cómo ya se conocía el sistema de engorde de los gansos, aunque aún no parece el sistema de alimentación forzada que se pondría en práctica posteriormente<sup>1369</sup> –Hom., *Od.*, 19, 536 ss.; Herod., *Hist.*, 2, 72-.

Aunque los gansos eran un ave muy conocida desde antiguo en Roma, siendo incluso los vigilantes del Capitolio, fue Metelo quién por primera vez realizó una preparación muy especial con ellos<sup>1370</sup>. C. Metelo desarrolló con su hígado lo que en la

---

<sup>1366</sup>El francolín, extinto en España y en peligro de extinción en el resto del mundo, presenta diversas variedades, y sobre el rango geográfico de zonas nativas o en las que se ha extinguido, ver: (<http://www.iucnredlist.org/details/22678719/0>. Consult., el 20/5/17).

<sup>1367</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 150 apunta a que se compraban en Beocia para transportarlos a los mercados de Atenas.

<sup>1368</sup>J. MALUQUER; A. CABRERA; L. LOZANO, *Zoología (vertebrados)*, Barcelona, 1960, p. 320.

<sup>1369</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 161 señala que eran aves domesticadas desde tiempos prehistóricos en una amplia zona que iría desde el Cercano Oriente hasta el sur de Europa.

<sup>1370</sup>Metelo vivió en la primera mitad del s. I a.C. Con respecto a la invención del foie, Apicio compite con Metelo, de quién también tenemos noticias que fue el primero que preparó el hígado de los gansos. En cualquier caso, estas supuestas invenciones están sujetas al prestigio que conlleva ser el primero en imaginarlas. Por su parte, Apicio preparó no sólo el de oca criada especialmente para

actualidad conocemos como *foie*, consiguiendo hipertrofiar dicho órgano al cebar al animal con grandes cantidades de leche y miel, y obteniendo así uno de los productos más extraordinarios que se han conocido a lo largo de la historia de la alimentación. Otra parte del ganso, aprovechada en la misma época, fueron las palmas de las patas, y Mesalino Cota –que vivió bajo el reinado de Tiberio- fue quién las preparó en un guiso muy particular, junto a las crestas de los gallos: *palmas pedum ex iis torrere atque patinis cum allinaceorum cristis condire reperit; tribuetur enim a me culinibus cuiusque palma cum fide* - Plin., *N.H.*, 10, 52-. Apicio, por su parte, las presentaba cocidas con una salsa blanca y en una receta incompleta en la que se hacía cocer el ave completa con las plumas -Apic., *De re coq.*, 229, 234-. Igualmente hacen referencia al consumo de ganso otros autores, desde sus aspectos culinarios, como Galeno y Ateneo -Galén., *De aliment.*, 6, 703; Athen., *Deipnos.*, 384A-C-, hasta Ovidio, que señala que ni siquiera tras haber defendido el Capitolio (lo que aseguraba la leyenda romana, que los gansos avisaron del ataque galo a Roma, despertando a sus habitantes con el cacareo), se libraron de entregar su hígado en bandeja -Ov., *Fasti*, 1, 453-.

**Jengibre**<sup>1371</sup> (*Gingiber* o *Zingiber officinale*). Una especia originaria del sur de China, fácilmente adaptada a climas templados, que en época romana se cultivaba en Sri Lanka y Eritrea<sup>1372</sup>. Tanto sus características como sus usos como digestivo están perfectamente descritas por Dioscórides -Dsc., *Mat.*, 2, 160-. Por su parte, Apicio utiliza jengibre en bastantes ocasiones -Apic., *De re coq.*, 29, 37, 55, 111, 126, 175, 187, 190, 200, 250, 269, 271, 287, 360, 475, *Exc.*- acompañando diversos platos, entre los que se cuentan dos preparaciones con fines curativos<sup>1373</sup>.

**Limón** (*Citream* o *Citrus limon*). Según A. Dalby, se pueden reconocer limones en pinturas murales de los primeros tiempos del Imperio, así como en fuentes escritas del s. II

---

este destino, el cual cebaba a estos animales con higos secos, y antes de sacrificarlos les daba vino con miel, sino también el hígado de cerda alimentada ex profeso para este fin, como narra Plinio -Plin., *N.H.*, 8, 209-.

<sup>1371</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 279.

<sup>1372</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 159. Anota el autor que se utilizaba no solo en cocina, sino también para fines médicos, y que el nombre en latín deviene de la lengua índica.

<sup>1373</sup>Sobre la historia del jengibre a través de la historia, A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp. 21-26. También A. DALBY, *op. cit.* 1996, p. 138.

d.C., pero no antes<sup>1374</sup>. Un fruto similar a la cidra, que no está bien identificado, pero es cierto que en la *Casa del frutteto*, en Pompeya hay representado un limonero y que A. Dalby basándose en una interpretación de carácter filológico, asegura que las referencias de su presencia en el mundo romano son evidentes pero mucho menos conocidas que las del cidro<sup>1375</sup>. Quizás se conociera, como se vislumbra en dichas pinturas, o se utilizara ocasionalmente, pero no es concluyente su utilización constante o bien implantada en alimentación, aunque Virgilio lo cita como un remedio eficaz contra venenos, y detalla las características del árbol, comentando su acidez y perfume persistente, además de que se utilizaba contra el mal aliento –Virg., *Georg.*, 2, 125-135-. Y otras fuentes citan este cítrico, no siempre con total claridad, como sucede con Teofrasto y Plinio: *Melon to Medikon e to Persikon* –Teof., *H.P.*, 4, 4, 2-, mientras que Plinio se refiere al *malus Assyria uel Medica* al *citrus* y *citreum* respectivamente –Plin., *N.H.*, 12, 15-16; 10, 103, 23, 105-.

A pesar de que tradicionalmente se ha considerado que la llegada de este tipo de cítrico al entorno mediterráneo se produjo de la mano de la civilización árabe, algunos autores como M. A. Sánchez señalan, tras el análisis de unos frutos carbonizados procedentes de Herculano, que entre ellos se encontraban dos ejemplares que identifica dentro de la familia de los cítricos, muy probablemente como limones, que a su vez relaciona con la clásica pintura mural de una casa pompeyana en la que se puede apreciar un limonero cargado de frutos<sup>1376</sup>. El problema es que los distintos cítricos no tienen en latín una denominación propia, y se encontraban agrupados bajo el nombre *malus medica*, por lo que es muy difícil identificarlos en la literatura<sup>1377</sup>. Sin embargo, la introducción del limón en el área vesubiana está bien documentada por A. Ciarallo en época anterior al 40 d.

---

<sup>1374</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 88. Ver también B. LAUFER, “The lemon in China and elsewhere”, en *Journal of the American Oriental Society* 54, 1934, pp. 143-160.

<sup>1375</sup>A. DALBY, *op. cit.* 1996, pp. 143-144.

<sup>1376</sup>M. A. SÁNCHEZ SÁNCHEZ, “Cajita con frutos carbonizados procedente de Herculano”, en C. Rodrigo Zarzosa y J. L. Jiménez Salvador (eds.), *Bajo la cólera del Vesubio: testimonios de Pompeya y Herculano en la época de Carlos III*, Valencia, 2004, p. 369. L. FARRAR, *op. cit.*, 2001, p. 145 coincide con esta opinión, y cree que en la Casa del Huerto se pueden observar limones además de otras frutas, como granada, ciruelas amarillas y moradas, higos, cerezas, peras y manzanas.

<sup>1377</sup>Ver J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 153, quién recoge todas las variedades de la especie *malum*, así como los grupos similares y fácilmente identificables.

C.<sup>1378</sup>. Y Ateneo recogiendo un debate entre sus eruditos sobre si conocían alguna referencia al limón anterior a su época -fruta que tendrían que conocer bien para reflexionar de esta forma sobre ella-, parece que había dudas entre ellos sobre dichas referencias, recogiendo que el nombre “manzanas de las Hespérides<sup>1379</sup>” -Plutarc., *Quaest.Conv.*, 8, 9; Athen., *Deipnos.*, 3, 82E- se referían precisamente al limón y no a otra fruta, como también se entrevé en el recetario de Apicio: *Folia citri viridia* –Apic., *De re coq.*, 5-. Por su parte, Ateneo lo cita como antídoto contra venenos, de la siguiente forma: un limón entero cocido en miel del Ática, cada mañana se toman un par de dedos de esta preparación y se previene la posible intoxicación –Athen., *Deipnos.*, 85A-C-.

**Malóbatro**<sup>1380</sup> (*Malabathrum* o *Malobathrum malabathrum*). Una especia aromática muy popular en Roma, que se utilizó tanto en alimentación como cosmética. Las hojas se secaban en el lugar de origen y después se exportaban a través de las bocas del Ganges, llegando a Roma a través de Egipto, donde finalmente se procesaban para hacer un aceite perfumado, el *oleum malabathri*<sup>1381</sup>. Plinio explica que el malóbatro crecía en Siria y Egipto, aunque era originario de la India, que era muy oloroso y que había distintas especies de calidades variadas, y al hervirse en vino se desprendía de la mezcla un aroma muy grato –Plin., *N.H.*, 12, 129-. Tenía un precio exorbitado y Apicio lo utiliza para preparar una salsa para langosta y otra para crustáceos, lo que nos puede indicar el gusto de entonces por utilizar esta especia acompañando mariscos y crustáceos –Apic., *De re coq.*, 31, 34, 400, 414-.

**Melocotón**<sup>1382</sup> (*Malum Persicum* o *Prunus persica*). Fruto cuyo origen era Asia central o China, mencionados por Ateneo, el cual a su vez cita a Teofrasto para hablar del

---

<sup>1378</sup>A. CIARALLO, *Flora Pompeiana*, Roma, 2004, pp. 51-57 y 124. Señala que era un árbol considerado con propiedades farmacológicas, cuyo fruto sólo en época tardía se utilizaría para condimentar.

<sup>1379</sup>Trads. F. MARTÍN GARCÍA, *op. cit.*, 1989, p. 33.

<sup>1380</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 151 anota que también se conoce como *malobathrum*.

<sup>1381</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 206 apunta a que se transportaba desde un puerto del delta del Ganges hasta Roma a través de Egipto, donde se procesaba para elaborar aceites perfumados. Ver B. LAUFER, “Malabathron”, *Journal Asiatique* serie 11, vol. 12, 1981, pp. 5-49, quién lo define como “un ungüento noble” y recoge la historia y documentos vinculados con esta planta.

<sup>1382</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 153. Recoge que era conocido como manzana persa, siéndole familiar a los griegos a comienzos del s. III a.C., quizás como resultado de las expediciones de Alejandro a Persia. Plinio habla de su introducción en Italia –Plin., *N.H.*, 15, 39 ss.; 23, 132-. Parece que esta, según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 252, era reciente en la primera mitad del s. I d.C.,



melocotón –Athen., *Deipnos.*, 81A; 82A-. Se usaban para cocinar, como vemos en el recetario de Apicio, quién explica la forma de conservarlos. También presenta una receta en la que se utilizan como guarnición de un guiso de ave que también incorpora verduras y carne –Apic., *De re coq.*, 28, 80-. Plinio habla de la reciente introducción en la Italia de su época, a mediados del s. I a.C. del *Prunus persicus*, originario de China. Existieron distintas especies que derivaron finalmente en frutas diferentes: melocotón, durazno, pérsicos, alberchigueros o membrillos<sup>1383</sup>.

**Melón** (*Cucumis* o *Cucumis melo*). Originario del oeste Africano, se cultivó en el mediterráneo a partir del X a.C., y se han encontrado semillas de este fruto en el sur de Tracia<sup>1384</sup>. La especie ha variado, siendo en la Antigüedad más alargada, no tan redondeado y dulce como los que actualmente se toman en Europa, aunque según A. Dalby aún se consumen algunas variedades de este tipo en el este del Mediterráneo<sup>1385</sup>. Su introducción en Roma se data en época tardía, y Plinio cuenta que Tiberio era muy aficionado a ellos, señalando además que se cultivaban en el interior de un tubo, de manera que al crecer se mantenían extrañamente alargados –Plin., *N.H.*, 19, 64-68-. También comenta que eran frutos muy perfumados, aún sin llegar a abrirse. Apicio los utiliza en una sola ocasión, no quedando evidente si los cocina o no, solamente está claro que en cualquier caso, les añade una salsa –Apic., *De re coq.*, 85-. J. André por su parte recoge las diferentes especies de melón conocidas en el mundo Antiguo<sup>1386</sup>.

**Mirra** (*Myrra* o *Commiphora myrrha*). Resina aromática del árbol de la mirra, usada tradicionalmente en ceremonias religiosas y festivas y en medicina, y no

---

debido a que disponemos de una pintura pompeyana en la que es visible con claridad un melocotón abierto por la mitad.

<sup>1383</sup>R. GONZÁLEZ; P. LUISIER; P. FONT i QUER, *op. cit.*, 1960, p. 299.

<sup>1384</sup>Para R. GONZÁLEZ; P. LUISIER; P. FONT i QUER, *op. cit.*, 1960, p. 430, el melón es oriundo de la zona tropical africana, y según D. MAYNARD y D. N. MAYNARD, “Cucumbers, melons and watermelons”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, 2000, pp. 305-306, también, aunque existieron variedades silvestres en otros centros secundarios como India o China, país este último donde se cultivaba en el V milenio a.C.

<sup>1385</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 215 señala que no es el melón redondo y dulce que conocemos en la actualidad, y que de los melones antiguos existen aún una variedad chata y aepinada que probablemente consumieran los israelitas durante su éxodo de Egipto.

<sup>1386</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 80, variedades que son el *Cucumis sativus*, el *Ecballium elaterium*, y el *Citrullus colocynthis*.

exclusivamente en el mundo romano<sup>1387</sup>. Para Teofrasto la mirra es una resina procedente de Arabia, criada en la montaña o muy cerca de ella –Teof., *H.P.*, 9, 4, 1-. A Plinio también le constaba su llegada desde Arabia y sus dos tipos, la que nacía de árboles cultivados y la procedente de especies silvestres: *Murram in iisdem silvis permixta arbore nasci tradidere aliqui, plures separatim; quippe multis locis Arabiae gignitur, ut apparebit in generibus. convehitur et ex insulis laudata, petuntque eam etiam ad Trogodytas Sabaei transit maris. gaudet rastris arque ablaqueationibus, melior radice refrigerata* –Plin., *N.H.*, 12, 66-. Para Dalby la mirra ya la conocieron los egipcios, y señala que la reina Hatshepsut, cuando envió la expedición a Punt, se hizo con una cantidad de esta resina<sup>1388</sup>.

**Pavo real** (*Pavo* o *Pavo cristatus*). Ave domesticada en la India y Ceilán e introducida en el Mediterráneo a través del Imperio Persa. Alejandro los llevó a Grecia después de sus conquistas. La primera vez que se data el consumo de pavo real en Roma fue en una cena en casa de Quinto Hortensio, en el s. I a.C., celebrando el estreno de su sacerdocio, como nos relata Plinio –Plin., *N.H.*, 10, 161-. Sin embargo, no fue un ave muy prolífica, entre otras razones porque sus huevos se consideraron igualmente una exquisitez<sup>1389</sup>. En el banquete de Trimalción, aunque no se comió, se habló del pavo como parte del *Luxuriae rictu*<sup>1390</sup> –Petron., *Satyr.*, 55, 6-. Mientras que para Marcial era una pena entregar a los cocineros un ave de tal belleza –Mart., *Epigr.*, 13, 70-. En época de Varrón ya se conocía y domesticaba, y también Columela recomendaba cuidados sobre este ave –Varro., *Rust.*, 3, 3; Colum., *R.R.*, 8, 11-. Por su parte, Marco Aufidio Lurcón, después de la derrota de Pompeyo en el 67 a.C., fue el primero que los cebó para su engorde<sup>1391</sup>. Cuando las fuentes hablan de pavos en esta época, entendemos siempre que son pavos reales ya que el pavo común (*Meleagris gallopavo*) es una especie americana, y por tanto de llegada muy posterior<sup>1392</sup>. Paladio ya en época tardía, conoce bastante bien la cría, engorde y cuidados

---

<sup>1387</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 226. En el mundo hebreo antiguo fue un producto muy apreciado por su perfume –*Gen.*, 2, 10; *Num.*, 11, 7; *Ex.*, 30, 34-.

<sup>1388</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2002, p. 117-120.

<sup>1389</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 252-253 destaca que en tiempos de Aristófanes, como se observa en su obra *Pájaros*, en Grecia se exhibían los pavos reales como algo exótico, y se ofrecían como otros animales y plantas exóticas en el santuario de Hera en Samos.

<sup>1390</sup>“Lujo devorador”, Trad. L. RUBIO FERNÁNDEZ, *op. cit.*, 1988, p. 82.

<sup>1391</sup>Criador de pavos al que hacen referencia Varrón y Horacio –Varro., *Rust.*, 3, 6, 1; Hor., *Sat.*, 2, 4, 24-.

<sup>1392</sup>El pavo americano lo conocieron los conquistadores pocos años después de su llegada. Pedro Alonso Niño, en 1499 observó el pavo ocelado –*Meleagris ocellata*-, de bello plumaje, en América

de los pavos reales –Pall., *Op. Agr.*, 1, 28-. Apicio preparaba su carne –que por cierto es bastante dura-, picada en una especie de albóndigas –Apic., *De re coq.*, 54-. Y, desde luego, ciertas cantidades de carne picada de pavos reales formaron parte del monstruoso plato invención del emperador Vitelio, conocido como el “Escudo de Minerva” –Suet., *Vitel.*, 13-. Son muchas las fuentes que los mencionan, y en época tardía *Anthimus* también los consideraría comestibles, apareciendo además en el Edicto de Precios de Diocleciano –Anth., *De obs., civ.*, 24; *Edict., Diocl.*, 4, 39-40-.

**Pimienta** (*Piper* o *Piper nigrum*). Originaria de Asia, desde allí se importaron dos especies hacia el Mediterráneo, la pimienta negra en grano y otra alargada<sup>1393</sup>. Esta especia se conocía en Grecia al menos desde el s. V a.C., y Plinio se preguntaba que a quién se le habría ocurrido probar por primera vez este amargo y ardiente fruto, sorprendido de su precio, que para él se encontraba en contradicción con su sabor –Hippo., *Epid.*, 5, 67 ss.; Arist., *Pr.*, 1, 43; Plin. *N.H.*, 12, 26-29-. El comercio de la pimienta fue muy próspero, y las ciudades que lo centralizaron desde época temprana fueron las actuales Niranom y Cranganore<sup>1394</sup>.

Apicio la utiliza en una gran cantidad de recetas, prácticamente el total de ellas, aunque debido al gusto romano por la mezcla entre distintos alimentos, no debió ser un sabor predominante, sino uno de los que intervinieron en las mezclas de condimentos, productos que eran símbolo de riqueza y por tanto, de poder. Y Teofrasto no solamente conoce el fruto, sino que describe el árbol –Teof., *H.P.*, 9, 20, 1-. Horacio, por su parte,

---

central. Colón en 1502, en la isla Guanaja, por lo que se conocieron como guanajos, y los llamó: “gallinas muy grandes, con la pluma como lana”. En el palacio de Moctezuma existían a miles, y estaban destinados como alimento de las aves de rapiña que coleccionaba este emperador. J. MALUQUER; A. CABRERA; L. LOZANO, *op. cit.*, 1960, pp. 321-322. Sobre el pavo, ver J. WITTEVEEN, “Peacocks in history”, *Petit Propos Culinaires* 32, 1989, pp. 23-34.

<sup>1393</sup>Como señala A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 254-255, y según este autor la primera mención de pimienta la hace Antífanes en una obra cómica. Se conocería en Grecia alrededor del año 400 a.C., siendo la única pimienta conocida en el Mediterráneo la pimienta larga, que crecía en el noroeste de la India y denominada *pipali* en pakrit. A partir del año 100 a.C. llegarían otras variedades, cuando los marinos conocieron el efecto de los monzones y lo utilizaron para acortar las largas distancias de navegación entre el sur de la India hasta el Mar Rojo. Se conocieron la pimienta larga o *piper longum*, la más picante, cuyo precio doblaría el de la pimienta negra en aquella época. La pimienta blanca, una tercera variedad, solo sería una variación de la pimienta negra.

<sup>1394</sup>Sobre el comercio de las dos especies de pimienta -larga o redonda- y su historia, A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp. 88-94. Ver P. HYMAN y M. HYMAN, “Long pepper: a short history”, *Petit Propos Culinaires* 6, 1980, pp. 50-52.

presume de haber servido el primero en su época pimienta blanca revuelta con sal negra, en platillos dispuestos en toda la mesa –Hor., *Sat.*, 2, 4, 74-.

La pimienta fue utilizada incluso como moneda de pago en momentos históricos, como cuando según Zósimo, Roma pagó a Alarico: “cinco mil libras de oro, tres mil de plata, cuatro mil túnicas de seda, tres mil pieles escarlatas y pimienta por un montante de treinta mil libras<sup>1395</sup>”. Desde luego, era una especia cara que se vendía en un barrio concreto, en el que, como señala Horacio se podían encontrar productos delicados y costosos como perfumes, incienso y pimienta, un auténtico espacio para gourmets –Hor., *Ep.*, 2, 1, 270-.

**Pintada** (*Meleagris* y (*gallina*) *Numidica* o *Numida meleagris*). Ave doméstica desde tiempos prehistóricos, fue un alimento familiar en Egipto, y se convirtió, por su espectacular plumaje, en una rareza en Roma<sup>1396</sup>. Para Plinio, era un ave de origen extranjero originaria de Numidia, en África, y que se importó a Roma después de la caída de Cartago –Plin., *H.N.*, 10, 132-. Este autor describe dos variedades de esta especie, confundiéndolas sin duda –Plin., *N.H.*, 10, 74-. Y comenta como un hecho muy reciente a su tiempo que se habían empezado a utilizar como alimento. Para Varrón, en el s. II a.C., la pintada era la última ave exótica que se incluiría en las mesas romanas, porque el gusto se iba modificando, lo que justifica porque se empezaban a buscar novedades gastronómicas –Varro., *Rust.*, 3, 9, 18-. Eran las aves a las que Columela llamaba “africanas” o “gallinas de Numidia<sup>1397</sup>” –Colum., *R.R.*, 8, 2, 2-, y que incluso al ficticio Trimalción en época posterior, le costaba trabajo conseguir, como ocurría con el faisán. Además, poseían un aroma aristocrático, frente a la oca o el pato, aves estas últimas que según Petronio, en lo que parece un exceso literario: *Plebeium sapit* –Petron., *Sat.*, 93, 2-. Sin embargo, la númera que menciona Columela, era probablemente la *Numida sabyi*, que ocupaba en la Antigüedad todo el norte de África, mientras que la pintada común, más corriente en la actualidad, es la especie propia del Senegal y la alta Guinea, la *Numida meleagris*<sup>1398</sup>.

---

<sup>1395</sup>Zos., *N.H.*, 5, 40, 4. Trad. J. M. CANDAU MORÓN, *op. cit.*, 1992, p. 492.

<sup>1396</sup>Según A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 169-170, aunque la gradual del pollo extensión hacia el oeste en la primera mitad del primer milenio a.C., haría que la gallina de Guinea se considerara más una curiosidad que una auténtica ave de granja.

<sup>1397</sup>“Sabem a plebeyo”, Trad. C. J. CASTRO, *op. cit.*, 2º vol., Barcelona, 1959, p. 36.

<sup>1398</sup>J. MALUQUER; A. CABRERA; L. LOZANO, *op. cit.*, 1960, p. 324.

**Pistacho** (*Pistacium* o *Pistacia vera*). Fruto originario de Asia central y domesticado en Afganistán. Teofrasto es el primero que lo describe, y comenta cómo los griegos lo conocieron en las expediciones de Alejandro, lo que nos permite conocer la ruta de su llegada a las cocinas de época clásica. En época helenística su cultivo se expandió rápidamente en el Mediterráneo<sup>1399</sup>. Esta primera descripción -del pistacho o alfóncigo-, de Teofrasto es muy exacta, aunque este autor no le da nombre<sup>1400</sup> –Teof., *H.P.*, 4, 4, 7-. Paladio por su parte también lo describe, pero en este caso, sí, nominándolo, e incluso conoce la forma de cultivo del arbusto: *Pistacia seruntur autumuo mense octobri et subole et nucibus suis: sed melius ipsa pistacia iuncta ponuntur, mas ac femina. marem dicunt, cui sub corio velut ossei longi videntur latere testiculi. qui diligentius facere voverit, pertusos caliculos et stercorata terra repletos parabit et in his pistacia terna constituet, ut ex omnibus germen quodcumque procedat: quod, ubi convaluerit planta, hinc facilius transferatur mense februario. amat locum calidum, sed umectum et rigatione gaudet et sole. inseritur terebintho mense februario uel martio: at alii et amygdala inseri posse firmarunt* –Pall., *Op. Agr.*, 11, 12, 3-. Plinio atribuye su origen a Siria, agrupándolo entre las nueces y según él fue Vitelio quién introdujo los pistachos en Italia, siendo Flaco Pompeyo quién los llevó a Hispania –Plin., *N.H.*, 13, 51; 15, 90-. En época más tardía el autor de la Geopónica conocería bien la forma de cultivo e injertos del pistacho, también *Anthimus* lo incluye en su obra –Cass., *Geop.*, 10, 12; Anth., *De obs., civ.*, 91-.

**Pollo** (*Pullus* o *Gallus gallus*). Originario de la India, fue un animal que se convertiría en un importante origen de proteínas en forma de carne y de huevos. La datación más temprana en el Mediterráneo, para A. Dalby la fechan los vasos laconios del s. VI a.C., aunque hay pollos en pinturas murales minoicas y en Egipto<sup>1401</sup>. Pronto se adaptaron muy bien al clima, y fueron una importante fuente de producción de carne y

<sup>1399</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 262.

<sup>1400</sup>Teofrasto vivió entre los años 372-287 a.C., así que el pistacho llegó a Roma en época muy temprana.

<sup>1401</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, pp. 83-84, señala que las fuentes escritas griegas del s. V a.C. ya hacen referencia a los pollos domésticos, que eran más comunes en el este, en el Imperio Persa, que en Grecia. También comenta que suplantarían a los gansos por su alto rendimiento y productividad en la cría. Desde luego, eran considerados un lujo y no un alimento cotidiano. Además eran unos animales muy adecuados para los sacrificios, debido a su pequeño tamaño y a la facilidad de su transporte. Incluso eran más barato que los grandes y de ahí su popularidad en Delos, donde se sacrificaban en el templo cotidianamente.

huevos. Cicerón citando a Zenón<sup>1402</sup> como ejemplo de un asunto no relacionado con la alimentación, habla de los gallos –Cic., *Mur.*, 29-.

En época de Columela (primera mitad del s. I d.C.) ya se había adoptado el cuidado de las gallinas, de forma común por parte de la mayor parte de los labradores, como asegura el autor, quién dedica un capítulo completo a esta actividad –Colum., *R.R.*, 8, 2-7-. Además de ser un alimento importante, existía en su época la costumbre, de origen griego, de las peleas de gallos, que proporcionaban según Columela unas ganancias muy interesantes. Columela demuestra su profundo conocimiento sobre el cuidado de estas aves, sobre la forma de potenciar sus cualidades ponedoras, y cómo en Roma se vendían los pollos que se criaban a las afueras de la ciudad a buen precio, además de que se reservaban los ejemplares más gordos y mejor cebados para las mesas de categoría –Colum., *R.R.*, 8, 5-7-. Lo que sí está claro es que los pollos que se consumían eran frescos y no tenían que hacer largos viajes hasta llegar a su destino. Por su parte, Paladio no añade nada nuevo a las recomendaciones sobre las gallinas, dando por hecho lo corriente de su crianza y cuidados, actividad que en época de Columela era una costumbre relativamente reciente –Pall., *Op. Agr.*, 1, 27-. Para Varrón era importante el número de especies de gallinas que se podían criar y la manera de engordarlas, y ofrece al respecto una gran cantidad de datos –Varro., *Rust.*, 3, 9-. Plinio además de comentar aspectos comunes sobre los pollos, señala que los gallos se utilizaban como víctimas en los sacrificios, sobre todo en aquellos holocaustos de índole adivinatoria –Plin., *N.H.*, 10, 46-50-. El origen de estas aves para engorde y comida en las mejores mesas, partió de la ciudad de Delos, de donde no solamente nació esta costumbre, sino también la del consumo de otras muchas aves previamente cebadas –Plin., *N.H.*, 10, 139-.

En Roma, el cónsul Gayo Fannio, promulgó una serie de leyes entre los años 149-146 a.C., para controlar el lujo en las mesas, entre las cuales se prohibía precisamente comer gallinas previamente cebadas. Esto nos indica en la alta estima que se tenían, y que por lo tanto, formarían parte de las elaboraciones propias de la alta cocina. Por otro lado y, con respecto a su cocinado, las gallinas y los pollos se preparaban con técnicas especialmente cuidadas, incluso existían trinchadores especialmente dedicados a su corte. Plinio presenta una receta de origen parto para presentar el pollo que se desarrolla de la

---

<sup>1402</sup>Filósofo estoico que vivió entre los años 333 y 262 a.C.

siguiente forma: se trinchaban las aves por el dorso, de forma que ocupaban mucho más espacio en la bandeja de servir y parecían de mayor tamaño. Según Plinio los partos habían proporcionado un gran conocimiento culinario a los cocineros romanos, y allí -en Partia-, se prefería la pechuga del ave, mientras que en Roma se optaba por el muslo: *Dedere et Parthi cocis suos mores. nec tamen in hoc mangonio quicquam totum placet, clune, alibi pectore tantum laudatis* –Plin., *N.H.*, 10, 140-. Apicio, por su lado, presenta una numerosa cantidad de recetas de pollo, treinta y dos en total de ochenta y nueve recetas de aves<sup>1403</sup>.

**Sandía** (*Melopepo* o *Citrullus lanatum*). Fruta originaria de las zonas desérticas del norte de África o del sureste asiático. Se cultivaron en Egipto desde el 2000 a.C., y hacia el 1000 a.C. en la zona del Egeo<sup>1404</sup>. Por la descripción de Plinio parece que eran de tamaño menor que en la actualidad –Plin., *N.H.*, 19, 67-68; 20, 11-12-. Aunque a veces, las diferencias entre melón y sandía no están totalmente claras en las fuentes, a pesar, desde luego, de ser especies diferentes<sup>1405</sup>. Apicio les aplica el mismo tratamiento culinario a unos y otras –Apic., *De re coq.*, 85-.

**Sésamo** (*Sesamum* o *Sesamum indicum*). Semilla originaria de la India, utilizada por su aceite en Mesopotamia y Egipto. No fue muy popular en la Roma clásica, aunque la semilla se utilizaba para aromatizar los pasteles en época griega -Herod., *Hist.*, 3, 48-. Y especialmente se usaba en aquellos pasteles que se presentaban en los banquetes nupciales, como señala Teofrasto -Teof., *H.P.*, 8, 1, 2; 8, 3, 1-3-. En Babilonia, como señala Herodoto no se consumía aceite de oliva, sino que el aceite utilizado era de sésamo y, por lo tanto, el del sésamo era un cultivo muy importante -Hdt., *Hist.*, 1, 193; 3, 117-. Era un tipo de aceite muy poco frecuente en Roma, aunque se conocía y se utilizaba no solamente esta grasa, sino también la semilla entera para aromatizar algunos panes -Plin., *N.H.*, 15, 28; 18, 96-.

---

<sup>1403</sup>Cuyo análisis se puede ver en A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 68-70. Dentro del grupo de recetas de aves se han considerado la gallina y el capón. Estas recetas se dividen en dos grandes grupos: 1. Por un lado, todas las que introducen pollo en su composición sin que este sea su ingrediente principal. Se trata de patinas y revueltos. 2. El segundo grupo incluye todas las recetas cuyo ingrediente principal es el pollo, el cual se acompaña con salsas variadas. Previamente está cocido o asado, muchas veces relleno, y en ellas se percibe siempre un importante conocimiento técnico.

<sup>1404</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 347 señala que la sandía ya estaría domesticada en la época prehistórica en los desiertos del norte de África o incluso en el suroeste de Asia. Ver A. C. ANDREWS, *op. cit.*, 1956, pp. 368-375.

<sup>1405</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1987, pp. 158-159 y 192.

**Silphium** (*Silphium* o *Silphium X*<sup>1406</sup>). Especia muy cara, obtenida de la resina de la planta del mismo nombre, aunque de la planta se podían aprovechar, además de la resina, las hojas, el tallo y el bulbo, y que se utilizaba tanto en cocina como para perfumar bebidas, como señala Teofrasto -Teof., *H.P.*, 6,3 -. Era originaria de la región de la Cirene, en Libia y fue objeto de un importante comercio que causó finalmente la extinción de la planta en el s. I d.C., siendo imposible su cultivo con posterioridad, aunque en época de Teofrasto aún existía en grandes cantidades<sup>1407</sup> -Teof., *H.P.*, 3, 1; 4, 3-. Y Estrabón sugiere una razón adicional a la desaparición de esta planta, que relacionaba con la falta de cuidado de los habitantes de Cirene, que eran nómadas y en el curso de alguna disputa destrozaron las últimas raíces -Strabo., *Geog.*, 17, 3, 22-. Las plantas extintas, como el caso del *silphium* fueron una preocupación del Mundo Antiguo, máxime cuando algunas de ellas habían supuesto una delicadeza gastronómica y una importante fuente de ingresos para el comercio, como lo fue el *silphium*. Debido a su extinción, y por la inclinación que la sociedad romana tenía hacia este producto, se intentó reproducir su sabor artificialmente. Pero también se trató de conservar la planta de la que se extraía utilizando cualquier técnica posible, lo que resultó una labor imposible, desgraciadamente. Incluso se recurrió a buscar sabores parecidos en otras plantas o mezclas de plantas. Y es que su comercio en Cirene fue tan lucrativo que la excesiva cosecha provocó su extinción ya que por otra parte, los agrónomos no consiguieron cultivar *silphium* más allá del esporádico silvestre. Sin embargo, después de considerarse extinguido debido al exceso de recolección, tras una época de lluvias muy abundantes en Cirene, Teofrasto señala que volvió a retornar de forma espontánea, extinguiéndose de nuevo tras esta esporádica reaparición<sup>1408</sup> -Teof., *H.P.*, 3, 1, 6-.

---

<sup>1406</sup>La familia del *silfium* es amplia, pero esta variedad romana se encuentra extinta. Sobre la taxonomía y variedades actuales del *silfium* ver: (<https://www.itis.gov/servlet/>. Consult. 20/5/17). Por su parte, J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 240, anota el origen, Cirene, y la especie, una ferula, pero constata que se encuentra mal determinada, aunque sabemos que se utilizaba como remedio y condimento, y cómo fue sustituida por el laser, una gomorresina de otra férula de origen oriental -Plin., *N.H.*, 22, 100; Diosc., *Mat.*, 3, 80-.

<sup>1407</sup>Sobre el problema del *silphio* y su uso tanto en el mundo griego como en el romano, ver A. DALBY, *op. cit.*, 2002, pp.17-19.

<sup>1408</sup>Sin embargo, para L. BOLENS, *La cocina andaluza, un arte de vivir. Siglos XI-XIII*, Madrid, 1992, pp. 63-65, resulta fundamental “destabicar culturas”, para llegar al conocimiento de ciertos aspectos, como es este del *silphio*. Según su teoría, el *silphio* es el actual benjuí, una goma perfumada que aún se usa en perfumería, medicina y cocina. Aunque a pesar de su entusiasmo, esta



Fue sustituida para los usos culinarios con otra resina aromática llamada *asafetida*<sup>1409</sup>, aunque no tuvo la misma categoría que el *silphium*<sup>1410</sup>. La última planta conocida de *silphium* se envió a Nerón como un regalo muy valioso -Plin, *N.H.*, 18, 38-45-. Para A. Dalby, del *silphium* se consumían sólo la raíz y las partes más tiernas del tallo, o los brotes, cortados en rodajas y preservados en vinagre. Teofrasto describe el método de preparación -Teof., *H.P.*, 6, 3, 5-. Para A. Dalby de nuevo, el sustituto del *silphium* llegó desde Irán, donde los soldados de Alejandro lo utilizaron como especie durante sus expediciones, pero en cualquier caso, fuera la misma planta o no, el sustituto era una asafétida. Por otro lado, en el recetario de Apicio hay numerosas recetas que introducen *silphium* o *laser*, incluso en la sección *Excerpta a Vinidarius*, de época tardía, lo que nos indica la constancia y aplicación en su consumo a lo largo del tiempo<sup>1411</sup>.

**Ungüentos.** No era un solo producto, sino más bien una mezcla compleja de distintos géneros de origen orgánico, con los cuales se perfumaban el cuerpo y el cabello. También se añadían pequeñas cantidades al vino para aromatizarlo. Plinio comenta que en Grecia no se conocieron hasta las conquistas de Alejandro, quién descubriría estos productos en la corte de Darío -Plin., *N.H.*, 13, 1-3-. Aunque Plinio no proporciona fechas concretas en la utilización de los ungüentos en Roma, sí dice que Julio César y Craso, cuando fueron censores, a mediados del s. I a.C., promulgaron una ley por la que se prohibía la venta de estos productos exóticos, lo que nos indica que ya se utilizaban en Roma, no sólo en cosmética, sino también para mezclar con las bebidas: *Quando id primum ad Romanos penetraverit non facile dixerim... at, Hercules, iam quidam etiam in potus addunt, tantique est amaritudo ut odore prodigo fruatur ex utraque parte corpus* -Plin., *N.H.*, 13, 24-.

---

autora olvida que el benjuí, que es la resina del árbol *Styrax benzoin*, no es una asafétida ni tiene semejanza con la representación del *silphio* en la moneda de Cirene, ni siquiera relación con la descripción que hace Plinio de ella -Plin., *N.H.*, 22, 49-.

<sup>1409</sup>Ver Asafoetida.

<sup>1410</sup>Sobre las diferencias entre una y otra especie, así como sus usos en la cocina romana, ver A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, pp. 213-215.

<sup>1411</sup>A. DALBY, *op. cit.* 1996, pp. 140- 141.

**Zizyphus** (*Ziziphum* o *Ziziphus juba*, *Ziziphus mauritana*<sup>1412</sup>). J. André duda entre las posibilidades de un origen africano o sirio de esta planta, que en España se conoce como azufaifa<sup>1413</sup>. Columela conoció dos especies de azufaifo –blanco y rojo-, y cómo su flor daba una miel de calidad media, mientras Teofrasto la identifica como originaria de Asia aunque también crecía salvaje en amplios territorios de Irán y Asia central –Colum., *R.R.*, 9, 4, 3; 9, 4, 6; Teof., *H.P.*, 4, 4, 5-. Y según Plinio, fue Sexto Papino quién introdujo en Italia la azufaifa en la última época de Augusto, de dos tipos, igual que señala Columela<sup>1414</sup>: *Sex. Papinius, quem consulem vidimus, primus utraque attulit divi Augusti novissimis temporibus in castris sata, bacis similora quam malis, sed aggeribus praecipue decora, quoniam et in tecta iam silvae scandunt. tuberum duo genera, candidum et a colore Syricum dictum* -Plin., *N.H.*, 15, 47-.

Además de todas estas especies vegetales y animales llegadas a Roma, madurarían paralelamente a su llegada una serie de técnicas botánicas muy sofisticadas basadas en el injerto. Mediante el injerto se producirían una serie de variedades vegetales de alta calidad a partir de especies silvestres, las cuales resultaron de gran provecho para el consumo humano. Gracias a los injertos, los frutales mejoraron sus rendimientos, haciendo frutos más dulces, de mayor tamaño y en general, con una mayor y mejor producción. Pero la mejora de especies también afectó a otros productos como a los cereales, a las legumbres, a las hortalizas, y en general, a todos los productos de origen vegetal, que fueron susceptibles de ver mejoradas las cualidades de su especie gracias a la intervención humana.

Plinio explica cómo el injerto de peral podía mejorar distintas especies, o cómo se realizaban injertos de madroño en nogales, o de plátano en manzanos, o incluso de cerezos en laureles –Plin., *N.H.*, 15, 57; 15, 104-. Por su parte, Columela hace una descripción completa de las técnicas de injerto, las épocas de realizarlo y la forma práctica de llevar a cabo cada una de las diferentes técnicas de injerto –Colum., *R.R.*, 5, 11-.

---

<sup>1412</sup>Ante la inseguridad de que fuera una u otra especie la que señalan las fuentes, y sobre la taxonomía e implantación de este árbol, ver: (<http://www.fao.org/docrep/010/ai387e/ai387e05.htm> Consult. 20/5/17).

<sup>1413</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.*, 1985, p. 280.

<sup>1414</sup>A. DALBY, *op. cit.*, 2003, p. 187, asegura que es una fruta que crece de forma espontánea desde el 6000 a.C. en el este de Irán y en Asia Central, y que se ha recolectado como alimento humano en la provincia de Baluchistán, en Pakistán.

También Paladio domina perfectamente los tratamientos en especies como vid, olivo, peral, granado, manzano, melocotonero, membrillero, níspero, cidro, ciruelo, higuera, moral, serbal, cerezo, almendro, alfónsigo, castaño y nogal –Pall., *Op. Agr.*, 15-.

Sobre lo que representó la llegada de los nuevos alimentos a la cocina romana, para J. N. Robert: “Justo antes de las conquistas de Asia, es muy difícil hablar de gastronomía en Roma<sup>1415</sup>”. Ya que como hemos visto, la mayor parte de los ingredientes que intervinieron en este cambio, llegaron a partir de la Segunda Guerra Púnica, momento en el que: “Roma entra en un proceso de mutación radical, en el que los antiguos valores son cambiados por las riquezas y la pequeña revolución de las modas orientales<sup>1416</sup>”.

Fue efectivamente este momento el que marcaría el comienzo de un gran movimiento que incluyó la llegada de cocineros, la apertura de nuevas líneas de cocinado, el conocimiento de nuevas técnicas y junto a todas estas circunstancias, la llegada de productos vegetales y animales que dieron cuerpo a la gran revolución alimentaria romana.

La aparición de una Geografía Gourmand, lleva implícita una ideología inserta en esa misma corriente de apertura, y además, un importante aflujo de plata, desconocido hasta entonces en Roma y proveniente de las Guerras de Asia (con la conquista de Macedonia, la riquísima herencia del rey de Pérgamo y las victorias en Siria). Este aporte se configuraría como un enriquecimiento continuo que comenzó en el s. III a.C., teniendo un momento prominente en la conquista de Egipto por Augusto<sup>1417</sup>.

Era la época, retratada por Persio en el que había llegado: *Postquam sapere urbicum*<sup>1418</sup> -Pers., *Sat.*, 6, 36-39-. Varrón también percibiría los cambios de época a través de la forma de cultivar y la producción obtenida, que según él era inferior en los tiempos antiguos que en los contemporáneos de este autor –Varro., *Rust.*, 1, 7-.

---

<sup>1415</sup>Según señala J. N. ROBERT, *La vie à la campagne dans l'Antiquité romaine*, Paris, 1985, p. 134.

<sup>1416</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1985, p. 129.

<sup>1417</sup>A. TCHERNIA y BRUN, *op. cit.*, 1999, p. 13.

<sup>1418</sup>Persio vivió entre los años 34-62 d.C., lo que nos proporciona una perspectiva histórica sobre los cambios acaecidos. “Desde que la sabiduría ajena llegó a nuestra ciudad”, Trad. M. J. BALASCH RECORT, *op. cit.*, 1991, p. 38.

## 2.2. *Nihil sub solem novo*: la evolución del Gusto

Finalmente, después del estudio y análisis de las etapas alimentarias en Roma, podemos observar la existencia de un proceso de evolución del gusto<sup>1419</sup>. Hay que decir que la tradición alimentaria se arrastra, que no se olvida totalmente cada vez que se presenta una novedad, y que la evolución es paulatina y lenta. El Sistema alimentario primitivo, compuesto principalmente por comidas sencillas y elementos básicos, iría evolucionando hasta sofisticarse en un grado muy alto y finalmente, abatirse en una gran caída, como sucedería paralelamente en aspectos sociales y culturales, volviendo a la primaria sencillez, a la rusticidad. Sin embargo, y a pesar de los cambios que se producen, quedaría un importante rastro. Por una parte, la gastronomía bizantina<sup>1420</sup> recogería la herencia más espléndida y suntuosa para conformar la personalidad de su propio Sistema alimentario, el cual finalmente heredaría a su vez (en cierta medida) la gastronomía europea. Además, en la gastronomía bizantina se mantuvo el conocimiento de una gran parte de los recursos de la cocina de aprovechamiento y de las más eficaces técnicas de conservación.

La evolución que hemos analizado a través de las etapas alimentarias en Roma, marcó una consecuente evolución en el gusto, que fue cambiando por distintos factores como la llegada de productos nuevos, la aparición de una cocina más refinada, la afluencia de una tecnología más sofisticada y el desarrollo de ciertas modas a las que el mundo antiguo no fue ajeno<sup>1421</sup>.

---

*Nuevos factores,  
gustos nuevos*

---

<sup>1419</sup>Para J. L. FLANDRIN, “Per una storia del gusto”, en J. Ferniot y J. Le Goff (pres.) *La cucina e la tavola*, Bari, 1987, p. 11, el gusto es un fenómeno fisiológico, psicológico y cultural, directamente relacionado con la práctica alimentaria, y de carácter complejo. Esta acepción de J. L. FLANDRIN sobre el gusto no es incompatible con la que señalamos en la nota siguiente, de J. CRUZ CRUZ, *op. cit.*, 2002, p. 141, ya que explica las líneas generales que intervienen en la formación del complejo entramado de factores que explican la existencia del gusto y su evolución.

<sup>1420</sup>Sobre la cocina bizantina ver: A. DALBY, *Tastes of Bizantium, The Cuisine of a Legendary Empire*, London, 2010.

<sup>1421</sup>Hemos llamado gusto al conjunto de variantes que podemos agrupar en tres clases: 1º, los sentidos químicos que son estimulados por sustancias en solución, y que podemos determinar en los siguientes sabores: amargo, ácido, salado y dulce. 2º, el olfato. 3º, sensaciones de somestesia, es decir, presión, temperatura y dolor que proceden de la piel, y que dan lugar a la explicación sobre la textura de los alimentos, J. CRUZ CRUZ, *op. cit.*, 2002, p. 141. En este sentido, es también importante anotar la importancia de la anatomía de la lengua y la química del gusto, analizada con una gran claridad por C. KORSMEYER, *Making Sense of Taste. Food and Philosophy*, New York, 1999, pp. 72-74.

Sobre la existencia de distintos gustos, Teofrasto (371-287 a.C.) realiza en época temprana una clasificación en relación con alimentos de origen vegetal. Este autor no solamente tiene en cuenta el sabor, sino también es capaz de considerar la textura, y por supuesto, el aroma, de forma que engloba todos los sentidos relacionados con el gusto. Para él, los sabores se dividen en los similares al vino -vid, moral y mirto-, al aceite -olivo, laurel, avellano, almendro y la picea-, a la miel -la miel, el higo, dátíl y castaño-, y los más penetrantes, que para él eran el orégano, tomillo, mastuerzo y mostaza. Los que tenían relación con el olfato eran el anís y el enebro, y por la textura, los que llama aguanosos -ciruelo-, y de nuevo en relación con el sabor, los ácidos -como la granada y algunas manzanas-. En su desarrollo no hizo una valoración sobre los que más se apreciaban en su época, pero en cualquier caso siempre eran los amargos los menos valorados según su criterio. El contenido de estos alimentos con cierto amargor, tenían una relación directa con un elevado componente de taninos, los cuales están presentes de forma natural en los alimentos que contienen elementos tóxicos –Teof., *H.P.*, 1, 12-.

Consciente de la importancia de los distintos sabores y de su definición y clasificación, Plinio, en el s. I, realizaría una división de los gustos en relación con las frutas en trece categorías: *Dulcis, suavis, pinguis, amarus, austerus, acer, acutus, acerbus, acidus, salsus* –Plin., *N.H.*, 15, 106-108-. Para los vinos establece los siguientes: *Austerus, acutus, dulcis, suavis*, y para la leche una definición: *Dulce et pingue et suave*, y el agua, finalmente, cómo no, la define como inodora e insípida. Esta clasificación responde a un intento de Plinio por ordenar un aspecto alimentario que él había detectado como de gran importancia en su época, y aunque no es exhaustivo, revela sin embargo, cómo aprecia la cualidad de la textura en los líquidos, como observamos en el caso de la leche, y en el del agua, con la ausencia de sabor. Síntomas en ambos casos de la importancia que había adquirido la cultura gastronómica, más que expresión del amplísimo conocimiento de

---

*Inclinación a la  
complejidad  
alimentaria*

---

Plinio sobre tantas materias y en este caso sobre cómo y porqué se percibían los distintos gustos en el hombre.

Los cambios sucedidos, fruto de las circunstancias anteriormente expuestas, se manifestaron en el desarrollo del Sistema alimentario, a través de él observamos una creciente inclinación hacia los gustos más sofisticados y las comidas más elaboradas, pero sobre

todo, se produce una orientación y un gusto creciente hacia la novedad, hacia los cambios en cualquier sentido<sup>1422</sup>. Plinio recoge algunos cambios que eran recientes en su época, por ejemplo, uno que tiene relación con un alimento muy tradicional y de gran consumo en Roma, los higos, que fueron uno de los grandes recursos debido a su capacidad energética, a la posibilidad de conservación y a la abundancia de estos frutos –Plin., *N.H.*, 15, 82-. Este autor comenta que en su época se había modificado la antigua tradición del compañaje de higos con queso por la novedad de tomarlos con algunos alimentos salados. El queso y los higos fueron dos alimentos utilizados como recursos alimentarios cotidianos, por varios motivos: en primer lugar, su larga duración, en segundo que eran muy económicos y en tercer lugar, resultaban fáciles de transportar y comer. Finalmente, no necesitaban preparación alguna. Sin embargo, esta costumbre cambió, quizás porque tenía unas connotaciones excesivamente rústicas, y en lugar de queso, se comenzaron a mezclar los sabores, incorporando el sabor dulce del higo con el salado de otros alimentos, componiendo así una mezcla que fue más apreciada más en los nuevos tiempos.

A lo largo de toda la historia alimentaria romana, y no solamente en los momentos de cambios, podemos observar una particular inclinación por el sabor dulce<sup>1423</sup>. Su origen provenía principalmente de la miel, de los vinos y mostos cocidos, de los arropes y de algunos frutos como los dátiles o las pasas, pero esta afición por lo dulce no fue, desde luego ninguna novedad. También existió una tendencia por el sabor ácido del vinagre, muy probablemente inducido por la costumbre del consumo de conservas preparadas con este líquido<sup>1424</sup>. Una de las inclinaciones más importantes cuando el cambio de costumbres ya se había producido, y que se impuso a través de la tercera y cuarta etapas alimentarias, fue el de las mezclas de alimentos, el de la búsqueda por encontrar una vía alternativa a los gustos

---

<sup>1422</sup>J. N. ROBERT, *op. cit.*, 1992, pp. 137-140 y 142, habla incluso de “gastronomaníacos”, para los que era casi una necesidad disfrutar de platos variados constantemente. Pero también señala que los placeres de la mesa eran algo superior a la simple gula, encontrando algo de artístico y cultural en ellos.

<sup>1423</sup>Sobre la introducción del sabor dulce en la cocina romana, ver J. ANDRÉ, *op. cit.* 1981, pp. 186-190, quién recoge los productos endulzantes y su aplicación en la cocina, incluso las falsificaciones y sucedáneos que se harían de miel –principalmente con vinos cocidos-, y sobre la cual señala que “Le miel était aussi indispensable que le sel” –Plin., *N.H.*, 14, 80-.

<sup>1424</sup>J. ANDRÉ, *op. cit.* 1981, pp. 193-194, recoge los usos del vinagre en la cocina romana, del que opina que su empleo en esta cocina sería general y constante, lo que explicaría el valor culinario que se daba a las preparaciones que lo incluían, como escabeches, encurtidos y otros. En cualquier caso, era un líquido muy valorado, que Plinio considera imprescindible a pesar de su fuerte sabor –Plin., *N.H.*, 14, 125; 23, 54; 23, 66-.

impuestos por la naturaleza, en sintonía con un mayor interés por los productos elaborados, por todo aquello que significara cultura y sofisticación.

En la elaboración final de esos platos, compuestos por una gran cantidad de ingredientes variadísimos, se buscaba que el sabor final fuera innovador, y con él: “sorprender al comensal”, llevando a la mesa un producto absolutamente modificado, trabajado hasta el más último detalle, casi de laboratorio gracias al uso de las técnicas entonces conocidas. Y desde luego, no ofrecer tanto un alimento natural, poco elaborado y sencillo, que se asociaba directamente a un estadio cultural vinculado a una humanidad incivilizada, simple y pobre<sup>1425</sup> -Apic., *De re coq.*, 139-. En definitiva, era un gusto que manifestaba un comportamiento social, como ya hemos señalado en otras ocasiones, con el que se pretendía delimitar esa conocida estratificación social entre la alta cocina y la cocina popular, escasamente diferenciadas en las primeras épocas de su trayectoria<sup>1426</sup>.

Podemos decir finalmente que el gusto por la creación de nuevos sabores fue una de las características que marcó la alta gastronomía romana de estas etapas, costumbre por la cual, en ocasiones se llegaron a presentar platos que parecían una cosa pero que estaban preparados con ingredientes muy diferentes a los aparentados, en clara intención de sorprender a los comensales<sup>1427</sup>. Y por qué no, también de innovar, de dominar los procesos

---

<sup>1425</sup>Apicio recoge este hecho extraordinaria y claramente, en una sola línea de una de sus recetas, jactándose de que nadie sabrá qué es lo que está comiendo. Este comentario es la demostración de la importancia que había adquirido el conseguir novedades en la mesa, la necesidad de impactar al comensal con algo desconocido, algo que el autor del recetario había conseguido crear, una mezcla de imposible identificación.

<sup>1426</sup>A. VILLEGAS BECERRIL, *op. cit.*, 2001, p. 167. Como señala P. FOSS, *op. cit.*, 1994, p. 13, el cuerpo de información vinculada con los sistemas de preparación de alimentos, es lo que una sociedad considera su cocina, y para él: “A cuisine explains what ingredients, proportions, procedures, implements and facilities are needed; it is the knowledge of how to turn a mass of raw materials into a meal. Cuisine has always been closely linked to the cultural, geographical and ethnic identity of a group of people”. En realidad, era tan importante que explicaba un proceso territorial, como señala P. FOSS, pero también intelectual, como hemos visto que ha ido sucediendo a través de las etapas del Sistema alimentario romano, sobre algunos de cuyos cambios Livio comenta cómo los banquetes se fueron haciendo más complejos y caros, cómo los cocineros se hicieron expertos en las dificultades culinarias, aspecto que destaca Livio –Liv., *Ab Urb.*, 39, 6, 7-9-.

<sup>1427</sup>Hablamos del gusto general de una sociedad, con las dificultades que esto implica, ya que la subjetividad de este sentido es notoria y desde luego, lo define y tiene relación con otras cualidades de rango estético como el descubrimiento de la belleza y otros placeres. C. KORSMEYER, *op. cit.*, 1999, pp. 98-102.

naturales y de ubicar al hombre, su cultura, su conocimiento y su tecnología por encima de la naturaleza -Petron., *Satyr.*, 69, 6 ss.-.

Por otra parte, y aunque hemos intentado eliminar en lo posible las alusiones a la actualidad, en la medida en que fueran prescindibles, es con respecto a la cocina elaborada la ocasión en el que se hacen necesarias estas referencias. Así, hemos encontrado que este gusto por la innovación en los sabores no siempre se ha entendido bien, o al menos se han aplicado parámetros distintos en su juicio y en el de las cocinas de otras épocas. Sin entrar en las valoraciones personales ni en juzgar unas y otras, la cocina moderna puntera sigue este camino precisamente: la cocina de laboratorio, pensada, estudiada y elaborada casi como si fuera una medicina, en la búsqueda, de nuevo, de la innovación, de texturas, sabores, mezclas y aromas más sofisticados, diferentes. En el mismo contexto debemos comprender la tendencia romana, inserta en el atrevimiento de la creación, en el cual importan más que los resultados concretos de una receta, la filosofía que late detrás, el valor para poner en marcha novedades que pueden no aceptarse, el conocimiento de las propiedades físico-químicas de los alimentos, las técnicas culinarias, el manejo de la fuente de calor apropiada y de los instrumentos adecuados.

Sin embargo, no todo es desconocimiento, y hay algunas pistas concretas sobre los gustos en la Roma antigua. En concreto es la inclinación –además del dulce señalado anteriormente-, por el sabor umami, que significa *Sabor umami* “sabroso” en japonés<sup>1428</sup>. Según R. L. Curtis, el umami es el sabor de los alimentos y comidas ricos en ácido glutámico, y que caracteriza en la actualidad a la cocina asiática, siendo el sabor que caracterizó al *garum*<sup>1429</sup>. Por una parte, tendremos en cuenta la gran capacidad de producción de las factorías de *garum* a lo largo de toda la costa mediterránea<sup>1430</sup>. Por otro lado, la expansión de un producto que existió en todo tipo de calidades y por tanto precios, propició la gran industria de salsas de pescado y que este fuera adquirido fácilmente en cualquier lugar del Imperio, a precios

---

<sup>1428</sup>Sobre el sabor umami ver: S. YAMAGUCHI y K. NINOMIYA, “What is umami?” *Food Reviews International* 14, 1998, pp. 123-138.

<sup>1429</sup>Como señala R. L. CURTIS, *op. cit.* 2005, p. 2S.

<sup>1430</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.*, 2005, p. 4S. Por su parte, A. MARZANO, *op. cit.*, 2013, pp. 269-280, analiza la demanda de *garum* y salsas de pescado, concluyendo que el gran incremento de la demanda y el aprecio que se tenía de todas estas salsas, pescados y en general productos del mar, se puede trazar desde mediados de la República, cuando se comienza a percibir un cambio en los hábitos alimentarios de los romanos



razonables. El estudio de los productos derivados del pescado en Roma –y su comparación con salsas de pescado actuales, derivadas de estos-, ha proporcionado bastante material para que historiadores de la Antigüedad, arqueólogos, bioquímicos y microbiólogos hayan desarrollado investigaciones sobre ellos. Como por ejemplo, este sabor umami del que hablamos o el color del *garum*, que sería claro, de un tono marrón rojizo o ámbar y con un olor intenso, pero no necesariamente desagradable<sup>1431</sup>.

---

<sup>1431</sup>R. L. CURTIS, *op. cit.* 2005, p. 5S.

## **IV. CONCLUSIONES**



## Conclusiones

A lo largo de nuestro trabajo hemos ido comprobando cómo las conclusiones que vislumbrábamos se convertían en complejos patrones culturales e históricos a través de los que se manifestaba todo un Sistema alimentario. Esperábamos respuestas y las hemos encontrado. Las presentamos articuladas, como la propia Tesis, en tres grandes bloques, que responden a los enfoques planteados en el *Ars Cibaria*.

La historia de la alimentación en la Antigüedad es una materia muy concreta, que requiere, como sucede con otras disciplinas, el apoyo de ciertas áreas del conocimiento como el estudio de la arqueología, la medicina o la tecnología alimentaria. Es decir, requiere un análisis multidisciplinar y complejo, incluso de carácter experimental, que ha sido precisamente la clave para el análisis y el desarrollo de esta Tesis. El panorama de la alimentación y su cultura en época romana no podía percibirse íntegramente trabajando únicamente aspectos alimentarios. Necesitaba la ayuda de un estudio histórico sobre la sociología de la alimentación, o con respecto a la influencia del contexto geográfico y otras facetas relacionadas con el estilo de vida, del que en definitiva, forma parte la alimentación. Aspectos como la higiene, la periodicidad de la producción alimentaria -estacionalidad- o la influencia de la tecnología en los métodos culinarios y conserveros y en definitiva en el mantenimiento de los seres humanos, han sido asuntos sobre los que necesariamente hemos tenido que recalar para poder ofrecer una panorámica coherente y lo más completa posible de la dieta del Mediterráneo en época clásica.

Acometer el análisis de detalles culinarios aparentemente insignificantes, así como en el estudio y análisis de las costumbres alimentarias más minuciosas, como por ejemplo el uso de la servilleta, la forma de presentación de las mesas o la urbanidad y también de aspectos correspondientes a la práctica culinaria como el conocimiento de la capacidad emulsionante del aceite o espumante de la clara del huevo, son expresión de una serie de aspectos muy importantes para el estudio de la historia de la alimentación. Las razones que explican el análisis pormenorizado de aspectos aparentemente nimios justifican el análisis. La comida transportada en una servilleta de gran tamaño permitía que el comensal comiera el día siguiente o que su familia pudiera compartir con él los manjares que había cenado, en el caso de los clientes modestos, lo que nos proporcionará una clave sobre su estado

nutricional. La tecnología de la alimentación en la Antigüedad, no solamente estudiada a nivel semi-industrial, como la de los equipamientos de molinos yalmazaras, sino también a pequeña escala, doméstica incluso, nos ofrece un panorama riquísimo y con frecuencia demuestra una planificación muy inteligente. Desde luego, hay ciertas cuestiones que se quedan sin respuesta, como sucede, desgraciadamente, con parte del conocimiento de la Antigüedad, por ejemplo, ¿Gracias a qué procedimientos se pudieron transportar ostras frescas desde Roma, o desde la costa cercana a Roma hasta Partia? Como señala Ateneo, Apicio enviaba estos moluscos a Trajano, a quién le gustaron extraordinariamente, y llegaban en muy buenas condiciones, gracias a un ingenio que él mismo había diseñado y puesto en práctica, como señala Ateneo -Athen., *Deipnos.*, 1, 7D-. Sin embargo, no todo son preguntas sin contestación, y hemos encontrado muchas respuestas a lo largo de nuestra investigación. A veces habíamos formulado previamente las preguntas y, en otras ocasiones, han sido fruto del propio ritmo investigador. En este sentido, nuestra aportación de conclusiones bien fundamentadas a lo largo de la Tesis, es fruto de nuestro compromiso investigador, y evidencia de la importancia del conocimiento de la historia de la alimentación que señalábamos en el capítulo de introducción a este trabajo.

Por otro lado, haber tenido la oportunidad de conocer las técnicas romanas de cocinado y realizar en la medida de lo posible su reconstrucción, en el método experimental que hemos desarrollado, nos ha facilitado comprender mejor los aspectos culinarios, y con ello percibir lo complejo de su desarrollo en algunos casos, incluso la necesidad de personal especializado y de unos espacios (cocinas) bien equipadas y con espacio suficiente. La experiencia de la reconstrucción culinaria, con sus propias dificultades, por las características de los recetarios en la Antigüedad en la que los datos concretos sobre pesos y medidas son muy escasos, ha resultado de gran ayuda para poder desarrollar el conocimiento expuesto en esta Tesis.

Incluso para entender ciertos aspectos como la llegada de platos fríos o calientes de las cocinas al comedor, las dificultades de los trinchadores y la organización y previsión necesarias para desarrollar un banquete.

Estas conclusiones, por tanto, se corresponden con un trabajo desarrollado con una importante base bibliográfica, como corresponde a un estudio histórico, y apoyada en gran medida por la reconstrucción de muchas de las técnicas de cocina, aspecto que resultaba

imprescindible para conocer a fondo el funcionamiento de los aspectos culinarios dentro del Sistema alimentario romano. Además, se han trabajado aspectos de conocimiento carácter médico y nutricional, para conocer el equilibrio en las dietas, y principalmente el comportamiento de los alimentos en diferentes circunstancias, desde la distribución a la mesa. Y en especial, la respuesta de los productos alimentarios ante la práctica de diferentes técnicas de cocinado, realizándose para ello prácticas de carácter experimental, y resultados muy satisfactorios.

La necesidad de trabajar tan diferentes aspectos relacionados con la Historia de la Alimentación se relaciona intrínsecamente con la propia materia y proporciona una respuesta de gran interés, que ha sido la fértil comunicación entre diferentes ciencias y áreas de conocimiento, con unos resultados superiores en el terreno de la propia investigación.



## 1. CONCLUSIONES SOBRE LOS ASPECTOS CULINARIOS

1. Hemos detectado que el Sistema alimentario romano fue capaz de integrar una serie de cambios que irían caracterizándolo a lo largo del tiempo y que se terminarían tomando como propios. Roma haría suyos muchos de estos novedosos aspectos, admitiendo aquellos que se encontraban en relación con hábitos alimentarios, productos y técnicas de conservación y preparación. Estos cambios, que llegaron a partir del s. II a.C., fueron los siguientes:

- Alimentos novedosos de procedencia extranjera (y uso en cocina de cerezas, melocotones, cítricos o arroz).
- Novedades de carácter cultural en cuanto al desarrollo de las comidas, participación de distintos sectores sociales y modas que se terminarían convirtiendo en hábitos.
- Novedades de carácter botánico y tecnológico. Nuevas especies que se implantan y cuyo consumo se hace popular, y desarrollo de la tecnología culinaria.
- Cambios en la forma de desarrollo del banquete. Desde la aparición de los comedores específicos a las modificaciones del papel femenino, o la aparición de servicio altamente especializado.

2. Las fuentes nos muestran la aparición de un gran número de técnicas e instrumentos de cocinado, relacionados entre sí por su utilidad final en las cocinas y el desarrollo de una gastronomía compleja. A través de la vinculación entre las técnicas y los instrumentos, nos ha sido posible evidenciar la existencia de ese importante proceso de cambio que caracterizó al Sistema alimentario romano en su desarrollo. Es decir: hemos comprobado que los aspectos culinarios resultan de gran importancia para entender la gastronomía romana, por su calidad, su conocimiento técnico y extraordinario desarrollo.

3. Hemos observado la importancia de la tecnología conservera en dos vertientes: tanto con respecto a las conservas que se confeccionaban a nivel doméstico como las que se realizaban a una escala de gran producción. A través de la aplicación de las diferentes técnicas, hemos podido comprobar la existencia de un hondo entendimiento de los



procesos químicos y físicos de los alimentos, de sus reacciones y sus propiedades. Además, encontramos un conocimiento preciso y una correcta praxis de los métodos y técnicas de conservación, incluyendo los aspectos relacionados con la higiene alimentaria y de salud. Hemos desarrollado muchos de los métodos de conserva, incluso alguno de ellos, como es el caso de una delicada conservación de carne cruda en miel, y no solamente se desarrollan perfectamente: el análisis microbiológico es extraordinario, mostrándonos que la carne se puede consumir, no se ha contaminado durante el proceso de conservación. Y los resultados organolépticos son agradables, produciendo una carne más tierna y con matiz dulce, como era de esperar por la inmersión en miel. Es decir, los procesos puestos en práctica mediante conocimiento empírico son factibles, como demuestran los análisis científicos.

4. Según señala nuestra investigación, podemos atribuir a Roma el descubrimiento de ciertas técnicas de cocina que se han adjudicado a épocas posteriores. Entre las más importantes tenemos:

- El descubrimiento de las propiedades emulsionantes del aceite y la yema de huevo para obtener mayonesas.
- El conocimiento sobre la capacidad espumante de las claras de huevo para obtener merengue. Y con ello, la preparación de soufflé.
- Con respecto a los vinos, el conocimiento de la técnica de elaboración de espumosos.
- Utilización del bouquet garni para aromatizar caldos y salsas, tradicionalmente atribuido a una invención de la cocina francesa de época clásica.
- Conocimiento, a partir del s. I a.C., de las planchas de masa de harina, cocidas, del tipo de la lasaña. Que se usan al menos hasta el s. III d.C.
- Conocimiento de las bases de las pizzas elaboradas con masa de pan, similares a las actuales, en forma de torta, desde luego bajo otra denominación. Estas tortas de pan servían como base para disponer diversos productos, y no siempre se consumían.

5. Entendemos la existencia de personal cualificado y buen conocedor de las técnicas utilizadas en la manipulación de los alimentos. Que además, eran capaces de realizar un uso correcto de los instrumentos adecuados para cada aplicación concreta en la cocina.
6. Observamos la permanencia de ciertos hábitos alimentarios en la zona mediterránea, que se comienzan a desarrollar a partir del mundo antiguo, manteniéndose siglos después. A pesar de la llegada de novedades orientales en el s. II a.C. y de la aceptación de esas variaciones, sobreviven muchas técnicas y ciertos alimentos sencillos y antiguos que aún hoy tienen vigencia en el entorno Mediterráneo. Y así, con respecto a las técnicas de cocinado, aún se guisa, se estofa, se cuece, se adoba y se fríe. Hemos comprobado la antigüedad de la tradición de todas estas técnicas de cocinado, que están vinculadas con la producción local, con la milenaria tradición que representa una forma de cultura, y con el aprovechamiento. Son preparaciones rentables, nutritivas y sabrosas, y su tradición continúa hasta la actualidad con pequeñas modificaciones de adaptación a los tiempos, y así observamos que preparaciones como los guisos de carne, las sopas marineras, las empanadas y una gran parte de la repostería actual -pestiños, torrijas, flanes, tortas dulces y otros-, son de origen romano.
7. Se produce la utilización de las resinas para conservar los vinos, las cuales no necesariamente tenían que proporcionar a éstos mal gusto, aspecto en el que tradicionalmente se ha incidido y con el que no coincidimos. Opinamos que, por el contrario, la resina ofrece un sabor especial al vino, pero que no lo estropea forzosamente, como nos demuestra por otra parte la permanencia de la tradicional industria vinícola griega, que continúa embotellando vinos resinados y que son de peculiar aunque agradable sabor.
8. Hemos observado la aparición de una elaboración gastronómica compleja, que nos demuestra la existencia de una alta capacidad de sofisticación culinaria, la cual tiene una estrecha relación con la creatividad de los autores de dichas elaboraciones, con su conocimiento de las técnicas y con la capacidad personal de innovación, y que resulta visible en los siguientes aspectos:
  - Conocimiento y práctica de la adulteración de alimentos.
  - Presencia de unas complejas y elaboradas técnicas culinarias.

- Existencia de una serie de procesos de falsificación de alimentos como recurso de los cocineros para ofrecer variedad, estilo y categoría en las preparaciones.
9. Hemos establecido la visibilidad del desarrollo cultural romano puesto de manifiesto a través de la transformación y formas de consumo del cereal (crudo/ tostado/ harinas/ *puls*/ guisado/ panificado/ semi industrial). Quizás este sea el modelo que expresa de forma más evidente y perfecta el desarrollo de la Dinámica histórica a través de su Sistema alimentario, y desde luego, opinamos que la tecnología aplicada en torno al cereal puede datar cada una de las etapas históricas de carácter alimentario.

## 2. CONCLUSIONES SOBRE LOS ASPECTOS SOCIOLÓGICOS

1. Con respecto a las diferencias cualitativas entre las dietas aristocráticas y las populares, podemos destacar, recuperándola por su calidad, la de los sectores populares campesinos. Sería, siempre que se consumiera con suficiente calidad, un estilo de alimentación más saludable que la alimentación de las élites por distintos factores: en primer lugar, por su mayor contenido en ingredientes de origen vegetal, también por la ocasionalidad del consumo de carnes, así como por la presencia de una mayor frugalidad en el consumo de especias y salsas y finalmente por verse acompañada por la realización de un mayor ejercicio físico provocado por el trabajo del campo y por una mayor salubridad del entorno.
2. Podemos realizar, a título genérico, una superior valoración de las dietas campesinas frente a las dietas urbanas ya que las primeras en general, eran más completas, más variadas y ricas en fibras. Además, al utilizar un mayor número de técnicas de conservación, esto facilitaba que el consumo de alimentos y los aportes de nutrientes variados a lo largo del año fueran relativamente regulares.
3. Nos ha sido posible comprobar la presencia de una alimentación suficiente y variada para los sectores populares urbanos en época imperial, que encontraron en la institución pública de la *annona*, en el patronazgo y la *sportula*, unos eficaces medios de suministro alimentario, permitiendo el mantenimiento de sus miembros prácticamente sin necesidad de ocupación laboral.
4. Como hemos podido comprobar a través de las fuentes, los banquetes suntuosos eran celebraciones ocasionales, que se efectuaban entre miembros de las élites y que no respondieron a una práctica cotidiana normal. Por el contrario, era habitual que las cenas cotidianas se celebraran entre amigos, en las casas particulares, pero esto no implicaba necesariamente que también se dieran cita el lujo y el exceso en cualquier sentido. Por el contrario, las cenas habituales estaban bien presentadas pero eran sencillas y no tan sofisticadas como observamos que ocurría en las celebraciones de carácter ocasional (banquetes).
5. Podemos señalar la presencia de un numeroso contingente de servidores en la sala y en la cocina, algunos de ellos altamente especializados, lo que manifiesta la existencia de

núcleos de formación de dicho personal, así como la existencia de un mercado profesional altamente valorado.

6. Se constata la importancia y acicalado del ambiente en el entorno alimentario: desde los edificios al mobiliario, desde los esclavos especializados en diversos quehaceres hasta la vajilla y cristalería, todo confluyó para organizar en torno al banquete un espacio agradable y de confort, especialmente adecuado a esta actividad. Incluso existió una tipología musivaria relacionada directamente con su aparición en los *triclinia* llamada *asaroton oecon*, creada por Soso de Pérgamo.
7. Es posible observar la existencia de un riguroso protocolo y urbanidad en relación con la actividad convivial del banquete. Este protocolo tenía una doble vertiente y se aplicaba tanto con respecto al servicio de mesa -camareros, trinchadores o mayordomos- como entre los propios comensales como parte de una elegante forma de estar. A su vez, este protocolo era signo de la estratificación social propia del mundo romano y manifestación de este.
8. Es posible deducir la presencia de una significativa relación entre el poder y la presentación, así como entre la puesta a punto y el contenido de los banquetes. Como se observa en las fuentes, la alimentación se manifestó como un símbolo de estatus entre el anfitrión y los invitados, así como entre estos últimos. Fue la expresión del poder social, político o económico del anfitrión, además de interpretar y matizar los sutiles escalones jerárquicos establecidos entre miembros del mismo grupo.
9. Hemos comprobado la existencia de un horario cotidiano relativamente regular y de una serie de comidas bien estructuradas y organizadas, especialmente destinadas a distintos momentos del día. Asimismo, existieron otras reuniones en torno al alimento con unas connotaciones diferentes a las puramente alimentarias, que eran la expresión de diferentes acontecimientos sociales, tanto de carácter público como privado.
10. Hemos podido comprobar que la alimentación realizada en lugares públicos por parte de los sectores no aristocráticos era una práctica común. La presencia de *thermopolium*, *tabernae* y vendedores callejeros atestiguan la extendida costumbre, y pone de manifiesto las diferencias alimentarias entre los distintos grupos sociales no sólo en cuanto a los productos consumidos sino especialmente en la forma de realizar dicho consumo.

11. En líneas básicas, podemos establecer la herencia de la cocina romana después de la caída del Imperio, desdoblada en dos grandes espacios geográficos: la cocina de élite se recoge sobre todo en el Oriente mediterráneo, mientras que Occidente asume la tradición popular, los aspectos más rústicos de la práctica alimentaria romana.



### 3. CONCLUSIONES SOBRE LA DINÁMICA HISTÓRICA Y EL SISTEMA ALIMENTARIO

1. La gran conclusión sobre la Dinámica Histórica, que engloba de forma completa el conjunto de deducciones que presentamos, es que en Roma existió lo que hemos ido llamando a través de nuestra Tesis doctoral un Sistema alimentario, el cual se caracterizó por una importante evolución producida a través del tiempo, así como por un progreso que caminó de forma paralela al desarrollo social, cultural y político. El conocimiento de este gran proceso de desarrollo manifestado a través del Sistema alimentario, nos ayuda a profundizar en la Dinámica Histórica de Roma, permitiéndonos explicar en su conjunto una gran cantidad de datos que, aisladamente, carecen de significado.
2. Destacamos, en esta investigación, la existencia de cinco etapas de carácter alimentario, las cuales hemos concretado con fechas, acontecimientos y otros datos históricos. A través de ellas podemos constatar cómo el desarrollo del Sistema alimentario es un factor que caracteriza tanto distintos momentos históricos como su propio desarrollo. En este sentido podemos comprobar de qué forma los acontecimientos sociales, políticos y militares tuvieron una gran repercusión en la alimentación, observando incluso la existencia de momentos históricos que percibimos claramente marcados por la ausencia, o presencia de ciertas comidas, hábitos y costumbres relacionados con ésta, incluso marcados por el uso de una serie de instrumentos de mesa y cocina característicos.
3. Es posible observar la existencia de una auténtica Geografía Gourmand, no sólo basada en puro producto. Se percibe que además de estos productos (como cereal o aceite) se conocían diversas elaboraciones refinadas, que llegaban desde diferentes puntos geográficos del Imperio. Incluso existieron ciudades o territorios especializados en su producción (como son embutidos, vinos, salazones, salsas, etc.).
4. Las fuentes muestran la aparición (y su uso en la cocina romana) de diversos alimentos de origen vegetal y animal, procedentes de Oriente, que caracterizaron determinados momentos históricos de las etapas alimentarias en Roma, así como su evolución y desarrollo.



5. Es posible comprobar la existencia de unas inclinaciones concretas y relativamente definidas con respecto al gusto. Estas irían evolucionando a la vez que lo hacía el Sistema alimentario, y cuya transformación se encuentra íntimamente relacionada con la existencia de las cinco etapas alimentarias señaladas anteriormente y con el propio desarrollo histórico romano.

Finalmente, podemos establecer, estructurando los tres grupos de conclusiones y, en suma, de nuestra Tesis, la existencia de unas constantes de carácter alimentario las cuales nos van indicando el progresivo ascenso cultural del que disfrutó esta civilización, así como de una larga coyuntura de estabilidad, directamente relacionada con la propia permanencia del Imperio. Se trata de diferentes momentos definidos gastronómicamente por una gran complejidad culinaria, variedad de alimentos y sofisticación de las técnicas. Por último, existiría un último movimiento de dicha constante que presenta dos vertientes: en el Imperio Oriental se estabilizaría, derivando hacia la refinada gastronomía bizantina, y en el Imperio Occidental por su parte, se simplifica extraordinariamente, en relación con la propia evolución cultural, política, económica y social de las dos grandes regiones.

Esta constante es perfectamente visible a lo largo de nuestra tesis, en el apartado “Dinámica Histórica y Sistema alimentario”, pudiéndola determinar con una serie de hechos relevantes representados por la presencia de diferentes preparaciones, técnicas y aspectos sociales, como son las salsas, la complicación de las técnicas aplicadas a los alimentos, la evolución del cereal, la sofisticación de las mesas o la llegada de nuevos alimentos a Roma. El conocimiento de todos los diferentes aspectos de los apartados analizados en este trabajo de investigación nos ha llevado a comprobar que la hipótesis sobre la existencia de un Sistema alimentario complejo y variable a través de los siglos fue una realidad, y es sin duda la aportación más valiosa de esta Tesis. Y nos permite conocer todos los aspectos culinarios, sociológicos y de Dinámica Histórica vinculados y contenidos en dicho Sistema alimentario.

Por otra parte, la existencia de este proceso de Dinámica Histórica aplicada al Sistema alimentario, es un formato que podrá ser aplicable a diferentes culturas, no solamente al mundo romano ya que hemos advertido cómo algunos procesos gastronómicos se repiten en diversos momentos históricos, y cómo, en períodos de regresión cultural, la

alimentación acusa los mismos indicios de simplificación que otros aspectos de la vida. Es decir, el Sistema alimentario es un indicador fundamental, como hemos ido viendo a lo largo de este trabajo, para determinar la progresión, avance, estabilidad o retroceso de una cultura determinada, a través del cual se puede comprobar el grado de evolución de dicha cultura.



## **V. APÉNDICES**

1. Glosario
2. Bibliografía
3. Esquema de las Etapas Alimentarias en Roma
4. La elección alimentaria



## 1.GLOSARIO

**Aceite lampante:** es un aceite defectuoso que no se utilizaba para comer ni para los masajes en los baños, ni como excipiente, sino como combustible para las lamparillas con las que proporcionar iluminación.

**Adobar:** introducir alimentos en una preparación con vinagre, ácidos y hierbas aromáticas para facilitar su conservación y darles sabor.

**Anaerobio:** organismo capaz de vivir en ausencia de oxígeno.

**Atrojar:** se trata de una operación involuntaria, por la cual se mantiene la aceituna recogida en un espacio abierto, habitualmente al sol, durante horas o días antes de pasarla al molino, de forma que el aceite de extracción adquiere un olor y sabor especial, algo rancio, que se conoce como atrojado. Hoy se evita en lo posible el atrojado de la aceituna ya que para el paladar actual resulta un sabor desagradable y se considera un defecto.

**Azufaifa:** fruto del azufaifo, jujuba, que se puede consumir fresco o deshidratado.

**Baño María:** técnica culinaria basada en cocinar los alimentos manteniendo la temperatura de forma suave y constante. Consiste en la introducción de un recipiente con los alimentos dentro de otro de mayor tamaño, el cual contiene agua, y que está en contacto directo con el fuego.

**Caldo corto:** técnica que se aplica a los caldos, que se preparan añadiendo los ingredientes al agua, previamente en ebullición, y se deja cocer media hora o menos, tras lo cual se puede dejar enfriar y utilizar el caldo.

**Caldo lento:** técnica aplicada a los caldos, contraria a la anterior, mediante la cual se introducen los ingredientes necesarios en agua fría, y se deja hervir suavemente por espacio de dos o tres horas.

**Escabechar:** sumergir el alimento en una mezcla de especias, hierbas aromáticas y ácidos, en la que se cocina, y después, actuando como salsa, permite tomarlo frío y conservarlo por un plazo corto de tiempo.

**Escila:** cebolla albarrana.

**Favismo:** patología específica que describe una alergia al contacto directo con las habas, su polen o su ingestión.

**Flavor:** es la percepción inicial que se produce cuando se cata un alimento, que responde al conjunto formado por los sentidos del olor y del sabor, componiendo un todo que se convierte en la práctica en una percepción única.

**Freír:** técnica de cocinado que consiste en introducir los alimentos crudos en aceite hirviendo.

**Gratinar:** técnica culinaria que se produce por la aplicación de calor seco sobre la superficie de los alimentos, de forma que adquiere un color dorado y se forma una costra por acción del calor.

**Hidratos de carbono:** compuestos orgánicos que constituyen la mayor fuente de energía en la alimentación humana. Tienen alta capacidad calórica.

**Infusión:** técnica mediante la cual se introduce una sustancia en agua caliente, de forma que, gracias a la acción del calor aplicado, las partes solubles de dicha sustancia pasan a formar parte del líquido.

**Jalea:** conserva que se prepara a base de zumos de frutas y azúcar actualmente, mientras que en la Antigüedad se hacía con zumos de fruta y miel como endulzante.

**Lactasa:** enzima intestinal producida de forma natural y que se activa en contacto con la lactosa de la leche para facilitar su digestión.

**Lactosa:** azúcares característicos de la leche.

**Macerar:** marinar.

**Marinar:** sumergir el alimento en una mezcla de condimentos líquidos y sólidos antes de cocinarlo, por ejemplo con agua, vinagre, aceite o vino, o mezclas de ellos, con el fin de ablandarlo y perfumarlo.

**Maridaje:** se produce al realizar una combinación intencionada entre distintos alimentos o entre vinos y comidas. El resultado puede ser o no gastronómicamente correcto, sometiéndose a las normas gastronómicas que imperen en el momento histórico en que se realiza dicha armonización.

**Mesófilo:** microbios capaces de vivir a temperatura ambiente, y no bajo condiciones extremas de frío o calor.

**Moretum:** comida preparada en forma de bola, cuyo principal ingrediente era el queso fresco y tierno, ligeramente salado, mezclado con diversos condimentos como

hierbas y especias como ajedrea, hierbabuena, cilantro, apio, poleo, pimienta, incluso frutos secos como nueces, piñones, avellanas y almendras, a veces también incluía *garum* o miel.

**Organoléptico:** que se puede percibir a través de los sentidos. La percepción completa del alimento es un conjunto de sensaciones complejas que se perciben a través del gusto, del olfato, de la vista y del tacto.

**Ortiga:** planta muy común en el mediterráneo con diversas variedades, comestibles algunas de ellas.

**Oruga:** planta de la familia de las crucíferas, muy común en el entorno mediterráneo, y cuyas hojas se utilizan como condimento por su sabor ligeramente picante.

**Papillote:** técnica culinaria mediante la cual se envuelven perfectamente los alimentos en el horno, cocinándose dentro de un “paquete” que en la Antigüedad se confeccionaba con papiros, y que consigue proporcionar a estos un sabor y una textura inmejorables, cocinándolos en su jugo.

**Pirámide de la alimentación:** expresión gráfica de la medicina moderna, usada para explicar visualmente la importancia y frecuencia con que se deben ingerir determinados alimentos y grupos nutricionales.

**Puls:** gachas, saladas o dulces, que se preparaban con harina de trigo y con agua, removiéndolas hasta hacer papillas a las que se incorporaban a veces otros ingredientes como grasas, carnes o verduras. Eran la preparación más básica y primitiva del Sistema alimentario romano, que se va transformando y reduciéndose a una comida de carácter religioso, simbólico y tradicional a partir del s. I a.C. A partir de la tercera etapa alimentaria podemos ver algunos tipos de *puls* muy elaborados, presentados como postre dulce.

**Proteínas:** elemento nutricional que forma parte de la materia fundamental de las células, imprescindibles para el desarrollo humano, deben constituir parte imprescindible de las dietas.

**Rehogar:** sofreír un alimento a fuego lento y sin agua, para que se impregne de la grasa utilizada.

**Saltear:** pasar por fuego vivo un alimento, sin agua y con grasa, moviéndolo constantemente y durante muy poco espacio de tiempo.

**Sapa:** tipo de vino cocido, cuya densidad está provocada por una reducción debida a la evaporación de la mitad del líquido inicial. Así, con la evaporación de agua aumentaba la



cantidad de azúcares contenidos. Se utilizaba como sustituto de la miel, para endulzar o incluso dar color a las comidas.

**Taninos:** sustancias astringentes, contenidas en muchos productos de origen vegetal, entre los que se encuentra, por ejemplo, el hollejo de la uva.

## 2.BIBLIOGRAFÍA

- ABASCAL PALAZÓN, J. M. (1989): *La ciudad hispano-romana. Privilegio y Poder*, Logroño.
- ABEAL LÓPEZ, J. *et alii* (1985): *Biografías literarias latinas. Suetonio, Valerio Probo, Servio, Focas, Vacca, Jerónimo*, Madrid, Ed. Gredos.
- ADAMS, C. (2002): *Transport and Travel in the Roman World*, Stroud.
- ADAMS, C. y LAURENCE, R. (eds.) (2002): *Travel and Geography in the Roman Empire*, London.
- ADAMS, J. N. (1990): “The latinity of C. Novius Eunus”, *Zeitschrift für Papyrologie und Epigraphik* 82, pp. 227–247.
- ADRIÀ ACOSTA, F. (1997): *Los secretos de El Bulli. Recetas, técnicas y reflexiones*, Barcelona.
- AGUDO CUBAS, R. M. (1992): *Suetonio. Vidas de los doce césares*, 2 vols. Madrid, Ed. Gredos.
- AGUILERA MARTÍN, A. y GARCÉS i ESTALLÓ, I. (1997): “La inscripción *ante cocturam* de Esplujals (Foradada, La Noguera, Lleida). Un congiario para *mulsum*”, *Pyrenae* 28, pp. 271-281.
- AGUSTÍ, M. (1717): *Libro de los secretos de agricultura, casa de campo, y pastoril*, Barcelona.
- ALAMILLO SANZ, A. y LARA NAVA, M. D. (1990): *Hipócrates. Tratados Hipocráticos, Enfermedades*, Madrid, Ed. Gredos.
- ALCOCK, J. P. (2001): *Food in Roman Britain*, Stroud.
- (2006): *Food in the Ancient World*, Westport.
- ALFÖLDY, G. (1974): *Noricum*, London.
- (1996): *Historia social de Roma*, Madrid.
- (2012): *Nueva historia social de Roma*, Sevilla, 2012.
- ALMAGRO-GORBEA, M., TORRES ORTIZ, M., *et alii*, (2011): “El personal del palacio tartésico de Cancho Roano (Badajoz, España)”, *Zephyrus*, LXVIII, pp. 163-190.
- ÁLVAREZ-OSSORIO RIVAS, A. (2008): *Los piratas contra Roma: estudios socioeconómico y cultural de la piratería cilicia: 143-36 a. C.* Écija.

- ANDRÉ, J. (1964): “La résine et la poix dans l’Antiquité. Technique et terminologie”, *L’Antiquité classique* 3, Bruxelles, pp. 86-97.
- (1981): *L’alimentation et la cuisine à Rome*, Paris.
  - (1985): *Les noms de plantes dans la Rome antique*, Paris.
  - (1987): *Apicius, l’Art culinaire*, Paris, Les Belles Lettres.
  - (1987b): *Être médecin à Rome*, Paris.
- ANDREAU, J. (1991): “El liberto”, en A. Giardina (ed.), *El hombre romano*, Madrid, pp. 201-225.
- (2003): *Banking and Business in the Roman World*, Cambridge.
- ANDREWS, A. C. (1948): “Oyster as a Food in Greece and Rome”, *Classical Journal* 43, pp. 299-303.
- (1956): “Melons and Watermelons in the classical period”, *Osiris* 12, pp. 368-375.
- ANDREWS, J. (2000): “Chilli Peppers”, en F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 281-288.
- ANNECHINO, M. (1977): “Suppellettile fittile da cucina di Pompei”, en A. Carandini (ed.), *L’instrumentum domesticum di Ercolano e Pompeii nella prima età imperiale. Quaderni di Cultura materiale* 1, Roma, pp. 105-120.
- ANTUÑANO ALEA, S. (2010): *Agustín de Hipona. La Ciudad de Dios*, Madrid, Ed. Gredos.
- ARCE MARTÍNEZ, J. (1990): *Funus Imperatorum. Los funerales de los emperadores romanos*, Madrid.
- ARCE J. y GOFFAUX B. (2011): “Les horrea et le stockage dans la Méditerranée romaine”, en J. Arce y B. Goffaux dirs.), *Horrea d’Hispaniae et de la Méditerranée romaine*, Madrid, pp.1-6.
- ARÓSTEGUI SÁNCHEZ, J. (1995): *La investigación histórica: teoría y método*, Barcelona.
- ARRANZ-OTAEGUI, A. *et alii*, (2018): “Archaeobotanical evidence reveals the origins of bread 14.400 years ago in northeastern Jordan”, *Proceedings of the National Academy of Sciences* Julio, (en prensa).

- ASPA CEREZA, J. (1991): *Cicerón. Discursos, En defensa de Sexto Roscio Amerino, En defensa de la Ley Manilia, En defensa de Aulo Cluencio, Catilinas, En defensa de Lucio Murena*, Madrid, Ed. Gredos.
- ASTIN, A. E. (1978): *Cato the Censor*, Oxford, Oxford Scholarly Classics.
- (1988): “Regimen Morum”, *Journal of Roman Studies* 78, pp. 14-34.
- ATIENZA, A. M. (2007): “Comedores de pan y bebedores de vino: la cuestión alimentaria en la Odisea”, *Circe* 11, pp. 41-56.
- BADEL, C. (2012): “Alimentation et société dans la Rome classique: bilan historiographique (IIe siècle av. J.-C. –IIe siècle apr. J.-C.)”, *Dialogues d'Histoire Ancienne, Supplément 7: L'histoire de l'alimentation dans l'Antiquité. Bilan historiographique*, pp. 133-157.
- BALASCH RECORT, M. J. (1991): *Juvenal. Sátiras. Persio. Sátiras*, Madrid, Ed. Gredos.
- BALIL ILLANA, A. (1983): “Un bodegón en mosaico hallado en Marbella (Málaga)”, *Baetica* 6, pp. 159-174.
- BALLARINI, G. (1989): *Rischi e virtù degli alimenti. Gli alimenti nella Storia dell'Uomo*, Bologna.
- BANCALARI, A. (2014): “Notas acerca del desplazamiento y viajes en el Alto Imperio romano: un intento de tipología”, en A. Caballos Rufino y E. Melchor Gil (eds.), *De Roma a las provincias: las élites como instrumento de proyección de Roma*, Sevilla, pp. 117-139.
- BANDUCCI, L. M. (2019): “Material evidence on diet, cooking and techniques”, en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, pp. 36-50.
- BEARD, M. (2008): *El triunfo romano*, Madrid.
- BEARD, M.; NORTH, J.; PRICE, S. (1998): *Religions of Rome*, 2 vols. Cambridge.
- BEAUJEU, J. et alii (1947-1985): *Plinio Maior. Histoire Naturelle* (36 vols.), Paris, Les Belles Lettres.
- (1971): “Comienzos de la medicina alejandrina”, en R. Taton (dir.), *La ciencia antigua y medieval*, vol. 1, Barcelona, pp. 428-433.
- BEER, M. (2010): *Taste or Taboo. Dietary choices in Antiquity*, Trowbridge.

- BELAYCHE, N. (2008): “Religion et consommation de la viande dans le monde romain: des réalités voilées”, *Food & History* 5, pp. 29-43.
- BELTRÁN CEBOLLEDA, J. A. y BAÑOS BAÑOS, J. M. (2008): *Cicerón. Cartas a los familiares*, 2 vols. Madrid, Ed. Gredos.
- BELTRÁN LLORIS, M. (1990): *Guía de la cerámica romana*, Zaragoza.
- BERMS, D. y DEGRYSE, P. (2014): “Western Mediterranean sands for ancient glass making”, en P. DEGRYSE, *Glass Making in Greco-Roman World*, Leuven, pp. 27-50.
- BERNAL CASASOLA, D., GARCÍA VARGAS, E. *et alii* (2011): “Pesca y Garum en Pompeya y Herculano. Cuarta campaña arqueológica (2011)”, en C. Martín (coord.) *Informes y Trabajos de Excavaciones en el Exterior, 2011*, 9, Madrid, pp. 322-229.
- BERNI MILLET, P. y GOROSTIDI PI, D. (2013): “C. Iulius Valerianus et C. Iulius Iulianus: mercatores del aceite bético en un *signaculum* de plomo para ánforas Dressel 20”, *Journal of Roman Archeology* 26, pp. 113-135.
- BLANC, N. y NERCESSIAN, A. (1992): *La cuisine romaine antique*, Chambéry.
- BLÁNQUEZ FRAILE, A. (1982): *Vitrubio. De architectura libri X*, Barcelona, Iberia.
- BLAZQUEZ MARTÍNEZ, J. M. (1962): “El impacto de la conquista de Hispania en Roma (218-154 a.C.)”, *Estudios Clásicos* 7, pp. 1-29.
- (1977): “La administración del agua en la Hispania romana, en Segovia”, *Symposium de arqueología romana*, Instituto de Arqueología y Prehistoria, Segovia, pp. 147-161.
- BOGUCKI, P. I. (1986): “The Antiquity of Dairying in Temperate Europe”, *Expedition* 28, 2, pp. 51-8.
- BOLENS, L. (1992): *La cocina andaluza, un arte de vivir. Siglos XI-XIII*, Madrid.
- BORRAGÁN, N. (2000): *La mujer en la sociedad romana del Alto Imperio (siglo II d.C.)*, Oviedo.
- BOTTÉRO, J. (1987): “La piú antica cucina del mondo”, en J. F. Ferniot y J. Le Goff, (pres.) *La cucina e la tavola*, Bari, pp. 27-56.
- (1995a): *La cocina más antigua del mundo*, Barcelona.
- (1995b): “The most ancient recipes of all”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 248-255.

- BOUVIER, M. (2001): *Les saveurs du vin antique*, Paris.
- (2002): “Le vin, boisson privilégiée des villes”, en R. Bédon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les regiones voisines*, 2001-2002, Limoges, pp. 241-253.
- BRADLEY, K. R. (1984): “The Social History of the Roman Elite: A Perspective”, *Echos du Monde Classique/Classical Views* 28, n.s. 3, pp. 481-499.
- (1998a): *Esclavitud y sociedad en Roma*, Barcelona.
  - (1998b): “The Roman family at dinner”, en I. Nielsen y H. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 36-55.
- BRAUND, D. (2000): “Learning, Luxury and Empire: Athenaeus’ Roman Patron”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Athenaeus and his world: reading Greek culture in the Roman Empire*, Exeter, pp. 3-22.
- BRAUND, S. H. (1989): “City and Country in Roman Satire”, en S. H. Braund (ed.), *Satire and Society in Ancient Rome*, Exeter, pp. 23-47.
- BRAVO DÍAZ, J. R. (2013): *Séneca. Cuestiones naturales*, Madrid, Ed. Gredos.
- BRAVO BOSCH, M<sup>a</sup>. J. (2014): “La protección del medio ambiente en la antigua Roma”, *Cuaderni camerti di studi romanistici. International Survey of Roman Law* 42, pp. 490-514.
- BRIAND-PONSART, C. (2016): “Les femmes et l’alimentation en Afrique du Nord pendant le Haut-Empire”, en F. Deroche y M. Zink (eds.), *Actes de Colloque: L’alimentation de l’Afrique du Nord de la Préhistoire au Moyen Âge, VII Journée d’études nord-africaines*, Paris, pp. 13-40.
- BROTHWELL, D. y BROTHWELL, P. (1998): *Food in Antiquity*, Baltimore.
- BROWN, P. (1989): *The world of late antiquity*, New York.
- (1993): “La antigüedad tardía”, en P. Ariès y G. Duby (eds.), *Historia de la vida privada*, Barcelona, pp. 229-304.
  - (2012): *Through the eye of a needle*, Princeton.
- BRUN, C. (2013): “Water supply, drainage and watermills”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 297-316.

- BRUN, J. P. (2003): *Le vin et l'huile dans la Méditerranée antique: viticulture, oléiculture et procédés de transformation*, Paris.
- (2004): *Archéologie du vin et de l'huile dans l'Empire romain*, Paris.
- BRUNT, P. A. (1971): *Italian Manpower, 225 B.C.-A.D. 14*, London.
- BUCCI, O. (1998): *Le provincie orientali dell' Impero Romano*, Roma.
- BURGUIÈRE, D. (1988-1990): *Soranos d'Ephèse. Maladies des femmes*, Paris, Les Belles Lettres.
- BURTON, G. (1969-1987): *Athenaeus. The deipnosophists*, 7 vols. London, Harvard University Press, London.
- BUSACCHI, V. (1972): "Sociología de la práctica médica en la Roma Antigua", en P. Laín Entralgo (ed.), *Historia Universal de la Medicina. Antigüedad Clásica*, t. II, Barcelona, pp. 293-304.
- BUSTAMANTE ÁLVAREZ, M.; SALIDO DOMÍNGUEZ, J., y GIJÓN GABRIEL, E. (2014): "La panificación en la *Hispania* romana", en D. Bernal Casasola y M. Bustamante Álvarez (eds.), *Artífices Idóneos: artesanos, talleres y manufacturas en Hispania, Anejos de AEspA LXXI*, pp. 295-318.
- BUSTAMANTE, N. (1890): *Arte de hacer vinos*, Barcelona.
- BUTLER, A. (1999): "Traditional seed cropping systems in the temperate Old World: models for Antiquity" en C. Gosden y J. Hather (eds.), *The prehistory of food*, New York, pp. 463-477.
- CACCIAFOCO, F. (2012): *Food as Therapy. Elements of the History of Nutrition in Ancient Greece and Rome*, Castellazzo Bormida.
- CAÇÃO, E. (2017): "Preparação e confecção dos alimentos e utensílios de cozinha nos fragmentos de Arquéstrato de Gela", en C. Soares y P. Barata Dias (coords.) *Contributos para a história da alimentação na antiguidade*, Coimbra, pp. 49-54.
- CALERO CALERO, F. y ECHARTE COSSÍO, M. J. (2002): *Manilio. Astrología*, Madrid, Ed. Gredos.
- CALONGE RUIZ, J. *et alii* (1987): *Platón. Diálogos, Gorgias, Menéxeno, Eutidemo, Menón, Crátilo*, Madrid, Ed. Gredos.
- CALVO DELCAN, C. (1990): *Opiano. De la caza, De la pesca*, Madrid, Ed. Gredos.

- CALVO MARTÍNEZ, J. L. y SANCHEZ ROMERO, M<sup>a</sup>. D. (1987): *Textos de magia en papiros griegos*, Madrid, Ed. Gredos.
- CALVO MARTÍNEZ, T. (1994): *Aristóteles. Metafísica*, Madrid, Ed. Gredos.
- CAMACHO DE LOS RÍOS, M. (2011): “Festus, 509, 18: Quod populo debetur”, *Revista General de Derecho Romano* 17, pp. 1-10.
- CAMERON, A. (2001): *The Mediterranean World in Late Antiquity*, London.
- CAMILLI, A., DE LAURENZI, A., SETARI, E. (cur.) (2006): “Pisa. Un viaggio nell mare dell’antichità”, *Catalogo della mostra (Roma. Complesso Monumentale San Michele a Ripa, 3 aprile-31 maggio 2006)*, Milán.
- CAMODECA, G. (1994): “Puteoli porto annonario e il commercio del grano in età imperiale”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 103-128.
- CANDAU MORÓN, J. M. (1992): *Zósimo. Nueva Historia*, Madrid, Ed. Gredos.
- CANTUDO CANTARERO, A. (2005): *Plauto. Poenulus: el joven cartaginés*, Madrid, Eds. Clásicas.
- CAPATTI, A. (1999): “The Taste for Canned and Preserved Food”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.) *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 492-499.
- CARBÓ GARCÍA, J. R. (2014): “Perspectives on the phenomenon of ritual sacrifice, sacralization of food and conviviality in the Classical world”, *Studia Universitatis Babeş-Bolyai. Historia* 59, Jun. 2014, Issue 1, *Banquets of Gods, Banquets of Men. Conviviality in the Ancient World*, pp. 285-307.
- CARCOPINO, J. (1998): *Vida cotidiana en Roma*, Madrid.
- CARLSEN, J. (2013): “Land and Labour”, en A. Giardina (ed.), *Studies in Roman Social and Economic History* 37, Roma.
- CARMENA RODRÍGUEZ, R. (1999): “Dieta, lípidos y atherosclerosis”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de Nutrición*, Madrid, pp. 1035-1044.
- CARPENTER, T. H. (1995): “A symposium of Gods?”, en O. Murray y M. Tecusan (eds), *In vino veritas*, London, pp. 145-166.



- CARPER, J. (2008): *Los Alimentos. Medicina milagrosa*, Barcelona.
- CASINOS MORA, F. J. (2015): *La restricción del lujo en la Roma republicana*, Madrid.
- CASTILLO GARCÍA, C. (2001): *Tertuliano. Apologético, A los gentiles*, Madrid, Ed. Gredos.
- CASTILLO GARCÍA, C.; ALONSO DEL REAL, C.; SÁNCHEZ-OSTIZ, A. (2010): *Amiano Marcelino. Historias, XIV-XIX*, Madrid, Ed. Gredos.
- CASTRO, C. J. (1959): *Columela. Los doce libros de la agricultura*, 2 vols. Barcelona, Iberia.
- CEBEILLAC-GERVASONI, M. (1994): “Ostie et le blé au II siècle ap. J.C.”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 47-59.
- CECARELLI, P. (2000): “Dance and Desserts, an analysis of book fourteen”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Athenaeus and his World*, Exeter, pp. 272-291.
- CERNUDA LAGO, A. (1999): “Efectos de la alimentación sobre la conducta humana y social”, en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, pp. 258-279.
- CERVERA i RAL, P. *et alii* (1999): *Alimentación y Dietoterapia*, Madrid.
- CHEVALIER, R. (1988): *Voyages et déplacements dans l'Empire romain*, Paris.
- (2004): “Typologie des agréments de la vie à la champagne d’après les textes antiques confrontés avec l’iconographie”, en R. Bedon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les regiones voisines*, 2003-2004, Limoges, pp. 251-258.
- CHIC GARCÍA, G. (1990): *La navegación por el Guadalquivir entre Córdoba y Sevilla en época romana*, Écija.
- (1993): “La navegación fluvial en época romana”, *Revista de arqueología* 142, pp. 28-39.
- (1997): “La miel y las bestias”, *Habis* 28, pp. 153-166.

- (2000): “Trajano y el arte de comerciar”, en J. González Fernández (ed.), *Trajano, emperador de Roma, Actas del Congreso Internacional celebrado en Sevilla (14-17 septiembre, 1998)*, Roma, pp. 71-102.
  - (2009): *El comercio y el Mediterráneo en la Antigüedad*, Madrid.
- CHIOFFI, L. (1999): *Caro: il mercato della carne nell'occidente romano*, Roma.
- (2014): “Portus Tiberinus e altri scali fluviali a Roma”, en C. Zaccaria (cur.) *L'epigrafia dei porti. Atti della XVII<sup>2</sup> Rencontre sur l'épigraphie du monde romain, Aquileia, 14-16 ottobre 2010*, Trieste, pp. 41-64.
- CHURRUCA ARELLANO, J. y MENTXACA ELEXPE, R. (2015): *Introducción histórica al Derecho Romano*, Bilbao.
- CIARALLO, A. (1994): “Il frumento nell'area vesuviana”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 137-140.
- (2002): *Il giardino pompeiano, le piante, l'orto, i segreti della cucina*, Napoli.
  - (2004): *Flora Pompeiana*, Roma.
- CIARDIELLO, R. (2007): *La villa romana*, Nápoles.
- CIL II = HÜBNER, E. (1869 y 1892): *Corpus Inscriptinum Latinarum, Vol II, Inscriptiones Hispaniae Latinae*, Berlín, 1869; *Supplementum*, Berlín, 1892.
- CIL II<sup>2</sup>/5 = STYLOW, A. U. et alii (1998): *Corpus Inscriptionum Latinarum. Editio altera. Vol. II/Pars V: Conventus Astigitanus*, Berlín.
- CIL II<sup>2</sup>/7 = STYLOW, A. U. et alii (1995): *Corpus Inscriptionum Latinarum. Editio altera. Vol. II/Pars VII: Conventus Cordubensis*, Berlín.
- CIL II<sup>2</sup>/7 = MOMMSEN, T. (1883): *Corpus Inscriptionum Latinarum. Inscriptiones Bruttiorum, Lucaniae, Campaniae, Siciliae, Sardiniae. Pars posterior*, Berolini.
- CIL II<sup>2</sup>/14 = Alföldy, G. et alii (2011): *Corpus Inscriptionum Latinarum. Editio altera. Pars XIV: Conventus Tarraconensis, Fasciculus secundus, Colonia Iulia Urbs Triumphalis Tarraco (CIL II<sup>2</sup>/14, 2)*, Berlín-Nueva York.
- CIL V = MOMMSEN, Th. (1872-7), *Corpus Inscriptionum Latinarum V. Inscriptiones Galliae Cisalpinae Latinae*, Berlín.
- CIL VI = HENZEN, G. et alii (1876-2000), *Corpus Inscriptionum Latinarum VI. Inscriptiones urbis Romae Latinae*, Berlín.

- CIL IX = MOMMSEN, Th. (1883), *Corpus Inscriptionum Latinarum IX. Inscriptiones Calabriae, Apuliae, Samnii, Sabinorum, Piceni Latinae*, Berlín.
- CIL X = MOMMSEN, Th. (1883b), *Corpus Inscriptionum Latinarum X. Inscriptiones Bruttiorum, Lucaniae, Campania, Siciliae, Sardiniae Latinae*, Berlín.
- CIL XI = BORMANN, E. (1888-1926), *Corpus Inscriptionum Latinarum XI. Inscriptiones Aemiliae, Etruriae, Umbriae Latinae*, Berlín.
- CLARK, J. A. y GOLDBLITH, S. A. (1975): "Processing of Foods in Ancient Rome", *Food Technology* 29, pp. 30-32.
- CLEMENTE, G. (1981): "Le leggi sul lusso e la società romana tra III e II secolo", en A. Giardina y A. Schiavone (eds.), *Società romana e produzione schiavistica. Modelli etici, diritto e trasformazioni social*, III, Roma-Bari, pp. 1-14.
- CLINI, C. (1985): *L'alimentazione nella storia: uomo, alimentazione, malattie*, Padova.
- COARELLI, F. (1994): "Saturnino, Ostia e l'annona", *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 35-46.
- CODEX ALIMENTARIUS, CODEX STAN 178-1991. <<http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/standards/list-standards/es/>>. Consult. 16/3/17.
- COENDERS, A. (1996): *Química Culinaria*, Zaragoza.
- CONCHA RUIZ, M. (2000): *El Vino y la Salud*, Córdoba.
- CONDE GUERRI, E. (1979): *La sociedad romana en Séneca*, Murcia.
- CONDE SALAZAR, M. (2008): "Recepción y uso en latín de algunas plantas medicinales. El género *thymus*", en M<sup>a</sup>. T. Santamaría Hernández, *La Transmisión de la Ciencia desde la Antigüedad*, Cuenca, pp. 35-70.
- CORBIER, M. (1989): "Le statut ambigu de la viande à Rome", *Dialogues d'histoire ancienne* 15, 2, pp. 107-158.
- (1994): "City, territory and taxation", en J. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, pp. 211-237.
  - (1999): "The Broad Bean and the Moray. Social Hierarchies and Food in Rome", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 128-140.

- CORCORAN, T. (1971-1972): *Séneca. Naturales Quaestiones*, 2 vols. London, Loeb Classical Library.
- CÓRDIDO CARBALLIDO, F. (2005): “Hambre y saciedad, en F. Cordido Carballido (ed.), *Fisiología y fisiopatología de la nutrición. I curso de especialización en nutrición*, La Coruña, pp. 43-52.
- CORDÓN BONET, F. (1999): *Cocinar hizo al hombre*, Barcelona.
- CORNELL, T. J. (1999): *Los orígenes de Roma*, Barcelona.
- CORRALES AGUILAR, P. (2013): “Salsamentum Sur-Hispano: apuntes para su estudio”, *Onoba* 1, pp. 205-218.
- CORREA RODRÍGUEZ, J. A. (1984): *Gratio. Cinegética. Ovidio. Haliéutica, T. Calpurnio. Bucólicas, Bucólicas Einsidlenses. Nemesiano. Bucólicas, Cinegética, De la caza de los pájaros. Endelequio. De la mortandad de los bueyes*, Madrid, Ed. Gredos.
- CORTÉS COPETE, J. M. (2011): *Dion Casio. Historia Romana, Libros L-LX*, Madrid, Ed. Gredos.
- COUNIHAN, C. M. (2000): “The Social and Cultural Uses of Food”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 2, Cambridge, pp. 1513-1522.
- CRANE, E. (1983): *The Archaeology of Beekeeping*, Dorset.
- (1999): *The World History of Beekeeping and Honey Hunting*, New York.
- CRESPO GÜEMES, E. (1993): *Homero. Ilíada*, Madrid, Ed. Gredos.
- CRISTÓBAL LÓPEZ, V. (1989): *Ovidio. Amores, Arte de Amar, Sobre la cosmética del rostro femenino, Remedios contra el amor*, Madrid, Ed. Gredos.
- CRUZ CRUZ, J. (1991): *Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria*, Pamplona.
- (1999): “Antropología de los hábitos alimentarios”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de nutrición*, Madrid, pp. 13-32.
- (2002): *Teoría elemental de la gastronomía*, Pamplona.
- CUADRADO RAMOS, M. E. (2013): *Cicerón. Defensa de Gayo Cornelio, Discurso como candidato en el senado contra sus adversarios Gayo Antonio y Lucio Catilina, Defensa de Aulo Licinio Arquias, Contra Publio Clodio y Gayo Curión, Sobre las*

- provincias consulares, Defensa de Lucio Cornelio Balbo, Contra Lucio Calpurnio Pisón, Defensa de Gneo Plancio, Defensa de Marco Emilio Escauro*, Madrid, Ed. Gredos.
- CUBBERLEY, A. (1999): “Bread-baking in Ancient Italy. *Clibanus* and *sub testu* in the Roman world: further thoughts”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 55-68.
- CUBBERLEY, A., LLOYD, J., ROBERTS, P. (1988): “Testa and Clibani: The Baking Covers of Classical Italy”, *Papers of the British School at Rome*, 56, pp. 98-119.
- CURCHIN, L. A. (1982): “Jobs in Roman Spain”, *Florilegium* 4, pp. 32-36.
- (2001): “La familia romana: recientes interpretaciones”, *Zephyrus* 53-54, pp. 535-550.
- CURTIS, R. I. (1991): “Garum and salsamenta: Production and Commerce in Materia Medica”, *Studies in Ancient Medicine* 3, Leiden.
- (2001): *Ancient Food Technology*, Leiden.
  - (2005): “Sources for Production and Trade of Greek and Roman Processed Fish” en T. Bekker-Nielsen (ed.), *Ancient Fishing and Fish Processing in the Black Sea Region*, Aarhus, pp. 31-46.
- CUSTODIO VEGA, A. (1979): *Agustín de Hipona. Las Confesiones*, Madrid, BAC.
- DALBY, A. (1995): “Archestratos: where and when?” en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 400–412.
- (1996): *Siren Feast*, London.
  - (2000): *Empire of Pleasures*, London.
  - (2002): *Dangerous Tastes. The Story of Spices*, London.
  - (2003): *Food in the Ancient World. From A to Z*, Cornwall.
  - (2010): *Tastes of Byzantium*, New York.
- DAREMBERG, C.; SAGLIO, E.; POTTER, E. (1877-1919): *Dictionnaire des Antiquités Grecques et Romaines*, Paris.
- DARI-MATTIACCI, G. y PLISECKA, A. (2012): “Luxury in Ancient Rome: Scope, Timing and Enforcement of Sumptuary Laws”, *Legal Roots* 1, pp. 189-216.

- D'ARMS, J. H. (1984): "Control, Companionship, and Clientela: Some Social Functions of the Roman Communal Meal", *Echos du Monde Classique/Classical Views* 28, n.s. 3, pp. 327-348.
- (1991): "Slaves at Roman Convivia" en W. Slater (ed.), *Dining in a Classical Context*, Michigan, pp. 171-184.
  - (1995): "Heavy Drinking and Drunkenness in the Roman World: Four Questions for Historians", en O. Murray y M. Tecusan (eds.), *In Vino Veritas*, London, pp. 304-317.
  - (1998): "Between Public and Private. The *epulum publicum* and Caesar's *horti trans Tiberim*", en M. Cima y E. La Rocca (comps.), *Horti romani. Atti del convegno internazionale, Roma, 4-6 de mayo de 1995, L'Erma di Bretschneider*, Roma, pp. 33-43.
  - (1999): "The Roman Convivium and the Idea of Equality", en O. Murray (ed.), *Symptica. A Symposium on the Symposion* Oxford, pp. 308-320.
  - (2003): *Romans on the Bay of Naples: a Social and Cultural Study of the Villas and Their Owners from 150 B.C. to A.D. 400*, Bari.
- DAVIS, J. G. (1965): *Cheese*, New York.
- DAVIDSON, J. (1998): *Courtesans and Fishcakes*, London.
- DE CARO, S. y BORRIELLO, M. (2001): *La natura morta nelle pitture e nei mosaici delle città vesuviane*, Caserta.
- DELAINE, J. (1999): "Bathing and Society", en J. Delaine y D. E. Johnston (eds.), *Roman baths and bathing: proceedings of the First International Conference on Roman Baths, held at Bath, England, 30 March-4 April 1992*, Portsmouth, pp. 7-16.
- DELGADO LEÓN, F. (2006): *Aceite de oliva, historia, religión, gastronomía*, Córdoba.
- DEL BARRIO SANZ, E. et alii (1995): *Plinio. Historia Natural Libro VII- XI*, Madrid.
- DEL BUFALO, D. (2006): *Murrina Vasa, a Luxury of Imperial Rome*, Roma.
- D'ELIA, S. (1999): *Metamorfosi e fine del mondo antico*, Napoli.
- DENECKER, E. y VANDORPE, K. (2007): "Sealed Amphora Stoppers and Tradesmen in Greco-Roman Egypt: archaeological, papyrological and inscriptional evidence", *BABesch* 82, pp. 115-128.

- DENG, Y.; MISSELWITZ, B. *et alii* (2015): “Lactose Intolerance in Adults: Biological Mechanism and Dietary Management”, *Nutrients* 7, pp. 8020-8035.
- DEROUX, C. (2002): “Anthime, un médecin gourmet du début des temps mérovingiens”, *Revue belge de philologie et d'histoire* 80, fasc. 4, pp. 1107-1124.
- DESCHLER-ERB, S. y LACHICHE, C. (2008): “De la viande pour les homes et pour les dieux. Sa gestion dans deux villes de la Suisse romaine”, *Food & History* 5, pp. 107-133.
- DETIENNE, M. y VERNANT, J. P. (1979): *La cuisine du sacrifice en pays grec*, Paris.
- DE LIGT, L. (1993): *Fairs and Markets in the Roman Empire*, Amsterdam.
- DE RUYT, C. (1983): *Macellum. Marché alimentaire des Romains*, Lovain-la-Neuve.
- (2008): “Les produits vendus au *macellum*”, en M. Montanari (ed.), *Food & History* 5, pp. 135-150.
- DEL CERRO CALDERÓN, G. (2000): “Condicionamientos de la dieta mediterránea en la moral patristica”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, pp. 103-124.
- DÍAZ-REGAÑÓN LÓPEZ, J. M. (1988): *Teofrasto. Historia de las Plantas*, Madrid, Ed. Gredos.
- DOBREVA, D., RICATTO, A., TRIVINI BELLINI, M., (2018): “Globalised diet patterns in Meditterrean: the evidence of the cooking wares from Aquileia (ud), Italy”, *Rey Cretariae Romanae Fautorum Acta* 45, pp. 311-319.
- DONAHUE, J. F. (2003): “Toward a Typology of Roman Public Feasting”, *American Journal of Philology* 124, 3, pp. 423-441.
- (2004): *The Roman Community at Table during the Principate*, Michigan.
- DONATI, A., *Viator: Il viaggio dei romani*, Bolonia, 2013.
- DONNELLY, A. J. (2015): “Cooking Pots in Ancient and Late Antique Cookbooks”, en M. Sparato y A. Villing, (eds.), *Ceramics, cuisine and culture: archaeology and science of kitchen pottery in the ancient Mediterranean world*, Oxford, pp. 141-147.
- DORREGO, F.; CARRERA y JÚSTIZ, F.; LUXÁN GÓMEZ DEL CAMPILLO, M. P. (2004): “Investigations on Roman amphorae sealing systems”, *Materials and Structures* 37, pp. 369-374.

- D'ORS PÉREZ-PEIX, A. (1968-1975): *Justiniano. El Digesto*, 3 vols. Pamplona, Aranzadi.
- (1991): *Cicerón. Sobre la República*, Madrid, Ed. Gredos.
- D'ORS PÉREZ-PEIX, A. y D'ORS LOIS, J. (1988): *Lex Imitana (texto bilingüe)*, Cuadernos Compostelanos de Derecho Romano, Santiago de Compostela.
- DOSI, A. y SCHNELL, F. (1992a): *Le abitudini alimentari dei Romani*, Roma.
- (1992b): *I romani in cucina*, Roma.
  - (1992c): *Spazio e tempo*, Roma.
  - (1992d): *Pasti e vasellami da tavola*, Roma.
- DOUGLAS, M. (1972): "Deciphering a Meal", *Daedalus 101, n. 1, Myth, Symbol, and Culture* pp. 61-81.
- DUARTE SÁNCHEZ, A. D. (2014): *Dión Casio. Historia Romana, Epítomes de los Libros LXI a LXX*, Murcia.
- DUGAN, F. M. (2009): "Dregs of our forgotten ancestor. Fermentative microorganism in the Prehistory of Europe, the Steppes, and Indo-Iranian Asia and their Contemporary use in Traditional and Probiotic Beverages", *FUNGI*, 2:4, pp. 16-39.
- DUHART, F. (2002): "*Comedo, ergo sum*. Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria", *Gazeta de Antropología* 18, pp. 69-71.
- DUNBABIN, K. (1991): "Triclinium and Stibadium", en W. J. Slater (ed.), *Dining in a Classical Context*, Ann Arbor, pp. 121-148.
- (1998): "Ut Graeco more biberetur", en I. Nielsen y H. Nielsen (eds.) *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 81-101.
  - (2003a): *The Roman Banquet. Images of Conviviality*, Cambridge.
  - (2003b): "The Waiting servant in Later Roman Art", *American Journal of Philology* 124, pp. 443-467.
- DUNCAN-JONES, R. P. (1974): *The Economy of the Roman Empire: Quantitative Studies*, Cambridge.
- (2006): *Money and government in the Roman Empire*, Cambridge.
  - (2008): "Payment of Dinner-Guest at Rome", *Latomus* 68, 138-148.



- DUPONT, F. (1999): "The Grammar of Roman Dining", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 114-127.
- DURÁN LÓPEZ, M. A. y LISI BERETERBIDE, F. (1992): *Platón. Diálogos, Filebo, Timeo, Critias*, Madrid, Ed. Gredos.
- ECHAVE-SUSTAETA ARILLA, J. (1997): *Virgilio. Eneida*, Madrid, Ed. Gredos.
- ECK, W. (1999): *L'Italia nell'Impero Romano. Stato e amministrazione in época imperiale*, Bari.
- EDMONSON, J. (2011): "Slavery and the Roman Family", en P. A. Cartledge y K. R. Bradley (eds.), *The Cambridge World History of Slavery*, vol. 1, Cambridge, pp. 337-562.
- EDWARDS, C. H. (1993): *Transgression and Control: Studies in Ancient Roman Immorality*, Cambridge.
- EKROTH, G. (2014): "Animal Sacrifice in Antiquity", en G. Lindsay (ed.), *The Oxford Handbook of Animals in Classical Thought and Life*, Oxford, pp. 324-354.
- ELLIOT, A. (1994): "Food in Roman poetry", en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in European literature*, Wiltshire, pp. 33-45.
- ELLIS, S. (2015): "Art in Roman town houses", en B. E. Borg (ed.), *A Companion to Roman Art*, Malden, pp. 369-287.
- EMMINS, C. (2000): "Soft Drinks", en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 702-711.
- ERDKAMP, P. (1995): "The corn supply of the Roman armies during the third and second centuries B.C." *Historia* 44, pp. 168-9.
- (1998): *Hunger and the Sword. Warfare and food supply in Roman republican wars (264-30 B.C.)*, Amsterdam.
  - (1999): "Agriculture, Underemployment, and the Cost of Rural Labour in the Roman World", *The Classical Quarterly* 49, pp. 556-572.
  - (2000): "Feeding Rome or feeding Mars? A long-term approach to C. Gracchus' *lex frumentaria*," *AncSoc* 30, pp. 53-70
  - (2005): *The Grain Market in the Roman Empire: A Social, Political and Economic study*, Cambridge.

- (2013): “The food supply of the capital”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 262-277.
  - (2019): “Famine and Hunger in the Roman World”, en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, pp. 296-307.
- ERMATINGER, J.W. (1996): *The economic Reforms of Diocletian*, St. Katharin.
- ESCOBAR CHICO, A. (1999a): *Cicerón. Sobre la adivinación, Sobre el destino, Tímeo*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1999b): *Cicerón. Sobre la naturaleza de los dioses*, Madrid, Ed. Gredos.
- ESPEITX BERNAL, E. (1999): “El valor simbólico de los alimentos: el caso de la leche”, *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional, Huesca, 1998*, Huesca, pp. 251-471.
- ESTEBAN SANTOS, A. *et alii* (1989): *Hipócrates. Tratados Hipocráticos, Epidemias*, Madrid, Ed. Gredos.
- ETIENNE, R. (1982): *La vida cotidiana en Pompeya*, Madrid.
- ETIENNE R. y MAYET F. (2000): *Le vin hispanique*, Paris.
- FACCENA, F. (2006): “Il relitto di San Vito lo Capo”, *Bibliotheca Archaeologica* 17, Bari, pp. 39-41.
- FAGAN, G. (2006): “Leisure”, en D. Potter (ed.), *A Companion to The Roman Empire*, Malden, pp. 369-384.
- FAORO, D., (a cura di) (2018): *L’amministrazione dell’Italia romana. Dal I secolo a.C. al III secolo d.C.*, Milano.
- FARB, P. y ARMELAGOS, G. (1980): *Consuming passions: the anthropology of eating*, Boston.
- FARRAR, L. (2001): *Ancient Roman Gardens*, Sparkford.
- FARRER, K. (2000): “Food Additives”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 2, Cambridge, pp. 1667-1676.
- FASSBENDER, A. (2003): *Index numerorum: ein Findbuch zum Corpus Inscriptionum Latinarum*, Berlin.
- FEDELI, P. (1990): *La natura violata. Ecologia e mondo romano*, Palermo.

- (2016): “Dell’arte di mangiar bene, secondo Orazio”, *Revista de Estudios Clásicos* 43, pp. 79-95.
- FENTRES, E., (2010): “Cooking pots and cooling practice: an African bain-marie?” *Papers of the British School at Rome* 78, pp. 145-150.
- FERNÁNDEZ BAÑARES, E. y GASSULL DURÓ, M. A. (1999): “Fibra dietética”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de Nutrición*, Madrid, pp. 125-138.
- FERNÁNDEZ CORTE, J. C. y CANTÓ LLORCA, J. (2008): *Ovidio. Metamorfosis, I-V*, Madrid, Ed. Gredos.
- FERNÁNDEZ URIELL, P. (2014), *Dones del cielo. Abeja y miel en el Mediterráneo antiguo*, Madrid.
- FERNÁNDEZ VALVERDE, J. y RAMÍREZ DE VERGER, A. (2001a): *Marcial. Epigramas, I-VI*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2001b): *Marcial. Epigramas, VII-XIV*, Madrid, Ed. Gredos.
- FERNÁNDEZ VEGA, P. A. (1999): *La casa romana*, Madrid.
- FIELDS, R. C. (2000): “Cruciferous and Green Leafy Vegetables”, en K. F. Kiple y K.C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 288-298.
- FINLEY, M. I. (1954): *The World of Odysseus*, New York.
- (1986): *La economía de la Antigüedad*, México.
- (1975): *Aspectos de la Antigüedad*, Barcelona.
- (1977): *Atlas of Classical Archaeology*, Nueva York.
- (1999): *The Ancient Economy*, Berkeley.
- FISCHLER, C. (1996): “El modelo alimentario mediterráneo mito y/o realidad”, en F. X. Medina Luque, *La alimentación mediterránea. Historia, Cultura, Nutrición*, Barcelona, pp. 361-383.
- FISHER, N. R. E. (1988): “Roman associations, dinner parties, and clubs”, en M. Grant y R. Kitzinger (eds.), *Civilization of the Ancient Mediterranean: Greece and Rome*, New York, pp. 1199-1225.
- FLANDRIN, J. L. (1987): “Per una storia del gusto”, en J. Ferniot y J. Le Goff (pres.) *La cucina e la tavola*, Bari, pp. 11-25.

- (1996): “Assaisonnement, cuisine et diététique aux XIV, XV, XVI siècles”, en Flandrin, J. L. y M. Montanari, *Histoire de l’Alimentation*, Paris, pp. 491-509.
  - (1999): “Seasoning, Cooking, and Dietetics in the Late Middle Age”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 313-327.
- FLINT-HAMILTON, K. (1999): “Legumes in Ancient Greece and Rome: Food, Medicine, or Poison?” *Hesperia* 68, pp. 371-385.
- FLOWER B. y ROSENBAUM, E. (2012): *The Roman Cookery Book*, New York.
- FONT QUER, P. (2001): *Diccionario de botánica*, Barcelona.
- FONTÁN PÉREZ, A. *et alii* (1995a): *Plinio. Historia Natural, I-II*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1995b): *Plinio. Historia Natural III-VI*, Madrid, Ed. Gredos.
- FORBES, R. J. (1965): *Studies in Ancient Technology*, vol. 2, Leiden.
- (1966): *Studies in Ancient Technology*, vol. 3, Leiden.
- FORNIS, C. y CASILLAS, J.M. (1997): “An Appreciation of the Social Function of the Spartan Syssitia”, *The Ancient History Bulletin* 11, 2-3, pp. 37-46.
- FOSS, P. (1994): *Kitchens and dining rooms at Pompeii: the spatial and social relationship of cooking to eating in the Roman household*, Michigan (Tesis doctoral publicada en: <https://quemdixerechaos.com/pompeii/#a9>). Consult. 2/2/17.
- FOUSTEL DE COULANGES, N. D. (2003): *La ciudad Antigua*, México.
- FOX, S. (2005): “Health in Hellenistic and Roman times: the case studies of Paphos, Cyprus and Corinth, Greece”, en H. King (ed.), *Health in Antiquity*, New York, pp. 59-82.
- FRANCE, J. y NELIS-CLÉMENT, J. (eds.), (2014): *La statio: archéologie d'un lieu de pouvoir dans l'empire romain*, Burdeos.
- FRANCHI DELL’ORTO, L. y VARONE, A. (eds.) (1992): *Rediscovering Pompeii*, Roma.
- FRAYN, J. (1978): “Home-baking in Roman Italy”, *Antiquity*, 52, pp. 28-33.
- (1979): “Wild and cultivated plants”, *Journal of Roman Studies* 65, pp. 57-72.
- FRIEDLÄNDER, L. (1982): *La sociedad romana*, México.
- FUMEY, G. y ETCHEVARRIA, O. (2004): *Atlas mondial des cuisines et gastronomies*, Paris.
- GALIMPERTI BIFFINO, G. (2004): “*Amoenitas, utilitas e uoluptas* in ville e villeggiatura: testimonianze di Vitruvio e di Plinio il Giovane”, *Neronia IX. La villégiature dans*

- le monde romain de Tibère à Hadrien. Actes du IX<sup>e</sup> congrès de la SIEN*, Bordeaux, pp. 37-46.
- GALLARDO, M. D. (1974): “El simposio romano”, *Cuadernos de Filología Clásica* 7, pp. 91-143
- GARCÍA, B. (1969): “Escritores de la Historia Augusta”, *Biógrafos y panegiristas latinos*, Madrid, Ed. Aguilar, pp. 655-1035.
- GARCÍA-ALBEA RISTOL, E. (1999): “La neurología en los papiros médicos faraónicos”, *Revista de Neurología* 28, pp. 430-433.
- GARCÍA GUAL, C. *et alii* (1986): *Hipócrates. Tratados Hipocráticos, Sobre la dieta, Sobre las afecciones, Apéndice A “Sobre la dieta en las enfermedades Agudas”, Sobre el uso de los líquidos, Sobre el alimento*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2000): “Dieta hipocrática y prescripciones pitagóricas”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta mediterránea: comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, pp. 43-67.
- GARCÍA GUAL, C. y LARA NAVA, M<sup>a</sup>. D. *et alii* (1983): *Hipócrates. Juramento, Sobre la ciencia médica, Sobre la Medicina Antigua, Sobre el Médico, Sobre la Decencia, Aforismos, Preceptos, El pronóstico, Sobre la dieta en las enfermedades agudas, Sobre la enfermedad sagrada*, Madrid, Ed. Gredos.
- GARCÍA GUAL, C. *et alii* (1988): *Platón. Diálogos, Fedón, Banquete, Fedro*, Madrid, Ed. Gredos.
- GARCÍA MORCILLO, M. (2000): “El «Macellum Magnum» y la Roma de Nerón”, *Iberia. Revista de la Antigüedad* 3, pp. 265-286.
- GARCÍA SOLER, M. J. (2001): *El arte de comer en la antigua Grecia*, Madrid.
- GARCÍA-TORAÑO, A. (2012): *Catón. Tratado de Agricultura*, Madrid, Ed. Gredos.
- GARCÍA VALDÉS, M. (1998a): *Dioscórides. Plantas y remedios medicinales (De materia medica) Libros I-III*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1998b): *Plantas y remedios medicinales (De materia medica) Libros IV-V. Pseudo Dioscórides*, Madrid, Ed. Gredos.
- GARCÍA VARGAS, E. (2001): “Las salazones de pescado de la Gadir púnica. Estructuras de producción”, *Laverna* 12, pp. 21-41.

- (2007): “La distribución interior de las salazones de pescado (época romana)”, en L. Lagostena *et alii* (eds.), *Cetariae 2005. Salsas y salazones de pescado en Occidente durante la Antigüedad*, Oxford, 2007, p. 527-532.
- (2009): “Fuentes de riqueza y promoción social de los *negotiantes salsarii* béticos durante el Alto Imperio romano. Aproximación diacrónica”, *Archivo español de arqueología* 82, pp. 133-152.
- (2012a): “Más allá del banquete: el consumo de las salazones ibéricas en Grecia (siglos V y IV a.C.)”, *Trabajos del Museo Arqueológico de Ibiza y Formentera* 67, pp. 85-112.
- (2012b): “Producciones anfóricas tardorrepublicanas y tempranoaugusteanas del valle del Guadalquivir. Formas y ritmos de la romanización en Turdetania a través del artesanado cerámico” en D. Bernal Casasola y A. Ribera i Lacomba (eds. Científicos), *Cerámicas hispanorromanas II. Producciones regionales*, Cádiz, pp. 177-206.

GARCÍA VARGAS, E. y BERNAL CASASOLA, D. (2009): “Roma y la producción de *garum* y *salsamenta* en la costa meridional de Hispania. Estado actual de la investigación”, en D. Bernal Casasola (ed. cient.), *Arqueología de la pesca en el Estrecho de Gibraltar*, Cádiz, pp. 133-182.

GARCÍA VARGAS, E. y GARCÍA FERNÁNDEZ, F. J. (2010): “Entre gaditanización y romanización: repertorios cerámicos, alimentación e integración cultural en Turdetania (siglos III-I a.C.)”, en C. Mata Parreño, G. Pérez Jordá y J. Vives-Ferrándiz Sánchez (eds.): *De la Cuina a la Taula. IV Reunió d'economia en el primer mil.leni*, Valencia, pp. 115-134.

- (2015) (eds.): *Comer a la moda. Imitaciones de vajilla de mesa en Turdetania y la Bética occidental durante la Antigüedad (s. VI a.C.-VI d. C.)*, Barcelona.

GARCÍA VARGAS, E. y MARTÍNEZ MAGANTO, J. (2006): “La sal de la Bética romana. Algunas notas sobre su producción y comercio”, *Habis* 37, pp. 253-274.

GARCÍA VARGAS, E. *et alii*, (2014): “*Confectio Gari Pompeiani*: procedimiento experimental para la elaboración de salsas de pescado romanas”, *SPAL* 23, pp. 65-82.

- GARCÍA Y BELLIDO, A. (1985): *Urbanística de las grandes ciudades del mundo antiguo*, Madrid.
- (1990): *Arte Romano*, Madrid.
- GARNIER, J. y HAREL, C. H. (1846): *Falsificaciones de las sustancias alimenticias y medios de reconocerlas*, en M. Bonet y Bofill (trad.), Barcelona.
- GARNSEY, P. (1980): “Non-Slave Labour in the Roman World”, en P. Garnsey (ed.), *Non-Slave Labour in the Greco-Roman World*, Cambridge, pp. 34-47.
- (1983): “Grain for Rome”, en P. Garnsey; K. Hopkins; C. R. Whittaker (eds.), *Trade in the Ancient Economy*, London, pp. 118-130.
  - (1988): *Famine and Food Supply in the Graeco-Roman World. Responses to Risk and Crisis*, Cambridge.
  - (1990): “Responses to Food Crisis in the Ancient Mediterranean World”, en L. F. Newman; W. Crossgrove *et alii* (eds.), *Hunger in History: Food Shortage, Poverty, and Deprivation*, Cambridge, pp. 126-146.
  - (1999): *Cities, peasants and food in Classical Antiquity*, Cambridge.
  - (2002): *Food and Society in Classical Antiquity*, Cambridge.
- GARNSEY, P. y SALLER, R. (1990): “Responses to Food Crisis in the Ancient Mediterranean World”, en L. F. Newman; W. Crossgrove *et alii* (eds.), *Hunger in History: Food Shortage, Poverty, and Deprivation*, Cambridge.
- (1991): *El imperio romano: economía, sociedad, cultura*, Barcelona.
- GIBBON, E. (2012): *Decadencia y Caída del Imperio Romano*, Gerona.
- GILLES, N. (2002): “Banquets publics et édifices de banquets en Occident Romain: Une forme d’*amoenitas urbium*?”, en R. Bedon y N. Dupré, *Amoenitas Urbium. Les agréments de la vie urbaine en Gaule Romaine et dans les regiones voisines*, 2001-2002, Limoges, pp. 227-239.
- GIMENO PASCUAL, H. (1988): “Artesanos y técnicos en la epigrafía de Hispania”, *Faventia Monografías* 8, Bellaterra.
- GLAZER, P. (1995): *Mense e cibi ai tempi della Bibbia*, Piemme.
- GLEASON, M. (2006): “Greek Cities Under Roman Rule”, en D. S. Potter (ed.), *A Companion to the Roman Empire*, Malden, pp. 228-249.

- GÓMEZ ESPELOSÍN, F. J. (1996): *Pseudo Aristóteles et alii. Paradoxógrafos griegos, Rarezas y Maravillas*, Madrid, Ed. Gredos.
- GONZÁLEZ, R.; LUISIER, P.; FONT i QUER, P. (1960): *Botánica*, Barcelona.
- GONZÁLEZ CAMAÑO, O. (2007): “Un caso de respuesta al problema del hambre: Roma y la *annona*”, en J. M. Delgado Ribas y J. Ibáñez Fanes *et alii* (eds.), *Antoni Saumell i Soler: Miscel·lània In Memoriam*, Barcelona, pp. 267-283.
- (2009): *Cum ventre tibi humano negotium est: la annona Roma, un intento de resolver el problema del hambre*, en: <http://www.oscargonzalezcamano.com/publicaciones.html>. Consult. 3/ 5/ 2017.
- GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, J. (2005): *Plinio el Joven. Cartas*, Madrid, Ed. Gredos.
- GONZÁLEZ ROLÁN, T. (1985): *Frontino. De aquaeductu urbis Romae*, Madrid, Ed. Alma Mater.
- GONZÁLEZ ROMÁN, C. (1999): “El trabajo en la agricultura de la Hispania Romana”, en J. F. Rodríguez Neila, C. González Román *et alii* (eds.), *El trabajo en la Hispania Romana*, Madrid, pp. 119-206.
- GONZÁLEZ TURMO, I. (1996): *Antropología de la alimentación: nuevos ensayos sobre la dieta mediterránea*, Sevilla.
- GONZÁLEZ-HABA, M. (1992): *Plauto. Anfitrión, La comedia de los asnos, La comedia de la olla, Las dos báquides, Los cautivos, Cásina*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1996): *Plauto. Comedias, La comedia de la arquila, Gorgojo, Epídico, Los dos menecmos, El mercader, El militar fanfarrón, La comedia del fantasma, El persa*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2002): *Plauto. Comedias, El cartaginés, Pséudolo, La maroma, Estico, Tres monedas, Truculento, Vidularia, Fragmentos*, Madrid, Ed. Gredos.
- GOODMAN, P. J. (2007): *The Roman City and its Periphery*, Oxford.
- GORDON CHILDE, V. (1995): *Los orígenes de la civilización*, México D. F.
- (1981): *Teoría de la Historia*, Buenos Aires.
- GOWERS, E. (1993): *The Loaded Table*, Oxford.
- GOZALBES CRAVIOTO, E. y GARCÍA GARCÍA, I. (2010): “En torno a la medicina romana”, *Hispania Antiqua* 33-34, pp. 323-336.
- GOZZINI GIACOSA, I. (1992): *A taste of ancient Rome*, Chicago.



- GRAINGER, S. y DALBY, A. (1996): *The Classical Cookbook*, London.
- GRANDE COVIÁN, F. (2000): *La alimentación y la vida*, Barcelona.
- GRANT, M. (1996): *Anthimus. De observatione ciborum*, Devon, Prospect Books.
- GRIFFIN, M. (2000): “The Flavians”, en A. K. Bowman, P. Garnsey, D. Rathbone, *The Cambridge Ancient History, vol. XI. The High Empire, A.C. 70-192*, Cambridge, pp. 1-54.
- GRIGNON, C. (2001): “Commensality and Social Morphology: An Essay of Typology”, en P. Scholliers (ed.), *Food, Drink, and Identity: Cooking, Eating, and Drinking in Europe since the Middle Ages*, Oxford, pp. 23–33.
- GRIMAL, P. (1981): *Diccionario de mitología griega y romana*, Barcelona.
- (1991): *Las ciudades romanas*, Barcelona.
  - (1999): *La civilización romana. Vida, costumbres, leyes, artes*, Barcelona.
- GRIMM, V. (2006): “On Food and the Body”, en D. S. Potter (ed.), *A Companion to the Roman Empire*, Malden, pp. 354-368.
- GROSSI, F. (2011): “Bar, *fast food* e tavole calde: nomi e funzioni dei locali di ristoro nelle città romane dell’Impero”, *LANX* 9, pp. 1-46.
- GRUEN, E. S. (2011): *Rethinking the Other in Antiquity*, Princeton.
- GUILLÉN CABAÑERO, J. (1991): *Lucilio, Horacio, Persio, Juvenal. La sátira latina*, Madrid, Ed. Akal.
- (1994): *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. III, Religión y ejército*, Salamanca.
  - (1995): *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. II, La vida pública*, Salamanca.
  - (1997): *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. I, La vida privada*, Salamanca.
  - (2000): *Urbs Roma. Vida y costumbre de los romanos, vol. IV, Constitución y desarrollo de la sociedad*, Salamanca.
- GUZMÁN HERMIDA, J. M. y MARTÍNEZ, O. (2007): *Plutarco. Vidas paralelas, Aristides, Catón, Filopemén, Flaminio, Pirro, Mario*, Madrid, Ed. Gredos.

- GYÖRGY, N. (2014): “Two banquets of Socrates”, *Banquets of Gods, Banquets of Men. Conviviality in the Ancient World, Studia Universitatis Babe-Bolyai* 59 Cluj-Napoca, pp. 322-333.
- HAGEN, A. (1993): *A second handbook of Anglo-Saxon food and drink*, Middlesex.
- HALLBÄCK, G. (1998): “Sacred Meal and Social Meeting: Paul’s argument in 1 Cor. 11.17-34”, en I. Nielsen y H. Nielsen, (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 166-176.
- HANSON, A. (2006): “Roman Medicine”, en D. S. Potter (ed.), *A Companion to the Roman Empire*, Malden, pp. 492-523.
- HARCUM, C. (1914): *Roman Cooks*, Baltimore.
- HARNACK, A. (1905): *The Mission and Expansion of Christianity*, London.
- HARPER, K. (2011): *Slavery in the Late Roman World AD 275-425*, Cambridge.
- HARTO TRUJILLO, M<sup>a</sup> L. (2002): *Amiano Marcelino. Historia*, Madrid, Ed. Akal.
- HEINRICH, F. y HANSEN, A. M. (2019): “Pulses”, en P. Erdkamp y C. Holleran (eds.), *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World*, London, pp. 116-128.
- HERNÁNDEZ MIGUEL, L. A. (1998a): *Varrón. La lengua latina, Libros V-VI*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1998b): *Varrón. La lengua latina, Libros VII-X y Fragmentos*, Madrid, Ed. Gredos.
- HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, M. (1999): “Valoración del estado de nutrición”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de Nutrición*, Madrid, pp. 601-626.
- HEURGON, J. (1991): *La vida cotidiana de los etruscos*, Madrid.
- HIGUERAS MALDONADO, J. (1985): *Cornelio Nepote. Vidas*, Madrid, Ed. Gredos.
- HILL, S. y BRYER, A. (1999): “Byzantine porridge. Tracta, trachaná and tarhana”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 44-54.
- HÖBENREICH, H. (1997): *Annona. Juristische Aspekte der Stadtrömischen Lebensmittelversorgung im Prinzipat*, Graz.
- HOOPER, W. D. (1967): *Marcus Porcius Cato. On agriculture. Marcus Tertius Varro. On Agriculture*, Harvard University Press London.
- HOPKINS, K. (1981): *Conquistadores y esclavos*, Barcelona.

- HUDSON, N. A. (1989): "Food in Roman Satire", en S. H. Braund (ed.), *Satire and Society in Ancient Rome*, Exeter, pp. 69-87.
- HUGHES, J. D. (1981): *La ecología de las civilizaciones antiguas*, México.
- HUMPHREY, J. W. (2006): *Ancient Technology*, London.
- HYMAN, P. y HYMAN, M. (1980): "Long pepper: a short history", *Petit Propos Culinaires* 6, pp. 50-52.
- INVERNIZZI, A. (1994): *Il calendario*, Roma.
- JACKSON, R. (1988): *Doctors and Diseases in the Roman Empire*, London.
- (1999): "Spas, waters, and hydrotherapy in the Roman world", en J. Delaine y D. E. Johnston (eds.), *Roman Baths and Bathing. Proceedings of the First International Conference on Roman Baths, held at Bath, England, 30 March-4 April 1992*, Porstmouth, pp. 107-116.
- JASHEMSKI, W. (1964): "A Pompeian Copa", *Classical Journal* 59, pp. 337-349.
- JASHEMSKI, W. y FEEMSTERE, M. (1999): *A Pompeian herbal: Ancient and modern medicinal plants*, Austin.
- JASHEMSKI, W.; GLEASON, K.; HERCHBACH, M. (1993): "Plants of the Roman Garden", en W. Jashemski et alii (eds.), *Gardens of the Roman Empire*, Cambridge, pp. 455-481.
- JOHANNOWSKY, W. (1994): "Canali e fiumi per il trasporto del grano", *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu'au Haut-Empire*", *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 159-165.
- JONES, W. H. S. (1963): *Pliny. Natural History, vol. III, Libri XXVIII-XXXII*, London, Loeb Classical Library.
- JOSHEL, S. (1992): *Work, identity, and legal status at Rome. A study of the occupational inscriptions, Norman [etc.]*, London.
- (2010): *Slavery in the Roman World*, Cambridge.
- JOSHEL, S. R. y HACKWORTH PETERSEN, L. (2014): *The material life of roman slaves*, New York.
- JUAN FUERTES, C.; CIBECCHINI, F.; MIRALLES RODA, J. S. (2014): "El pecio Bou Ferrer (La Vila Joiosa-Alicante) Nuevos datos sobre su cargamento y primeras

- evidencias de la arquitectura naval”, en Nieto Prieto, X. y M. Bethencourt Núñez, *I Congreso de Arqueología Náutica y Subacuática Española, Cartagena, 14, 15, y 16 de Marzo de 2013*, Madrid, pp. 113-124.
- KAJAVA, M. (1998): “Visceratio”, *Arctos* 32, pp. 109-132.
- KELHOFFER, J. A. (2005): “John the Baptist’s Wild Honey and Honey in Antiquity” *Greek Roman and Byzantine Studies* 45, pp. 59–73.
- KEPPIE, L. (1984): *The Making of the Roman Army. From Republic to Empire*, London.
- KERTZER, C. I. y BRETTELL, C. (1987): “Advances in Italian and Iberian family history”, *Journal of Family History* 12, pp. 92-113.
- KESSLER, D. y TEMIN, P. (2007): “The organization of the grain trade in the early Roman Empire”, *Economic History Review* 60 (2), pp. 313-332.
- KEYS, A. (1954): “Diet and coronary disease”, *The Lancet* 264, pp. 37-38.
- (1956): “The diet and the development of coronary heart disease”, *Journal of Chronic Diseases* 4, pp. 364-380.
- (1997): “Coronary heart disease in seven countries”, *Nutrition* 13, pp. 249-253.
- KISLINGER, E. (1999): “Rules and Realities of the Byzantine Diet”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 194-206.
- KLAASEN, C. y WATKINS, J. B. (1999): *Toxicología. La ciencia básica de los tóxicos*. México.
- KLEBERG, T. (1957): *Hôtels, restaurants et cabarets dans l’Antiquité romaine*, Uppsala.
- KNAPP, R. C. (2011): *Los olvidados de Roma. Prostitutas, forajidos, esclavos gladiadores y gente corriente*, Barcelona.
- KOLB, F. (1992): *La ciudad en la Antigüedad*, Madrid.
- KOLOSKI-OSTROW, A. O. (2015): *The Archaeology of Sanitation in Roman Italy*, Chapel Hill.
- KORSMEYER, C. (1999): *Making Sense of Taste. Food and Philosophy*, New York.
- KRON, G. (2012): “Food production”, en W. Scheidel, *Roman Economy*, Cambridge, pp. 156-174.
- KÜSTER, H. (2000): “Spices and Flavorings”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 431-437.

- LACORT NAVARRO, P. (1985): “Cereales en Hispania Ulterior: Silos de época ibero-romana en la campiña de Córdoba”, *Habis* 16, 1985, pp. 363-388.
- LAGE YUSTY, M. A. (1993): “Evolución de los hábitos alimentarios”, en X. A. Fidalgo Santamariña y X. Simal Gándara (eds.), *Alimentación e cultura*, Vigo, pp. 17-26.
- LAGÓSTENA BARRIOS, L. (2001): *La producción de salsas y conservas de pescado en la Hispania romana (II a. C.- VI d. C.)*, Barcelona.
- LAÍN ENTRALGO, P. (1972): “La medicina hipocrática”, en P. Laín Entralgo (ed.), *Historia Universal de la Medicina. Antigüedad Clásica*, t. II, Barcelona, pp. 73-115.
- LAMBOGLIA, N. (1952): “Per una classificazione preliminare della ceramica campana”, *Atti del I° Congresso Internazionale di Studi Liguri*, Bordighera, 1952, pp. 139-206.
- LANDOLFI, L. (1990): *Banchetto e società romana: dalle origini al I sec. A.C.* Roma.
- LAUFER, B., (1934): “The lemon in China and elsewhere”, en *Journal of the American Oriental Society* 54, pp. 143-160.
- (1981): “Malabathron”, *Journal Asiatique* serie 11, vol. 12, pp. 5-49
- LE GLAY, M. (2001): *Grandeza y decadencia de la República romana*, Madrid.
- LE GOFF, J. (1987): “Cibi”, en J. Ferniot, J. Le Goff, (pres.) *La cucina e la tavola*, Bari, pp. 5-25.
- LENS TUERO, J.; GARCÍA GONZÁLEZ, J. M.; CAMPOS DAROCA, J. (1995): *Diodoro Sículo. Biblioteca Histórica*, vol. I-II, Madrid, Ed. Gredos.
- LEPETZ, S. (2008): “Boucherie, sacrifice et marché à la viande en Gaule romaine septentrionale: l’apport de l’archéozoologie”, *Food & History* 5, pp. 73-106.
- LE ROUX, P. (1999): “Vectigalia et revenus des cités en Hispania au Haut-Empire”, en *Il capitolo delle entrate nelle finanze municipali in Occidente ed in Oriente, Actes de la Xª Rencontre franco-italienne sur l’épigraphie du monde romain* (1996), Roma, 155-173.
- LEVI-STRAUSS, C. (2003): *El origen de las maneras de mesa. Mitológicas III*, Buenos Aires.
- LEWTHWAITE, J. G. (1982): “Acorns for the ancestors. The prehistoric exploitation of woodlands in the West Mediterranean”, en M. Bell y S. Limbrey, (eds.), *Archaeological Aspects of Woodland Ecology*, Oxford, pp. 217-230.

- LIEBESCHUETZ, J. (2001): *Decline and Fall of the Roman City*, Oxford.
- LINDSAY, H. (1998): “Eating with the Dead: The Roman Funerary Banquet”, en I. Nielsen y H. Nielsen (eds.) *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 67-80.
- LIU, J. (2013): “Professional associations”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 352-368.
- LOEWENTAL, A. y HARDEN, D. (1949): “Vasa Murrina” *Journal of Roman Studies* 39, pp. 31-37.
- LÖLIGER, J. (2000): “Function and importance of glutamate for savory foods”, *The Journal of Nutrition* 130, pp. 915S–920S.
- LÓPEZ DE CERAIN SALSAMENDI, A.; GLORIA GIL, A.; BELLO GUTIERREZ, J. (2012): “Alimentos con sustancias tóxicas de origen natural: plantas superiores alimenticias” en A. M<sup>a</sup>. Cameán Fernández y M. Repetto Jiménez, (dirs.), *Toxicología alimentaria*, Madrid, pp. 191-209.
- LÓPEZ FÉREZ, J. A. y GARCÍA NOVO, E. (1986): *Hipócrates. Tratados Hipocráticos. Sobre los aires, aguas y lugares, Sobre los Tumores, Sobre los Flatos, Predicciones I, Predicciones II, Prenociones de Cos*, Madrid, Ed. Gredos.
- LÓPEZ FONTANA, G. (1982): *Terencio. Comedias II. El eunuco, Formión, La suegra, Los hermanos*, Madrid, Ed. Gredos.
- LÓPEZ MOREDA, S.; HARTO, M. L.; VILLALBA, J. (2003): *Valerio Máximo. Hechos y Dichos Memorables, Libros I-VI*, Madrid, Ed. Gredos.
- LÓPEZ SALVÁ, M. y MEDEL, M<sup>a</sup>. A. (1987): *Plutarco. Obras morales y de costumbres. Moralia III, Máximas, de reyes y generales, Máximas de romanos, Máximas de espartanos, Antiguas costumbres de los espartanos, Máximas de mujeres espartanas, Virtudes de mujeres*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1989): *Plutarco. Obras morales y de costumbres, Moralia V, Cuestiones romanas, Cuestiones griegas, Compendio de historias paralelas, Sobre la fortuna de los romanos, Sobre la fortuna o virtud de Alejandro, Sobre si los atenienses fueron más ilustres en guerra o en sabiduría*, Madrid, Ed. Gredos.

- LO CASCIO, E. (1999): “Popolazione e risorse agricole nell’Italia del II secolo a.C.”, en D. Vera (ed.), *Demografía, sistema agrari, regimi alimentari nel mondo antico, Atti del Convegno Internazionale di Studi (Parma 17-19 de 1997)* Bari, pp. 217-245.
- LUCENA CAYUELA, N. (dir.) (2006): *Larousse Gastronomique* (ed. española), Barcelona.
- LUCK, G. (1985): *Arcana Mundi*, Madrid.
- LUJÁN y FERNÁNDEZ, N. (1997): *Historia de la Gastronomía*, Barcelona.
- MADORRÁN SERRANO, M<sup>a</sup>. D.; GONZÁLEZ MONTERO DE ESPINOSA, M.; PRADO MARTÍNEZ, C. (1995): *Antropología de la Nutrición. Técnicas, métodos y aplicaciones*, Madrid.
- MAHENDRA, P. y BISHT, S. (2012): “Ferula asafoetida: Traditional uses and pharmacological activity”, en *Pharmacognosy* Jul-Dec. 6 (12), pp. 141–146.
- MAIRE, B. (2002): *Gargilio Marcial. Geopónica*, Paris, Les Belles Lettres.
- MALISSARD, A. (1996): *Los romanos y el agua*, Barcelona.
- MALUQUER, J.; CABRERA, A.; LOZANO, L. (1960): *Zoología (vertebrados)*, Barcelona.
- MANGAS MANJARRÉS, J. y HERNANDO SOBRINO, M. R. (2011): *La sal en la Hispania romana*, Madrid.
- MANZANERO CANO, F., et alii (2010): *Plinio el Viejo. Historia Natural, Libros XII-XVI*, Madrid, Ed. Gredos.
- MARCOS CASQUERO, M. A. y DOMÍNGUEZ GARCÍA, A. (2006): *Aulo Gelio. Noches áticas. Libros I-X*, León, Universidad de León.
- MARINÉ ISIDRO, J. (1996): *Séneca el joven. Diálogos, Consolaciones a Marcia, a su madre Helvia y a Polibio, Apocolocyntosis*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2008): *Séneca el joven. Diálogos, Sobre la providencia, Sobre la firmeza del sabio, Sobre la ira, Sobre el ocio, Sobre la tranquilidad del espíritu, Sobre la brevedad de la vida*, Madrid, Ed. Gredos.
- MARTIN, D. B. (1996): “The construction of the ancient family. Methodological considerations”, *Journal of Roman Studies* 86, pp. 40-60.
- MARTÍN GARCÍA, F. (1987): *Plutarco. Obras morales y de costumbres, Moralia IV, Charlas de sobremesa*, Madrid, Ed. Gredos.

- MARTÍN PUENTE, C. (2007): “Vino, banquete y hospitalidad en la épica griega y romana”, *Revista de Filología Románica*, anejo V, pp. 21-33.
- MARTÍNEZ LLOPIS, M. (1981): *Historia de la Gastronomía Española*, Madrid.
- MARTÍNEZ MAGANTO, J., (2005): “La sal en la Antigüedad: aproximación a las técnicas de explotación y comercialización. Los salsamenta”, en Molina Vidal y M<sup>a</sup> J. Sánchez Fernández (eds.), *III Congreso Internacional de Estudios Históricos. El Mediterráneo: la Cultura del Mar y la Sal*, Santa Pola, pp. 113-128
- MARTÍNEZ MAGANTO, J. y GARCÍA GIMÉNEZ, R. (1994): “Ánforas romanas altoimperiales de salazón. Análisis aplicada y aportaciones arqueológicas”, *I Congreso de Arqueología Peninsular (Porto, Outubro de 1993)*, vol. III, Porto, pp. 367-385.
- MARTÍNEZ MAGANTO, J. y PETIT DOMÍNGUEZ, M. D. (1998): “La pez y la impermeabilización de envases anfóricos romanos. Estudio analítico de una muestra e interpretaciones histórico-económicas”, *AEspA* 71, pp. 265-274.
- MARTÍNEZ MOTIÑO, F. (1611): *Arte de Cozina, Pasteleria, Vizcocheria y Conserveria*, Madrid.
- MARTOS FERNÁNDEZ, J. (2008): *Ennio. Fragmentos*, Madrid, Ed. Gredos.
- MARZANO, A. (2007): *Roman Villas in Central Italia: a social and economic history*, Brill-Boston.
- (2013): *Harvesting the sea. The exploitation of Marine Resources in the Roman Mediterranean*, Oxford.
- MASON, S. (1992): “*Acorns in human subsistence*”, London. (Tesis doctoral publicada en el Institute of Archaeology. University College).
- (1995): “Acornutopia? Determining the role of acorns in past human subsistence”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 12-24.
- MATAIX VERDÚ, J. (1996): “La dieta mediterránea. Dieta tradicional *versus* dieta recomendable”, en F. X. Medina Luque (ed.), *La alimentación mediterránea*, Barcelona, pp. 269-278.
- (1999): “Perspectiva evolutiva de la alimentación mediterránea”, en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, pp. 37-58.



- MATEO CORREDOR, D. (2016): *Comercio anfórico y relaciones mercantiles en Hispania Ulterior (siglos II a.C.- II d.C.)*, Barcelona.
- MAYER I OLIVÉ, M. (2008): “*Opercula*, los tapones de ánfora: un indicador económico controvertido”, *Instrumenta Inscripta Latina II, Akten des 2. Internationalen Kolloquiums. Klagenfurt, 5, Mai 2005, Verlag des Geschichtsvereines für Kärnten*, Klagenfurt, pp. 223-239.
- MAYNARD, D. y MAYNARD, D. N. (2000): “Cucumbers, melons and watermelons”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 298-313.
- MAZZINI, I. (1996): “L’alimentation et la médecine dans le monde antique”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (dirs.), *Histoire de l’Alimentation*, Paris, pp. 253-264.
- McCORRISTON, J. (1994): “Acorn eating and agricultural origins: California ethnographies as analogies for that Ancient Near East”, *Antiquity* 68, 1994, pp. 97-107.
- McGEE, H. (2007): *La cocina y los alimentos*, Barberá del Vallés.
- (2010): *La buena cocina*, Barberá del Vallés.
- MEANA CUBERO, M<sup>a</sup>. J.; CUBERO SALMERÓN, J. I.; SÁEZ FERNÁNDEZ, P. (1998): *Baso Casiano. Geopónica*, Madrid, Ed. INIA.
- MEANA CUBERO, M<sup>a</sup>. J. y PIÑERO TORRE, F. (1992): *Estrabón. Geografía, Libros III-IV*, Madrid, Ed. Gredos.
- MEDINA GONZÁLEZ, A. (2005): *Cicerón. Disputaciones Tusculanas*, Madrid, Ed. Gredos.
- MEDINA LUQUE, F. X. (1996): “Alimentación, dieta y comportamientos alimentarios en el contexto mediterráneo”, en F. X. Medina Luque (ed.), *La alimentación mediterránea*, Barcelona, pp. 21-44.
- MEDINA QUINTANA, S. (2014): *Mujeres y economía en la Hispania romana*, Oviedo.
- MEIJER, F. y VAN NIFJ, O. (1992): *Trade, Transport and Society in the Ancient World. A Sourcebook*, London.
- MELCHOR GIL, E. (1992): “Evergetismo y distribuciones en la Hispania romana”, *Florentia Iliberritana* 3, pp. 375-398.
- (1992): *Evergetismo en la Hispania Romana*, Córdoba, (Tesis doctoral).

- (1994): *El mecenazgo cívico en la Bética. La contribución de los evergetas al desarrollo de la vida municipal*, Córdoba.
  - (1995): *Vías romanas de la provincia de Córdoba*, Córdoba.
  - (1999): *La munificencia cívica en el mundo romano*, Madrid.
  - (2001): “Consideraciones sobre la munificencia cívica en la Bética romana”, en M. Navarro Caballero; S. Demougin; F. Des Boscs-Plateaux (eds.), *Élites hispaniques*, Ausonius-Publications, Études 6, pp. 141-171.
  - (2002): “La navegación por el Guadalquivir en época Antigua y Medieval”, en *Patrimonio Histórico Hidráulico de la Cuenca del Guadalquivir*, Madrid, pp. 319-347.
  - (2004a): “El territorio”, en X. Dupré Raventós (ed.), *Las capitales provinciales de Hispania. Córdoba, Colonia Patricia Corduba*, Roma, pp. 105-117 y lam. VIII.
  - (2004b): “Inscripciones evergéticas hispanas con indicación del coste de las liberalidades realizadas”, en F. Chaves Tristán y F. J. García Fernández (eds.) *Moneta qua scripta. La moneda como soporte de escritura*, Anejos de AEspA XXXIII, Sevilla, pp. 255-264.
  - (2013): “Entre la *urbs* y el *fundus*: conmemoración funeraria y honorífica de las élites locales hispano-romanas en sus propiedades rústicas”, *Veleia* 30, pp. 119-142.
  - (2014): “El patronato sobre comunidades cívicas hispanas en época augustea”, *Studia Historica, Historia Antigua* 32, pp. 249-279.
  - (2017): Sobre la crisis del urbanismo cívico y monumental en el Occidente romano (siglos II a IV d. C.), *Revue de Études Anciennes* 119, pp. 661-668.
- MELCHOR GIL, E. y RODRÍGUEZ NEILA, J. F. (2002): “Sociedad espectáculos y evergetismo en Hispania”, en T. Nogales Basarrate (ed.), *Ludi romani. Espectáculos en Hispania romana*, Mérida, pp. 135-156.
- MELLO, E. y PIZZIGONI, G. (1990): “Resine, peci, bitumi”, en F. Berti, (cur.), *Fortuna Maris. La nave romana di Commacchio*, Bologna, pp. 161-164.
- MESSING, G. M. (1942): “Remarks on Anthimus. *De observatione ciborum*”, *Classical Philology* 37, pp. 150-158.
- MESTAYER DE ECHAGUE, M. (1999): *La cocina completa*, Madrid.

- MINAUD, G. (2004): "Villègiature, absence et gestión. De Néron à Hadrien", *Neronia IX. La villègiature dans le monde romain de Tibère à Hadrien. Actes du IX<sup>e</sup> congrès de la SIEN*, Bordeaux, pp. 115-120.
- MILLER, J. I. (1969): *The spice trade of the Roman Empire*, Oxford.
- MILLET, M. (1994): "Roman towns and their territories: an archaeological perspective", en J. A. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, pp. 169-189.
- MILLMAN, S. y KATES, R. (1990): "Toward Understanding Hunger", en L. F. Newman y W. Crossgrove *et alii* (eds.), *Hunger in History: Food Shortage, Poverty and Deprivation*, Cambridge, pp. 3-24.
- MILLS, J. S. y WHITE, R. (1977): "Natural resins of Art and Archaeology. Their sources, chemistry and identification", *Studies in conservation* 221, London, pp. 12-31.
- MITCHELL, P. (2017): "Human parasites in the Roman World: health consequences of conquering an empire", *Parasitology* 144 (1), pp. 48-58.
- MOMIGLIANO, A. (2006): "The origins of Rome", en F. W. Walbank *et alii* (eds.), *The Rise of Rome to 220 B.C. The Cambridge Ancient History, vol. VII*, Cambridge, pp. 52-96.
- MOMMSEN, T. (1960): *Historia de Roma*, Madrid.
- MONTANARI, M. (1999a): "Romans, Barbarians, Christians. The Dawn of European Food Culture", en L. F. Newman (ed.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 165-167.
- (1999b): "Food Systems and Models of Civilization", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 69-78.
- MONTEIX, N. (2013): "Cuisiner pour les autres: Les espaces commerciaux de production alimentaire à Pompéi", *Gallia* 70 (1), pp. 9-26.
- MONTRAVILE, R. (1951): *A Translation of Galen's Hygiene (De Sanitate Tudenda)*, Springfield.
- MORALEJO ÁLVAREZ, J. L. (2007) *Horacio. Odas, Canto Secular, Epodos*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2008): *Horacio. Sátiras, Epístolas, Arte Poética*, Madrid, Ed. Gredos.

- (1979-1980): *Tácito. Annales, I-XVI*, Madrid, Ed. Gredos.
- MORALES OTAL, C. y GARCÍA LÓPEZ, J. (1986): *Plutarco. Obras morales y de costumbres, Moralia II, Sobre la fortuna, Sobre la virtud y el vicio, Escrito de consolación a Apolonio, Consejos para conservar la salud, Deberes del matrimonio, Banquete de los siete sabios, Sobre la superstición*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1992): *Plutarco. Obras morales y de costumbres, Moralia I, Sobre la educación de los hijos, Cómo debe el joven escuchar la poesía, Sobre cómo se debe escuchar, Cómo distinguir a un adulator de un amigo, Cómo percibir los propios progresos en la virtud, Cómo sacar provecho de los enemigos, Sobre la abundancia de amigos*, Madrid, Ed. Gredos.
- MORENO GALLO, I. (2004): *Vías Romanas. Ingeniería y técnica constructiva*, Monterreina.
- (2013): “Vías romanas. Estado de la cuestión y perspectivas de futuro”, *Dendra médica. Revista de humanidades* 12, 2, pp. 211-233.
- MOREL, J. P. (1991): “El artesano”, en A. Giardina (ed.), *El hombre romano*, Madrid, pp. 257-288.
- MORLEY, N. (2006): “The poor in the city of Rome”, en M. Atkins y R. Osborne (eds.), *Poverty in the Roman World*, Cambridge, pp. 21-39.
- (2011): “Slavery under the Principate”, en P. A. Cartledge y K. R. Bradley (eds.), *The Cambridge World History of Slavery*, vol.1, Cambridge, pp. 265-286.
- MORENO ROJAS, R. (2000): *Nutrición y dietética para tecnólogos de alimentos*, Madrid.
- (2006): “Alimentación y cultura”, en R. Moreno Rojas (coord.), *Introducción a la alimentación humana: nutrición, tecnología, cultura, higiene*, Córdoba, pp. 19-24.
- MORO GALLO, I. (2006): *Vías romanas. Ingeniería y técnica constructiva*, Madrid.
- MORIN DE PABLOS, J., ROBERTO DE ALMEIDA, R. (2014): “La apicultura en la Hispania romana: producción, consumo y circulación”, en D. Bernal Casasola y M. Bustamente Álvarez (coords.), *Artífices Idóneos: artesanos, talleres y manufacturas en Hispania*, pp. 269-294.
- MORSIANI, S. (2017): “Vetri”, en A. Coralini, *Pompei. Insula IX 8. Vecchi e nuovi scavi (1879- )*, Bologna, pp. 709-802.

- MOURE CASAS, A. (1990): *Paladio. Tratado de agricultura, Medicina Veterinaria, Poema de los injertos*, Madrid, Ed. Gredos.
- MROZEK, S. (1972): “Crustulum et mulsum dans les villes italines”, *Athenaeum* 50, pp. 294-300.
- (1987): *Les distributions d'argent et de nourriture dans les villes italiennes du Haut-Empire romain*, Bruxelles.
- MOSSÉ, C. L. (1980): *El trabajo en Grecia y Roma*, Madrid.
- MUEHLHOFF, E. BENNET, A. y MACMAHON, D. (2013): *Milk and dairy products in human nutrition*. «<http://www.fao.org/search>». Consult. 14/ 3/17.
- MUÑIZ COELLO, J. (1975): “Aspectos sociales y económicos de Malaca romana”, *Habis* 6, pp. 241-252.
- MURILLO G. y MEHTA R. G. (2001): “Cruciferous vegetables and cancer prevention”, *Nutrition and Cancer* 41 (1-2) pp. 17-28.
- MURO GOIRI, A. (1891): *El Practicón*, Madrid.
- NÁCAR FÚSTER, E. y COLUNGA CUETO, A. (1971): *Sagrada Biblia*. Versión Directa de las Lenguas Originales, 9ª ed., M. García Cordero (rev.), Madrid, BAC.
- NAVARRO ANTOLÍN, F. (2010): *Macrobio. Saturnales*, Madrid, Ed. Gredos.
- NAVARRO GONZÁLEZ, J. L. (1988): *Luciano de Samósata. Obras. Sobre los que están a sueldo*, Madrid, Ed. Gredos.
- NAVARRO SANTANA, F. J. (1999): “El retorno a las ciudades de la aristocracia romana”, en J. F. Rodríguez Neila y F. J. Navarro Santana (eds.), *Elites y promoción social en la Hispania Romana*, Pamplona, pp. 167-200.
- (2014): “Expansión e identidad: ideas y valores del imperialismo romano”, en A. Caballos Rufino y E. Melchor Gil (eds.), *De Roma a las provincias: las élites como instrumento de proyección de Roma*, Sevilla, pp. 85-99.
- NEWBY, Z. (2015): “Roman Art and Spectacle”, en B. E. Borg (ed.), *A Companion to Roman Art*, Wiley Blackell, pp. 552-568.
- NEWMAN, J. (2000): “Wine”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, vol. 1, Cambridge, pp. 730-737.
- NEWMAN, L. y BOEGEHOLD, A. *et alii* (1990): “Agricultural Intensification, Urbanization, and Hierarchy”, en L. F. Newman y W. Crossgrove *et alii* (eds.),

- Hunger in History: Food Shortage, Poverty, and Deprivation*, Cambridge, pp. 101-125.
- NIELSEN, H. S. (1998): "Roman children at mealtimes", en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 56-66.
- NIELSEN, I. (1998): "Royal banquets: the Development of Royal Banquets and Banqueting Halls from Alexander to the Tetrarchs", en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 102-133.
- NOCK, A. D. (1933): *Conversion*, Oxford.
- NOLA, R. (1997): *Libro de Guisados, Manjares y Potajes. Libro de cocina*, Logroño, 1529, *ed. fac.* Valencia.
- NOY, D. (1998): "The Sixth Hour is the Mealtime for Scholars", en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 134-144.
- NUTTON, V. (1995): "Scribonius Largus, the Unknown Pharmacologist", *Pharmaceutical History* 25, pp. 5-8.
- (2000): "Medical thoughts on urban pollution", en V. M. Hope y E. Marshall (eds.), *Death and disease in the Ancient city*, London, pp. 65-73.
- OLMOS ROMERA, R. (1991): "Puellae Gaditanae ¿Heteras de Astarté?", *Archivo Español de Arqueología* 64, pp. 99-109.
- OROZ RETA, J. y MARCOS CASQUERO, M. A. (1982-1983): *Isidoro de Sevilla. Orígenes*, Madrid, BAC.
- ØRSTED, P. (1998): "Salt, fish and the sea in the Roman Empire", en I. Nielsen y H. S. Nielsen (eds.), *Meals in a Social Context: aspects of the communal meal in the Hellenistic and Roman world*, Oxford, pp. 13-35.
- ORTEGA CARMONA, A. (1984): *Píndaro. Odas y Fragmentos, Olímpicas, Píticas, Nemeas, Istmicas, Fragmentos*, Madrid, Ed. Gredos.
- OSBORNE, R. (2006): "Roman poverty in context", en M. Atwood y R. Osborne (eds.), *Poverty in the Roman World*, Cambridge, pp. 1-20.
- PABÓN de ACUÑA, C. T. (2009): *Cicerón. De legibus*, Madrid, Ed. Gredos.

- (1998): *Homero. Odisea*, Madrid, Ed. Gredos.
- PALACIOS MACÍAS, V. M., GARCÍA VARGAS, E., BERNAL CASASOLA, E., *et alii*, (2015): “Conservas antiguas y gastronomía contemporánea”, en D. Bernal Casasola, J. A. Expósito Álvarez y J.S. Vicente-Franqueira (eds.) *Un Estrecho de Conservas. Del garum de Baelo Claudia a la melva de Tarifa*, Cádiz, pp. 89-106.
- PANELLA, C. (2006): “La viticoltura e il vino nell’Italia romana”, en M. G. Marchetti y M. Torelli, (eds.), *Il vino. Tra mito e cultura*, Ginevra-Milano, pp. 41-54
- PAOLI, U. E. (1990): *Urbs. La vida en la Roma antigua*, Barcelona.
- PARKER, A. J. (1992): *Ancient Shipwrecks of Mediterranean & the Roman Provinces*, Oxford.
- PARKINS, H. M. (2005): “The «consumer city» domesticated? The Roman city in élite economic strategies”, en H. M. Parkins (ed.), *Roman Urbanism. Beyond the Consumer City*, London, pp. 81-108.
- PASQUALINI, A. (1970): “Note su alcuni aspetti politici di un costume di época imperiale, le sportulae municipali”, *Helikon* 9-10, pp. 263-312.
- PATTERSON, C. B. (1998): *The Family in Greek History*, Massachusetts.
- PATTERSON, K. D. (2000): “Russia”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, Cambridge, vol. 2, pp. 1240-1247.
- PAVIS D'ESCURAC, H. (1976): *La préfecture de l'annone, service administratif impérial d'Auguste à Constantin*, Rome.
- PEINADO ESPINOSA, M<sup>a</sup>. V. (2010): *Cerámicas comunes romanas en el Alto Guadalquivir: el alfar de los villares de Andújar*, Granada.
- (2011): “*Mortaria Baeticae*. La producción de morteros en la Bética durante el Alto Imperio”, *Cuadernos de Prehistoria y Arqueología de la Universidad de Granada* 21, pp. 283-302.
- (2012): “Las cerámicas de cocina en el Alto Guadalquivir, siglos I-II d.C.”, en D. Bernal Casasola y A. Ribera i Lacomba (Eds.), *Cerámicas hispanorromanas II. Producciones regionales*”, Cádiz, pp. 395-406.
- PEÑA CERVANTES, Y. (2010): *Torcularia: la producción de vino y aceite en Hispania*, Tarragona.

- PEREA YÉBENES, S. (2006): “El uso de la sal en el ejército romano y su abastecimiento en época altoimperial”, en A. Morillo (ed.), *Arqueología Militar Romana en Hispania. Producción y abastecimiento en el ámbito militar*, León, pp. 345-359.
- PEREIRA SIESO, J. y GARCÍA GÓMEZ, E. (2002): “Bellotas, el alimento de la edad de oro”, *Arqueoweb* 4, 2.
- PÉREZ JIMÉNEZ, A. (2008): *Plutarco. Vidas Paralelas, Solón, Públicola, Temístocles, Camilo, Pericles, Fabio Máximo*, Madrid, Ed. Gredos.
- (2000): “La dieta mediterránea. Una herencia cultural saludable”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comidas y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, pp. 7-20.
- PÉREZ JIMÉNEZ, A. y MARTÍNEZ DÍEZ, A. (1978): *Hesíodo. Obras y Fragmentos, Teogonía. Trabajos y Días, Escudo, Fragmentos, Certamen*, Madrid, Ed. Gredos.
- PEREZ ZURITA, A. (2011): “Control y administración de pesos y medidas en las ciudades del Imperio romano (*pars Occidentalis*)”, *Gerión* 29, pp. 123-148.
- PERING, D. (1994): “Spatial organisation and social change in Roman towns”, en J. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, pp. 273-291.
- PERRY, C. (1981): “The oldest Mediterranean noodle: a cautionary tale”, *Petit Propos Culinaire*, 9, pp. 42-45.
- PETERS-DESTÉRACT, M. (2005): *Pain, bière et toutes bonnes choses. L'alimentation dans l'Égypte ancienne*, Monaco.
- PETIT, P. (1976): *La paz romana*, Barcelona.
- PILCHER, J. (2012): “Introduction”, en J. Pilcher (ed.), *The Oxford Handbook of Food History*, Oxford, pp. XVII-XXVIII-.
- PIROZZI, M. E. A. (2003): *Ercolano: gli scavi, la storia, il territorio*, Milano.
- PITTE, J. R. (2004): *Le vin et le divin*, Paris.
- PLOMMER, H. (1973): *Vitruvius and Later Roman Building Manuals*, Cambridge, University Press.
- PODE MILES, D. (1987): *Forbidden pleasures: Sumptuary laws and the ideology of moral decline in ancient Rome*, London. (Tesis doctoral publicada en: <<http://discovery.ucl.ac.uk/1141131/1/DX189489.pdf>>) Consult. 17/5/17.



- POMEROY, S. B. (1999): *Diosas, rameras, esposas y esclavas. Mujeres de la Antigüedad clásica*, Madrid.
- PONSICH, M. (1988): *Aceite de oliva y salazones de pescado. Factores geoeconómicos de Bética y Tingitania*, Madrid.
- PONSICH, M. y TARRADELL i MATEU, M. (1965): *Garum et industries antiquae de salaison dans la Méditerranée occidentale*, Paris.
- PORTE, D. (2001): *Fêtes romaines antiques*, Paris.
- POWELL, O. (2003): *Galeno, De alimentorum facultatibus*, Cambridge, Cambridge University Press.
- PURCELL, N. (1994): “Women and Wine in Ancient Rome”, en M. McDonald (ed.), *Gender, Drink and Drunks*, Oxford, pp. 190-208.
- (2013): “Romans, Play On! City of the Games”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 441-460.
- QUESADA SANZ, F. (1995): “Vino y guerreros: banquete, valores aristocráticos y alcohol en Iberia”, en S. Celestino Pérez (ed.), *Arqueología del vino. Los orígenes del vino en Occidente*, Jerez, pp. 271- 298.
- RACE, G. (1999): *La cucina del mondo classico*, Napoli.
- RADAELLI, E. (2018): “Los alimentos (vino y dátiles) de Palestina y Líbano en Roma y en Ostia durante el Medio Imperio (siglos II-principios del III d.C.): Análisis de datos que derivan de las ánforas”, en M. Andrés Chain, A. M. Gutiérrez Hernández et alii (eds.), *La alimentación en la Historia*, Salamanca, pp. 127-140.
- RAMÍREZ TORTOSA, M<sup>a</sup>. C. y QUILES MORALES, J. L. (2010): “Vitamina C, vitamina E y otros antioxidantes de origen alimentario”, en A. Gil Hernández, *Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición*, Madrid, pp. 695-730.
- RAMOS-IBAÑEZ, N. (2002): “Hambre, saciedad y apetito. Su repercusión en el estado nutricional de los individuos”, en *Nutrición Clínica* 5 (4), pp. 296-308.
- RASCÓN GARCÍA, C. y GARCÍA GONZÁLEZ, J. M. (1993): *Ley de las XII tablas*, Madrid.
- RECIO GARCÍA, T. y SOLER RUIZ, A. (1990): *Virgilio. Bucólicas, Geórgicas, Apéndice Virgiliano*, Madrid, Ed. Gredos.
- REDDÉ, M. y GOLVIN, J. C. (2005): *Voyages sur la Méditerranée romaine*, Paris.

REMESAL RODRÍGUEZ, J. (1977-1978): “La economía oleícola bética: nuevas formas de análisis”, *Archivo Español de Arqueología* 50-51, pp. 87-142.

- (1986): *La annona militaris y la exportación de aceite bético a Germania*, Madrid.
- (2002): “*Providentia et Annona: Cum ventri tibi humano negotium est*”, en F. Marco Simón; F. Pina Polo; J. Remesal Rodríguez (coords.), *Religión y propaganda política en el mundo romano. Actas de la reunión realizada en Zaragoza los días 5 y 6 de junio*, pp. 119-125
- (2004): “Oro verde: el aceite bético en el Imperio Romano”, en M. Pérez; J. A. Soler; P. Martínez (coords.), *Scombraria, la historia oculta bajo el mar: arqueología submarina en Escombreras (Cartagena): 17 marzo - 4 junio*. Museo Arqueológico de Murcia, Cartagena, pp. 31-37.
- (2017): “Introducción”, en J. Remesal Rodríguez (ed.), *Economía romana: nuevas perspectivas*, Barcelona, pp. 11-16.

REMESAL RODRÍGUEZ, J. y PINA POLO, F. (eds.) (2010): *Viajeros, peregrinos y aventureros en el mundo romano*, Barcelona.

RÉMONDON, R. (1984): *La crisis del Imperio romano, de Marco Aurelio a Anastasio*, Barcelona.

RENFREW, J. (1988): “Food for athletes and gods: a classical diet” en W. J. Raschke (ed.), *The Archaeology of the Olympics*, Madison, pp. 174-181.

RENEE SALZMAN, M. (2013): “Structuring time: festivals, holidays and the calendar”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 478-496.

REPETTO JIMÉNEZ, M. (1977): *Toxicología Fundamental*, Madrid.

REQUEJO PRIETO, J. M. (1981): *Tácito. Agrícola, Germania, Diálogo sobre los oradores*, Madrid, Ed. Gredos.

- (1990): *Cicerón. Verrinas, Discurso contra Q. Cecilio, Primera sesión, Segunda sesión (discursos I y II), Segunda sesión (discursos III y IV)* 2 vols. Madrid, Ed. Gredos.

RIBER CAMPANET, L. (1966): *Lucio Anneo Séneca. Obras completas*, Madrid, Ed. Aguilar.

- RICKMAN, G. (1980a): "The grain trade under the Roman Empire", *Memoirs of the American Academy in Rome* 36, pp. 261–275.
- (1980b): *The Corn Supply of Ancient Rome*, New York.
- RITIG-BELJAK, N. (1999): "Dormouse: an Ancient Delicacy on the Plate of the Croatian Peasant", en *Alimentación y Cultura. Actas del Congreso Internacional*, Huesca, pp.181-188.
- RIVA, C. (2010): "Nuove tecnologie del sé: il banchetto rituale collettivo in Etruria", en C. Mata Parreño, G. Pérez Jorda i J. Vives-Ferrándiz Sánchez (eds.), *Saguntum. Papeles del Laboratorio de Arqueología de Valencia, extra 9. De la Cuina a la Taula. IV Reunió d'Economia en el primer mil·lenni a.C.*, pp. 70-81.
- ROBERT, J. N. (1985): *La vie à la campagne dans l'Antiquité romaine*, Paris.
- (1992): *Los placeres en Roma*, Madrid.
- (1999): *Eros romano. Sexo y moral en la Roma antigua*, Madrid.
- ROCA MELIÁ, I. (1986): *Séneca el joven. Epístolas morales a Lucilio, I-IX*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1989): *Séneca el joven. Epístolas morales a Lucilio, X-XXII*, Madrid, Ed. Gredos.
- RODRÍGUEZ ADRADOS, F. (1987): *Aristófanes. Las avispas, La paz, Las aves, Lisístrata*, Madrid, Ed. Cátedra.
- RODRÍGUEZ ALMEIDA, E. (1979): "Monte Testaccio: I mercatores dell'olio della Betica", *MEFRA* 91, 873-975.
- RODRÍGUEZ ENNES, L. (1992): *Estudio sobre el "edictum de feris"*, Madrid.
- RODRÍGUEZ ESTÉVEZ, V. *et alii* (2008): "Dimensiones y características nutritivas de las bellotas de los quercus de la Dehesa", *Archivos de Zootecnia* 57, pp. 1-12.
- RODRÍGUEZ GARCIA, R. (2015): "Aproximación antropológica a la lactancia materna", *Revista de Antropología Experimental* 15, pp. 407-429.
- RODRÍGUEZ NEILA, J. F. (1996): *Ecología en la Antigüedad Clásica*, Madrid.
- (1999a): "Elites municipales y ejercicio del poder en la Bética romana", en J. F. Rodríguez Neila y F. J. Navarro Santana (eds.), *Elites y promoción social en la Hispania romana*, Pamplona, pp. 25-102.

- (1999b): “El trabajo en las ciudades de la Hispania Romana”, en J. F. Rodríguez Neila, C. González Román *et alii* (eds.), *El trabajo en la Hispania Romana*, Madrid, pp. 9-118.
  - (2009): “*In publicum vescere*. El banquete municipal romano”, en J. F. Rodríguez Neila (ed.), *Hispania y la epigrafía romana. Cuatro perspectivas*, Bologna, pp. 13-82.
- RODRÍGUEZ NEILA, J. F. y MELCHOR GIL, E. (2001): “Evergetismo y *cursus honorum* de los magistrados municipales en las provincias de Bética y Lusitania”, en C. Castillo García; F. J. Navarro Santana; R. Martínez Fernández (eds.), *De Augusto a Trajano. Un siglo en la Historia de Hispania*, Pamplona, pp. 139-238.
- RODRÍGUEZ-NORIEGA GUILLÉN, L. (1998a): *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros I-II*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1998b): *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros III-V*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (2006a): *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros VI-VII*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (2006b): *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros VIII-X*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (2014): *Ateneo. Banquete de los eruditos, Libros XI-XIII*, Madrid, Ed. Gredos.
- RODRÍGUEZ-PANTOJA MÁRQUEZ, M. (1996): *Cicerón. Cartas a Ático*, 2 vols. Madrid, Ed. Gredos.
- ROMERI, L. (2000): “Athenaeus between Banquet and Anti-banquet”, en D. Braund y J. Wilkins (eds.), *Athenaeus and his World*, Exeter, pp. 256-271.
- ROSIVAC, V. J. (2006): “The *Lex Fannia Sumptuaria* of 161 BC.”, *The Classical Journal* 102, n. 1, pp. 1-15.
- ROSTOVZEFF, M. (1981): *Historia social y económica del imperio romano*, t. I, Madrid.
- RUBIERA CANCELAS, C. (2001): “Las esclavas en la regulación jurídica. Algunas notas del Digesto”, *El Futuro del Pasado* 2, pp. 439-451.
- RUBIO FERNÁNDEZ, L. (1988): *Petronio. El Satiricón*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1995): *Apuleyo. El asno de oro*, Madrid, Ed. Gredos.
- RUIZ ACEVEDO, J. M. y DELGADO BÉJAR, F. (1991): *El agua en las ciudades de la Bética*, Sevilla.
- RUIZ DE ARBULO BAYONA, J. y GRIS JEREMÍAS, F. (2017): “Los negocios de hostelería en Pompeya: *cauponiae, hospitia et stabula*”, en S. Santoro, (coord.)

- Emptor et mercator. Spazi e rappresentazioni del commercio romano*, Bari, pp. 153-176.
- RUIZ DE ELVIRA, A. (1992): *Ovidio. Metamorfosis, Libros VI-X*, Madrid, CSIC.
- RUIZ GARCÍA, E. (1988): *Teofrasto. Caracteres*, Madrid, Ed. Gredos.
- RUIZ GUTIERREZ, A. (2002): “Civitas y desarrollo urbano en la Cantabria romana”, J. M. Iglesias Gil, *Actas de los XII Cursos Monográficos sobre el Patrimonio Histórico* (Reinosa, julio-agosto 2001), pp. 401-411.
- (2009): “La gestión pública del agua en ciudades de la Hispania Romana”, en E. Illaguerri Gómez (coord.), *Arqueología del Agua*, pp. 69-90.
  - (2016): *Historia de Grecia y el mundo helenístico*, Santander.
- RUTER, J. B. III, (2016): *The seed of Principate: annona and Imperial Politics*, (Tesis doctoral, publicada en: «<https://www.exhibit.xavier.edu/>»). Consult. 2/1/18.
- RYAN, J. (2003): *Kvas*, Boston. (Tesis doctoral publicada en: «[http://www.gastromancer.com/web\\_posted\\_docs/MLA\\_Thesis\\_Kvas.pdf](http://www.gastromancer.com/web_posted_docs/MLA_Thesis_Kvas.pdf)»). Consult. 3/10/17.
- SÁEZ FERNÁNDEZ, P. (1987): *Agricultura romana de la Bética*, Sevilla.
- SALIDO DOMÍNGUEZ, J. (2008): “La investigación sobre los horrea de época romana: Balance historiográfico y perspectivas de futuro”, *CuPAUAM* 34, pp. 105-124.
- (2011): “El almacenamiento de cereal en los establecimientos rurales hispanorromanos”, en J. Arce Martínez y B. Goffaux, *Horrea d’Hispanie et la Méditerranée romaine*, Madrid, pp. 127-142.
  - (2015): “Los graneros sobreelevados rurales en la Hispania romana: materiales y técnicas constructivas”, *Arqueología de la Arquitectura* 12, «<http://dx.doi.org/10.3989/arq.arqt.2015.008>». Consult. 21/10/18.
  - (2017): “Arquitectura rural romana: graneros y almacenes en el Occidente del Imperio” *Archéologie et Histoire Romaine* 35.
- SALLER, R. (1982): “Personal Patronage under the Early Empire”, *Journal of Roman Studies* 77, Cambridge, pp. 198-199.
- (1984): “Familia, domus, and the Roman conception of the family”, *Phoenix* 38 pp. 336-355.
- SALZA PRINA, E. (1978): “Cucine e quartieri servili in epoca romana”, *Rendiconti della Pontificia Accademia Romana di Archeologia* 51-52, pp. 237-294.

- (1979): “Forme speciali di triclini”, *Cronache Pompeiane* 5, pp. 102-149.
  - (1983): *L'arte del convito nella Roma antica*, Roma.
- SALZMAN, M. R. (2013): “Structuring time: festivals, holidays and the calendar”, en P. Erdkamp (ed.), *The Cambridge Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 478-496.
- SÁNCHEZ DE PRADO, M<sup>a</sup>. D. (2012): “Los recipientes de vidrio”, en P. García Borja, D. López Serrano y J. L. Jiménez Salvador (eds.), *Al pie de la Vía Augusta. Yacimiento romano de Faldetes (Moixent, València)*, Alcoy, pp. 67-82.
- (2018): *La vajilla de vidrio en el ámbito suroriental de la Hispania romana. Comercio y producción entre los s. I al VII d.C.*, Alicante.
- SÁNCHEZ GUILLÉN, J. (2009): *El apasionante mundo del vino*, Córdoba.
- SÁNCHEZ SÁNCHEZ, M. A. (2004): “Cajita con frutos carbonizados procedente de Herculano”, en C. Rodrigo Zarzosa y J. L. Jiménez Salvador (eds.), *Bajo la cólera del Vesubio: testimonios de Pompeya y Herculano en la época de Carlos III*, Valencia, pp. 368-371.
- SANCHO ROYO, A. (1985): *Apiano. Historia Romana*, Madrid, Ed. Gredos.
- SANTERO SANTURINO, J. M. (1978): *Asociaciones populares en Hispania romana*, Sevilla.
- SANTICH, B. (1989): “Testo, tegamo, tiella, tian: the Mediterranean camp oven”, *Oxford Symposium on Food and Cookery, 1988: the cooking pot: proceedings*, pp. 139-142.
- SANZ MINGOTE, L. (1988): *Hipócrates. Tratados Hipocráticos, Tratados Ginecológicos: Sobre las enfermedades de las mujeres, Sobre las mujeres estériles, Sobre las enfermedades de las vírgenes, Sobre la superfetación, Sobre la excisión del feto, Sobre la naturaleza de la mujer*, Madrid, Ed. Gredos.
- SAQUETE SALIDO, J. C. (1997): “Las élites sociales de Augusta Emerita” *Cuadernos emeritenses* 13, pp. 9-185.
- (2000): *Las vírgenes vestales: un sacerdocio femenino en la religión pública romana*, Madrid.
  - (2003): *Marco Ulpio Trajano, emperador de Roma: documentos y fuentes para el estudio de su reinado*, Sevilla.
- SAROBÉ PUEYO, V. M. (ed.) (1995): *El cocinero religioso. Antonio Salsete*, Pamplona.

- SASSATELLI, G. (1999): "The diet of the Etruscans", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 106-112.
- SCHEID, J. (1985): "Sacrifice et banquet à Rome", *Melanges de l'École française de Rome, Antiquité* 97, 1, pp. 193-206.
- (2007): *Res gestae divi Augusti*, Paris, Les Belles Lettres.
  - (2008): "Le statut de la viande à Rome", *Food & History* 5, pp. 19-28.
- SCHEIDEL, W. (2009): "Disease and death in the ancient city of Rome", en P. Erdkamp (ed.), *The Companion to Ancient Rome*, Cambridge, pp. 45-59.
- SCHMITT-PANTEL, P. (1997): *La cité au Banquet. Histoire des repas publics dans les cités grecques*, Rome.
- (1981): "Le Festin dans la fête de la cité grecque hellénistique", *Annales Littéraires de l'Université de Besançon* 262, pp. 85-100.
  - (1999a): "Sacrificial Meal and Symposion: Two Models of Civic Institutions in the Archaic City?" en O. Murray (ed.), *Symptica. A Symposium on the Symposion*, Oxford, pp. 14- 36.
  - (1999b): "Greek Meals. A Civic Ritual", en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.), *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 90-95.
- SCHRADER GARCÍA, C. (1985): *Herodoto. Historia, Libro VII*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1988): *Herodoto. Historia, Libros V-VI*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (1989): *Herodoto. Historia, Libros VIII-IX*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (1992): *Herodoto. Historia, Libro II*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (1995): *Herodoto. Historia, Libros III-IV*, Madrid, Ed. Gredos.
  - (1999): *Herodoto. Historia, Libro I*, Madrid, Ed. Gredos.
- SEALEY, P. R. (1985): "Amphoras from the 1970 excavations at Colchester Sheepen", *British archaeological reports. British series* 142, Oxford.
- SEGURA MUNGÍA, S. (1980): *Apuleyo. Apología, Flórida*, Madrid, Ed. Gredos.
- SEGURA RAMOS, B. (1988): *Ovidio. Fastos*, Madrid, Ed. Gredos.
- (1997): *Salustio. Conjuración de Catilina, Guerra de Jugurta, Fragmentos de las "Historias". Pseudo Salustio. Cartas a César, Inectiva contra Cicerón. Pseudo Cicerón. Inectiva contra Salustio*, Madrid, Ed. Gredos.

- SERRAO, F. (2000): *Mercati permanenti e mercati periodici nel mondo romano*, Bari.
- SILLIÈRES, P. (1990): *Les voies de communication de l'Hispanie méridionale*, Paris.
- SIMOONS, F. J. (1961): *Eat Not This Flesh: Food Avoidances in the Old World*, Madison.
- SIRKS, A. (1991): *Food for Rome. The legal structure of the transportation and processing of supplies for the imperial distributions in Rome and Constantinople*, Amsterdam.
- SMITH, R. (2006): "The Construction of the Past in the Roman Empire", en D. Potter (ed.), *A Companion to The Roman Empire*, Malden, pp. 411-438.
- (2007): "The imperial court of the late Roman empire", en A. J. S. Spawforth (ed.), *The Court and Court Society in Ancient Monarchies*, Cambridge, pp. 157-232.
- SOLER RUIZ, A. (1993): *Catulo. Poemas. Tíbulo. Elegías*, Madrid, Ed. Gredos.
- SOLER, J. (1996): "Les raisons de la Bible: règles alimentaires hébraïques", en J. L. Flandrin y M. Montanari, (dirs.), *Histoire de l'Alimentation*, Paris, pp. 73-84.
- SONNANTE, G.; PIGNONE, D.; HAMMER, K. (2007): "The Domestication of Artichoke and Cardoon: From Roman Times to the Genomic Age", en *Annales Botanica* Oct. 100 (5), pp. 1095-1100.
- SOUICI, S. W.; FACHMANN, W.; KURAUT, H. (1999): *Tablas de composición de alimentos. El pequeño "Souci-Fachmann-Kraut"*, Huesca.
- SOYER, A. (2004): *Food, Cookery and Dining in Ancient Times*, New York.
- SPENCER, W. G. (1971): *Celso. De Medicina*, 3 vols. London, Loeb Classical Library.
- SYMONS, M. (2000): *A History of Cooks and Cooking*, Champaign.
- TABANELLI, M. (1972): "La medicina el mundo de los etruscos", en P. Laín Entralgo (ed.), *Historia Universal de la Medicina. Antigüedad Clásica*, t. II, Barcelona, pp. 201-206.
- TALLET, P. (2002): *Historia de la cocina faraónica*, Barcelona.
- TAMANG, J. P.; THAPA, N.; TAMANG, B.; CHETTRI, R. (2015): "Microorganism in Fermented Foods and Beverages", en J. P. Tamang (ed.), *Health Benefits of Fermented Foods*, Boca Ratón, pp. 1-87.
- TAMANG, J. P. y SAMUEL, D. (2015): "Dietary Cultures and Antiquity of Fermented Foods and Beverages", en J. P. Tamang y K. Kailasapathy (eds.), *Fermented Foods and Beverages of the World*, Boca Ratón, pp. 1-40.
- TANNAHILL, R. (1989): *Food in History*, Nueva York.



- TCHERNIA, A. (1986): *Le vin de l'Italie romaine. Essai d'Histoire économique d'après les amphores*, Roma.
- (1995): "Vin et Honneur", en O. Murray y M. Tecusan (eds.), *In Vino Veritas: Conference on wine and society in the ancient world, Rome, 1991*, London, pp. 297-303.
  - (2000): "La vente du vin", en E. Lo Cascio (ed.), *Mercati permanente e mercati periodici nel mondo romano. Atti degli Incontri capresi di storia dell'economia antica (Capri, 13-15 ottobre 1997)*, Bari, pp. 199-210.
- TCHERNIA, A. y BRUN, J. P. (1999): *Le vin romaine antique*, Grenoble.
- TEJA, A. (1988): *L'esercizio fisico nell'antica Roma*, Roma.
- TEMIN, P. (2009): "La economía del Alto Imperio romano", *Procesos de mercado: revista europea de economía política* 2, pp. 265-290.
- (2012): "The contribution of economics", en W. Scheidel (ed.), *Roman Economy*, Cambridge, pp. 45-70.
  - (2013): *The Roman Market Economy*, Princeton.
- THÉBERT, Y. (1991): "El esclavo", en A. Giardina (ed.), *El hombre romano*, Madrid, pp. 161-200.
- (1993): "Vida privada y arquitectura doméstica en el África romana", en P. Ariès y G. Duby (dirs.), *Historia de la vida privada I. Del Imperio romano al año mil*, Barcelona, pp. 305-402.
- THIRKELL, R. (2014): "Luxury at Rome: *avaritia*, *aemulatio* and the *mos maiorum*", *Ex Historia* 6, pp. 117-143.
- THIS, H. (1993): *Los secretos de los pucheros*, Zaragoza.
- THURMOND, D. L. (2006): *A Handbook of Food Processing in Classical Rome*, Brill.
- TONER, J. (2012): *Sesenta millones de romanos. La cultura del pueblo en la antigua Roma*, Barcelona.
- TOOMRE, L. N. (1992): *Classic Russian Cooking, Elena Molokhovets. A Gift to Young Housewives*, Indiana.
- TORRENT RODRÍGUEZ, F. (2002): *Publio Papinio Estacio. Silvas*, Madrid, Ed. Gredos.
- TOUSSAINT-SAMAT, M. (2000): *History of Food*, Cornwall.
- TOYNBEE, A. (1965): *Hannibal's Legacy II*, 2 vols., London.

- TREGGIARI, S. M. (1973): "Domestic staff at Rome during the Julio-Claudian period", *Histoire Sociale* 6, pp. 241-255
- (1979): "Lower class women in Roman economy", *Florilegium* 1, pp. 65-86.
  - (1980): "Urban labour in Rome: *mercenarii* and *tabernarii*", en P. Garnsey (ed.), *Non-slave labour in the Greco-Roman world*, Cambridge, pp. 48-64.
  - (2006): "Roman Marriage", en A. K. Bowman; E. Champlin; A. Lintott, *Cambridge Ancient History X. The Augustan Empire. 43 B.C -69 A.D.*, Cambridge, pp. 873-904.
- TURCAN, R. (1986): "L'eau dans l'alimentation et la cuisine à l'époque romaine", en P. Louis (dir.), *L'Homme et l'Eau en Méditerranée et au Proche Orient III. L'eau dans les techniques. Séminaire de recherche, 1981-1982*, Lyon, pp. 21-28.
- (2001): *Los cultos orientales en el mundo romano*, Madrid.
- UNWIN, T. (2001): *El vino y la viña*, Barcelona.
- URBAN FERNÁNDEZ, A. (1995): *Concordantia Apiciana*, Hildesheim.
- URBANIK, J. (1998): "Sponsio servi", *The Journal of Juristic Papyrology*, vol. XXVIII, pp. 181-197.
- VALDÉS GALLEGO, J. A. (2000-2003): *Símaco. Cartas*, 2 vols. Madrid, Ed. Gredos.
- VAN ANDRINGA, W. (2008): "Du sanctuaire au macellum: sacrifices, commerce et consommation de la viande à Pompéi", *Food & History* 5, pp. 47-72.
- VAN DER VEEN, M. (2003): "When is Food a Luxury", *World Archaeology* 34, 3, pp. 405-427.
- VAQUERIZO GIL, D. (2001a): "La pompa funebris", en D. Vaquerizo Gil (coord.), *Funus Cordobensium. Costumbres funerarias en la Córdoba romana*. Córdoba, pp. 62-63.
- (2001b): "La pietas: culto a los antepasados y ceremonias conmemorativas", en D. Vaquerizo Gil (coord.), *Funus cordobensium. Costumbres funerarias en la Córdoba romana*. Córdoba, pp. 72-73.
- VAQUERIZO GIL, D. y NOGUERA CELDRÁN, J. M. (1997): *La villa romana de El Ruedo. Decoración escultórica e interpretación*, Murcia.
- VARA DONADO, J. (1997): *Flavio Josefo. Antigüedades Judías, Libros XII-XX*, Madrid, Ed. Akal.

- VARELA MOREIRAS, G. (1999): “Importancia de la dieta en relación con la salud”, en A. Sastre Gallego y M. Hernández Rodríguez (dirs.), *Tratado de Nutrición*, Madrid, pp. 601-626.
- VARONE, A. (2010): “Vini e mescite in area vesuviana. A proposito del bere a Pompei”, en G. Di Pasquale (ed.): *Vinum nostrum. Arte, scienza e miti del vino nelle civiltà del Mediterraneo Antico*, Florencia, pp. 216-227.
- VENTURA VILLANUEVA, A. (1996): “Acueductos y abastecimientos de agua”, en D. Vaquerizo Gil (ed.), *Córdoba en tiempos de Séneca*, Córdoba, pp. 96-102.
- (2002): “Kuchenform o molde de cocina con escena teatral”, en A. Ventura *et alii.* (eds.), *El teatro romano de Córdoba*, Córdoba, pp. 231-236.
- VERHAGEN, V. P. (2016): *The Non Latin Lexis in the Cooking Terminology of Anthimus' De Observatione Ciborum*, Leiden. (Tesis doctoral publicada en: «<https://openaccess.leidenuniv.nl/handle/1887/41917>» Consult. 3/3/18).
- VERNANT, J. P. (1976): *Le origini del pensiero greco*, Roma.
- (2003): *Mito y sociedad en la Grecia antigua*, Madrid.
- VETTA, M. (1999): “The Culture of the Symposium”, en J. L. Flandrin y M. Montanari (eds.) *Food. A Culinary History from Antiquity to the Present*, New York, pp. 98-105.
- VEYNE, P. (1976): *Le pain et le cirque. Sociologie historique d'un pluralisme politique*, Paris.
- (1961): “Vie de Trimalcion”, *Annales* 16, 2, pp. 213-247.
- (1963): “Cave canem”, *Melanges d'archéologie et d'histoire* 75, 1, pp. 59-66.
- (1990): *La société romaine*, Paris.
- (1993): “El Imperio romano”, en P. Ariès y G. Duby (eds.), *Historia de la vida privada*, Barcelona, pp. 19-228.
- VIDAL-NAQUET, P. (2003): *El mundo de Homero*, Buenos Aires.
- VILLAR VIDAL, J. A. (1993-2008): *Tito Livio. Historia de Roma desde su fundación, Libros I-XLV*, 8 vols. Madrid, Ed. Gredos.
- VILLARD, P. (1987): “Femmes au symposion”, en F. Thélamon (ed.), *Sociabilité, pouvoirs et société: Actes du colloque de Rouen, novembre 1983*, Rouen.

- VILLEGAS BECERRIL, A. (2001): *Gastronomía Romana y Dieta Mediterránea*, Córdoba.
- (2003): *Aceite de Oliva y Cocina Antigua*, Córdoba.
  - (2014a): *Cocina española e internacional*, Vigo.
  - (2014b): *Elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos*, Vigo.
  - (2015): *Grandes maestros de la historia de la gastronomía*, Córdoba.
  - (2018): “Tapas, avisillos, incitativos, llamativos... gollerías”, *Revista Española de Cultura Gastronómica*, Madrid, pp. 13-26.
- VILLEGAS MONTESINOS, M. (1910): *El peligro alcohólico*, Madrid, (Tesis doctoral publicada en 1915, <<https://eprints.ucm.es/view/divisions/9142.html>>)
- VIRLOUVET, C. (1994): “Les lois frumentaires d’époque républicaine”, *Le ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*”, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 11-23.
- (1995): *Tessera frumentaria. Les procédures de la distribution du blé public à Rome*, Roma.
- VIZCAÍNO SÁNCHEZ, J. (2004): “El comercio mediterráneo en la Antigüedad tardía”, en J. Pinedo Reyes, D. Alonso Campoy (coords.), *Scombraria, la historia oculta bajo el mar: arqueología submarina en Escombreras (Cartagena): 17 marzo-4 junio, MMIV. Museo Arqueológico de Murcia*, Cartagena, pp. 108-117.
- VIZCAÍNO SÁNCHEZ, J.; NOGUERA CELDRÁN, J. M.; MADRID BALANZA, M<sup>a</sup>. J.
- (2017a): “Un molde cerámico con escena de *ludi circenses* hallado en el barrio del foro romano de Carthago Nova” en J. López Vilar (ed.), *Tercer Congrés Internacional D’Arqueologia i Món Antic. La glòria del circ curses de carros i competicions circenses*, Tarragona, 16-19 de novembre de 2016, pp. 101-106.
  - (2017b): “Pistores *dulciarii* en el barrio del Foro de Carthago Nova. A propósito del hallazgo de dos moldes cerámicos bivalvos”, *Anales de Arqueología Cordobesa* 28, pp. 127-152.

- VOLPE CACCIATORE, P. (2000): “El régimen según Galeno”, en A. Pérez Jiménez y G. Cruz Andreotti (eds.), *Dieta Mediterránea. Comida y hábitos alimenticios en las culturas mediterráneas*, Málaga, pp. 91-101.
- WALLACE-HADRILL, A. (1982): “Between Citizen and King”, *The Journal of Roman Studies* 72, pp. 32-48.
- (1988): “The Social Structure of the Roman House”, *Papers of the British School at Rome* 56, pp. 43-97.
  - (1990): “The Social Spread of Roman Luxury: Sampling Pompeii and Herculaneum”, *Papers of the British School at Rome* 58, pp. 145-192,
  - (1994a): “Elites and trade in the Roman town”, en J. Rich y A. Wallace-Hadrill (eds.), *City and Country in the Ancient World*, London, pp. 241- 272.
  - (1994b): *Houses and Society in Pompeii and Herculaneum*, New Jersey.
  - (1997): “*Mutatio morum*: The Idea of a Cultural Revolution”, en T. H. Habinek y A. Schiesaro (eds.), *The Roman Cultural Revolution*, Cambridge, pp. 3-22.
- WEBER, M. (2008): *Historia agraria romana*, Madrid.
- WHITMARSH, T. (2000): “The Politics and Poetics of Parasitism”, en D. Braund y J. Wilkins (eds.), *Athenaeus and his World*, Exeter, pp. 304-315.
- WILKINS, J. (2005): “Where were the doctors when the Roman Empire died?” *Acta Theologica Supplementum* 7, pp. 62-76.
- WILKINS, J. y HILL, S. (2011): *Fragments of The life of Luxury*, Devon.
- WILLCOX, G. (1999): “Agrarian change and the beginnings of cultivation in the Near East: evidence from wild progenitors, experimental cultivation and archaeobotanical data”, en T. C. Gosden y J. Hather (eds.), *The Prehistory of Food, Appetites for Change*, London, pp. 468-500.
- WILLET, W.; STAMPFER, M. (2003): “Nueva pirámide de la Alimentación”, *Investigación y Ciencia* 318, pp. 54-61.
- WILSON, H. (2001): *Egyptian Food and Drink*, Pembrokeshire.
- WINTERBOTTOM, M. (1970): *M. Fabi Quintiliani Institutionis Oratoriae: Libri Duodecim, vol. I: Libri I-IV*, Oxford, Oxford University Press

- WITCHER, R. (2006): “Agrarian Spaces in Roman Italy: Society, Economy and Mediterranean Agriculture”, *Arqueología espacial (Paisajes agrarios)* 26, pp. 341-359.
- WITTEVEEN, J. (1989): “Peacocks in history”, *Petit Propos Culinaires* 32, pp. 23-34.
- WORTH, J. (2000): “Food as a medicine”, en K. F. Kiple y K. C. Ornelas (eds.), *The Cambridge World History of Food*, Cambridge, pp. 1534-1553
- WRIGHT, J. y TREUILLÉ, E. (1997): *Guía completa de las Técnicas Culinarias*, Barcelona.
- YAMAGUCHI, S. y NINOMIYA, K. (1998): “What is umami?” *Food Reviews International* 14, pp. 123-138.
- ZAIDMAN, L. B. (1999): “Ritual eating in Archaic Greece: *Parasites and Paredroi*”, en J. Wilkins; D. Harvey; M. Dobson (eds.), *Food in Antiquity*, Exeter, pp. 196-203.
- ZANKER, P. (1992): *Augusto y el poder de las imágenes*, Madrid.
- ZEBI, F. (1994): “Le grandi navi mercantili, Puteoli e Roma”, *Le Ravitaillement en blé de Rome et des centres urbains des débuts de la République jusqu’au Haut-Empire*, *Actes du colloque international de Naples (1991)*, Napoli-Roma, pp. 61-68.
- ZIMMERMANN, R. (1996): *The law of obligations: Roman foundations of the civilian tradition*, Oxford.
- ZURHAKE, L. (2013): *A Beautiful Defect. The Rising Popularity of Physically Deformed Slaves in Rome during Early Imperial Times*, Latvia.



### 3. ABREVIATURAS DE AUTORES Y FUENTES LATINAS UTILIZADAS<sup>1432</sup>

*August.* (*Aurelius Augustinus Hipponiensis*)

*Conf.*

*Ep.*

*Amm.* (*Ammianus Marcellinus*)

*Hist.*

*Anth.* (*Anthimus*)

*De obs.*

*Appian.* (*Appianus*)

*Iber.*

*Samn.*

*De bellis civ.*

*Apic.* (*Apicius*)

*De re coq.*

*Apul.* (*Apuleius Madaurensis*)

*Apol.*

*Met.*

*Arch.* (*Archestratus*)

*Edyph.*

*Aten.* (*Athenaeus Naucratis*)

*Deipnos.*

*Aug.* (*Augustus*)

*Res Gest.*

*Ar.* (*Aristophanes*)

*Vesp. Vespae.*

*Calp.* (*Calpurnius Siculus*)

*Ecl.*

*Cass.* (*Cassianus Bassus*)

*Geop.*

*Cass. Dio.* (*Cassius Dio*)

*H.R.*

*Cato.* (*Marcus Porcius Cato*)

*Agr.*

*Cic.* (*Marcus Tullius Cicero*)

*Ad Pis.*

*Att.*

*Ad fam.*

*Div.*

*Nat. Deo.*

*Leg.*

---

<sup>1432</sup>Seguimos el sistema de abreviaturas disponible en *Thesaurus Linguae Latinae* para los autores latinos, completado con la *Abbreviations List* del *Oxford Classical Dictionary* (4<sup>th</sup> Edition). Con respecto a los autores griegos, se ha seguido el *Greek English Lexicon*.



*Consul.*  
*Rep.*  
*Pro Rosc. Am.*  
*Pro Mur.*  
*S. Rosc.*  
*Verr.*  
*Col. (Lucius Junius Moderatus Columella)*  
*R.R.*  
*Dsc. (Pedanius Dioscurides Anazarbeus)*  
*Mat.*  
*Enn. (Quintus Ennius)*  
*Hedyph.*  
*Strabo. (Strabonis)*  
*Geog.*  
*Galen. (Claudius Galenus)*  
*A.F.*  
*Herod. (Herodotus)*  
*Hist.*  
*Hes. (Hesiodus)*  
*Op.*  
*Th.*  
*Hip. (Hippocrates)*  
*Acut.*  
*De aliment.*  
*Dent.*  
*De vis.*  
*Diaet.*  
*Epid.*  
*Med. Ant.*  
*Hom. (Homerus)*  
*Iliad.*  
*Od.*  
*Hor. (Quinto Horatius Flaccus)*  
*Epod.*  
*Sat.*  
*Isid. (Isidorus Hispalensis)*  
*Orig.*  
*Josef. (Flavius Iosefus)*  
*Ant.*  
*Iuv. (Decimus Iunius Iuvenalis)*  
*Sat.*  
*Manil. (Marcus Manilius)*  
*Astro.*  
*Mart. (Marcus Valerius Martialis)*  
*Epigr.*  
*Nem. (Marcus Aurelius Olympius Nemesianus)*  
*Buc.*

*Nep. (Cornelius Nepo)*  
*Att.*  
*Vit. Cato.*  
*Opian. (Oppianus Apamensis)*  
*Cineg.*  
*Ov. (Publius Ovidius Naso)*  
*Fast.*  
*Ars.*  
*Met.*  
*Rem.*  
*Pal. (Palladius Rutilius Taurus Aemilianus)*  
*Op. Agr.*  
*Pers. (Aulus Persius Flaccus)*  
*Sat.*  
*Petron. (Petronius)*  
*Sat.*  
*Pl. (Plato)*  
*Criti.*  
*Smp.*  
*Plaut. (Titus Maccius Plautus)*  
*Capt.*  
*Poen.*  
*Plin. (Gaius Plinius Secundus)*  
*H.N.*  
*Plin. Min. (Caius Plinius Caecilius Secundus)*  
*Pan.*  
*Epist.*  
*Plut. (Plutarcus)*  
*Banq.*  
*Quaest. Conv.*  
*Quaest. Rom.*  
*Num.*  
*Cam.*  
*Cat.*  
*Ant.*  
*Luc.*  
*Pseud. Arist. (Pseudo-Aristoteles)*  
*Mirabil.*  
*Salust. (Gaius Sallustius Crispus)*  
*Cat.*  
*SHA (Scriptores Historia Augusta)*  
*Adrian.*  
*Aurel.*  
*Comod.*  
*Sept. Sev.*  
*Heliog.*  
*Sen. (Lucio Anneo Seneca)*

*Ad Luc*  
*Ad Helv.*  
*Quaest. Nat.*  
*Benef.*  
*Tranquil.*  
*Ep.*  
*Suet. (Gaius Suetonius Tranquillus)*  
*Calig.*  
*Claud.*  
*Vesp.*  
*Dom.*  
*Aug.*  
*Iul.*  
*Nero.*  
*Otho.*  
*Tib.*  
*Vit.*  
*Liv. (Titus Livius)*  
*Ab urb.*  
*Tert. (Quintus Septimius Florens Tertullianus)*  
*Apol.*  
*Teof. (Theophrastus)*  
*H.P.*  
*Varro. (Publius Terentius Varro)*  
*Ling. Lat.*  
*Rust.*  
*Virg. (Publio Virgilius Maro)*  
*Buc.*  
*Eneid.*  
*Georg.*  
*Mor.*  
*Vitr. (Vitruvius Pollio)*  
*De arch.*  
*Zos. (Zosimus)*  
*N.H.*

### 3.1. FUENTES JURÍDICAS

*Lex XII Tab.*  
*Lex Irn.*  
*Edict. Diocl.*  
*Dig.*

### 3.2. FUENTES EPIGRÁFICAS

*Corpus Inscriptiorum Latinarum, CIL*

### 1.3.FUENTES BÍBLICAS

*Cant.* Cantar de los Cantares.

*Dan.* Daniel.

*Deut.* Deuteronomio.

*Ex.* Éxodo.

*Ezek.* Ezequiel.

*Gen.* Génesis.

*Jer.* Jeremías.

*Lev.* Levítico.

*Mac.* Macabeos.

*Num.* Números.

### 1.4.NUEVO TESTAMENTO VULGATA

*Marc. Ev.* Marcos Evangelista.

*Juan Ev.* Juan Evangelista.

*Ep. Cor.* Pablo de Tarso.



#### 4.ÍNDICE DE LÁMINAS

Fig. 1. <i>Tabula cerata</i> .....	56
Fig. 2. Bajorrelieve de urna funeraria.....	65
Fig. 3. Figura de terracota portando mortero.....	67
Fig. 4. Transporte de vinos en carros.....	68
Fig. 5. Estampilla (pago de cereal).....	84
Fig. 5a. Moneda de plata. <i>Ad frumentum</i> .....	85
Figs. 6, 7 y 8. Mercado de Pompeya.....	95
Fig. 9. Estanque para peces.....	99
Fig. 10. Mesa ponderaría.....	104
Fig. 11. Balanza de platillos.....	104
Fig. 12. Balanza con pesa.....	104
Figs. 13, 14 y 15. Mostradores de <i>thermopolia</i> .....	114
Figs. 16 y 17. Cocinas.....	127
Figs. 18, 19 y 20. Cocina de la Villa de los Misterios.....	134
Figs. 21-24. Resinas y pez.....	169/170
Figs. 25 y 26. Uso de odres como contenedores de vino.....	186
Figs. 27a, 27b y 27c. Conserva de carne cruda en miel.....	199
Figs. 28 y 29. Proceso de cocinado de la conserva.....	200
Figs. 30 y 31. Corte de las carnes ya cocinadas.....	201/202
Figs. 32 y 33. Fermentación de mosto.....	223
Fig. 34. <i>Acetabulum</i> .....	288
Fig. 35. <i>Amburvum</i> .....	289
Fig. 36. <i>Angularis</i> .....	289
Fig. 37. <i>Caccabus</i> .....	291
Fig. 38. <i>Calix</i> .....	292
Fig. 39. <i>Capis</i> .....	293
Fig. 40. <i>Charta</i> .....	295
Fig. 41. Campana de <i>clibanus</i> .....	296
Figs. 42 y 42a. Fuente y campana de plata.....	297
Fig. 43. Cuchara de plata.....	299

Fig. 44. Cucharas de plata.....	299
Fig. 45. Cucharas de plata de cazoleta redonda.....	300
Fig. 46. Cucharas con extremo afilado.....	300
Fig. 47. <i>Colum</i> .....	302
Fig. 48. <i>Colum</i> de plata.....	303
Fig. 49. <i>Cornulum</i> de metal.....	305
Fig. 50. <i>Cornulum</i> de cristal.....	305
Fig. 51. <i>Culter</i> .....	307
Figs. 52, 53 y 54. <i>Formella</i> .....	311
Figs. 54 y 56. <i>Furnus</i> .....	315
Figs. 57 y 58. <i>Mortarium</i> .....	318
Fig. 59. <i>Patella</i> .....	321
Fig. 60. <i>Patina</i> .....	322
Fig. 61 y 62. <i>Sartago</i> .....	325
Fig. 63. <i>Trulla</i> .....	328
Figs. 64 y 65. Pruebas de emulsiones.....	360

## **5.ETAPAS ALIMENTARIAS**



# Etapas Alimentarias en Roma

**Relación esquemática de las cinco etapas  
fundamentales que componen el  
Sistema Alimentario romano**

# 1ª Etapa: Monarquía

Datación: 735-510 a.C.

Se caracteriza por:

- El consumo de productos mediterráneos y locales.
- Técnicamente es primitiva, de carácter rústico, autosuficiente.
- Es una etapa simbolizada por la existencia de una alta capacidad de frugalidad en diferentes aspectos vitales.

Alimentos y costumbres:

- Consumo de bellotas, castañas y otros frutos
- Bajo consumo de carnes, que provienen sobre todo de caza y ocasionalmente, de sacrificios
- Elevado consumo de productos vegetales: cereal, legumbres, hortalizas y verduras
- Huerto rústico que abastece de forma doméstica a la unidad familiar.
- El hombre y la mujer comen sentados y juntos.

Detectores:

- Plato característico: guisos de cereal, cocinado entero.
- Consumo de bellotas.
- Cereal en forma de puls.
- Consumo de carnes asadas con preferencia sobre otras elaboraciones.
- No hay cocinas como espacios específicos.
- Consumo de pan de cebada.

# 2ª Etapa: Ideal Republicano

Datación: 510 al s. II a.C.

Se caracteriza por:

- Ideal de vida republicano .
- Presencia de un modo de vida tradicional.
- Sistema Alimentario frugal hasta la época de las guerras púnicas.
- Presencia de huertos urbanos en los que se cultiva para autoconsumo.

Alimentos y costumbres:

- El hombre, ciudadano y agricultor, cultiva su propio fundo.
- Comidas celebradas en el entorno familiar amplio.
- Consumo de alimentos de producción propia.
- La mujer se ocupa directamente de los quehaceres domésticos .
- Importancia en el contexto alimentario de la producción de conservas para el autoabastecimiento.

Detectores:

- Plato característico: *puls*.
- Ausencia de cocineros profesionales.
- Comen sentados.
- El trigo sustituye a la cebada en la elaboración del pan.
- Se muele el trigo en molinos, pero se panifica en el hogar.
- Cocción de pan *sub-testu*.
- Uso de *olla* y *patina* en la cocina, que se corresponden con el cocinado y consumo de tortas de cereal.

# 3ª Etapa:

## Evolución hacia la apertura

Datación: s. II a.C. 14 d.C.

Detectores:

Se caracteriza por:

- Desde las guerras púnicas a la muerte de Augusto.
- Evolución hacia la apertura.
- Aparición una Revolución Alimentaria.
- El huerto urbano anejo a la casa se transforma en jardín.
- Promulgación de leyes suntuarias que restringen el número de comensales en las casas, y el gasto.

Alimentos y costumbres:

- Separación de hombres y mujeres en los banquetes.
- Preparación de conservas a nivel doméstico
- Aumento en el consumo de carnes y pescados
- El *garum* como presencia constante en las cocinas.
- Vajillas y objetos de menaje en plata, de mucho peso y calidad.

- Platos característicos: lirones, pescado y marisco.
- Se impone el uso del *triclinio*, comen recostados.
- Cocción del pan en *clibanus*.
- Aparición de variedades de *puls*.
- Aparición de la pasta de harina hervida (hojas como placas de lasaña).
- Aparición del cocinero profesional.
- Búsqueda de novedades.
- Primeros signos de lujo.
- Fabricación de pan: *pistores* que muelen el grano, elaboran y venden pan.
- Aparición de viveros de caracoles, de ostras y de pescados.
- Consumo de gallinas cebadas lirones y faisanes.

# 4ª Etapa: Cambio de costumbres

Datación: 14 d.C. al s. III d.C.

Detectores:

Se caracteriza por:

- Radical cambio de costumbres y permanencia de éstas durante varios siglos
- La Revolución Alimentaria deja de serlo para transformarse en una serie de hábitos de carácter cotidiano.
- Decadencia en la promulgación de las leyes suntuarias.

Alimentos y costumbres:

- Uso de triclinios y materiales caros y exóticos en la mesa y vajilla.
- Servidumbre especializada.
- Revolución en la tecnología de la alimentación.
- Aparición de nuevas técnicas de cocinado, como rellenos, farsas, embuchados y papillotte.
- Jardines sofisticados, peristilos. El huerto doméstico desaparece. Concepto de *otium*

- Plato característico: todo tipo de salsas.
- Consumo de nuevos productos como el melocotón y el albaricoque.
- Popularización de los manuales de cocina.
- El pan deja de hacerse a nivel doméstico. Prosperan los grandes *pistores*.
- Introducción de las costumbres y alimentos orientales.
- Uso de vasos murrinos.
- *Luxus mensae*: de la batalla de Accio –68 d.C.- hasta época de Vespasiano.
- Aparición de una salsa montada, posiblemente mayonesa, e identificación de merengue –*sferae nivae*- y soufflée.

# 5ª Etapa: Bidireccional

Datación: s. III d.C. al 395 d. C.

## Imperio Occidental

Se caracteriza por:

- Mayor rusticidad que en épocas anteriores, y también con respecto al Imperio Oriental.
- Abandono progresivo de la alta cocina romana, que queda localizada en momentos y lugares muy específicos, y que se pierden progresivamente.

Alimentos y costumbres:

- Abandono de las ciudades y del confort ofrecido por la vida urbana.
- Permanencia de algunos aspectos de la cocina tradicional romana hasta nuestros días (guisos, repostería o fritos).
- Banquetes sin presencia de juegos o entretenimientos.
- Degradación del ceremonial y protocolo en el banquete.

## Imperio Oriental

Se caracteriza por:

- Permanencia de una cocina sofisticada y compleja, como en la última época de la cocina romana.
- Importancia de las panaderías, elevado consumo de pan con multitud de variedades.

Alimentos y costumbres:

- Continúa el consumo de platos muy especiados.
- Protocolo riguroso en las mesas.
- Continuación de la alta cocina romana hasta su confluencia final con la bizantina.

# 5ª Etapa: Bidireccional

Datación: s. III d.C. al 395 d. C.

Detectores:

Imperio Occidental

- Aparición del banquete galo-romano.
- Desaparece la costumbre de recostarse para comer, y en cualquier caso, mayor uso de *stibadium* que de *triclinium*.
- Frugalidad en las comidas, elaboración de platos más sencillos.
- Desaparición de la cocina elaborada y de las salsas.
- Aumenta el consumo de mantequilla.
- Elevado consumo de cereal, legumbres y hortalizas.

Imperio Oriental

- Elaboración de salsas.
- Permanencia del uso y consumo de salsas.
- Continúa la costumbre de comer recostados.
- Continúa elevado el consumo de carnes y productos del mar.







**TÍTULO DE LA TESIS:** “ARS CIBARIA: CULTURA Y ALIMENTACIÓN EN LA SOCIEDAD ROMANA”

**DOCTORANDO/A:** Dña. ALMUDENA VILLEGAS BECERRIL

**INFORME RAZONADO DEL/DE LOS DIRECTOR/ES DE LA TESIS**

(se hará mención a la evolución y desarrollo de la tesis, así como a trabajos y publicaciones derivados de la misma).

La Tesis Doctoral presentada por Dña. Almudena Villegas Becerril aborda el estudio y la evolución del sistema alimentario romano desde sus orígenes hasta el ocaso de esta civilización; así como los aspectos técnicos, materiales, y sociológicos vinculados a la gastronomía romana.

La autora dedica una primera parte de su Tesis a tratar diferentes temas culinarios que abarcan desde el abastecimiento de productos al mercado hasta los elementos materiales empleados en el banquete romano, abordando también otras cuestiones especialmente interesantes, como lo son las tecnologías empleadas por los romanos en el cocinado y conservación de los alimentos. En estos dos últimos apartados la autora analiza brillantemente, previa experimentación práctica, las principales técnicas que se conocieron y utilizaron en Roma para preparar y preservar los alimentos en condiciones estériles o abióticas, permitiendo su consumo en perfecto estado. Igualmente la doctoranda, recopila los utensilios de cocina empleados y nos explica su utilidad, así como el funcionamiento detallado de las diferentes técnicas de cocina empleadas por los romanos, haciendo siempre referencia a las fuentes escritas conocidas sobre el tema, a los principales testimonios materiales de utensilios que se nos han conservado, y a la experimentación culinaria que ella misma ha realizado ayudada de cocineros profesionales.

Un segundo gran bloque de la Tesis está destinado a analizar los hábitos alimenticios y gastronómicos de las élites romanas y del pueblo, dado que a cada grupo social correspondió un diferente tipo de alimentación, aunque ambos pudieran coincidir en determinados banquetes vinculados a festividades cívicas. La doctoranda analiza

detalladamente las diferentes dietas alimentarias de ambos grupos e incluso las patologías que pudieron producirles la ingesta de determinados alimentos. Como elemento fundamental de la alimentación y de la fiesta, se aborda el estudio del vino en la cultura romana, utilizando gran cantidad procedente de fuentes tan importantes como Plinio el Viejo, que en su Historia Natural dedica un libro casi entero, el XIV, a esta bebida y a su producción, Marcial, Petronio los agrónomos Catón y Columela o el médico Hipócrates.

Toda la documentación e información manejada en las dos partes anteriores, permiten a la autora desarrollar un tercer bloque de la Tesis destinado a establecer y a marcar las grandes etapas alimentarias que se pueden constatar en la civilización romana. Cada etapa aparece definida por el empleo de una serie de alimentos y de prácticas o hábitos gastronómicos, así como por unos detectores que permiten al investigador conocer claramente la evolución experimentada por la alimentación y la gastronomía a lo largo de la Historia de Roma.

La investigación que se realiza en esta Tesis combina el estudio de las fuentes históricas y de los testimonios materiales conservados sobre alimentación y gastronomía con la experimentación de las técnicas culinarias, presentándonos un estudio integral que también aborda los aspectos sociológicos y la evolución histórica del sistema alimentario romano.

Metodológicamente, la autora maneja una gran cantidad de información que analiza de forma exhaustiva y que sabe utilizar para construir un discurso histórico riguroso y científico, redactado con gran fluidez y con una importante calidad literaria. El resultado final es, por tanto, una obra de alta calidad científica. La doctoranda ha aplicado rigurosamente la metodología a seguir en este tipo de trabajos de investigación, y ha logrado realizar un análisis integral de la historia de la alimentación en la civilización romana. Igualmente, ha sabido extraer de las fuentes literarias y de los abundantes testimonios conservados de la cultura material romana gran cantidad de información que posteriormente ha sometido a análisis histórico, lo que le ha permitido establecer unas conclusiones y generar una visión totalizadora del objeto de estudio.

El trabajo queda completado con una exhaustiva y completa bibliografía, con una abundante documentación fotográfica, perfectamente ordenada y catalogada, y con unos índices que permiten conocer las numerosas fuentes utilizadas.

La doctoranda, durante la realización de la Tesis ha publicado los trabajos que a continuación se relacionan, en su mayoría estrechamente vinculados a su investigación sobre alimentación y cultura en la sociedad romana:

**Libros:**

- (2001): *Gastronomía Romana y Dieta Mediterránea. El recetario de Apicio*, Córdoba, Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba, 347 pp., ISBN 84-7801-601-5.
- (2003): *Aceite de Oliva y Cocina Antigua. La cocina de Apicio en Roma*, Córdoba, Diputación de Córdoba, 68 pp., ISBN 84-932932-2-9.
- (2017): *Triclinium*, Córdoba, Editorial Almuzara, 413 pp., ISBN 978-84-16776-38-2.
- (2019): *Ciencias de la Gastronomía. Teoría y Método*, Córdoba, Editorial Almuzara, 109 pp., ISBN 978-84-17797-32-4.
- (2019): *Diccionario LID-AIBG de Gastronomía (español-inglés)*, Madrid, Editorial Lid. Asesora técnica y coautora. Soporte papel y electrónico, 1053 pp., ISBN 978-84-17277-58-1.
- (2019): *Ars cibaria. Food and Culture in Roman World*, Cambridge, Cambridge Scholars Publishing, (en prensa).

**Artículos de revistas y capítulos de libros:**

- (2003): "Alimentación de las élites romanas", *Ámbitos revista de estudios de ciencias sociales y humanidades* 10, pp. 11-17. ISSN 1575-2100.
- (2004): "Utilización e importancia de las conservas en la alimentación romana", *XVI Encuentros Historia y Arqueología: Las industrias alfareras y conserveras fenicio púnicas de la Bahía Cádiz*, Córdoba, 2004, pp. 309-320. ISBN 84-7959-527-2.
- (2007): "Alimentación y poder en el mundo romano", *Ámbitos revista de estudios de ciencias sociales y humanidades* 18, pp. 35-41. ISSN 1575-2100.
- (2018): "Tapas, avisos, incitativos, llamativos... gollerías" (La Tapa en el mundo romano), *Revista Española de Cultura Gastronómica* 0, Madrid, 2018, pp. 27-36. ISSN 2605-2040.
- (2019): "De re coquinaria como parte de la tradición de manuales de cocina griegos y romanos", en F. Chica Pérez y J. Mérida García, *Creando Redes Doctorales. Vol. VII: "Investiga y Comunica"*, Córdoba, pp. 83-85, ISBN 978-84-9927-341-9.
- (en prensa): "Tecnología y práctica conservera en Roma", *Revista Anahgramas*, presentado con fecha 4 marzo 2019.

Por todo ello, se autoriza la presentación de la tesis doctoral.

Córdoba, a tres de julio de 2019



Fdo.: Prof. Dr. Enrique Melchor Gil  
Catedrático de Historia Antigua  
Dpto. Ciencias de la Antigüedad y Edad Media  
Universidad de Córdoba