

EN CLAVE MEDITERRÁNEA
Alberto Requena
Catedrático de Universidad
Departamento de Química Física. Universidad de Murcia
SPAIN

ALIMENTOS Y ESPECIAS EN LA HISTORIA DE LA HUMANIDAD

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
Periodo precámbrico	
4.650.000.000 – 700.000.000 a.C.	Paleozoico
570.000.000 a.C.	Peces con caparazón - trilobites
500.000.000 a.C.	Cordados
430.000.000 a.C.	Plantas terrestres vasculares
395.000.000 a.C.	Anfibios - Insectos
345.000.000 a.C.	Helechos
320.000.000 a.C.	Reptiles
Mesozoico	
225.000.000 a.C.	Triásico – Dinosaurios - Mamíferos
200.000.000 a.C.	Pangaea – masa de tierra unida a la Antártida
195.000.000 a.C.	Jurásico - Pájaros
180.000.000 a.C.	Pangaea se desdobra en Laurasia y Gondwanaland
136.000.000 a.C.	Cretáceo – Primate – Plantas con flores
100.000.000 a.C.	Los supercontinentes se desdoblaron para formar el Atlántico
Cenozoico	
65.000.000 a.C.	Desaparecen los dinosaurios
65.000.000 – 12.000.000 a.C.	Terciario – Mamíferos herbívoros y carnívoros
2.500.000 a.C.	Pleistoceno – Aparece el hombre – A finales del pleistoceno los humanos cruzan al Nuevo Mundo a través de las tierras de Golfo de Bering.
2.000.000 a.C.	Se hacen las primeras herramientas en el Este de Africa
500.000 a.C.	Se usa el fuego en las cavernas (Homo erectus), pero solamente a partir de fuentes naturales. Se hacen herramientas reconocibles
300.000 a.C.	La glaciación alcanza a Europa. El sur de Europa se convierte en una tundra fría.
250.000 a.C.	El subcontinente Indio se puebla por primera vez.
150.000 a.C.	El Homo sapiens evoluciona en Africa y comienza a moverse hacia el valle del Nilo, India, Malasia y Australia y a través de Rusia a China y también a Europa.
125.000 a.C.	La era de las glaciaciones fuerza al hombre de Neardental hacia el Oriente Próximo y el Homo sapiens emigra al Oriente Próximo.
50.000 a.C.	Las plantas y los animales se usan como algo más que meros alimentos en China
40.000 a.C.	El Homo sapiens se extiende por Europa
38.000 a.C.	Evidencia de pesca rudimentaria

Alberto Requena. En clave mediterránea
Universidad Internacional del Mar. Cartagena 2008.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
33.000 a.C.	El Homo sapiens llega a América desde Asia
30.000 a.C.	Se extingue el hombre de Neardental - Se inventa el arco y las flechas.
14.000 a.C.	Se domestican perros en el S.E. de Europa
12.500 a.C.	Se retiran los glaciares
12.000 – 9.000 a.C.	Primeras manipulaciones de plantas y animales
10.050 – 10.000 a.C.	Fin de la edad del hielo. Fin de la era paleolítica- Comienza la era mesolítica. Posible tiempo de OSIRIS como sostienen muchas teorías astrológicas.
9.000 a.C.	Granjas de cabras y carneros en Eurasia, además de trigo y cebada. Asentamientos en Irak, Jericó y Jordania. Los primeros cacharros de alfarería aparecen en Japón.
8.900 a.C.	Evidencias de granjas en Kurdistán
8.000 a.C.	El hombre Neolítico aprende a hacer fuego mediante fricción. Los animales grandes comienzan a desaparecer conforme el clima se vuelve más cálido. Comienza el cultivo en Mesoamérica, próximo y lejano Oriente. Exploración intensificada de los recursos e innovación tecnológica. Jericó existe como una ciudad que ocupaba 40.460 m ² (10 acres) . Se usan trampas para pescar.
7.900 a.C.	La pieza de alfarería más antigua que ha sobrevivido de las encontradas en China está datada en este periodo.
7.800 a.C.	Jericó es la ciudad más antigua registrada.
7.000 a.C.	Hay datos arqueológicos de que se comía chile en Méjico.
6.500. a.C.	Se dan las crías de vacuno y también las de cerdos, y el cultivo de garbanzos y lentejas
6.000 a.C.	Se hace popular el mijo en el norte de China. Se conoce el aceite de oliva. Se empieza a elaborar vino, probablemente en el Cáucaso o en Mesopotamia. Aparece alfarería en el Mediterráneo Oriental, en Zagros (Irán). Cultivos rústicos en Grecia. Catal Huyuk, en Turquía, es una ciudad de 129.472 m ² (32 acres). Gran Bretaña se convierte en una isla.
5.000 a.C.	Se cultiva el arroz en el delta del Yanse, en grano corto y largo. Cultivos rudimentarios en el sur de los Balcanes. Los sumerios gobiernan en Mesopotamia. Primeros usos de la rueda. Se crían ovejas, vacas, asnos y se cultivan dátiles y cereales. Cultivos primitivos en Tehuacán, Méjico. En Sud América se cultivan los pimientos.
5.000 – 4.500 a.C.	La metalurgia se difunde a partir de los Balcanes.
4.300 a.C.	El valle del Nilo se ocupa por dos tribus bajo el Faraón
4.241 a.C.	Los egipcios crean el calendario
4.000 a.C.	Se extiende la cría del vacuno. Comienza a tener importancia el pan Existen grandes cultivos en las ciudades de China (Rio Amarillo). Se funda la primera ciudad estado en Mesopotamia. Las culturas neolíticas del Este introducen la agricultura en el archipiélago del Egeo.
3.600 a.C.	Troya fundada por los colonizadores del Neolítico de Kum Tepe por el Dardanelos.
3.500 a.C.	Calabazas, tomates, aguacates, habas, maíz se usan como materias primas en América Central. Las patatas en Perú y mijo, arroz, trigo, coco y bananas en Asia. En Sumeria hay dos carros de ruedas.
3.200 a.C.	Se descubre en China cómo tejer la seda.
3.100 a.C.	Se unifica Egipto. Período arcaico (Dinastias I – II), hasta 2.686 a.C.
3.000 a.C.	Los cananitas se asientan en Líbano, posteriormente conocidos como fenicios. En Ur, en Mesopotamia, se comen cereales y vegetales aromatizados con berros y simiente de mostaza y se inventa la cerveza. Los sumerios comienzan la escritura cuneiforme , Shen Nung recoge la primera documentación sobre hierbas. En la India crecen cúrcuma, cardamomo y pimienta, y la mostaza en China. Poco después el jengibre y la canela se difunden desde los bosques tropicales del sudeste asiático y Ceilán (Sri Lanka). Los egipcios y los fenicios cultivan la vid para hacer vino. Caballos en Rusia. Mesopotamia es experta en cerveza. Las llamas y las Alpacas son domesticadas en los Andes.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
2.852 a.C.	China está gobernada por la Tercera Dinastía.
2.800 a.C.	Los cretenses ejercen su influencia en el Egeo, proviniendo originalmente de Levante. El cultivo del arroz es evidente en China
2.686 – 2.181 a.C.	Periodo de los Reyes en Egipto (Dinastías III – VI)
2.680 – 2.565 a.C.	Se construyen las pirámides de Egipto
2.500 a.C:	El aceite de oliva se hace popular en Creta. El arroz desde la India central hasta Taiwan. Los egipcios antiguos usan especias regularmente, especialmente comino, anís y canela, en los procesos de embalsamamiento. Otras especias empiezan a usarse en cosmética, inciensos purificadores y alimentos. Los marineros egipcios negociaban con casia (canela de la china) y con canela en la tierra de Punt (Somalia). Se establecieron las primeras rutas marítimas de las especias, pasando a la costa oeste de la India, a lo largo de las costas de Arabia y a través del Mar Rojo, hasta Egipto. La Biblia se refiere a las especias como parte de lo cotidiano en este periodo: Ezequiel, la casia y el cálamo los sitúa en Fenicia; Moisés dice que usa la mirra, la canela y el cálamo en el aceite que prepara para ungir el Arca de la Alianza; José con una túnica de muchos colores, fue atado por sus hermanos a un camello que transportaba especias, oro y mirra. El comino, anís y canela se usaban para embalsamar en Egipto.
2.300 a.C.	Se usa el queso en Egipto.
2.200 a.C.	Los amonitas semitas se establecen en Babilonia.
2.070 a.C.	Los Hititas atacan Mesopotamia, introduciendo los caballos en la guerra.
2.000 a. C.	Emergen los pueblos de habla griega gobernados por una heroica clase guerrera. La producción de vino se extiende por toda Grecia. El pollo aparece en la India
2.000 – 1.500 a.C.	Abraham vivía en Ur a orillas del Tigris. Creta fue el centro de la civilización Minoica y tenía 8.000 habitantes en la capital, Cnossos. Los micenos llegan a Grecia procedentes del norte. Los arrayans, procedentes de Rusia y Turquestán, invaden la India. Aparecen los helados en China a partir de una cocción suave de leche y arroz. Es el periodo de las dinastía Hsia (2000-1520 a.C.)
1.991 – 1.786 a.C.	Reinado en Egipto (Dinastía XII)
1.786 – 1.552 a.C.	Segundo periodo intermedio en Egipto (Dinastías XIII – XVII)
1.552 – 1.069 a.C.	Nuevo periodo de reinado en Egipto (Dinastías XVIII – XX)
1.520 – 1030 a.C.	Dinastía Shang en China que impulsa que la preparación de alimentos y el servicio sean ritualizados.
1.500 a.C.	Los arrayanes invaden la India . Se cita en el País de Punt (actual Somalia) la existencia de Canela.
1.262 a.C.	Éxodo de los Hijos de Israel desde Egipto
1.200 a.C.	Guerra de Troya. Caída del Imperio de Creta. En Egipto se hacen las primeras espadas de hierro.
1.180 a.C.	Troya cae ante los aqueos. Los fenicios son los mayores comerciantes del mundo
1.069 – 525 a.C.	Tercer reinado en Egipto (Dinastías XXI – XXVI)
1.000 a.C.	Los fenicios inventan el alfabeto fonético. La elaboración del vino llega a Italia, Sicilia y Norte de Africa. Comienzo de la religión judía. El centeno y la avena llegan al norte de Europa. En la India se escriben los Rig Veda
950 a.C.	La reina de Saba visita al Rey Salomón para promocionar el negocio de especias. Salomón dedica Cantos a las especias :que le presenta la Reina de Saba : Cap-4:14,16 “Nardo, índico y azafrán; cálamo aromático y canela, y todos árboles de incienso; mirra y palo de áloe, con todas las especias importantes. Despierta , oh viento del norte, y ven tu sur; soplad sobre mi jardín, que las especias del mismo puedan diluirse; deja que mi amada entre en su jardín y coma de sus deliciosos frutos.” Salomón sabía que el uso de la canela y de su hermana la casia, fue ordenado para fines menos frívolos por el mismísimo Jehová. Esas especias eran fundamentales para ungir lo más sagrado de cuanto sagrado existía : el Arca de Noé

Alberto Requena. En clave mediterránea
Universidad Internacional del Mar. Cartagena 2008.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
814 a.C.	Los fenicios conquistan Cartago
800 a.C.	Fundación de Roma
800 – 400 a.C.	Los Upanishads forman la base de la religión India.
776 a.C.	Se celebra la primera Olimpiada
753 a.C.	Rómulo funda Roma de acuerdo con la leyenda
750 a.C.	Homero produce las épicas Ilíada y Odisea
700 a.C.	El pan de trigo es un lujo en Atenas – los pobres viven de bollos, pan y masa de harina
609 – 593 a.C.	Los fenicios circunnavegan Africa en el reino del Faraón Necho
600 a.C.	Darío de Persia invade el Punjab. Primer emperador en Japón : Jimmu Tenno
563 a.C.	Nace Siddhartha Gautama (Buda) en el norte de la India
551 a.C.	Nace K'ung-Fu-tzu (Confucio)
546 a.C.	Ciro de Persia conquista la Grecia Jónica y Atenas le vence en Maratón.
540 a.C.	Nace Mahavira que fundó el jainismo en la India
539 a.C.	Ciro de Persia toma Babilonia
525 – 332 a.C.	Último período en Egipto (Dinastías XXVII – XXXI)
510 a.C.	Los romanos expulsan al último rey etrusco
500 – 600 a.C.	Tiempo tradicionalmente asignado al profeta Zoroastro, aunque probablemente pudo ser próximo a 1.500 a.C.
500 a.C.	Los alimentos finos se hacen populares en Grecia y se produce el primer libro de cocina, bajo la autoría de Hesiodo, de los epicúreos. La elaboración del vino se difunde hasta Francia, Marsella es la región más antigua en practicarlo, seguida del Languedoc sobre el 200 a.C.
489 a.C.	Muere Buda
480 a.C.	Jerjes lo intenta de nuevo y fracasa. Cartago es invadida por los griegos y son rechazados, como ocurrió con los etruscos. Los griegos desarrollan un vino para después de las comidas llamado Kottabos.
479 a.C.	Muere Confucio
469 – 399 a.C.	Sócrates
450 a.C.	Herodoto escribe su Historia, en la cual nos dice cómo los árabes se cubren con pieles de animales para recoger casia de las tierras profundas del lago, infectado de criaturas como murciélagos gigantes y que la canela se obtenía burlando a grandes pájaros que hacían sus nidos en precipicios de las montañas.
448 a.C.	Atenas es derrotada en el delta del Nilo
430 a.C.	Herodoto escribe sobre el origen de la canela y la casia “algún punto de la región donde se crió Dionisio (India u Oriente)”
447 a.C.	Se construye el Parthenon bajo Fidias
429 – 347 a.C.	Platón
415 a.C.	Atenas decide invadir Sicilia y la Gran Grecia (Sur de Italia)
405 a. C.	Esparta aplasta a Atenas con la ayuda financiera de Persia.
400 a.C.	Hipócrates, el padre de la Moderna Medicina. Se introduce el pan elaborado con levadura
384 – 322 a.C.	Aristóteles
359 a.C.	Filipo rey de Macedonia
356 – 323 a.C.	Alejandro el Grande funda Alejandría en Egipto, que llega a ser el principal centro de negocios del mundo conocido.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
350 a.C.	Los griegos y los romanos son consumidores regulares de especias, cultivando alcaravea, cardamomo, anís, mostaza e hinojo e importando pimienta, casia, canela y jengibre a través de la ruta de la seda, entre India y el Mediterráneo.
341 – 270 a.C.	Epicuro, funda el epicureísmo como cualificado hedonismo y tuvo una gran influencia posterior sobre los cristianos.
336 – 328 a.C.	Alejandro trae el arroz a Europa
332 – 30 a.C.	Período Tolemáico en Egipto.
331 a.C.	Alejandro el Grande construye Alejandría. Gobernada por Cleopatra (47 – 30 a.C.) y destruida por un terremoto en el 335 d.C.
300 a.C.	Fin de los Kushans de China en la India. El arroz se cultiva en Japón.
287 – 213 a.C.	Arquímedes de Siracusa.
286 a.C.	Se introduce el arroz en Grecia a partir de la India
269 – 232 a.C.	Ashoka primer rey budista que llega al poder en la India – el hijo fue Chandragupta
264 a.C.	Roma comienza sus conquistas
228 – 210 a.C.	Se construye la Gran muralla China.
217 a.C.	Anibal come carne cruda, jamón curado en Parma, en su viaje a luchar contra los romanos.
206 a.C.	Aparece la fritura durante la dinastía Han
202 a.C.	Anibal es derrotado. Los griegos son tomados como esclavos en las cocinas italianas.
150 a.C.	Eutidemus escribe “Sobre los vegetales”
146 a.C.	Los romanos saquean Corinto y controlan Grecia hasta el 395 a.C. La cocina griega llega a Roma . La mayor parte de las formas de hacer pan son originarias de Grecia.
133 a.C.	Está constatado el consumo de cerveza en Numancia. Los dos nombres de la cerveza hispana eran : CAELIA Y CERES según Plinio.
110 a.C.	Cerca de Nápoles se cultivan Ostras. Buena alimentación en Italia. La salsa favorita es el garum, hecho con pescado, sal, eneldo, ruda y menta.
100 a.C.	Llega a Roma la pimienta.
55 a.C.	Julio César invade Bretaña.
44 a.C.	Julio César es asesinado.
6 a.C.	Extensas comunicaciones. Hay pistas de transporte con mulas como revela el hecho de haber encontrado en Stuttgart en una tumba, seda China y bronce griego juntos.
5 a.C.	Escuelas de cocina griegas y clubs gastronómicos revelan que la cocina griega era muy demandada.
4 a.C.	Arquestratus escribe “Vida de lujo”
0 d.C.	Nace Jesucristo y da comienzo la cristiandad.
0 -35 d.C.	En Israel, los fariseos pagan sus diezmos con semillas de comino
40 d.C.	Apicius escribe “De Re Coquinaria” en el reinado de Tiberio. Un griego, Hipalos, descubre como usar los vientos monzones en el océano Índico para acelerar los viajes por mar. Los romanos siguen debilitando el monopolio árabe y aseguran un suministro más fiable de pimienta de la India y canela de Ceilán.
67 d.C.	El Templo de Jerusalén es destruido
70 d. C.	Plinio escribía “Arabia no produce canela ni casia”, con motivo de criticar que el emperador Nerón incineró las existencias de canela de todo un año, con ocasión del funeral de su esposa Poppaea. Suponía un desequilibrio de la balanza de pagos

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
79 d.C.	Pompeya queda enterrada bajo las cenizas del Vesubio.
92 d.C.	Aumentan considerablemente los negocios, de forma que Roma construye almacenes especiales para la pimienta, <i>Lorrea piperatoria</i> .
300 d. C.	El emperador Constantino ofrecía al Obispo de Roma un regalo consistente en setenta kilos de clavo
330 d.C.	El emperador Constantino funda Constantinopla, que llegará a ser el centro del negocio de las especias. Clavo y nuez moscada comienza a llegar de Oriente, de las Molucas.
335 – 375 d.C.	Samudra Grupta llega a ser el Napoleón de la India.
350 d.C.	Se funda el distrito del vino de Champagne
408 d.C.	Roma le paga a Alarico el visigodo, 3.000 libras (1.360 kg) en pimienta junto con plata, oro, seda y pieles para que levante el bloqueo sobre Roma
410 d.C.	Alarico saquea Roma
451 d.C.	Invasión de Atila y los Hunos
500 d.C.	La bebida del café llega a ser popular en Arabia
570 d.C.	Nace Mahoma
577 d.C.	Mujeres de la corte China hacen fósforos por vez primera.
622 d.C.	Huida de Mahoma a Medina (La Ejira)
630 d.C.	Nace el Islam
712 d.C.	Los musulmanes capturan a Sind
745 d. C.	Un barco cargado de parseistas huyendo del Islam llega a Gujarat en la India.
800 d.C.	Se funda la región de vinos de Alsacia
900 d.C.	Los árabes llevan el cultivo del azafrán a Valencia, después de haber llevado el arroz
982 d.C.	Los vikingos cogen cardamomo en Constantinopla para transportarlo a sus hogares en Escandinavia. El jengibre se hace popular en Alemania desde su introducción en el siglo IX y también en Inglaterra que lo hace en el siglo X. El azafrán se comienza a cultivar en Inglaterra y la alcaravea crece de forma natural en Europa.
997 d.C.	Primer uso de la denominación Pizza en Gaeta, entre Nápoles y Roma.
1066 d.C.	Los normandos invaden Inglaterra y popularizan el uso de la pimienta.
1096 - 1097	Primera Cruzada
1100 – 1300 d.C.	Serie de Cruzadas
1116 d.C.	Los otomanos invaden Siria, Egipto y Arabia.
1204 d.C.	Los barcos venecianos saquean Constantinopla y adquieren suficientes riquezas como para establecer Venecia como el nuevo centro del negocio de las especias.
1206 d.C.	Kutbuddin es el sultán de Dehli. Gengis Khan gobierna en China, murio en 1227 y le sucedió Kublai en 1259.
1275 d.C.	Marco Polo en China
1279 d.C.	Marco Polo regresa a Italia con relatos de especias y manjares exóticos del Oriente lejano y da comienzo en serio la carrera por la superioridad en los negocios de las especias en Europa Los venecianos aprueban una ley que establece que todas las especias que provienen del Este deben pasar a través de Venecia.
1314 d.C.	Muere Felipe el Hermoso, Rey de Francia

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
1336 d.C.	Se celebra un banquete en el que el Duque de Borgoña invitó al Rey Felipe el Hermoso de Francia a probar los productos de la región y se cuenta que se “ventilaron” un <i>poiçon</i> (más de doscientos setenta litros) de mostaza. La historia es apócrifa porque Felipe el Hermoso murió en 1314.
1393 d.C.	Se escribe el <i>Ménagier de Paris</i> , obra en la que un anciano esposo instruía a su veinteañera esposa huérfana en lo que podía ser calificado de “ciencia doméstica”. Cita con frecuencia la mostaza (cuatro pintas de mostaza para la cena).
1398 d.C.	Tamerlán saquea Dehli.
1400 d.C.	La naranja llega al Oeste
1400 – 1800 d.C.	La mayor parte del mundo come alimentos vegetarianos, excepto Europa
1418 d.C.	Don Enrique el navegante funda una escuela de náutica en Sagres. Congregó a italianos, escandinavos, judíos, árabes, constructores navales, inventores de instrumentos y cartógrafos, que trabajaron con un único objetivo : la circunnavegación de África y las especias de Oriente.
1434 d.C.	Las naves de D. Enrique el Navegante doblan el temido cabo Bojador, a 1200 km. al suroeste de Gibraltar que era el límite de las anteriores expediciones europeas. Inicia el tráfico de esclavos que perduraría los cuatrocientos años siguientes
1444 d.C.	Johst Findeker es quemado vivo en una hoguera alimentada por el adulterado azafrán que le valió la condena del Safranschau de Numrembergm comité de inspectores (inquisidores) del azafrán.
1446 d.C.	Elss Pfgnerin era enterrado vivo por idéntico delito al de Johst Findeker.
1471 d.C.	Los portugueses cruzan el ecuador
1486 d.C.	Bartolomé Díaz con un barco de vela navega bordeando el cabo de Buena Esperanza. Demuestra que D. Enrique el Navegante tenía razón : EXISTÍA UNA RUTA HACIA LA INDIA. Esto era una amenaza seria para Venecia.
1492 d.C.	Colón saliendo de España, llega a San Salvador en las Bahamas y descubre el pimiento rojo picante en Santo Domingo.
1493 d.C.	En su segundo viaje al Nuevo Mundo, Colón descubre que el pimentón se usa para proporcionar flavor a los platos locales en la Española (Haití). El Papa Alejandro VI (Rodrigo Borgia) trazó una línea imaginaria de norte a sur, a través del Atlántico, y otorgó a Portugal el derecho a explotar todo el territorio pagano a Oriente de dicha línea, y concede a España el de Occidente.
1497 d.C.	Vasco de Gama bordea el cabo de Buena Esperanza y llega a Malabariu, India, volviendo con canela, clavo, jengibre, pimienta y piedras preciosas.
1498 d.C.	En el mes de mayo Vasco de Gama descubre la ruta por mar a la India. D. Enrique el Navegante, impresionado por la lectura de las aventuras de Marco Polo, decidió 80 años atrás la empresa de alcanzar las Indias, que era una forma de asestar un duro golpe a los venecianos, si se obtenía la pimienta en el lugar de origen., además de la quimera del oro y la de encontrar a un príncipe cristiano que gobernaba en oriente y que podría ser un aliado contra el Islam.
1500 d.C.	El pimiento rojo (<i>Capsicum Annum</i>) es introducido en Europa a partir del Nuevo Mundo.
1509 d.C.	La Pimienta inglesa (Allspice), cuya denominación inglesa refleja el hecho de que sus simientes saben como a una combinación de canela, clavo, nuez moscada y pimienta, es descubierta por los españoles en Jamaica.
1510 d.C.	Los portugueses toman el control de Goa
1511 – 1514 d.C.	Los portugueses toman el control de la costa Malaya, Java y Sumatra y se apropian, con éxito, del negocio de la nuez moscada.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
1512 d.C.	Navegando hacia el Oriente desde la India, los portugueses son los primeros en llegar a las Molucas y, rápidamente se hacen con el lucrativo comercio del clavo y de la nuez moscada.
1514 d.C.	Los portugueses construyen una serie de factorías y fuertes en las Molucas para defender sus intereses comerciales, en especial el clavo y la nuez moscada
1519 d.C.	Hernán Cortés conquista Méjico. Los españoles llevaron a Méjico cerdos, pollos, ganado vacuno, cereales, vegetales, aceite de oliva, caña de azúcar, cítricos y vino. Fernando de Magallanes, malhumorado navegante portugués convence al Rey de España de que se podían alcanzar las islas de las especias navegando a occidente por el Atlántico y de un modo u otro por el Pacífico. Sale de España y encuentra plantaciones de nuez moscada en la isla de Indonesia de Tidore. Magallanes es asesinado en Filipinas, pero el barco en solitario volvió de la expedición al mando de Antonio Pigafetta, cargado de nuez moscada, macis, canela y madera de sándalo.
1520 d.C.	Los tomates son traídos a España desde el Perú o Méjico.
1524 d. C.	Muere Vasco da Gama, mandando en la costa de Malabar. Portugal se había apoderado de las Islas de las especias en Oriente y su imperio se extendía desde Brasil hasta Macao. EN UNA GENERACIÓN, LA BÚSQUEDA DE LAS ESPECIAS Y, EN PARTICULAR LA PIMIENTA DE LA COSTA DE MALABAR, NO SÓLO CAMBIÓ LA FAZ DEL MUNDO, SINO QUE DIO A LUZ A LA EDAD MODERNA.
1525 d. C.	El Rey de España, poco después de la vuelta al mundo de Magallanes, malvende a Portugal, los derechos sobre las Molucas, que, por cierto, siempre estuvieron en el lado portugués, en la división del mundo que hizo el Papa Alejandro VI (Rodrigo Borgia en 1493)
1526 d.C.	Comienza el Imperio de Babur Mughal. Murió en 1530 y le sucedió su hijo Akbar.
1535 d.C.	Llega a Europa, procedente de Sud América la piña.
1536 d.C.	Los portugueses ocupan Ceilán y recaban del rey srilankés (cingalés) un tributo anual de 110.000 kilos anuales de canela. Jiménez de Quesada descubre la patata en Perú.
1550 d. C.	En los albores de la historia de la imprenta se editó un libro en Holanda que llevaba por título Itinerario y su autor el Dr. Bernardus Paladamus, que era un médico y que proclamó que “el clavo proporciona un aliento limpio, estimula la flatulencia, corta la diarrea y cura los trastornos de estómago”.
1559 d.C.	El té es mencionado por vez primera en Europa.
1576 d.C.	Lobelius, un médico, escribía “ <i>Memini generosam Auglam gravidum esu 10 aut 12 nucem myristicarum ebrian deliraese</i> “(Recuerdo a una dama inglesa, embarazada, que, habiendo ingerido entre 10 y 12 nueces moscadas, sufrió una embriaguez delirante.)
1579 d. C.	Francis Drake con su barco Golden Hind recala en la isla hermana de Tidore, Ternate y cargaba clavo. Cerca de las Molucas choca el barco con un escollo y para salvarlo tiene que echar tres toneladas de especia. Drake atacó a un barco español que acababa de zarpar de las islas y el inglés se vino con el tesoro a casa y recibió de manos de Isabel I el título de sir en atención a sus “esfuerzos”
1586 d.C.	Las patatas llegan a Gran Bretaña procedentes de Méjico, vía Virginia. Las plantaciones de jengibre se establecen en las Indias occidentales por los españoles a finales del siglo XVI.
1599 d.C.	Los ingleses fundan la compañía de las Indias orientales con objeto de romper el monopolio de portugueses y holandeses.
1600 d.C.	Se introduce el café en Europa.
1602 d.C.	Se funda la compañía de las indias orientales holandesas para constituir un imperio holandés en Asia,
1605 – 1621 d.C.	Los holandeses suceden a los portugueses en las islas de las especias.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
1609 d.C.	El 10 de Agosto, la isla bandanesa de Neyra se convierte en la primera conquista colonial del imperio holandés, que perduraría hasta épocas recientes.
1612 d.C.	Los ingleses establecen el primer negocio de correos en la India.
1621 d.C.	Un joven administrador holandés, Jan Pieterzoon Coen, conquista y vacía de nativos el grupo de islas Banda, e introduce colonos holandeses y destruye los árboles de nuez moscada de otras islas y, de esta forma, establece el MONOPOLIO que duró unos 150 años, siendo los franceses quienes pusieron fin, y posteriormente los británicos.
1636 d.C.	Los holandeses arrebatan Ceilán (Sri Lanka) a los portugueses y establecen el cultivo de la canela aún vigente.
1651 d.C.	Los holandeses controlan el negocio del clavo, nuez moscada y canela y prohíben las plantaciones incontroladas de especias bajo pena de muerte
1655 d.C.	Llegan los ingleses a Jamaica a modo de consolación, porque fueron derrotados por los españoles en la Isla Española, que pretendían arrebatarla, y para no volver derrotados ante Cromwell atacaron y conquistaron la isla contigua, Jamaica que estaba muy indefensa.
1657 d.C.	Llega el Té a Inglaterra
1681 d. C.	J. H. Dietz publica “ <i>De Nuce Moschata</i> ” que glosa las maravillas de la nuez moscada.
1700 d.C.	Los vegetales llegan a ser auténticos platos y no solamente guarniciones. Se popularizan las ensaladas. Comienza un cambio en la cocina europea que se extenderá hasta 1799 en el que los aromas se asignan a guisos distintos, que se preparan en cacerolas separadas y se comen con cubiertos en plato. Surge un nuevo sabor, ni dulce ni agrio, sino PICANTES. La pimienta se hace la reina, en detrimento de la canela, que hace de puente entre agrio y dulce.
1704 d. C.	C.F. Paullini publica <i>Moschocarygraphía sen Nucis Moschatae</i> sobre las nuez moscada
1742 d.C.	La Sra. E. Smith publica en Williamsburg “ <i>Compleat Housewife</i> ” donde se puede ver la intervención de la nuez moscada en casi todos los platos dulces
1745 d.C.	Pierre Poivre se salta la prohibición holandesa y fuerza a los Países Bajos a compartir el comercio de las especias con Francia para beneficio de su propia administración. Tomó plantones de nuez moscada y clavo pero todo fue en vano hasta 1776
1757 d.C.	El último Nawab de Bengala muere en la batalla de Plessey.
1770 d.C.	Pierre Poivre, gobernador francés de Mauritania, pasa de contrabando clavo, nuez moscada y canela cortadas en las islas de las especias y establece plantaciones en Reunión, las Seichelles y otras colonias francesas.
1773 d.C.	Aparece por primera vez el curry en un menú en Inglaterra en una cafetería de Norris Street en Londres.
1776 d.C.	Se cosechan los primeros clavos franceses y las plantas pasan a las colonias británicas.
1780 d.C.	Se vende el primer curry en polvo comercial.
1795 d.C.	La primera pimienta no hindú sale de Salem. Boston, Portsmouth, Bath y Nuevo Londres se convierten en los mayores puertos de especias.
1799 d.C.	La compañía Unida de las Indias Orientales va a la bancarrota, por no poder mantener una especiera monopolística, aunque el gobierno holandés tomó los activos de la compañía y controló un imperio oriental durante otros ciento cincuenta años.
1812 d.C.	Durante la guerra napoleónica se cuenta que los soldados rusos se ponían pimienta en las botas para mantener los pies calientes.

TIEMPO	ACONTECIMIENTO
1818 d.C.	Se introduce el clavo en Zanzíbar por Haremeli bin Saleh, desterrado por asesinato y que pasó un tiempo en las islas francesas del Indico.
1820 d.C.	Los holandeses y los británicos firman un tratado por el que dividen entre ellos todas las regiones que cultivan las especias.
1826 d.C.	Se crean las modernas cerillas. Una obra como “The Materia índica”, sostenía que “la nuez moscada está considerada entre los nativos de la India como una de sus medicinas más valiosas.
1835 d.C.	La vainilla, originaria de Sud América, se cultiva en la India.
1840 d.C.	Se inventa la confección del chocolate comestible.
1843 d.C.	La nuez moscada se planta en la isla de Granada, conocida después como la isla de la nuez moscada.
1905 d.C.	Einstein publica cinco artículos que convulsionan al mundo científico.
1914 - 1918 d. C.	Primera guerra mundial
1931 d. C.	Se crea el primer yogourt comercial (Danone)
1936 – 1939 d.C.	Guerra civil española
1939 – 1945 d. C.	II Guerra mundial
1955	Un huracán destruyó las plantaciones granadinas de nuez moscada. Se reponen con plantas moluqueñas y hoy suministra el 30 % (Indonesia lo hace con el resto)
1963 d.C.	T. Weil publica en Economic Botany “La nuez moscada como narcótico”
1999 d.C.	Se inicia el curso Dieta Mediterránea
2000 d.C.	Comienza en los Alcázares la Universidad Internacional del Mar que imparte el curso Dieta Mediterránea.
2001 d.C.	Boladura terrorista de las Torres Gemelas de Nueva York. ¡!¿?
2004 d.C.	Ataque terrorista en Madrid. España llora sin cesar.
2005 d.C.	El mundo celebra el 100 aniversario de la convulsión, que todavía dura, que provocaron los artículos debidos a Einstein un siglo antes.
2008 d.C.	Los aquí presentes podemos contarlo. ¡No es poco! En la Olimpiada de Pekin no hemos quedado demasiado bien

LOS AROMAS DE LA COCINA MEDITERRÁNEA

Alberto Requena

Catedrático de Universidad

Departamento de Química Física. Universidad de Murcia

SPAIN

EL ORIGEN DE LOS ALIMENTOS

alimento	origen
Achicoria	India
Ajo	Mediterráneo
Albaricoque	China
Alcaparras	Mediterráneo
Algarroba	Babilonia
Alholva	Sur de Europa / Sur de Asia
Anís	China
Apio	Mediterráneo
Arroz	India
Azafrán	Oriente
Banana	Asia
Berenjena	India
Brocoli	Italia
Cacahuete	Sudamérica
Cactus	Méjico / Sudamérica
Calabaza	Méjico / Sudamérica
Canela	Ceilán (Sri Lanka)
Cardamono	Sur de Asia
Cebolla	Israel a India
Cebollino (ajo moruno)	Mediterráneo
Cereza	Europa / Oeste de Asia
Chile (pimiento)	Méjico / Sudamérica
Chirivía	Eurasia
Chalote	Mediterráneo
Cítricos (limón/naranja/lima)	Sudeste asiático

alimento	origen
Ciruela	Cáucaso
Clavo	Este de la India
Coco	Abisinia
Coliflor	Chipre
Comino	Mediterráneo
Coriando	Norte de África
Cúrcuma	Sur de Asia
Dátil	Mediterráneo Oriental
Endivia	India
Espinacas	Sudeste asiático / Persia
Estragón	Rusia
Guisante	Asia occidental
Haba	Sudamérica
Hinojo	Mediterráneo
Jengibre	Sur de Asia
Macis	Molucas
Maíz	Méjico
Melón	Oriente próximo
Nuez moscada	Molucas
Oliva	Mediterráneo
Orégano	Mediterráneo Oriental
Patata	Perú
Pepino	India/África
Pera	Oriente medio
Pimentón	Sudamérica
Pimienta	India
Piña	Sudamérica (Brasil)
Pistacho	India
Rábano	Mediterráneo Oriental
Ruibarbo	Grecia
Quingombó	Africa / Asia
Sésamo	Sudamérica
Té	Tibet
Tomate	Méjico / Perú
Vainilla	Méjico
Zanahoria	Afganistán



AROMAS EN LA COCINA MEDITERRÁNEA





Vegetales, especias y hierbas

Antes de Jesucristo

Mediterráneo

• perejil

• hinojo

• laurel

• alcaparra

• alholva

47
• ajo

• mostaza
• vu

• amapola

• sésamo

• alcachofa

• azafrán



Vegetales, especias y hierbas

Después de Jesucristo

Mediterráneo

• espinacas

• apio

• ruibarbo

• coliflor

7

• brócoli

• coles de
Bruselas



Vegetales, especias y hierbas

Antes de Jesucristo

Asia

•cidra

•albaricoque

•melocotón

•cardamono

8

•Jengibre

•canela

•cúrcuma

•pimienta negra



Vegetales, especias y hierbas

Después de Jesucristo

Asia

- boniato
- castañas
- berenjena
- limón
- Nuez moscada
- macis
- estragón
- lima
- naranja
- melón
- clavo



Vegetales, especias y hierbas

Antes de Jesucristo

Nuevo Mundo

- patata
- Frijol (j)
- pimienta inglesa
- calabaza
- pimienta
- pimienta rojo
- tomate
- aguacate
- pimienta picante
- judía (h)
- piña
- vainilla

PRODUCTOS



MEDITERRANEOS

PRODUCTOS MEDITERRÁNEOS

- ☞ TRIGO (y alimentos derivados : pan, pasta, cous-cous y burghul
- ☞ ARROZ
- ☞ ACEITE Y ACEITUNAS
- ☞ LEGUMBRES
- ☞ AJO, VERDURAS Y HORTALIZAS
- ☞ QUESO Y YOGUR
- ☞ PESCADOS, CARNES Y HUEVOS
- ☞ FRUTAS Y FRUTOS SECOS
- ☞ VINO

TRIGO

- 📄 En el antiguo Egipto, enormes reservas.
- 📄 A **orillas del Nilo** se fabrica pan con levadura, que se cocía en hornos troncocónicos o cilíndricos. Una pintura funeraria del tiempo de Ramsés II muestra las etapas de su fabricación desde el trabajo de la masa con los pies, hasta que salen del horno.
- 📄 Los **hebreos** al salir de Egipto se llevan masa y la cuecen sin fermentar y en recuerdo de ese día se mantiene el precepto en la ley Mosaica.
- 📄 En **Grecia** se desarrolló notablemente; hasta 72 clases.
- 📄 Era la **base de la paz social** y en el siglo III se distribuían gratuitamente a los ciudadanos miles de piezas cada día.

TRIGO (2)

- ☞ **Griegos y romanos les añadían cosas** : aceitunas y torreznos de cerdo. Según Virgilio el MORETUM era una torta de masa sin levadura que, después de cocida al horno, se comía con cebolla cruda y ajo y se aderezaba con aceite y vinagre.
- ☞ En las mesas de los patricios romanos se empleaban vajillas de plata y para que las carnes no tocaran el metal se preparaban unas **tortas finas de pan llamadas MENSA**, sobre las que reposaban los alimentos. (Estas tortas las comían los esclavos). Con el tiempo las mensas impregnadas de jugos y sabores y acompañada de cebolla y verduras pasó a ser alimento habitual.

TRIGO (3)

- Las mensas en **España** se transformaron en “**COCAS**” y los “**GAZPACHOS MANCHEGOS**” y en Italia fue la antecesora de las **PIZZAS**.
- Sobre la **PASTA** hay muchas opiniones. Probablemente se inició en **China**, a principios de nuestra era (hay un libro de cocina china que habla de ello). No fue **Marco Polo**, sino los **árabes** que la conocen en Persia y la llevan a **Sicilia** y desde allí a Occidente. En 1520 Ruperto de Nola en el Libre del Coch da una receta de **fideos cocidos** con leche y endulzados con azúcar, indicando después que pueden cocerse con caldo de carne y ser aderezados con queso rallado

TRIGO (4)

- 📄 La pasta se fabrica a partir del grano de trigo duro, se obtiene una sémola granulada que conserva las sustancias nutritivas del grano entero, con un importante porcentaje de celulosa y fragmentos de germen.
- 📄 El **COUS-COUS** es una clase de trigo duro que ha sido triturado y después de humedecido se pasa por harina. Es popular en los países del Magreb y se cuece al vapor de un caldo de carnes, verduras y otros ingredientes, o se prepara de otras formas para postre.
- 📄 El **BURGHUL** es trigo entero que se cuece hasta que la cáscara esté a punto de agrietarse y abrirse; se extiende al aire libre sobre un lienzo y se seca; después se tritura y cuando se va a utilizar se pone a remojo.

ARROZ

- 📄 Se empezó a utilizar en **Asia**, 3.000 años a.C.
- 📄 Los **griegos** lo traen de la **India** en el 320 a.C.
- 📄 Los **árabes** lo implantan en la cuenca mediterránea y expanden su cultivo.
- 📄 Una vez que se le quita la cascarilla (no comestible), queda un grano de color oscuro, que contiene una capa exterior que se llama **salvado**, que es la rica en elementos nutritivos (vitaminas y sales minerales). El endosperma contiene elevado porcentaje de almidón, algunas vitaminas y sales minerales.
- 📄 Al cocinarlo los granos absorben las sustancias de los alimentos y son un magnífico soporte para carnes, pescados y verduras.

ACEITUNA Y ACEITE DE OLIVA

- ☞ **Suelo, clima y grado de humedad** de todo el Mediterráneo son ideales para el cultivo del olivo.
- ☞ Se inició en **Anatolia y zona costera de Siria**. Después a **Grecia**.
- ☞ Los **fenicios** desde 1.200 a.C. Lo difunden por el Mediterráneo. Lo llevan a Libia y Cartago. Después los **griegos y romanos** prosiguen.
- ☞ La **aceituna** importante en la dieta. El **ACÓNITO**, principal comida griega constaba de pan mojado con aceite y vino, acompañado de aceitunas y carne o pescado. **Dífilo**, famoso médico nacido en el siglo III a.C. En las Cícladas, decía que las aceitunas son aperitivas, astringentes y facilitadoras de la digestión.

ACEITUNA Y ACEITE DE OLIVA (2)

- ☞ En Turquía y algunos otros países se toman a diario en el desayuno. En otros en ensaladas y platos cocinados.
- ☞ Tienen cantidades apreciables de vitamina A, C, caroteno, y tiamina, elementos minerales, particularmente calcio y magnesio.
- ☞ La técnica de extracción de aceite se conoce siglos antes de Cristo. No solo se empleaba en alimentación, también como óleo sagrado y como medicamento de uso interno o externo para friccionar y mantener la elasticidad de los músculos de los atletas, como cosmético para el cuidado de la piel y el cabello y como combustible para el alumbrado.

ACEITUNA Y ACEITE DE OLIVA (3)

- 📄 Roma dio mucho impulso al cultivo y a la calidad de los aceites de Hispania como nos dice Apicio en De re Coquinaria.
- 📄 Se exportaba desde la Bética y es muy conocida la colina TESTACCIO que se levanta sobre la orilla izquierda del Tiber y que está formada por fragmentos de ánforas utilizadas para el transporte del aceite.
- 📄 Los árabes apreciaron la calidad del nuestro aceite, perfeccionaron las técnicas de extracción y desarrollaron nuevas formas de emplearlo como medio de fritura y otros usos culinarios

ACEITUNA Y ACEITE DE OLIVA (4)

 El aceite de oliva virgen es rico en ácido oléico y en vitaminas, equilibra la tasa de colesterol y previene la arterioesclerosis; su valor nutritivo es muy elevado por su contenido en lípidos constituidos por ácidos grasos no saturados que, como el oléico y el linoleico, son fundamentales para la vida humana.

LEGUMBRES

- ☞ Primero como silvestres y luego cultivadas, son junto a los cereales la base de la dieta alimenticia.
- ☞ En Egipto se cultivaban lentejas, habas y guisantes.
- ☞ En Palestina, para los pueblos semíticos, las lentejas eran un plato muy solicitado (Recordar Esaú...)
- ☞ En Grecia, en tiempos de Homero se consumían garbanzos.
- ☞ En Roma las legumbres secas eran el alimento del ejército y de las clases modestas.
- ☞ Tienen buena conservación, son fáciles de preparar combinan bien con carnes, bacalao, huevos, verduras y hortalizas. Al complementar sus aminoácidos proporcionan proteínas de gran valor nutritivo.

AJO

- 📄 AJO, CEBOLLAS Y EL PUERRO aparecen en numerosas pinturas de la época de los faraones. Herodoto cuenta que a los esclavos de las pirámides se les alimentaba con ajos crudos, para tener fuerza y salud.
- 📄 En GRECIA, los atletas y luchadores lo tomaban antes de los combates.
- 📄 Los soldados romanos lo empleaban como tónico
- 📄 En la Edad Media se le atribuyen cualidades mágicas: ahuyentan los malos espíritus y los vampiros.

VERDURAS Y HORTALIZAS

- ❏ Se emplean desde hace miles de años. Además de cebolla y puerro, egipcios, griegos y romanos consumían alcachofas, hinojos y pepinos.
- ❏ Remolacha, rábanos y nabos eran muy apreciados en Grecia y Roma. Previo a los banquetes tomaban hojas de col cocidas con miel para mitigar los abusos del alcohol.
- ❏ Las espinacas y berenjenas las trajeron los árabes y se empiezan a consumir en la Edad Media.
- ❏ Después del descubrimiento de América entraron tomates, pimientos, judías verdes y patatas, adaptándose de tal modo que hoy son básicas.
- ❏ Cubren el aporte de sales minerales, vitaminas y fibra.

QUESO

- ☞ La leche se consume desde hace mucho tiempo. Cuando se quiso tener reserva se emplearon estómagos y vejigas de animales. El calor y las enzimas coagulantes hicieron el queso.
- ☞ La leche cuajada, escurrida en un lienzo dio queso tierno, que prensado con piedras y dejado curar tomó sabor más intenso.
- ☞ En tiempo de columella se utilizó una prensa especial para lograr que fuera más compacto y después se moldeaba en un cesto o en una caja de madera, llamada FORMA en latín (formage, fromage (francés), fromaggio (italiano) y fortmage (valenciano y catalán))

QUESO (2)

- 📄 Queso deriva del latín CASEUS, que, según S. Isidoro, proviene de QUASI CAREUM, de QUASI (casi) y una forma de CAREERE (carecer), porque el queso carece de suero.
- 📄 Queso, junto a aceitunas, pan y frutos secos eran los productos con los que el pastor, el viajero o el navegante podían alimentarse fuera de casa.
- 📄 Variedad extensísima y muchas recetas lo emplean. Se utiliza también de postre.
- 📄 El queso es un alimento casi completo : tiene proteínas, grasa, fósforo y vitaminas.

YOGUR

- 📄 Nombre de origen turco. Los nómadas lo preparan en sus tiendas en odres de piel. Se dice que Gengis Kahn alimentaba a sus soldados para darles fortaleza.
- 📄 No es leche cuajada sino fermentada por la acción de bacilos lácticos : el lacto-bacillus bulgaricus que acidifica y hace coagular la caseína y el streptococcus thermophilus, que por efecto de calor suave da el sabor característico.
- 📄 Su acidez destruye los microbios de la putrefacción y evita infecciones intestinales.
- 📄 Hay muchas recetas, casi todas de origen turco que lo emplean: con salsas, con verduras, con carnes, con frutas, e incluso con bebidas como el refrescante AYRAN.

PESCADOS

- ☞ Fresco, secado al sol, ahumado, salado. Fuente de proteínas y otros nutrientes, sales minerales y vitaminas.
- ☞ Las mujeres griegas tenían el monopolio hasta que Amphirita se desposó con Poseidón y perdieron el privilegio.
- ☞ En Roma llegaron a poseer viveros propios y Lúculo hizo horadar una montaña para que llegara el agua del mar.
- ☞ Los grandes salmonetes se cotizaban altísimo y el mejor garum procedía de Cartagena (Garum sociorum, hecho con el mejor escombro) y Cádiz.
- ☞ El pez se adoptó como símbolo en el Cristianismo.
- ☞ Como amuleto en Egipto : se come al entrar en nueva casa y en Persia el día de año Nuevo.

GARUM

- 📄 GARUM : maceración de intestinos de caballas o anchoas descompuestos al sol. Se añadían decocciones de plantas balsámicas y se filtraba.
- 📄 Sabor intenso, con unas gotas bastaban para mejorar cualquier alimento insípido. Era un concentrado de aminoácidos y lisinas, rico en nitrógeno y sales minerales.

CARNES, AVES Y HUEVOS

- Escasez de pastos. Cabras y ovejas que se alimentan de arbustos espinosos y se adaptan proporcionando : leche, carne, lana para vestidos, tiendas de campaña y tapices.
- El CORDERO en fiestas religiosas : Pascua judía, en los países musulmanes en las bodas, nacimientos y fiestas importantes y para los cristianos es el símbolo de Cristo.
- En España se dio una organización : LA MESTA que con su preponderancia fue capaz de provocar la decadencia de la agricultura.
- El CERDO prohibido por musulmanes y judíos es muy importante; en Grecia se citan en las obras literarias el jamón, el tocino y los embutidos y en la literatura española hay referencias a la matanza.

CARNES, AVES Y HUEVOS (2)

- Los huevos se incorporan más tarde. Las gallinas llegan a Grecia en el siglo V a.C. Y aunque se conocían los huevos de pintadas, ocas y otras aves, no los consumían porque pensaban que se extinguían las especies. En la época romana se emplean en postres, cremas y salsas.
- Dietéticamente hay que considerar las proteínas de la carne y su riqueza en aminoácidos esenciales. La carne de cerdo tiene un importante contenido en niacina, y en el hígado se encuentra vitamina A. Las proteínas del huevo son las de mayor calidad por el equilibrio en aminoácidos esenciales.

FRUTAS

- Los frutales que habían sobrevivido durante las glaciaciones del cuaternario, refugiados en Armenia, Georgia y nordeste de Anatolia se difundieron por el Mediterráneo. Se reafirmaron como especies autóctonas : OLIVO, ALMENDRO, HIGUERA Y VID.
- Otros árboles silvestres que llegaron desde zonas europeas y otros traídos de Oriente se aclimataron.
- El cuidado en el cultivo, los injertos, suavidad del clima, pese a la falta de agua, hizo posible que florecieran **limoneros y naranjo amargo** y dieron frutos junto a MANZANO, PERAL, CIRUELO, ALBARICOQUERO, CEREZO, etc. que llegaron de América.

FRUTAS (2)

- 📄 La fruta ha sido siempre el complemento de la alimentación mediterránea y fuente de vitaminas, azúcares y sales minerales.
- 📄 Hace miles de años debió observar que al exponer las frutas al sol, se evaporaba el agua que contenían y, al secarse, se concentraban los azúcares naturales y se evitaba el deterioro. De esta forma el excedente de las cosechas se guardaba para los meses de invierno como reserva : PASAS, HIGOS Y DÁTILES, hasta reemplazaron al pan en los desplazamientos.
- 📄 Los FRUTOS SECOS son las semillas de árboles y arbustos, almendras, nueces, castañas, avellanas, piñones, etc. Ricos en proteínas y aceites, sales minerales, hidratos²³ de carbono y fibra.

VINO

- ☞ Con el trigo y el aceite, compone la trilogía básica de los productos mediterráneos.
- ☞ Desde fines del siglo VI hasta mediados del IV a.C. Se extendió el cultivo desde Asia Menor hasta Egipto. Con los primeros intercambios comerciales de los pueblos del mar, CRETA conoció la viña y el vino. De Creta pasó a Grecia, Sicilia y de aquí a Italia y a Libia. Los focenses lo trajeron a España y a Provenza y los romanos lo extendieron por los territorios que ocupaban, enseñando el arte de la viticultura a los pueblos conquistados.
- ☞ En la antigüedad tenía tanta importancia la vendimia que se suspendía la vida política y pública.

VINO (2)

- ☞ Cuenta la mitología que Dyonisos, dios del vino, sentía un gran amor por la humanidad y les hizo conocer este néctar para hacerlos más felices.
- ☞ No se suele usar como ingrediente en la cocina mediterránea, excepto en algunas recetas españolas, provenzales e italianas. Quizás debido a las reminiscencias de la cocina árabe que condena el uso del vino o quizás a una dietética natural o intuición fisiológica que no añada calorías en un clima cálido.
- ☞ El vino, a través del trans resveratrol, especialmente, es saludable. Ya Fleming decía “ la penicilina será lo que cure a los hombres, PERO LO QUE LES HACE FELICES ES EL VINO”

COCINA MEDITERRANEA

- 📄 ALIMENTOS PLASTICOS :en los que predominan proteínas y calcio y permiten el desarrollo y mantenimiento de músculos : PESCADOS, CARNES, HUEVOS, QUESOS.
- 📄 ALIMENTOS ENERGÉTICOS, en los que predominan las grasas y ácidos grasos esenciales o los hidratos de carbono y proporcionan las calorías necesarias para la vida cotidiana : ACEITE, ACEITUNAS, TOCINO, CEREALES, AZÚCAR Y PASTAS.
- 📄 ALIMENTOS REGULADORES ricos en vitaminas que proporcionan fibra y sales minerales indispensables : VERDURAS, HORTALIZAS Y FRUTAS.
- 📄 ALIMENTOS MULTIPLES : LEGUMBRES, PATATAS Y FRUTOS SECOS.
- 📄 FACILITADORES DE DIGESTION Y ASIMILACION : SAL, ESPECIAS Y PLANTAS AROMÁTICAS.

COCINA DE LOS PAISES



MEDITERRANEOS

FRANCIA

- ☞ Cocina provenzal : sabor meridional del arte culinario francés.
- ☞ Sencilla, calidad y frescura, corta preparación.
- ☞ Frutas y verduras maduradas al sol, aceite de oliva, ajo y hierbas aromáticas.
- ☞ Carne de caza y cordero.
- ☞ Pescado mediterráneo.
- ☞ BOULLABAISE (heredera de la antigua sopa focense), AIGO-BOUIDO Y SOUPE AU PISTOU, ANCHOIADE (anchoas con aceite de oliva y ajo), TAPENADE(... Además aceitunas y tápenas), DAURADE A L´AIL, GIGOT (pierna de cordero con hierbas aromáticas)

FRANCIA - CÓRCEGA

- 📄 Napoleón : “Yo reconocería Córcega con los ojos cerrados”. Plantas aromáticas.
- 📄 Muchas invasiones, poca vida en la costa.
- 📄 Escasos recursos, conserva originalidad.
- 📄 Productos del cerdo, castañas secadas al humo y quesos (BROCCIU, de cabra) se emplean en muchas recetas.
- 📄 Conserva de tomate (fermentado y secado al sol) y hierbas aromáticas realzan el sabor.
- 📄 FIGATELLI (embutido de hígado, carne, grasa de cerdo) (*replica de los FIGATELLS de la Safor y de la Ribera Alta, entre Valencia y Alicante*) (*se preparan también en Chipre con el nombre de SHETFALIA*)

ITALIA

- 📄 PASTA, PIZZA Y HELADOS, arroces, verduras, quesos y postres. Rica y variada. Variedad e ingenio.
- 📄 Liguria, PESTO (aromática salsa genovesa de albahaca). Predomina el aroma de ajo y el aceite de oliva.
- 📄 Cocina Veneciana : Pescado y crustáceos del Adriático.
- 📄 Cocina Romana : Frituras y Pasta.
- 📄 Región de Campania : MOZZARRELLA.
- 📄 Nápoles : Pizzas.
- 📄 Sicilia : funde griegos, romanos, bizantinos, árabes, normandos y españoles.
- 📄 Cerdeña : Famosa por sus LECHONES y queso PECORINO

YUGOSLAVIA

- 📄 Gran diversidad de suelo y de clima. Mar, colinas, bosques y alta montaña.
- 📄 Influencia de : Italia, Austria, Hungría, Rumanía, Bulgaria, Grecia y Albania.
- 📄 Dalmacia : Platos de pescado muy similares a Italia.
- 📄 Macedonia : Influencia griega por todos costados, aceite de oliva y repostería.
- 📄 KADAIF, (dulce de fideos finísimos que recuerda el Oriente Medio), PITA (empanada rellena de verdura, carne, queso y a veces dulces, con relleno de frutas, nueces, miel o crema; especialidad de Macedonia).
- 📄 CEVAPCICI : albóndigas de carne a la brasa. Se acompaña de cebolla y pimientos.

GRECIA

- ☞ Influencia desde más de 3.000 años.
- ☞ Aportó la base : cultivo del olivo y la vid.
- ☞ Hoy cocina sobria y variada.
- ☞ Aceite de oliva, hierbas aromáticas y especias perfuman y realzan verduras, pescado y carne de cordero.
- ☞ Pimientos y tomates rellenos de arroz y berenjenas en la famosa MOUSSAKA.
- ☞ Pescado, SALMONETES, a la brasa y al horno
- ☞ Yogur que crea un contraste de sabores con los asados o con las DOLMATHAKIAS (hojas de vid rellenas de arroz que se toman como aperitivo)
- ☞ El TZATZIKI, (deliciosa y refrescante salsa a base de yogur)

CHIPRE

- Mezcla de cocinas griega, turca y sirio-libanesa.
- Gran afición al cerdo.
- Sus embutidos viajaron por el Mediterráneo : SHEFTALIA. (*FIGATELLI en Córcega y los FIGATELL del área valenciana*).
- También viajaron los FLAOUNES (pastelitos de queso), tradicionales de Pascua. (*En IBIZA, en la misma festividad se preparan el flaó, tarta de queso fresco y en MORELLA (CASTELLÓN) los FLAONS, pastelitos de masa dulce rellenos de requesón*). Ruperto de NOLA en el siglo XVI da la receta de los flaones, unos postres elaborados con harina, rellenos de huevo y requesón y recubiertos después de cocidos, con azúcar y canela.

TURQUIA

- 📄 Se formó por las tradiciones de un pueblo de nómadas y pastores, procedentes del Asia Central y una vez sedentario asimiló al mundo mediterráneo, uniendo el mundo bizantino con la fastuosidad de Oriente.
- 📄 El cordero es la base y son famosos sus SIS KEBAB (pinchos de cordero).
- 📄 Sus MEZZE (entremeses) se acompañan con RAKI (bebida parecida al anís que se toma con agua y hielo)
- 📄 Las verduras, especialmente berenjenas de muchas formas: IMAM BAYELDI (“el sultán se desmayó de placer” es la más conocida.
- 📄 Arroz PILÂV, se combina con otros ingredientes o como guarnición de carnes.

TURQUIA (2)

- 📄 El yogur es de origen turco. Además de cómo ingrediente, se hace una bebida el AYRAN (yogur mezclado con agua y una pizca de sal)
- 📄 BAKLAVA, (postre por excelencia, pastel de hojaldre, relleno de pistachos, almendras o nueces y regado con almíbar o miel).
- 📄 KAHVE (café, es un rito. En la cafetera CEZVE, como mezcla de agua con café y azúcar, que se hace hervir, al menos dos veces). Se conocía en Etiopía y Yemen y se propagó con el Islam. A principios del XVI Selim I conquistó Egipto y en el botín se llevó sacos de café a Estambul, desde allí pasó a Europa y América.
- 📄 Proverbio turco : “Una taza de café asegura cuarenta años de amistad”.
- 📄 Tayllerland : “ el café es Negro como el demonio, Caliente como el Infierno, Puro como un ángel y Dulce como el amor.”

SIRIA Y LIBANO

- 📄 Líbano, tierra de los fenicios, propició la unión comercial del Este y el Oeste.
- 📄 Siria que se extendía desde las montañas del Taurus hasta el Sinaí, y desde el Mediterráneo hasta el río Eufrates, fue cuna de civilizaciones y crisol de culturas.
- 📄 En esta tierra el hombre descubrió los secretos de la Agricultura e inventó el primer alfabeto de la Tierra.
- 📄 Religiones, filosofías, el lenguaje del comercio, sistemas de desarrollo urbano, intercambios diplomáticos y la legendaria dinastía OMEYA, que tanto esplendor dió a la España árabe.

SIRIA Y LIBANO

- ☞ Siria y Libano tienen mismos platos con nombres diferentes.
- ☞ KIBEH (sirve para medir la excelencia de un cocinero), se elabora a base de BURGHUL (trigo molido), acompañado de carne de cordero picada y piñones o almendras y se prepara en forma de croquetas que se frien o se meten al horno en un molde.
- ☞ MEZZE (materializa la hospitalidad árabe, son variados : LABNEH, (crema de yogur con hierbas), HUMMUS BI TAHINI (crema de garbanzos con pasta de sésamo).
- ☞ TAHINI (pasta de semillas tostadas de sésamo).
- ☞ El yogur se emplea en muchos platos, excepto con pescado.
- ☞ KUNAFEH, dulce con pasta elaborada con fideos muy finos y relleno de almendras, pistachos o nueces, con especias.

ISRAEL

- Las reglas religiosas unen las diferentes cocinas judías.
- Las reglas del KASHRUTH (leyes dietéticas, reglas y normas) prohíben consumir en la misma comida productos lácteos y carne.
- Las carnes de animales se pueden consumir si se sacrifican según la norma CASHER.
- Los peces tienen que tener escamas y aletas.
- Para consumir la carne hay que prepararla en un utensilio hondo cubierta de agua. Dejarla media hora, escurrirla y cubrirla con sal gorda. Tras una hora se lava tres o cuatro veces para quitar la sal y se escurre y ya está lista.
- La carne a la brasa no necesita estar salada.

ISRAEL (2)

- ☞ Dos grandes corrientes : Europa Central y Sefardita.
- ☞ Cocina de otras tierras y costumbres árabes populares.
- ☞ CARPA a la judía (cocida con cebollas y almendras), CORDERO PASCUAL (relleno de arroz, hígado, cebolla, perejil, hierbabuena y especias) y la DFINA o ADAFINA (carne de buey, alubias o garbanzos, aceite, ajo y huevos que se cuecen juntos como un potaje).
- ☞ La comida juega un papel importante en la vida tradicional judía. Los lazos de amistad se sellan alrededor del Shabbath y en las comidas de fiesta (Yom Kippur, el Purim, El Pessabe, etc.)

EGIPTO

- ☞ Ha ejercido siempre una gran atracción como país milenario y misterioso
- ☞ Sus faraones tenían vida en la muerte y sus tumbas encerraban poderes de germinación, fertilidad y resurrección que aseguraban el orden en el mundo.
- ☞ Hablar de Egipto es hablar del Nilo. Sus crecidas permitieron cultivar en sus orillas cereales y legumbres, que fueron el alimento básico.
- ☞ El pan y las legumbres siguen siendo parte importante de la dieta.

EGIPTO (2)

- ☞ FUL MEDAMES , (plato nacional, tan antiguo como los faraones; habas secas, puestas a remojo y luego cocidas, acompañadas de huevos cocidos HAMINE y aderezadas con ajo, perejil picado, aceite de oliva, limón, sal y pimienta).
- ☞ MELOKHIA (hojas de la planta así llamada, carne de pollo, conejo o pato, ajo, sal, pimienta, aceite, cilantro y un poco de picante).
- ☞ OKRA o bamia, verdura muy apreciada, que se toma rehogada o guisada con carnes).
- ☞ COSHARI (Plato típico elaborado con arroz, que es un alimento común, combinado con lentejas y pasta).
- ☞ AISH, es el pan especial egipcio, que combina harina blanca e integral.

PAISES DEL MAGREB

- ☞ Magreb significa en árabe “tierra del ocaso” : Marruecos, Argelia, Túnez y Libia. Franja de 4.200 Km.
- ☞ Cuando el Magreb ve la luz en la Historia, después de la llegada de los fenicios (primer milenio a.C.) ya estaba habitado por bereberes. La tradición bereber reivindica que la raza se originó en Canáan (Palestina) en el Bíblico Goliath como antecesor. Un verdadero bereber es de origen caucásico con piel blanca, pelo claro, corta y recta nariz y finos y delgados labios, muy parecidos a toda la gente del Mediterráneo.
- ☞ Cartago, Roma, Bizancio y el Imperio Otomano dominaron sucesivamente. Con la caída de Alejandría (Egipto en el 642 a.C.) un ejercito árabe penetró en el Magreb bajo el caudillaje de Amrb-al-As, y cambió su historia radicalmente.

PAISES DEL MAGREB (2)

- Los árabes traen una nueva, igualitaria y dinámica religión y una cultura primitiva y adaptable. Los preceptos del Corán fueron un modo de vida para el pueblo: lo que un buen musulmán debe comer y prescribe el ayuno en el mes del Ramadán.
- Cocina regida por preceptos religiosos y costumbres nómadas de los bereberes y árabes, comida propia de la gente nativa, hispano-árabe, francesa (en Argelia), italiana (en Túnez) y la Otomana y árabe de Oriente Medio.
- COUS-COUS, TAJINE, SOPA HARIRA y los guisados de frutas y verduras, son de influencia bereber

PAISES DEL MAGREB (3)

- 📄 En el Ramadán el ayuno es absoluto (desde el alba al ocaso). En cada casa se prepara diariamente la HARIRA, con la que el creyente rompe el ayuno al oír al muezzin.
- 📄 COUS-COUS es el más popular (es una comida completa, compuesta por granos de sémola de trigo, cocidos al vapor, al hervor en un caldo de carne con verduras). Requiere habilidad y práctica.
- 📄 TAJINES, se sirven en el utensilio de igual nombre (distintas carnes estofadas con verduras o con frutas. Hay infinidad de recetas.
- 📄 BASTELA o PASTILLA (pichones rellenos y cocidos, cuya carne se extiende sobre finas capas de OUARKA (pasta fina de hojaldre casi transparente), azafrán, almendras y azúcar y se introduce en el horno.

PAISES DEL MAGREB

- 📄 MECHOUI, (cuando se recibe a un invitado, el mayor de los honores se le hace preparando este plato, que es el cordero asado a la brasa. La preparación está reservada a los hombres que son los maestros. Las brasas se preparan en una zanja de 40 cm. Aprox. De profundidad y del largo del cuerpo del cordero, que una vez sazonado se asa lentamente atravesado en el espetón, dándole vueltas con regularidad.
- 📄 La repostería es variada y dulcísima y el té verde CHAY, es estimulante y digestivo. Se sirve con un amistoso ceremonial.

PRODUCTOS MEDITERRÁNEOS

- ☞ Son la base de la alimentación (también española).
- ☞ Productos más consumidos (estadísticas)
 - FRUTAS Y HORTALIZAS
 - LECHE
 - CARNES DE AVE PORCINO Y VACUNO
 - PESCADO Y ACEITE DE OLIVA.
- ☞ La dieta mediterránea, basada en la trilogía del olivo, el trigo y la vid, se enriqueció con los productos que llegaron posteriormente.

PRODUCTOS MEDITERRÁNEOS (2)

- ☞ TRIGO (y alimentos derivados : pan, pasta, cous-cous y burghul)
- ☞ ARROZ
- ☞ ACEITE Y ACEITUNAS
- ☞ LEGUMBRES
- ☞ AJO, VERDURAS Y HORTALIZAS
- ☞ QUESO Y YOGUR
- ☞ PESCADOS, CARNES Y HUEVOS
- ☞ FRUTAS Y FRUTOS SECOS
- ☞ VINO

COCINA MEDITERRÁNEA



**LEONARDO
DA VINCI**

GENIO Y ARTE EN LA COCINA

- ☞ PINTOR
- ☞ ESCULTOR
- ☞ ARQUITECTO
- ☞ MÚSICO
- ☞ ESCRITOR
- ☞ DISEÑADOR
- ☞ INGENIERO
- ☞ POLÍGRAFO
- ☞ HUMANISTA
- ☞ **IMPENITENTE**
- ☞ **GASTRÓNOMO**
- ☞ **COCINERO REFINADO**
- ☞ **VISIONARIO SENSIBLE**
- ☞ **E INCOMPRENDIDO**



Biografía pareja a los fogones



- ❏ Fracasa como jefe de cocina de la taberna florentina Los Tres Caracoles
- ❏ Regenta, sin éxito, una taberna con Sandro Botticelli.
- ❏ No impone sus teorías cuando Ludovico el Moro le nombra maestro de festejos y banquetes en Milán.

Palacio de los Sforza : Ingenios mecánicos “electrodomésticos”

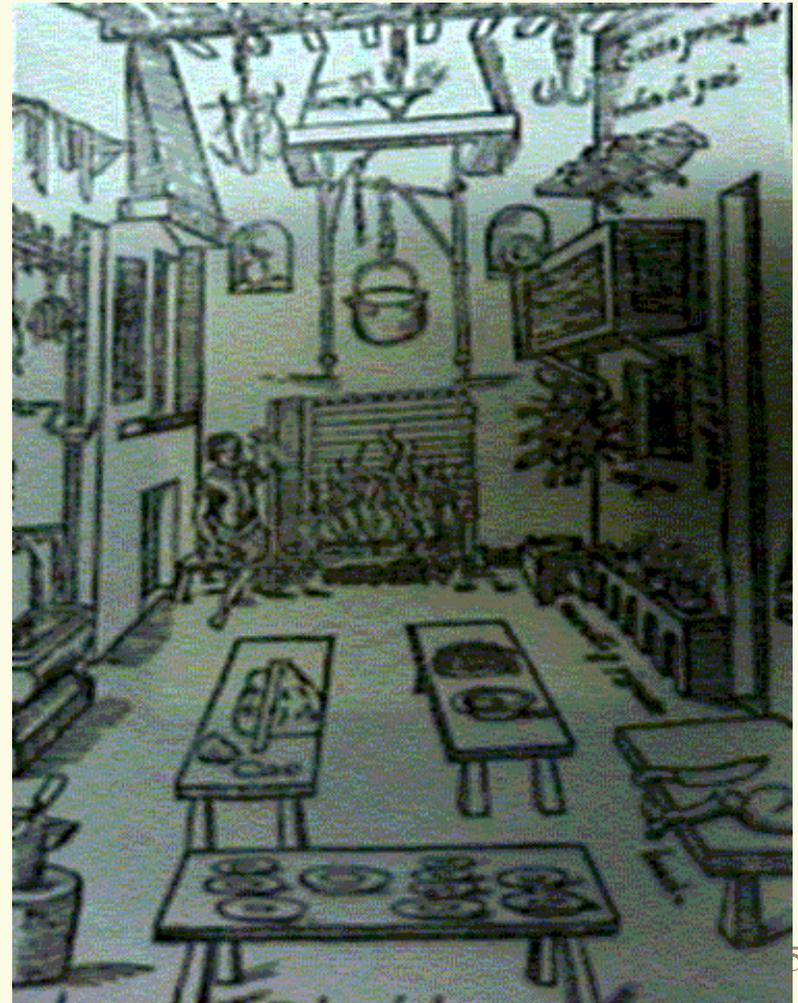


CON OBJETO DE :

- Mejorar el ambiente de las cocinas
- agilizar el trabajo
- simplificar la realización de ciertas tareas
- reducir los malos olores
- acrecentar el grado de limpieza de los lugares de trabajo

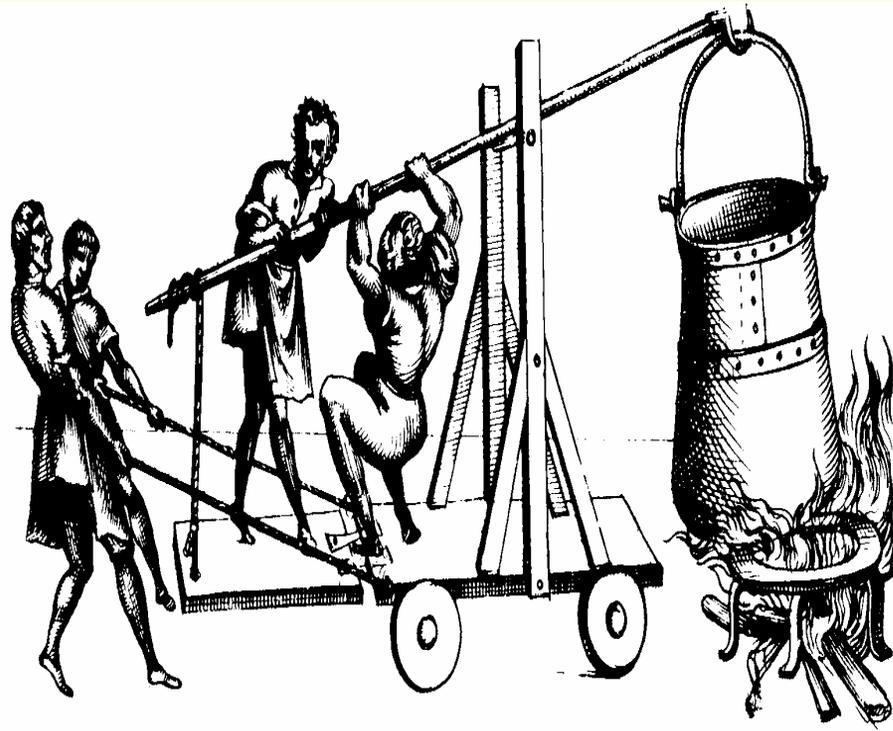
Ingenios mecánicos

- 📄 Asadores automáticos
- 📄 Extractores de humo
- 📄 Picadoras de carne
- 📄 Cortadoras de berros
- 📄 Extintores de incendios
- 📄 Artefactos cuya construcción nunca se vió coronada por el éxito.



SUS CREACIONES CULINARIOS HOY TODAVÍA OSTENTAN UNA MODERNIDAD EXULTANTE

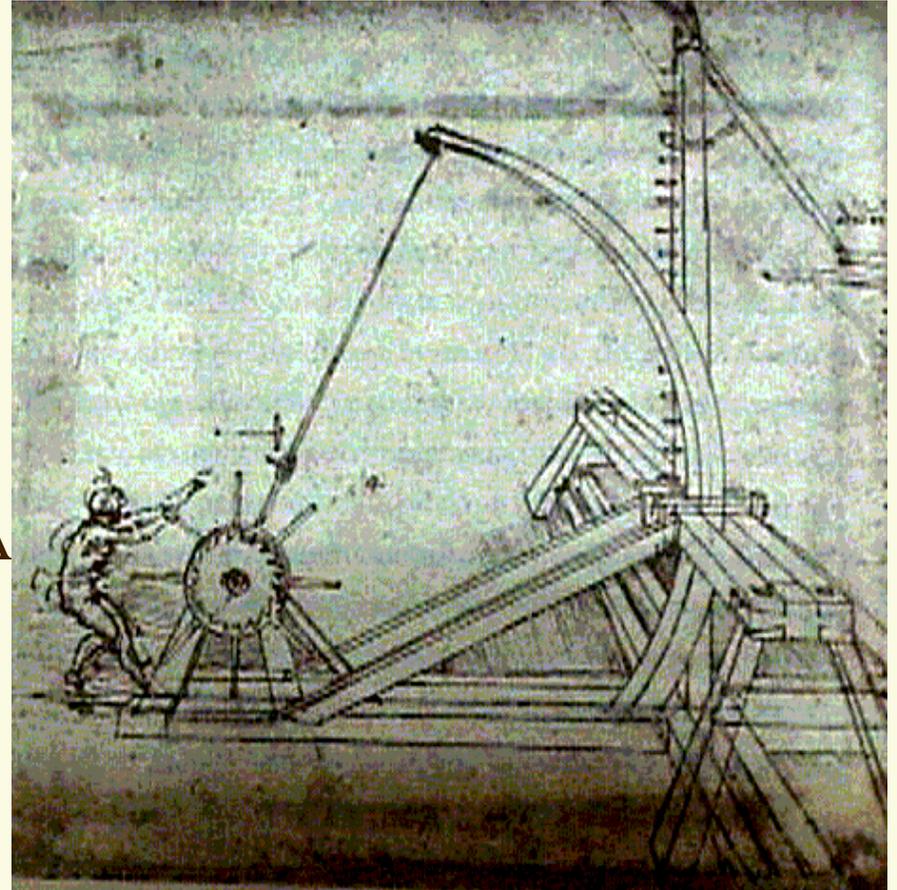
☰ TANTO CON LOS
SFORZA COMO EN
LA ÚLTIMA CENA :



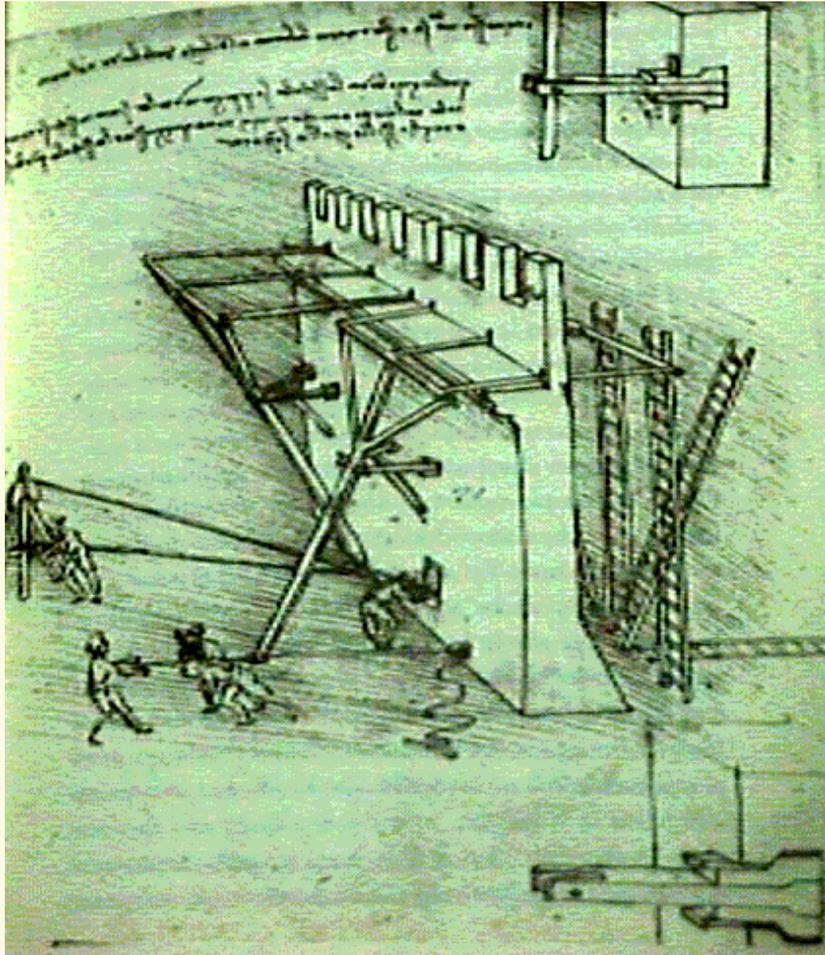
- CRIADILLAS DE CORDERO A LA CREMA
- ANCAS DE RANA CON VERDURAS
- MUSLOS DE FOCHA CON FLORES DE CALABACÍN
- PURÉ DE NABOS CON RODAJAS DE ANGUILA

NOTABLES APORTACIONES

- REALIZABA TODAS SUS MAQUETAS EN MAZAPÁN
- MÁQUINA PARA MOLDEAR ESPAGUETIS
- AÑADIÓ LA TERCERA PÚA AL TENEDOR VENECIANO PARA COMER EL **SPAGO MANGUIABILE**



REPLICA DEL CASTILLO SFORZA PARA CELEBRAR LA BODA DE LUDOVICO SFORZA CON BEATRIZ D'ESTE



☰ Nace el 15 de abril de 1452.

- Ser Piero da Vinci
- Caterina

☰ Accatabriga di Piero del Vacca, repostero sin trabajo de Vinci

- amor al dulce
- sutilezas del arte de la cocina
- moldear con mazapán

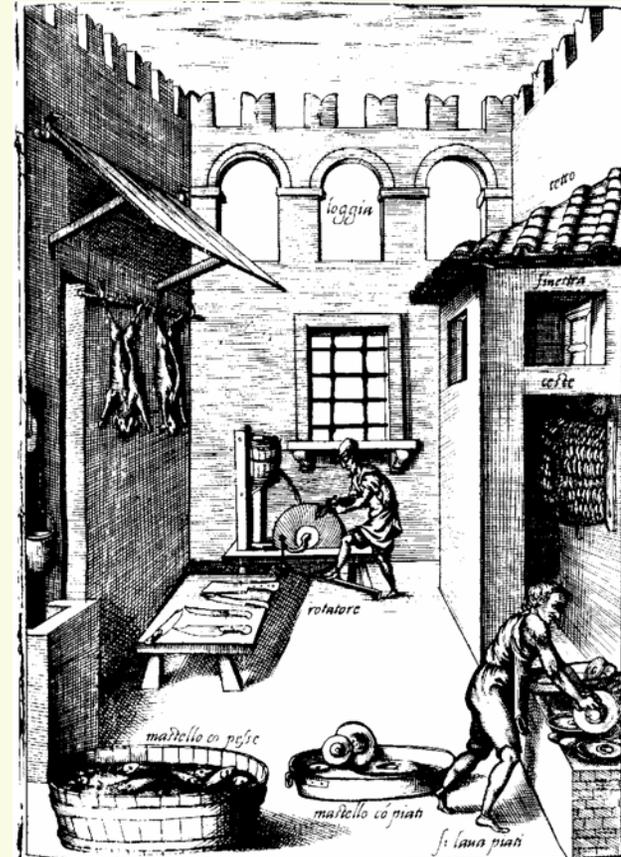
En 1469 entra como aprendiz de Verrochio

- 📄 Verrochio es escultor ingeniero, herrero y matemático
- 📄 Compañero de Boticelli
- 📄 Castigo de Verrochio por crapulear (tragón)
 - Angel del bautismo de Cristo, hoy en los Uffizi de Florencia
- 📄 Verrochio le encarga pocas cosas y por las noches trabaja en la Taberna los Tres Caracoles junto al Ponte Vecchio de Florencia

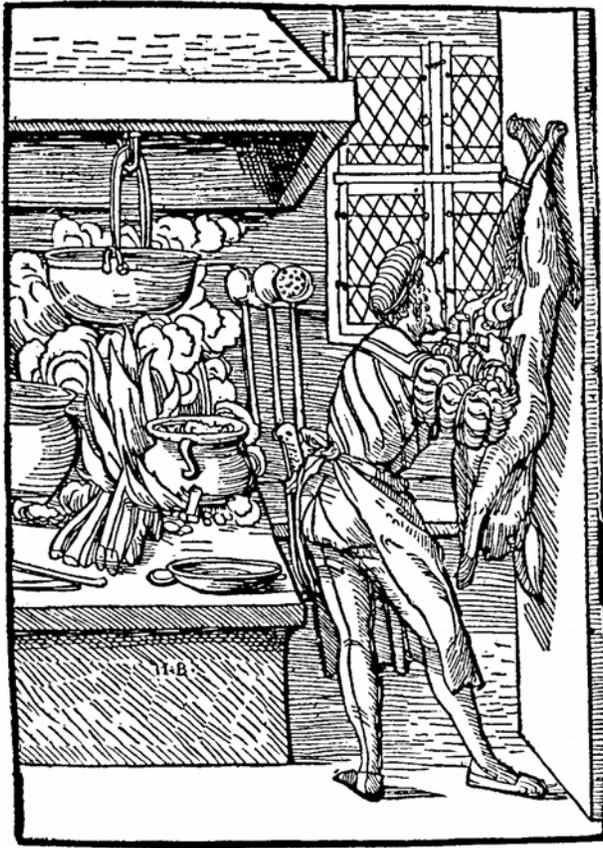
Nouvelle cuisine

- 📄 Leonardo idea y sirve la “Nouvelle cuisine”
- diminutas porciones de manjares sobre pedacitos de polenta tallados
 - primor frente a fuentes llenas a rebosar con media docena de carnes sobre la odiada polenta.

📄 **ALBOROTO EN LA TABERNA. HUYE PARA SALVAR LA VIDA Y VUELVE AL TALLER DE VERROCHIO**



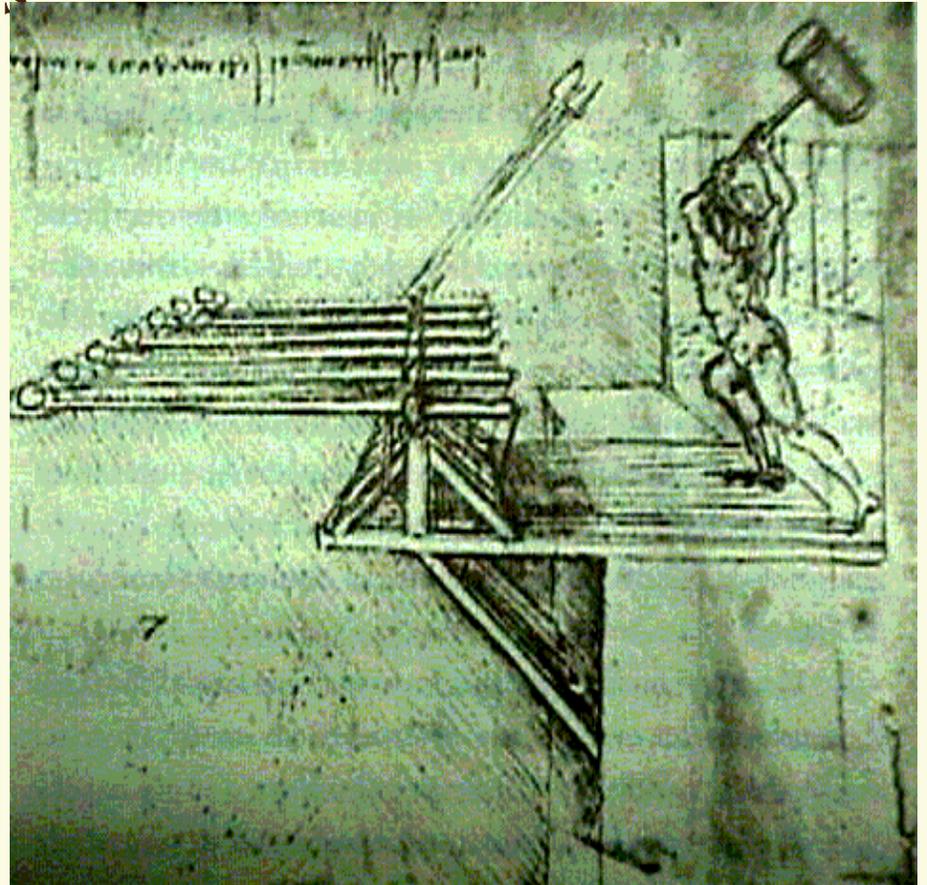
LA LECCION DE LA TABERNA DE LOS TRES CARACOLES



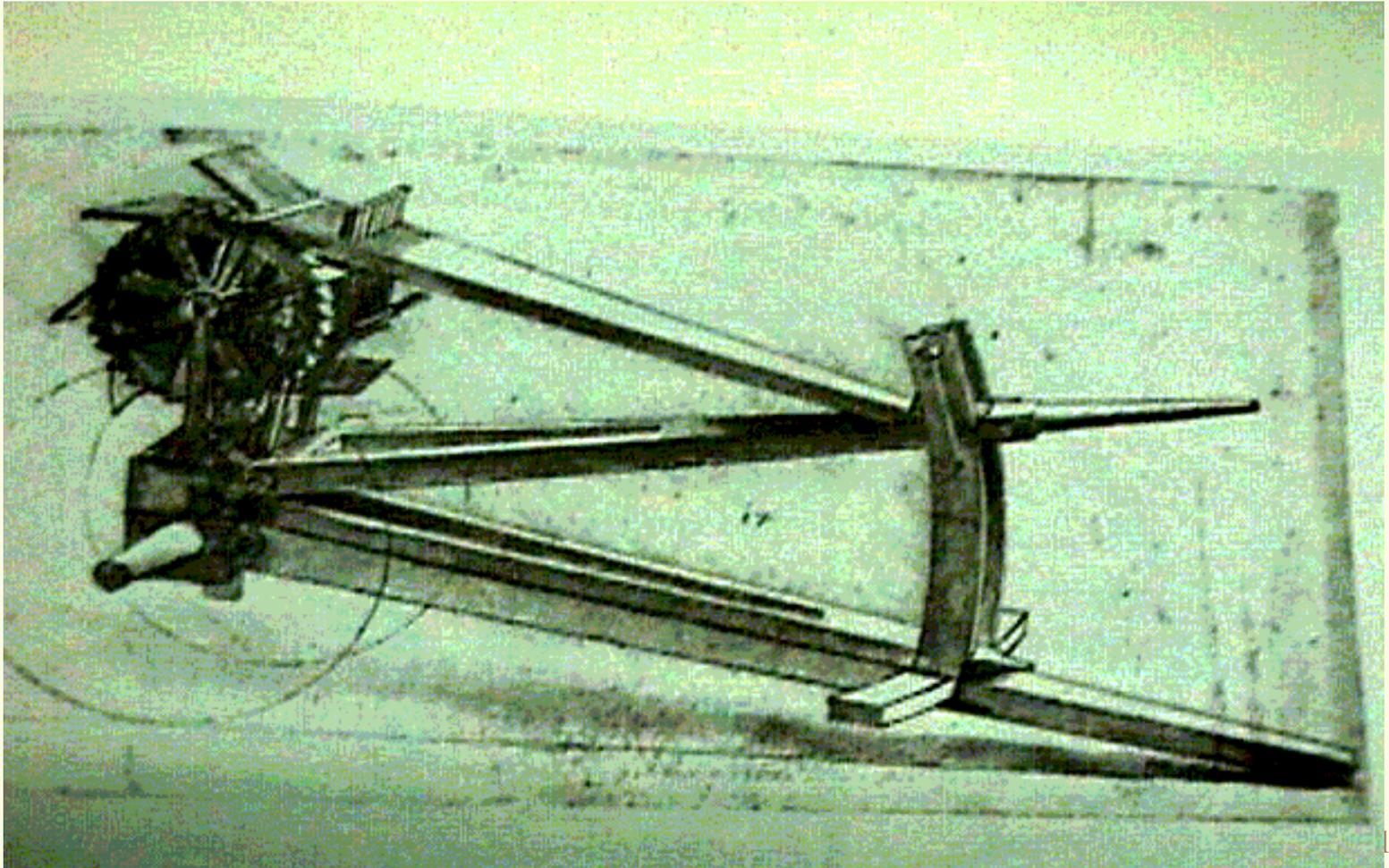
- ❏ APRECIA LA PRIMITIVA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS EN LA EPOCA Y EL DERROCHE DE TIEMPO Y ESFUERZO
- ❏ INVENTA ARTILUGIOS PARA AHORRAR “ESFUERZOS”

CUATROCIENTOS AÑOS TOMANDO COMO MAQUINAS DE GUERRA LO QUE SON MAQUINAS DE PAZ

- Los intérpretes de sus obras yerran
- Conjuga su trabajo haciendo retratos, retablos, etc. con su trabajo de inventor



El Leonardo : diseño de un prensador de ajos



COCINA MEDITERRÁNEA



**LEONARDO
DA VINCI**

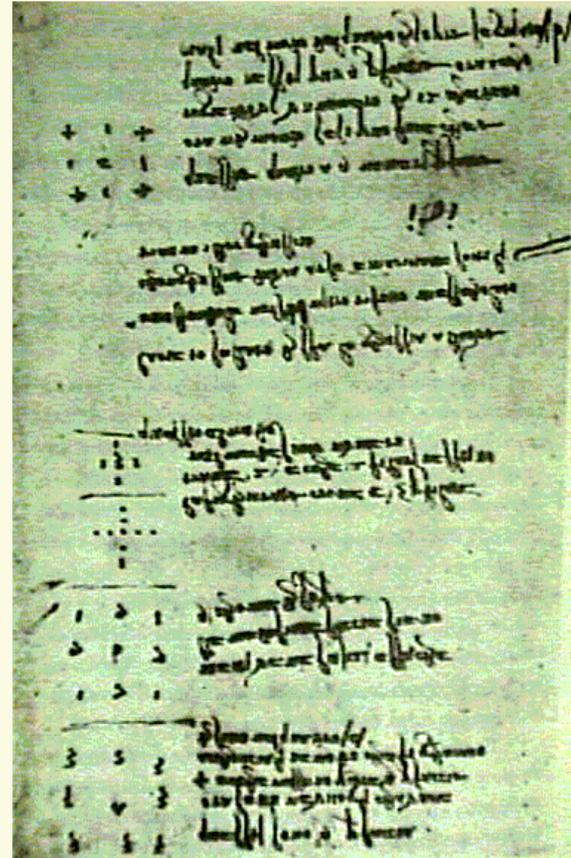
**CODEX
ROMANOFF**

Verano de 1478

- ☰ Un riña entre bandas rivales provoca un incendio y destruye la Taberna
- ☰ Leonardo abandona el encargo más importante “retablo para la Capilla de San Bernardo del Palazzo Vecchio. Decoran la taberna con Lienzos de Verrochio
- ☰ Con Boticelli **La Enseña de las tres ranas de Sandro y Leonardo**. Cada uno pinta la mitad

EL MENU NO TUVO ACEPTACIÓN

- La Taberna no tiene éxito: Cuatro rebanadas de zanahoria y una anchoa sobre una fuente no se entiende.
- Boticelli : “¿Quién va a entender un menú escrito de derecha a izquierda? Devuelven los lienzos de Verrochio.



EL CURRICULUM COMO COCINERO ES NEFASTO

- 📄 En los tres años siguientes no encuentra trabajo
- 📄 No parece dispuesto a volver a la pintura
- 📄 Se sienta en las calles de Florencia a dibujar, tocar el laúd e inventar nudos
- 📄 Solo se compromete en enviar unos diseños de escaleras de asalto a Lorenzo de Medici, que en ese momento está en guerra con el Papa
 - Los acompaña con modelos de las máquinas de pasta y mazapán, que Lorenzo no los comprende bien y se los sirve a invitados
 - Leonardo se siente incomprendido

DEPRIMIDO ABANDONA FLORENCIA

- 📄 Lorenzo de Medici se disculpa por haberse comido sus modelos y le da una carta de presentación para Ludovico Sforza “El Moro”, gobernador de Milán
- 📄 Leonardo no encuentra ninguna alusión a sus aptitudes como pintor o cocinero, sólo lo recomienda como tañedor de laúd

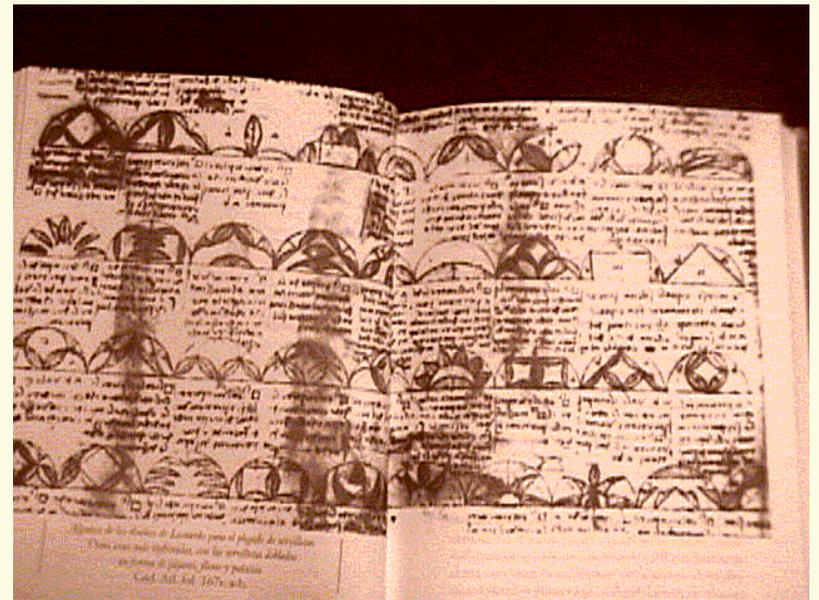
1482: viaja a Milán



- 📄 Carta de presentación escrita por él mismo:
- No tengo par en la fabricación de puentes, fortificaciones, catapultas y otros muchos dispositivos secretos que no me atrevo a confiar en este papel. Mis pinturas y esculturas pueden compararse ventajosamente a las de cualquier otro artista. Soy maestro en contar acertijos y atar nudos. Y hago pasteles que no tienen igual.

AL FIN LE PARECE QUE ES ALGUIEN. CODEX ROMANOFF

- NO SOLO UN ARTISTA Y ESCRITOR DE POCA MONTA
- LEONARDO COMO CONSEJERO DE FORTIFICACIONES DE EL MORO Y MAESTRO DE FESTEJOS Y BANQUETES DE LA CORTE DE LOS SFORZA
- EMPIEZA LAS ANOTACIONES EN SU CUADERNO : CODEX ROMANOFF



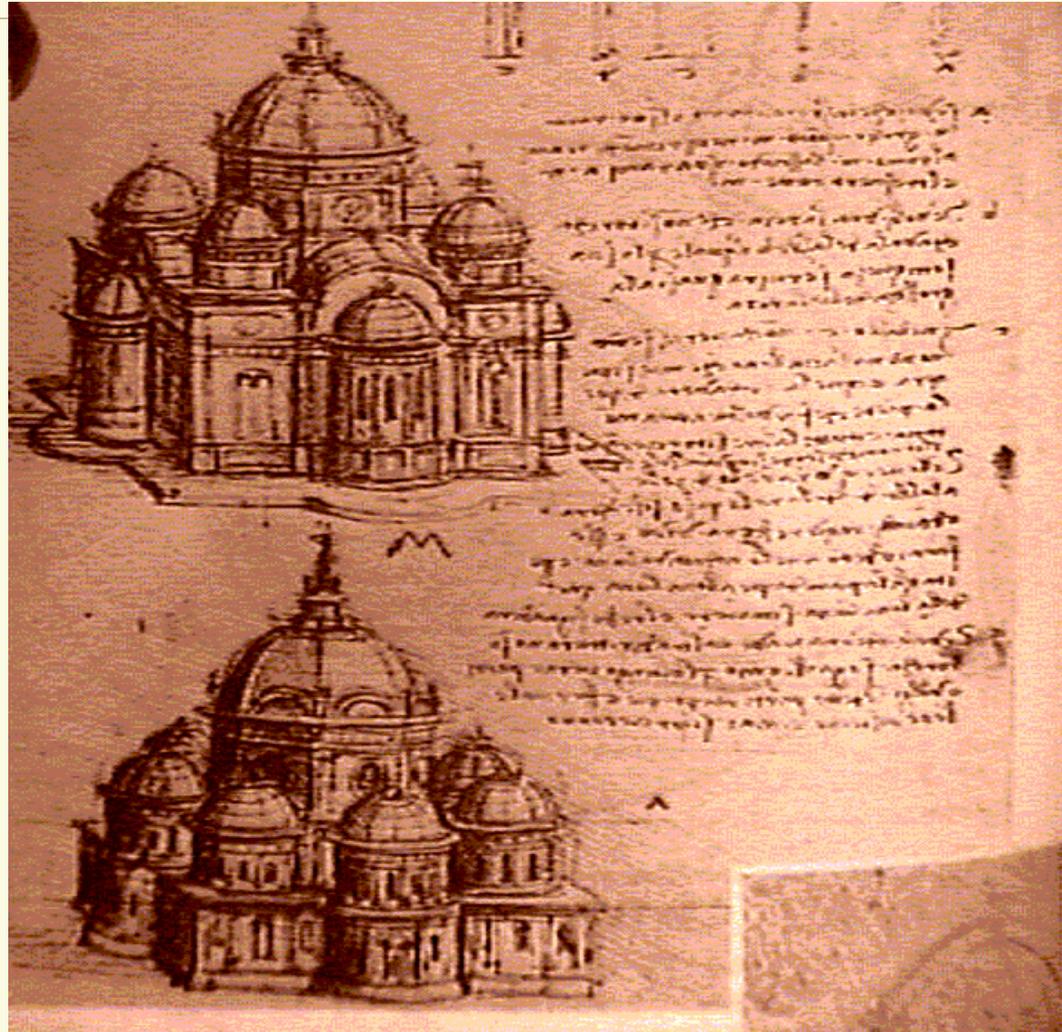
NO SABREMOS CUANTOS DISEÑOS DE LEONARDO NO VIERON LA LUZ POR CULPA DEL DESTINO



Die Landleüt
Helactiæ habēd dreyerley gewerb/etlich den Acker-
bauw/ vnd das ist der grōßte teil : die anderen bauw
wend den weyn : die dritten / deren auch gar vil ist/
vmb alle gebirg erneerend sich allein des vychs/des
sy so vil habend / das nit die weyber allein / sonder
starcke mēner vnd knecht die kēß melckend/kāß vñ
ziger machend. Die werdend genennit Sennen / ire
wohnungen vnd werckstatt Sennhütten/ıc. Herant
der merteil kēß vñ schmaltz zubereitet werdēd/dar
zū kein frauen hand kumpt/ıc.

- ☞ Ludovico lo emplea en entretener las sobremesas: laúd, canto, acertijos...
- ☞ Ningún interés por las fortificaciones.
- ☞ Los modelos de fortificaciones con azúcar y gelatinas temblorosas corren la misma suerte que las de mazapán de los Medici.

ADORNO PARA MESA DE MAZAPAN Y GELATINA COLOREADAS

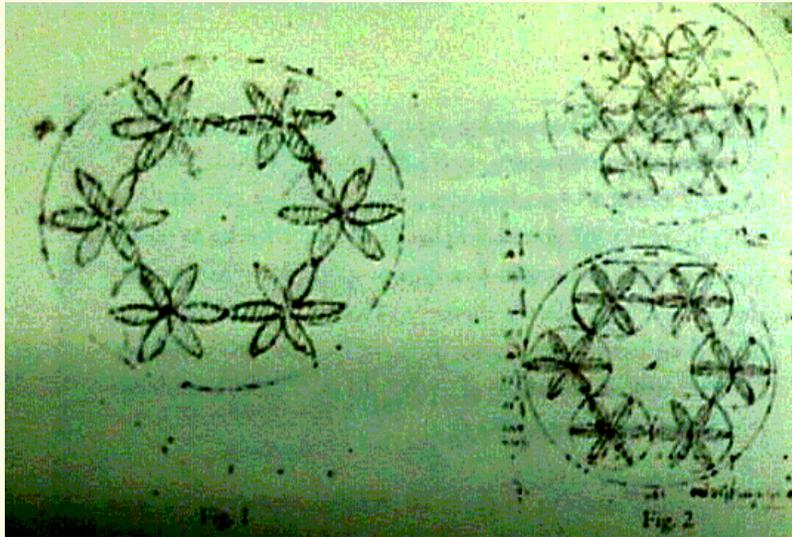


LA BODA DE UNA SOBRINA DE LOS SFORZA

MENÚ (PARA CADA COMENSAL)

- una anchoa enrollada descansando sobre una rebanada de nabo tallada a semejanza de una rana
- otra anchoa enroscada alrededor de un brote de col
- una zanahoria, bellamente tallada
- el corazón de una alcachofa
- dos mitades de pepinillo sobre una hoja de lechuga
- le pechuga de una curruca
- el huevo de un avefría
- los testículos de un cordero con crema (fría)
- la pata de una rana sobre una hoja de diente de león
- la pezuña de una oveja hervida, deshuesada

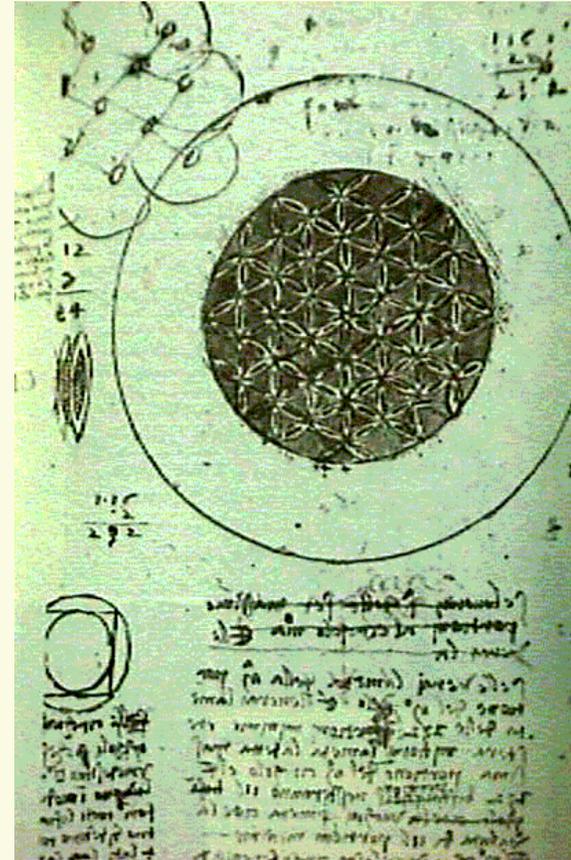
CLAVES DE LA NOUVELLE CUISINE



- ❏ Desaprobación de las enormes bandejas de huesos de vaca que se servían
- ❏ Predilección por el agradable aspecto de verduras como alternativa

Primeros intentos en la taberna de los tres caracoles de Florencia

- 📄 Hojas de albahaca de idéntico tamaño, pegadas con saliva de ternera, sobre rodajas de pan negro local
- 📄 Quejas de los clientes
- 📄 Añade rodajas de salchicha blanca de Bolonia entre el pan y las hojas de albahaca.
- 📄 Quejas
- 📄 Añade más
- 📄 Los clientes invaden la cocina



LUDOVICO TIENE IN MENTE OTRO MENU PARA SU SOBRINA

- 600 salchichas de sesos de cerdo de Bolonia
- 300 zampones (patas de cerdo rellenas) de Modena
- 1.200 pasteles redondos de Ferrara
- 200 Terneras, capones y gansos
- 60 pavos reales, cisnes y garzas reales
- mazapán de Siena
- queso de Gorgonzola que ha de llevar el sello de la Cofradía de Maestros Queseros
- carne picada de Monza
- 2.000 ostras de Génova
- esturión en bastante cantidad
- trufas
- puré de nabos

COCINA MEDITERRÁNEA



**LEONARDO
DA VINCI**

**PROYECTOS DE
COCINAS**

LUDOVICO LE ENCARGA UN PROYECTO PARA LAS COCINAS DEL CASTELLO, EL GRAN PALACIO SFORZA EN EL CENTRO DE MILÁN

📄 Es necesario:

- una fuente de fuego constante
- provisión constante de agua hirviente
- suelo por siempre limpio
- aparatos para :
 - limpiar, moler, rebanar, pelar y cortar
- un ingenio para apartar los tufos y hedores y ennoblecer así con un ambiente dulce y fragante
- Música, pues los hombres trabajan más y mejor allí donde hay música
- Por último, un ingenio para eliminar las ranas de los barriles de agua de beber

Aborda primero las cosas básicas

- 📄 ¿Un tronco de una forma y longitud arderá mejor y proporcionará más calor?
- estudia fuegos
 - anota tiempos
 - mide cantidad de calor

📄 **Conclusión : es la cantidad de troncos**



EL FUEGO CONSTANTE



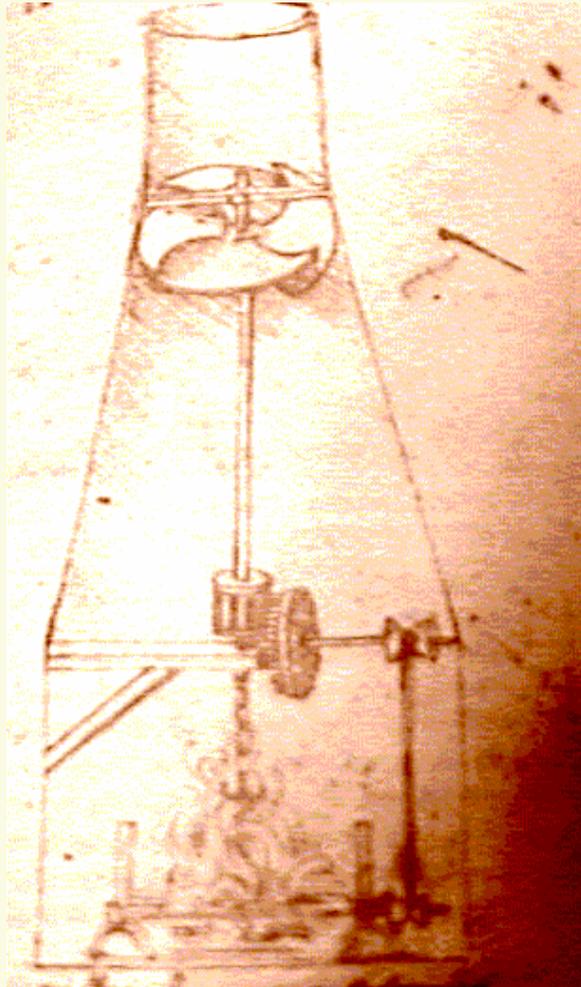
- Una sierra circular fuera de las cocinas corta.
- inventa una cinta transportadora que los lleva a los fuegos
- Conclusión : ya no es necesaria la presencia de una persona encargada de la leña de la cocina

ASADOR AUTOMÁTICO

Intenta quitar a un miembro del personal de la cocina que daba vueltas a un espetón sobre el fuego



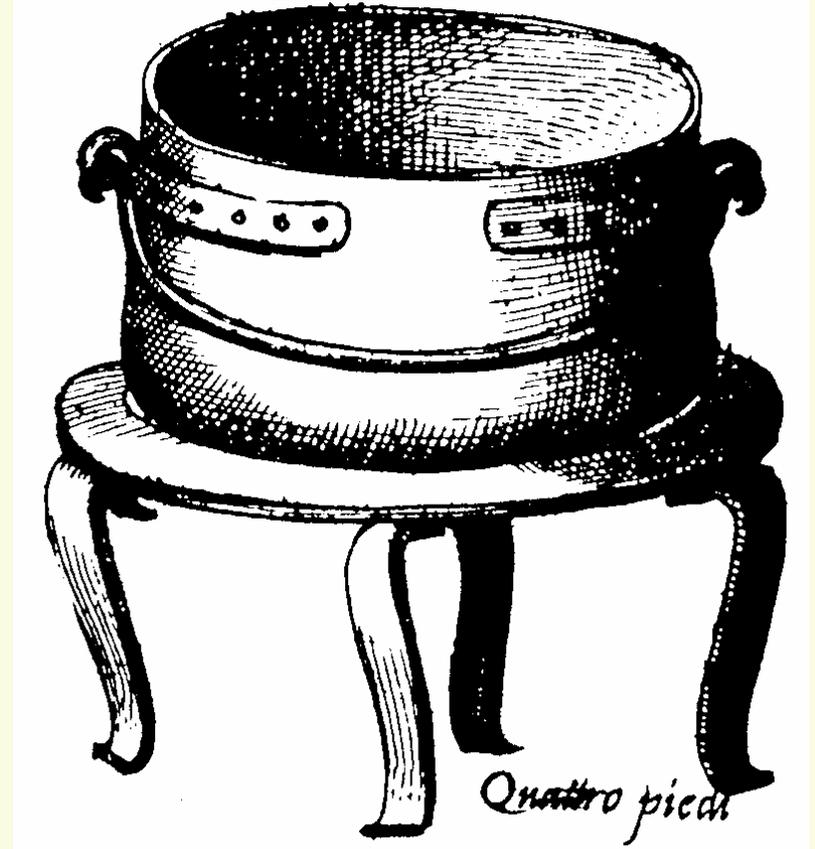
EL ASADO GIRA EN FUNCIÓN DEL FUEGO



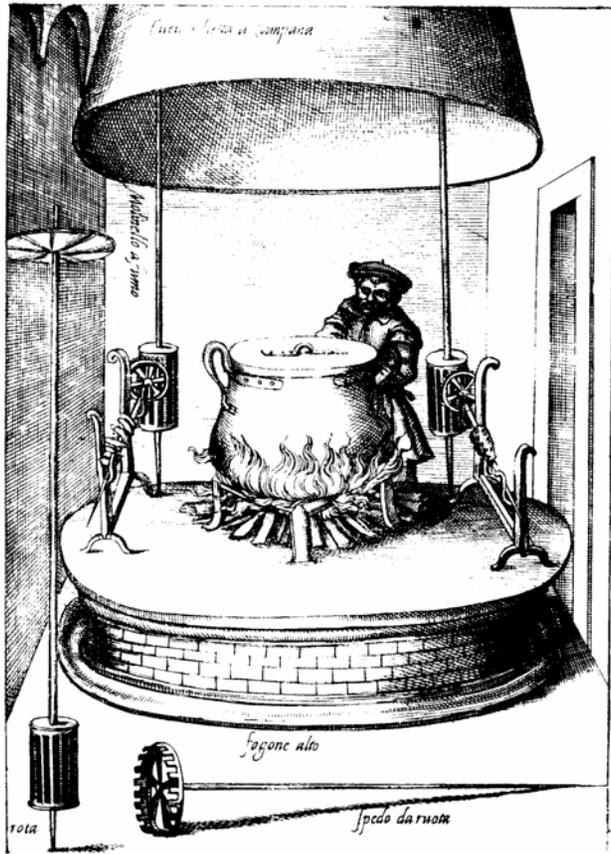
- La hélice es impulsada por la corriente ascendente de aire caliente.
- Está conectada a unos engranajes que hacen girar el espetón
- Girará lento o rápido en función del fuego

PROVISIÓN CONSTANTE DE AGUA HIRVIENTE

- ☰ Calentador de agua alimentado con carbón
- ☰ Tubos metálicos enroscados que se rellenaban constantemente y se colocaban sobre las cenizas
- ☰ No estaba completamente seguro de que fuera tan eficaz como la mujer que mantenía los pucheros hirviendo, pero su diseño estaba más de acuerdo con la época



“EL SUELO QUE ESTE POR SIEMPRE LIMPIO”



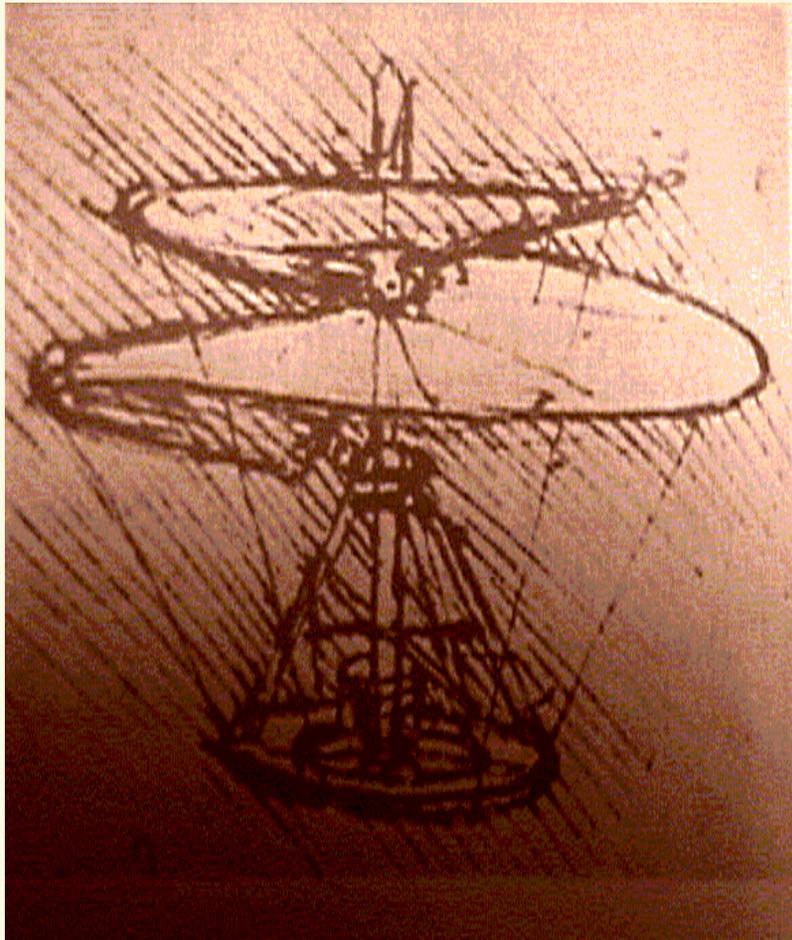
- ❏ Dos bueyes enganchados a un cepillo giratorio de 1 1/2 metro de diámetro y dos metros de ancho con una pala detrás para recoger lo reunido por el cepillo
- ❏ Ocupa más que el antiguo de la escoba, pero es más eficaz

INGENIO DESCOMUNAL : PICADORA DE VACAS

- ☞ Precisaba un ejército de hombres y de caballos
- ☞ Contaba con artilugios mezcladores como los de hoy para picar cerdos y animales domésticos



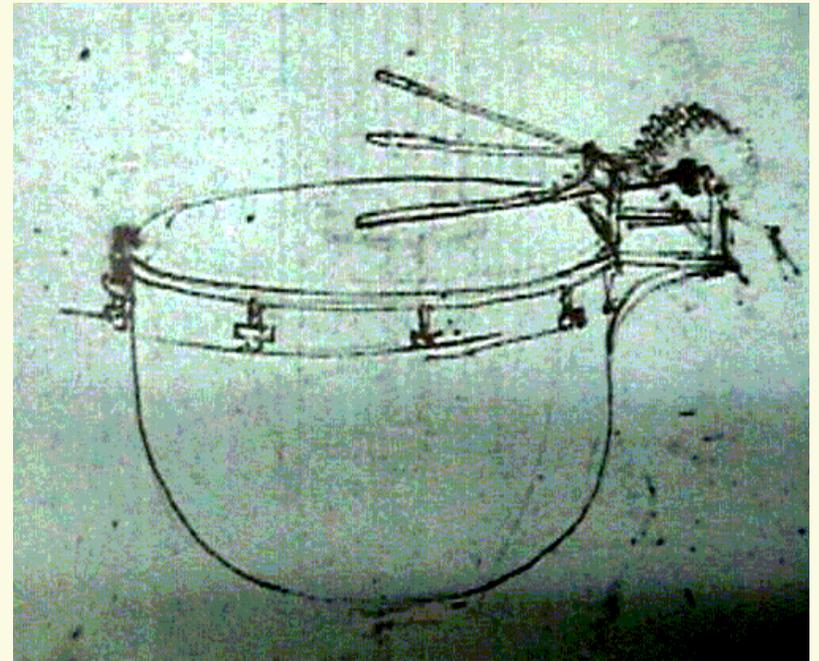
LA PALA MEZCLADORA



- ❏ Precisaba un mecanismo de ruedas dentadas y manivelas de mano para sustituir a la mano y al mortero.
- ❏ En vida no logró encontrar a qué acoplarlo, pero 30 años después de su muerte funcionaba un ingenio así en la principal fábrica de salchichas de Milán

MUSICA EN LAS COCINAS

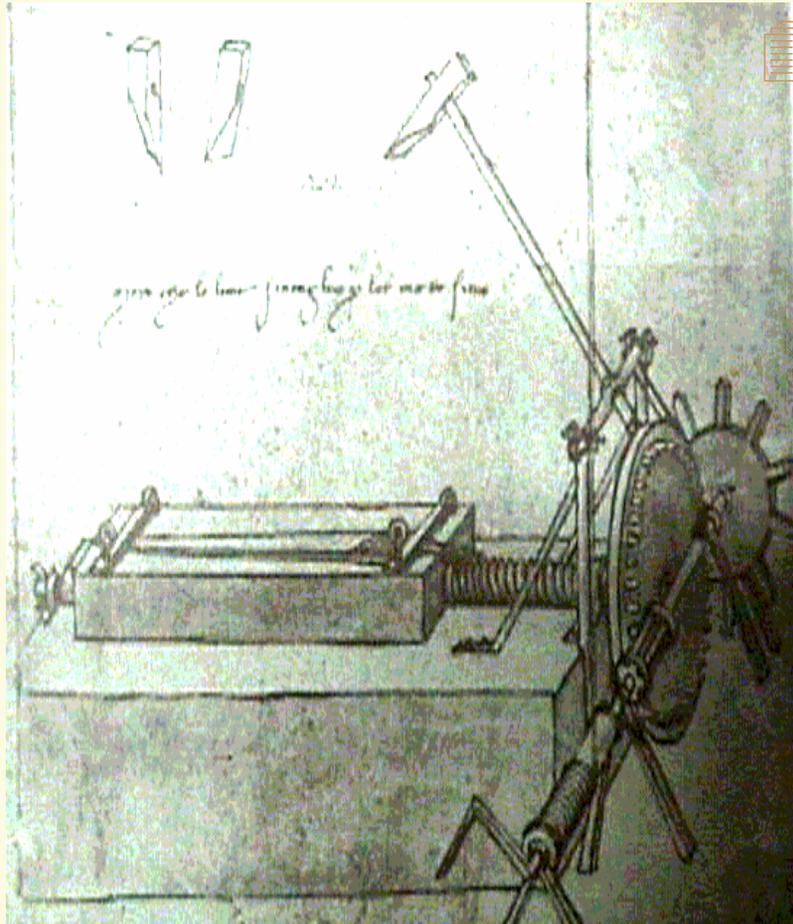
- ☰ Tambores mecánicos con manivelas de mano ya inventados por él
- ☰ Tres músicos tocarán un instrumento que está proyectando inventar y que él llama “órgano de boca”



OTROS INGENIOS

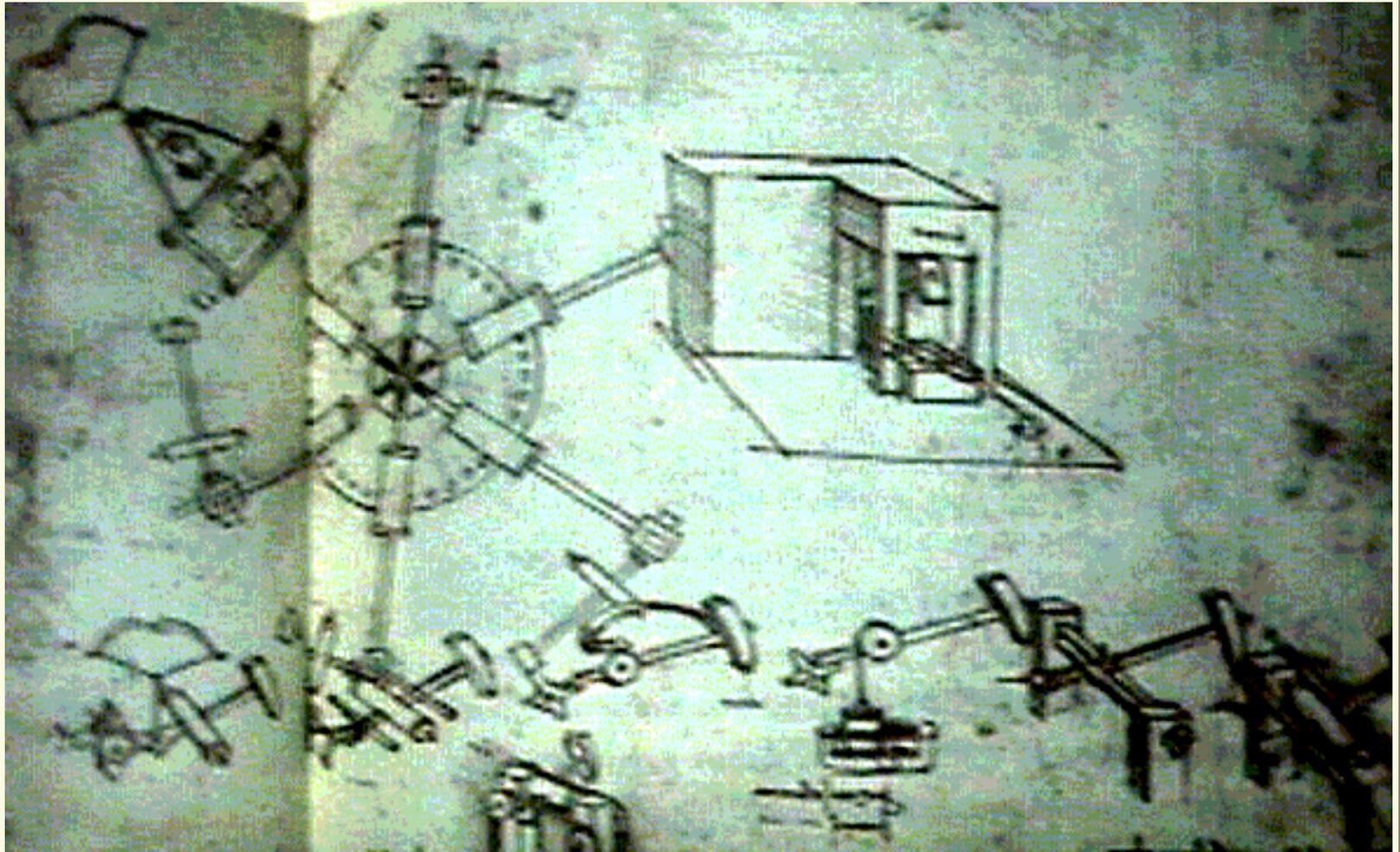
- 📄 **Rebanadora de pan** accionada por aire que corta las rebanadas y las ensarta en largas cañas.
- 📄 **Ingenio para apartar los tufos y hedores**, que consistía en unos grandes fuelles fijados a los techos y accionados por un mecanismo ascendente de martillos conectados a una manivela movida por un caballo.
- 📄 **Sistema de lluvia artificial** que empapa todo en caso de incendio

Ingenio para eliminar las ranas de los barriles de agua

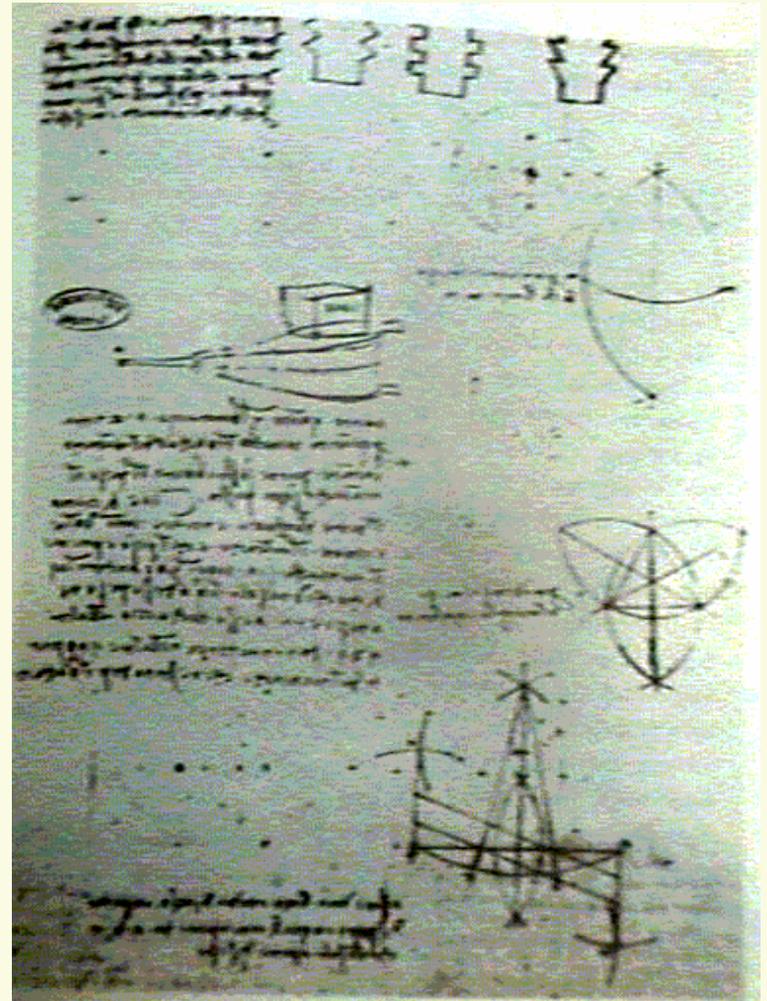
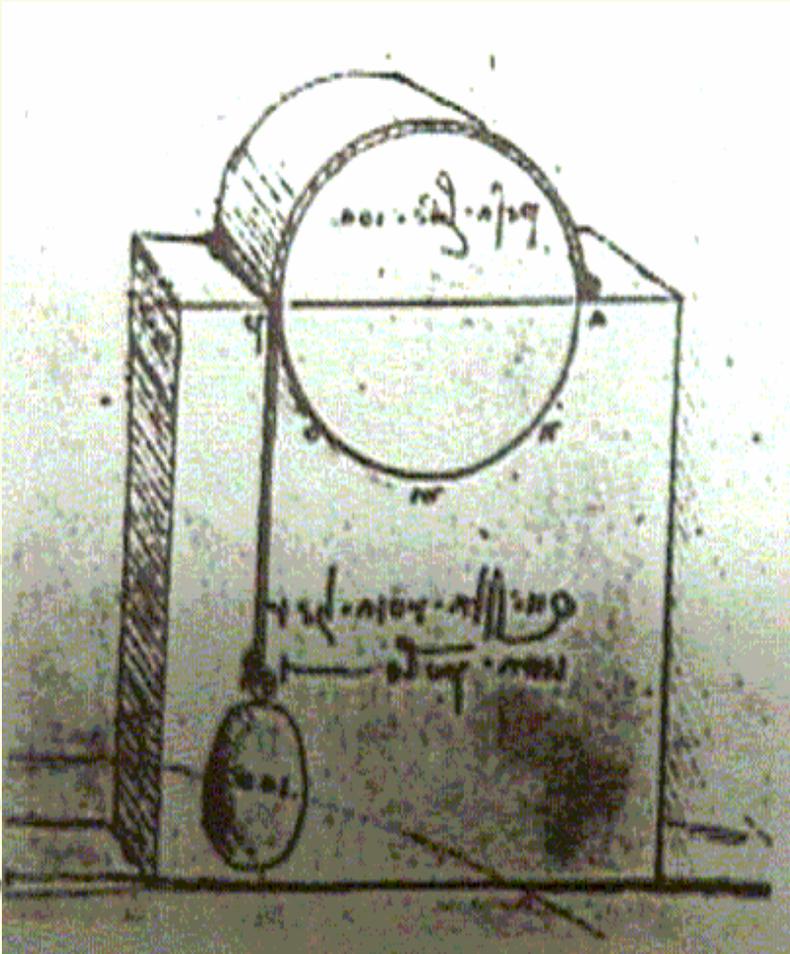


Trampa de muelle que, al saltar una rana sobre ella, descarga sobre su cabeza una serie de golpes de martillo hasta que, se supone, la rana queda inconsciente y por tanto no es capaz de saltar al interior del barril de agua de beber

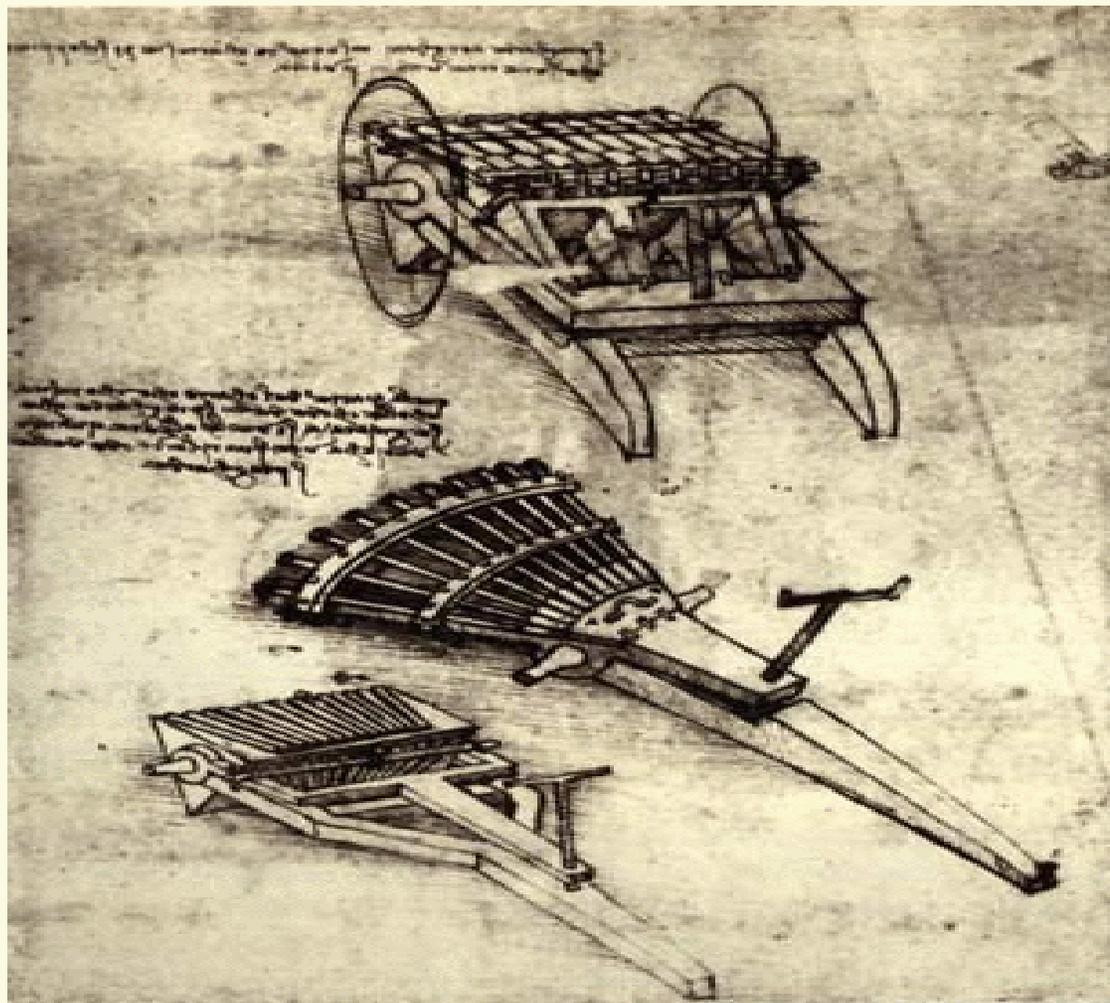
Otra versión del mecanismo para eliminar las ranas del agua de beber



LOS HUEVOS OBJETO DE ATENCIÓN DE LEONARDO



REBANADORA DE HUEVOS A LA CUERDA



MAS FUERTE EN LA TEORIA QUE EN LA PRÁCTICA

- 📄 Inventa todos estos dispositivos para su nueva cocina
- 📄 No quiere decir que todos vayan a funcionar a la perfección ni tan siquiera funcionar

DESPUÉS DE INVENTAR COMIENZAN LAS OBRAS

- ☞ Caen viejas paredes y se levantan nuevas
- ☞ Inhabilita el gran comedor y Ludovico y su corte se ven obligados a comer en casas de amigos o en la casa de Vigévano
- ☞ En plena construcción le ofrecen pintar el panel central del retablo de la Iglesia de San Francisco el Grande. Leonardo que prefiere la carrera culinaria a sus pinceles intenta convencerles para que acepten una Virgen de las Rocas que trajo desde Florencia. Objetan el tamaño, pero le piden que haga una copia. Leonardo empieza a hacerlo rodeado de accesorios de cocina.

CRECE LA TENSIÓN PARA LA NOCHE DEL ESTRENO

- 📄 Leonardo aparta la pintura “para otro día”
- 📄 Sabe que Ludovico no se conforma con unas cuantas zanahorias y que tiene que emplear alimentos tradicionales milaneses
- 📄 Diseña grandes pasteles
- 📄 Prueba innumerables salsas
- 📄 Convoca a los mejores fabricantes de salchichas
- 📄 Contrata a los mejores trinchadores

LAS NUEVAS COCINAS ESTAN LISTAS

-  Fiel a sí mismo y a sus ideas culinarias solicita que a las once horas, comienzo de la comida, cada comensal se sirva
- una gran **remolacha tallada**, a imitación de la cara de Ludovico, sobre dos hojas de lechuga.
 - Hay un intento de **sublevación** de los cocineros, que no quieren ser, además, talladores de verduras
 - Leonardo se ve obligado a llamar a todos los **artistas y escultores de Milán. Su presencia aumenta el caos reinante.**

NO TODOS LOS INVENTOS FUNCIONAN

- 📄 El sistema de lluvia artificial se pone en marcha misteriosamente
- 📄 Dos de los cocineros han pedido armaduras ante el riesgo de trabajar con máquinas incontroladas.
- 📄 Ludovico y sus invitados ocupan sus sitios en un comedor más pequeño. Esperan una hora
- 📄 Se escuchan gritos, explosiones, chirridos y estruendos de máquinas que llegan de las cocinas
- 📄 Ludovico va a investigar qué ocurre, con algunos acompañantes.

INFORME DEL EMBAJADOR FLORENTINO (I)

- 📄 La cocina del maestro Leonardo es un gran caos. El señor Ludovico me ha dicho que el esfuerzo de los últimos meses se había hecho con la intención de economizar esfuerzos humanos; pero ahora, en lugar de los veinte cocineros antes empleados en las cocinas, las personas que se apiñan en este lugar llegan casi al centenar, y ninguno de los que yo pude ver estaba cocinando, sino que todos estaban atareados con los grandes dispositivos que ocupaban todo el suelo y los muros, ninguno de los cuales parecía comportarse de manera útil o para la tarea que fue creado.
- 📄 En un extremo del recinto una gran noria, empujada por una furiosa cascada, vomitaba y rociaba con sus aguas a todos los que pasaban por debajo, y había transformado el suelo en un lago. Fuelles gigantescos, cada uno de tres metros y medio de largo, colgaban de los techos, siseando y rugiendo con el propósito de

INFORME DEL EMBAJADOR FLORENTINO (II)

limpiar los humos de los fuegos, pero todo lo que lograban era avivar las llamas, en perjuicio de aquellos que debían estar cerca del fuego, tan peligrosas eran las errantes llamas que una multitud de hombres armados de cubos se afanaban en tratar de dominarlas, aún cuando otras aguas brotaban en chorros de cada rincón de los techos.

 Y en este catastrófico lugar se paseaban por todas partes caballos y bueyes, algunos dando vueltas y más vueltas, y otros arrastrando los ingenios para limpiar los suelos del maestro Leonardo, realizando sus tareas con denuedo, pero también seguidos de otro gran ejército de hombres para limpiar las suciedades de los caballos.

INFORME DEL EMBAJADOR FLORENTINO (III)

📄 En otro lugar vi la gran picadora de vacas estropeada, con media vaca todavía hincada y asomando por fuera de ella, y hombres con palancas intentando sacarla de allí. Y aún en otro lugar el ingenio continuo de troncos y leña del maestro Leonardo arrojando suministro dentro de la habitación y que no podía ser detenido, de manera que en lugar de que los dos hombres que llevaban los troncos al fuego como antes se acostumbraba, ahora había que emplear a diez para sacarlos.

INFORME DEL EMBAJADOR FLORENTINO (y IV)

- Los gritos que habíamos oído vimos ahora que los proferían pobres desdichados que estaban abrasándose o ahogándose o asfixiándose y las explosiones, de la pólvora que el maestro Leonardo se empeñó en utilizar para prender sus fuegos sin llama; y, como si este estruendo no resultara suficiente, aún se combinaba con la música de sus tambores que redoblaban, aunque los que tocaban los órganos de boca creo que se habían ahogado.
- Como antes he descrito, la cocina del maestro Leonardo era un gran caos y no creo que esto complaciera al señor Ludovico.

GENIO Y FIGURA

- 📄 Cuando Ludovico y su séquito abandonan el caos, un Leonardo muy contrito sale al comedor y ofrece un cuendo con remolachas talladas y sus disculpas.
- 📄 Ludovico consiente del genio de Leonardo y en un intento de apartarlo por todos los medios de esta parte del Palacio en previsión de nuevos accesos de genialidad, le felicita por la clarividencia del proyecto y le sugiere que vaya a descansar al campo donde podrá retratar a la querida de Ludovico, Cecilia Gallerani (Dama del armiño)

COCINA MEDITERRÁNEA



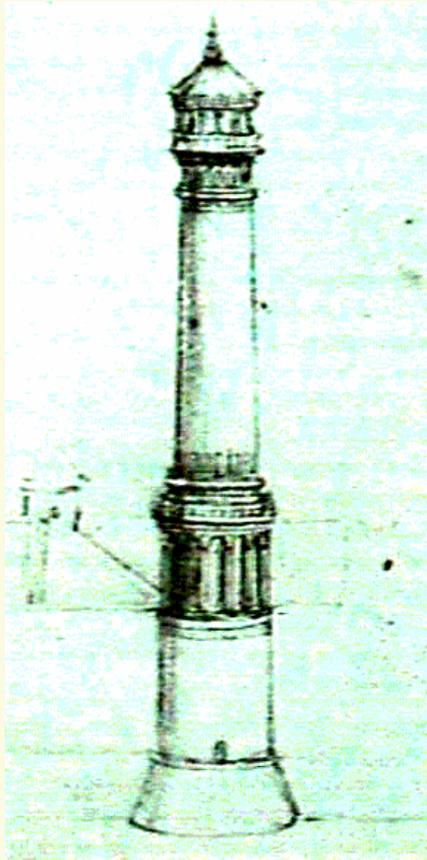
**LEONARDO
DA VINCI**

**y sigue, sigue y
sigue...**

TRANQUILIDAD EN EL CASTELLO, ¿y LEONARDO?.

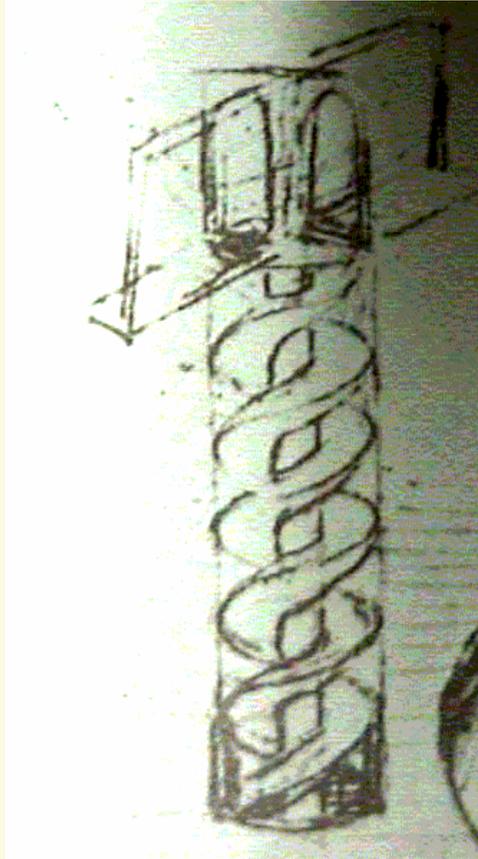
- ☞ Retrata de mala gana
- ☞ Busca excusas para no pintar retablos
- ☞ Construye maquetas de puentes y fortines con mazapán, azúcar y gelatina.
- ☞ Se le encargan tareas para tenerlo apartado del Gran Castello
- ☞ Llega a realizar lo que se conoce como El gran Caballo, estatua equestre del padre de Ludovico, en arcilla, que el Sforza no le financia por la gran cantidad de bronce necesario para fundirla.

Leonardo sigue inventando



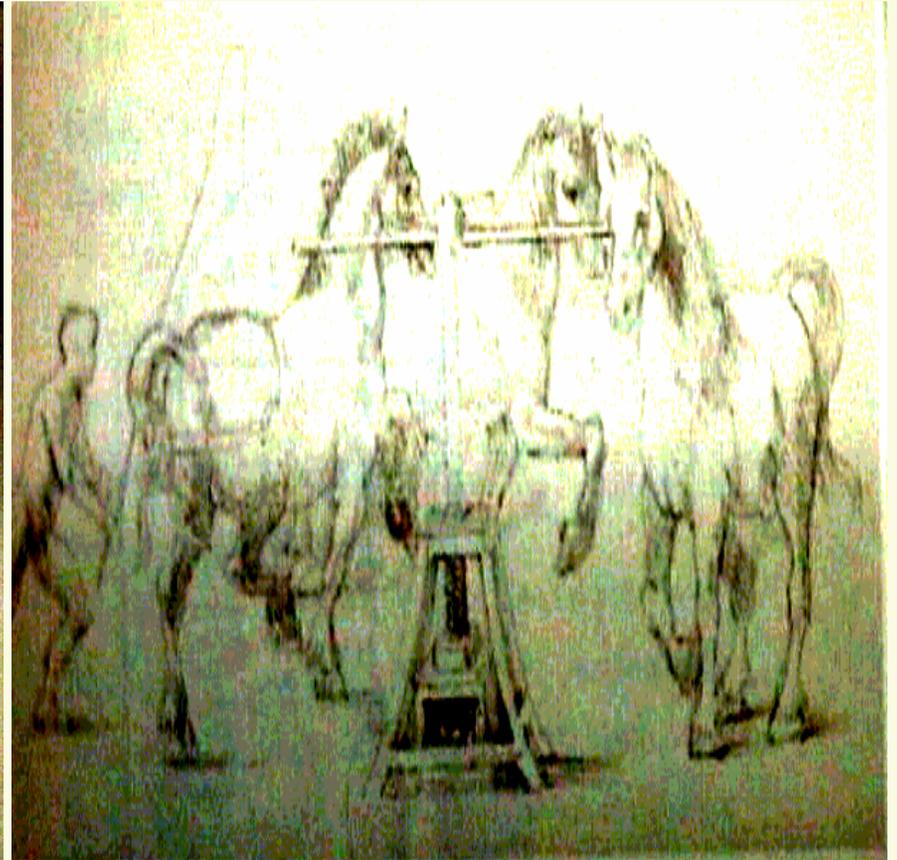
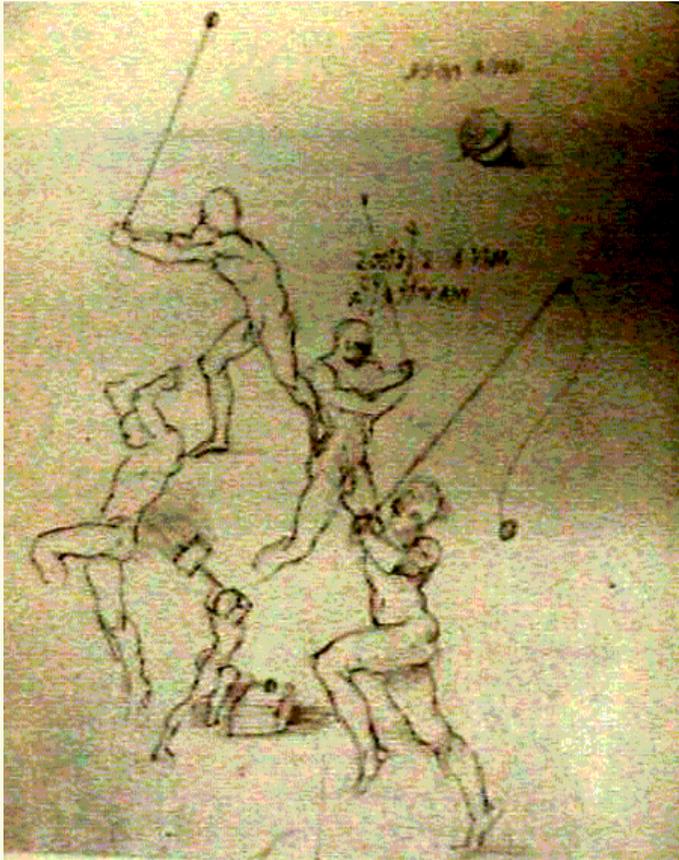
- ❏ Inventa y fabrica un cortador de berros gigante, pero en la demostración la máquina pierde el control y mata a seis miembros del personal de la cocina y a tres jardineros
- ❏ Ludovico la empleó después con éxito contra las tropas invasoras francesas.
- ❏ Diseña un molinillo de pimienta inspirado en el faro de Spezia

DISEÑA UN SACACORCHOS



- Para manejar con la mano izquierda.
- Después de inventarlo se puso a trabajar en un método para introducir tapones de corcho en las botellas, que en la época se sellaban con cera.

LEONARDO DETESTABA EL DERROCHE DE ENERGÍAS HUMANAS



ORGANIZA DESFILES Y MASCARADAS



- En 1490 para conmemorar la boda del sobrino de Ludovico, el conde Gian Galeazzo, con Isabel de Aragón
- servidores disfrazados de bestias salvajes o de aves que volaban por el aire
- entre plato y plato, desfiles de comedores de fuego, danzarinas de vientre
- después del banquete representa el Paradiso, catarata de 6 m. y elefante que se desvanece en el aire.

SE SUPERA EN LA BODA DE LUDOVICO

- Con Beatriz d'Este.
- Pretende celebrar toda la boda en el interior de una tarta ; réplica de 60 metros de longitud, del Palacio de los Sforza.
- Emplea masa para pasteles en moldes, bloques de polenta reforzados con nueces y uvas pasas y cubiertos con mazapanes multicolores.
- Los invitados pasarían por la puerta del pastel, se sentarían en taburetes de pastel frente a mesas de pastel en las que, por supuesto, comerían pastel. 7

LAS RATAS Y AVES DE MILAN

- 📄 La noche de la víspera, cientos de miles
- 📄 Los hombres de Ludovico se emplean a fondo en una batalla campal
- 📄 Al amanecer todo es desolación
 - Patio cubierto por las ruinas el pastel
 - Los hombres se abren camino entre migas que les llegan a la cintura
 - todos se emplean en limpiar el lugar de los cadáveres de ratas
- 📄 **El banquete se celebra en otra parte**

LUDOVICO APRECIA EL GENIO DE LEONARDO



- 📄 Quizás influido por su esposa Beatriz, a quien pintó un excelente retrato y entretuvo con acertijos.
- 📄 Ludovico sugiere a Leonardo que visite al prior de Santa María delle Grazie

LA ÚLTIMA CENA

- Le dedica 3 años
- Pasa menos tiempo trabajando en ella que buscando disculpas para aplazarla.
- El prior le propone el tema para Leonardo más apropiado: la comida
- Le confía a su amigo el novelista Matteo Bandelli que va a poner en el muro el objeto de su interés pasado y presente, la comida, lo que puede desilusionar a los que sólo creían en la pintura.
- Matteo Bandelli cuenta que en el primer año del encargo, sólo se dio un paseo de vez en cuando desde el Castello al refectorio de Santa María delle Grazie y miraba el muro

MONTA LA MESA CON LOS ALIMENTOS (1495)



- ☰ Pide al prior una mesa vacía y alimentos y vinos
- ☰ Va cada día con sus discípulos y los coloca y vuelve a colocar antes de dibujarlos

EL PRIOR ESCRIBE A LUDOVICO (Semana Santa de 1496) (I)

☞ Mi señor, han pasado más de doce meses desde que me enviasteis al maestro Leonardo para realizar este encargo y en todo este tiempo no ha hecho ni una sola marca sobre nuestra pared. Y en este tiempo, mi señor, las bodegas del priorato han sufrido una gran merma y ahora están secas casi por completo, pues el maestro Leonardo insiste en que se prueben todos los vinos hasta dar con el adecuado para su obra maestra; y no aceptará ningún otro. Y durante todo este tiempo mis frailes pasan hambre, pues el maestro Leonardo dispone a su antojo de nuestras cocinas día y noche,

EL PRIOR ESCRIBE A LUDOVICO (Semana Santa de 1496) (y II)

☞ Confeccionando las que él afirma ser comidas de las que precisa para su mesa; pero nunca se da por satisfecho; y luego, dos veces al día, hace sentarse a sus discípulos y sirvientes para comer de todas ellas. Mi señor, os ruego que deis prisa al maestro Leonardo para que ejecute su obra, porque su presencia, y también la de su cuadrilla, amenaza con dejarnos en la miseria.

Comienzan las dificultades

- 📄 Dos años y nueve meses para pintar la última cena es mucho
- 📄 Después de cientos de bocetos con alimentos, desde huevos cocidos con rebanadas de zanahoria hasta muslo de focha con flores de calabacín
- 📄 Se decide por **unos simples panecillos, un puré de nabos y unas rodajas de anguila**
- 📄 La clave de esta pintura está en su sencillez y parquedad de los alimentos.
- 📄 En tres meses las figuras de los comensales
- 📄 Solo siete vasos de vino casi vacíos, con aspecto de haber contenido algún tipo de vino tinto.

“DEBE SER MUY ANTIGUO”

- Los ayudantes prepararon muy mal el muro y se cayeron los alimentos antes de acabar el cuadro.
- El Rey Luis XII de Francia no creyó que era de Leonardo

PROBLEMAS ECONÓMICOS



📄 1495 envía una nota a Ludovico quejándose de sus atrasos.

- “ Mi señor he mantenido seis bocas durante 36 meses con sólo 50 ducados y ha llegado a mis oídos que en todo este tiempo habéis estado pagado con regularidad a gente tan indigna como alfareros, campañeros e incluso bombardiers”

En el interior del Castello abre un restaurante

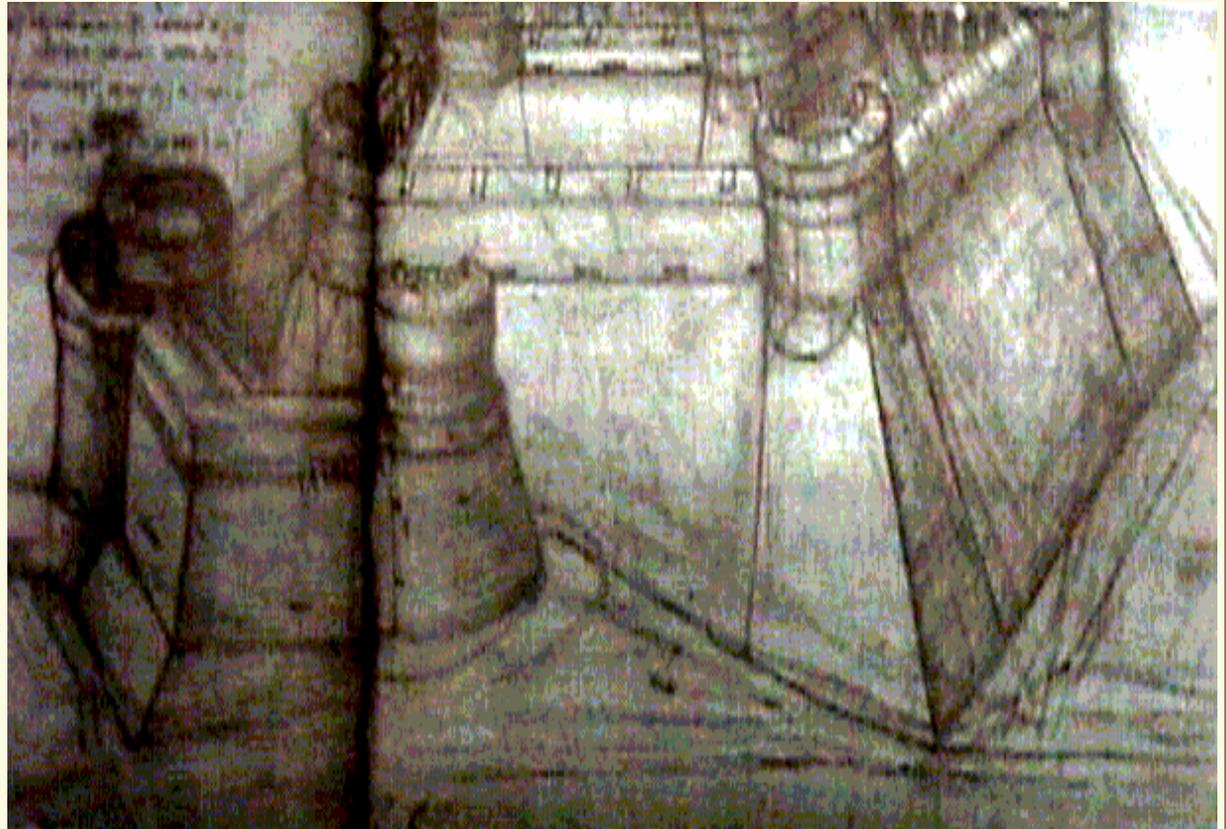
☰ Ludovico consiente. Sabe que la culpa es suya, pero tiene que ahorrar para armarse y hacer frente a los franceses que invaden Milán.

☰ Ludovico le regala un viñedo a Leonardo y después le hace una petición :

- Que realice una inspección de todas las fortalezas de los alrededores de Milán para ver los cambios a hacer ante la amenaza de los franceses.

EN VEZ DE FUERTES, RESTAURANTES

 Cocina de
ocho fuegos
a instalar en
la cadena de
restaurantes
fortificados
para
Lombardía



LEONARDO DESOYE A LUDOVICO

- 📄 Quizás por estar irritado por cuestiones de dinero.
- 📄 Prevé días de paz en los que una cadena de restaurantes fortificados se encargue de servir su “nouvelle cuisine” a viajeros e invasores
- 📄 Da órdenes de que todos los almacenes de municiones de las fortalezas sean vaciados y transformados en cocinas
- 📄 Luis XII de Francia invade Milán y todos los fuertes caen fácilmente en su poder.

Leonardo contribuye

- La soldadesca embriagada con sus vinos
- Las bajas las provoca su máquina de cortar berros
- Ludovico cae prisionero
- Leonardo abandona Milán



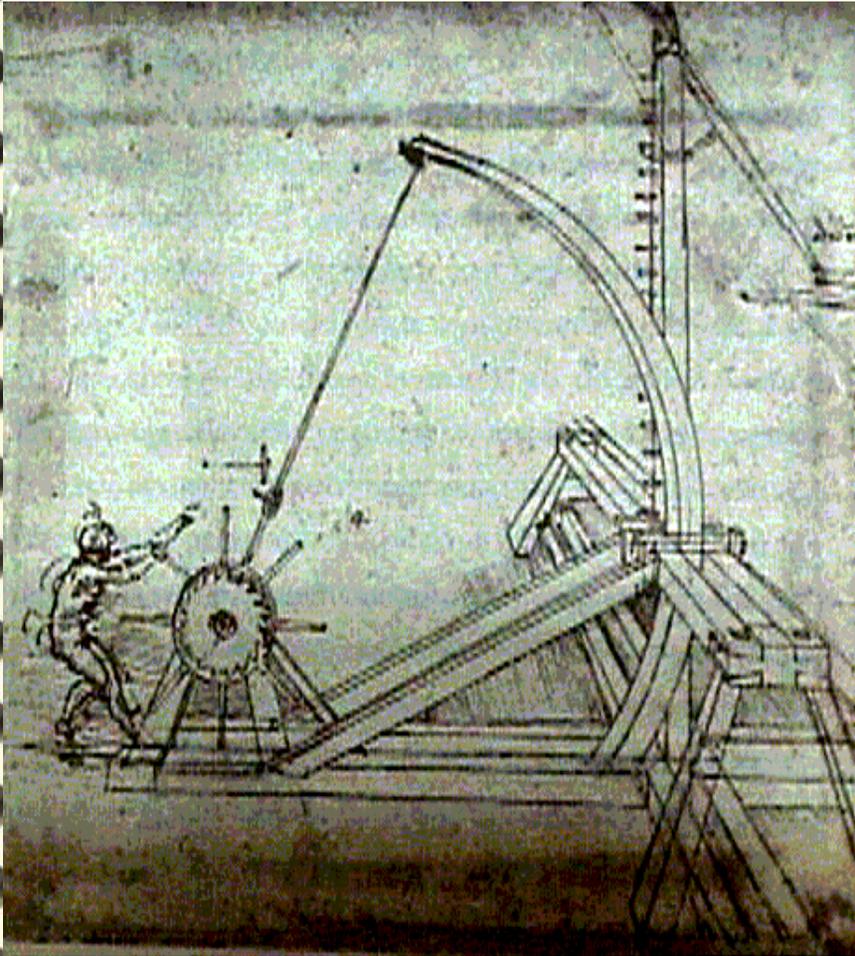
16 años de intranquilidad (I)

- ☞ 1500 -1516 Pasa los primeros seis meses en el monasterio de la Annunziata de Florencia. Tiene alojamiento a cambio de una doble puerta que se compromete a pintar para los frailes.
 - Después de 6 meses solo ha mezclado el barniz con la pintura, que no ha comenzado.
- ☞ A servicio de los Borgia como consejero de fortificaciones.
- ☞ Vuelve a Florencia a pintar a la Mona Lisa (esposa del mercader Francesco Giacondo. Nadie comprende por qué ésta tarea le ocupa un año entero
- ☞ Con Miguel Angel recibe el encargo de pintar dos versiones de la batalla de Anghiani en las paredes de la Cámara del Consejo. No cumple, pasa el tiempo ideando un andamio plegable para pintar.

16 años de intranquilidad (II)

- 📄 Vuelve a Milán a trabajar a las órdenes de Luis de Francia.
- 📄 En 1509 está al mando de un grupo de artistas que en la campaña de Luis de Francia contra Venecia, van sustituyendo el León Veneciano por la flor de Lis francesa
- 📄 Luis de Francia lo emplea para construir canales

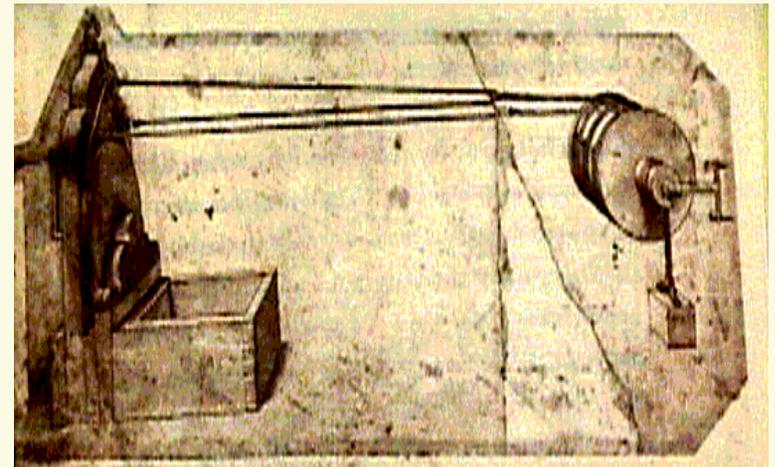
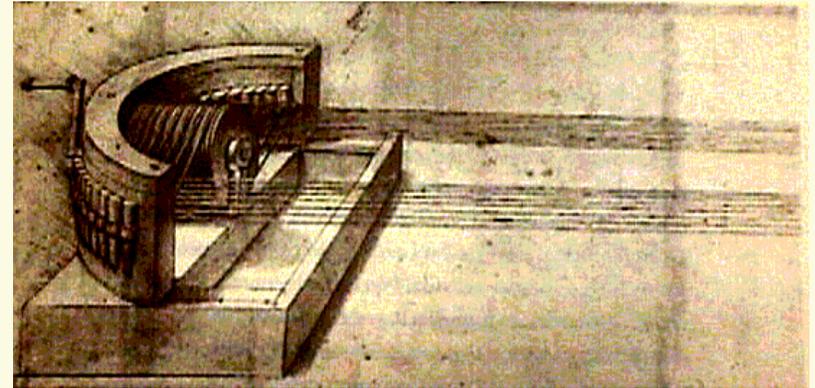
Presenta su descubrimiento más notable



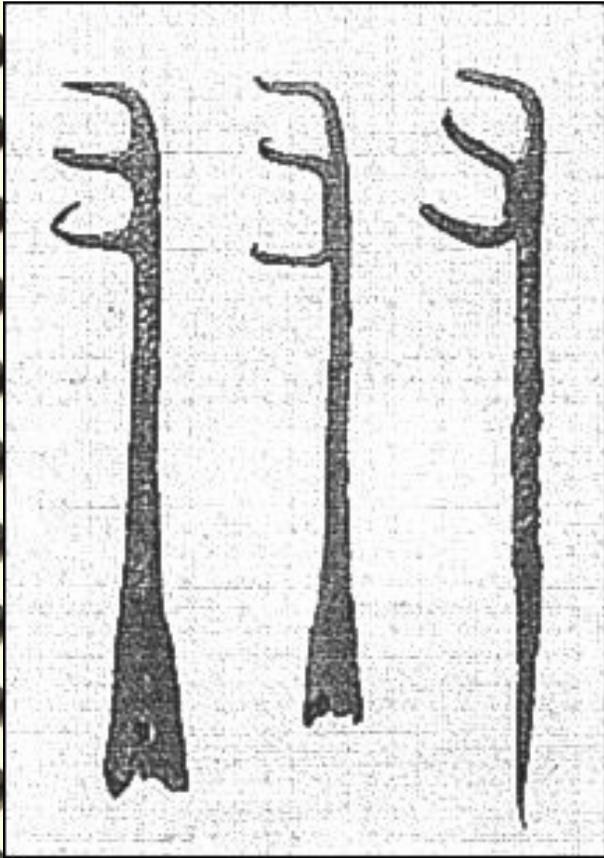
- ❏ La lasaña era una masa espesa y dura.
- ❏ Leonardo pensó que antes de mojarla para luego amasarla y hacerla más fina y delgada, era preferible estirarla para conseguir el mismo efecto.
- ❏ La teoría resultó irrealizable, porque la Lasaña se partía en cuanto se la sometía a tensión.

LOS SPAGUETIS VEN LA LUZ

- ☞ Marco Polo trajo los tallarines de China (ya hacía más de 200 años).
- ☞ No dijo que se trataba de un alimento. Se empleaban de adorno para la mesa.
- ☞ La pasta había existido en Nápoles y en el Sur
- ☞ Leonardo cambia su forma.



NUEVAMENTE NO TIENE ÉXITO



- La gente piensa que tienen un aspecto desordenado y se preguntan cómo comérselos sin cuchillo.
- Inventa el tenedor de 3 dientes. Eran de dos y sólo se usaba en la cocina.
- Sigue sin éxito con el spago mangiabile, pero tiene fe y la máquina con la que lo fabrica le acompañaría hasta su muerte en una caja negra

Un fan del spago muy singular

- 📄 En 1516 Leonardo está cansado de fracasos
- 📄 El rey Enrique, sucesor del rey Luis XII de Francia quiere ser mecenas y se aficiona al spago
- 📄 Le ofrece una renta alta, un pequeño palacio y su propia cocina para trabajar
- 📄 Se une al Rey Francés que regresa a Amboise en el valle del Loire.
- 📄 Se lleva a Francisco Melzi, su discípulo y a su cocinera Battista de Villanis
- 📄 Cruzan los Alpes a lomo de mula, con cuadernos, cuadros (Mona Lisa, San Juan) y la vital caja negra.

ÚLTIMOS TRES AÑOS DE LEONARDO



- ☞ No tiene intención de pintar
- ☞ Ni escribir en su cuaderno
- ☞ Quiere redactar una enciclopedia
- ☞ El Rey Francisco, en secreto, es un amante de la cocina y Leonardo es su tapadera

POE FÍN LEONARDO LLEVA LA VIDA QUE HA DESEADO

- El rey Francisco construye un túnel del gran Palacio hasta la casa solariega de Leonardo.
- Día tras día pasan horas y experimentan
- Emplean caza y pescados del Loira o de Burdeos y Leonardo supervisa el huerto de verduras



La caja negra contiene un secreto que se lleva a la tumba



- ❏ Francisco le pide la caja negra, para que pueda copiarse la máquina y hacer de los espaguetis la comida nacional francesa, pero se niega
- ❏ Le regala a Francisco la Mona Lisa y su San Juan, pero lo que considera valioso que es su caja, no.

Testamento de Leonardo

- ☞ La mitad de su viñedo en las afueras de Milán para su cocinera Battista
- ☞ La otra mitad a Salai, joven a su servicio desde 1490
- ☞ Todos sus cuadernos y efectos personales a su discípulo Melzi
- ☞ **CUANDO MELZI ABRE LA CAJA NEGRA LA ENCUENTRA VACÍA. NADA SE SABE**



COCINA MEDITERRÁNEA



**LEONARDO
DA VINCI**

modernidad

COCINERO INCOMPRENDIDO

- ❏ Fracasa en la Taberna de los tres caracoles
- ❏ Fracasa con Sandro Boticelli
- ❏ Fracasa como cargo de maestro de festejos y banquetes de Ludovico el Moro

MENU INTEMPORAL

- ❏ Criadillas de cordero a la crema
- ❏ Ancas de rana con verduras
- ❏ Muslos de focha con flores de calabacín
- ❏ Puré de nabos con rodajas de anguila

COCINERO REFINADO

- ☞ Sensible, visionario e incomprendido
- ☞ Menú de la última cena
- ☞ Tercera púa al tenedor veneciano: spago mangiabile.
- ☞ Promotor de la Nouvelle cuisine en la corte de Francisco I en Cloux

CODEX ROMANOFF

- 📄 Presuntamente conservado en el Ermitage
- 📄 Anotaciones de medicina, dietética y recetas sumamente sencillas que revelan el espíritu de una época
- 📄 Arbitrariedad de protocolo y refinada crueldad del Renacimiento

LO MÁS INTERESANTE DE LAS RECETAS DEL ROMANOFF

Las escribe entre 1481 y 1500

Defiende la causa de la nouvelle cuisine

En la época la comida era horrible

huevos de avestruz revueltos

cerdos rellenos de morcillas

Comida gótica

Ricos comen carnes y aves, los pobres polenta, sopas y gachas.

INGREDIENTES Y MEDIOS

- ❏ No hay patata ni tomates ni verduras que se descubrieron en el Nuevo Mundo (hasta el XVII)
- ❏ Hay sal, pimienta, especias, quesos, pan, como edulcorante la miel, vino (se mezcla con agua o miel), no siempre hay agua para beber. El brandy es medicina de apestados y se expende en las boticas. No hay te, ni café, ni chocolate.
- ❏ Utensilios: manos y mortero.
- ❏ Las carnes se majan hasta paté fino, se pasan por un cedazo y se mezclan con miel o arroz.
- ❏ La comida se sirve sobre tajaderos, obleas de pan que se comen.
- ❏ Los pobres comen una vez al día (mediodía) y los ricos almuerzan entre las 9 y las 10 y la principal por la tarde.

ASPECTOS

- De los modales de mi señor Ludovico y sus invitados
- De la manera correcta de elegir un queso
- De una alternativa a los manteles sucios
- De la correcta ubicación de los invitados en la mesa
- De las necesidades de la buena cocina

ASPECTOS

☞ De los banquetes

☞ Las máquinas que aún he de diseñar para mis cocinas

- Desplumar patos
 - Cortar cerdos en tgaquitos
 - Amasar
 - Moler cerdos
 - Prensar ovejas
- ¿Cómo funcionarán: viento o agua, ruedas dentadas o manivelas, mediante fuerza de bueyes o campesinos?

ASPECTOS

- De las hierbas
- Tapaderas de los pucheros
- De las ventajas de una dieta moderada
- De los platos sencillos
- De cómo librar la cocina de moscas pestilentes
- Del uso incorrecto de las cremas
- De las conductas indecorosas en la mesa de mi señor
- ¿Cómo servir los caracoles?

ASPECTOS

- De las costumbres en las comidas de otras personas que he conocido en altos lugares
- De cómo comer alcachofas (propuso comer los corazones)
- Para limpiar la sangre de los manteles (agua de brotes de col templada)
- Los mortificantes platos de cuaresma (No es suficiente que parezca triste, sino que tiene que tener sabor triste)

ASPECTOS

Apuntes sobre verduras

- Espárragos
- Zanahorias
- Chirivias
- Lechuga
- Barba de chivo (escarola)
- Alcaparras
- Malva
- Achicoria silvestre
- Lúpulo
- Bugrossa
- Radicchio
- Primavera
- Acetosa

ASPECTOS

- De las propiedades de la lechuga (enemiga del insomnio, sueño sin sobresaltos)
- Cocinar con venenos (se debe administrar al principio de la comida, con el estómago vacío)
- Del pan y la carne (“he estado pensando tomar un trozo de pan y colocarlo entre dos pedazos de carne, ¿cómo llamaré a este plato? ¿Y si dispusiera la carne entre dos trozos de pan?)

ASPECTOS

- 📄 De una ayuda para la digestión ¿bailarinas silenciosas?
- 📄 De Coelius Apicius (He estado leyendo y este hombre era un idiota ¿quién querría comer hoy lirones con miel o lenguas de cigüeñas y grullas, o puerros estofados en miel y recubiertos con las entrañas el atún?
- 📄 De la manera correcta de sentar a un asesino a la mesa

ASPECTOS

Propiedades medicinales de algunas hierbas

- Granos de anís
- Comino
- Menta
- Amapolas
- Culantro
- Apio
- Tomillo
- Salvia
- Mirto
- Albahaca
- Rugetta
- Rabano picante
- Eneldo
- Ruda
- Orégano
- Valeriana
- Mejorana
- Cerafolio
- Berro
- Hierba de la liebre
- Hisopo
- Perejil

ASPECTOS

☰ De la doble propiedad de los limones

☰ De las cualidades de un buen repostero

- Hombre por el peso del mazapán
- Persona limpia, no uno lleno de granos o con cabellos largos que pueden haber pasado de su cabeza a la preparación
- Debe tener estudios de arquitectura, para conocer pesos y tensiones para que los pasteles no se derrumben o hundan

ASPECTOS

- De las posibilidades del cucurucho
- Curiosidades del vinagre
- De la conservación de los alimentos (empleo de los lagos congelados)
- De las cantidades más provechosas de alimentos y líquidos que han de tomarse cada día ($\frac{2}{3}$ en sólido y $\frac{1}{3}$ de líquido). Puede que esté muy equivocado, lo tengo que considerar
- De una selección equilibrada de alimentos
- Observaciones sobre algunas verduras y sus variadas cualidades

RECETAS

- 📄 Muslo de colimbo
- 📄 Patas de vaca hervidas de Bernardo
- 📄 Sopa de almendras
- 📄 León marino
- 📄 Pudín blanco (manjar blanco procedente de España)(Copia de Platina (Bartolome Sachi)
- 📄 Pastel de Flores de saúco
- 📄 Polenta con brotes de col

RECETAS

- 📄 Rabos de cerdo con polenta
- 📄 Pájaros escabechados
- 📄 Orejas de cerdo horadadas
- 📄 Pastel de Navidad
- 📄 Pavo real asado
- 📄 Plato de huevos de Salai
- 📄 Testículos de cordero con miel y nata
- 📄 Cresta de gallo con migas

RECETAS

- ☞ Colimbo majado
- ☞ Pastel de cabeza de cabra
- ☞ De la tristeza de la polenta
- ☞ Sopas sencillas
 - De alcaparras
 - De bayas
 - De naranjas y limones
- ☞ Cigüeñas y grullas
- ☞ Platos de crudos
- ☞ Conejo muerto
- ☞ Cabra en gelatina

RECETAS

- 📄 Cabra en gelatina
- 📄 Pan de cáñamo
- 📄 Pudín de flor de saúco
- 📄 Pudín de mosquito blanco
- 📄 Un plato español (arroz, leche de cabra, pechuga de capón, miel, harina)
- 📄 Nabos incomedibles
- 📄 Medallones de anguila
- 📄 Pastel de zarcillos
- 📄 Intestinos hervidos

RECETAS

- 📄 Mazapán
- 📄 Lomo de serpiente
- 📄 Plato de tritones (renacuajos)
- 📄 Focha hervida
- 📄 Plato de nudillos mezclados
- 📄 Gelatina de pescado
- 📄 Sopa de caballo
- 📄 Sopa de rana
- 📄 Sopa de cabezas de nabos

RECETAS

 Huevos cocidos

 Huevos rotos

 Anguilas cocidas

 Sopa de caracoles

RECETAS

Platos sencillos

- Brotes de col hervidos, huevas de esturión y nata
- Cebolla hervida queso de búfala y aceituna negra
- Ciruela, carne de vaca y ramita de manzano
- Huevos de gallina, piñones y pimienta
- Hígado de ternera, salvia y mostaza
- Camarones y caballitos de mar con nata
- Espinacas hervidas, huevo escalfado y queso de búfala
- Zanahorias crudas y salsa de anchoas

RECETAS

Platos sencillos

- Cuartos traseros de ternera, salsa de atún y nata
- Huesos de costilla con algo de carne de cordero, asado y hojas de menta
- Carne de cerdo hervida con manzanas y zanahorias servidas con arroz
- Cerdo con huevo y pan
- Gallina hervida rellena de uvas, zanahorias y cebolla
- Caldo de gallina con sal o pimienta
- Pescadito batido con palitos de nabo

RECETAS

Sopas sencillas

- Sopa de castañas
- Sopa de uvas
- Sopa de guisantes

Platos para gente pobre

- Polenta con una hierba (tanaceto)
- Polenta con dos hierbas (tanaceto y flores secas de saúco)
- Polenta con tres hierbas (tanaceto y flores secas de saúco y jugo de amapolas rojas)

RECETAS

-  Sobras
-  Flores fritas
-  Mermelada de col
-  Cordero con mantequilla
-  Pastel de abeja
-  Sopa de anchoas
-  Pollo sin cocer
-  Ciruela pasa romana y sopa de coliflor
-  Pastel de pastor

RECETAS

- 📄 Empanada de vaca
- 📄 Pan y carrillos de Buey
- 📄 Sopa siciliana ahumada
- 📄 Lirones simulados
- 📄 Pastillas de vaca
- 📄 Tortilla para asnos
- 📄 Pasteles de vaca
- 📄 Falsa salchicha

CONSEJOS

- Los huevos bendecidos saben igual que cualquier otro huevo
- Una persona con educación no se suena la nariz con el mantel