

COQUERE XII

CHARO MARCO GASCÓ

Domus Baebia Saguntina

chmg1234@gmail.com

Resumen

Menú romano (*gustatio, prima mensa y secunda mensa*) para trabajar en el aula con el alumnado. Se presenta el texto original, su traducción y el vocabulario necesario para su estudio. El artículo se completa con una receta griega.

Palabras clave

Cocina romana, puré, apio, recetas clásicas, albaricoques, elafos.

| |
|--|
| <p><i>GVSTATIO</i> (ENTRANTES)</p> |
|--|

PURÉ DE VERDURAS, Apicio, III, XV, 2

Ingredientes:

- | | |
|------------------------|------------|
| ◆ Agua con bicarbonato | ◆ Pimienta |
| ◆ Aceite | ◆ Orégano |
| ◆ Apio | ◆ Vino |
| ◆ Cebolla | |
| ◆ <i>Garum</i> | |
| ◆ Ligústico | |

Cocer apio en agua con carbonato sódico, escurrir y cortar en pequeños trozos. Picar en un mortero pimienta, ligústico, orégano, cebolla, y macerar con vino, garum y aceite. Cocerlo en una olla hasta que hierva, y luego mezclar con apio.

ALITER HOLUS MOLLE

- ◆ *Apium*
- ◆ *Aqua nitrata*
- ◆ *Cepa*
- ◆ *Ligusticum*
- ◆ *Liquamen*
- ◆ *Oleum*
- ◆ *Origanum*
- ◆ *Piper*
- ◆ *Vinum*

Apium coques ex aqua nitrata, exprimes et concides minutatim. In mortario teres piper, ligusticum, origanum, cepam, vinum, liquamen et oleum. Coques in pultario, et sic apium commisces.

| |
|--|
| PRIMA MENSA (CARNES Y/O PESCADOS) |
|--|

MENÚ MARINERO, Apicio, IV, III, 1

Ingredientes:

- ◆ *Aceite*
- ◆ *Caldo*
- ◆ *Cilantro*
- ◆ *Garum*
- ◆ *Ligústico*
- ◆ *Orégano*
- ◆ *Ortigas de mar*
- ◆ *Pescados*
- ◆ *Pimienta*
- ◆ *Puerros*
- ◆ *Vino*

Poner pescados en una tartera; añadir garum, aceite, vino y el caldo. Cortar minuciosamente unos puerros bulbosos y colliandro; hacer pequeñas albóndigas de pescado, trocear la carne del pescado cocido y echar unas ortigas de mar bien lavadas. Una vez cocido todo, picar pimienta, ligústico, orégano, triturarlo, rociar con garum y con su propio jugo, echarlo en la tartera. Cuando hierva, romper el preparado, mezclar bien, remover y espolvorear pimienta, y servir.

MINUTAL MARINUM

- ◆ *Coctura*
- ◆ *Coriandrum*
- ◆ *Liquamen*
- ◆ *Ligusticum*
- ◆ *Oleum*
- ◆ *Origanum*
- ◆ *Urticae marinae*
- ◆ *Pisces*
- ◆ *Piper*
- ◆ *Porri*
- ◆ *Vinum*

Pisces in caccabum mittes, adicies liquamen, oleum, vinum, cocturam. Porro capitatos, coriandrum minutatim concides, esiciola de pisce minuta facies et pulpas piscis cocti concarpis, urticas marinas bene lotas mittes. Haec omnia cum cocta fuerint, teres piper,

ligusticum, origanum, fricabis, liquamen suffundes, ius de suo sibi, exinanes in caccabum. Cum ferbuerit, tractam confringes, obligas, agitas, piper aspargis et inferes.

| |
|------------------------------------|
| SECUNDA MENSA (POSTRES) |
|------------------------------------|

APERITIVO DE ALBARICOQUES, Apicio, IV, V, 4

Ingredientes:

- | | |
|----------------|-----------------|
| ◆ Aceite | ◆ Miel |
| ◆ Agua fría | ◆ Pimienta |
| ◆ Albaricoques | ◆ Vinagre |
| ◆ Almidón | ◆ Vino de pasas |
| ◆ <i>Garum</i> | |
| ◆ Menta seca | |

Limpiar y sacar el hueso a unos albaricoques (que sean pequeños y de piel dura), ponerlos en agua fría y colocar en una marmita. Picar pimienta, menta seca, rociar con garum, añadir miel, vino de pasas y vinagre. Echarlo en la marmita sobre los albaricoques, añadir un poco de aceite y hervir a fuego lento. Cuando esté, envolver con almidón, espolvorear pimienta y servir.

GUSTUM DE PRAECOQUIS

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| ◆ <i>Acetum</i> | ◆ <i>Passum</i> |
| ◆ <i>Amylum</i> | ◆ <i>Piper</i> |
| ◆ <i>Aqua frigida</i> | ◆ <i>Praecoquia</i> |
| ◆ <i>Liquamen</i> | |
| ◆ <i>Mel</i> | |
| ◆ <i>Menta sicca</i> | |
| ◆ <i>Oleum</i> | |

Duracina primotica pusilla. Praecoquia purgas, enucleas, in frigidam mittis, in patina componis. Teres piper, mentam siccam, suffundis liquamen, adicies mel, passum, vinum et acetum. Refundis in patina super praecoquia, olei modicum mittis et lento igni ferveat. Cum ferbuerit amulo obligas aspargis et inferes.

Prosit!

VOCABVLA NECESSARIA

- *Acetum, -i(n): vinagre.*
- *Addo, -didi, -ditum 3: juntar, colocar.*
- *Agito (1ª): agitar.*
- *Amylum, -i (n): almidón.*
- *Apium, -ii (n): apio*
- *Aqua, -ae (f): agua*
- *Aspargo, -si, -ersum.3: espolvorear.*
- *Bene, adv: bien.*
- *Caccabus, -i (m): cazuela.*
- *Capitatus, -a, -um: cortado/a.*
- *Cepa, -ae (f): cebolla.*
- *Cocturus, -ura, -urum: cocido/a.*
- *Compono, composui, -positum (3ª): colocar, poner.*
- *Concarpus, -a, -um: trocedado/a.*
- *Condido, -cidi, -cisum: (3ª): cortar.*
- *Confringo, -fregi, -fractum (3ª): romper, quebrar.*
- *Conmiscuo, -miscui, -mixtum: (2ª): mezclar.*
- *Coquo, coxi, coctum (3ª): cocer.*
- *Coriandrum, -i(n): cilantro.*
- *Cum, conj: cuando.*
- *Cum, prep+ Abl: con.*
- *De, prep+ Abl: de, desde.*
- *Duracinus, -a, -um: de piel dura.*
- *Enucleo (1ª): quitar el hueso.*
- *Esiciolum, -i(n): albóndiga.*
- *Et, conj copulativa.: y.*
- *Exprimo, -pressi, -pressum. 3: exprimir.*
- *Facio, feci, factum.3: hacer.*
- *Ferveo, ferbui, 2: hervir.*
- *Frico, -cui, -catum (1): frotar, restregar.*
- *Frigidus, -a, -um: frío/a.*
- *Hic, haec, hoc: este, esta, esto.*
- *Ignis, -is (m): fuego.*
- *In+ abl: en.*
- *In+ Ac: a, hacia.*
- *Infero, intuli, inlatum: servir, llevar, echar.*
- *Ius, iuris(n): salsa, caldo, mezcla.*
- *Lentus, -a, -um: lento/a*
- *Ligusticum, -i (n): ligústico o aligustre [parecido al enebro o al apio de monte]*
- *Liquamen, -inis (n): garum o salsa de pescado.*
- *Lotus, -a, -um: lavado/a.*
- *Marinus, -a, -um: marino/a*
- *Mel, mellis (f): miel.*
- *Menta, -ae (f): menta.*
- *Minutatim, adv: minuciosamente.*
- *Minutus, -a, -um: pequeño, -a.*
- *Modicus, -a, -um: moderado, mesurado, pequeño.*
- *Mortarium, -ii (n): mortero.*
- *Nitratus, -a, -um: bicarbonado/a.*
- *Obligo, 1: ligar, añadir.*
- *Oleum, -i (n): aceite de oliva.*
- *Omnis, -e: todo/a.*
- *Origanum, -i(n): orégano.*
- *Passum, -i (n): pasa.*
- *Patina, -ae (f): plato.*
- *Piper, -eris (n): pimienta.*
- *Piscis, -is(m y f): pescado.*
- *Porrus, -i (m): puerro.*
- *Praecoquium, -i (n): albaricoque.*
- *Primoticus, -a, -um: primerizos.*
- *Pulpa, -ae(f): carne, pulpa.*
- *Pultarius, -ii (m): puchero.*
- *Purgo, 1: pelar, limpiar.*
- *Pusillus, -a, -um: muy pequeño/a.*
- *Refundo, -fudi, -fusum. 3: colocar, echar.*
- *Sibi, Dat de se: pron. personal*
- *Sic, adv: así, de este modo.*
- *Siccus, -a, -um: seca/a*
- *Suffundo, -fudi, -fusum, 3: verter.*
- *Sum, ese, fui: ser, estar.*
- *Super, prep + Ac: sobre.*
- *Suus, -a, -um: suyo/a*
- *Tero, trivi, tritum. 3: Machacar.*
- *Tractus, -a, -um, pp de traho: fluido/a.*
- *Uinum, -i (n): vino.*
- *Urtica, -ae(f): ortiga.*

RECETAS GRIEGAS ANTIGUAS

ELAFOS

En el mes de marzo (elafebolion) que marcaba el final del invierno se celebraban las **ELAFEBOLIAS (Ελαφηβόλια)**, fiesta en honor a Ártemis, la diosa de la caza.

Los habitantes de la Fócida elaboraban unas tortas de miel, sésamo y espelta (ἔλαφος) que presentaban forma de ciervo y que ofrendaban a la divinidad.

La receta de estos ricos pasteles la conocemos gracias a Ateneo, *Banquete de los eruditos*, XV, 646: “Una torta plana en forma de un ciervo sirve en el festival *Elaphebolia* hecha de harina de espelta, miel y semillas de sésamo”



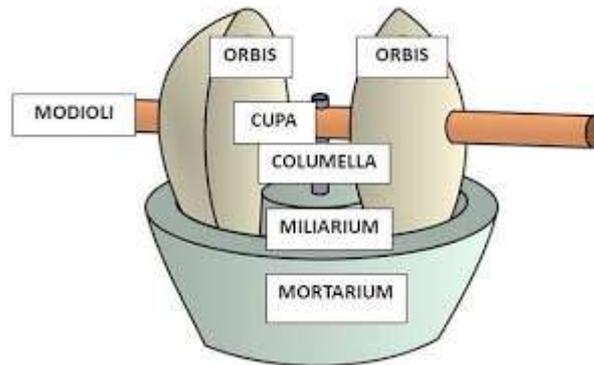
TRAPETUM

El *trapetum* servía para extraer el dorado jugo de las olivas. Se trataba de un molino con dos muelas de piedra volcánica que giraban sobre sí mismas, al estar asentadas sobre una base fija que presentaba forma de mortero.



Isidoro de Sevilla XX, 14,12, afirma que “se trata de una muela para prensar la aceituna”. A las palabras de Isidoro, Varrón LL, V, 138, añade que “tienen el nombre de trapetes las muelas para aceitunas; las llaman trapetes por majar (terere), a no ser que sea un término griego”.

Catón, *De agricultura*, XX y ss nos habla del *trapetum* y sus partes, así sabemos que constaba de una cuba redonda (*mortarium*) sobre la que se posaban dos muelas hemisféricas (*orbis*) planas por el interior y convexas a los lados que giraban gracias a unos palos de madera de haya o de olmo (*modioli*). Ambos palos estaban unidos con una pieza de madera central (*cupa*) sujeta con un pivote de hierro (*columella*) que se posaba sobre un cilindro de piedra (*miliarium*). Estas muelas giraban gracias a la acción de dos hombres.



Se cree que, antes de la creación de este tipo de prensa, la extracción del aceite se haría con los pies protegidos por unos zuecos de madera (*soleae*), pero con el tiempo se empezó a utilizar una muela parecida a la del trigo, en la que hay una pieza fija y otra móvil.

La mitología asignaba a Aristeo, hijo de Apolo y de Cirene, el invento del *trapetum*, pues enseñó a los hombres a trabajar las aceitunas para extraer aceite. No es de extrañar el invento de este molino teniendo en cuenta el papel tan importante que jugaba el aceite en la antigüedad pues eran muchos sus usos: en cosmética, en medicina, en cocina y en el hogar para encender las lucernas. De ello nos habla Varrón, I, 53: "*El aceite, como el vino, una parte se come, la otra cuando está líquida se emplea para fuera del cuerpo y para su interior, para untar el cuerpo en los baños y ejercicios*"