

## COQVERE Nº 18

CHARO MARCO GASCÓ

(SAGUNTINA DOMUS BAEBIA)

<http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com.es/>

### **Resumen**

Recetas de cocina romana antigua en latín y traducidas, con vocabulario incluido, para poder trabajarlas con el alumnado en semanas culturales o como ejercicio en el aula.

### **Palabras clave**

*Cocina romana antigua, recetas romanas y griegas, Apicio, De re coquinaria, aplicación didáctica.*

En nuestro anual artículo culinario en la Revista Saguntina vamos a preparar este exquisito menú romano:

<b><i>GVSTATIO</i></b> <b>(ENTRANTES)</b>
--

**ESPÁRRAGOS, Apicio, IV, II, 6**

Ingredientes:

- |                   |             |
|-------------------|-------------|
| ◆ Aceite          | ◆ Huevos    |
| ◆ Ajedrea         | ◆ Ligústico |
| ◆ Cebolla         | ◆ Pimienta  |
| ◆ Cilantro fresco | ◆ Vino      |
| ◆ Espárragos      |             |
| ◆ <i>Garum</i>    |             |

Poner en un mortero los extremos desechables de los espárragos, rociar con vino y colar. Picar pimienta, ligústico, cilantro fresco, ajedrea, cebolla y macerar con *garum* y aceite. Trasladar el puré a una cacerola engrasada, y si se quiere, se pueden batir unos huevos para que ligue. Espolvorear pimienta fina.

***ALITER PATINA DE ASPARAGIS***

- |                             |                   |
|-----------------------------|-------------------|
| ◆ <i>Asparagi</i>           | ◆ <i>Ova</i>      |
| ◆ <i>Cepa</i>               | ◆ <i>Piper</i>    |
| ◆ <i>Coriandrum viridum</i> | ◆ <i>Satureia</i> |
| ◆ <i>Ligusticum</i>         | ◆ <i>Vinum</i>    |
| ◆ <i>Liquamen</i>           |                   |
| ◆ <i>Oleum</i>              |                   |

*Adicies in mortario asparagorum praecisuras quae proiciuntur, teres, suffundes vinum, colas. Teres piper, ligusticum coriandrum viridem, satureiam, cepam, vinum, liquamen*

*et oleum. Sucum transferes in patellam perunctam, et, si volueris, ova dissolves ad ignem, ut obliget. Piper minutum asperges.*

<p><b><i>PRIMA MENSA</i></b> <b>(CARNES Y/O PESCADOS)</b></p>
---

**POLLO, PATO O GRULLA, Apicio, VI, II, 2**

Ingredientes:

- |                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| ◆ Aceite           | ◆ Ligústico            |
| ◆ Agua             | ◆ Miel                 |
| ◆ Apio en grano    | ◆ Pimienta             |
| ◆ Cebolla seca     | ◆ Pollo, grulla o pato |
| ◆ Ciruelas Damasco | ◆ Puerro               |
| ◆ Comino           | ◆ Vinagre              |
| ◆ Defritum         | ◆ Vino                 |
| ◆ <i>Garum</i>     |                        |

Cocer en una cazuela pimienta, cebolla seca, ligústico, comino, apio en grano, ciruelas de Damasco sin hueso, vino con miel, vinagre, *garum*, defrito y aceite. Al cocer la grulla, el pato o el pollo, dejar la cabeza fuera de la cazuela, sin meter en el agua. Cuando esté cocida, envolverla con un paño caliente y tirar de la cabeza: saldrá con los nervios, dejando la carne y los huesos. El ave no puede comerse con los nervios.

***IN GRVE, IN ANATE VEL IN PVLLLO***

- |                                |                     |
|--------------------------------|---------------------|
| ◆ <i>Acetum</i>                | ◆ <i>Cepa sicca</i> |
| ◆ <i>Anas, grus aut pullum</i> | ◆ <i>Cuminum</i>    |
| ◆ <i>Apium</i>                 | ◆ <i>Defritum</i>   |
| ◆ <i>Aqua</i>                  | ◆ <i>Ligusticum</i> |

- ◆ *Liquamen*
- ◆ *Mulsum*
- ◆ *Oleum*
- ◆ *Piper*
- ◆ *Pruna damascena*
- ◆ *Vinum*

*Piper, cepam siccam, ligusticum, cuminum, apii semen, pruna [vel] damascena enucleata, mulsum, acetum, liquamen, defritum, oleum et coques. Gruem, pullum aut anatis cum coquis, caput eius aqua quam non contingat, sed sit foris ab aqua. cum cocta fuerit, de sabano calido involves gruem et caput eius trahe. cum nervis sequetur, ut pulpae vel ossa remaneant, cum nervis enim manducare non potest.*

***SECUNDA MENSA***

**(POSTRES)**

**FRUTOS SECOS, Apicio, IV, III, 16**

Ingredientes:

- ◆ Aceite
- ◆ *Garum*
- ◆ Huevos
- ◆ Leche
- ◆ Miel
- ◆ Nueces
- ◆ Pimienta
- ◆ Piñones
- ◆ Vino puro

Tostar piñones, nueces peladas; mezclar con miel, pimienta, *garum*, leche, huevos, un poco de vino puro y aceite.

***PATINA VERSATILIS VICE DULCI***

- ◆ *Lac*
- ◆ *Liquamen*
- ◆ *Mel*
- ◆ *Nuces*

- ◆ *Nuclei pini*
- ◆ *Oleum*
- ◆ *Ova*
- ◆ *Piper*
- ◆ *Vinum*

*Nucleos pinos, nuces fractas et purgatas, attorebis eas, teres cum melle, pipere, liquamine, lacte, ovis, modico mero et oleo.*

### VOCABVLA NECESSARIA

- *A, ab, prep: de, desde.*
- *Acetum, -i(n): vinagre.*
- *Ad, prep + ac: a, hacia.*
- *Adicio, -ieci, -iectum (3): poner, echar.*
- *Anas, antis (f): pato.*
- *Apium, -ii(n): apio.*
- *Aqua, -ae (f): agua.*
- *Asparagus, -i (m): espárrago.*
- *Aspargo, -si, -sum(3): rociar, espolvorear*
- *Attollo, 3<sup>a</sup>: levantar, elevar, realzar.*
- *Aut, conj. Disyuntiva: o.*
- *Calidus, -a, -um: cálido, caliente.*
- *Caput, capitis (n): cabeza.*
- *Cepa, -ae (f): cebolla.*
- *Colo (1): colar.*
- *Contingo, -tinxi, -tinctum. (3): impregnar, empapar.*
- *Coquo, coxi, coctum (3): cocer.*
- *Coriandrum, -i (n): cilantro.*
- *Cum, conj: cuando.*
- *Cum, prep+ Abl: con.*
- *Cuminum, -i (n): comino.*
- *Damascena, -ae (f): Damasco.*
- *De, prep + Abl: de, desde.*
- *Defritum, -i (n): Vino cocido(era mosto hervido hasta reducirlo a la mitad o a un tercio de su volumen)*
- *Dissolvo, -solvi, -solutum (3): disolver, deshacer.*
- *Enim, conj: en efecto, ciertamente.*
- *Enucleo (1): quitar el hueso.*
- *Et, conj copulativa.: y.*
- *Foris, adv: por fuera*

- *Frango, fregi, fractum* (3): romper, quebrar.
- *Grus, gruis* (f): grulla.
- *Ignis, -is* (m): fuego.
- *In+ abl*: en.
- *In+ Ac*: a, hacia.
- *Involvo, -volvi,-volutum*, (3): hacer caer, rodar, envolver, ocultar.
- *Is, ea, id*: él, ella, ello.
- *Lac, lactis* (n): leche.
- *Ligusticum, -i* (n): ligústico [parecido al enebro o a un apio de monte]
- *Liquamen,-inis* (n): garum o salsa de pescado.
- *Manduco* (1): comer.
- *Mel, mellis* (f): miel.
- *Merus,-a,-um*: puro, sin mezcla.
- *Minutus,-a.-um*: pequeño,-a.
- *Modicus,-a,-um*: mesurado, medido.
- *Mortarium, -ii* (n): mortero.
- *Mulsum, -in* (n): vino con miel.
- *Nervus, i* (m): nervio, tendón.
- *Non, adv. Neg*: no.
- *Nucleus, -i* (m), *pineus,-i*(m): piñones.
- *Nux, nucis* (m): nuez
- *Obligo* (1): atar, espesar, unir, mezclar.
- *Oleum, -i* (n): aceite de oliva.
- *Os, ossis* (n): hueso.
- *Ovum,-ii* (n): huevo.
- *Patella, -ae* (f): sartén.
- *Peructus, -a,-um*: untada, engrasada.
- *Pinus, -i* (m): pino.
- *Piper, -eris* (n): pimienta.
- *Possum, potui, irr*: poder.
- *Praecisurus,-a,- um de praecido*: cortar.
- *Proicio, -ieci,-iectum* (3): arrojar, poner.
- *Pruna,- ae* (f): ciruela.
- *Pullum,-i* (n): pollo.
- *Pulpa, -ae* (f): carne, pulpa.
- *Purgo, l*: pelar, limpiar.
- *Qui, quae, quod*: pron. Relativo: el cual, que, cuyo.
- *Remaneo, -mansi, -mansum* (2): detenerse, pararse, morar.
- *Sabanum, -i* (n): paño.
- *Satureia,-ae* (f): ajedrea.
- *Sed, conj adv*: pero, sino.
- *Semen,-ini s*(n): semilla, hueso.
- *Sequor, secutus sum, dep*, (3): marchar, seguir.
- *Si, conj. condicional*

- *Siccus, -a, um: seco/a*
- *Sucus, -i (m): puré, jugo*
- *Suffundo, -fudi, -fusum (3):  
verter.*
- *Sum, ese, fui: ser, estar.*
- *Tero, trivi, tritum (3): Machacar.*
- *Tractus, -a, -um. PP de traho:  
molido, tamizado*
- *Transfero, - tuli, -latum (3):  
pasar.*
- *Ut, conj: cuando, como.*
- *Vel, Conj. disyuntiva: o.*
- *Vinum, -i (n): vino.*
- *Viridis, -e: verde*
- *Volo, volui, irr: querer.*

## RECETAS GRIEGAS ANTIGUAS

### HYPOTYRIDES

En Ateneo, XIV 647 f encontramos una receta que nos recuerda en gran manera a nuestra cuajada.

#### RECETA ORIGINAL

*"Las hypotyrides se hacen de la siguiente manera: vierte miel en leche y escúrrela, después colócala en un recipiente y déjala que cuaje. Si tienes a mano un cedazo pequeño, reparte el contenido del recipiente y deja que escurra el suero. Cuando veas que ya está cuajado y bien escurrido, retira el cuenco y coloca la cuajada en un plato de plata. El colador se puede poner encima para hacer presión y que se queda dibujada su marca. Si no tienes un cedazo, utiliza un aventador con el que se aviva el fuego y hará la misma función"*

#### POSIBLE ADAPTACIÓN DE LA RECETA

##### **Ingredientes**

400 g de yogur griego o crema fresca

4 cucharadas de miel

##### **Preparación**

Poner el yogur o la crema en varios platos pequeños, por ejemplo cuatro, 100 g en cada uno.



Con una cucharita hacer un pequeño agujero y con un cuchillo dibuja unas líneas en la superficie.

Para terminar, vierte una cucharada de miel en cada agujero y ya está listo para comer.

## CURIOSIDADES

### **CORONA CONVIVALIS**



Con el nombre de **corona convivialis** se conocía la corona utilizada en los banquetes grecorromanos, en concreto en el momento de la **Comissatio o bacanal**, para mitigar los efectos de la intoxicación provocados por el excesivo consumo de alcohol.

La denominación de *convivialis* nos la explica Isidoro, XX, 1: *“Entre los griegos convivium se explica a partir de beber en compañía (compotatio), esto es, de potón, bebida, entre nosotros, en cambio, se considera más acertado derivar su etimología de convictus (compañía) o tal vez de que proporciona vida (vita) ocasión de conversar. Asimismo, convivium supone el hecho de un número crecido de personas que comen (convescentes); pues una mesa privada es victus (comida), pero no*



*convivium (festín), un festín implica una triple consideración: la del modo de inclinarse, de comer y beber. Decimos “del modo de inclinarse”.*

Cuando empezaba este segundo banquete en el que la bebida era uno de los protagonistas, los participantes coronaban sus cabezas con coronas por creer que así podían neutralizar los efectos de alcohol y proporcionar un agradable sueño a los que estaban un poco bebidos. También podían beber caldo de col o consumir seis almendras amargas.

## UTILIZACIÓN

La **justificación de su uso**, según Isidoro, la encontramos en los paganos *“que creen que su origen fue debido a un tal Liber, por lo que establecieron que cuando se bebiera vino se ciñeran con pequeñas guirnaldas las vacilantes cabezas. Antaño las coronas eran de lino y de lana, como las que usaban los sacerdotes de los paganos”*

Sabemos que eran varias las coronas que se colocaban. Lo normal era una **en la cabeza**, Plauto, *Anfitrión*, III, 4, 16: *“Me pondré una corona de flores en la cabeza y fingiré estar borracho”*

Horacio, *Carmina*, II, 7, 24: *“La lentitud de los días muchas veces combatimos con una copa en la mano, y de guirnaldas ceñidos nuestros cabellos, brillantes de oloroso unguento sirio”*

Otra **en el cuello**, Horacio, *Sátira*, II, 3, 256: *“Al volver de una juerga, se arrancó del cuello las guirnaldas sin rechistar”*

Cicerón en *Verrinas* II, 5, 11 nos muestra la sofisticación de Verres: *“Se hacía llevar en una litera de ocho hombres, e la que había un resplandeciente almohadón de Malta relleno de rosas. Él mismo incluso tenía una corona en la cabeza, otra en el cuello y se acercaba a la nariz un saquito de finísimo lino, de malla densa, lleno de rosas”*



Pero se podían **adornar otras partes del cuerpo** como vemos en Petronio, *Satiricón*, 70: “Según una inaudita moda, unos esclavos jovencitos y de larga cabellera trajeron perfume en una palangana de plata y ungieron los pies de los comensales; **eso después de adornarles previamente las piernas con guirnaldas de flores desde el muslo hasta los talones. Luego, echaron una apreciable dosis del vino y en la lámpara**”

A veces no surte el efecto deseado, como podemos ver en Petronio, *Satiricón*, 65: “**Este, ya borracho, apoyaba ambos brazos sobre la espalda de su mujer; cargado con unas cuantas coronas, por la frente le caían chorros de perfume sobre los ojos**”

Pero no sólo se coronaban los invitados, sino también los esclavos **escanciadores** o **pocillatores**. Adolescentes o niños, con pelo largo e imberbes, emulando a Ganimedes y con la *corona convivialis*.

Petronio, *Satiricón*: “**Mientras habíamos y comentamos el hecho, un esclavo muy hermoso, coronado de pámpanos y hiedra, que imitaba todas las actitudes de Baco, nos ofreció diversas clases de uva en un canastillo y declamó con voz delicadísima unos poemas de su señor**”

Y según vemos en Virgilio, *Eneida*, 1723 **las vasijas** en los que se mezclaba el vino y el agua: “**Tan pronto como sobreviene el primer momento del reposo y se retiran los servicios, colocan grandes crateras y coronan el vino**”

E incluso el *triclinium*, Marcial, 12, 17: “**se recuesta a la mesa rodeada de rosas y negra de amomo, y duerme sobre plumas en un lecho de púrpura**”

### ELABORACIÓN

Se confeccionaban con **hierbas y flores naturales** que tenían efectos beneficiosos para su portador.

Las plantas utilizadas eran principalmente rosas, violetas, mirto, laurel, nardos, azafrán, lis, flor de henna, hiedra e incluso se conocen las hechas con hojas de perejil o apio.

Horacio, *Carmina*, II, 7, 35: “**¿Quién cuidará de tejernos coronas de apio y mirto?**”



Una de las flores favoritas era la rosa, así nos lo transmite Marcial, 13, 127: *“El invierno te regala, César, coronas tempranas. Antes la rosa era de la primavera; ahora se ha hecho tuya”*

Marcial, 2, 59: *“Rompe los lechos, pide vino, coronate de rosas, perfúmame con nardo: un dios en persona te invita a que te acuerdes de la muerte”*

Marcial, 5, 64: ... *“Que mi cabellera llegue a chorrear, empapada en amomo sin medida, y que las guirnaldas de rosas fatiguen mis sienas. Los mausoleos tan cercanos nos invitan a vivir; enseñándonos que hasta los dioses pueden morir”*

Para terminar, es interesante comentar que **sólo se utilizaban en los banquetes**, pues estaba prohibido su uso en público. No era permitido un *“usu promiscuo”* de las mismas, pagando con la pérdida de libertad aquel que osara a transgredir esta costumbre como bien nos cuentan diferentes autores:



Plinio, *HN*, XXI, 6: *“En la segunda guerra Púnica, L. Fulvio, un banquero fue acusado de asomarse desde el balcón de su casa en el Foro con una corona de rosas por el día, fue encarcelado por la autoridad del senado y no fue liberado hasta terminar la guerra. P. Munatio, habiendo colocado sobre su cabeza una corona de flores tomada de la estatua de Marsias, fue condenado por los Triunviros a ser encadenado. A su apelación, los tribunos del pueblo, se negaron a interceder en su favor”*

Valerio Máximo, VI, 9, ext. 1: *“En cierta ocasión se retiró de la mesa de un festín, no ya después del ocaso del sol, sino después de su salida. Entonces observó, al volver a su casa, que la puerta del filósofo Jenócrates estaba abierta. Polemón ebrio, perfumado con ungüentos, con su cabeza coronada de guirnaldas y con unos vestidos*

*transparentes...Jenócrates, sin mudar su semblante, comenzó a hablar de la moderación y la templanza. Polemón, ante la gravedad de las palabras del filósofo, se quitó la corona de su cabeza y la arrojó lejos de sí”*

Horacio, *Sátira*, II, 3, 256: *“Al volver de una juerga, se arrancó del cuello las guirnaldas sin rechistar, reprendido por la voz de su maestro en ayunas”*