

COQVERE Nº 15

CHARO MARCO (*SAGUNTINA DOMUS BAEBLIA*)
<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:

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

ZANAHORIAS, Apicio, III, XXI, 3

Ingredientes:

- | | |
|----------|--------------|
| ◆ Aceite | ◆ Comino |
| ◆ Agua | ◆ Zanahorias |

Hervir las zanahorias, cortar en trozos, cocer en una salsa de comino con un poco de aceite, y servir. Preparar una menestra de comino como la que se hace para el marisco

CAROTAE ET PASTINACAE

- | | |
|------------------|------------------|
| ◆ <i>Aqua</i> | ◆ <i>Cuminum</i> |
| ◆ <i>carotae</i> | ◆ <i>Oleum</i> |

Carotas elixatas concisas in cuminato oleo modico coques et inferes. Cuminatum conchilorum facies.

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

MENÚ DE ALBARICOQUES, Apicio, IV, III, 6

Ingredientes:

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| ◆ Aceite | ◆ Miel |
| ◆ Albaricoques deshuesados | ◆ Paletilla de cerdo |
| ◆ Cebolla seca | ◆ Pimienta |
| ◆ Comino | ◆ Vinagre |
| ◆ Eneldo | ◆ Vino |
| ◆ <i>Garum</i> | ◆ Vino de pasas |
| ◆ Menta seca | |

Poner en una cacerola aceite, *garum*, vino; picar unas cebollas secas de Ascalonia y cortar en cuadrados la paletilla de un cerdo cocida. Cuando esté todo cocido, picar pimienta, comino, menta seca, eneldo, rociar con miel, *garum*, vino de pasas, vinagre en

poca cantidad, jugo de la propia salsa, y amalgamar bien. Echar unos albaricoques deshuesados, dejar hervir hasta su completa cocción. Envolver con la pasta, espolvorear pimienta y servir.

MINUTAL EX PRAECOQUIS

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| ◆ <i>Acetum</i> | ◆ <i>Oleum</i> |
| ◆ <i>Anetum</i> | ◆ <i>piper</i> |
| ◆ <i>Cepae</i> | ◆ <i>Praecoquia</i> |
| ◆ <i>Cominum</i> | ◆ <i>Spatula porcina</i> |
| ◆ <i>Liquamen</i> | ◆ <i>Vinum</i> |
| ◆ <i>Mel</i> | ◆ <i>Vinum Passum</i> |
| ◆ <i>Menta</i> | |

Adicies in caccabo oleum, liquamen, vinum, concides cepam Ascaloniam aridam, spatulam porcinaam coctam tessellatim concides. His omnibus coctis teres piper, cuminum, mentam siccam, anetum, suffundis mel, liquamen, passum, acetum modice, ius de suo sibi, temperabis. Praecoquia enucleata mittis, facies ut ferveant, dones percoquantur. Tractam confringes, ex ea obligas, piper aspargis et inferes.

<i>SECUNDA MENSA</i>

(POSTRES)

TORRIJAS, Apicio, VII, XI, 4

Ingredientes:

- | | |
|---------|---------------|
| ◆ Leche | ◆ Miga de pan |
| ◆ Miel | ◆ Pimienta |

Poner en leche la miga de pan de mosto (el de África es el de mejor calidad). Cuando haya absorbido bien la leche, ponerlo en el horno sólo un momento, para evitar que se seque. Sacar, y untarlo con miel mientras está caliente, pinchándolo para que la absorba. Espolvorear pimienta, y servir.

DVLICIA DOMESTICA

- | | |
|--------------|----------------|
| ◆ <i>Lac</i> | ◆ <i>Panis</i> |
| ◆ <i>Mel</i> | ◆ <i>Piper</i> |

Musteos Afros optimos rades et in lacte infundis. cum biberint, in furnum mittis, ne arescant, modice. eximes eos calidos, melle perfundis, compungis ut bibant. Piper aspargis et inferes.

Prosit!

VOCABULA NECESSARIA

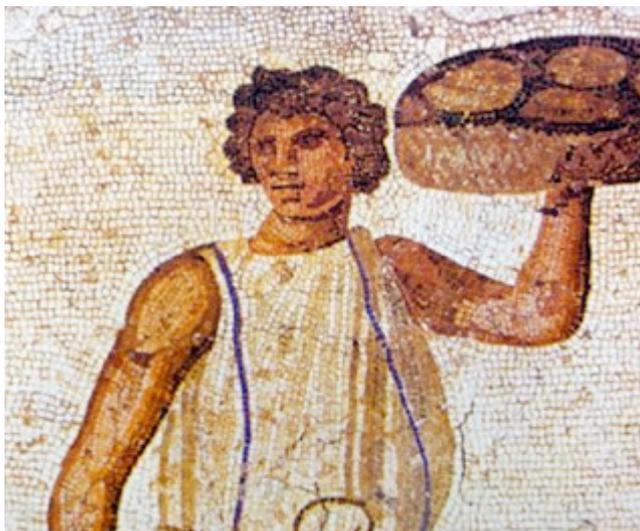
- *Acetum, -i(n): vinagre.*
- *Adicio, -ieci, -iectum (3): poner, echar.*
- *Afros: de África*
- *Anetum, -i (n): Eneldo.*
- *Aqua, -ae (f): agua*
- *Aresco, 3: secarse.*
- *Aridus, -a, -um: seco.*
- *Ascalonia, -ae (f): Ascalonia.*
- *Aspargo, -si, -sum(3): rociar, espolvorear*
- *At: conj, y, pero.*
- *Bibo, bibi, (3): beber, adsorber.*
- *Caccabus, -i (m): cazuela.*
- *Calidus, -a, -um: cálido, caliente.*
- *Carota, -ae (f): zanahoria.*
- *Cepa, -ae (f): cebolla.*
- *Compungo, -punxi, - punctum (3): punzar, pinchar.*
- *Conchilum, -i (n): marisco*
- *Condido, -cidi, -cisum: (3): cortar.*
- *Confringo, -fregi, -fractum (3): romper, quebrar.*
- *Coquo, coxi, coctum (3): cocer.*
- *Cum, conj: cuando.*
- *Cum, prep+ Abl: con.*
- *Cuminatus, -a, -um: revuelto de cominos.*
- *Cuminum, -i (n): comino.*
- *De, prep + Abl: de, desde.*
- *Elixatus, -a, -um .PP: cocido/a*
- *Elixo, (1): cocer.*
- *Enucleo (1): quitar el hueso.*
- *Et, conj copulativa.: y.*
- *Ex + abl: de, desde.*
- *Eximo, -emi, -emptum (3): sacar, extraer.*
- *Facio, feci, factum (3): hacer.*
- *Ferveo, ferbui, (2): hervir.*
- *Furnus, -i (m): horno.*
- *Hic, haec, hoc: este, esta, esto*
- *In+ abl: en.*
- *In+ Ac: a, hacia.*
- *Infero, intuli, inlatum (3): servir, llevar, echar.*
- *Infundo, -fudi, -fusum (3): rociar, verter.*
- *Is, ea, id: él, ella, ello.*
- *Ita...ut. nex.: hasta que.*
- *Ius, iuris (n): salsa, caldo, mezcla.*
- *Lac, lactis (n): leche.*
- *Ligo, 1: ligar, unir, mezclar*
- *Liquamen, -inis (n): garum o salsa de pescado.*
- *Medius, -a, -um: medio, mitad*
- *Mel, mellis (f): miel.*
- *Menta, -ae(f): menta.*
- *Mitto, misi, missum (3): poner, enviar.*

- *Modicus, -a, -um: medurado, medido*
- *Musteus, -a, um: con mosto.*
- *Ne: conj. Final: para que no.*
- *Obligo (1): atar, espesar, unir, mezclar.*
- *Oleum, -i (n): aceite de oliva.*
- *Omnis, -e: todo/a.*
- *Optimus, -a, um: mejor, óptimo*
- *percoquo, coxi, coctum (3): cocer.*
- *Perfundo, -fudi, -fusum. (3): rociar, verter.*
- *Piper, -eris (n): pimienta.*
- *Porcina, -ae (f): cerda*
- *Praecoquium, -i (n): albaricoque.*
- *Sibi: pron. personal*
- *Siccus, -a, um: seco/a*
- *Spatula, -ea (f): espátula.*
- *Suffundo, -fudi, -fusum(3): verter.*
- *Suus, -a, -um: suyo/a*
- *Tempero, -avi, -atum(1): mezclar.*
- *Tero, trivi, tritum(3): Machacar.*
- *Tessellatim: en cuadrado.*
- *Tractus, -a, -um. PP de traho: molido, tamizado*
- *Ut, conj: cuando, como.*
- *Unum, -i (n): vino.*

RECETAS GRIEGAS ANTIGUAS

ENKRIDES

La receta original dice así: *“Consistía en pequeñas galletas fritas en aceite de oliva y empapadas en miel. Estesicoro las menciona en estos versos: sémolas, enkrides y otros bizcochos y miel fresca”*



También esta receta fue mencionada en Aristófanes en *Danaides* 1, 457 y en Nicofón 1, 779

Este dulce ha llegado a nuestros días en dos recetas Diples y Lokma.

POSIBLE ADAPTACIÓN DE LA RECETA

Ingredientes

200 gr. de harina

Aceite de oliva

½ cuch. de sal

½ cuch. de pimienta negra molida

1 huevo

2 cuch. de zumo de uva blanca

90 ml de miel

Elaboración

En primer lugar batimos bien el huevo, a continuación mezclamos el aceite, la sal, el huevo batido, la harina y la pimienta. Mezclamos bien los ingredientes.

Añadimos el zumo de uva y amasamos suavemente. Si vemos que necesitamos más zumo, se puede poner más hasta conseguir una masa fácil de trabajar.

Formaremos una bola que dejaremos reposar en la nevera durante unos 60 minutos, tapada con un papel film.

Pasado el tiempo, la sacamos y la colocamos sobre una tabla enharinada.

Volvemos a amasar, extendemos la masa que iremos cortando en piezas de unos 3 cm.

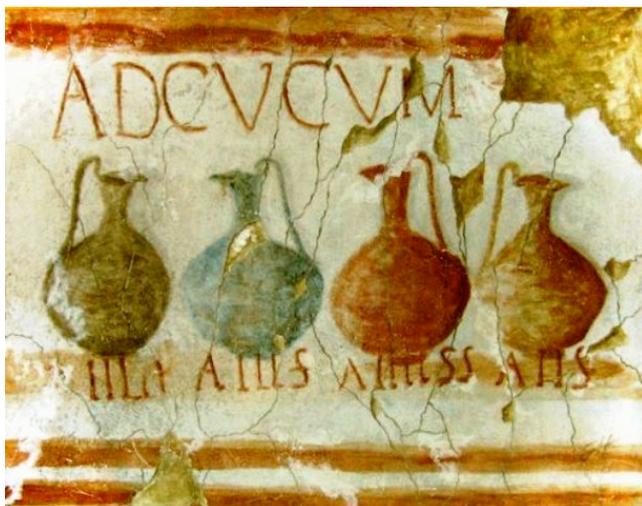
Fritamos en aceite de oliva hasta que se dore por ambas caras. Las dejamos escurrir sobre un papel de cocina.

Para terminar sumergir una a una las piezas ya fritas en miel que previamente se ha calentado en una sartén.

Se puede servir como postre acompañado con algún licor.

CURIOSIDADES

DE BARES EN POMPEYA



Sabemos que, al igual que en la actualidad, habían muchos locales dedicados a prestar servicios culinarios, por ejemplo, en Pompeya han sido excavados unos 118 bares, la mayoría en la Via de la Abundancia.

La nomenclatura que nos han legado los clásicos para estos lugares es muy amplia:

CAUPONA, POPINA, THERMOPOLIUM, TABERNA, MANSI, GANEA, GURGUSTIUM, OENOPODIUM, MACELLUM y MUTATIO.

A veces resulta difícil poder diferenciarlos a la perfección, aunque presentaban ciertas características diferenciadoras.

En esta ocasión nos centraremos en uno de los más conocidos, el *thermopolium*.

Así pues, ¿Os animáis a ir de bares?

Comenzaremos hablando de su **etimología** que procede de las palabras griegas θερμός, que significa “caliente” y πωλέω, con el significado de “vender”. Así pues, podemos deducir que consistía en un



establecimiento en el que se vendían bebidas preparadas, en su mayoría calientes, aunque también sabemos que se ofrecían frías e incluso comidas.

Su **estructura** era sencilla, un mostrador de mampostería abierto a la calle con forma de L y decorado con trozos de placas de mármol y en algunas ocasiones por pinturas.



En este mostrador habían incrustados unos *dolia* o recipientes de barro con una tapa de madera, que contenían la comida y la bebida que podía tomarse allí en la barra o llevársela para consumirla fuera.



En estos *dolia* se conservaban los alimentos ya cocinados, en salmuera o secos, como por ejemplo aceitunas, altramuces, garbanzos cocidos, habas, coles, etc., todos ellos alimentos de fácil conservación. Estas vasijas, al estar encajadas en el mostrador, se veían preservadas de la luz y del calor, pues estos *dolia* de barro mantenían la temperatura constante. Un inconveniente sería la falta de higiene de estos recipientes pues su interior no se podía vaciar para ser limpiado.

Además de alimentos, podían contener vinos de la región, de baja calidad mezclados con agua caliente o una especie de bebida hecha con espelta fermentada (*alica*), pero lo más solicitado era el agua caliente que luego añadían a los vinos.



En los *thermopolia* era frecuente la existencia de un pequeño **horno portátil** o un **horno hecho de obra** para poder cocinar o calentar los alimentos.

La apariencia del *thermopolium* no distaría mucho de un bar actual, con botellas de cristal en estanterías que contendrían los diferentes vinos, con el menú del día expuesto, jarras, platos y vasos, etc.

