

L'ALIMENTACIÓ A L'EDAT MITJANA

PRIM BERTRAN I ROIGÉ

En aquest article, Prim Bertran ofereix una panoràmica general, i detallada a l'ensem, del què es coneix de l'alimentació a la Catalunya medieval. Com veurem, abans i sempre, el tema cal enfocar-lo des de diverses perspectives socials. Així, no és el mateix àpat el que mengen serfs que senyors; fins i tot dins d'una mateixa classe social difereix força l'alimentació dels pagesos del camp i la dels ciutadans, d'acord amb la disponibilitat dels productes a l'abast.

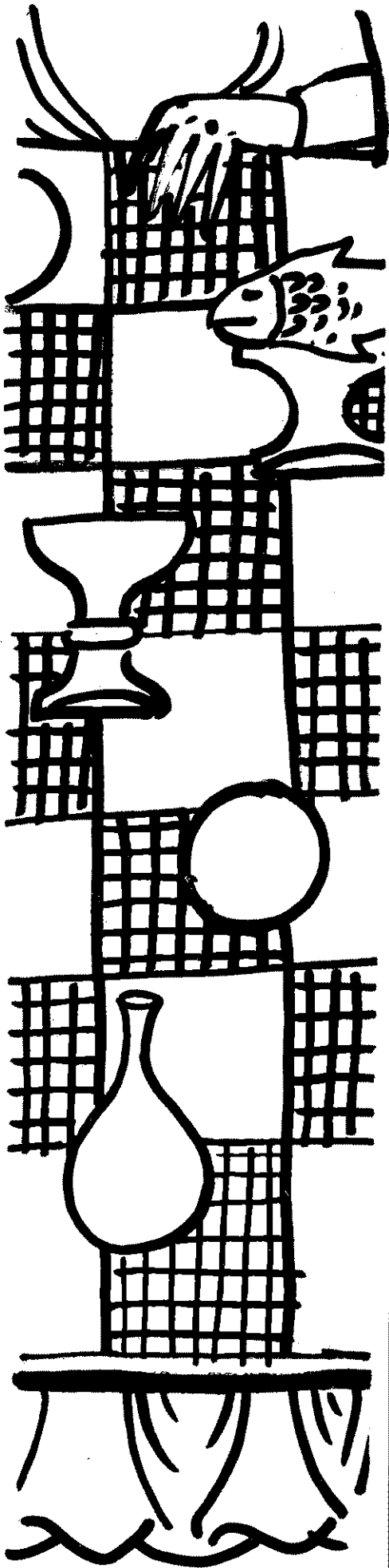
Tot i que a l'Edat Mitjana es pot parlar -en general- d'una certa varietat i equilibri en les dietes alimentàries d'arreu del nostre país, és evident que el luxe en l'alimentació, l'ostentació en els àpats, esdevingué una clara manifestació de classe. D'aquesta manera s'ha de dir que no existeix un sistema alimentari de la Catalunya medieval sinó tants sistemes com grups socials. En veurem els tipus més destacats.

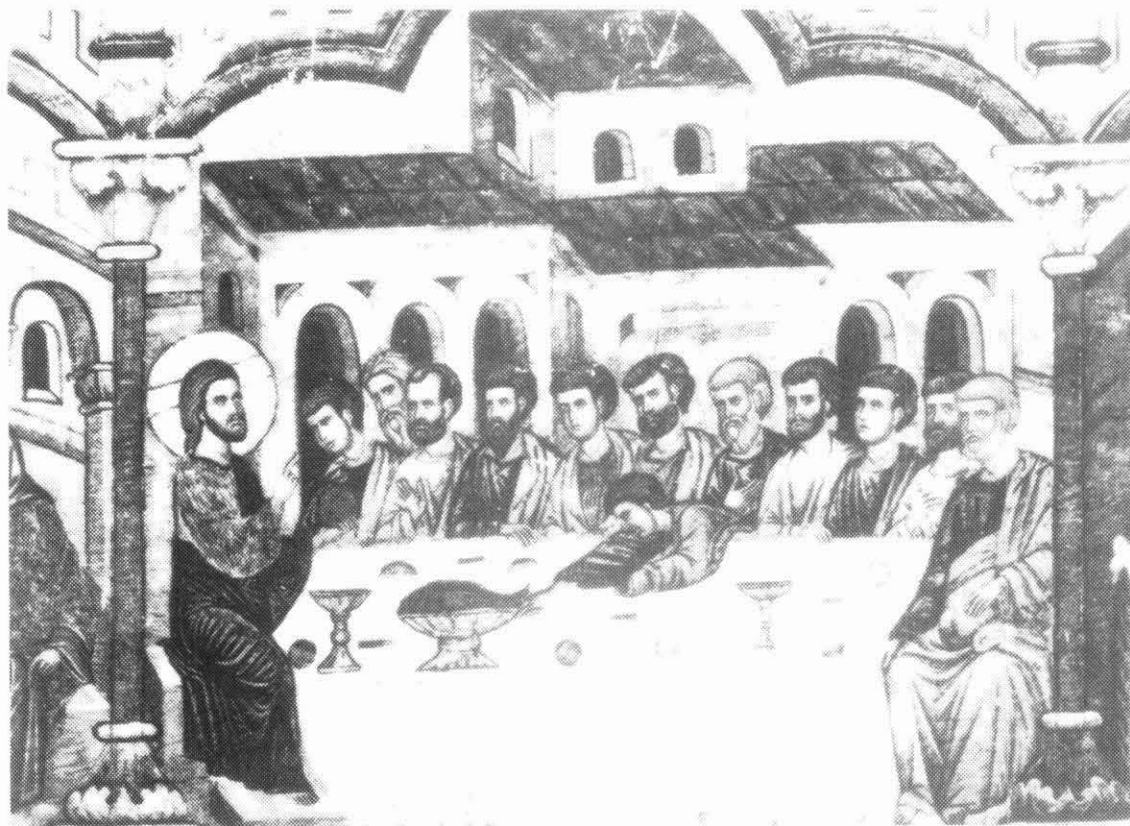
EL SENYORIAL

El fet de pertànyer al més alt estament de la societat implica comptar amb una àmplia i variada quantitat de queviures: menjar molt i variat és no sols senyal de força i salut, sinó també de prestigi, riquesa i noblesa. Entre els menjars que els estaments privilegiats consumeixen més abundantment hi ha, sens dubte, la carn. Per a la noblesa medieval i la reialesa el tall (fora dels dies d'abstinència) és

el plat fonamental. A manera d'exemple, podem recordar com el 1157, les despeses del palau reial de Vilamajor (Vallès Oriental) on s'allotjà la reina Peronella, exigiren 5 porcs, 4 parells de capons i 5 parells i mig de pollastres -entre diumenge i dilluns de la quarta setmana de juliol- o que el sopar exigít pel comte-rei Jaume II al consell de Favara (Matarranya), pel juny de 1300, només estava compost de "seixanta moltons, tres vaques, quinze cabrits, vint parells de gallines, deu oques, mil ous, tres porcs salats, 120 sous de pa, 4 lliures de pebre i 2 lliures de gíngebre"; només aquest darrer sopar costà la paga de dos anys i mig de treball del més remunerat dels treballadors amb ofici.

La casa reial, molt més organitzada en el control econòmic de qualsevol despesa, regulà tot allò que feia referència al consum alimentari de la cort en les conegudes "Ordinacions" de Pere el Cerimoniós i en els capítols titulats "De les viandes", "De les fruites en la taula ministrades" i "De la manera de dar racions". A través





d'ells observem que la moderació - teòrica- és un dels principis del sistema alimentari de la casa reial a mitjan segle XIV: *"Moltes vegades moltes viandes... malalties engenren e belen lo seny, vicis dins meten, virtut foragiten si no són remeiats per medicina de temperança la qual és mare de castedat"*. D'acord amb aitals *"Ordinacions"* es pot dir que la menja es feia dos cops al dia: el dinar, consistent en dos plats i, de tant en tant, un entremès; el sopar, d'un plat de forma ordinària i dos plats en ocasions singulars. Tot això excepte els dies de convits en que hom donava tres plats i entremesos. Els referits plats solien estar constituïts per aus -gallines a l'hivern i pollastres a l'estiu- i "carns grosses" inespecificades. Com a complement, el rei manà que se servissin fruites tot i que *"no sia per metges molt approbat"*, però *"... se fan de bona costuma e en dinar e en sopar comunament són ministrades..."*.

Llevat d'aquest cas concret, els testimonis literaris i iconogràfics sovint ens parlen d'una "ètica" de l'alimentació en virtut de la qual el noble no sols menja molt sinó que, a més, ha de menjar molt o altrament és indigne de l'apel·latiu de noble. En el contingut de la dieta nobiliària la carn és un element bàsic i, haver-hi de renunciar per malaltia o per qualsevol altre motiu, era sinònim d'humiliació o de càstig. Així ho veiem en el capitular carolingi del 811,

on hom disposa que qualsevol detentor de càrrecs públics que no es presentés amb les pròpies armes allà on fos requerit, s'havia d'abstenir de carn i vi tants dies com hagués fet de retard.

Tots aquests exemples evidencien com l'alimentació no és solament un fet biològic, sinó àdhuc un sistema de comunicació amb un clar i definit valor informatiu: la quantitat i la qualitat -no ho oblidem- del menjar és un senyal de poder. Fins i tot l'àpat del senyor es converteix en un espectacle al que assistiran, admirats i admiratius, els seus súbdits degudament distribuïts en els grans i amplis tinells dels palaus.

L'ECLESIASTIC

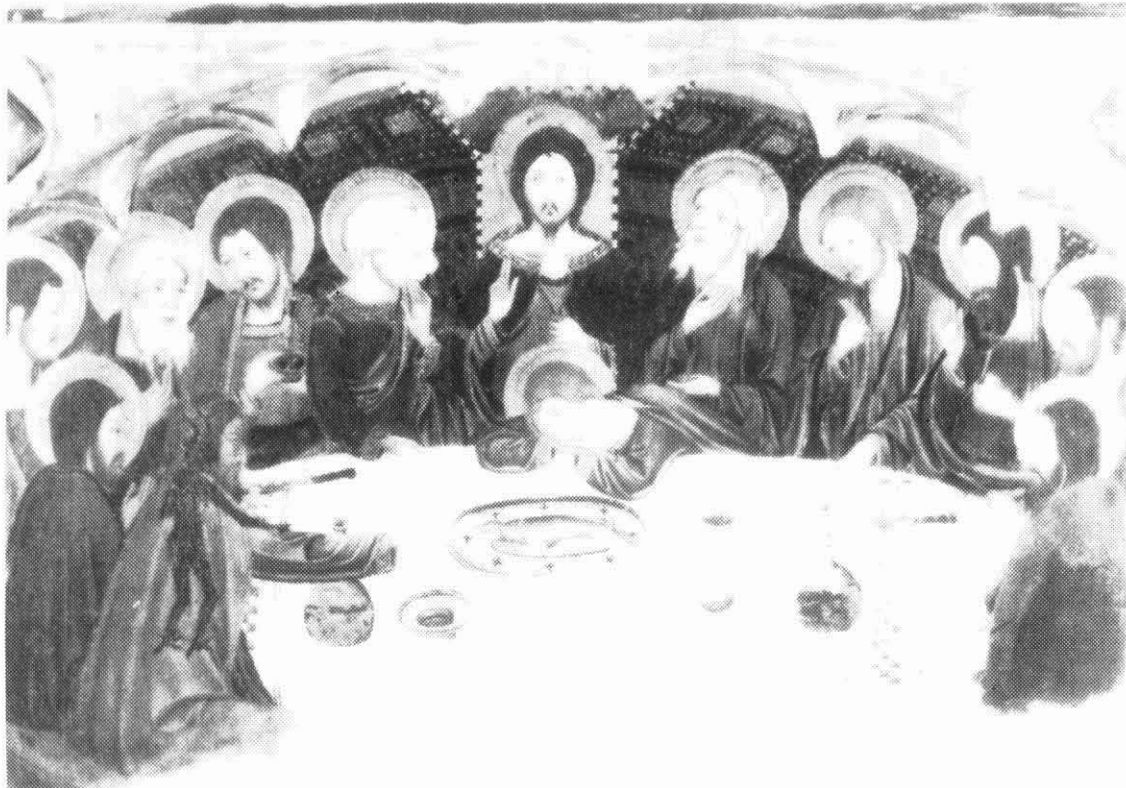
És evident que quan es parla del grup eclesiàstic medieval cal distingir entre la clerecia regular i la secular. Penso que és especialment en aquella, en el comportament oficial dels clergues sotmesos a una regla, on podem trobar el model alternatiu del nobiliari: menjar poc i quan toca és senyal de virtut i els valors més elevats són, a més, el dejuni i l'abstinència (ambdós, adoneu-vos-en, relacionats amb el menjar). En qualsevol cas, es troben les manifestacions més perfectes en les regles monàstiques, en els costumaris canònics o en les consuetes de les diverses comunitats. En tots aquests casos, i només

des del punt de vista qualitatiu, el model exalça com a aliment ideal no pas la carn -símbol de pecat- sinó els vegetals -senyal de puresa-.

Com a exemple, podem aduir la *"regula canonicorum"* de Sant Crodegang de Metz, observada entre els canonges regulars de l'alta Edat Mitjana; en ella s'estableix el servei de dos àpats, un al migdia i l'altre al vespre; aquell format per una sopa de verdures i sèmola de cereals, un tall de carn, guarnició, pa i tres copes de vi; el sopar era menys abundant i consistia en un trosset de carn o algun altre aliment i dues copes de vi. Tot plegat, encara que constitueix una dieta sòbria sembla que deuria ser força o excessivament abundosa en proteïnes i greixos, atenuats per les llargues etapes de dejunis i abstinències.

A la baixa Edat Mitjana, les dietes dels frares, àdhuc els d'ambient urbà, continuaven tenint les verdures com a component important dels àpats, cosa que explicaria la necessitat de comptar amb un ampli hort al redós del convent. El pa i el vi serien els aliments fixes mentre els productes vegetals oscil·larien d'acord amb l'estació agrària; quan la carn s'autoritza veiem com és el moltó el tipus consumit més important i en menor quantia el cabrit o la volateria, considerats sovint com a carns precieuses.

Francesc Eiximenis deia en el *"Terç del Crestià"*: *"Lo religiós en son monestir deu usar de menjars*



Retaule de Sigena.
Jaume Serra (1394).
Sant Sopar. Museu
d'Art de Catalunya
(Barcelona).

grossers e no delicats, e deu usar en totes coses d'açò que és comú a tots, axí com de viandes comunes en pa e i e carn e peix, e no menjar comunament res especial ne preciós, així com és pa singularment pastat, o haver comunament vi especial ne carns precioses així com són perdus, gallines, coloms e altra carn de ploma ne peix de tall". Tot un programa dietètic per als clergues regulars.

EL CAMPEROL

Aproximar-nos a la dieta del camperol exigeix, d'antuvi, remarcar alguns supòsits, car hom ha imaginat sovint que la dieta dels camperols estava basada fonamentalment sobre els cereals i el consum de pa. Però el cert és que aquest grup social -i en especial a l'alta Edat Mitjana- tan sols tenien accés ampli als cereals secundaris menys exigents que el blat: l'ordi, el sègol i la civada són usals a les terres de muntanya, i al pla sovint es conreava un blat barrejat (mestall). Amb aquest o amb aquells es feien les farinetes que, combinades amb alguns tipus de carns o altres productes vegetals, esdevenien la font més important de l'alimentació. Molt unida a la nutrició camperola alt-medieval, apareix l'olla de terrissa on la sèmola de cereals, llegums, verdures, llard i carns feien una sopa o escudella que

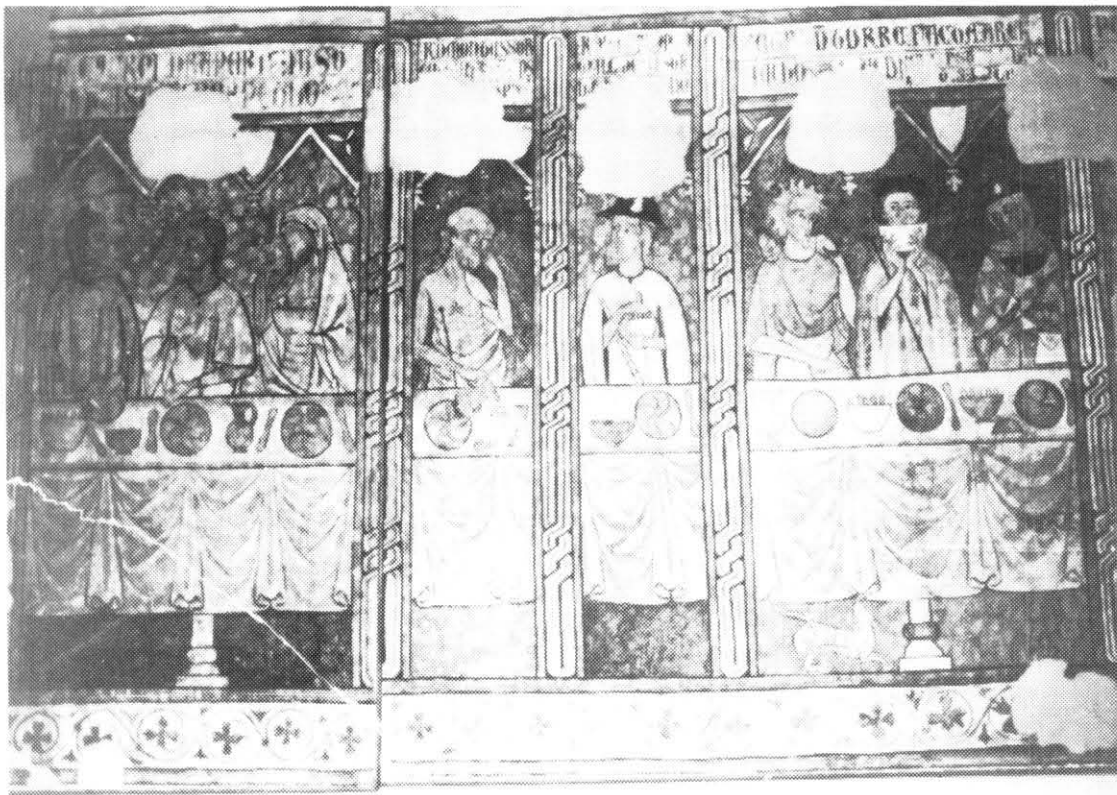
devia constituir habitualment l'únic plat de molts dels àpats pagesos. La carn consumida provenia dels ramats menors i de la caça (aus, conills, llebres...) i cal dir que, els testimonis arqueològics no ens confirmen pas la creença d'un consum preponderant del porc. A través dels censos observem com deuria ser important l'elaboració dels formatges i de matons, derivats de la llet de cabra i ovella -més que no pas de vaca-; tots aquests aliments esdevenen sovint el succedani de la carn, amb prou paladar, qualitat i capacitat nutritiva com per a que una bona part de la producció fes cap a les taules dels senyors.

En temps de magre (abstinències) també els ous i el peix complien un paper fonamental, especialment el peix fàcil d'obtenir en els rius o en les rescloses dels molins, tot i la prohibició o els controls dels senyors: la truita i l'anguila, fresques, salades o fumades, apareixen sovint en l'àpat camperol, tant com pot trobar-se en el menjar dels rics; com a exemple prou clar es pot fer esment de l'obligació de 4 masos de Prats de Molló (Vallespir), el 1151, de donar anualment al seu senyor -el comte de Barcelona- 2.100 truites salades, que deuriem ser una part -important si voleu- de les que conservarien en salmorra.

Tal com hem vist fins al nostre segle, els pagesos obtenien del bosc

i dels camps altres aliments: unes vegades es tracta d'aliments càrnics, com s'observa també a Prats de Molló, on veiem que el batlle reial es queda amb l'anca o perna de cada os mort, així com amb els galls salvatges que es puguin caçar al bosc, de la mateixa manera que el bisbe Guillem Guifré d'Urgell (a mitjans del segle XI) amenaçava els seus homes de Sanaüja que envaïen el seu bosc per caçar-hi llebres i conills salvatges amb la presa dels seus bous i vaques. Fet i fet, denota que l'aprofitament del bosc era un costum prou arrelat... i perseguit. També del bosc i del camp se'n treuen els aglans, castanyes, figues, mores i maduixes, nesptres i molts altres fruits silvestres; sense cap dubte no els deuria passar per alt l'aprofitament dels bolets, de gran riquesa proteica, consumits a l'acte o fora de temps gràcies a la seva conservació en salmorra o secs.

El vi no faltà mai en la dieta camperola. Amb ell s'obtenien calories ràpides i barates. Era present a qualsevol indret, fins els més alts com Andorra o la Cerdanya: arreu hi trobem vinyes, trulls i imposicions sobre el vi. Fins i tot l'arqueologia ens ha deixat testimoni de recipients de ceràmica específics per a contenir aquesta beguda, de forma esfèrica amb nansa lateral i un sol broc. Però la qualitat i les varietats dels vins seria molt diferent i incomparable amb la dels que corrien per la ciutat.



Pintura mural del menjador de la Seu de Lleida. Representa pobres i pelegrins hostatjats per la Pia Almoïna. S. XIV.

Recentment, Antoni Riera ha distingit dues etapes en l'alimentació camperola: l'anterior i la posterior a les invasions amirís. A partir del canvi de mil·lenni, els avenços territorials, la consolidació de la frontera i l'aparició d'excedents impulsaren els mercats rurals i l'augment de la producció. Justament, gràcies a haver de comptar amb una multitud de recursos, cap d'ells bàsic o preponderant, el pagès es féu més invulnerable a les èpoques d'escassetat, car era capaç de recórrer a qualsevol tipus d'aliment a l'abast. Fet i fet és un fenomen ben diferent al dels segles XIII i XIV, quan la producció se centrà sobretot en els cereals, i en fallar aquests, la manca de pa seria una de les causes de les fams i les mortalitats baix-medievals.

EL CIUTADÀ

La ciutat, a diferència del camp -de forma especial a la baixa Edat Mitjana- presenta uns trets propis pel que fa al seu sistema alimentari. D'entrada és el municipi qui té cura de l'assortiment dels principals aliments: pa, vi, carn, peix, ... Les ordinacions municipals són abundoses al respecte. Totes aquelles normes que coneixem per al "bon govern" s'ocupen amb més o menys intensitat d'aquesta qüestió; àdhuc un càrrec -el mostassaf- s'encarrega en nom del municipi

de comprovar la correcció de les mesures utilitzades per a la venda dels aliments, la seva bona qualitat i la correcció dels preus. Les ordinacions de Solsona, de 1434, poden servir-nos d'exemple de recopilació d'aquestes normes: en elles s'hi fixen les obligacions dels carnisers, la venda de coses prohibides, del peix, de les fruites, del pa, de les aus, a més de la correcta mesura de pesos i preus. Codificacions de normes d'aquest tipus se'n troben a molts indrets de Catalunya. En altre, però, les preceptives municipals o no es compilaren o eren simples mesures conjunturals proclamades pel Comú cada vegada que se'n presentava la necessitat; això passava en el cas de Cardona, on els jurats han de regular en diferents moments l'abast municipal, tant en pa com carn i peix, estableixen preus "polítics" i obliguen els comerciants a assegurar el mercat en uns mínims imprescindibles.

L'abastiment dels principals productes alimentaris a la ciutat n'asseguraven el sosteniment regular de la població llevat dels moments de fams i crisi. El mercat urbà garantia una major varietat d'ofertes així com la millor qualitat dels productes, que els pagesos s'afanyaven a vendre als mercats setmanals o quotidians celebrats als grans nuclis urbans. Varietat i qualitat que no vol dir excessos, tal com ho recorda Francesc Eiximenis en dir que "tota taula mesurada

e sens superfluïtat apar taula de Barcelona"; és a dir, a ciutat es pot menjar menys quantitat, però més variat.

Sens dubte, en el món urbà, l'alimentació es converteix en la principal despesa de les llars, així, una família barcelonina de 7 membres, la del mercader Ramon de Manlleu, l'any 1400 desprenia més de 56 lliures anuals, sense comptar-hi el vi, que era de collita pròpia. Aquest mercader necessitava anualment 4 bótes que devien mesurar més de 96 quarteres (d'acord amb les ordenances municipals); així podem pensar que la família consumiria un promig de 270 litres anuals per persona, que serien més per a les cinc adultes, i molt menys per als dos fills petits.

El menjar urbà, com el nobiliari i àdhuc -en alguns casos- l'eclesiàstic eren adequadament condimentats amb sal, espècies i salses. Aquestes últimes podien tenir gustos molt diversos i es feien amb components també variats com llet d'ametlla, canyella, safrà, panses i pinyons, etc. De fet, a totes les cases es troben relacionats morters per a picar-hi els components de les salses, fins i tot n'hi ha molts a la casa d'un rector de Cardona del segle XIV.

La dieta alimentària es complementaria amb dolços, figures i massapans, torrons i neules, tant a les taules de les famílies benestants com a les dels frares i altres eclesiàstics

Sant Sopar. Detall frontal de l'Altar de Soriguerola (Cerdanya) s.XIII-XIV. Museu d'Art de Catalunya (Barcelona)



de la vida urbana.

Cuina i menjar de ciutat solien tenir l'adequat parament, des dels mantells de taula fins a la vaixel·la formada per escudelles, fonts, safates, vasos, copes i gerros. La vaixel·la era de fusta o de terrissa ("obra de mèlica" es diu sovint) o de metalls preciosos, segons la categoria i la riquesa de la família. Les cuines comptaven amb una gran llar de foc, esclamal·ls o clamascles, olles i paelles, calders i tupins, tenalles, bancs, morters, neulers, i un ampli reguitzell d'eines complementàries que permetien la millora qualitativa dels àpats urbans.

ELS POBRES I ELS CAPTAIRES

Realment, no es pot pas dir que hi hagués una dieta pròpia per a pobres, captaires, passavolants i altres que viuen de la caritat pública. El nombre d'aquesta gent no deuria ser pas escàs al redòs dels nuclis urbans, tant a l'alta com a la baixa Edat Mitjana. El testament del bisbe Sal·la d'Urgell, de l'any 1010, disposa que s'alimenti (a pa i vi) per a remei de la seva ànima la quantitat de 500 pobres a cada una d'aquestes ciutats i viles: Solsona, la Seu d'Urgell, Sanaüja i Montanisell. La referència parla per si mateixa tant pel que fa al nombre de miserables com per la sobrietat de la dieta servida. Un tracte millor rebien, per exem-

ple, els pobres que acudien davant les portes de les canòniques de Cardona i Solsona on una porció canonical es repartia entre dos o quatre passavolants i era formada pels mateixos elements que els subministrats a cadascun dels canonges, fins i tot en carn.

A la baixa Edat Mitjana funcionaven en moltes de les nostres catedrals i parròquies de les Pies Almoineres, dedicades a servir quotidianament el menjar -o una quantitat en diners substitutòria- als diferents pobres, fixes o esporàdics, que acudien a cercar l'ajut eclesiàstic. Coneixem prou bé els casos de les catedrals de Lleida i de Barcelona, al segle XIV, on s'hi pot constatar la parquedat de la dieta, reduïda a un àpat

diari, però amb components variats d'acord amb el cicle agrícola i climàtic, això sí, amb una abundor extremada de pa i vi, com a aliment bàsic. Les pintures murals del menjador de la Seu Vella de Lleida, reproduïdes aquí, reflecteixen a bastament, com menjaven -a peu dret- els pobres medievals.

PRIM BERTRAN I ROIGÉ
Professor d'Història
Medieval a la
Universitat de Barcelona