

CUINA ROMANA

CURSET A GUISSONA

2009



Pep Salsetes

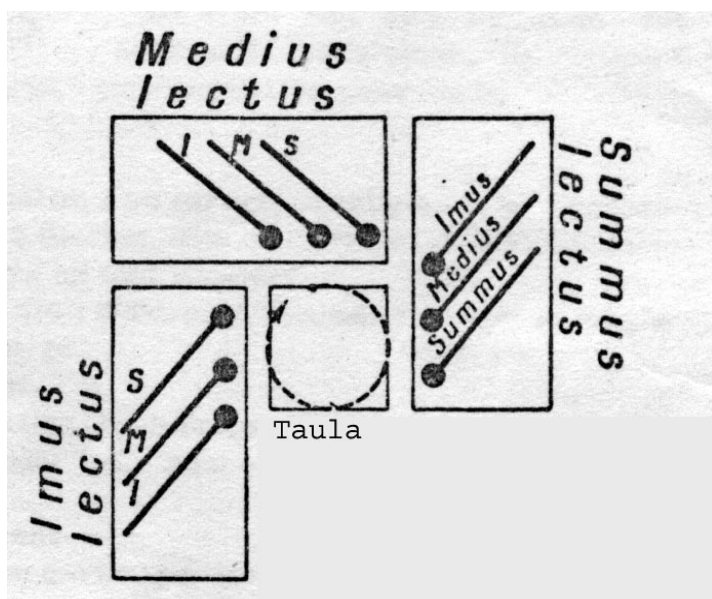
CUINA ROMANA

De la cuina grega en tenim molt poques referències escrites, de tota manera sabem que els grecs premiaven els seus cuiners i els immortalitzaven. De la mateixa manera que coneixem els set savis de Grècia, sabem que hi havia els set cuiners: **Agis de Rodes**, conegut pels seus peixos al forn, **Nereo de Quios**, per la seva sopa de congre, **Cariades d'Atenes**, pel seu plat d'ous en salsa blanca, **Lamprias**, per la seva sopa negra espartana, **Aftoneto**, a qui se li atribueix l'invenció dels embotits, **Eutino**, per la seva escudella de llenties i **Ariston** per la perfecció en l'elaboració de la dorada.

També hem llegit que tenien l'ús exclusiu durant un any de les receptes que s'inventaven.

No tenim coneixement de cap receptari de cuina grega però, sortosament, del que sí disposem és de "**l'Art de cuina**" de **Apici**, s. II de la nostra era on hi ha receptes de cuina romana.

Tan en el cas de Grècia com en el cas de Roma en els seus inicis eren pobles pastors amb una alimentació senzilla i directa, exceptuant el cas del etruscs, al nord de la península itàlica, que degut a la fertilitat de les seves terres, destacada i admirada per diversos autors de l'època, ja eren reconeguts per la seva cuina més variada i de luïment. És sobretot en l'època imperial on sorgeix una cuina més elaborada i a on ja es produeixen autèntiques disbauxes en els seus banquets.



Si llegim el *banquet de Trimalció* en el llibre *El Satiricón* de Petronio, veiem l'afecció per transformar els aliments per tal de que els peixos semblin carn i la carn peixos. També l'efectista representació dels plats com per exemple un porc farcit d'on surten ocells i botifarres cuites. Les presentacions espectaculars, la variació de centenars d'ingredients que en les disbauxes de Neró, Lucul, etc. es van consumir, en banquets que duraven diversos dies, tots els aliments coneguts

en aquell moment, tant els produïts a la zona com en totes les contrades de l'Imperi. En aquesta època se sap que es tancaven cales per criar peixos a mode de piscifactoria, que les oques se les engreixava amb figues per tal d'obtenir el fetge gras, que hi havia granges de cargols, cérvols, etc. Mentrestant el poble baix menjava el *pulmentum* farinetes de blat, pa integral, ceba, olives i formatge, entre poques altres coses.

Dels productes d'Iberia apreciats pels romans en destaquem tres: els pernills de la Ceretania (Cerdanya), el vi del Lauro (possiblement al Vallès, Llerona) i les salaons de Cadis.

Com que es dóna la circumstància que el llibre *De re Coquinaria* de l'Apici es troba amb una relativa normalitat, ja que darrerament s'han fet diverses edicions, ens centrarem més aviat a les receptes que vàrem fer al curset i que les podem derivar cap a la elaboració d'un àpat popular per la *Festa romana a Guissona*.

M. GAVII APICII DE RE COQVINARIA

NOTA SOBRE ELS ESTRIS DE CUINA I LES MESURES DE PES I CAPACITAT ROMANES

1. *Caccabus* (κάκκαβος). Es un dels estris més populars al text apicià. Nosaltres el traduïm per «olla», encara que el nostre concepte d'aquest estri i el romà no són exactament coincidents. La diferència bàsica rau en el fet que les olles romanes no tenien una base circular i plana, sinó més aviat cònica: això facilitava la subjecció en els trípodcs que les aguantaven sobre el foc. Es feien normalment de bronze o fang.

2. *Calathus* (κάλαθος). Es tracta d'un cistell fabricat amb jonc, on es solien guardar la fruita i els cereals. El seu ús culinari és ampli: hi havia *calathi* per fabricar formatge (la separació entre jonc i jonc permetia que el sèrum s'escolés i el formatge prengués forma) i d'altres per fer bullir algun aliment dins d'una gran olla, sense que es perdés pel fons.

3. *Clibanus* (κλίβανος, κλίβανον). Es un forn petit on es feia coure el pa i els pastissos, però que també podia servir per mantenir l'escalfor de plats i menjars, i fins i tot per escalfar habitacions: llavors esdevenia mòbil. Segons l'ús que hom li volgués donar, podia arribar a ésser construït en metalls preciosos. Consistia en una càmara arrodonida, amb una base més ampla que la part elevada i amb doble paret,

a través de la qual circulava l'escalfor que desprenia el foc encés a la part interior inferior. Petits forats a la part superior permetien la fugida dels fums.

4. *Colum*. De coladors a la cuina romana, en trobem de totes les mides i materials (la forma i ús no han canviat des de llavors), des dels petits coladors metàl·lics, que servien per depurar finament (perfums, per exemple), fins als grans coladors de jonc o espart, que depuraven grans quantitats d'oli o vi.

5. *Craticula*. Amb aquesta paraula se sol designar una graella, de mides força grans, que anava sobre el foc o la brasa, recolzada per quatre peus i amb una superfície només de barres horitzontals o de barres horitzontals creuades per verticals. Pel seu caràcter també mòbil, es feien imprescindibles dues barres llargues que servien per traslladar-la de lloc quan era calenta.

6. *Curcuma* / *cucuma*. Es tracta d'un altre recipient que servia per bullir aigua i per cuinar-hi habitualment. Encara que la seva forma no ens és exactament coneguda, pertany a la família de les «olles», per així dir-ho.³⁰

7. *Fumarium*. Tot i no ésser estrictament un estri de cuina, citem la paraula perquè la funció del que designa és prou freqüent en Apici. Es tracta d'una habitació de la casa, situada en el primer pis, on anava a parar el fum de la llar de foc o del forn, i on es penjaven aliments per fer-los fumar, o vi per escalfar, o fusta per assecar, etc.

8. *Furnus*. Parlem breument dels forns fixos a la cuina romana (també se'ls pot anomenar *fornax*, mot que més habitualment designava els «forns industrials», o *caminus*,...), per cuinar-hi o per coure-hi pa. Normalment no necessita-

30. Si més no, això és el que es despren d'alguna de les referències literàries d'aquest objecte. Per exemple, al *Satyr.* de Petroni, cap. 136, 2, *anumque pondere suo deiectam super foculum mittit. Frangitur ergo ceruix cucumulae ignemque modo conualescentem restinguit*: «la vella va caure amb tot el seu pes sobre el foc. Va trencar la tapadora de l'olleta (= *cucumula* < *cucuma* / *curcuma*) i va apagar el foc que tot just revifava» (= «el va apagar perquè l'olla estava plena de líquid»). També Sant Isidor, a *Etym.* XX, 3, parlant de *de uasis coquinariis*, cita el *caccabus* i la *cucuma* en igualtat de condicions.

ven grans instal·lacions (corrents d'aire, per exemple) i en tenien prou amb una construcció circular, en planta, voltada de totxanes que formaven una cambra d'aire calent que conservava l'escalfor. El fum trobava la sortida per una xemeneia, cap a la cambra superior, on sovint s'hi instal·lava el *fumarium*.

9. *Lanx*. Era un dels tipus de plat rodó i concau, amb prou capacitat com per dur força aliments a taula. El seu equivalent, en català, seria el que avui anomenem «plata».

10. *Mortarium*. Des de l'aparició del molí per moldre el gra, el morter minva considerablement de mida i passa a desenvolupar les mateixes feines culinàries que avui se li assignen. La preocupació fonamental era la tria del material amb què es construïa, sempre tenint en compte l'ús futur que se li hagués de donar.³¹

11. *Patina* (πατάνη, πατάνιον). Es una mena d'olla en forma de plata, còncaua i ovalada, amb dues nances a cada extrem de l'òval. Normalment amb tapadora, devia servir, en un principi, per coure-hi peixos, però del seu ús culinari més generalitzat, va acabar significant «plat cuinat per a dur a taula en el mateix estri de la cocció». L'utensili pertany a una família de cassoles més o menys ovalades (tipus *patella*, *lopa*), totes amb la mateixa funció i amb poques diferències entre elles (totes podien servir a la cuina, però també podien ser portades a la taula).³²

12. *Sartago*. Es la paella per fregir, feta normalment amb algun metall i que té una forma semblant a l'actual: arrodonida (hi ha algun exemple d'ovalada) amb un petit caient a alguna part de la paret, per poder-hi escolar el suc del fregit.

31. PLINI EL VELL, a la *Nat. Hist.*, XXXVI 43, dóna una petita idea d'algun dels materials utilitzats: pedra tebaica, anomenada *pyrropoecilon* o *psanarum*, pedra etèria, etc.

32. FLOWER-ROSENBAUM inclouen a la seva traducció *Apicius. The Roman Cookery Book*, Londres 1958 (1980), una introducció redactada per diverses persones, en la qual l'apartat IV, *Roman Kitchens and Cooking Utensils* (per Joan Liversidge), sol ser força aclaridor. En aquest cas concret, Liversidge distingeix fonamentalment *patella* de *patina*, només per la fondària de l'estri.

13. *Sporta* (*sportella*, *sportula*). Sense conèixer exactament la seva forma, tenia un ús idèntic al de les paneres ja mencionades abans: o bé s'hi guardava gra, fruita, etc., o bé servia per coure-hi aliments, submergint-la dins d'una olla.

14. *Trulla* (τροῦλλα). Es un estri de la família de les culleres (*cochleare*), amb un llarg mànec i un culler al final. Es, però, un objecte dubtós, perquè alguns testimonis literaris³³ fan que també es pugui identificar amb un got.

Heus ací les mesures de capacitat i de pes més sovint esmentades per Apici:

1. *Acetabulum* (ὄξις, ὀξύβαλον). Devia ésser, com el seu nom indica, un recipient destinat a guardar-hi el vinagre i d'altres condiments pel menjar. Com a mesura de capacitat per a líquids equivalia a $1/2$ *cyathus*, $1/4$ *hemina*, $1/8$ *sextarius*, $1/48$ *congius* i $1/384$ *amphora*. En xifres actuals seria 0,067 l. Per als sòlids, equivalia a $1/2$ *quartarius*, $1/4$ *hemina*, $1/6$ *sextarius* i $1/128$ *modius*.

2. *Cochlear* / *cochleare* (κοχλιάριον, ποχλιώρυχον). Es el més aproximat a la nostra cullera, amb un llarg mànec, una mica esmolat, per una banda, i un culler circular, per l'altra. Com a mesura de capacitat, un *cochlear* equivalia a $1/4$ *cyathus*, és a dir, a 0,0144 l.

3. *Cyathus* (κύαθος, κίαθις). El *cyathus* era un vas que s'utilitzava per prendre el vi de les bótes o dels craters i abocar-lo a les copes. Solia ésser metàl·lic, amb un llarg mànec per no haver de mullar-se les mans i els braços. No sembla probable que servís també per beure. D'aquest ús se'n derivava el de mida legal de capacitat. Com a tal, equivalia a $1/6$ *hemina*, $1/288$ *urna* i $1/576$ *quadrantal*, és a dir, 0,0456 l. Com a mesura per a sòlids, equivalia a $1/2$ *uncia* + 4 *scripula*.

4. *Hemina* (ἡμίνα), Foren els Grecs els que, en aquest cas, reberen i acceptaren l'*hemina*, mesura romana originada a Sicília. Equivalia a $1/2$ *sextarius*, $1/6$ *semodius* i $1/132$ *modius*, és a dir, 0,2736 l. Per als sòlids, equivalia a $1/2$ *sextarius*, $1/2$ *congius* i $1/48$ *urna*.

33. Cf. HORACI, *Sat.* II 3, 44.

5. *Quartarius*. Equivalia a $1/4$ *sextarius*, és a dir, 0,1368 l.

6. *Sextarius* (ξέστης). Era una de les mesures més usades entre els Romans i rebia diferents apel·latius segons el lloc on s'usava. El més habitual fou el de *sextarius urbicus*, «de la ciutat de Roma». Quan els Romans van adaptar el sistema duodecimal, el peu cúbic es va dividir en 4 dotzenes de *sextarii* ($=1/6$ *congius*). Com a mesura de volum, això equival a 538,892 mm³, equivalent aproximat de 20 *unciae* ($=543$ gr de vi). Al seu torn, el *sextarius* fou dividit en 12 parts anomenades *cyathi*.

7. *Libra*. La importància de la *libra* ve donada perquè és la unitat del sistema de pes duodecimal romà. En aquest sistema existia una equivalència entre la *libra* i l'*as*, el qual representava la unitat de referència superior respecte d'una unitat inferior ($1/12$), anomenada *uncia*. Les divisions de la lliura són *deunx* ($11/12$), *dextans* ($10/12$), *dodrans* ($9/12$), *bes* ($8/12$), *septunx* ($7/12$), *semis* ($6/12$), *quincunx* ($5/12$), *quadrans* ($4/12$), *triens* ($3/12$) i *sextans* ($2/12$). L'*uncia* també podia tenir les subdivisions de *semuncia* ($1/2$ *uncia* i $1/24$ *libra*), *sicilicus* ($1/4$ *uncia* i $1/48$ *libra*), *sextula* ($1/6$ *uncia* i $1/288$ *libra*). Si acceptem que el pes d'una lliura és l'equivalent actual de 327,45 gr (mesura normalment acceptada avui en dia), tindrem que les mesures més habitualment utilitzades en el text apicià són 1,136 gr (*scripulus*), 13,63 gr (*semuncia*) i 27,27 gr (*uncia*).

Suum unicuique. No volem acabar aquesta Introducció sense agrair l'ajut de les persones que han millorat aquest llibre: F. J. Cuartero, M. Gustà, J. M.^a Gómez Pallarès i la Marta, que em tolera tots els meus neguits filològics.

RECEPTARI

GUSTUM DE CUCURBITIS (Carbassons o albergínies farcides)

Encara que els carbassons venen d'Amèrica, tot i formar part de les cucurbitàcies, d'aquest grup, la carbassa de sopa, el meló i la síndria que sí coneixien els romans, podem fer la vista grossa ja que és un producte important de temporada.

Triats els carbassons o albergínies de mida regular els tallem a rodanxes d'una amplada de 5 cm., els buidem aprofitant les culleres de fer boles de meló i els posem al forn. Si la safata és convencional l'enmateguem bé, espolsant-la de pa ratllat per tal de facilitar el d'esmolat. Mentre, fem un sofregit amb carn picada de porc, ceba i porro i la molsa del què hem buidat. També hi afegim fonoll fresc o api, anet, coriandre, julivert, tot ben picat. També hi podem afegir bleda i bròquil, facultatiu. O barregem amb cigrons i ordi bullits amb una proporció de dos a un a mesura volumètrica.

Un cop tot cuit i ben barrejat, ho amanim amb el *garum* que, per lògica, suposem, que avui en dia és més fàcil utilitzar la sal d'un pot d'anxoves ben confitades, en comptes de buscar-lo en el cul de les ànfores.

La farsa la podem lligar amb rovells d'ou en calent, però fora del foc. Omplim els carbassons o les albergínies prèviament cuites i hi podem posar per sobre una mica de formatge tendre esmicolat o sec ratllat. Ho tornem a posar al forn fins que estigui perfectament conjuminat.

MUSTACEOS (Pans de most)

Del llibre d'Agrícolia de M. Porci Cató

CXXI. Fes pans de most² així. Arruixa de vi dolç un modi de farina de xeixa: afegeix-hi anís, comí, dos pòndols de llard, una lliura de formatge, i ratlla-hi vara de llorer, i quan hauràs pastat, posa-hi davall fulles de llorer. Aleshores ho couràs.

Donat que un “modi” de farina equival a uns 8,6 l de blat i que no ens diu si el formatge és sec o tendre, he cregut convenient fer una adaptació d'aquesta recepta a mides casolanes i a un gust una mica més actual.

¾ de quilo de farina (blanca o integral), 250 g de pasta mare, un got de vi dolç, comí anisat, comí castellà (un pessic de cada) 200g de formatge fresc, una cullerada de llard, un pessic de llorer en pols i fulles de llorer.

Desfem la pasta mare amb una mica d'aigua i el vi dolç o most, hi afegim un pessic de sal i el formatge fresc esmicolat, el llorer en pols i els comins i ho pastem amb la farina, afegint al final el llard. Formem una barra de pa posant-hi a sota les fulles de llorer. Quan ha doblat el seu volum, el posem a coure al forn.

Pasta mare: 20 g de llevat de forner desfets en 100 g d'aigua, un polsim de sal i 200 g de farina

D'aquest pa es va proposar fer-ne una coca plana guarnint-la amb les rodanxes de pastanaga i/o carbassa de sopa, tal com vàrem fer en el curset, fregint-les en oli d'oliva i un rajolí de vi o vinagre, pebre i *garum*.

Potser també quedaria bé posar-hi trossets de sardina o anxova per sobre i olives negres, tipus Caspe, sense pinyol. Tots aquests elements, que també utilitzaven els romans, ens recordaran una coca de recapte o una pizza actual.

PULLUM PAROPTUM CUM DACTILOS (Pollastre amb dàtils)

De la recepta de l'Apici *Salsa per l'estruç bullit*, hem canviat l'ingredient principal. Com que hi ha forces receptes de pollastre i, darrerament l'estruç, tant per preu com per escassetat no lliga amb els nostres objectius.

¼ de pollastre per persona, si és de granja o 1/8 si és de pagès. Posem els trossos a rostir al forn. Mentre tant preparem una salsa posant a fondre mel en una cassola, una cullerada petita per cap, i un gotet de vinagre. Més endavant hi posem vi dolç i dàtils sense pinyols, menta picada, pebre, i pessics de llavor d'api, comí castellà torrat i el *garum*. Per tal d'allargar la salsa, fem un brou amb herbes de caldo i els menuts del pollastre, potes, pedrers, cols, puntes d'ala, etc. que també podem haver torrat al forn, prèviament. Posem el pollastre rostit a la cassola cobrint-ho amb aquest brou, fins que sigui tou. Ho podem lligar amb sèmola de blat o d'arròs.

ASSATURAS IN COLLARE (Rostit de carn de coll de porc)

Aquí ens trobem davant d'una tècnica que es reproduïx més endavant de manera semblant a la nostra cuina catalana medieval, que és, primer bullir la carn i després rostir-la, el què s'anomena, en aquesta època, *mig raust*.

Suposem que aquesta tècnica es feia per reduir la cocció i estovar les carns que tant a l'època romana com la medieval no disposaven, lògicament, de càmeres frigorífiques, per reposar-la.

Primer bullim la peça de carn del coll en un brou vegetal i un grapat de figues seques. Ho deixem bullir de 20 minuts a mitja hora, després ho posem al forn en una greixera, acompanyat d'una bresa de ceba, fulles de llorer, cobrint la peça de carn amb unes cullerades de mel pels dos costats. També, en el curset, hi vàrem afegir unes prunes tendres, de manera que va quedar una salsa entre dolça i àcida.

LUCANIAE (Botifarres de Lucania)

750 g. de carn picada i 250 de cansalada, 12 g de sal d'anxova, 4 g. de pebre, 100 g. de pinyons, pessic de comí castellà, sajolida, ruda, julivert, baies de llorer o llorer en pols.

Un cop ben pastat s'emboteix en budell, mida botifarra. En l'època romana s'acostumava a conservar-lo fumat.

Actualment la podem fer al forn, sobre una reixa posant-hi a sota una safata amb un bon grapat d'herbes aromàtiques verdes com romaní o també fulles d'alzina.

POSTRES

A l'apartat de dolços casolans i llet especiada *Dulcia domestica et mellae* trobem que aprofitaven el pa de most o altra mena de pa, possiblement sec, sucant-lo amb llet i passant-lo pel forn i amanint-lo amb mel i un pessic de pebre.

TYROPATINAM (Tiropatina)

Per fer aquesta mena de flam o crema espessa al forn, recomanem posar en 1 litre de llet 6 ous sencers i 3 rovells.

Posem la llet a bullir barrejant-hi dues o tres cullerades de mel, un cop ben calenta hi barregem els ous batuts, per tal de que lligui. Ho passem a un motlle de flam on hi podem posar una mica de mel fosa a la part de baix i ho posem a coure al bany maria al forn fluix. Un cop cuit i fred ho espolsem amb pebre.

DACTILOS FRIGIS IN MELLE (Dàtils fregits en mel)

Un altre postre podria ser, i que es va proposar, dàtils farcits de nous. Consisteix en farcir dàtils amb nous, pinyons i pebre esmicolat. Els coïen dins de mel fosa.

BIBLIOGRAFIA

- *L'Art de la cuina*, Apici. Fundació Bernat Metge
- *D'agricolia*, M. Porci Cató. Fundació Bernat Metge
- *El Satiricó*, Petronio. Càtedra

En el cas de l'Apici, recomanem l'edició de la Bernat Metge, tot i que avui dia n'hi ha moltes edicions d'altres editorials, però trobem que aquesta és la més completa i fiable.