

ANTONIO RIERA MELIS, *ALIMENTACIÓN, SOCIEDAD,  
CULTURA Y POLÍTICA EN EL OCCIDENTE MEDIEVAL*,  
MASSIMO MONTANARI (PRÓLOGO), MADRID,  
EDICIONES TREA, 2021, 551 PÁGS.  
ISBN: 9788418105982

PABLO JOSÉ ALCOVER CATEURA  
Universidad de Alicante

En *Persiles y Sigismunda*, Miguel de Cervantes comenta que “los principios, amigo, son dificultosos”. Antonio Riera Melis fue el impulsor de la Historia de la Alimentación en el medievalismo hispánico en la década de 1980-1990, cuando numerosos académicos pensaban que este modo de hacer historia era “pequeña” y superflua. El presente libro es una prueba de que lo que comemos es un paradigma válido para comprender mejor y a fondo las estructuras materiales y mentales de una sociedad.

La obra consta de un prólogo de Massimo Montanari y nueve capítulos, recopilación de las publicaciones más innovadoras del autor, que han sido revisadas y actualizadas. En el prólogo, Montanari analiza la biografía intelectual del autor. Destaca que es el mejor historiador de la alimentación español por sus aportaciones heurísticas a la materia que han marcado el devenir de los estudios posteriores. Además, remarca su capacidad de trabajo, que tilda de impresionante, y la constante promoción de estudios, organizando congresos y apostando por proyectos innovadores de gran envergadura, como la edición interdisciplinar de los recetarios históricos en lengua catalana.

En el primer capítulo “De la mortificación al placer: la carne en las mesas medievales”, se estudia con detalle y precisión cómo a lo largo de la Edad Media la carne gozó de un gran prestigio gastronómico y valor simbólico, convirtiéndose su consumo diario en un distintivo de rango. La medicina culta contribuyó a la sobrevaloración de este alimento, al que admiró por sus excelentes propiedades y recetó como remedio para gran cantidad de enfermedades. Frente a los defensores de la carne, los ascetas, fieles a la herencia de los estoicos, reivindicaron el ayuno y la abstinencia y prefirieron el pescado. Su rigor no fue siempre constante y, por ello, se llevaron a cabo numerosas reformas en las órdenes regulares y seculares. Ambos modelos, el cárnico y el anticárnico, lucharon, pero ganó el primero, elevando el producto animal al más placentero, sano, la mayor fuente de salud y de fuerza física.

Más adelante, en “El vino en Cataluña, siglos IX-XIII”, el autor destaca el consumo del fruto de la vid en todas las edades y estamentos sociales, en cantidades y calidades

muy desiguales. Los campesinos buscaron caldos bastos locales que les daba fuerzas y les consolaba de la monotonía, mientras que los monjes bebieron moderadamente vino fino. Por otra parte, el resto de grupos sociales lo consumían según sus posibilidades económicas, siendo los vinos blancos dulces de importación los más caros y los blancos y tintos de la Corona de Aragón los generalmente más económicos. Por último, pero no por ello menos relevante, los médicos recomendaron su consumo, considerándolo un alimento, y le otorgaron efectos antisépticos.

Un alimento poco estudiado es el que ocupa el tercer capítulo “Producción y consumo de higos en la Corona de Aragón durante la Baja Edad Media”. La higuera arraigó con fuerza en los territorios litorales y isleños de la “confederación”, en aquellos lugares de clima benigno mediterráneo. Los higos se consumían frescos, como fruta de temporada; secos, se consumían todo el año y eran un producto de exportación; o cocidos, como un ingrediente básico o complementario en potajes y dulces invernales. No todos los higos tenían la misma calidad, siendo los de Mallorca y Alicante los mejores, los intermedios los de Tarragona, Tortosa y Denia y los menos cotizados, los de Castellón.

De productos populares se pasa a analizar los aromas del lujo, con una aportación sobre “Especias y sociedad en el Mediterráneo noroccidental en el siglo XII”. Condimentar no es alimentar. Las especias representaban el lujo por ser habitualmente de origen oriental y por ser superfluas en la comida, a pesar de mejorar el sabor de los platos. Campesinos ricos, clero, menestrales, artesanos y nobleza las utilizaban, siendo un claro indicador de rango social la cantidad, variedad, calidad y uso constante en la cocina. Mientras que los agricultores y otros sectores no privilegiados consumían básicamente la pimienta en algún momento especial del año y para elaborar embutidos de cerdo, la nobleza y clero disfrutaba también del jengibre, cardamomo y tantas otras delicias. Los médicos dijeron que su consumo favorecía la salud y alejaba la enfermedad. En definitiva, dentro de los sistemas alimentarios eran un producto cultural.

Un capítulo de gran interés es “El sistema alimentario como elemento de diferenciación social en la Alta Edad Media: Occidente, siglos VIII-XII”. Las mesas fueron, junto a las armas y vestidos, uno de los elementos para recalcar el rango de las clases dominantes. Los señores exteriorizaban su posición, virilidad y alegría comiendo reiteradamente a lo largo de la jornada. No comían solos, sino que comparten su mesa con familia y aliados. La mayor parte de la carne que consumen en período carnal proviene de sus bosques y yermos. También sucede lo mismo con el grano y el vino que proviene de sementeras y viñas de los mansos. Las especias, los vinos finos, junto con otros productos de lujo, se adquirían a mercaderes especializados. Frente a este modelo, los monjes proponían una vida basada en la moderación en todos los aspectos para conseguir salvar el alma. No se comía constantemente durante la jornada, sino en unos momentos determinados del día, regulado por las reglas monásticas, textos normativos que legislan sobre qué se puede y no comer. En el mundo de la Iglesia, el régimen alimentario frugal es el que imperaba, especialmente en las órdenes regulares, siendo las seglares más relajadas. Los payeses deseaban comer como los nobles, pero su dieta, por sus escasos recursos económicos, se parecía más a la de los monasterios, aunque era bastante variada. Du-

rante las carestías y hambrunas, que fueron constantes en este periodo, frutos frescos, bayas, setas y otros productos del bosque fueron habituales, substituyendo a los potajes de legumbres y cereales, carnes y pescados habituales.

Un apartado complementario al anterior es el siguiente “Jerarquía social y desigualdad alimentaria en el Mediterráneo noroccidental durante la Baja Edad Media: las cocinas y las mesas seculares”. Aquí se analiza detalladamente como entre los años 1110 y 1280, un conjunto de fenómenos heterogéneos pero convergentes, como el aumento constante de población, la instauración del orden feudal en el campo, la reactivación del comercio, el despertar de las ciudades, la difusión del uso de la moneda, el crédito y la difusión de una mentalidad económica más dinámica implicó profundos cambios alimentarios. Uno de los más importantes fue una dieta mucho más monótona para los estratos inferiores, que orbitaron su consumo alrededor del cereal y sus derivados, y una dieta más variada, que apostaba más por la calidad que la cantidad entre la nobleza y alto clero.

En “La alimentación en algunas reglas monástica hispanas de los siglos V y VII”, Riera Melis analiza la normativa eclesiástica, que es una de las pocas fuentes disponibles para el estudio de la alimentación monástica en la Alta Edad Media, la comida dentro de los refectorios. La ingesta de alimento debía ser frugal, con poca carne, para prevenir la lujuria, y evitar siempre la gula, sin platos copiosos y ricos en especias. Esto era porque el hambre desahogada era el primero de los vicios al ser el primer pecado de Eva, coger la fruta prohibida. La alimentación se basaba en legumbres, cereales, vinos y pescados. La fe en el valor expiatorio de las restricciones alimentarias era una idea ampliamente compartida en la comunidad monástica.

El siguiente capítulo “Cluniacenses y cistercienses en el siglo XII: dos concepciones del ascetismo, dos sistemas económicos, dos actitudes ante la alimentación” analiza cómo a través de la alimentación se reivindicaban las dos reformas de los benedictinos. En frente de una comida relajada de los cluniacenses, los cistercienses, particularmente con la figura de Bernardo de Claraval, apostaron por una mesa austera “para superar el hambre, no para agasajar el paladar”. Una actitud propia de los cistercienses era respetar el sabor de los alimentos, sazónándolos sólo con sal, basando su dieta en pan basto, las menestras de verduras y potajes de legumbres, que ocasionalmente eran substituidas por gachas. Por último, toda la información que se tiene sobre estas dos órdenes regulares es de los textos normativos y hagiográficos que ofrecen un paradigma, pero no el día a día de los monasterios.

El último apartado se titula “Crisis cerealistas, políticas públicas de aprovisionamiento y seguridad alimentaria en las ciudades catalanas durante la Baja Edad Media”. Entre los años 1300 y 1462 se produjeron 24 crisis, penurias y hambrunas por falta de cereales en la Corona de Aragón. Para paliar estas situaciones, las autoridades señoriales y locales apostaron por controlar el circuito urbano de grano, creando una única ruta controlada y fiscalizada, estableciendo un precio constante para la unidad de pan blanco e integral, aunque su peso podía variar. Con esta política se consiguió reducir las oscilaciones de los precios y atenuar en parte los terribles efectos de la falta parcial o total de cereal.

Así, los consistorios antepusieron la paz social y el prestigio institucional a la solvencia económica y a la estabilidad financiera.

Laurence Sterne, uno de los mejores escritores británicos del siglo XVIII, puso en boca de uno de los personajes de *Tristan Shandy* esta concisa máxima: “Las ciencias pueden aprenderse de memoria; la sabiduría, no”. La obra de Antonio Riera Melis esta llena de sabiduría, fruto de los intensos años de trabajo. No se alejarán de este libro sin sentirse más instruidos.