

# El Quijote como recetario culinario

⇨ Almodóvar



Se ha dicho en ocasiones que “El Quijote” puede leerse, al menos en parte, como un libro de cocina. También se ha señalado que su autor debió pasar sus buenas fatigas alimenticias, porque mientras se detiene y detalla las comidas de los humildes, pasa casi sobre ascuas y con descripciones generalistas por los banquetes de los poderosos.

Y aquí hay que tener muy presente que, entre la primera y la segunda parte de novela inmortal, publicadas respectivamente en 1605 y 1615, había aparecido, en 1611, uno de los tratados culinarios más influyentes en todas las cortes europeas: el *Arte de cocina, pastelería, bizcochería y conserjería*, de Francisco Martínez Montañón, máximo responsable de las cocinas de Felipe II y Felipe III. Aún así, el cerca de medio millar de recetas que constituyen el corpus coquinaro de esta obra, brillan por su ausencia en las páginas de “El Quijote”.

De manera que la novela inmortal de Miguel de Cervantes se constituye en un interesante muestrario de las

mesas medias y bajas que caracterizan el tránsito de la Edad Media a la Edad Moderna; ese periodo que conocemos como Renacimiento.

Como escribe Lorenzo Díaz en su libro *La cocina del Quijote*: “Podemos hablar, por un lado, de una cocina de necesidad, una culinaria de ribetes poco imaginativos y que correspondería a la pitanza de las clases populares y a una cocina de azar, una coquinería literaria llena de exóticos menús, de ricos asados y trufada de aromáticas hierbas”.

Como paradigma del primer apartado, habría que situar el ágape con el que unos cabreros obsequian al hidalgo manchego; y respecto al segundo, es forzoso colocar por encima de todo las míticas Bodas de Camacho. De ambos “acontecimientos” hablaremos en extenso más adelante.

De la importancia que Miguel de Cervantes concede al arte culinario en la cultura e historia de un pueblo, da

idea el hecho de que decida definir al personaje de su historia justamente a partir de sus hábitos alimenticios.

### UN MENÚ DE HIDALGO CON PENURIAS Y FALSAS APARIENCIAS

En el mismo inicio de la novela, concretamente en el segundo párrafo, se nos dice que Alonso Quijano disfrutaba cotidianamente del siguiente menú: “Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, y algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda”.

Sobre la olla y en aquella época se decía que: “*Vaca y carnero, olla de caballero*”, de forma que, de entrada, sabemos que estamos ante un caballero, pero sin duda muy venido a menos, porque la precisión de “más vaca” nos está diciendo que sus recursos son escasos, ya que en aquel tiempo el ganado vacuno se dedicaba a las labores del campo hasta que, reventado y viejo, no quedaba más alternativa que entregar a la olla sus aperreadas carnes.

El salpicón de la cena era una modesta preparación a base de cebolla cortada en ruedas, pimienta, sal y vinagre, que aliñaba las escasas sobras cárnicas del mediodía; un plato de recurso, una suerte de “ropa vieja”, propia y referente de hidalgos sin fortuna.

Respecto a los “duelos y quebrantos”, hoy todo apunta a que la denominación se referiría a un plato de huevos fritos con torreznos de tocino entreverado, que entraría dentro del grupo de alimentos conocidos como “grosura”, que castellanos y leoneses tuvieron el privilegio de consumir en sábado, como una forma de abstinencia atenuada sobre la que líneas más adelante daremos cumplida cuenta.

Con las lentejas de los viernes vamos complementando un retrato de cristiano viejo, que sigue y respeta los pre-

ceptos de la Santa Madre Iglesia, acatando de buen grado las normas de abstinencia de carne impuestas para ese día de la semana.

Lo del palomino dominical por añadidura, también nos remite a la condición de hidalguía del personaje y a los privilegios como el de poseer un palomar que ese título conllevaba en la sociedad de su tiempo.

Por último, con el dato de que consumía tres cuartas partes de su renta y hacienda en la manutención, nos hacemos idea de una situación económica no muy boyante y cercana a la de esos hidalgos, personajes frecuentes en la novela picaresca, que



**Respecto a los “duelos y quebrantos”, hoy todo apunta a que la denominación se referiría a un plato de huevos fritos con torreznos de tocino entreverado, que entraría dentro del grupo de alimentos conocidos como “grosura”, que castellanos y leoneses tuvieron el privilegio de consumir en sábado, como una forma de abstinencia atenuada sobre la que líneas más adelante daremos cumplida cuenta**

se lanzaban a la calle muertos de hambre, pero con la barba convenientemente rociada de migas de pan duro para dar la impresión de que terminaban de darse un atracón.

### EL RELATO DEL HAMBRE Y LOS FESTINES

Antes de entrar en menús, hay que subrayar que “El Quijote” es un relato donde el hambre sobrevuela hechos y peripecias. No en vano el lema de Sancho es: “Muera Marta y muera harta”.

La obsesión de los españoles humildes de la época, la inmensa mayoría de la población no es otra que la de llenar la andorga, y, si es posible, hasta atiborrarse; una filosofía nutritiva que vuelve a hacerse presente en la voz de Sancho: “... y para mí, como yo esté hartado, eso me hace, que sea de zanahorias o de perdices”.

Un hambre, omnipresente y feroz de la que el caballero andante, haciendo de la necesidad virtud, se convierte en apologeta: “La mejor salsa del mundo es el hambre, y como ésta no falta a los pobres, siempre comen con gusto”.

Hambre y desnutrición endémica debieron ser fieles compañeras de los campesinos que labraban los campos y de los pastores que acompañaban por valles y barrancos los rebaños de ovejas y cabras. De sus raciones nos habla “El Quijote” cuando el hidalgo se sienta a comer con unos cabreros que encuentran sentados en torno a una lumbre y un puchero donde cuecen tasajo o carne acecinada de cabra.

Don Quijote, ante el atónito asombro de los cabreros, empieza a discursarles sobre la dichosa edad de los siglos dorados: “No entendían los cabreros aquella jerigonza de escuderos y caballeros andantes, y no hacían otra cosa que comer y callar y mirar a sus huéspedes que, con mucho donaire y gana, embaulaban tasajo como el puño. Acabado el servicio de carne, tendieron sobre las zaleas gran cantidad de bellotas avellanadas, y juntamente pusieron en medio queso más duro que si fuera hecho de argamasa”.

Y en la antípoda del refrigerio pastoril, se nos presenta el espectáculo pantagruélico de las Bodas del rico Camacho, quien a pesar de que finalmente no logra desposarse con la bella Quiteria, organiza un festín popular por todo lo alto y que constituye un muy ilustrativo modelo de los ágapes patrocinados por hacendados rurales económicamente solventes.

Al sarao llegan los personajes cervantinos guiados por el hambriento escudero: “Lo primero que se le ofreció a la vista de Sancho, fue espetado en un asador de un olmo entero un entero novillo y en el fuego donde se había de asar ardía un mediano monte de leña; y seis ollas que alrededor de la hoguera estaban no se habían hecho en la común turquesa de las demás ollas, porque eran seis medias tinajas, que en cada una había un Rastro de carne: así embebían y encerraban en sí carneros sin echarse de ver, como si fueran palominos: las liebres ya sin pellejo, y las gallinas sin pluma que estaban colgadas de los árboles para sepultarlas en las ollas, no tenían número: los pájaros y caza de diversos géneros eran infinitos, colgados de los árboles, para que el aire los enfriase. Contó Sancho más de sesenta zaques de más de dos arrobas cada uno, y todos llenos, según después pareció, de generosos vinos: así había rimeros de pan blanquísimo como los suele haber de montones de trigo en las eras. Los quesos puestos como ladrillos enrejados formaban una muralla, y dos calderas de aceite mayores que las de un tinte servían de freír cosas de masa que con dos valientes palas las sacaban fritas y las zambullían en otra caldera de preparada miel que allí junto estaba”.

Sancho contempla todo aquello como si de una visión celestial se tratara y, ante su sorpresa e incredulidad, tras solicitar permiso para mojar en el caldo su mendrugo pan, el cocinero le dice: “Hermano, este día no es de aquellos sobre quien tiene jurisdicción el hambre, merced al rico Camacho. Apeaos y miras si hay por ahí un cucharón, y espumad una gallina o dos, y buen provecho os hagan. No veo ninguno – respondió Sancho. Esperad – dijo el cocinero – ¡Pecador de mí, y que melindrosos y par o poco debéis ser! Y diciendo esto, asió de un caldero, y encajándolo en una de las medias tinajas, sacó en él tres gallinas y dos gansos, y dijo a Sancho: Comed, amigo, y desayunaos con esta espuma, en tanto que se llega la hora del Yantar”.

De nuevo la dualidad del hambre frente al sobrenatural y monumental hartazgo, tan repetida en la familiar historia de los españoles.

### LAS MIL CARAS DE LA OLLA PODRIDA

El que fue invento gastronómico del siglo, la olla podrida, también aparece en “El Quijote”, por boca del escudero: “Aquel platonazo que está más adelante vahando me parece que es olla podrida, que por diversidad de cosas que en tales ollas hay, no podré dejar de topar con alguna que me sea de gusto y provecho”.



Más adelante, durante el tiempo en el que Sancho ejerce como Gobernador de la quimérica Ínsula de Barataria, vuelve a salir a escena cuando al escudero y por afán de divertimento están matándole de hambre, en mor, le dicen, del cuidado de su salud.

Pero el personaje se rebela y dice: “Lo que el maestra-sala puede hacer es traerme estas que se llaman ollas podridas, que mientras más podridas son, mejor huelen, y en ellas puedes embaular y encerrar todo lo que él quiere, como sea de comer, que yo se lo agradeceré y se lo pagaré algún día, y no se burle nadie conmigo, porque somos o no somos; vivamos todos y comamos en una buena paz y compañía, pues cuando Dios amanece, para todos amanece”.

La base de la olla podrida, cuyo nombre parece que deriva de “poderida”, por poderosa, en cuanto a la cantidad de productos que contiene, se dispersó en variantes regionales, adaptándose a los ingredientes del paisaje y a los gustos históricamente derivados de aquellos. Así, en Asturias y Galicia se prepara el pote, cuyo nombre evoca el recipiente en que se cocina; en Andalucía, el plato se llama puchero gitano o cocido “colorao”, dependiendo de que en su composición se incluyera tocino o chorizo curado en manteca “colorá”; en Cataluña se llama *escudella de carn i olla* o sencillamente *escudella*; mientras que en Madrid recibió el nombre de la forma de cocción: **cocido**, al que se añadieron las variantes castizas **coci** o **piri**

---

**La base de la olla podrida, cuyo nombre parece que deriva de “poderida”, por poderosa, en cuanto a la cantidad de productos que contiene, se dispersó en variantes regionales, adaptándose a los ingredientes del paisaje y a los gustos históricamente derivados de aquellos. Así, en Asturias y Galicia se prepara el pote, cuyo nombre evoca el recipiente en que se cocina; en Andalucía, el plato se llama puchero gitano o cocido “colorao”, dependiendo de que en su composición se incluyera tocino o chorizo curado en manteca “colorá”; en Cataluña se llama *escudella de carn i olla* o sencillamente *escudella*; mientras que en Madrid recibió el nombre de la forma de cocción: cocido, al que se añadieron las variantes castizas coci o piri**

---



llamente escudella; mientras que en Madrid recibió el nombre de la forma de cocción: cocido, al que se añadieron las variantes castizas coci o piri.

Aunque Cervantes no lo mencione expresamente, el desayuno habitual de estos hidalgos, refrigerio que se tomaba al alba o de muy buena mañana, consistía en torreznos de cerdo, seguidos de letuarios, en texturas de mermelada y de compota, normalmente a base membrillo o de cáscaras de naranja en miel con raspaduras de jengibre, fórmula que aún pervive en la cocina sefardí de la diáspora y que tiene su correlato manchego en el mostillo, dulce preparado con mosto de vino, harina, canela, piñones o almendras blancas.

Entre esta colación y la comida de mediodía, también merece una mención la costumbre, que se desarrolla durante el Renacimiento y que tendrá su máxima expresión en el siguiente siglo, de consumir “de ante” y como aperitivo los llamados “incitativos” o “llamativos”, por estar el conjunto compuesto de alimentos, como alcaparrones o tiras de bacalao, que incitan o llaman a beber vino.

Una de las anécdotas respecto a tal afición en el contexto de “El Quijote”, es que, dentro de este grupo llamativo o incitativo, se incluye el caviar. Así consta en la merienda que Sancho comparte con unos seguramente hampones y falsos peregrinos alemanes: “Todos traían alforjas, y todas, según pareció, venían bien proveídas, a lo menos, de cosas incitativas y que llaman a la sed de las lenguas. Tendiéronse en el suelo y haciendo manteles de las hierbas, pusieron sobre ellas pan, sal, cuchillos, nueces, rajas de queso, huesos mundos de jamón, que si no se dejaban mascar no se defendían de ser chupados. Pusieron así mismo un manjar negro que dicen que se llama cabial y es hecho de huevos de pescado, grande despertador de la colambre”.

Podría llamar la atención el hecho de que, en una merienda de apariencia tan miserable, con huesos mundos para chupar, se incluyera el aristocrático caviar, pero lo cierto es que en la España de entonces y en siglos posteriores la exquisitez se obtenía en abundancia de los esturiones que remontaban el Guadalquivir hasta el mismo puerto de la ciudad de Sevilla. De hecho, hasta la mitad del siglo XX, cuando la contamina-

# Creadores de SABOR





ción del río hizo imposible la vida de los esturiones en las aguas del río, existió una compañía española de conservas de caviar, cuya fabrica principal era *Doña Pepita*, instalada en Coria del Río.

Es probable que Cervantes conociera ya el caviar tras sus correrías por Europa como soldado, pero al mismo tiempo llama la atención que a lo largo de toda su extensa novela no aparezca ni uno solo de los productos llegados de América, teniendo en cuenta que, en 1615, cuando se publica la segunda parte de la obra, ya hay varios, como el maíz, la batata y las alubias o judías, bastante bien asentados en el consumo popular. Algunos especialistas en la obra cervantina apuntan a un posible despecho personal en tal omisión, puesto que don Miguel intentó varias veces, sin éxito, conseguir un destino oficial en el Nuevo Continente.

Así, en febrero de 1582 dirigió una carta a Antonio de Eraso, del Consejo de indias, para recabar algún puesto en América, aduciendo sus méritos en Lepanto y cautiverio en Argel durante cinco largos años, pero se le deniega por no haber vacantes. Ocho años después, en mayo de 1590, solicita la contaduría del Nuevo Reino de Granada, la gobernación de la provincia de Soconusco en Guatemala, la contaduría de galeras en Cartagena de Indias o la corregiduría de la ciudad de La Paz. Esta vez la respuesta del Consejo es que abandone la idea de colocarse en ultramar y se busque algo en la península con lo que “se le haga merced”.

Finalmente, la única merced que consiguió Don Miguel fue la ruina, pero muy probablemente gracias a ella, hoy el mundo puede leer y gozar con las aventuras del ingenioso hidalgo manchego.

#### GAZPACHOS, MIGAS Y OTRAS COMIDAS DE PASTOR

También por la pluma cervantina conocemos de lo frecuente que era el consumo de los gazpachos manchegos o de pastor, igualmente llamados galianos porque fue un bocado que fue surgiendo en las rutas de la trashumancia de ovino y caprino organizadas por la Mesta; una asociación con importantes prerrogativas y privilegios, tales como la exención del servicio militar, el derecho a testificar en juicios, y la preferencia de paso para el pastoreo. Como quiera que esas rutas se establecieron en buena medida sobre las antiguas calzadas romanas que iban a la Galia, se llamaron galianas y, por extensión, galianos fueron nominadas las tortas de pan sin fermentar que se acompañaban de rellenos a base de perdiz, conejo o liebre que los pastores iban dando caza durante sus largas caminatas.

Pastores trashumantes fueron también los más que probables inventores de las migas manchegas o ruleras, acaso herederas del *tharid* musulmán, tan apreciado en la culinaria andalusí, aunque en tierras cristianas se elaboraban con pan duro cortado en lascas, al que se añadían porciones de grasa de cerdo y torreznos para distinguir a los comensales como cristianos viejos, a los que nunca dolieron prendas a la hora de ponerse ciegos de *jalufu haram*.

Volviendo al debate sobre la composición de los “duelos y quebrantos”, mencionados en el segundo párrafo de “El Quijote”, hay que hacer hincapié en la curiosísima evidencia de una comida específica de sábado, que durante siglos constituyó una peculiaridad en los antiguos reinos de Castilla y León. La abstinencia de carne en sábado, común a los países católicos de occidente, se sustituyó en estas regiones españolas por una fórmula de abstinencia atenuada, en la que se podían comer los despojos y embutidos específicos, llamados “sabadeños” en Castilla y “sabadiegos” en León, considerados como “carne de segunda”, parece que aceptable a los ojos de Dios, libre de pecado y dentro del precepto.

La práctica de abstinencia atenuada o de comida de sábado no pasó desapercibida para los viajeros extranjeros que vinieron a España y algunos de ellos dejaron constancia escrita de su perplejidad y asombro. Eloy Terrón recoge un ramillete de menciones entre las que cabe destacar la de un noble bohemio, León de Rosmihal quien, a su paso por Burgos a comienzos del último tercio del siglo XV, escribe lo siguiente: “... los cristianos comen los sábados las entrañas o asaduras de los animales y se abstienen de otras carnes, y preguntándoles nosotros la causa de esto, nos respondieron que aquello no era carne aunque estaba en ella (...) en estos lugares encontramos por primera vez cristianos que comían carne los sábados”.

Curiosa matización la de “no ser carne, pero estar en ella”, que en el siglo XVII vuelve a llamar la atención al viajero portugués y profesor de la ilustre Universidad de Coimbra, Bartolomé Pinheiro da Veiga. En su visita a Valladolid, y tras quejarse de la escasez y mala calidad del pescado que circula en los mercados durante el tiempo de Cuaresma, dice: “La segunda y más notable cosa de Castilla en este género es que generalmente los sábados comen menudo y esto sin bula ni licencia alguna del Papa, más en fuerza de una costumbre casi inmemorial tolerada por los Sumos Pontífices, lo cual hasta cierto punto justifica el uso de aquel manjar en semejantes días. Porque menudo de puerco llaman al tocino, cabeza, pescuezo, lomo, pies, manos, orejas, rabo, asadura y demás partes internas de aquel animal”.



Atascaburras.

Nos consta que esta peculiaridad sobrepasó en algunos casos las fronteras castellano-leonesas. Por ejemplo, un documento de la diócesis de Lugo, emitido en 1669, autoriza a los feligreses a comer en sábado: "... todo género de grosura, y solas las extremidades de animales, como son cabezas, pescuezos, asaduras, vientres, pies, y manos, sangre, y salazones de puerco".

En alguna ocasión, a lo largo de los siglos, la autoridad religiosa intentó poner freno a este abuso legalizado por la costumbre; entre otras cosas porque parece que algunos feligreses, no satisfechos con el pie, se tomaban la mano. Por ejemplo, en 1566, el obispo de Sigüenza trató de imponer su encarnada autoridad alegando: "Y porque hemos sido informados que, de pocos años a esta parte, allende de comerse el sábado cabezas, pies y lo de dentro del puerco, se ha comenzado a introducir el comer los tocinos, especialmente en fresco, prohibimos el comer de aquí en adelante parte de los dichos tocinos, fresco ni añejo".

Pero la pastoral tuvo poco o ningún éxito, como lo prueba el hecho de que en el siglo XVIII todavía existía esta costumbre. Lo menciona la condesa D'Aulnoy al hablar de bulas y de la excepción del sábado: "Encuentro bastante singular el que coman ese día las patas, la cabeza, los riñones, y que no se atrevan a comer otra cosa del mismo animal".

Entre los despojos y grosuras se incluían los hígados, las mollejas, los menudillos, las alas y pescuezo de las aves de corral, así como la cabeza, las patas y o pezuñas, el vientre o la asadura de reses o animales de casa. De esta tradición proceden platos y preparados singu-

larísimos, entre los que se incluyen los callos, con o sin garbanzos, comunes a gran número de regiones españolas, los menudillos, las chanfainas extremeñas, las criadillas rebozadas que volvieron loco al caballero Casanova durante su estancia en Madrid, los zarajos conqueses, o las madrileñísimas gallinejas y entresijos.

Y en ese paisaje es obligado incluir las ventas, ventorros y ventorrillos, que tantas veces aparecen en la aventura quijotesca y donde el casi único plato es el bacalao cecial. Cuando el hidalgo llega a la venta, las mozas le ofrecen una cena de viernes: "... y no había en toda la venta sino unas raciones de un pescado, que en Castilla llaman abadejo, y en Andalucía bacallao, y en otras partes curadillo, y en otras truchuela (...) pusiéronle a mesa a la puerta de la venta por el fresco, y trújole el huésped una porción de mal remojado y peor cocido bacallao, y un pan tan negro y mugriento como sus armas".

También es común en "El Quijote" un plato que ha llegado hasta nuestros días en receta similar a la que define el Diccionario de Autoridades: "Un género de comida compuesta de harina y miel, suelta con agua, y cocida al fuego. Algunos añaden azeite, arrope, ajos fritos, u otras cosas, conforme al gusto de cada uno". Como dice el viejo refrán: "Gachas, puches o poleás que de las tres maneras se llaman las condenás".

Recetario pues, "El Quijote", de hambrunas y necesidades a las que el hidalgo manchego intenta dar un sentido salutarífico aconsejando a su fiel compañero de correrías caballerescas: "Come poco y cena más poco, que la salud de todo el cuerpo se fragua en la cocina del estómago". ■