

ANDALUCIA ISLAMICA

TEXTOS Y ESTVDIOS

DIRECTORES

J. BOSCH VILÁ

W. HOENERBACH

IV-V

(1983-1986)

**ANEJO DE
CUADERNOS DE HISTORIA DEL ISLAM**

GRANADA

1986

ANDALVCIA ISLAMICA
TEXTOS Y ESTVDIOS

DIRECTORES

J. BOSCH VILÁ y W. HOENERBACH

Colaboran en este número profesores del Departamento de Historia del Islam, de Historia Medieval y de Historia de la Medicina de la Universidad de Granada, de Lengua y Literatura Arabes de las Universidades de Córdoba y de la Complutense de Madrid, de Historia Medieval de la Universidad de Cádiz, de la Universidad de Bonn y de la Escuela de Estudios Arabes de Granada y del Instituto «Miguel Asín» (C.S.I.C.) de Madrid y del C.N.R.S. de París.

© ANDALVCIA ISLAMICA. TEXTOS Y ESTVDIOS,
de la Universidad de Granada.
Editado por el Departamento de Historia del Islam.
Núm. de ejemplares: 700

Depósito Legal: J. 154 - 1987 I.S.B.N.: 84-86029-03-1 I.S.S.N.: 0212-159X

Imprime: SOPROARGRA, S. A. - Polígono Industrial «Los Olivares», C/ Villatorres, 10 - JAEN

ANDALVCIA ISLAMICA

Textos y Estudios
IV-V (1983-1986)

S U M A R I O

	Págs.
In memoriam: Jacinto Bosch Vilá	9
I. El perfil humano	9
a) Don Jacinto, el «maestro»	9
b) Don Jacinto, el amigo	11
II. El perfil científico	14
Currículum vitae del profesor Dr. Jacinto Bosch Vilá.	18
A) Cargos universitarios	18
B) Títulos y honores	18
C) Premios y otras distinciones científicas	19
D) Asistencia a congresos y conferencias	19
E) Otros cargos	20
F) Actividades docentes fuera de la Universidad ..	20
Publicaciones del profesor Dr. Jacinto Bosch Vilá. Uni- versidad de Granada	21
I. ARTICULOS	
JACINTO BOSCH VILÁ-WILHEM HOENERBACH, <i>Las taifas de la Andalucía Islámica en la obra histórica de Ibn al-Jatīb: los Banū ‘Abbād de Sevilla</i>	25

LA ALIMENTACION EN LA ANDALUCIA ISLAMICA. ESTUDIO HISTORICO Y BROMATOLOGICO. II:

Carne, pescado, huevos,
leche y productos lácteos

EXPIRACIÓN GARCÍA SANCHEZ
Universidad de Granada

SUMARIO: Carne.—II. Pescado.—III. Huevos.—IV. Leche.—V. Productos lácteos.

I. CARNE

Producción

Tradicionalmente se viene exponiendo la teoría de que la ganadería, en oposición a lo que sucedía con la agricultura, era más abundante en los territorios cristianos que en el al-Andalus¹. Ello no se puede aceptar de modo tajante y, menos aún, en los primeros momentos de la llegada de los musulmanes, cuando extensas zonas de pastos y grandes rebaños quedaron bajo su dominio.

Es cierto que la carne formó parte importante de la alimentación de los habitantes de la España cristiana durante los largos siglos de la reconquista, pero la profunda conmoción que significó la casi total ocupación del país hubo de alterar, siquiera parcialmente, las reservas ganaderas. Poco a poco fue rehaciéndose el patrimonio pecuario y el ganado vacuno y, más aún, el ovino y el porcino fueron criados en territorio cristiano. En un principio, en el reino de Asturias, y luego en los de León y Castilla, la importancia de la ganadería acabó compitiendo con la de los cereales panificables.

* Debemos indicar que las obras o artículos ya citados en la primera parte de nuestro trabajo —ANDALUCÍA ISLÁMICA. TEXTOS Y ESTUDIOS, II-III (1981-1982), Granada, 1983, págs. 139-178—, aquí aparecen en forma abreviada.

¹ H. LAUTENSACH, *Geografía de España y Portugal*, pág. 197.

Este desarrollo se vio favorecido por la ventaja que suponía, en tiempos de escasez de mano de obra, el reducido número de personal necesario para su cuidado, aparte de la abundante reglamentación destinada a proteger y aumentar esta riqueza pecuaria. Tal difusión y aprecio explican que se utilizará el ganado de todo tipo como medio de pago, incluso en fechas posteriores al siglo XIII, pese al desarrollo de la economía monetaria².

El área andaluza, totalmente incluida bajo el dominio del clima de la Iberia seca, nunca ha podido ser muy rica en pastos. Pese a ello, en la época musulmana, las zonas de regadío, como las del bajo Guadalquivir³ y las laderas y faldas de macizos montañosos, entre ellos la Sierra de Segura⁴ y la Serranía de Ronda⁵, producían los suficientes pastos para alimentar un considerable número de cabezas de ganado⁶, número que fue en aumento al generalizarse la práctica del sistema de trashumancia⁷. Además, algunas de las tribus beréberes que se asentaron en al-Andalus⁸ trajeron nuevas especies, como es el caso del cordero merino que llegó con los meriníes o Banū-Marín, de los que tomó el nombre⁹.

² M.ª C. CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», pág. 260.

³ AL-ĤIMYARĪ, *Kitāb al-Rawḍ al-miṭār*, text., pág. 21, trad., pág. 27.

⁴ AL-ĤIMYARĪ, *Kitāb al-Rawḍ al-miṭār*, text., pág. 133, trad., pág. 160; AL-IDRISĪ, *Nuzhat al-muštāq*, text., pág. 188, trad., pág. 128.

⁵ IBN AL-JAṬĪB, *Miṣyār*, text., pág. 67, trad., pág. 139; AL-QALQAṢANDĪ, *Ṣubḥ al-aṣṣāʾ*, trad. cast. parcial por L. Seco de Lucena, *Ṣubḥ al-aṣṣāʾ fī kitābat al-insāʾ*, Valencia, 1975, pág. 29.

⁶ Otras zonas andaluzas ricas en ganadería, según las fuentes árabes, eran las siguientes: *Algeciras*: AL-RAZĪ, *Ajbār mulūk al-Andalus*, ed. por D. Catalán y M.ª S. de Andrés, pág. 104, trad. frac. por E. Lévi-Provençal, pág. 97; IBN GALĪB, *Farḥat al-anfus*, pág. 294; IBN SAĪD, *Kitāb al-Mugrib*, I, pág. 320; AL-ʿUMARĪ, *Masālik al-abṣār fī mamālik al-aṣṣār*, pág. 243; AL-QALQAṢANDĪ, *Ṣubḥ al-aṣṣāʾ*, trad. cast., pág. 28.

Dalías: IBN AL-JAṬĪB, *Miṣyār*, text., págs. 52 y 56, trad., págs. 116 y 123.

Niebla: AL-RAZĪ, *Ajbār mulūk al-Andalus*, trad. franc. por E. Lévi-Provençal, pág. 92; IBN GALĪB, *Farḥat al-anfus*, pág. 292.

Sevilla: AL-RAZĪ, *Ajbār mulūk al-Andalus*, ed. por D. Catalán y M.ª S. de Andrés, pág. 9, trad. franc. por E. Lévi-Provençal, pág. 93.

⁷ La trashumancia ya se practicaba en la Península Ibérica antes de la conquista musulmana, aunque se intensificó con la llegada de las tribus beréberes, para las que la ganadería constituía su principal modo de vida. Cf. J. VICENS VIVES, *Manual de Historia Económica*, pág. 107; N. PACHA, *Le commerce au Maghreb du XI^e siècle*, pág. 50.

⁸ Sobre los grupos beréberes asentados en al-Andalus, véase J. BOSCH VILÁ, «Establecimiento de grupos humanos norteafricanos en la Península Ibérica a raíz de la invasión musulmana», en *Atti del I Congresso Internazionale di Studi Nord-Africani* (gennaio 22-25). Cagliari, 1965, especialmente págs. 8-14; DUNNUN TAHA, «Abd al-Wāhid, «Istiqrār al-qabaʾil al-barbariyya fī l-Andalus», en *Awrāq*, IV (1981), 35-48.

⁹ Los Banū Marín o mariníes, procedentes de las tierras altas de Marruecos, pusieron fin a la dinastía almohade tras la conquista de Marrákuṣ (668/1269), imponiendo su dominio por todo el norte de Africa hasta mediados del siglo IX/XV. Cf. A. HUICI MIRANDA, *Historia política del imperio almohade*, 2 vols., Tetuán, 1956, II, págs. 617-620.

Los calendarios y tratados de agricultura citan bastantes animales, domésticos o salvajes, utilizados en la alimentación. Así, el *Calendario de Córdoba* menciona corderos, ovejas, patos, ciervos, camellos, gacelas, grullas, cabras, bueyes y otros.

Consumo

La información más precisa sobre los tipos de carne de mayor consumo y aprecio entre los andalusíes la encontramos en los tratados de *hisba*. A juzgar por estas referencias, la carne más apreciada era la de cordero, pero, como en el resto del mundo medieval, ésta quedaba reservada a las clases pudientes. Su carácter de alimento minoritario, claro exponente del *status* social, queda fielmente reflejado en un expresivo pasaje del *Kitāb al-harb*: «Se cuenta entre las maravillas del tiempo que había un rey llamado “Carne de Cordero”. Su importancia era grande entre todos los califas y sultanes y las almas se alegraban al encontrarlo y rogaban a Dios que alargase su vida... Se adecuaba convenientemente a cada temperamento, curaba las heridas del hambre y sólo servía a las gentes de dinero»¹⁰. También era apreciada la carne de carnero, típico animal medieval.

Continúa el *Kitāb al-harb*: «Tenía [el rey Cordero] un ministro llamado “Carne de Cabra”, del que ningún pobre se alejaba sin haber sido enriquecido; un emir llamado “Carne de Vaca”, que era el refugio de los ricos cuando perdían sus bienes; un chambelán inteligente y sociable llamado “Carne Escaldada” y muchos nobles, con los que departía alegremente, llamados “Carne de Gallina”»¹¹.

La carne de cabra, animal especialmente adaptado a terrenos pobres y secos y abundante en el área andaluza, era bastante consumida a nivel popular. Los bueyes, por su condición de animales de tiro, tenían un precio elevado y, por tanto, su carne era poco empleada en la alimentación; sólo cuando ya no eran útiles para el trabajo, su precio bajaba ostensiblemente.

Del cerdo, animal considerado impuro¹² dentro de las leyes religiosas

¹⁰ M. MARÍN NIÑO, «El “Kitāb al-harb”», pág. 148.

¹¹ Cf. nota anterior.

¹² Sobre los alimentos considerados impuros por las leyes islámicas, cf. M. RODINSON, s.v. *Ghidhāʾ*, en *E.I.*², II, págs. 1084-1086. Sobre prohibiciones alimenticias en general, véase *Le Coran*, trad. franc. por R. Blachère, 3 vols., París, 1947-1951, III, págs. 1.136-1.139; AL-BUJĀRĪ, *Les Traditions Islamiques*, III, págs. 654-680; CH PELLAT, s.v. *ḥayawān*, en *E.I.*², III, capítulo sobre *Los animales y el derecho musulmán*, págs. 315-318.

musulmana¹³ y judaica¹⁴, no sabemos si se consumiría, al menos en los ambientes rurales, dada la alimentación tan económica que exige y su aprovechamiento total. De los autores musulmanes analizados vemos, no sin cierta sorpresa, que Ibn Wáfid tiene un capítulo, el XCVIII, que «es de matar puercos»¹⁵.

En la España cristiana era más fácil a la oveja, al carnero y, sobre todo, al cerdo, antes que a los bóvidos, por las mismas razones que acabamos de exponer al referirnos a la Andalucía islámica. Debió de ser mayor el consumo de oveja, cuya cría estuvo muy desarrollada en Castilla¹⁶, además de su múltiple aprovechamiento. Enrique de Villena¹⁷ señala un buen número de carnes de ganado comestibles, bastantes de las cuales sólo se daban en Granada¹⁸.

¹³ En la ley coránica, sobre los cerdos ha pesado el mismo anatema divino que sobre los monos; su carne, al haber sido declarada de impureza legal, no puede ser consumida por los musulmanes. En el Islam, la ilicitud del consumo del puerco implica, *ipso facto*, la de la compra y cría de este animal, cuya presencia cerca de un orate anula la validez de su oración. Cf. *El Corán*, trad. cast. por J. Vernet, segunda edic., Barcelona, 1967, II, 168/173, V, 4/3, XVI, 116/115, págs. 28, 107 y 279; F. VIRE, s.v. *Khinzir*, en *E.F.*, V, págs. 8-10.

¹⁴ Tanto para los judíos como para los musulmanes, la prohibición del consumo de carne de cerdo tiene un origen común: el Antiguo Testamento (*Levítico*, XI, 17, *Deuteronomio*, XIV, 8). Dicha prohibición se debe, en buena parte, a razones de índole higiénica y de salubridad. Cf. E. L. BERTHERAND, *Médecine et hygiène des arabes*, Paris, 1855, págs. 270-275. Sobre las prescripciones alimenticias judaicas, en general, véase H. RABINOWICZ, s.v. *Dietary Laws*, en *E.J.*, VI, págs. 26-45.

¹⁵ J. M. MILLÁS VALLICROSA, «La traducción castellana del "Tratado de Agricultura" de Ibn Wáfid», pág. 300.

¹⁶ M.^a C. CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», págs. 261 y 264.

¹⁷ Enrique de Villena (1384-1434) fue miembro de la familia de los infantes de Aragón, una de las más ilustres familias de sangre real que brillaron en el último siglo de la Edad Media española. Aspiró repetidas veces al título de marqués, sin conseguirlo. La mezcla de ciencia y de superchería que hay en sus obras y su estilo latinizante y pedantesco, hacen de él una figura típica de la Edad Media.

El *Arte Cisoría*, obra que hemos analizado, la escribió en 1423. Es un tratado, a la vez, de gastronomía, de culinaria, de higiene alimenticia, de urbanidad y buena presencia ante el rey, en su mesa o en la de los grandes señores. La materia no era del todo nueva, aunque sí, al menos en Castilla, la manera de tratarla, con la serie de consideraciones y consejos que el autor dirige, tanto a los servidores como a los invitados, como al rey mismo. Sobre la biografía de este personaje, cf. el prólogo de su obra, *Arte Cisoría*, edic. por E. Díaz-Retg, Barcelona, 1948, págs. 11-66; J. CELADOR Y FRAUCA, *Historia de la lengua y literatura castellana* (desde los orígenes hasta Carlos V), ed. facsímil, Madrid, 1972, págs. 18-24.

¹⁸ «De las animalias a cuatro piés: bueyes, vacas, bufalos; estas ay en Granada: çicruos e gamos, enodios, corços, algaselas; tambien las ay en Granada; liebres, conejos, cabras montesas; hardas, puercos, lechones, cabritos, carneros, ouejas, cabrones, meflones; destos ay en Mallorca: camellos, nutrias, crisos, tasugos, cabras e los desta manera e los en conplisión semejante». Cf. E. DE VILLENA, *Arte Cisoría*, pág. 120.

Los tratados de *hisba* nos presentan toda la complicada reglamentación musulmana relativa al sacrificio de las reses y restantes animales utilizados en la alimentación, junto con las normas a seguir por los carniceros en la venta de carne¹⁹. Aparte de la prohibición del consumo de carne de cerdo, los musulmanes no podían comprar carne en las carnicerías de los cristianos y judíos²⁰.

Otro capítulo importante en el régimen alimentario de los habitantes de la Andalucía islámica lo constituían las aves y los animales de caza. Las volátiles debían ser bastante abundantes, a juzgar por las numerosas referencias que, sobre su cría, le dedican diversas fuentes. El *Calendario de Córdoba* menciona los patos, pichones, grullas, pavos reales, perdices, palomas y tórtolas²¹. Ibn Wáfid también habla de la cría de algunas aves: gallinas, ánsares, pavones, perdices, entre otras²². En los zocos había un lugar especialmente destinado a la venta de volatería²³, dado el volumen de su comercio.

Los tratados médico-dietéticos andalusíes enumeran bastantes tipos de volátiles, unas domésticas y otras silvestres: gallinas y gallos, perdiz, francolín, tórtola, paloma común, torcaz y zurita, pichones, gangas, palominos, codorniz, gansos, patos e, incluso, pájaros, como los gorriones y zorzales²⁴. Avenzoar añade bastantes tipos más a esa larga lista: avutarda y avestruz, aparte de algunas rapaces, entre ellas los cuervos, halcones, cernícalos, milanos, águilas y alimochos²⁵, entre otros, aunque estos últimos, pese a que indique sus propiedades bromatológicas, sólo los señala, en mi opinión, como una muestra de la riqueza de la fauna andalusí.

¹⁹ P. CHALMETA GENDRÓN, «El "Kitáb fi adáb al-*hisba*" de al-Saqati», págs. 166-171; E. GARCÍA GÓMEZ, «Unas "Ordenanzas del zoco"», núms. 22 y 24, págs. 280 y 281; E. LEVI-PROVENÇAL, *Documents arabes inédits*, págs. 92-96; R. ARIÉ, «Traduction des traités de *hisba*», págs. 204-209; E. LEVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, n.º 20, pág. 138.

²⁰ De hecho, parece que siempre estuvo vigente esta prohibición. Sin embargo, los musulmanes de la escuela *mālikī* consideraban lícito el consumo de carne de las reses sacrificadas por las «gentes del Libro» (*ahl al-Kitāb*). Cf. IBN ABÍ ZAYD AL-QAYRAWANÍ, *La Risāla ou Épître sur les éléments du dogme et de la loi de l'Islam selon le rite mālikite*, text. arabe et trad. franç. par L. Bercher, Alger, 1952, text., pág. 158, trad., pág. 159.

²¹ *Le Calendrier de Cordoue*, text., págs. 37, 48, 63, 77, 105 y 119 trad., págs. 36, 47, 62, 76, 104 y 118.

²² J. M. MILLÁS VALLICROSA, «La traducción castellana del "Tratado de Agricultura" de Ibn Wáfid», págs. 300 y 326-331.

²³ E. LEVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, n.º 112, pág. 135.

²⁴ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, págs. 132 y 133, *Colliget*, fols. 86r y 86v; AL-ARBŪLÍ, *Kalām ʿalā l-agḍiya*, fols. 91v. y 92v.

²⁵ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fols. 2r-5r.

El ave preferida en la España cristiana era la gallina, aunque sólo era muy consumida a nivel popular en la zona norte y en Galicia. Fuera de estas áreas era un alimento caro, reservado a las mesas lujosas; incluso, las leyes locales vendaban su consumo en las celebraciones de los vecinos. También se empleaban en la cocina ánsares, perdices y faisanes, todos como manjar delicado o de lujo. Junto a estas volátiles domésticas estaban las camperas, buen suplemento alimenticio para quienes vivían en áreas rurales²⁶. En la cocina refinada y cortesana se empleaba una enorme variedad de aves²⁷.

La carne de caza, abundante en la Andalucía islámica²⁸, constituía un considerable suplemento alimenticio de buena parte de su población. Junto con el conejo doméstico²⁹, el de monte era una carne muy apreciada desde un punto de vista económico, daba su frecuente y masiva venta en los zocos³⁰.

Por último, tenemos los despojos de reses y aves, carnes de inferior calidad y bajo precio, muy vendidos en los zocos y empleados en las cocinas más pobres. De su enorme consumo nos da cuenta al-Arbūlī, quien dedica dos apartados a tratar de los diversos despojos y sus propiedades, tanto de aves como de reses³¹.

Valoración bromatológica

Así como en el grupo de los cereales y, de manera especial, en el pan, hemos ido percibiendo una serie de cambios evolutivos a la hora de valorar los bromatológicamente, en el capítulo de las carnes no ocurre lo mismo.

²⁶ M.ª C. CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», págs. 269-273.

²⁷ Enrique de Villena señala un buen número de aves comestibles: «pauones, faysans, francelines; e destos ay en Aragon asaz; grullas, ansarones, abutardas, anades, siones, perdices, pardillas, palomas, torcasas, tortolas, codornises, fojas, gauinas, tordos, sorsales, çerçetas, golondrinas, gallos, capones, pollos, gallinas, pollas, alcarauanes, lauancos, anderomias, garças, gorriones, copadas e las semejantes a esas en sus sabores e complision». Cf. E. DE VILLENA, *Arte Ciso-ria*, págs. 119 y 120.

²⁸ Algunas poblaciones del reino nazarí, entre ellas Oria, Alhama, Illora y Montefrío, eran muy ricas en animales de caza. Cf. IBN AL-JATIB, *Mi'yār*, test., págs. 59 y 65, trad., págs. 127, 135 y 136. En Sierra Nevada también abundaba la caza, especialmente la mayor. Cf. AL-ZUHRI, *Kitāb al-Ŷa'rafiyya*, n.º 246, pág. 213.

²⁹ Ibn Sa'īd, recogido por al-Maqqarī, dedica unas líneas a hablar del conejo doméstico (*qunilya*) y de su abundancia en las tierras de al-Andalus. Cf. AL-MAQQARĪ, *Nafh al-tib min gush al-Andalus al-ra'f*, ed. por Muḥyi l-Dīn 'Abd al-Ḥamīd, 10 vols., El Cairo, 1367/1949, I, págs. 184 y 185.

³⁰ Sobre las distintas carnes de caza y de volátiles vendidas en los zocos, cf. P. CHALMETA GENDRÓN, «El "Kitāb fi ādab al-ḥisba" de al-Saqqāṭi», pág. 182; E. LÉVI-PROVENÇAL y E. GARCIA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, n.º 112, págs. 134 y 135.

³¹ AL-ARBŪLĪ, *alā l-agḍiya*, fols. 91r.-91v. y 92v.

Dejando a un lado, pese a su indiscutible importancia e influencia, las prescripciones religiosas, en este grupo alimentario intervienen, en mayor grado, las prescripciones religiosas, en este grupo alimentario interviene, en mayor grado, las motivaciones socioculturales y los gustos y hábitos alimenticios subjetivos de cada autor al fijar una escala de apreciación bromatológica, particularmente, dentro del ganado menor. Apreciamos, ante todo, entre los autores andalusíes, una opinión que valora esencialmente las condiciones geográficas y de producción por encima de otros elementos. Así, por ejemplo, estos autores se inclinan más a favor de la carne de choto, abundante en las tierras andaluzas. Aparte de estas posibles influencias de tipo geográfico-económico, no hallamos una justificación razonable para que, dentro de un mismo tipo de ganado (ovino y caprino) y, en las mismas condiciones de edad, sexo, pastos y raza, existan diferencias tales por las que se pueda afirmar la superioridad de unos sobre otros.

Todos los autores siguen la clásica teoría humoral; por tanto, cuanto más exacto sea el equilibrio entre las cuatro cualidades o elementos (calor, humedad, frialdad y sequedad), tanto más excelente será la carne. Otros factores que tienen en cuenta a la hora de determinar el grado de calidad de las carnes, son: digestibilidad, textura, sabor, olor, valor nutritivo y blandura, entre otros.

Entre los autores andalusíes, las carnes de ganado más apreciadas eran las de choto y cordero, aunque con ligeras variaciones. Para Averroes, la mejor es la de choto, a la que sigue, en la opinión de los «clásicos», la de carneros jóvenes y, según al-Rāzī, la de cordero; tras la carne de choto y borrego, Averroes señala la de ternero, más aromática que la de choto, aunque esta última genera un quimo de más calidad que la de cordero³².

Actualmente se suele emplear con frecuencia, en lugar de aroma, el término *flavour*, concepto complejo en el que se incluyen las sensaciones de olor, sabor, textura y, a veces, también caracteres externos visibles. Aplicado a la carne, el aroma normalmente se refiere sólo al sabor y al olor. Por otra parte, el sabor de la carne cruda reside fundamentalmente, según recientes estudios, en su jugo, que es débil, dulce, salino y similar al de la sangre³³; a él se superpone el de las especies, alimentos y ambiente del animal. También influyen las condiciones del sacrificio y de la maduración de la carne tras dicha operación.

³² AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 132, *Colliget*, fol. 86v.

³³ A. L. MONTES, *Bromatología*, I, pág. 224.

En la carne cocida, el olor y gusto característicos se deben a la destrucción de aminoácidos de las proteínas, particularmente de las fibras. De la combinación de los olores y gusto de todos los compuestos originales y originados en el cocido, resultan los de la carne. Las sustancias responsables del olor y sabor de la carne se encuentran, sobre todo, en los tejidos grasos; así, la carne de cordero posee un gusto y un sabor más alcalinos que la de vacuno y cerdo. En realidad, la apreciación, tanto del gusto como del aroma de la carne suele tener un carácter empírico en la mayoría de los casos, como ocurre en Averroes, y varía en función de los cambios del gusto del consumidor, en relación con los lugares y las épocas. Tal autor distingue, entre las carnes de superior calidad, dos grupos: unas, indicadas para dietas específicas, en las que incluye a los animales lechales, con mayor contenido en agua y muy fáciles de digerir; otras, para el régimen alimenticio habitual, entre las que recomienda las de añojos y, de manera especial, las de corderos, carnes de mayor poder energético que las de los animales lechales³⁴. En esta valoración coincide con otros autores, tales como Ibn Sīnā³⁵ e Ibn Bajjī³⁶.

En el contenido acuoso de los músculos de los animales influye la edad del animal: los jóvenes presentan una musculatura más rica en agua que los viejos y los desarrollados. La riqueza en proteínas es, relativamente, muy constante en todas las carnes, mientras que la proporción en grasa está en relación inversa a la tasa de hidratación. Por tanto, las carnes de los animales lechales son más ricas en agua y más tiernas, pero, a su vez, tienen menos grasa y proporcionan menos calorías. Todo ello puede ser el motivo por el que se recomienden las carnes lechales para determinados tipos de dietas, pero no para un régimen habitual y continuo.

En opinión de al-Arbūlī, la carne de cordero añejo es la más sabrosa y nutritiva, la de digestión más rápida y la más adecuada para el organismo

³⁴ AVERROES, ms. n.º 884/7 de El Escorial, fol. 76v.

³⁵ La carne de los corderos de dos años, según Ibn Sīnā, es sabrosa; por el contrario, la de los bueyes viejos engendra bilis y, en ocasiones puede producir enfermedades. Para el verano aconseja las carnes de chotillo y de cordero. Cf. IBN SĪNĀ, *Ur̥yza fī ḥijb*, núms. 167, 171-172 y 823, págs. 22, 23 y 65.

³⁶ Abū Saʿīd ʿUbayd Allāh b. ʿYibril Ibn Bajjī³⁶ (m. 449-450/1058) fue el último descendiente directo de una célebre familia siria dedicada a la medicina. En el *Kitāb Manāfiʿ al-ḥayawān*, una de sus obras, dice que «la carne de cordero es la más adecuada para el cuerpo humano»; por otra parte, «... la carne de cabrito preserva la salud y es más equilibrada que la de cordero». Cf. IBN BAJJĪ³⁶, *Kitāb Manāfiʿ al-ḥayawān*, trad. cast. por C. Ruiz Bravo-Villasante, *Libro de las utilidades de los animales*, Madrid, 1980, págs. 5 y 7. Sobre la biografía de este personaje, aparte del prólogo de dicha obra, págs. XIII-XVIII, cf. A. MIELI, *La science arabe*, n.º 23, págs. 122 y 126.

humano, junto con la de chotillo³⁷. De nuevo vuelven a aparecer, en la valoración de la carne, las apreciaciones subjetivas. Las carnes son especialmente valiosas por ser, fundamentalmente, proteicas y por poseer sus proteínas un alto valor biológico, aparte de sus propiedades aperitivas y de su buen sabor. Son, además, ricas en vitaminas del complejo B y en sales minerales; el contenido graso es variable, en general bajo, aunque alto en algunos tipos de carne, como la de cerdo y cordero. Es, precisamente, por este alto contenido en grasa que posee el cordero por lo que creemos que al-Arbūlī estima su carne como la más nutritiva³⁸.

Otra cualidad que este autor atribuye a la carne de cerdo es su facilidad de digestión, característica esta que depende, esencialmente, del contenido o riqueza de la carne en tejido conectivo y de la longitud de las fibras musculares. También depende de su contenido en grasa, variable tanto en función de la pieza de carne empleada como de su modo de preparación³⁹. Al-Arbūlī considera la carne de carnero hecho de más calidad que la de ovejas y borregos; esta última.

«... es tan viscosa, que sale del estómago antes de que se digiera totalmente»⁴⁰.

Con frecuencia se confunde la noción de digestibilidad con la facilidad de digestión, conceptos completamente distintos, y que al-Arbūlī distingue claramente. El primero indica la parte que realmente se absorbe por el intestino; es, pues, una noción cuantitativa que se traduce por el coeficiente de utilización digestiva. El segundo, es una noción cualitativa, de carácter puramente subjetivo, según la cual un alimento pesa o no, sensación que depende, esencialmente, del tiempo que el alimento permanezca en el estómago. Todos los alimengos del grupo II (carne, leche, huevos) tienen un coeficiente de utilización digestiva muy elevado (95%)⁴¹.

³⁷ AL-ARBŪLĪ, *ʿalā l-agḍiya*, fol. 90r.

³⁸ Una carne de cordero semi-magra tiene la siguiente composición: 56% de agua, 15,7% de proteínas, 27,7% de grasa o hidratos de carbono, 0,8% de cenizas y 317% de Cal., aparte de calcio e hierro. Cf. A. L. MONTES, *Bromatología*, I, págs. 232 y 233.

³⁹ Sobre los factores que intervienen en el grado de blandura de la carne y en su facilidad de digestión, véase J. TRÉMOLIERES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, págs. 46-47 y 57; A. L. MONTES, *Bromatología*, I, págs. 224-226; R. GRAU, *Carne y productos cárnicos*, Zaragoza, 1965, pág. 85.

⁴⁰ AL-ARBŪLĪ, *Kalām ʿalā l-agḍiya*, fol. 90r.

⁴¹ J. TRÉMOLIERES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, págs. 46 y 47.

A las carnes de vacuno menor, al-Arbūli les señala las siguientes propiedades:

«son frías y propensas a la humedad, aunque tienen una complexión bastante equilibrada y un quimo excelente. Las de vacuno mayor son recomendables para las personas que realizan trabajos pesados»⁴².

Efectivamente, estas carnes tienen menos agua y, al mismo tiempo, ganan en lípidos y prótidos.

El cerdo, como cabría esperar, dada su condición de animal impuro, no aparece en las obras médico-dietéticas, salvo raras excepciones. Avenzoar nos dice, expresamente, que no puede hablar del cerdo.

«... ya que la ley islámica lo impide»⁴³.

Aparte del significativo pasaje que, como anteriormente hemos observado, dedica Ibn Wāfid en su *Tratado de agricultura* a la cría del cerdo, Maimónides⁴⁴, citado en las notas marginales del *Kalām 'alā l-agđiya* de al-Arbūli, dice que

«el cerdo es el mejor de los animales cuadrúpedos»⁴⁵.

Para el autor del *Kitāb Manāfi' al-ḥayawān*, «su carne alimenta mucho»⁴⁶. Dentro de los clásicos, Galeno, entre otras muchas propiedades, tan-

to bromatológicas como terapéuticas, señala que la carne de cerdo es la más alimenticia de todas y muy adecuada para la época invernal y para quienes realicen trabajos pesados⁴⁷.

La carne de cerdo es más rica en grasa que las restantes, aunque varía de acuerdo con el tipo de músculo. Los músculos que desarrollan poca actividad tienen una mayor tendencia a presentar depósitos de grasa intercelular que los músculos del movimiento. Por esta causa, el jaspeado, fina interposición de grasa en forma de vetas entre los haces musculares, del que depende el grado de blandura, suele presentarse en los músculos del lomo y en la musculatura de los jamones. Este mayor contenido en grasa de la carne de cerdo y, por tanto, su mayor valor energético, hace que sea recomendable para quienes realizan trabajos pesados y para épocas de frío, tal como señalan algunos autores andalusíes y Galeno. La carne de cerdo posee también un apreciable contenido en vitaminas del complejo B, superior al de otras carnes. La composición y características de la grasa del cerdo dependen, en primer lugar, de la raza. También influye la comida que reciban los animales: si se alimentan con forrajes ricos en fibra, se produce una disminución del rendimiento en canal y de la grasa muscular, pero, en cambio, aumenta la carne magra; por el contrario, los pastos ricos en agua generan carnes poco aptas para ser cocinadas.

Por otra parte, los animales machos castrados exhiben un porcentaje de grasa (0,9%) mayor que las hembras. También existen ciertas diferencias entre los sexos en lo que se refiere al porcentaje en agua y proteínas. Así, las razas ligeras de cerdos presentan un mayor porcentaje acuoso y menos grasa y proteínas que las pesadas.

La totalidad de los autores analizados coinciden al catalogar a las carnes de animales viejos como frías, bastas e indigestas. En general, cuando se trata de animales de complexión seca, consideran que son de mejor calidad cuanto más jóvenes y, al contrario, si tienen una complexión húmeda o flemática. Efectivamente, los animales muy magros tienen una carne dura, seca y de consistencia demasiado densa; los animales jóvenes suelen dar una carne más tierna que los adultos. Pese a todo, es muy difícil describir exactamente el concepto de blandura de una carne, pues en él deben englobarse diversos caracteres organolépticos, como palatabilidad, consistencia, suavidad, jugosidad y cantidad y calidad de los residuos que quedan después de la masticación, junto con otros conceptos, naturalmente opuestos a los citados, tales

⁴² AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 90v.

⁴³ AVENZOAR, *Kitāb al-Agđiya*, fol. 4v.

⁴⁴ Abū 'Imrām Mūsā b. Maymūn b. 'Abd Allāh al-Qurtūbī, el célebre Maimónides, nació en Córdoba el año 529/1135. Cuando los almohades ocuparon su ciudad natal, se vio obligado a emigrar al norte de África, de donde marchó hacia Palestina, hasta establecerse definitivamente en Egipto. Aquí llegó a ocupar el cargo de médico real de la corte fátimí y, más tarde, siguió manteniéndolo con los ayyūbides. Precisamente, fue a uno de los miembros de esta nueva dinastía reinante, al hijo del sultán Saladino, al-Malik al-Afdal Nūr al-Dīn 'Alī, a quien dedicó su *Maqāla fī tadbīr al-ṣiḥḥa*, compuesta en el año 596/1198. Maimónides sobresalió en muy diversas ramas del saber: filosofía, astronomía, cuestiones religiosas judaicas, medicina, entre otras. Murió el año 600/1204. Sobre este autor, cf. G. VAJDA, s.v. *Ibn Maymūn*, en *E.I.*, III, págs. 900-902; J. LEIBOWITZ, «Maimónides: el hombre y su obra», en *Ariel*, XL (1976), 73-83; el mismo autor, «Maimónides en la Historia de la Medicina», en *Ariel*, XLI (1976), 37-52.

⁴⁵ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 90r. Esta cita está tomada de la *Maqāla fī tadbīr al-ṣiḥḥa*. Cf. MAIMÓNIDES, *Regimen sanitatis des —für den sultan el-Malik al-Afdhal*, faksimile der Ausgabe Florenz nach dem Exemplar der Bayerischen Staats-Bibliothek min cinem Vorwort, von A. Freimann, Heidelberg, 1931, pág. 12.

⁴⁶ IBN BATIŠŪ, *Kitāb Manāfi' al-ḥayawān*, trad. cast., pág. 23.

⁴⁷ *Tađkira quwā l-agđiya*, ms. n.º 870/1 de El Escorial, fols. 13r.-14r.

como dureza, aspereza y otros. Además, aunque los animales de mejor clase suelen proporcionar las carnes más tiernas, existen oscilaciones tan considerables en la clase de carne producida, que no puede decirse que exista una relación estricta entre blandura y especie de animal sacrificado. Es, por tanto, como ya hemos dicho, la operación de maduración de la carne, tras el sacrificio del animal, el factor que más influye en la blandura de ésta.

Las hembras, en opinión de estos autores, son más húmedas, menos calientes y de textura más viscosa que los machos; la carne de los animales castrados es más fría y húmeda que la de aquellos que no lo están, de textura más suave y de digestión más fácil⁴⁸. Para Ibn 'Abd al-Rabbihi, la carne de animales castrados es más nutritiva⁴⁹.

Pasando a la España renacentista, L. Lobera, a la vista de la diversidad de opiniones existente entre los autores que recoge —al-Rāzī, Galeno, Avicenna, Averroes e Ishāq al-Isrā'īlī⁵⁰, Isaac según él—, las analiza y resume, a la vez que expone la propia: «de todos los animales, las mejores carnes son las de carnero, ternera y cabrito... El carnero de un año o poco más es lo mejor; cabrito y ternera muy pequeños, que mamen»⁵¹.

En lo que respecta a las carnes de caza (liebre, conejo, ciervo, onagro, gacela, etc.), todos los autores, tanto andalusíes como orientales, las consideran bastas, secas y dañinas⁵², salvo raras excepciones⁵³.

⁴⁸ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fols. 90r.-91r.

⁴⁹ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-Iqd al-farīd*, VI, pág. 324.

⁵⁰ Abū Ya'qūb Ishāq b. Sulaymān al-Isrā'īlī, el Isaac Iudacus de los occidentales, nació en Egipto, aunque vivió en Qayrawān, ciudad en la que murió el año 320/932. Compuso varios tratados médicos, que fueron traducidos al hebreo; su obra contribuyó, de manera especial, a la transmisión de la cultura árabe a Occidente, a través de la Escuela de Salerno. Cf. M. ULLMANN, *Die Medizin im Islam*, págs. 137 y 200; C. BROCKELMANN, *Geschichte der Arabischen Literatur*, 2 vols., Weimar-Berlín, 1898-1902, más 3 vols. de suplementos, Leiden, 1937-1942, 2.ª ed. adaptada a los vols. de suplementos, Leiden, 1944-1949, S., I, pág. 421; G. SARTON, *Introduction to the History*, I, pág. 639; A. MIELI, *La science arabe*, n.º 23, págs. 119-120 y 122; A. ALTMANN, s.v. *Ishāq b. Sulaymān al-Isrā'īlī*, en *E.I.*, IV, pág. 116.

⁵¹ L. LOBERA DE AVILA, *Banquete de nobles caballeros*, págs. 49-52.

⁵² AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fols. 4r. y 4v.; AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 91r.

⁵³ Para Ibn Bajtīšū', «la carne de liebre es sutil y caliente; la de gacela, sutil y muy parecida a la de cabra». Cf. IBN BAJTĪŠŪ', *Kitāb Manāfi' al-hayawān*, trad. cast., págs. 31 y 35.

El grado de actividad realizado por los músculos influye decisivamente en su contenido en agua y en grasa. Los músculos en ejercicio son siempre más ricos en agua que los músculos en reposo o que se han ejercitado poco. Del mismo modo, los músculos que desarrollan poca actividad, tienden mayormente a presentar depósitos de grasa intercelular que los músculos del movimiento. Por esta causa, los animales de caza contienen muy poca o ninguna grasa intercelular y, por tanto, son menos succulentos, más secos.

Dentro del grupo de las volátiles, la carne más apreciada era la de gallina, especialmente la de gallinas jóvenes; Averroes la antepone a todas las carnes, incluidas las de ganado⁵⁴. En efecto, la carne de gallina tiene un contenido relativamente bajo de grasa, aunque algo más elevado que la de pollo, y un alto grado de digestibilidad⁵⁵. Tras ella, los distintos autores colocan la de perdiz.

La calidad de las restantes aves enumeradas, en mayor o menor número, según los diversos autores, suele depender del grado de humedad, es decir, de su contenido en agua y, por tanto, de su mayor o menor dureza. A los sesos de casi todas ellas les atribuyen la virtud de «agudizar la memoria e inteligencia» seguramente debido a su riqueza en fosfátidos.

Por otra parte, tales autores señalan a los pichones una cualidad un tanto curiosa: si se les dan a comer perlas y después se degüellan, salen las perlas pulidas⁵⁶. Ello se debe a que las perlas están constituidas por carbonato cálcico y, al entrar en contacto con los jugos gástricos de los buches de los pichones, el ácido clorhídrico de dichos jugos las disuelve, en parte.

Las aves silvestres son consideradas más secas y duras que las domésticas. Efectivamente, las primeras tienen un menor contenido en grasa que las domésticas.

Por otro lado, el grado de bondad o de utilidad de las carnes viene dado en función de las diferencias climáticas y del tipo de actividad del consumidor: para las personas de vida sedentaria, las mejores carnes son las de choto y las de gallina; para quienes realicen trabajos pesados, las de borrego hecho,

⁵⁴ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 132, *Colliget*, fol. 86r.

⁵⁵ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 105.

vacuno magra y ganado cabrío castrado⁵⁷. Es decir, que se tenía en cuenta el valor energético de las carnes, en relación con el desgaste de calorías, distinto para cada tipo de actividad muscular y de condiciones climáticas ambientales.

Por último, se citan las propiedades de los despojos, tanto de reses como de aves, carnes menospreciadas socialmente, aunque muy consumidas a nivel popular, dado su bajo precio, aparte de su riqueza en nutrientes. Actualmente, con el nombre de despojos se designan las partes del organismo del animal situadas en las cavidades internas, especialmente en el tórax y abdomen. Entre estos despojos se incluyen órganos tales como los pulmones, el hígado, los riñones, el corazón, la lengua, el bazo, los sesos, algunos de los cuales constituyen alimentos muy estimados, entre ellos el hígado y la lengua de ternera. Otros órganos internos tienen menos valor; tal ocurre con el estómago —incluido el de los rumiantes—, pulmones y bazo. Los despojos de menor valor son los intestinos, aunque, convenientemente tratados, se utilizan en su mayor parte como envolturas de embutidos (tripas). El corazón y los riñones son, después del hígado, los despojos que, como alimento, alcanzan una mayor demanda. Muchos de estos órganos son excelentes depósitos de vitaminas, aunque esto lo desconoce gran parte del público consumidor. Los órganos internos son naturalmente ricos en enzimas⁵⁸.

En la Andalucía islámica, prácticamente, se aprovechaban todos los órganos del animal, pues al-Arbūlī menciona las propiedades bromatológicas de los músculos, cabeza, sesos, tuétano, patas, orejas, criadillas, morros y ojos, entre otros. Ello denota, por una parte, la preocupación de los médicos-dietistas andalusíes por la alimentación de las clases populares y, por otra, la penuria de estos habitantes que tienen que recurrir al consumo de productos tales como los ojos u órganos nerviosos de los animales. De acuerdo con su papel biológico, los despojos difieren en su composición, lo que puede comprobarse mediante análisis. Los pulmones tienen un tejido más rico en agua que los demás órganos, a los que corresponden, frecuentemente, tasas de agua inferiores a la del tejido muscular.

Al-Arbūlī también distingue claramente el carácter de los despojos, concretamente del hígado, como alimentos de poca estima social, pese a su gran valor nutritivo. En efecto, el hígado de los animales sacrificados sanos es una

⁵⁷ AL-ARBŪLĪ, *Kalām ʿalā l-agḍiya*, fols. 90r y 90v.

⁵⁸ R. GRAU, *Carne y productos cárnicos*, págs. 50 y 51, trata la composición química de los despojos.

excelente fuente de vitaminas, especialmente A y D. En el hígado del cerdo y de los bóvidos, este contenido en vitamina A aumenta con la edad y el peso.

Los despojos, salvo raras excepciones, eran considerados nutritivos por los distintos autores, aunque secos y difíciles de digerir, en mayor grado los de las reses que los de las aves, por lo que se recomienda tomarlos aderezados con especias, adobos, sal y aceite. Las patas y morros, por ejemplo, son de escaso valor nutritivo, ya que no es fácil conseguir en ellos la hidrólisis de sus componentes proteicos.

Las carnes más apreciadas, y de ellas, especialmente la de cordero, como ya hemos dicho, eran artículos de lujo en los siglos medievales. Sólo en los grandes festejos y en contadas solemnidades tenían acceso a ellas las clases populares, las cuales únicamente podían recurrir a carnes menos estimadas o más abundantes —despojos, aves y caza— y, por tanto, más asequibles para las economías débiles.

Dentro de los platos elaborados con carne encontramos algunos muy consumidos, comunes a todos los niveles sociales, pues aparecen mencionados a la par en tratados de *hisba*, culinarios y médico-dietéticos; la única diferencia residía en la proporción o calidad de los ingredientes empleados. Atendiendo a la forma de cocinarlos vamos a distinguir, en este grupo de platos, tres apartados: a) carnes cocidas o escaldadas, b) asados, c) fritos:

a) *Carnes cocidas*.—Los guisos de carne cocida o escaldada eran muy populares, ya que admitían la posibilidad de emplear carnes de inferior calidad o trozos de segunda o tercera categorías, más baratos, aunque necesitan un mayor tiempo de cocción; estos tipos de carne, al ser más ricos en tejido conjuntivo, se deben cocer durante largo tiempo para conseguir que este tejido se transforme y la carne resulte tierna.

Los guisos de carne cocida con verdura, llamados genéricamente *baqliyyāt*⁵⁹ se contaban entre los más habituales preparados por los habitantes de la Andalucía islámica. Su composición era, básicamente, la misma: carne cocida con especias, a la que se agregaba algún tipo de verdura —espinacas, calabaza, nabos, col, coliflor, entre otros— que, a su vez, determinaba el nom-

⁵⁹ *Baqliyyāt*. Bajo este término se agrupan una serie de platos preparados con diversas verduras cocidas con carne. Cf. A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribí*, text., pág. 160, trad., págs. 179 y 180; IBN RAZIN AL-TUŪYĪBĪ, *Faḍālat al-jiwān fī tayyibāt al-ṭaʿām wa-l-alwān*, ed. por M. B. A. Benchekroun, *La cuisine andalou-marocaine au XIII^e siècle*, Rabat, 1981, págs. 64-71. Afortunadamente, para la elaboración de este artículo hemos podido utilizar la edición de la *Faḍālat al-jiwān*, obra que hasta ahora sólo conocíamos muy someramente, a través del extracto de la tesis doctoral del prof. F. de la Granja. A diferencia de *La cocina hispano-magribí*, aparece correctamente estructurada, muy cuidada.

bre específico del plato. Así, la *qar'ıyya* era el guiso preparado con calabaza, la *qunnabiyya*, el que llevaba coliflor.

Dentro de este grupo podemos incluir la *tafāyā*⁶⁰, guiso de carne cocida, en su forma más simple o sencilla, con agua, aceite, cebolla y un poco de sal⁶¹. Sin embargo, era el cilandro el condimento más representativo de este plato, introducido en al-Andalus por Ziryāb⁶², y el que diferenciaba los dos tipos de *tafāyā* (verde y blanca), según que el cilantro fuera verde o seco. Este condimento, ya empleado por los griegos⁶³, era uno de los más característicos y usados en la cocina del mundo musulmán oriental y occidental. En la España cristiana también se utilizaba, aunque parece ser que tenía sus detractores. Enrique de Villena recomienda al «cortador de cuchillo» que no lo use en sus comidas, porque produce mal aliento: «... sobre esto guardese deue de las cosas contrarias á las condiciones e costumbres dichas; en especial, de comer ajos, çebollas, puerros, e culantro...; e tales cosas fassen mal al resollo»⁶⁴. Tal condimento tampoco parece gozar del aprecio del doctor Laguna: «... se come en todos los potages y salsas el culantro verde del cual en todas las otras partes del mundo se recelan y guardan, como del capital enemigo de los sentidos y veneno muy pernicioso»⁶⁵.

En los tratados culinarios andalusíes, la *tafāyā* suele aparecer como un guiso complicado y de difícil preparación, hasta un extremo tal que servía para poner a prueba la destreza y habilidad de los cocineros⁶⁶. Desde el prisma bromatológico, era uno de los guisos más apreciados, considerado como uno de los más nobles alimentos, de los más equilibrados en cuanto a quimo

⁶⁰ El término *tafāyā* es un hispanismo, sinónimo del oriental *isfidabāya*, plato de origen persa, como todos los nombres terminados en *īm*, preparado con carne cocida con garbanzos, cebolla y especias. Cf. R. DOZY, *Supplément*, I, págs. 147 y 148; M. MARÍN NIÑO, «El “Kitāb al-ḥarb”», pág. 172; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 85-87, 118 y 119, trad., págs. 91-94 y 132-134; H. ZAYYĀT, «Fann al-tabj wa islāh al-ʿıma fi l-Islām», en *Maʿriq*, LXI (1947), 3; IBN RAZĪN AL-TUʿYĪBĪ, *Fadālat al-jiwān*, págs. 62-63 y 102; D. DE LA GRANJA, *La cocina arábigo-andaluza*, pág. 25; IBN AL-ḤAḤCHA, *Mans'uri*, n.º 18, pág. 3; E. GARCÍA SANCHEZ, «Preferencias gastronómicas de los granadinos», pág. 156.

⁶¹ AVERROES, *Kitāb al-Kullıyyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86r; AVENZOAR, *Kitāb al-Agdiya*, fols. 27v y 28r.

⁶² Parece ser que la *tafāyā* fue introducida en la corte del emir andalusí ʿAbd al-Rahmān II (206-238/822-852) por el célebre e intrigante personaje iraquí Ziryāb. Cf. E. LEVI-PROVENÇAL, *España Musulmana*, V, pág. 274.

⁶³ R. DE NOLA, *Libro de guisados*, pág. XXXIV.

⁶⁴ E. DE VILLENA, *Arte Cisoria*, pág. 89.

⁶⁵ C. E. DUBLER, *Materia Médica*, III, pág. 309.

⁶⁶ P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi adāb al-ḥisba” de al-Saqāṭi», págs. 381 y 382.

y el más adaptado a cualquier tipo de complexión⁶⁷. Hasta tal punto era válida tal cualidad que Ruperto de Nola ofrece tres recetas de «potaje con culantro», semejantes a la *tafāyā*⁶⁸.

Otros guisos preparados en los zocos, y que gozaban de gran estima entre los andalusíes, eran la *balāya* o *bilāya*⁶⁹ y las carnes de caza cocidas o escaldadas, en cuya elaboración también se cometían abundantes fraudes. Al-Saqāṭi menciona algunos, como el cocinar la *bilāya* sólo con hígados u otros despojos, agregándole mucho pan para aumentar su volumen y estimando el aceite y las especias⁷⁰.

Las albóndigas⁷¹ eran otro plato muy popular y vendido en los zocos, pero que en la cocina refinada no constituían, por sí solas, un plato único, sino un elemento más con el que se elaboraban complicados guisos⁷². Se las consideraba «muy alimenticias, de rápida digestión, fortificantes, buenas para los enflaquecidos, los viejos y los estómagos débiles»⁷³. Efectivamente, las albóndigas, a base de carne picada, son más fáciles de digerir porque, de esta forma, pueden actuar mejor sobre ellas los jugos gástricos y también su coeficiente de utilización digestiva resulta más elevado.

Otro amplio grupo de platos elaborados a base de carne eran los que se preparaban cociendo carne muy troceada con especias y bastante vinagre,

⁶⁷ A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text. pág. 85, trad. págs. 91 y 92; AL-ARBŪLĪ, *Kalām ʿalā l-agdiya*, fol. 92v; AVERROES, *Kitāb al-Kullıyyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86r.

⁶⁸ R. DE NOLA, *Libro de guisados*, págs. 62 y 63.

⁶⁹ La *balāya* o *bilāya* era un guiso a base de carne, corazón, hígado y tripas de oveja, todo ello muy picado y puesto a cocer con sal, cebolla, cilantro y aceite. Tras la cocción, la carne se sacaba del caldo y se freía; después se hacía una masa con la carne y la grasa, se le añadían huevos, almendras y especias y se ponía al horno. Esta receta se preparaba en Córdoba, Marrákuş y otras ciudades de al-Andalus y del Magrib. Cf. A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., pág. 49, trad., págs. 49 y 50; P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi adāb al-ḥisba” de al-Saqāṭi», págs. 179 y 180; R. ARIÉ, «Remarques sur l'alimentation», pág. 304; IBN RAZĪN AL-TUʿYĪBĪ, *Fadālat al-jiwān*, págs. 83 y 84. Esta última obra cita varias recetas de dicho guiso, una de ellas «llamada por los andaluces *qaliyya*».

⁷⁰ P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi adāb al-ḥisba” de al-Saqāṭi», pág. 181.

⁷¹ *Banādiq*, «albóndigas»; se preparaban con carne muy picada a la que se añadían bastantes especias. Una vez bien ligada la masa, se freían y se ponían a hervir. Sobre las albóndigas, véase IBN RAZĪN AL-TUʿYĪBĪ, *Fadālat al-jiwān*, págs. 94 y 95; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text. págs. 22-23 y 177-178, trad., págs. 17 y 200.

⁷² La preparación de algunos de estos guisos complicados, a base de albóndigas, la presenta A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 102 y 103, trad., pág. 113 y M. MARÍN NIÑO, «El “Kitāb al-ḥarb”», pág. 169.

⁷³ A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., pág. 87, trad., págs. 94 y 95.

sin añadirle agua, representados por el *sikbāy* o *mujallal*⁷⁴ y el *zīrbāy*⁷⁵. Estos platos eran considerados muy nutritivos y recomendables para las personas de carácter fogoso, para los jóvenes y, en general, para quienes necesitaran restar ardor a la sangre⁷⁶. R. de Nola ofrece también varias recetas de carnes en escabeche, entre ellas una a base de conejo⁷⁷.

Actualmente el vinagre es un producto de amplio y difundido uso como condimento y preservador de los alimentos. Creemos que el valor nutritivo de los diversos autores atribuyen a estos platos se debe, en parte, a las propiedades del vinagre, que actúa favorablemente en el ablandamiento de la carne⁷⁸. Por ello, Avenzoar recomienda cocer las carnes duras y, para ablandarlas, ponerles vinagre y dejar que hiervan durante un buen rato⁷⁹.

En general, el papel de la cocción sobre las carnes es positivo, ya que mejora su gusto, consistencia y digestibilidad, aparte de sus indudables ventajas económicas antes mencionadas. Sin embargo, la cocción origina graves pérdidas en el plano nutritivo; al cocer la carne en agua no sólo pierde humedad, sino también componentes solubles, como las grasas contenidas en ella, e hidrosolubles (vitaminas y minerales), aunque dichas pérdidas varían según los modos de cocción y las precauciones tomadas.

⁷⁴ *Sikbāy*, palabra de origen persa, posiblemente derivada de *sirka*, «vinagre». En el Magrib y en al-Andalus se usaba más el término *mujallal*, «a la vinagreta», que el de *sikbāy*, aunque ambos son sinónimos. Cf. R. DOZY, *Supplément*, I, pág. 389, s. v. *Mujallal*; IBN RAZIN AL-TUŪBĪ, *Faḍālat al-jiwān*, págs. 102 y 103; H. ZAYYAT, «Fann al-ṭabj wa iṣlah al-aṭ'ima», pág. 3; IBN AL-H'ACHCHA, *Mans'uri*, pág. 119, núm. 1098, s. v. *sikbāy*; M. M. AHSAN, *Social life under the Abbāsids*, pág. 83.

⁷⁵ *Zīrbāy*, plato de origen persa, semejante al *sikbāy*. En su preparación intervienen la carne, garbanzos y diversos condimentos, como la canela, el vinagre, el azúcar, las almendras, la pimienta, etc., según las recetas de la *Wuṣla* y de la *Faḍāla*. El *Kitāb al-ṭibāja* da una receta muy distinta, una especie de dulce de frutas, sin vinagre. La *cocina hispano-magribi* atribuye a este plato un gran poder nutritivo. Cf. M. RODINSON, «Recherches», págs. 134, 137 y 149; IBN RAZIN AL-TUŪBĪ, *Faḍālat al-jiwān*, pág. 102; H. ZAYYAT, «Kitāb al-ṭibāja», pág. 373; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 38 y 39, trad., págs. 36 y 37.

⁷⁶ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fols. 92v y 93r; IBN SĪNĀ, *Urŷūza fi l-tibb*, pág. 65, núm. 825; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 67, 94 y 112, trad., págs. 23, 103 y 124. Esta última obra, text., pág. 26, trad., págs. 21 y 22, cita un plato a la vinagreta (*mujallal*) «al que se le llama en el Algarbe comida de boda, uno de los siete platos usados en los banquetes en Córdoba y Sevilla».

⁷⁷ En la España cristiana se preparaban las carnes, especialmente las de caza, en escabeche. Ruperto de Nola da la siguiente receta: «Se asan y cortan los conejos, en una sartén se ponen dos partes de vinagre y una de agua, sal, aceite y gengibre y se cuecen los conejos». R. DE NOLA, *Libro de guisados*, pág. 142.

⁷⁸ R. GRAU, *Carne y productos cárnicos*, pág. 228.

⁷⁹ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 10r.

En los dos tipos de cocción que se empleaban en los guisos anteriormente expuestos —cocción propiamente dicha y escaldado— existen notables diferencias respecto a los cambios que experimenta la carne. En el primer caso, al poner la carne en agua fría, sus componentes solubles son arrastrados fuera de ella por el agua, en la que se dispersan proporcionalmente. Al final de este proceso osmótico se establece un equilibrio entre el agua de la carne y el agua que la rodea, con lo cual se obtiene un caldo sustancioso, pero una masa de carne bastante agotada. En el caso de la carne escaldada, sumergida directamente en agua hirviendo, el resultado es completamente distinto; también hay una extracción de las sustancias de la carne solubles en el agua, pero mucho menor que la producida en el primer caso. La carne así tratada resulta más jugosa y sabrosa, mientras que el caldo es mucho menos sustancioso que el obtenido al cocer la carne en agua inicialmente fría. Como contrapartida a estas pérdidas, la cocción de la carne permite, ante todo, una conservación más prolongada, al mismo tiempo que con ella se consigue un mejor aprovechamiento, ya que se aumenta la digestibilidad.

Hay que tener en cuenta que la carne, lo mismo que los otros alimentos comprendidos en el grupo II (pescado y huevos), es rica en fósforo, pero esta riqueza, unida a su pobreza en calcio, hace que sea un alimento acidificante. Un abuso excesivo de estos productos alimenticios, si no va unido a un suficiente consumo de alimentos alcalinizantes (productos lácteos, legumbres y frutas) puede ocasionar un desequilibrio mineral y favorecer la descalcificación⁸⁰. Así, la *maḍīra*⁸¹, plato preparado a base de leche agria y carne, constituye un expresivo ejemplo de cómo alcanzar este sabio equilibrio bromatológico.

Por tanto, estas diversas comidas populares a base de carne reflejan, aunque sea en forma empírica, una información bromatológica correcta. De una parte, las pérdidas en nutrientes producidas en la cocción se ven paliadas en cierto modo, ya que también se aprovecha el caldo, a la vez que aumentan los caracteres organolépticos de las carnes utilizadas, normalmente de inferior calidad, y la digestibilidad de las mismas. Por otra, las verduras y/o la leche que en frecuentes ocasiones se les añaden, consiguen que estos platos sean bastante completos en nutrientes.

⁸⁰ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 51.

⁸¹ Sobre la preparación de este guiso, véase IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-'Iqd al-farīd*, VI, pág. 291; IBN RAZIN AL-TUŪBĪ, *Faḍālat al-jiwān*, págs. 88 y 89; IBN AL-H'ACHCHA, *Mans'usi*, pág. 76, núm. 711; R. DOZY, *Supplément*, II, pág. 598; M. M. AHSAN, *Social life under the Abbāsids*, págs. 82 y 83; R. R. KHAWAM, *La cuisine arabe*, 1.^a ed., París, 1970, reimpr., 1983, págs. 48 y 49, núm. 54.

b) *Carnes asadas*.—Los asados eran, por regla general, alimentos de lujo, ya que se necesita una carne de primera calidad para que resulten sabrosos. Este carácter de alimento minoritario lo pone de manifiesto Ibn al-Jatib cuando recomienda a cierto almotacén: «...renuncia a los señuelos tentadores del asado»⁸². Sólo en ocasiones señaladas, especialmente en la fiesta de los Sacrificios⁸³, los consumían las clases populares, como un alimento de carácter simbólico o ritual⁸⁴.

En la España cristiana el cabrito era también un manjar de lujo, tal como se desprende de la afirmación de E. de Villena: «El cabrito, en grandes conbites, se suele dar entero, asado e, algunas veces, con aves menudas en el cuerpo, e otras relleno...»⁸⁵.

Una excepción, dentro de este grupo, lo constituían, como alimentos mayoritarios, la *asfida* y las carnes de caza asadas. La famosa *asfida*⁸⁶ andalusí consistía en unas varillas metálicas en las que se pinchaban trozos de corazón, hígado u otras clases de despojos, generalmente de cordero; tras rociarlas con manteca, se ponían asadas y, otras veces, fritas. Las carnes de caza, muy asequibles económicamente, se preparaban al horno, rociadas con salsa⁸⁷. Para los médicos-bromatólogos andalusíes, los asados eran muy nutritivos, aunque de digestión lenta, sobre todo el asado a la brasa⁸⁸; también

⁸² F. DE LA GRANJA, «La carta de felicitación de Ibn al-Jatib a un almotacén malagueño», pág. 474.

⁸³ *Īd al-fitr*, «fiesta de los Sacrificios». Esta fiesta, la primera en el calendario musulmán, es la que señala el final del ayuno del ramadán. Cf. E. LÉVI-PROVENÇAL, *España musulmana*, V, págs. 282 y 283.

⁸⁴ No comer carne de cordero asado en esta solemnidad era algo muy mal visto socialmente. Cf. F. DE LA GRANJA, «La “Maqāma de la fiesta” de Ibn Murābi‘ al-Azdī», en *Etude d'orientalisme dédiés à la mémoire de E. Lévi-Provençal*, II, págs. 471-475.

⁸⁵ E. DE VILLENA, *Arte Cisoria*, págs. 158 y 159.

⁸⁶ La *asfida*, pl. *suffūd*, era uno de los platos más característicos de los zocos andalusíes. Cf. R. DOZY, *Supplément*, I, pág. 655, s.v. *saffūd*; R. ARIÉ, «Remarques sur l'alimentation», pág. 304; E. LÉVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, pág. 140, núm. 124, obra esta última en la que se traduce el término *asfida* por «albóndigas». Los recetarios actuales también hacen referencia a estas típicas brochetas de creación árabe, los «espiedos» o «sfeds» (*lahm ‘alā l-suffūd*), cf. S. RAHHAL y A. ABBUD, *La cocina árabe*, págs. 98 y 99; Z. KAAK, *La Soffra ou la cuisine tunisienne traditionnelle*, pág. 70, núm. 180.

⁸⁷ Uno de los fraudes cometidos en la preparación de este guiso consistía en que los cocineros «...rociaban la caza con aceite coloreado de azafrán, metiéndola al horno sin salsa. Le dan vueltas, cambiando metódica y científicamente las cazuelas hasta que estén doradas por todas partes. Riegan luego con una salsa, expresamente hecha para ello, de vinagre, almaro, mucho ajo y aceite puro, recubriéndolo una y otra vez para que ofrezcan un aspecto apetitoso, pero no es así su sabor». Cf. P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi ādāb al-ḥisba” de al-Saqāṭi», págs. 180 y 181.

⁸⁸ AL-ARBULI, *Kalām ‘alā l-agḍiya*, fol. 93v.

recomendaban que las carnes asadas estuvieran bastante hechas, pues, en caso contrario, resultarían nocivas⁸⁹.

Al asar la carne, pierde peso; esta pérdida depende, entre otros factores, de la temperatura aplicada, de la alcanzada en el interior de la carne, del músculo utilizado, del estado de las carnes y edad del animal. La jugosidad y blandura de la carne disminuyen en la misma proporción que lo hace el agua al aumentar la edad del animal. Los trozos de carne con tejido conjuntivo consistente afectan desfavorablemente al grado de blandura de la carne, por lo que se deben emplear trozos de primera categoría si se quiere obtener un asado blando y jugoso.

El producto final de la reacción que se origina al asar la carne, llamado melanoidina por su color oscuro, tiene un sabor amargo y, combinado con otras sustancias, determina el típico sabor de la carne asada. Por otra parte, los productos volátiles que se originan en la reacción, como son los aldehídos y otros compuestos carbonílicos, muestran una considerable toxicidad⁹⁰. ¿Podría ser esto la causa de la nocividad que los autores andalusíes atribuyen a los asados a la brasa?

c) *Carnes fritas*.—En los zocos se preparaban bastantes fritos, prueba de la inclinación de los andalusíes hacia ellos, inclinación que aún pervive en Andalucía. Uno de los fritos más populares preparados con carne era el *mirkās*⁹¹, especie de embutido o longaniza, a base de carne picada mezclada con mucha grasa y especias; una vez mezclados bien todos los ingredientes, se metían en una tripa y se freían. Actualmente, en el norte de Africa,

⁸⁹ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 87r; AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 12r.

⁹⁰ Sobre los cambios producidos en la carne asada, cf. R. GRAU, *Carne y productos cárnicos*, págs. 121-124.

⁹¹ Son numerosas las referencias que hemos encontrado, en obras andalusíes, sobre el *mirkās* o *mirkās*. Cf. IBN RAZIN AL-TUŪYIBI, *Faḍālat al-jiwān*, págs. 95 y 96; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 21, 24 y 168-169, trad., págs. 15, 19 y 189; P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi ādāb al-ḥisba” de al-Saqāṭi», págs. 165 y 174-175; *Vocabulista*, págs. 184 y 416; P. DE ALCALA, *Arte*, págs. 295 y 315; F. J. SIMONET, *Glosario de voces ibéricas*, pág. 365; R. DOZY, *Supplément*, I, pág. 555; E. LÉVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, pág. 140, núm. 124; R. ARIÉ, «Remarques sur l'alimentation», pág. 304. En las obras culinarias orientales no hemos encontrado ninguna receta de *mirkās*, aunque sí otras muy parecidas, con distinto nombre, entre ellas las salchichas (*sujtūr*, pl. *sajātīr*) y la longaniza (*naqāniq*, *laqāniq* o *maqāniq*); sobre ambos preparados, véase IBN RAZIN AL-TUŪYIBI, *Faḍālat al-jiwān*, pág. 96; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., pág. 138, trad., págs. 155 y 156; M. MARIN NIÑO, «El “Kitāb al-ḥarb”», pág. 175; M. RODINSON, «Recherches», págs. 150 y 156; R. DOZY, *Supplément*, II, pág. 718, s.v. *naqāniq*.

especialmente en Túnez, se sigue preparando el *mirkās* tal como nos lo presentan las recetas medievales⁹².

El *aħraš*, también preparado en los zocos, era muy parecido, tanto a las albóndigas como al *mirkās*; sólo se distinguía de este último en que la masa de carne no se metía en tripas, sino que con ella se hacían una especie de panecillos aplastados que se freían⁹³. Ambos platos eran muy apreciados por su poder nutritivo y su facilidad de digestión, ya que se preparaban con carne muy picada.

Los autores andalusíes recomiendan que los fritos se hagan con aceite de oliva, pues, de esta forma,

«resultan tan nutritivos como los preparados con grasa o manteca y, por el contrario, son menos pesados e indigestos que estos últimos, aunque todos ellos produzcan plétora»⁹⁴.

Efectivamente, los alimentos fritos retrasan el vaciado del estómago.

En las mesas refinadas y lujosas de la España cristiana también se consumían algunos de estos platos, como «...albóndigas, tripas rellenas, morcillas, longanisas, ...e otras muchas que se cuentan en el arte de cosinar... E tales cosas que la curiosidad de los príncipes e ingenio de los epicurios falló e introdujo en vos de las gentes»⁹⁵.

II. PESCADO

Producción pesquera

El pescado era muy abundante en las costas y los ríos de la Andalucía islámica, especialmente en el Guadalquivir⁹⁶. Las especies de agua dulce más

⁹² Z. KAAK, *La Sofra ou la cuisine tunisienne traditionnelle*, págs. 71 y 72, núms. 185-187, presenta tres recetas de *merguez*, a base de carne picada de cordero y grasa, aliñada con especias y metida en tripas.

⁹³ El *aħraš*, sinónimo del término *isfiriyā*, se asemejaba también mucho a las albóndigas, pero, además de añadirse harina a la masa para que ésta quedara trabada, tenía forma de una pequeña torta aplastada, mientras que las albóndigas eran redondeadas. P. Chalmeta traduce el término *aħraš* por «albóndigas». Cf. IBN RAZIN AL-TUŪĪBĪ, *Faḍālat al-jiwān*, pág. 97; A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribi*, text., págs. 22-24 y 137-138, trad., págs. 16-18 y 154-156; P. CHALMETA GENDRÓN, «El "Kitāb fi ādāb al-ḥisba" de al-saqāfi», págs. 165 y 175.

⁹⁴ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 87r; AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 93v.

⁹⁵ E. DE VILLENA, *Arte Cisoria*, pág. 123.

⁹⁶ AL-RAZĪ, *Ajbār mulūk al-Andalus*, trad. franc. por E. Lévi-Provençal, pág. 93; AL-ZUHRI, *Kitāb al-Īa'rafiyya*, pág. 219, núm. 230.

frecuentes eran el mújol, el sábaló y el esturión⁹⁷; su pesca era muy considerable durante la primavera, época en la que remontaban los grandes ríos para frezar en ellos, y al comienzo del verano⁹⁸.

De las especies marinas había más variedades, al mismo tiempo que era bastante más elevado el número de sus capturas. Las fuentes histórico-geográficas árabes señalan la riqueza pesquera de determinadas poblaciones costeras, entre ellas: Almuñécar⁹⁹, Fuengirola¹⁰⁰, Estepona¹⁰¹, Marbella¹⁰², Salobreña¹⁰³, Niebla¹⁰⁴, Medina-Sidonia¹⁰⁵, Ventas de Bezmiliana¹⁰⁶. La pesca más importante era la de la sardina, seguida de la del atún; esta última especie dio lugar al desarrollo de una floreciente industria pesquera y de salazones en las costas andaluzas¹⁰⁷.

En las obras manuscritas de los autores andalusíes analizados encontramos marcadas diferencias en el capítulo relativo a los pescados. En primer lugar, Averroes sólo cita el sábaló y el mújol, dedicando a este grupo de alimentos apenas tres líneas¹⁰⁸, número un tanto desproporcionado si se compara, por ejemplo, con las catorce que dedica a las carnes y las treinta y cuatro en las que trata de los cereales y de los platos elaborados con ellos.

Avenzoar trata del pescado en los fols. 6r-8r, y, aunque sólo se refiere a un par de especies, expone una serie de acertadas normas dietéticas sobre las propiedades de los pescados y el modo de prepararlos. Por último, al-ArbŪlĪ,

⁹⁷ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86v; AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 95v.

⁹⁸ *Le Calendrier de Cordoue*, test., pág. 62, trad., pág. 61.

⁹⁹ AL-ĪDRISĪ, *Nuzhat al-muštāq*, ed. y trad. franc. por R. Dozy y M. J. de Goeje, text., pág. 199, trad., pág. 42, ed. por E. Cerulli y otros, V, pág. 564; AL-ĤIMYARĪ, *Kitāb al-Rawḍ al-mi'ṭār*, text., pág. 186, tgrad., pág. 225.

¹⁰⁰ IBN AL-JATĪB, *Mi'ṣyār*, text., pág. 51, trad., pág. 116.

¹⁰¹ A. ZEKĪ, «Mémoire sur les relations entre l'Égypte et l'Espagne pendant l'occupation musulmane», en *Homenaje a Codera*, Zaragoza, 1904, pág. 471, recoge esta cita de al-ŪmarĪ.

¹⁰² AL-ŪMARĪ, *Masālik al-absār*, trad. franc. por M. Gaudefroy-Demonbynes, pág. 241; IBN AL-JATĪB, *Mi'ṣyār*, text., pág. 51, trad., pág. 115; AL-QALQASANDĪ, *Šubḥ al-a'šā'*, trad. parcial por L. Seco de Lucena, pág. 27.

¹⁰³ IBN AL-JATĪB, *Mi'ṣyār*, text., pág. 55, trad., pág. 121.

¹⁰⁴ AL-RAZĪ, *Ajbār mulūk al-Andalus*, trad. franc. por E. Lévi-Provençal, pág. 92, ed. por D. Catalán y M.^a S. de Andrés, pág. 90.

¹⁰⁵ AL-ĤIMYARĪ, *Kitāb al-Rawḍ al-mi'ṭār*, text., pág. 101, trad., pág. 124.

¹⁰⁶ AL-ĪDRISĪ, *Nuzhat al-muštāq*, ed. y trad. franc. por R. Dozy y M. J. de Goeje, text., pág. 200, trad., pág. 244, ed. por E. Cerulli y otros, V, pág. 563; AL-ĤIMYARĪ, *Kitāb al-Rawḍ al-mi'ṭār*, text., pág. 44, trad., pág. 56.

¹⁰⁷ E. LÉVI-PROVENÇAL, *España Musulmana*, V, págs. 175 y 176.

¹⁰⁸ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86v.

que recoge, en gran parte, las normas expuestas por Avenzoar, cita un buen número de las especies piscícolas andalusíes, en especial las marinas.

«... de las que hay tantas, que sólo vamos a referir las más conocidas: el pargo, el salmonete, el jurel, la boga, la caballa, la sardina, la melva, la lisa, el camarón y las anguilas de mar y de río, entre otras»¹⁰⁹.

Todas estas variedades de pescado aparecen mencionadas por diversos autores cristianos¹¹⁰, lo cual nos confirma la riqueza pesquera de las costas peninsulares en la Edad Media.

Valoración bromatológica

Los factores que los autores andalusíes, igual que los restantes médicos-dietistas orientales, tienen en cuenta a la hora de fijar el grado de calidad de los pescados, coinciden, en su mayoría, con los establecidos por las normas bromatológicas vigentes hoy. Actualmente sabemos que la composición de los pescados y, por consiguiente, su valor alimenticio y su calidad, varían de acuerdo con numerosos factores: la especie a la que pertenecen, la edad y el estado sexual, el medio en que viven, el tipo de alimentación, el modo de captura y las condiciones de su transporte y distribución¹¹¹. Aparte de todos estos factores, las proteínas son, en el pescado, responsables, en gran parte, de sus propiedades físicas y sus modificaciones se reflejan en sus características¹¹².

Uno de los elementos más tenidos en cuenta por los autores medievales era el medio natural en el que se desarrollaban y vivían los pescados. Por

¹⁰⁹ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 96r.

¹¹⁰ Enrique de Villena cita numerosas variedades de pescados comestibles: «De los pescados: valenas, pes mular, sobrayo, aguja paladar, mero, congrio, morena, pescada, rodauallo, perchebe, mosello, lenguado, asedias, salmones, sollos, panpanos, anguilas, asnos, ralla, xibia, pulpo, atunes, dalfines, saualos, vesugos, pajeles, baruos, truchas, bogas, sardinas, lanpreas, pesesillos, torquellas, lasgostas, langostinos, cangrejos, sabogas, lanpugas, lobos, milano, muçola; gatos e los que les paresçen çercanamente; allen los mariscos; así como ostias, almejas, tellinas, camarones e sus yguales.» El Arcipreste de Hita también ofrece una larga lista de pescados. Cf. E. DE CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», págs. 266 y 267. Sobre las variedades más abundantes en el reino granadino, véase A. MALPICA CUELLO, en *Actes du Colloque du Centre d'Études Médiévales de Nice* (15-17 octubre 1982), I, págs. 103-117, Nice, 1984.

¹¹¹ J. TREMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, págs. 134 y 135.

¹¹² A. L. MONTES, *Bromatología*, II, pág. 276.

regla general, apreciaban más la carne de los pescados de río¹¹³, especialmente la de aquellos que

«remontan los grandes ríos para desovar en ellos»¹¹⁴

que la de las especies marinas, aunque existían divergencias de apreciación. Así, para Ibn Bajtišū², «... el [pez] que ha nacido en los mares es de carne más ligera y es más ligero así mismo para el estómago que el de aguas dulces»¹¹⁵.

En cierta medida, la carne de los pescados de río es equiparable a la de los animales de caza, más hecha y menos grasienta que la de los de mar, ya que realizan un mayor ejercicio, al nadar, generalmente, en fuertes corrientes.

Avenzoar admite la existencia de una opinión generalizada de que el pescado de mar era mejor que el de río; personalmente piensa que las especies marinas suelen tener un olor desagradable, aunque generan un quimo excelente¹¹⁶. Al-ArbŪlĪ también señala que algunas especies marinas,

«... cuando están frescas, son unos de los mejores pescados que existen, los que poseen un alimento de más calidad, los que mejor se digieren y los de menor viscosidad»¹¹⁷.

Los pescados de agua dulce más estimados eran los que vivían en fondos rocosos; si se trataba de especies marinas, los que vivían mar adentro, es decir, en aguas no contaminadas por las basuras y vertidos de las ciudades. Los peores eran los que nacían en aguas estancadas y pantanos, los de gran tamaño y los que tenían mucha grasa y mal olor¹¹⁸. Ciertamente, los pescados que viven entre las rocas y en aguas corrientes tienen una carne más sabrosa; por el contrario, los que se crían en pantanos, estanques y en las cercanías de los puertos, tienen peor sabor.

¹¹³ Para Averroes los mejores pescados eran, en la Andalucía islámica («entre nosotros»), el sábalo y el mujol. Cf. AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86v.

¹¹⁴ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 95v.

¹¹⁵ IBN BAJTIŠŪ², *Kitāb Manāfi' al-ḥayawān*, trad. cast., págs. 105 y 106.

¹¹⁶ AVENZOAR, *Kitāb al-Agđiya*, fol. 7r.

¹¹⁷ AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 96r.

¹¹⁸ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 113, *Colliget*, fol. 86v; AVENZOAR, *Kitāb al-Agđiya*, fol. 7r; AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agđiya*, fol. 96r; IBN 'ABD AL-RABBIHĪ, *Kitāb al-Iqd al-farid*, VI, pág. 318.

También el tipo de alimentación influye en el sabor de la carne del pescado: los peces que se alimentan con otros o con las basuras de las ciudades, tienen un gusto más acentuado que los que lo hacen exclusivamente con vegetales. En realidad, todas estas apreciaciones de los distintos autores sobre la calidad del pescado se efectúan en función de unas cualidades organolépticas y de unos hábitos alimenticios tradicionales; tienen en cuenta tanto el olor del pescado como la textura de su carne. Los peces de río, como la trucha, y aquellos que alternan su vida entre el agua salada y la dulce, como el sábalo y el esturión, son magros y su carne fina y elástica y, por tanto, más estimados. Por el contrario, los pescados marinos más grasientos se rechazan por su desagradable olor. Las grasas disuelven las esencias y ello es la causa de que estos pescados más grasos huelan peor.

En la España renacentista también se tenía muy en cuenta el aspecto de la carne del pescado. Para L. Lobera, «... los pescados muy blandos y viscosos no son buenos, así como congrios, atunes, peces grandes, anguilas y otros tales... El pescado duro no es tan dañoso como otros. Rubias, truchas pequeñas, lenguados, acedias, así mismo estos no son tan dañosos como otros, y aún en algunas tierras, los dan a los enfermos por pescados muy sanos»¹¹⁹.

Estas dos características —olor y textura— sufren una rápida y difícil modificación por la alteración microbiana, sobre todo en las especies de agua salada. El que el agua sea dulce o salada influye, esencialmente, en el contenido de sustancias minerales del pescado. Todas las especies son ricas en ellas y superiores, en este aspecto, a las carnes de los animales de sangre caliente. Los pescados de mar contienen más yodo y cloro, mientras que los de agua dulce son más ricos en potasio, magnesio y fósforo. El contenido en lípidos es más elevado en los adultos y antes del desove; también las variaciones son más marcadas entre las hembras.

Otro factor que tienen en cuenta los autores andalusíes, al determinar el grado de calidad de los pescados, es el mayor o menor tiempo que permanezcan con vida al salir del agua. En ello influye el modo de captura que, a su vez, puede ser la causa de magulladuras o de deterioros en la carne del pescado. Los mejores son los que se pescan con caña, pues en ellos se produce rápidamente la rigidez cadavérica y presentan un aspecto más brillante y rígido; les siguen en calidad los que se pescan con redes. Por último, los peores son los que se capturan con traineras o chalupas, pues, en este tipo de captura, los peces tienen que debatirse y sufren una muerte lenta por

¹¹⁹ L. LOBERA DE AVILA, *Banquete de nobles caballeros*, pág. 161.

asfixia¹²⁰. Por ello, tanto Avenzoar, como Averroes y al-Arbūli admiten, acertadamente, que los mejores pescados son los que se mueren rápidamente al salir del agua.

La cabeza era considerada la peor parte del pescado; las mejores, la cola, por su constante movimiento, el corazón y el hígado. La cabeza tiene, efectivamente, muchos desechos; la cola posee una carne más hecha, ya que es la parte del pescado que más se mueve; el hígado, especialmente el de los pescados magros, es muy rico en vitaminas; finalmente, el corazón no es más que un músculo, sin ninguna propiedad bromatológica destacable.

Entre la población parece ser que existía también una cierta prevención hacia el pescado, tanto como agente generador de determinadas enfermedades —prurito y sarna, especialmente el salado—, como poco nutritivo¹²¹. Incluso, en el *Tratado de cocina hispano-magribī*, se llega a verter una afirmación tan errónea como la siguiente: «el pescado es lento de digerirse»¹²². Para el autor de la *Faḍāla*,

«todos los pescados son perjudiciales para las personas de complexión húmeda y fría, al mismo tiempo que se corrompen rápidamente si no se hace bien la digestión»¹²³.

Actualmente, todavía existen determinados prejuicios contra el consumo del pescado, unos con fundamento y, otros, sin él. En primer lugar, el pescado es considerado menos nutritivo que la carne, aunque el aporte nutricional es el mismo en los dos alimentos. Esta falsa apreciación se basa en la facilidad de digestión del pescado; la friabilidad del pescado, debido a su pobreza en tejido conectivo, es la causa de que permanezca menos tiempo en el estómago que la carne y, por ello, da la sensación de «no llenar el estómago» y de ser menos nutritivo¹²⁴. Ahora bien, tanto las carnes como los pescados, crudos o cocidos, se digieren integralmente en el sentido fisiológico del término.

En segundo lugar, tal como señalan los autores andalusíes, el pescado puede producir trastornos más o menos graves, debido a diversas causas:

¹²⁰ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 135.

¹²¹ AL-ARBULI, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 96r.

¹²² A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribī*, text., pág. 118, trad., pág. 201.

¹²³ IBN RAZIN AL-TU'YIBI, *Faḍālat al-jiwān*, pág. 142.

¹²⁴ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 46.

a) A una sensibilización o a una intolerancia individual hacia determinados pescados. Ello puede ocasionar trastornos digestivos, cutáneos y, en casos muy raros, cardiovasculares.

b) A una polución bacteriológica o parasitaria, más frecuente la segunda que la primera, ya que los pescados pueden ser portadores de parásitos, especialmente los de agua dulce.

c) A una toxicidad propia de ciertos pescados que se manifiesta, especialmente, en la época del desove.

En estos dos últimos casos —polución y toxicidad—, la cocción elimina la nocividad del pescado. Por tanto, desde el prisma bromatológico actual, resultan totalmente correctas las afirmaciones de Avenzoar:

«... todos los pescados tienen un elevado poder nutritivo y, si se cocen y se cocinan bien, no causan daño alguno»¹²⁵.

Platos elaborados con pescado

El pescado era un alimento que no gozaba de gran estima entre las clases elevadas de la población de la Andalucía islámica, lo mismo que sucedía en gran parte del mundo musulmán medieval. En ello influían factores de muy diversa índole: socio-económicos, religiosos, culturales y dietéticos, entre otros.

En el *Tratado de cocina hispano-magrabī*, que contiene más de 500 recetas, sólo aparecen una veintena de platos de pescado, casi siempre preparados al horno o guisados con salsas. En la *Faḍāla*, las recetas de pescado —unas treinta— ocupan 11 páginas de un total de 185 que comprende el texto completo¹²⁶. Sin embargo, la riqueza pesquera de los ríos de las costas peninsulares convierte el pescado en un alimento popular en las zonas marítimas, en donde se empleaba como sustitutivo de las «proteínas de lujo» de la carne, como alimento principal, en oposición a las clases elevadas, que consideraban al pescado como complemento de la carne, no como elemento de sustitución. Este mismo carácter tenía en Oriente, pese a la riqueza piscícola de bastantes países de esta zona, atestiguada por numerosas fuentes¹²⁷.

¹²⁵ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 7r.

¹²⁶ IBN RAZIN AL-TUḌIBI, *Faḍālat al-jiwān*, págs. 132-142.

¹²⁷ E. ASHTOR, «Essair sur l'alimentation», págs. 1.033 y 1.034; M. M. AHSAN, *Social life under the Abbasids*, págs. 84-86; M. MARÍN NIÑO, «El "Kitāb al-ḥarb"», págs. 162-164.

El índice de consumo de pescado en la España cristiana también parece ser que era bajo; sólo en Cuaresma o en días de abstinencia aparece el pescado en las listas de la comida¹²⁸.

Las leyes religiosas islámicas no prohíben el consumo de pescado, salvo el de algunas especies, y sólo determinadas escuelas o sectas religiosas¹²⁹; por tanto, en este bajo consumo de pescado entre los musulmanes cabría distinguir motivos socio-religiosos, un claro deseo de distinción de las «Gentes del Libro», especialmente de los cristianos.

Un último factor vendría determinado por las razones dietéticas anteriormente expuestas —escaso valor nutritivo, nocividad de ciertos pescados, entre otras—, arraigadas en buena parte de la sociedad medieval. Este bajo consumo de pescado sigue vigente en la mayoría de los países musulmanes, debido, según parece, a estas tradiciones culturales y dietéticas¹³⁰.

El consumo de pescado, contrariamente a lo que sucedía entre las clases elevadas, parece ser que era bastante considerable entre las clases humildes de las zonas costeras andalucías. El carácter popular de este alimento lo atestigua el hecho de que su venta, tanto fresco como frito, ocupaba en los zocos

¹²⁸ Ruperto de Nola presenta, en el capítulo cuarto (*Tratado para guisar y aparejar las viandas del tiempo cuaresmal*) de su obra, *Libro de guisados*, unas 66 recetas de pescado, normalmente guisado al horno en un caldo con sopas, en cazuela, asado o en escabeche. Entre los pescados menciona: salmón, trucha, saboga, esturión, congrio, morena, lisa, bogas, sardinas —una sola receta de ellas—, pulso, merluza, etc. Cf. R. DE NOLA, *Libro de guisados*, págs. 163-207. Para una esquemática visión del consumo y de la preparación del pescado en la España cristiana, cf. M.^a C. CARLE, «Notas para el estudio de la alimentación», págs. 266-269.

¹²⁹ Según el Corán (V, 97/96): «Os han sido declarados lícitos la pesca y los alimentos que se encuentran en el mar». Por tanto, todos los pescados son considerados lícitos y su carne puede ser consumida sin tener que ser degollados ritualmente como los animales terrestres. Sin embargo, algunos pescados o animales acuáticos son declarados prohibidos (*haram*) o desaconsejables (*makrūk*), o son motivo de discusiones. Así, la rana, que normalmente sería lícita (*halāl*), es considerada *haram* porque el Profeta prohibió que se matara. También algunos alfaquies reprobaban el consumo de animales acuáticos que tengan el nombre (puerco de mar) o la forma (anguila, por su semejanza con la serpiente) de animales terrestres considerados impuros e, incluso, de todos los que no tienen forma de pez. Una resumida, pero bien documentada, visión sobre las prohibiciones de algunos pescados en ciertas escuelas o sectas religiosas la presenta CH. PELLAT, s. v. *ḥayawān*, en E. I.², III, págs. 316 y 317.

¹³⁰ Ninguno de los recetarios de cocina árabe actual manejados presentan muchos platos de pescado. Uno de estos manuales, de un total de 566 recetas, sólo tiene 32 de pescado (dorada, anguilas, caballa, merluza, mero, mujol, besugo, salmonete, sardinas, jibia y atún), todos al horno o en salsa, salvo dos de pescado frito. Otro de los recetarios presenta unas 16 recetas de pescado: en albóndigas, guisado y al horno. El último, 17 recetas: tres de pescado frito y, las restantes, asado a la brasa, al horno o en salsa. Cf. S. RAHHAL y A. ABOUD, *La cocina árabe*, págs. 57-65, núms. 131-164; R. KHAWAM, *La cuisine arabe*, págs. 132-143, núms. 159-175.

a un buen número de personas¹³¹, quienes también cometían innumerables fraudes¹³².

Normalmente, el pescado se tomaba frito, costumbre que aún perdura en Andalucía. Pese a esta preferencia popular por el pescado frito, las normas dietéticas no lo consideraban muy recomendable, sobre todo el que se preparaba en sartenes de cobre y, menos aún, si se le añadían ajos y vinagre. Esta recomendación es totalmente aceptable: en primer lugar, el cobre induce oxidaciones en las grasas y, por tanto, puede ser tóxico; el vinagre, por su parte, favorece la solubilización de los metales y, finalmente, los ajos, al tener compuestos azufrados, pueden reaccionar con el cobre, favoreciendo su actuación como inductor en la oxidación de las grasas. Por las razones bromatológicas anteriormente expuestas se aconsejaba tomar el pescado guisado, más bien en *tafāyā*, cocido con aceite, vinagre y jengibre; en este caldo, con frecuencia, se migaban sopas¹³³. El pescado también se preparaba, previamente cubierto de sal, al horno, asado en forma de pinchitos, o cecinado, es decir, cortado a tiras, salado y puesto a secar al sol; de esta última forma

«... su carne resulta más sabrosa, pero menos nutritiva»¹³⁴.

Los tratados de cocina andalusíes, igual que los orientales¹³⁵ y los de la España cristiana, sólo nos ofrecen recetas de pescado al horno o en forma de guisos complicados, con bastantes ingredientes, aunque «... con el pescaso se pueden preparar los mismos platos que con la carne»¹³⁶.

¹³¹ Sobre la venta del pescado en los zocos, fresco, frito o en salmuera. Cf. E. LÉVI-PROVENÇAL, *Documentos árabes inéditos*, págs. 97 y 98; R. ARIÉ, «Traduction des traités de hisba», págs. 209 y 210; P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi adāb al-ḥisba” de al-Saqāṭī», pág. 172; E. LÉVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, pág. 139, núm. 121.

¹³² Al-Saqāṭī da a los almotacenes una serie de normas sobre «Cómo han de vender los pescaderos.—Porfíe /hasta conseguir/ que los vendedores de pescado no entreguen el de la víspera, mezclado con el fresco; ni conserven pescado del día anterior, como no sea salado. El de la víspera se venderá aparte y lo mismo se hará con el fresco; esto incluye también a aquéllos que lo venden frito o guisado». Cf. P. CHALMETA GENDRÓN, «El “Kitāb fi adāb al-ḥisba” de al-Saqāṭī», pág. 172.

¹³³ Cf. AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 7r; AL-ARBŪLĪ, *Kalām ‘alā l-agḍiya*, fol. 97r, recoge estas normas que, sobre la manera de cocinar el pescado, da Avenzoar.

¹³⁴ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 7r.

¹³⁵ Sobre diversas recetas a base de pescado en los tratados culinarios orientales, cf. M. MARÍN NIÑO, «El “Kitāb al-ḥarb”», págs. 162 y 163; M. RODINSON, «Recherches», pág. 103; M. M. AHSAN, *Social life under the Abbasids*, págs. 84-87.

¹³⁶ A. HUICI MIRANDA, *La cocina hispano-magribī*, text., pág. 178, trad., pág. 201. En esta obra, text., págs. 172-179, trad., págs. 194-201, hay varias recetas a base de pescadillo, algunas «según las preparan los habitantes de Córdoba, Sevilla y el oeste de al-Andalus».

III. HUEVOS

Consumo y valoración bromatológica de los mismos

Los huevos, dada su producción doméstica y generalizada, resulta lógico que fueran muy consumidos en todos los estratos socio-económicos de la población de la Andalucía islámica, aunque con notables diferencias, pues si a nivel popular constituían un alimento básico, en las mesas refinadas aparecían como un elemento más de los lujosos platos o, simplemente, como meros objetos de adorno.

Los autores andalusíes coinciden en afirmar que los mejores huevos son los de gallina, siempre que estén frescos. Sin embargo, según el testimonio de Avenzoar, la gente también encontraba sabrosos los de pato. Aparte de éstos se consumían huevos de gansa, de paloma, de perdiz, de pava y de pájaros diversos; de estos últimos, los autores analizados destacan sus especiales propiedades afrodisíacas¹³⁷.

Normalmente era más apreciada la yema que la clara,

«... aunque la clara del huevo no es excesivamente dañina si se cuece sin que llegue a cuajarse»¹³⁸.

La primera afirmación, dentro de las normas bromatológicas actuales, es totalmente errónea, puesto que la clara constituye un conjunto proteico de excelente calidad, mientras que la yema sólo es rica en lípidos, parte de los cuales están combinados con proteínas, formando las lipoproteínas, responsables de ciertas propiedades de la yema¹³⁹.

Ahora bien, lo que sí es cierto, como aclara el dordobés Averroes, es que la clara del huevo se debe cocer para que sus proteínas resulten más digestibles, ya que tales nutrientes necesitan una fase de coagulación previa para poder ser digeridos. Por ello, los dietistas andalusíes recomendaban tomar los huevos pasados por agua¹⁴⁰. Avenzoar dice que

¹³⁷ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 3r.

¹³⁸ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133; IBN ‘ABD AL-RABBIHĪ, *Kitāb al-‘Iqd al-farīd*, VI, pág. 318.

¹³⁹ Sobre la composición de la clara y de la yema del huevo de gallina, véase A. L. MON-TEs, *Bromatología*, I, págs. 159-165; J. TREMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 44.

¹⁴⁰ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 87r; AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 3r; AL-ARBŪLĪ, *Kalām ‘alā l-agḍiya*, fol. 98r.

«... la gente prepara los huevos de muy diversas formas: unos los ponen fritos, otros, escalfados en caldo con migas de pan y, otros, cocidos al horno o de otras formas»¹⁴¹.

Los médicos-dietistas andalusíes, igual que los orientales, recomendaban, tal vez por esta razón, tomar los huevos pasados por agua o escalfados, añadiéndoles aceite, vinagre y salmuera¹⁴². Avenzoar cita esta misma receta que da Averroes y que él toma de Hunayn b. Ishāq¹⁴³, aunque más detallada:

«Se toman diez o más huevos y se revuelven con aceite, vinagre y salmuera en un recipiente de barro vidriado. Este recipiente se pone al fuego hasta que los huevos se cuajen y, seguidamente, se aparta»¹⁴⁴.

Por el contrario, tales autores desaconsejaban tomar los huevos muy cuajados, pues

«... se digieren con dificultad y producen un eructo maloliente que, a su vez, provoca obstrucción hepática e intestinal»,

como dice al-Arbūlī¹⁴⁵.

Por regla general, se atribuye a los huevos la propiedad de producir trastornos digestivos, aunque, en realidad, son muy raros los casos en los que se da tal efecto. Ahora bien, los lípidos que contiene el huevo y que se encuentran en la misma proporción que en la carne y en la leche, contraen la vesícula biliar más rápida, intensa y prolongadamente que los restantes lípidos. Ello explica porqué el consumo de huevos puede ocasionar molestias a determinados enfermos, en particular a quienes padecen insuficiencia hepática. Sin embargo, para las personas normales, este estímulo de la vesícula biliar no resulta un inconveniente, sino todo lo contrario. Los huevos poseen,

además, un elevado contenido en colesterol, por lo que quedan prohibidos en las dietas de quienes presentan un elevado contenido de este fosfolípido.

Por otra parte, el modo de cocción del huevo influye en su mayor o menor facilidad de digestión: pasado por agua permanece dos horas en el estómago y, cocido, tres. Por este motivo se dice que el huevo duro es muy indigesto, afirmación errónea. Es cierto que la clara, en estado líquido, permanece muy poco tiempo en el estómago; sin embargo, resiste la acción de los jugos digestivos, pues avanza tan rápidamente por el tubo digestivo que no puede sufrir las transformaciones enzimáticas requeridas para que pueda ser absorbida y, por tanto, su coeficiente de utilización digestiva es muy bajo (50%). Por el contrario, la clara del huevo coagulada se digiere casi totalmente, a razón de un 92%¹⁴⁶.

Los huevos fritos con aceite de oliva, pese a ser muy consumidos a nivel popular —incluso el cadí Ibn al-Azraq los recordaba con nostalgia desde el Oriente—¹⁴⁷, no gozaban de las simpatías de los médicos arábigoandaluces, pues

«... son dañinos y engordan»¹⁴⁸,

recomendación cierta, ya que los huevos preparados con aceite, ya sea en tortilla o simplemente fritos, son más difíciles de digerir y contienen una mayor proporción de lípidos que los cocidos o pasados por agua. En opinión de Ibn 'Abd al-Rabbihi,

«... los huevos fritos generan un alimento pesado y nocivo»¹⁴⁹.

El médico castellano L. Lobera resume, en líneas generales, todas estas teorías bromatológicas sobre los huevos: «De los huevos, los que usamos [los de gallina] son los mejores, y después dellos los de perdices. Y debense escoger los frescos, porque los que no lo son no se deben usar, mayormente para enfermos. Los frescos del mismo día son de buen mantenimiento, mayormente si son solas las yemas. Avicenna tiene por mejor manera de comerlos cocidos en agua con cáscara o escalfados... Los huevos, aunque son de buen manteni-

¹⁴¹ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 3v.

¹⁴² AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 87r.

¹⁴³ Hunayn b. Ishāq al-Ishāq (192/808-259/873), el gran sabio nestoriano nacido en Iraq, fue uno de los más destacados transmisores de la ciencia griega al mundo árabe, especialmente a través de sus traducciones de la obra de Hipócrates y de Galeno. Aparte de estas traducciones, Hunayn compuso numerosas obras originales sobre temas médicos y, otras, de carácter filosófico, meteorológico, zoológico, lingüístico y religioso. Cf. G. STROHMAIER, s.v. *Hunayn b. ishāq al-Ibadi*, en *E.I.*², III, págs. 598-601.

¹⁴⁴ AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fols. 3r y 3v.

¹⁴⁵ AL-ARBULI, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 98r.

¹⁴⁶ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 47.

¹⁴⁷ E. GARCÍA SÁNCHEZ, «Preferencias gastronómicas de los granadinos», pág. 153.

¹⁴⁸ AL-ARBULI, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 98r.

¹⁴⁹ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-'Iqd al-farid*, VI, pág. 324.

miento y de buena digestión, hallo que no son muy buenos, salvo para aquellos que les hacen buen estómago...»¹⁵⁰.

En definitiva, los huevos, dentro del grupo de los «alimentos proteicos» (carne, pescado, huevos), son los más indicados para poder aportar, en una proporción equilibrada, los aminoácidos indispensables para construir y restaurar nuestros tejidos.

IV. LECHE

Consumo

La leche constituía, junto con los dátiles, la base de la alimentación de los árabes desde los tiempos de la *yāhiliyya*. El Corán¹⁵¹ habla elogiosamente de ella y son numerosos los hadices que nos revelan el deseo nostálgico (*‘ayma*) que despertaba entre los beduinos siempre que se veían privados de tanpreciado alimento. La leche más estimada era la de camella, seguida de la de cabra y oveja¹⁵².

La leche, en la Andalucía islámica era bastante consumida a nivel popular y, de manera especial, entre los campesinos, pues, como en el caso de los huevos, se trataba de un alimento del que disponía y se autoabastecía la mayoría de la población. Por otra parte, el comercio de la leche y de los productos derivados era bastante activo, a juzgar por la estrecha vigilancia que los almotacenes ejercían sobre los lecheros. Estos vendedores debían observar unas normas muy concretas en relación con la higiene de los utensilios empleados en el transporte y envase de la leche y derivados¹⁵³; las más vendidas en los zocos eran la leche de cabra y la de oveja¹⁵⁴.

¹⁵⁰ L. LOBERA DE ÁVILA, *Banquete de nobles caballeros*, págs. 57 y 58. Dioscórides también cita estas propiedades, cf. C. E. DUBLER, *Materia Médica*, III, págs. 148 y 149.

¹⁵¹ «En los reñanos tenéis una lección: os escanciamos, de aquello que contiene su vientre, entre sangre y quilo, una leche pura, exquisita para los bebedores». *El Corán*, XVI, 68/66, trad. cast. por J. Vernet, pág. 274.

¹⁵² M. RODINSON, s.v. *Ghidhā*, en *E. I.*², II, pág. 1082.

¹⁵³ Según Ibn ‘Abdūn: «No venderán leche más que personas de fiar, porque si no, la añadirán y mezclarán con agua, en detrimento de los musulmanes. Debe quitarse la serosidad que queda en las jarras como resto del cuajo, porque es una suciedad». Cf. E. LÉVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, pág. 132, núm. 105. Sobre otras reglas higiénicas a tener en cuenta, cf. E. LÉVI-PROVENÇAL, *Documents arabes inédits*, pág. 92; R. ARIÉ, «Traduction des traités de hisba», págs. 203 y 204.

¹⁵⁴ E. GARCÍA GÓMEZ, «Unas “Ordenanzas del zoco” del siglo IX», pág. 278, núm. 18.

En los reinos cristianos peninsulares¹⁵⁵, lo mismo que en el resto de Europa¹⁵⁶, los productos lácteos eran alimentos cotidianos, muy consumidos. Igualmente, en los países musulmanes orientales estos productos alimenticios, cuyo consumo era más elevado que en Occidente, quedaban incluidos dentro del grupo de las comidas populares que se preparaban en los zocos¹⁵⁷.

Valoración bromatológica

Desde tiempos remotos el hombre ha estimado el valor de la leche como alimento, aunque sólo recientemente ha podido justipreciar su alto valor biológico y comparar el de las distintas especies. Por otra parte, las opiniones acerca de sus cualidades alimenticias no siempre fueron unánimes. Averroes incluye, sabiamente, a la leche y a los productos lácteos en el grupo de los «alimentos naturales»¹⁵⁸, es decir, sanos y equilibrados.

Hoy sabemos que la leche es un alimento casi completo, únicamente deficitarios en hierro y en vitaminas C y D. No obstante, este déficit en hierro se compensa, en el caso del hombre, con las reservas de hierro que posee el hígado. La cantidad de vitamina D es en la leche inferior a la necesaria para la formación de los huesos y de los dientes, pero las condiciones naturales de vida permiten que los animales y niños pequeños la adquieran por la acción directa del sol sobre la piel. La vitamina C tampoco es muy abundante en las leches, salvo en la humana, aunque casi todos los mamíferos pueden sintetizarla.

De igual forma, la leche es fuente de proteínas: la caseína, junto con la albúmina y la globulina, elementos constituyentes del complejo proteico de la leche, contienen, en una elevada proporción, todos los aminoácidos indispensables para el crecimiento y el mantenimiento. La leche completa es un alimento graso; es rica en ácidos grasos de cadena corta, aunque muy pobre en ácidos grasos esenciales. Los glúcidos están representados en la leche por la lactosa. Por otra parte, la leche y los productos derivados constituyen la fuente principal de calcio. Además, este calcio se asimila mejor en el intesti-

¹⁵⁵ M.^a C. CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», pág. 277; R. ARIÉ, «Remarques sur l'alimentation», págs. 306 y 307.

¹⁵⁶ F. BRAUDEL, *Civilización material y capitalismo*, págs. 160 y 162.

¹⁵⁷ M. MRIN NIÑO, «El “Kitāb al-ḥarb”», págs. 159-162, cita diversos tipos de leche y productos derivados preparados en los zocos.

¹⁵⁸ Averroes da a los productos lácteos el calificativo de «naturales»; cf. AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133.

no que el procedente de cualquier otra fuente, ya que la leche contiene determinados elementos que favorecen esta absorción; también es mejor utilizado por el organismo, pues la leche aporta, al mismo tiempo, una apreciable cantidad de fósforo y algo de vitamina D.

En clara oposición a la valoración de Averroes y de la mayoría de los autores analizados, tenemos la opinión del médico renacentista L. Lobera. Para él, «... las cosas de leche, queso, manteca, natas no son muy buenos manjares, salvo muy poco de queso y pocas veces. Y si de las cosas dañosas hubieres de comer, sea poco y pocas veces; no como manjar, sino como medicina»¹⁵⁹.

La composición de la leche varía según la raza, el animal y su edad, la estación y el momento del ordeño. Estos mismos factores a considerar en la variación de la composición de la leche, expuestos por la actual bromatología, eran ya señalados por los autores andalusíes y otros anteriores, como es el caso de Dioscórides. Según este autor, «la leche que se ordeña en la primavera es más aguada que la ordeñada por el estío: y la que se engendra de verde paasto, más molificatiua del vientre. Tienese por buena la leche blanca, la igualmente gruesa, y la que echaba sobre la vña, se recoge en si mesma.»¹⁶⁰.

Para Ibn 'Abda al-Rabbihi,

«... la leche fresca es muy nutritiva... Es conveniente que proceda de animales sanos y jóvenes y que estén bien nutridos. No es recomendable mientras que estén preñados, y, una vez que hayan parido, hasta que transcurra un cierto tiempo, porque en el momento del parto la leche está espesa; después se va fluidificando poco a poco hasta que se hace acuosa. Es mejor tomar la leche una hora después de que haya sido ordeñada, antes de que el aire la altere, porque se corrempa fácilmente»¹⁶¹.

Según al-Arbūli,

«hay que tener en cuenta la raza del animal, los pastos, el tiempo transcurrido desde el parto y desde el ordeño. Es conveniente que el animal esté sano y que su carne sea buena. La leche debe ser blanca, no pálida ni amarillenta; tampoco debe tener un sabor amargo ni salado, y su consistencia debe ser intermedia»¹⁶².

¹⁵⁹ L. LOBERA DE ÁVILA, *Banquete de nobles caballeros*, pág. 125.

¹⁶⁰ C. E. DUBLER, *Materia médica*, III, pág. 162.

¹⁶¹ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-Iqd al-farīd*, VI, pág. 323.

¹⁶² AL-ARBULI, *Kalām 'alā l-agdiya*, fols. 97r y 97v.

También existía disparidad de opiniones sobre cuál era el animal que proporcionaba una leche de más calidad. Para unos, entre ellos Ibn 'Abd al-Rabbihi y Avenzoar, la mejor y más equilibrada era la leche de cabra¹⁶³. Averroes, quien en ésta como en otras muchas apreciaciones se adelanta a la actual bromatología, pone en primer lugar la leche humana; tras ella, por orden de bondad de alimento, la de burra y, finalmente, la de cabra¹⁶⁴, opinó que más tarde seguiría, en parte, al-Arbūli¹⁶⁵, y de forma total, el doctor Laguna y otros¹⁶⁶. La leche de oveja y, sobre todo, la de vaca, eran consideradas las más densas, las de digestión más lenta y las de mayor poder nutritivo; la de burra y la de camella, las más acuosas, ligeras y fáciles de digerir, y también las menos nutritivas.

Desde el prisma de las normas bromatológicas vigentes, la leche de mujer es, en efecto, la mejor, seguida de la de burra, muy semejante a la humana, y la de cabra¹⁶⁷, aunque una de las más consumidas actualmente sea la de vaca. Como hemos dicho, el contenido en vitamina C de la leche de vaca es inferior al que presenta la de mujer; en cambio, aquélla es más rica en vitaminas del grupo B. La proteína que contiene también es excelente, aunque su valor biológico sea algo inferior. El contenido en vitamina A depende de los carotenos que ingiera el animal y el poder de transformación de éstos en vitamina A, lo que difiere según la raza.

La leche de oveja contiene más proteínas, calcio, vitaminas B₂, G o PP y C que la de vaca. Las leches de yegua y de burra, animales herbívoros, pero no rumiantes, se asemejan más a la de mujer: alto porcentaje de lactosa, pero más bajo de proteína. La grasa de la leche de estos animales contiene también, aunque en menor proporción que la de los rumiantes, ácidos grasos de cadena corta, aunque su contenido en grasa es bajo; poseen menos vitamina B₂ y más C que la de vaca. En general, la riqueza en lípidos de la leche (unos 40 gramos por litro, aproximadamente) sufre bastantes oscilaciones. Por

¹⁶³ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-Iqd al-farīd*, VI, pág. 322; AVENZOAR, *Kitāb al-Agdiya*, fol. 5v. Para este último autor, «la mejor leche es la de cabra, recién ordeñada y si se bebe en ayunas».

¹⁶⁴ AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 86v.

¹⁶⁵ Según AL-ARBULI, *Kalām 'alā l-agdiya*, fol. 97v, «... la leche de cabra es la más proporcionada de todas, después de la de mujer, e intermedia entre la leche de vaca y la de burra, porque la de vaca es muy espesa y la de burra, acuosa».

¹⁶⁶ C. E. DUBLER, *Materia Médica*, III, págs. 163 y 164.

¹⁶⁷ Sobre la composición de los distintos tipos de leche, véase A. L. MONTES, *Bromatología*, I, págs. 40 y 41.

el contrario, los componentes que menos oscilaciones sufren por la alimentación de la hembra, en estado normal de salud, son las sales minerales, las proteínas y la lactosa¹⁶⁸.

En la leche de camella,

«muy semejante a la de burra»,

según Ibn 'Abd al-Rabbihi¹⁶⁹, el dato más notable lo constituye el alto contenido en vitamina C. La leche de oveja, como señalan los autores andalusíes, es, ciertamente, más densa y se coagula antes, debido a su mayor contenido proteico, y por ello se la emplea en la confección de quesos. Tanto ésta como la de vaca son algo más difíciles de digerir, por su elevado contenido en caseína, aunque no por ello menos nutritivas, según estos autores, ya que la utilización digestiva de los quesos es excelente. Sus proteínas son asimiladas casi íntegramente por el organismo (su coeficiente de utilización digestiva es de un 95 ó 98%)¹⁷⁰.

Por lo que respecta a la facilidad de digestión de la leche, ésta es, en líneas generales, muy digestible. Cuando se toma en preparaciones que contengan almidón, como es el caso de las salsas, cremas, sopas espesas, etc., se digiere más fácilmente. En efecto, la caseína de la leche pura se coagula en el estómago en gruesos copos, mientras que la leche mezclada con almidón se coagula en finos grumos que se digieren con gran facilidad.

V. PRODUCTOS LÁCTEOS

Entre los productos lácteos más consumidos en la Andalucía islámica tenemos, entre otros, la leche desnatada, la cuajada, el *aqit*, el requesón y el queso fresco y añejo, además de la mantequilla y de la manteca fundida, productos estos dos últimos de los que nos ocuparemos en el apartado de los alimentos grasos.

La leche desnatada, en opinión de al-Arbūlī,

«... es excelente para apagar la sed intensa que produce el agotamiento físico, debido a su acuosidad»¹⁷¹.

¹⁶⁸ Cf. A. L. MONTES, *Bromatología*, I, págs. 37-48; J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, págs. 162-172, sobre la composición de la leche y sus propiedades.

¹⁶⁹ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-ʿIqd al-farīd*, VI, pág. 323.

¹⁷⁰ J. TRÉMOLIÈRES, *Manuel élémentaire d'alimentation humaine*, II, pág. 168.

¹⁷¹ AL-ARBŪLĪ, *Kalām ʿalā l-aḡḏiya*, fol. 98r.

Ciertamente, la leche desnatada o descremada, al ser más acuosa, quita la sed; tiene un aporte energético más bajo que la entera, aunque el mismo valor proteico¹⁷².

El *aqit*, alimento muy apreciado por los beduinos, era una variedad de queso elaborado con leche agria o cuajada. Ibn 'Abd Rabbihi lo cita dentro del grupo de «comidas de los árabes»¹⁷³. Para al-Arbūlī, pese a su gran valor nutritivo,

«... es pesado y produce obstrucciones»¹⁷⁴.

La leche cuajada¹⁷⁵, a la que los occidentales llaman yogur, y el arroz, son elementos que no faltan nunca en las mesas árabes. En muchos hogares se prepara la leche cuajada hirviendo la leche y agregándole, seguidamente, un poco de la cuajada del día anterior, tibia; elaborada de esta forma, se compone de ácido lácteo, lactosa, caseína y bacilos de fermentación.

La leche cuajada o leche ácida común, dentro de la actual legislación alimentaria, se define como «el producto obtenido por coagulación, mediante adición de cuajo o cultivos puros de fermentos lácticos, respectivamente, de leche hervida o pasteurizada». La acidez no debe ser mayor de 1% en ácido láctico¹⁷⁶. En la cocina árabe se emplea actualmente la leche cuajada en la preparación de muy variados platos: con carne, verduras, pasta, cereales, en ensaladas y otras preparaciones¹⁷⁷.

El verdadero *yoghourt* (o *yagur*) es originario de la península balcánica y del Cáucaso, en donde se prepara, fundamentalmente, a base de leche de oveja, aunque también se hace con leche de vaca, cabra y búfala¹⁷⁸.

¹⁷² Sobre este alimento, cf. M. M. AHSAN, *Social life under the Abbasids*, pág. 98; M. RODINSON, s. v. *Guidhā*, en *E. I.* 2, II, pág. 1.082; E. L. BERTHERAND, *Médecine et hygiène des arabes*, pág. 354.

¹⁷³ IBN 'ABD AL-RABBIHI, *Kitāb al-ʿIqd al-farīd*, VI, pág. 290.

¹⁷⁴ AL-ARBŪLĪ, *Kalām ʿalā l-aḡḏiya*, fol. 98r.

¹⁷⁵ Los autores árabes medievales establecen una clara distinción entre los términos *rāʿib* y *ʿaqīd*. El primero designa a la «leche coagulada, después de habersele extraído la nata y la grasa». El *ʿaqīd*, «cuajado, leche cuajada», se obtiene «añadiéndole cuajo de cordero o de choto a la leche fresca previamente calentada». Sobre ambos productos lácteos, cf. IBN RAZĪN AL-TUʿĪBĪ, *Faḏālat al-jiwān*, págs. 146 y 148-149; IBN MANZŪR, *Lisān al-ʿArab*, 15 vols., Beirut (s. d.), I, págs. 439-440, III, págs. 298-299.

¹⁷⁶ A. L. MONTES, *Bromatología*, I, pág. 153.

¹⁷⁷ S. RAHHAL y A. ABBOD, *La cocina árabe*, págs. 181-200; R. R. KHAWAM, *La cuisine arabe*, pág. 16.

¹⁷⁸ A. L. MONTES, *Bromatología*, I, pág. 149.

El requesón aparece como un alimento bastante popular en la Andalucía islámica, aunque en su elaboración era casi total la ausencia de las más elementales normas de higiene, aparte de los fraudes que también se cometían. Hasta tal extremo llegaban tales abusos, que Ibn 'Abdūn llegó a prohibir el queso procedente de las marismas del bajo Guadalquivir, porque «... este requesón no es sino un residuo de serosidad, sin ningún valor, y si las gentes lo viesan hacer, nadie lo comería»¹⁷⁹.

Para Avenzoar y al-Arbūlī, tanto el cuajado como el requesón, eran perjudiciales para los nervios y el cerebro, además de actuar como laxantes¹⁸⁰. La segunda afirmación, dentro de las actuales normas bromatológicas, se puede admitir, en cierto modo; ahora bien, la primera creemos que no tiene ninguna base científica.

El queso, junto con el requesón, era el lacticio más consumido y de mayor venta en los zocos¹⁸¹. Sobre la licitud o ilicitud del consumo del queso elaborado por los cristianos parece ser que existían divergencias entre los juristas musulmanes¹⁸². Ibn 'Abd al-Ra'ūf opina que «sí es lícito comer el queso de los cristianos que viven entre nosotros»¹⁸³.

Al-Ṭignarī¹⁸⁴, aunque no se muestra muy partidario del consumo del queso, pues,

¹⁷⁹ E. LEVI-PROVENÇAL y E. GARCÍA GÓMEZ, *Sevilla a comienzos del siglo XII*, págs. 133, núm. 118.

¹⁸⁰ En este apartado sobre el cuajado y el requesón la fuente que sigue al-Arbūlī es Avenzoar. Cf. AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 98r; AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 5v.

¹⁸¹ Cf. E. GARCÍA GÓMEZ, «Unas "Ordenanzas del zoco" del siglo IX», pág. 278, núm. 18; E. LEVI-PROVENÇAL, *Documents arabes inédits*, pág. 92; R. ARIÉ, «Traduction des traités de ḥiṣba», págs. 203 y 204.

¹⁸² El jurista Abū Bakr Muḥammad al-Ṭurtūšī (m. 520/1.120) compuso, sobre este tema de la prohibición del consumo del queso elaborado por los cristianos, la obra *Kitāb fi Tahrim Ḍubn al-Rūm*. Cf. AL-MAQQARĪ, *Naḥ al-ṭib*, ed. parc. por R. Dozy, G. Dugat, L. Krehl et W. Wright, *Analectes sur l'histoire et la littérature des arabes d'Espagne par al-Makkarī*, 2 vols., Leiden, 1855-1861, reimpr., Amsterdam, 1967, I, pág. 519.

¹⁸³ E. LEVI-PROVENÇAL, *Documents arabes inédits*, pág. 101; R. ARIÉ, «Traduction annotée des traités de ḥiṣba», pág. 349. Para conocer la opinión de otros juristas sobre el tema véase G. H. PÈRES, *la poésie andalouse en arabe classique au XI^e siècle. Ses aspects généraux, ses principaux thèmes et sa valeur documentaire*, 2.^a ed., Paris, 1953, págs. 315 y 316.

¹⁸⁴ Muḥammad b. Mālik al-Murri al-Ṭignarī, también citado por algunos autores como Ibn Hamdūn al-Īsbīlī, fue un poeta y hombre de ciencia granadino. Sirvió sucesivamente a 'Abd Allāh b. Buluggīn b. Bādīs (466-483/1073-1090) y al príncipe almorávide Abū l-Ṭāhir Tamīm, para el que compuso, durante su período como gobernador de Granada (501-512/1107-1118), un tratado de agricultura titulado *Zahr al-bustān wa-nuzhat al-adḥān*. El estudio de dicha obra lo estamos llevando a cabo, desde hace algún tiempo, en el Departamento de Historia del Islam. Sobre la biografía de al-Ṭignarī véase IBN AL-JATĪB, *Al-Iḥāta fi ta'rīj Garnāta*, ed. por Muḥ. 'Abd Allāh 'Inān, II, El Cairo, 1974/1394, págs. 282-284; IBN BASSAM, *Al-Dajira fi maḥāsin ahl al-ḡazira*, ed. por Iḥsān 'Ab-bās, I/2, Beirut, 1978, págs. 805-808; M. ULLMANN, *Die Natur-und Geheimpwissenschaft im Islam*, Leiden/Köln, 1972, pág. 446.

«en general, el queso debe ser rechazado porque provoca pesadez de estómago, resulta indigesto y, de modo especial, produce cólico y cálculos renales, propiedades que aumentan o disminuyen según los tipos de quesos y las razas de los animales con cuya leche se elaboren»¹⁸⁵.

describe minuciosamente todo el proceso de elaboración del queso¹⁸⁶.

Se daban, básicamente, tres variedades de queso: «el fresco y blando, el que se toma del día, el añejo y seco y el intermedio entre ambos tipos»¹⁸⁷. El queso fresco era más apreciado que el añejo, pues, en opinión de buena parte de los autores analizados, posee un gran poder nutritivo, resulta más fácil de digerir y es emoliente, debido al suero que contiene; al añejo, por el contrario, se le consideraba más dañino, poco nutritivo y pesado, aunque con propiedades aperitivas y astringentes¹⁸⁸. Para al-Ṭignarī, más de acuerdo con la actual bromatología,

«el queso fresco resulta emoliente para el vientre, sin dañar el estómago; si se toma con miel, se digiere más rápidamente, al mismo tiempo que aumenta su poder laxante... El añejo produce una fuerte obstrucción en el vientre, aunque constituye un alimento excelente y muy nutritivo»¹⁸⁹.

Efectivamente, el queso fresco, en contra de la opinión generalizada, es menos nutritivo que el añejo, aunque sí son ciertas las restantes propiedades que de él señalan los autores citados. El queso añejo contiene bastantes componentes aromáticos, y por ello se puede decir que estimula el apetito; también es más astringente que el fresco, pues, entre otros componentes, contiene una mayor proporción de calcio.

El queso constituye un importante derivado de la leche, consumido desde la más remota antigüedad —se supone más de 4.000 años— en muy diversas formas de elaboración que conducen, actualmente, a más de 400 variedades

¹⁸⁵ AL-ṬIGNARĪ, *Zahr al-bustān wa-nuzhat al-adḥān*, ms. núm. 1.260 D, pág. 60, y ms. núm. 1.674, págs. 71, ambos de la Biblioteca General de Rabat.

¹⁸⁶ AL-ṬIGNARĪ, *Zahr al-bustān wa-nuzhat al-adḥān*, ms. núm. 1.260 D, pág. 59, y ms. núm. 1674, pág. 69.

¹⁸⁷ AL-ṬIGNARĪ, *Zahr al-bustān wa-nuzhat al-adḥān*, ms. núm. 1.674, pág. 71, y ms. núm. 1.260 D, pág. 60.

¹⁸⁸ Esta opinión generalizada sobre las propiedades del queso la comparten, entre otros autores, Dioscórides, Averroes, Avenzoar, al-Arbūlī y A. Laguna. Cf. AVERROES, *Kitāb al-Kulliyāt*, pág. 133, *Colliget*, fol. 87r; AVENZOAR, *Kitāb al-Agḍiya*, fol. 5v; AL-ARBŪLĪ, *Kalām 'alā l-agḍiya*, fol. 98r; C. E. DUBLER, *Materia Médica*, III, págs. 162 y 165.

¹⁸⁹ AL-ṬIGNARĪ, *Zahr al-bustān wa-nuzhat al-adḥān*, ms. núm. 1.674, pág. 71, y ms. núm. 1.260, pág. 60.

des. No contiene todos los constituyentes de la leche y, por su composición, se le considera como un alimento «protector», «complementario», especialmente en la alimentación a base de cereales, por su alto contenido en proteínas de elevado valor biológico y, según el tipo, en materia grasa¹⁹⁰.

En el proceso de transformación de la leche en queso se producen una serie de modificaciones en su valor alimenticio —pérdida de las proteínas solubles y de la lactosa, principalmente—. Pese a ello, los quesos son unos excelentes alimentos proteicos y fosfocálcicos; algunos tipos constituyen, además, una importante fuente de vitaminas del grupo B.

La leche también formaba parte de otros muchos preparados alimenticios: papillas y sopas, como hemos visto¹⁹¹, aparte de dulces.

En la España cristiana el queso aparece como el principal derivado de la leche. En los siglos XII y XIII, tal como nos muestran algunos documentos, los quesos de vaca y de oveja se contaban entre los beneficios concedidos a explotaciones ganaderas. Los encargados de los grandes rebaños trashumantes, que tanto desarrollo habían alcanzado en aquella época, aprovechaban, en sus largos desplazamientos, la leche de sus animales para elaborar quesos. Tal producto, a la vez nutritivo y económico, formó parte, esencialmente, de la alimentación de las clases populares, aunque en las mesas de los nobles también se consumía el «manjar blanco», la mayoría de las veces en forma de dulces¹⁹².

ARTE Y ARQUEOLOGIA

PRESENCIA HELENISTICA Y BIZANTINA EN EL ARTE OMEYA OCCIDENTAL*

BASILIO PAVÓN MALDONADO
Colaborador Instituto «Miguel Asín (C.S.I.C.). Madrid

Las últimas excavaciones e investigaciones en torno al arte omeya de España —*al-Andalus*— han proporcionado gran cantidad de estructuras arquitectónicas y formas ornamentales, de manera que todo ese material acumulado nos empuja hoy a hacer un esfuerzo de sistematización cuyo objetivo final sería tratar de esclarecer aspectos principales de la formación y evolución del arte de los omeyas de España, que, en el siglo X, alcanzó su momento álgido en los califatos de *Abad al-Rahmān III* y *al-Hakam II*.

Son todavía muchos los interrogantes que se plantean cuando atravesamos las puertas de la Mezquita Mayor de Córdoba o al visitar las ruinas de *Medinat al-Zahrā'* fundada por *Abd al-Rahmān III* en el año 936. En ambos conjuntos monumentales admiramos un arte desconcertante por su variedad de formas elaboradas con una técnica exquisita al borde de un virtuosismo equiparable a la Roma clásica y Bizancio. No es nada fácil valorar ese arte hispano al que se le ha llamado, a la altura del siglo X, milagro cordobés y que es, por añadidura, un arte nacional, el arte hispanomusulmán¹.

Este arte de *al-Andalus* es un raro, exquisito y compacto tejido confeccionado con hilos multicolores: es el blanco del mármol de la Antigüedad, la viva y radiante filigrana ornamental —floral y geométrica— en que participan Roma, Bizancio y vegetales detectados en las construcciones omeyas y abbasies de Oriente; figura el arco de herradura de los visigodos y, bien arraigado, el llamado «horror vacui» del Islam que obtenido por la acumula-

* Este estudio fue leído en las *III Jornadas sobre Bizancio* organizadas por la Asociación Cultural Hispano-Helénica. Instituto «Antonio de Nebrija», Instituto Rodrigo Caro», del CSIC, la Fundación Pastor de Estudios Clásicos y el ICE de la Universidad Complutense. II-13 de mayo de 1983. Madrid.

¹ GOMEZ-MORENO, MANUEL *Ars. Hispanie, III*; TORRES BALBÁS, LEOPOLDO, *Arte Hispanomusulmán hasta la caída del Califato de Córdoba*, en *Historia de España*, dirigida por Ramón Menéndez Pidal, V, Madrid, 1957; TERRASSE, HENRI, *L'art hispano-mauresque des origines au-XIII^e siècle*, París, 1932.

¹⁹⁰ A. L. MONTES, *Bromatología*, I, pág. 123.

¹⁹¹ Sobre las sopas y gachas preparadas con leche, véase la primera parte del trabajo, en *Andalucía Islámica. Textos y Estudios*, II-III (1981-1982), 170-173.

¹⁹² M.^a C. CARLÉ, «Notas para el estudio de la alimentación», págs. 279 y 329-330.