

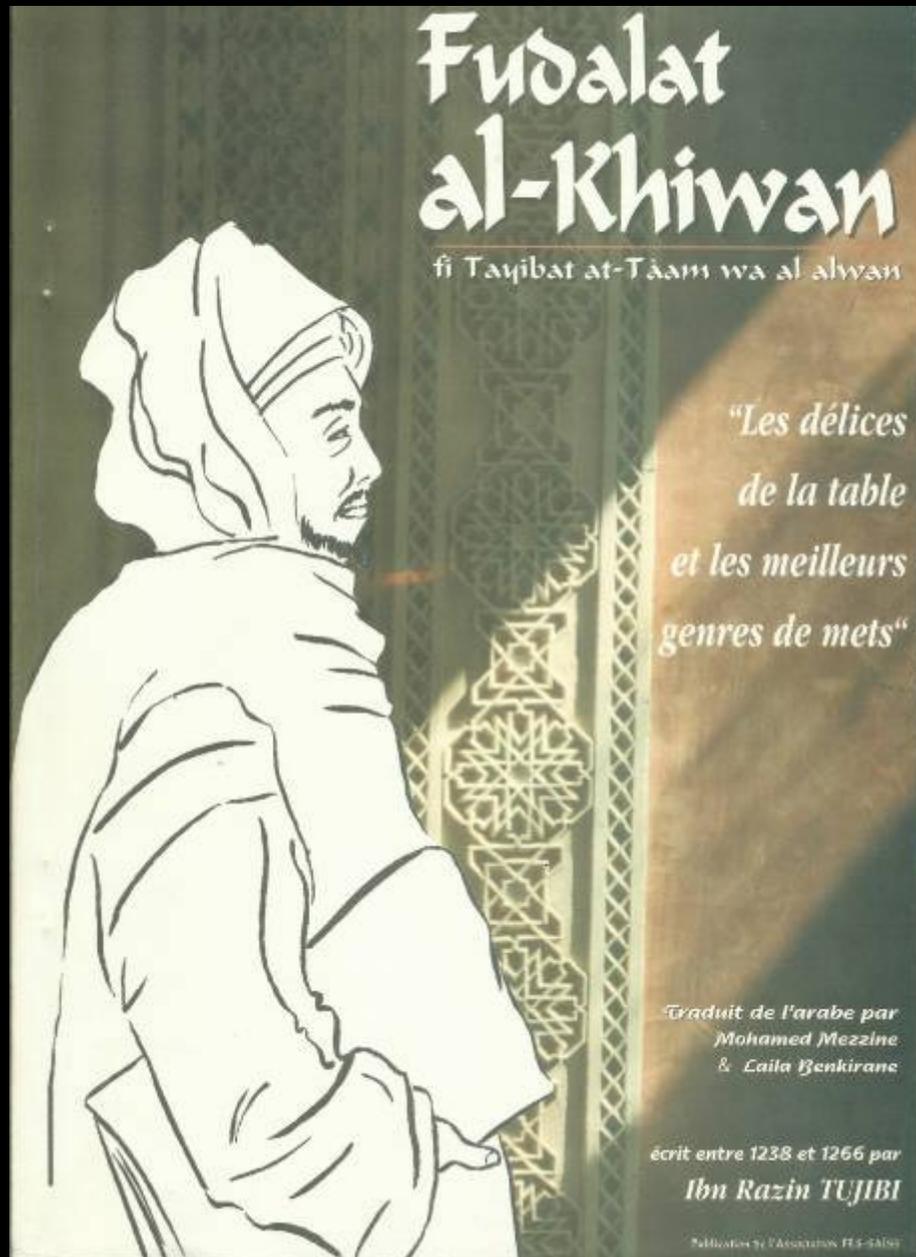
# À Volta da Mesa na Idade Média

## Convento de Cristo

Tomar, 29 de outubro de 2014

Virgílio Nogueiro Gomes

[www.virgiliogomes.com](http://www.virgiliogomes.com)



A fixação no tempo, da  
Época Medieval, deveria ser  
o primeiro propósito.

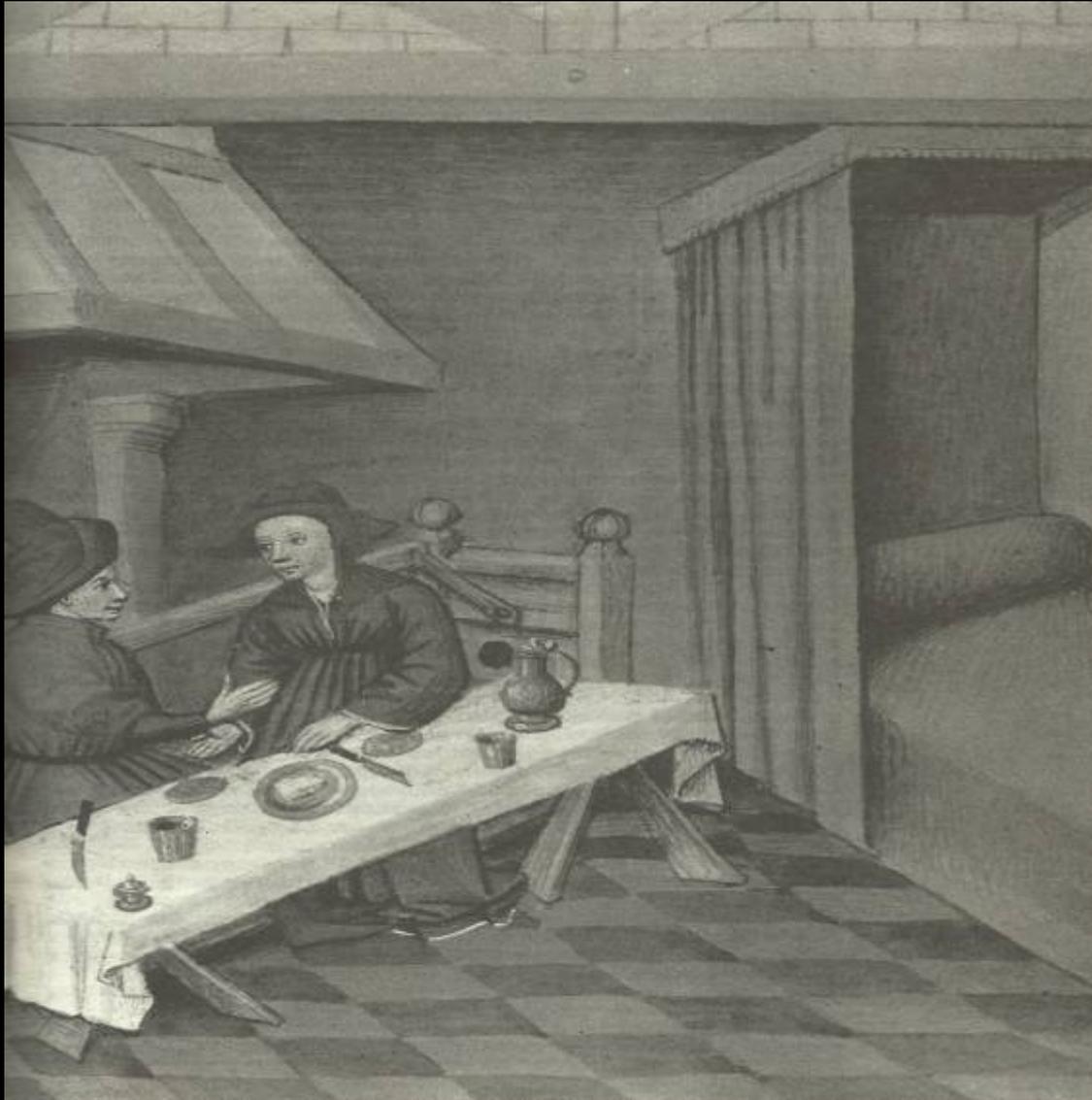
Por facilidade admitamos,  
sendo generosos, que  
termina com a descoberta  
do Brasil...!



Tem sido difícil caracterizar a alimentação em Portugal por épocas distintas.

A documentação é escassa e a existente faz referência às mesas abastadas.

Dispomos também das crónicas reais que não apresentam os hábitos alimentares gerais.

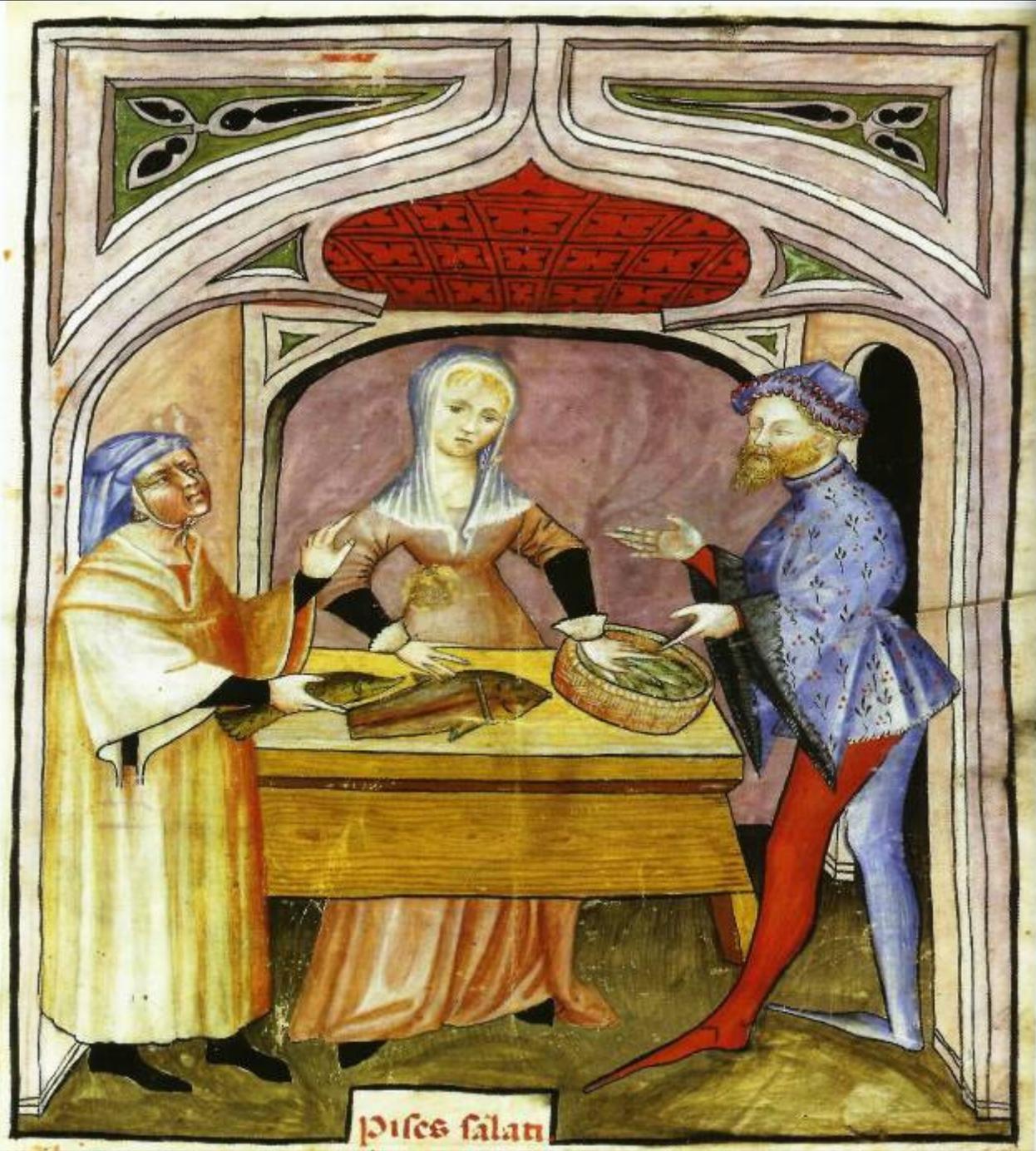


Dispomos ainda de registos interessantes como são os inventários por morte, mas aqui, também os existentes dizem respeito a casas abastadas.



Está na memória de todos a excelente obra que é o Leal Conselheiro de D. Duarte, pai de D. Afonso V. muito embora as preocupações do monarca fossem especialmente dirigidas aos que padeciam de "freima" (azia), podemos retirar desta obra referências importantes quanto ao desregramento alimentar e sobretudo ao álcool que o acompanhava. Aqui encontramos naturalmente referência específica a alguns alimentos.





Pisces salati





A alimentação era baseada em pão, que se fazia de várias farinhas.

O trigo era, no entanto, o cereal por excelência. E o pão tinha tanta importância que D. Afonso V chegou a estabelecer, e deixar registado, o ordenado de regueifeira de sua casa.

Outra base da alimentação era o peixe. Não só por obrigação que a Igreja impunha (chegava-se a ter 132 dias de jejum obrigatório), como também pela facilidade de conservação pela secagem.





6. Encontro de D. João I com o duque de Lancaster.  
(British Library / Akg - images / AIC)





Não devemos esquecer que foi a pedido de D. Afonso V que o rei Constantino I da Dinamarca fez uma expedição aos mares do norte para a pesca do bacalhau, expedição na qual tomou parte o português João Corte Real.



A carne, sobretudo grelhada ou assada no espeto, era orgulho das mesas ricas. E devemos pensar que já seriam temperadas com as especiarias que não nos chegaram só com as Descobertas.

D. Dinis, já no seu inventário, tinha vários tipos de pimenta, gengibre e vários açúcares.

As especiarias já eram vendidas nalgumas feiras por árabes que tinham o seu exclusivo.



A castanha representava um papel importante com funções aproximadas das que encontramos hoje para a batata.

Legumes enriqueciam sopas completas e raramente eram guarnição de mesas ricas.

Fruta havia muita, sendo apreciados os figos, melões e romãs.



Não nos imaginamos nesta época a comer em restaurantes, nem sequer de garfo.

Sabemos de paradeiros (estalagens) onde, para obrigar os clientes a beber mais, se assavam febras de porco na brasa.

Admitimos ainda que já nesta altura existisse o famoso e precursor dos self-services, O Mal Cozinhado, situado nas traseiras dos Paços Reais, na Ribeira Velha, entre o actual Terreiro do Paço e o Cais do Sodré, que era "... um labirinto de sujas e imundas tabernas, montadas em toscas cabanas de madeira, mal cobertas de colmo, pegajosas de fumo e de azeite". Apenas se servia peixe frito e assado, e o pão podia-se trazer de casa ou comprá-lo na loja mais próxima, assim como o vinho.

ACTA UNIVERSITATIS CONIMBRIGENSIS

O "LIVRO DE COZINHA,"  
DA INFANTA D. MARIA DE PORTUGAL

PRIMEIRA EDIÇÃO INTEGRAL  
DO CÓDICE PORTUGUÊS I. E. 33.  
DA BIBLIOTECA NACIONAL DE NÁPOLES

Leitura de  
GIACINTO MANUPPELLA e SALVADOR DIAS ARNAUT  
Prólogo, Notas aos textos, Glossário e Índices de  
GIACINTO MANUPPELLA

Introdução histórica de  
SALVADOR DIAS ARNAUT



POR ORDEM DA UNIVERSIDADE

1 9 6 7

Os doces eram raridade pois ainda não tinha chegado o açúcar de cana dos Brasis.

Dado o preço elevado do açúcar, o seu trabalho estava destinado a actividades domésticas e apenas as mulheres o podiam trabalhar ou vender nas ruas.

© Virgílio Nogueiro Gomes

Esta é a receita da galinha cozida e ensopada <sup>1</sup>

XXIII

- r Tomarão esta galinha e cozê-la-ão com salsa e coentro e hortelã e cebola. Então deitar-lhe-ão sua têmpera de vinagre e, depois dela temperada e cozida, tomarão este caldo e deitá-lo-ão numa púcara, e pô-lo-ão a ferver noutra, e deitar-lhe-ão dentro na mesma panela meia dúzia de ovos; e com este mesmo caldo dos ovos tomarão dois pares de gemas de outros ovos e batê-los-ão e farão um caldo amarelo; e então tomarão a mesma galinha e pô-la-ão num prato com suas fatias de pão debaixo; e depois desta galinha posta nas fatias, pôr-lhe-ão os ovos que estão cozidos por derredor, e então deitar-lhe-ão o mesmo caldo amarelo dos outros ovos por riba, e deitar-lhe-ão canela pisada por riba.