DOCERÍA TRADICIONAL GALEGA (I)

A repostería galega actual, igual cós demais aspectos relacionados coa vida cotiá é froito dunha longa evolución na que influíron os cambios na produción e na economía agrícola, nos ingredientes ou nos instrumentos, os avatares do comercio, os avances técnicos en procedementos de elaboración, as modas ou, simplemente, as diferentes ideas e conceptos sobre a alimentación. En calquera caso, non hai datos seguros para todo o período anterior ó século XVI, polo que ata ese momento a reconstrución desta parcela concreta da nosa historia é difícil e debe levarse a cabo con moita precaución.

A Idade Antiga

Neste aspecto a Antigüidade é un período bastante escuro. Sabemos que unha parte dos ingredientes tradicionais estaban xa aí como os ovos, a fariña ou o mel, pero non hai noticias do seu uso en preparacións doces. As froitas, sobre todo as silvestres ou as castañas, estaban integradas posiblemente xa na dieta daqueles quen habitaban os castros, pois aparecen nas diferentes análises polínicas, pero nada induce a pensar na súa transformación en algo máis elaborado.

Mural con motivo de froitas dunha casa de Pompeia

Non obstante, as froitas foron e son unha das sobremesas preferidas dos galegos e así continuou sendo durante a dominación romana cando a variedade de froitos dispoñibles se incrementou ó introducirse novas especies como a videira e a figueira; da toponimia podería deducirse a presenza nos campos galegos doutros frutais que, posiblemente, se aclimataron tardiamente como as maceiras, pereiras, abeleiras, cerdeiras, ameixeiras, etc.

Os romanos, porén, incluían os doces nos seus menús de modo habitual, segundo

se deduce dos testemuños literarios e do completo receitario de Apicio (*De re coquinaria*). Elaboraban pasteliños de froitos secos edulcorados con mel e especiados, chulas, cremas como a *Tripantina* –en certo modo parecida á crema pasteleira–, *Melca* (leite callado con mel, *garum* e especias) ou tortillas de ovo con mel. O doce máis popular era a *Placenta*, unha especie de milfollas de queixo fresco e mel. É posible que estes doces estivesen presentes nas principais mesas de *Gallaecia*, sobre todo en lugares como a vella Lucus Augusti (Lugo).

Un elemento característico da cociña romana pervivirá durante moito tempo, o gusto polo uso de especias e a convivencia dos sabores contrapostos (doce/salgado, agrio/amargo) nun mesmo prato.

A Idade Media

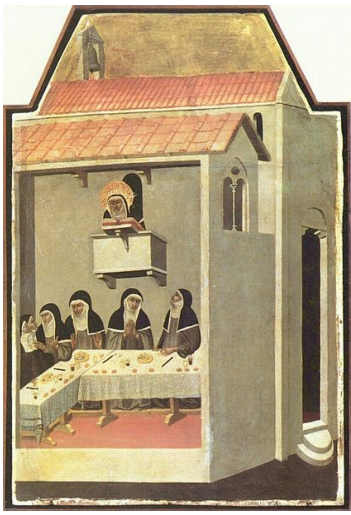
Os hábitos alimenticios dos galaico-romanos mantivéronse durante boa parte da Idade Media, entre outras razóns, porque apenas houbo cambios na produción agrícola e os contactos comerciais diminuíron considerablemente ata a súa recuperación na Baixa Idade Media. Nestes séculos que nos levan á Modernidade encontraremos as primeiras noticias que, aínda que inseguras, se refiren a algunhas preparacións reposteiras galegas.

Viandas dun banquete (Pazo de Xelmírez)

O período medieval ten, no ámbito culinario, unha personalidade propia e a súa influencia perdurará durante moito tempo. O sistema alimentario da Alta Idade Media caracterízase pola súa diversidade; nel predominan os produtos de orixe agraria pero tamén están presentes a carne e o peixe. Esta variedade vai desaparecendo a medida que se desenvolve e consolida o modelo de relacións sociais, políticas e económicas que coñecemos co nome de Feudalismo ou Réxime Feudal e que levará consigo un desigual reparto dos recursos dispoñibles. Cada grupo social terá ó seu alcance unha parte (distinta en calidade e cantidade) da produción agrícola e gandeira e daqueles alimentos que

distribúe o comercio. Formaranse, así, sistemas alimentarios específicos pois cada clase atribúe ós alimentos e ós súas elaboracións distinto valor, de modo que a mesa se transforma nun poderoso elemento de identidade colectiva. Non existe, xa que logo, unha cociña medieval senón varias que coexisten.

Os señores gardan para si os mellores produtos procedentes dos seus dominios, enviando o resto ós mercados. Na súa mesa están presentes o pan de trigo e o viño de maneira cotiá, a carne –sobre todo de ave, que é considerada máis fina e apropiada– e o peixe –nos días de abstinencia–; e condiméntanse os pratos con especias que son máis exóticas canto maior é a riqueza da casa. Os seus cociñeiros elaboran complexas preparacións que normalmente difiren bastante das que se serven nas mesas humildes pero que gardan considerable parecido coas doutras casas nobres. Trátase dunha cociña cortesá, internacional e cosmopolita, pensada para se diferenciar duns e identificarse cos iguais.



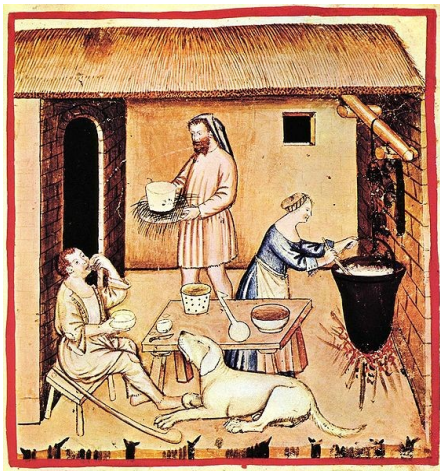
Xantar nun mosteiro feminino

Un segundo sistema alimentario é o do clero. A pesar dos desvíos da vida monástica en relación coas diversas regras fundacionais a causa do progresivo enriquecemento dos mosteiros e o progresivo abandono do traballo manual, a dieta dos relixiosos e relixiosas ten unhas pautas específicas. Esta é rica en verduras e legumes e inclúe tamén ovos, queixo, peixe e froita, e consiste en comidas frugais cuxa monotonía se rompe con pitanzas extraordinarias con motivo das festas do ciclo litúrxico ou do santo fundador. Nestes días o pan é branco e engaden especias ós pratos e ó viño.

Xantar no camiño

A alimentación dos grupos populares está condicionada pola súa capacidade de

acceso ós diferentes produtos. Os campesiños deben entregar unha parte importante da súa colleita ós señores e, ademais, deben vender outra fracción para obter diñeiro en metálico co que poder facer compras de primeira necesidade como a sal ou pagar as rendas en moeda. Iso obriga a que certos alimentos como aves de curral, queixos, peixe e ovos ou viño se consuman só en ocasións especiais, sendo o seu destino habitual o pagamento da renda feudal ou a venda no mercado. A autosuficiencia alimentaria é o obxectivo perseguido por todas as familias.



Elaboración de queixo

A expansión do trigo e outros cereais panificables foi converténdoos no centro da alimentación cotiá. Consúmense panificados pero tamén en fórmulas menos elaboradas como as papas ou as tortas. Os legumes e os produtos da horta completan a dieta.

Son, como se di, tres modelos diferentes que responden ás circunstancias concretas de cada grupo. Así, no imaxinario colectivo, a alimentación abundante, que inclúe importantes cantidades de carne e viño, adscríbese á nobreza, convértese en símbolo de poder, fonte de enerxía física ou potencia sexual e tradúcese nunha das principais manifestacións da alegría de vivir e a felicidade.

Ningún destes sistemas alimentarios parece coñecer o concepto actual de sobremesa, se ben a nobreza e o clero (nos seus días de festa) consumían doces, aínda que estaban desaconsellados polos médicos, e froita. De feito, a cociña baixomedieval, sobre todo a dos adiñeirados, ten gusto polo contraste de sabores e a profusión de especias (que presentan unha variedade crecente) e iso ten o seu reflexo nas preparacións doces.

Entrada dunha colmea nunha vivenda labrega. O mel era o edulcorante das xentes comúns

No ámbito ibérico interaccionan, ademais, dúas tradicións diferentes que deixarán a

súa marca en todos os aspectos da vida cotiá, entre eles na gastronomía. Esta convivencia das culturas romano-cristiá e musulmá admite niveis diferenciados en función da maior ou menor exposición ás influencias da cultura de Al-Andalus pero o certo é que tan sequera lugares tan afastados dela como Galicia se viron libres do seu influxo. Ambas as dúas tendencias superpóñense e inflúen nos xa mencionados modelos alimenticios.

A chegada dos árabes deu un novo impulso á agricultura do sur e levante español, creando verdadeiros verxeis: cultivaban, ademais do trigo e a oliveira, gran variedade de verduras, hortalizas e froitas, como cereixas, peras, figos, granadas, dátiles, limóns, laranxas, cidras e uvas. A cana de azucre, importada desde Exipto, adaptouse tamén ó clima mediterráneo. En lugares como Alacante, Málaga e Almería cultivouse a amendoeira, cuxo froito era moi utilizado en cociña e sobre todo nos labores de docería.

Da literatura gastronómica árabe que chegou ata nós, dedúcese que a cociña arábigo-andaluza era dunha variedade e complexidade que a diferenciaba claramente do resto de cociñas islámicas.

Os musulmáns españois eran moi afeccionados ós doces e este gusto deixou boa pegada na docería tradicional ibérica. Das sobremesas árabes, aquelas que perduraron son as que teñen como base a améndoa e o mel: o *alajú* (pasta de améndoa, noces e piñóns, pan relado tostado, especias e mel que se amasaba e enfornaba); a pasta de *almorí* (de fariña con mel, pasas, piñóns, abelás e améndoas, que servía para facer unhas tortas que se cocían ó forno); a *talvina* (sobremesa con leite de améndoa, pistachos e mel que se servía fría); ou o *murrabbá* (cocción de froitas con azucre, tamén denominada *jalea*, nome que prevaleceu ata os nosos días).

Alajú

A cociña arábigo-andaluza tivo a súa influencia na nosa cociña tradicional, sobre todo na elaboración de sobremesas, pois é indubidable que nela está a orixe dalgúns dos doces consumidos na Galicia do Antigo Réxime como os turróns, os mazapáns ou os

amendoados.

As tradicións locais –imbuídas das culturas romana e cristiá– son a base dos nosos doces que, como o resto da sociedade responden a códigos distintos segundo a posición de cada cal. A docería medieval ibérica é bastante descoñecida para todo o período anterior á aparición dos primeiros receitarios e, aínda para entón, os datos dispoñibles só nos permiten achegarnos ás sobremesas dos señores que, como xa se sinalou, tiñan un carácter internacional. Este grupo, para o que a liberalidade é reflexo da súa posición dominante na sociedade, consume gran cantidade de doces nos seus banquetes e festas, de modo que chegou a consideralos símbolo do seu modo de vida.

Como outros aspectos da realidade nobiliaria caracterízanse pola súa complexa elaboración e a sofisticación dos seus ingredientes, quedando para as clases populares as preparacións máis sinxelas e asequibles. Por iso, os receitarios baixomedievais están ateigados de viandas de complexas técnicas e sabores, que requiren coñecementos específicos, medios técnicos e ingredientes só accesibles a uns poucos. O gusto xeral parece deleitarse en tres sabores básicos: forte –debido ás especias–, doce –sobre todo polo azucre– e ácido, desprezándose o amargo. As receitas coñecidas fundaméntanse, de xeito especial, na exposición deses sabores preferidos e na súa combinación, dando lugar a preparacións moi estrañas ó padal contemporáneo.

Pola contra, as xentes comúns debían concentrarse en obter o mellor partido dos alimentos ó seu alcance. O seu referente colectivo en canto a modas e gustos encóntrase nas clases altas, ás que tentarán imitar, sobre todo a burguesía urbana.

Tendo en conta estas consideracións e a escaseza de fontes documentais que soporten unhas conclusións categóricas sobre o tema, pode debuxarse un primeiro panorama sobre as sobremesas da Galicia medieval.

Unha orixe canto menos medieval podería atribuírse –aínda que con precaucións– a

receitas sinxelas como as filloas, os pans doces (do tipo de regueifas e roscóns), algúns pratos de froitas cociñadas. Posiblemente tamén neste período confeccionábanse en Galicia confeitos sinxelos de froitas como o piñonate, o *calabazate* ou o diacitrón.

As filloas son unha sobremesa dunha antigüidade que non pode discernirse e tampouco pode establecerse a súa posible orixe (local ou foránea). Si consta que eran un dos produtos que os monxes do mosteiro de Santa María de Oseira esixían en pagamento dos foros: *et cada anno por dia de San Martino daredes por foros quatro moravedis de brancos et hun boo porco çevado con pam et con vinno et tres sartanadas de boas filloas*. Do contexto non pode deducirse que se consuman como sobremesa, nin tan sequera doces, senón máis ben como un substituto do pan acompañando ó caldo ou pratos similares, tal e como hoxe en día se fai nalgunhas bisbarras. O seu enriquecemento con mel, e máis tarde con azucre, tivo lugar nun momento impreciso, pero posiblemente non moi tardío, posto que se trata só da mellora dunha receita preexistente. Outro tanto pode dicirse da súa elaboración co óleo da fariña, pois quizais ata o abaratamento do trigo, no século XX, se empregaron na confección do amoado outras fariñas como a do centeo ou, mesmo, a de castaña.

Os pans e bolas doces, roscas, roscóns e todos os seus conxéneres nacerían, como de maneira moi acertada indican Fina Casalderrey e Mariano García, como preparacións derivadas e relacionadas co proceso de panificación. Tal e como afirman estes autores, estes pans esponxosos e con ovos son considerados unha lambetada, aínda cando non levan azucre ou outro edulcorante. A súa elaboración é sinxela e apenas difire da do pan que se amasa e coce na casa ou no forno comunal, pero a adición dalgún ingrediente extraordinario á receita básica como serían ovos, mel (logo azucre) ou, mesmo, froitos secos o fan diferente e insiren o produto resultante no contexto sinalado. O seu contorno de elaboración e os seus ingredientes (salvo o azucre que é seguramente de introdución recente) permítennos clasificalos como pertencentes ós sabores máis antigos e ás clases populares.

Pan doce

Da progresiva evolución da masa de panificación ós bolos doces dan testemuño

algunhas especialidades que aínda se elaboran: os bolos de pan apenas cocidos, coñecidos como fugazas ou bolas de liscos, ou os que se preparan con cereais diferentes ó trigo, como a bola de auga fría de Navia de Suarna ou as roscas de fariña centea que se facían ata hai pouco en Ourense. Unha mención específica merecen as regueifas e outros pans que ata non moito se ofrecían e consumían nos casamentos. O termo "regueifa" emprégase na Galicia medieval para designar, segundo cabe deducir dos testemuños conservados, a un pan que se comía en días especiais e que estaba confeccionado integramente con fariña de trigo. Esta acepción do termo úsase aínda nalgunhas bisbarras de Galicia, mentres que noutras se emprega para designar un bolo doce que se adorna con cintas ou froitas e que pode adoptar a forma de rosca. Esta tradición, que apenas se conserva hoxe en día no contexto orixinal dos banquetes nupciais, persiste en diferentes doces e ten a súa orixe, sen dúbida, nunha reelaboración dese pan para ocasións especiais.

Froitas exóticas, como o limón, eran comúns nas zonas costeiras a finais da Idade Media

As froitas foron a sobremesa máis común do período medieval, se ben non tiñan por entón ese lugar tan preciso ó final da comida. Dadas as limitacións da produción agrícola de Galicia, as froitas eran absolutamente necesarias para alcanzar un equilibrio dietético. Por iso resulta doado encontralas nas épocas de colleita coas distintas especies que permitía a variedade estacional, para consumilas en calquera momento e en diversas formas. Nas mesas de alcurnia, e ata moi entrada a Idade Moderna, as froitas comíanse tamén como entrante; existía ademais unha distinción de froitos, segundo as súas características, que prescribía por exemplo que os de zume eran servidos como entrante.

Segundo se deduce dos documentos forais, o campo galego caracterizábase pola súa diversidade de produción: cereais, legumes, horta e froiteiras. O pagamento da renda foral ou dunha parte dela en froita indícanos que, polo menos en certas zonas, as colleitas eran importantes; o feito de que grandes propietarios eclesiásticos e laicos encargasen especificamente este tipo de pagamento nalgúns lugares parece indicar que ou ben había

zonas con certa especialización froiteira ou ben que algunhas producións locais se caracterizaban pola súa calidade.

O destino destas producións froiteiras unha vez chegadas á casa señorial é descoñecido, se ben unha parte, igual que debía ocorrer coa que se quedaban os campesiños, se destinaba á venda no mercado, mentres que outra quedaba almacenada para o seu posterior consumo. A profusión e amplísima difusión das conservas de froitas nos anos centrais do século XVI induce a pensar que se elaboran en Galicia desde moito antes, se cadra desde a segunda metade do século XV. Entre as conservas atópanse: o doce de marmelo, o *almendrate*, o piñonate, o *calabazate*, o diacitrón ou as compotas e xeleas de froitas que se obteñen mediante a cocción das diversas froitas en xarope, procedemento que facilita a súa conservación e lles engade un toque sofisticado. A intervención do azucre na súa elaboración restrinxe o seu consumo ás clases dominantes e, aínda entre elas, debeu ser un manxar especialmente exótico ata que se estabilizou a provisión e distribución deste edulcorante.

Daquela dará lugar a unha pequena revolución tanto na alta cociña como na dozaría das xentes comúns, pero esa é outra historia.