

*Los recetarios de mujeres y para mujeres.
Sobre la conservación y transmisión
de los saberes domésticos en la época moderna*

MARÍA DE LOS ÁNGELES PÉREZ SAMPER
UNIVERSIDAD DE BARCELONA

En la encrucijada entre historia de la mujer e historia de la vida privada, historia de la alimentación e historia de la medicina, encontramos unas interesantes obras, unas manuscritas, otras publicadas, que podríamos denominar recetarios femeninos, libros de mujeres y para mujeres. Tienen tipologías distintas y sus autores también son muy diversos, comenzando porque unos recetarios son obra efectivamente de mujeres y otros son obra de hombres que los hacen pensando en las mujeres y dedicándoselos a las mujeres. Son eslabones de la larga cadena que, a través de los siglos, ha conservado y transmitido de madres a hijas, de generación en generación, los saberes domésticos. Saberes que son también un posible objeto histórico. Gusto, salud y belleza resultan claves útiles, por ejemplo, para la historia de la mujer y de la familia, para la historia de la vida privada y del ámbito doméstico, para la historia de la alimentación y del cuidado del cuerpo. Pero todavía más, los recetarios constituyen una fuente valiosa, no sólo para los temas concretos que hemos señalado, sino también para completar la reconstrucción de la historia moderna en su sentido más total, pues proporcionan múltiples indicaciones sobre la economía, la sociedad, la mentalidad y la cultura de la época.

En la España moderna recetarios existían de muchas clases y procedencias, destacando los grandes recetarios de cocina, fundamentalmente de cocina artesana, de cocina conventual y de confitería, así como los recetarios médicos y en último término los recetarios de belleza. Aunque algunas de estas obras están explícita o implícitamente dedicadas a las mujeres y ellas son sus destinatarias principales, rara vez son las autoras, dadas las limitaciones profesionales y culturales que el género femenino padecía en la época moderna. Tra-

bajos de aficionados y trabajos de profesionales, la cúspide de la pirámide estaba siempre ocupada por los hombres. La división sexual del trabajo, según se hallaba establecida por la sociedad patriarcal del Antiguo Régimen, apartaba a las mujeres de los ámbitos públicos y las dirigía hacia el ámbito privado, encargándolas del cuidado del marido y de los hijos y de las tareas domésticas. Fray Luis de León en la «perfecta casada» proponía un ideal de mujer que comenzaba por ser una buena esposa y una buena madre y que se completaba con la dedicación a las tareas del hogar, considerando el trabajo doméstico como el «oficio de la mujer»¹.

Una gran responsabilidad femenina consistía en cuidar la salud en el ámbito doméstico. Eran los hombres los que estudiaban medicina en las universidades y ejercían la carrera tratando de curar a los enfermos con ciencia culta hecha en latín, pero eran generalmente las mujeres las que velaban diariamente por la salud de sus familias y siguiendo la tradición popular repartían remedios caseros para las enfermedades comunes y corrientes, como dolor de oídos, tos, asma, dolor de muelas, heridas, inflamaciones, diarreas, y cuidaban a los enfermos de la casa, con mayor o menor asistencia de un médico, según las condiciones económicas y las disponibilidades sanitarias del momento². En la vida de la mujer tenían gran protagonismo los embarazos, los partos y el periodo de lactancia, siendo generalmente comadronas o simplemente mujeres experimentadas las que asistían a las madres y a los hijos en el momento de dar a luz³. La solidaridad femenina se ponía especialmente de manifiesto en estos momentos difíciles.

Pero asegurada la salud era también, muy importante, preocuparse por la belleza. El capítulo de la cosmética reúne higiene, salud, belleza y una fuerte carga de erotismo. El cuidado del cuerpo y más especialmente el cuidado del cuerpo femenino tiene mucho que ver con el sexo y con las artes amatorias. La mujer quiere estar bella, desde luego para satisfacción de sí misma y, a veces, para envidia de las demás mujeres, pero también para conquistar al hombre o para mantener su interés. A través de estas recetas cosméticas se pueden dedu-

¹ Fray Luis de León: *La perfecta casada*, Salamanca, 1583. Sobre el trabajo de la mujer en el ámbito doméstico véase por ejemplo Mariló Vigil: *La vida de las mujeres en los siglos XVI y XVII*, Madrid, Siglo XXI, 1986. Carlos Gómez-Centurión Jiménez: «La familia, la mujer y el niño» en J.N. Alcalá-Zamora (dir.): *La vida cotidiana en la España de Velázquez*, Madrid, Temas de Hoy, 1989.

² María del Carmen Simón Palmer: «La higiene y la medicina de la mujer española a través de los libros (Siglos XVI y XVII) en M.A. Durán (ed.): *La mujer en la historia de España*, 1984.

³ Damián Carbón: *Libro del arte de las comadres o madrinas, y del regimiento de las preñadas y paridas, y de los niños*, Mallorca, 1541.

cir los cánones de belleza de la época, que concuerdan perfectamente con los testimonios iconográficos y literarios. La mujer ideal debía ser toda ella de piel muy blanca, de cabellos largos y preferentemente rubios, mejillas sonrosadas, tez muy tersa y sin pecas, manchas ni granos, labios muy rojos y dientes muy blancos. El modo de conseguir corregir las imperfecciones de la naturaleza y realzar las cualidades, para acercar a la mujer concreta al canon de belleza femenina imperante, tenía mucho de vanidad, pero era, también, una cuestión de necesidad, pues suponía una vía conveniente, junto con una buena dote, para ayudar a conseguir marido, finalidad esencial para casi todas las mujeres de la época. Algunas recetas eran fáciles y sus ingredientes baratos y asequibles, otras eran caras y complicadas, por lo que no se hallarían al alcance de todas las mujeres, sino sólo de las más ricas y privilegiadas⁴.

Resulta importante señalar que la cosmética, con todo lo que implicaba de conocimiento de las propiedades de las plantas y de otros productos, no era sólo un saber especializado y profesional de boticarios, sino uno de los saberes femeninos comunes. Sin embargo, en muchas de las recetas se detecta la tradición culta, combinada con la tradición popular. Los antecedentes de conocimientos cultos se remontan a la Antigüedad clásica —Hipócrates y Galeno—, incorporando también al mundo árabe —Avicena y Rhazes—.

En el ámbito de la alimentación el reparto de papeles entre hombres y mujeres también resultaba igualmente muy significativo. Aunque la totalidad de famosos tratados culinarios publicados en España en la época moderna estaban firmados por hombres, generalmente grandes cocineros de la Corte, la alimentación de la familia en la casi totalidad de los hogares se hallaba reservada a la mujer. Pero no eran sólo los célebres cocineros de la Corte los representantes del trabajo profesional, existían también, aunque más modestos y desconocidos, muchos otros profesionales que tenían lo relacionado con la alimentación por oficio y que nos han dejado asimismo sus testimonios. Un buen ejemplo lo constituyen los confiteros. Sin embargo, tampoco en este caso aparecen las mujeres en el papel protagonista, aunque eran cientos las amas de casa que preparaban dulces y mermeladas para su familia.

También la cocina de conventos generó una abundante literatura, generalmente manuscritos, aunque también en algunos casos libros publicados, que recogían las recetas habitualmente empleadas en la cocina, pero también el modo de hacer conservas y la preparación de tisanas, jarabes y otros remedios caseros y algunas recetas de limpieza. Casi siempre su finalidad era el aprendizaje de los nuevos cocineros, que sin ninguna experiencia debían hacerse

⁴ José Deleito y Piñuela: *La mujer, la casa y la moda (en la España del Rey Poeta)*, Madrid, Espasa Calpe, 1946.

cargo de la responsabilidad de alimentar a la comunidad religiosa. Tal vez en esta razón se halla parte del motivo de que casi todos los recetarios de cocina conventual conservados pertenezcan a órdenes religiosas masculinas. Seguramente las mujeres se hallaban más habituadas a la cocina y no era necesario enseñarles a través de libros lo que ya conocían por la práctica. Por otra parte, los hombres tenían un mayor nivel de alfabetización y de preparación cultural y, por tanto, una mentalidad más inclinada a recurrir a la escritura, mientras las mujeres, de más bajo nivel cultural, se hallarían más dispuestas a seguir la costumbre de la transmisión oral. Pero también se encuentran ejemplos de recetarios femeninos en los conventos⁵.

En el seno de la familia, de generación en generación, el conocimiento de las cuestiones consideradas como propias de las mujeres pasaba de madres a hijas. Eran las madres las encargadas de enseñar a sus hijas a ser en el futuro buenas esposas y buenas madres y, a través de la palabra y de la observación del gesto, día tras día, se realizaba el aprendizaje de las tareas domésticas, de la cocina, de la costura, de los remedios caseros, del arreglo personal y de las miles de pequeñas cosas que una mujer debía saber. Sólo en algunas contadas ocasiones la transmisión de los saberes femeninos se realizaba a través de la escritura, tratando de fijar y conservar la memoria, salvándola del paso del tiempo, para poderla transmitir de manera fiel y completa.

La mujer, que en la España moderna no figuraba como autora de los grandes tratados culinarios cortesanos y tampoco de los recetarios conventuales y gremiales, que son obra de hombres, igual que sucede con los recetarios de medicina, obra de médicos, aparece, sin embargo, de forma breve, pero muy sugestiva, en los interesantes libros de recetas que, generación tras generación, han ido recogiendo el saber femenino al servicio de su principal misión en aquellos tiempos, el cuidado de la familia. La vida de la mujer se revela en su escondida cotidianidad en estos recetarios, que tratan en curiosa mezcolanza, fruto del azar o de los gustos particulares de sus sucesivas dueñas, de alimentación, belleza y salud, en definitiva del cuidado integral del cuerpo, su man-

⁵ Archivo del Reino de Valencia, Clero, Caja 788, n.º 54. Doc. 4.026. Real Monasterio y Convento de la Puridad. Franciscanas Descalzas. «Cuadernillo de recetas de cocina y notas diversas», escrito por Sor Clara María Suay. Giovanna Casagrande (ed.): *Gola e Preghiera. Ricette di suor Mariel Vittoria della Verde. S. XVI-XVII*, foligno, 1988. Sobre la cocina conventual femenina existen numerosos libros, reflejo de su prestigio tradicional, mantenido hasta la actualidad: Luis San Valentín, *La cocina de las monjas*, Madrid, Alianza Editorial, 1989, 156 págs.; María José Carbajo y Lola García G. Ochoa: *Los dulces de las monjas. Un viaje a los conventos reposteros de Castilla y León*, Salamanca, Junta de Castilla y León, 1990, 128 págs.; y *Cocina Monacal de las Hermanas Clarisas*, Ardatz, S.L. y S.P.A.M., S.A., 1995, 238 pp.

tenimiento, su restauración y curación, su embellecimiento. Recetas muchas veces difíciles de clasificar, pues participan de diversas facetas, a medio camino entre el alimento y la medicina o entre la medicina y la cosmética, como sucede con jarabes, letuarios y grageas, que son o pueden ser a la vez dulces, medicamentos o incluso cosméticos.

Trabajo anónimo en la gran mayoría de los casos, afortunadamente disponemos al menos de algunos recetarios manuscritos femeninos, que si bien pertenecen a grandes damas de la nobleza, que por su categoría social y cultural podían dedicarse a recoger el acervo familiar de conocimientos de cocina, cosmética, perfumería y medicina, y a transmitirlo de madres a hijas, rescataron a la vez del olvido siquiera una pequeña pero interesante parte del trabajo femenino por excelencia, el cuidado de la familia y de la casa, al que se dedicaban cientos y cientos de mujeres de la más variada condición social.

Por evidentes razones de disposición cultural, en España estos recetarios están en general relacionados con grandes casas nobiliarias y, aunque habitualmente anónimos, en ellos se citan con frecuencia encumbradas señoras. Estos manuales estaban escritos personalmente o mandados escribir por mujeres de las clases privilegiadas, que eran las que sabían leer y escribir y para las que tenía sentido recurrir a la escritura para mantener la tradición de saberes femeninos familiares en las más variadas recetas de cocina, medicina y cosmética. Sin embargo, lo femenino se impone con fuerza y no resulta difícil salvar las barreras y distancias de clase y categoría para trasladar idénticas preocupaciones, en tono menor, a una gran parte del colectivo femenino. También en las familias burguesas, campesinas y menestrales se ocupaba la mujer del sustento diario, de la conservación de los alimentos, de la elaboración de golosinas, del cuidado de los enfermos, de la limpieza de la casa y de la ropa y de su propio embellecimiento.

EL PANORAMA EUROPEO

Existen en diversos países europeos y en diversas épocas interesantes obras relacionadas con el papel de la mujer en la casa, que incluyen apartados sobre temas muy variados. La mujer es siempre la protagonista del trabajo doméstico, pero su papel en la conservación y transmisión de los saberes domésticos cambia según los casos. En líneas generales parecen dibujarse dos modelos, en función del papel social y cultural de la mujer según los países. Uno característico de la Europa del centro y del norte, especialmente inglés y también germánico, en que la autoría femenina en las obras publicadas es muy relevante. Y otro característico de la Europa meridional, Francia, España, Italia, en

que la presencia femenina resulta más reservada, se reduce al ámbito doméstico y apenas trasciende al ámbito público que supone la autoría de las obras editadas.

En la Baja Edad Media, en el paso del siglo XIV al siglo XV, podemos encontrar en Francia un libro muy significativo, el *Mesnagier de Paris*⁶, uno de los principales libros de cocina franceses de la Edad Media, junto *Le Vian-dier* de Taillevent. Aunque el autor no fue una mujer, estaba claramente destinado a una mujer y trata de la mujer como esposa y como ama de casa. El libro fue obra de un maduro burgués parisino, un magistrado, preocupado por la educación de su joven esposa. Para convertirla en una buena ama de casa le dirige una verdadera enciclopedia doméstica, recopilando una serie de conocimientos muy diversos, fruto de la experiencia y de otros libros, unos identificados y otros no. Comenzaba por tratar las virtudes morales que debían caracterizar a una buena esposa, insistiendo en la obediencia y la discreción y añadiendo algunos modelos de perfecta vida conyugal, y seguía después coleccionando consejos sobre los más dispares asuntos, jardinería, cetrería, remedios caseros para las enfermedades de las personas y de las caballerías, dedicando especial atención al tema alimentario, lo que convierte a la obra en uno de los recetarios de cocina más significativos de la época. El conjunto no fue nunca terminado y resulta poco uniforme, con frecuentes comentarios y digresiones.

La obra refleja la mentalidad del grupo social al que pertenece, la burguesía. Para escribir el libro, el autor se inspiró en los principios de economía burguesa, caracterizada por la moderación y el sentido común. A diferencia de los grandes recetarios cortesanos, insiste en el aprovechamiento y conservación de los alimentos, desaconseja los platos demasiado caros y calcula cuidadosamente el coste del menú de un banquete de bodas para evitar derroches innecesarios. Sin embargo, la voluntad de emular a la sociedad cortesana está presente. Muchas de las recetas de cocina estaban tomadas de otros recetarios,

⁶ Existen varias ediciones de la obra. Una edición integral, reciente y asequible: *Le Mesnagier de Paris*, París, Librairie Générale Française, 1994. *Le Livre de Poche*. El principal especialista sobre los libros de cocina en Europa en el paso de la Edad Media a la Edad Moderna es el profesor francés Bruno Laurioux. Entre sus numerosos trabajos vid: *Le règne de Taillevent. Livres et pratiques culinaires à la fin du Moyen Âge*, París, Publications de la Sorbonne, 1997. Sobre los recetarios españoles de cocina vid mi trabajo «Los recetarios de cocina (siglos XV-XVIII)» en María Grazia Profeti (ed.): *Codici del gusto*, Milán, Francoangeli, 1992, pp. 152-184. Y en colaboración con María Mercè Gras, «Els receptaris de cuina a l'època moderna» en *I Col·loqui d'Història de l'Alimentació a la Corona d'Aragó*, Lleida, Institut d'Estudis Ilerdencs, 1995, vol. 2, pp. 813-835.

especialmente del *Viandier* de Taillevent, exponente de la más alta gastronomía de la época. Pero el autor realizó un esfuerzo para hacerlas más claras y comprensibles, explicando, por ejemplo, la manera de reconocer la calidad de los productos o cómo identificar las diversas partes de un animal. Este objetivo pedagógico resulta muy característico de la obra.

Mucho tiempo después, en el siglo XVIII, aparece en Francia un recetario de cocina, obra de un hombre, pero que se titula significativamente *La Cuisinière Bourgeoise*, que se convertirá en el libro de cocina más reeditado durante la segunda mitad del siglo XVIII. Su autor era Menon, un cocinero del que nada se sabe, pero se dirigía a las mujeres, pues eran las encargadas de cocinar en la mayoría de las casas. En función del público amplio al que se dirigía, con un gran esfuerzo de simplificación, hizo un libro de recetas prácticas, fáciles de realizar y más saludables. Fue esa sencillez la que propició su gran éxito, éxito además duradero, pues el libro, aparecido en 1746, fue objeto de continuas reediciones hasta finales del siglo XIX⁷. Menon, como indica en el título de la obra, «cocinera burguesa», trataba de hacer participar a la burguesía de la cocina de la nobleza y de la corte, adaptando los platos a la cocina doméstica y ciudadana. Además el género femenino de la palabra «cocinera» le confiere un claro objetivo social, la burguesía, pues en aquella época nunca la nobleza y ni siquiera la burguesía más rica y encumbrada hubiera confiado su cocina a una mujer, siendo siempre hombres los principales cocineros. En todo caso resulta interesante ese deseo de Menon de ampliar el campo de la gastronomía, por una parte hacia la burguesía, por otra parte hacia la mujer como cocinera. En principio declaraba dirigirse a cocineras profesionales, enunciando las cualidades y competencias de una buena cocinera, que no diferirían demasiado de las de un hombre que ejerciera el mismo oficio:

«Je commencerai par les qualités personnelles qu'une Cuisinière doit avoir. Elle doit être propre en tout ce qu'elle fait, épagère du bois, du charbon, et de toute autre chose à la cuisine dont elle a le maniement, douce avec les autres domestiques, pour conserver la tranquillité dans la maison; qu'elle s'applique à contenter son Maître et sa Maîtresse, et les servir aux heures qui lui sont marquées. Il est nécessaire qu'elle se connaisse en viandes, et qu'elle sache les déguiser de plusieurs manières, en poissons et légumes pour les

⁷ Menon: *La Cuisinière bourgeoise, suivie de l'Office, à l'usage de tous ceux qui se mêlent de dépenses de Maisons. Contenant la manière de disséquer, connoître et servir toutes sortes de viandes*, París, Guillyn, 1746. Ed. facsímil, Luzarches, Daniel Morcrette, 1977. Vid. Alain Girard: «Le Triomphe de la Cuisinière Bourgeoise. Livres culinaires, Cuisine et Societé en France aux XVIIe et XVIIIe siècles» en *Revue d'Histoire Moderne et Contemporaine*, vol. XXIV, año 1977, pp. 497-523.

jours maigres, en herbage et en fruit pour faire des compotes et autres choses pour le dessert, parce qu'elle tient lieu du Chef de cuisine et d'Office; les cuisinières qui n'auront point les qualités exprimées ci-dessus doivent travailler à les acquérir, et les Maîtres à conserver à leur service celles qui les auront»⁸.

En Francia el prestigio de la gastronomía era muy grande y el oficio de cocinero se tomaba muy en serio y participaba de ese prestigio, tal vez por ese motivo, aunque la casa era, como en los demás países europeos, el ámbito femenino por excelencia, la cocina, especialmente la cocina de calidad, se consideraba cosa de hombres y las mujeres no aparecían entre los autores de los numerosos libros de cocina francesa publicados en la época moderna. La presencia femenina era una excepción, debida a circunstancias especiales; por ejemplo es interesante el caso de Louise Béate Utrecht-Friedel, viuda de un célebre confitero de fines del siglo XVIII, P. J. Friedel, que había ejercido en Berlín. En 1801 esta mujer publicó en París, donde se había instalado, un libro titulado *Le Confiseur royal ou l'art du confiseur dévoilé aux gourmands*, que se convertiría en una obra clásica, con múltiples ediciones posteriores⁹. Posteriormente Madame Utrecht-Friedel publicó también un libro de cocina general, con un apartado expresamente dedicado a las confituras y conservas: *Le Petit Cuisinier habile*¹⁰.

En Inglaterra los recetarios femeninos, en cuanto obra de mujeres o simplemente dedicados a las mujeres, adoptaron una interesante tipología en la época moderna¹¹. A fines del siglo XVI y comienzos del siglo XVII aparecen unas obras específicamente inglesas entre las cuales las más representativas son en 1585 *The Good Huswives Jewell* de Thomas Dawson¹² y en 1615 *The English Hus-Wife* de Gervase Markham¹³. Aparentemente estos libros no se dirigían sólo a la alta nobleza cortesana, sino que estaban también destinados a las damas de la «gentry», como amas de casa preocupadas por las tareas domésticas, que confiaban a los criados, siempre bajo su supervisión, y en las que muchas veces participaban personalmente. Son obras complejas que reú-

⁸ Menon: *La Cuisinière bourgeoise*, París, Guillyn, 1746, pp. V-VII.

⁹ Louise Béate Utrecht-Friedel: *Le Confiseur royal ou l'art du confiseur dévoilé aux gourmands*, París, 1801. Ed. consultada, París, Tardieu-Denesle, 1818, 5.^a ed.

¹⁰ Louise Béate Utrecht-Friedel: *Le Petit Cuisinier habile, ou l'art d'apprêter les Alimens avec délicatesse et économie; Suivi d'un petit Traité sur les Confitures et sur la conservation des Fruits et Légumes les plus estimés. Par Madame ... Nouvelle édition corrigée et augmentée*, París, chez l'auteur, 1814.

¹¹ A.W. Oxford: *English Cookery Books to the Year 1850*, 1.^a ed. 1913, ed. posterior, Londres, Holland Press, 1977.

¹² Thomas Dawson: *The Good Huswives Jewell*, Londres, Edward White, 1585.

¹³ Gervase Markham: *The English Hus-Wife*, Londres, Roger Jackson, 1615.

nen recetas de cocina y pastelería, preparación del pan, instrucciones sobre la leche y la elaboración de sus derivados, mantequilla, queso, la fabricación de cerveza y la destilación de aguardientes y licores, maneras de preservar, conservar y confitar los alimentos, así como información sobre las enfermedades más comunes, con los correspondientes remedios y medicinas caseros, cosmética, hilados y tejidos¹⁴.

Según declara Markham, su libro contiene todas las cualidades interiores y exteriores que deberían encontrarse en una mujer perfecta: como su competencia en medicina, cocina, pastelería, destilación, perfumes, lana, cáñamo, lino, lechería, cervecería, panadería y otras cosas referidas a la administración del hogar. Marckham afirma que su libro se basa en un manuscrito perteneciente a una dama de alto rango, al parecer una condesa de la corte isabelina, aunque es posible que esta afirmación sea un recurso literario. En todo caso las preocupaciones de esta señora coincidirían con las de la mayoría de las señoras de la «gentry» campesina. El contexto de la obra es claramente rural. Se supone que las señoras viven en el campo o que al menos disponen de grandes jardines y huertas, donde se abastecen de alimentos. Por ejemplo, el segundo capítulo comienza señalando que las buenas amas de casa deben saberlo todo sobre las hierbas, sobre el momento adecuado para plantar las legumbres y sobre la manera de recoger las semillas para plantarlas al año siguiente. Y también se habla de la cría de animales, sobre todo de las vacas lecheras. Además *The English Hus-Wife* es la primera parte de una obra en dos volúmenes titulada *The Country Contentments*, cuyo segundo volumen trata de la caza, la equitación, la cetrería y otras actividades campestres.

El estilo de cocina que refleja el libro resulta muy revelador. Las recetas que recoge corresponden a la alimentación tradicional de las clases altas que habitan en el campo inglés, una alimentación consistente, con toda clase de «pies», de «puddings» y de conservas típicas, pero sin grandes lujos ni fantasías. La preocupación principal es que la alimentación sea sana, preparada con limpieza y se halle dispuesta a la hora, que esté elaborada con cuidado y diligencia, destinada a satisfacer las necesidades naturales y no a complacer caprichos, para saciar el hambre y no para despertar nuevos apetitos, que los víveres procedan preferentemente de la propia finca, más que del mercado, y que los platos sean sobre todo apreciados por su familiaridad que no por la rareza y el exotismo de lo ajeno y extranjero¹⁵.

¹⁴ Stephen Mennell: *Français et anglais à table du Moyen Âge à nos jours*, 1.^a ed. en inglés 1985, ed. francesa, París, Flammarion, 1987, p. 125.

¹⁵ Gervase Markham: *The English Hus-Wife*, Londres, Roger Jackson, 1615, p. 4.

En la segunda mitad del siglo XVII otra obra famosa, también obra de un hombre, hace, sin embargo, múltiples e interesantes referencias a las mujeres en cuanto amas de casa, especialmente como responsables de la alimentación de la familia y cocineras aficionadas. Se trata de *The Closet of the Eminently Learned Sir Kenelm Digby, Kt, Opened*, de 1669. Digby (1603-1665) fue un personaje importante de la corte de los Estuardos, con múltiples facetas, médico eminente, hombre de ciencia, miembro de la Royal Society, filósofo, soldado, corsario, viajero, canciller de la reina Enriqueta María durante su exilio en Francia y también cocinero. En su obra recoge una gran cantidad de recetas que atribuye específicamente a una larga lista de amigos y conocidos, que van desde grandes señores a cocineros profesionales, incluidas muchas damas. Las referencias resultan muy directas, con comentarios del estilo de «esta es la manera en que Lady Middlessex hace un “sabayon” en vasitos de pico»; «My Lady de Monmouth hace hervir un capón con caldo blanco como sigue», con almendras, pistachos y finas hierbas; receta de «Minced Pies de My Lady de Portland», a base de buey, lengua de ternera o buey, grasa de riñones de buey, pasas y corteza de limón; «My Lady de Middlesex hace un excelente slipp coat Cheese, con buena leche de la mañana, a la que añade crema. La proporción es de alrededor de un litro de crema para la misma cantidad de leche»; «jalea de manzanas. My Lady Paget la hace con sus buenas reinetas como sigue...»¹⁶.

El siglo XVIII fue en Inglaterra el siglo de oro de los manuales femeninos de administración de la casa y de cocina rural típicamente inglesa, redactados principalmente por mujeres. En algunos casos el autor era un hombre, como por ejemplo el libro titulado *The Country Housewife*, de 1727-1732, era obra de Richard Bradley, profesor de botánica en la universidad de Cambridge¹⁷. El primer libro escrito por una mujer que alcanzó un gran éxito fue *The Queen-Like Closet* de Hannah Wolley, publicado por primera vez en 1670. Siguiendo esta línea, en el siglo XVIII proliferaron los libros escritos por mujeres, que frecuentemente se presentan a sí mismas como «criadas y cocineras» al servicio de la «gentry». Entre las obras más célebres destacaremos *The Compleat Housewife* de Eliza Smith, de 1727¹⁸, *English Housewifery* de Elizabeth Moxon, de 1749¹⁹, *The Experienced English Housekeeper* de Elizabeth Raf-

¹⁶ Sir Kenelm Digby: *The Closet of the Eminently Learned Sir Kenelm Digby, Kt, Opened*, Londres, H. Brome, 1669, pp. 115, 146, 155, 226, 234, respectivamente.

¹⁷ Richard Bradley: *The Country Housewife and Lady's Director*, Londres, D. Browne, 1727-1732.

¹⁸ Eliza Smith: *The Compleat Housewife*, Londres, J. Pemberton, 1727.

¹⁹ Elizabeth Moxon: *English Housewifery*. Leeds, James Lister, 1749.

fald, de 1769²⁰, y sobre todo *The Art of Cookery Made Plain and Easy* de Hannah Glasse, de 1747²¹, sin duda la más famosa de todas, con un número enorme de reediciones²².

Estas mujeres no escribían para la alta nobleza, sino para las mujeres de la «gentry» y, en general, de la alta burguesía, que se ocupaban ellas mismas de llevar la casa y, a partir de la segunda mitad del siglo, de una manera muy explícita se dirigían a los servidores de estas señoras. De ahí la actitud dominante y los temas esenciales de las obras, economía, simplicidad, hostilidad a la cocina cortesana, especialmente a la alta gastronomía francesa de moda.

Hannah Glasse, una mujer procedente de una familia de la «gentry» campesina, que tenía sus propiedades en el norte de Inglaterra y en East Anglia, a la que un matrimonio poco conveniente y una mala administración doméstica la habían llevado a atravesar periodos de dificultades financieras, obligándola a convertirse en costurera del Príncipe de Gales, según se presentaba en la cuarta edición de su obra, se apoyaba en su propia experiencia personal para recomendar a las damas una prudente gestión del hogar y una buena instrucción de los criados en sus menesteres. Consideraba que la mayoría de los criados tenía grandes lagunas en los conocimientos necesarios para los trabajos de la casa, especialmente para la cocina, por lo tanto se proponía instruirles con su libro lo mejor que pudiera y se disculpaba por no haberlo escrito en un estilo elevado, pues había querido colocarse a la altura de los sirvientes para facilitar su comprensión²³. Hannah Glasse era partidaria decidida de la cocina tradicional inglesa y su recetario está lleno de «goose-pies», «pigeons in a hole», «mutton's legs with oysters». Condenaba duramente las caras extravagancias de la gastronomía francesa, con sarcasmos como el título del capítulo tercero, titulado «Lee este capítulo y comprenderás cuan costosas son las salsas francesas». Sin embargo, no dejaba de incluir numerosas recetas típicas de la cocina gala, como el «poulet à la Sainte Menehould», tomadas de otros recetarios ingleses, que las habían tomado a su vez de los libros de cocina franceses²⁴.

²⁰ Elizabeth Raffald: *The Experienced English Housekeeper*, Manchester, 1769.

²¹ Hannah Glasse: *The Art of Cookery Made Plain and Easy*, Londres, 1747.

²² S. Mennell: *Français et anglais à table...*, p. 142.

²³ Ed. consultada Hannah Glasse: *The Art of Cookery Made Plain and Easy; which far exceeds any Thing of the Kind yet published... by a Lady*, Londres, Strahan Rivington, etc, ed. 1778, p. I.

²⁴ Jennifer Stead: «Quizzing Glasse: or Hannah Scrutinesed» en *Petits Propos Culinaires*, vol. 13, año 1983, pp. 9-24 y vol. 14, año 1983, pp. 17-30.

Pese a su prestigio y a su prudencia económica, Hannah Glasse fue acusada por otra autora, Ann Cook, una cocinera experimentada, en su obra *Professed Cookery*, de 1754, de incurrir en errores de técnica culinaria y de no respetar las normas de ahorro que ella misma defendía, cayendo muchas veces en la prodigalidad que denunciaba en la cocina francesa²⁵. Elizabeth Raffald en *The Experienced English Housekeeper*, de 1769, insistía igualmente en la preocupación por la racionalidad y afirmaba que intentaba siempre conciliar la economía, la claridad y la elegancia, para evitar gastos innecesarios y excesivos. También se manifestaba contraria a la cocina francesa y se disculpaba por utilizar nombres franceses para algunos de los platos de inspiración gala, aunque en su descargo declaraba que sólo utilizaba en sus recetas los ingredientes más simples²⁶. Esta preocupación será muy duradera, María Elizabeth Rundell en su libro titulado *A New System of Domestic Cookery*, de 1807, se manifestaba partidaria de combinar una buena calidad y presentación de los platos con una economía razonable y conveniente, evitando todo lujo superfluo²⁷.

En la Inglaterra del siglo XVIII también se publicaron numerosos libros de cocina escritos por hombres, pero el papel de la mujer como transmisora del saber culinario y de la administración de la casa, tanto en el campo como en la ciudad, siguió siendo esencial, pues a los libros publicados por mujeres había que añadir los numerosos recetarios manuscritos familiares, que pasaban de madres a hijas, de generación en generación. Un ejemplo puede ser el manuscrito perteneciente a la familia Bellers, titulado «*A Receipt Book Cookery*», con recetas de cocina de fines del siglo XVII y del XVIII²⁸. También las correspondencias femeninas recogen muchas referencias a recetas domésticas, por ejemplo, las cartas de la famosa escritora Jane Austen se hallan llenas de alusiones a recetas de ese tipo, aunque desgraciadamente no proporcionan las recetas propiamente dichas. Pero a partir de las referencias se puede reconstruir fielmente la cocina inglesa de la «gentry» de la época²⁹. Una famosa cocinera inglesa de este siglo, Florence White, afirmaba que en su familia las recetas de la «buena cocina campesina» se habían transmitido

²⁵ Ann Cook: *Professed Cookery*, Newcastle, J. White, 1754.

²⁶ Elizabeth Raffald: *The Experienced English Housekeeper*, Manchester, 1769.

²⁷ María Elizabeth Rundell: *A New System of Domestic Cookery; formed upon principles of economy; and adapted to the use of private families, by a Lady*, Londres, John Murray, 1807.

²⁸ *In an Eighteenth Century Kitchen*, ed. a cargo de Dennis Rhodes, Londres, Cecil Woolf, 1.^a ed. 1968, reed. 1983.

²⁹ Maggie Black y Deirdre Le Faye: *The Jane Austen Cookbook*, Londres, British Museum Press, 1995.

ininterrumpidamente de madres a hijas, con sucesivas aportaciones, desde la época isabelina³⁰.

En la época moderna obras similares o al menos con ciertos puntos de contacto existían en diferentes países, en cada caso con sus peculiaridades. En el mundo germánico existe también una interesante tradición de recetarios femeninos³¹. En el siglo XVI podemos citar a Anna Wecker y su obra titulada *Ein Köstlich New Kochbuch*, publicada en Amberg en 1598. En el siglo XVII es digna de mención Eleonora Marie Rosalie, autora de *Nürnbergische Kochbuch*, de 1691. A principios del siglo XVIII cabe recordar a Maria Sophia Schellhammer y su *Wohl-unter-wiesenen Köchin*, Güstrow, 1705. Todavía más interesante es el caso de Susanna Egerin. Era una cocinera profesional y, aunque no es demasiado conocida en la literatura gastronómica, fue autora de uno de los recetarios de cocina alemana de mayor éxito en el siglo XVIII, *Leipziger Koch-Buch*, publicado en Leipzig. La primera edición apareció en 1706 y fue seguida de otras posteriores en 1712 y 1745³². Susanna Egerin, cuyo apellido es la feminización de Eger, nacida Bornin, era natural de la ciudad de Leipzig. Se hizo famosa en su ciudad natal por su dominio de las artes culinarias a comienzos de siglo y su reputación se consagró con la publicación del célebre libro de cocina, que tuvo gran éxito, obteniendo especial prestigio sus preparados a base de azúcar y su apartado de conservas. Susanna Egerin reivindicaba la originalidad y utilidad de su recetario, fruto de su ingenio y su experiencia, indicando que la gran mayoría de las recetas eran invención suya y habían sido probadas y practicadas por ella misma. La obra reflejaba la tradición culinaria de la región de Leipzig, pero también incorporaba platos de otros países alemanes, abarcaba desde la cocina cotidiana a la cocina festiva, y se dirigía tanto a cocineras expertas como a cocineras principiantes, señalando la autora la importancia y la dificultad de la labor de enseñanza culinaria. En el ámbito del Imperio también encontramos múltiples ejemplos, recordemos, por ejemplo, a María Anna Rudisch, quien publicó en Viena en 1788 un libro titulado *Mein eigenes geprüftes Kochbuch (...) für alle Gattungen der Stände, durchgehends neu, selbst verfasst*, reeditado en 1789. Además de los libros publicados, los recetarios familiares manuscritos eran igualmente frecuentes en

³⁰ Florence White: *A Fire in the Kitchen: The Autobiography of a Cook*, Londres, J. M. Dent & Sons, 1938, p. 338.

³¹ Agradezco sinceramente a la profesora Gloria Giralt la importante y amable ayuda que me ha prestado para el estudio de los recetarios alemanes.

³² Susanna Eger: *Leipziger Kochbuch von 1745*, ed. facsímil, a cargo de Manfred Lemmer, Leipzig, ed. Leipzig, 1983.

los países germánicos. Un magnífico ejemplo nos lo proporciona la recopilación de recetas de la abuela de Goethe hecha por Anna Margaretha Justina Lindheimerin³³.

En Italia la situación en la época moderna es similar a la francesa y española, falta la presencia femenina en las obras publicadas, pero domina en la tradición familiar recogida en manuscritos de ámbito doméstico. Los recetarios familiares manuscritos eran muy parecidos a los españoles, verdaderos compendios de los más diversos aspectos de la economía doméstica, reunían recetas de cocina y otras varias de medicina, cosmética, limpieza, cuidado de la ropa de la casa. Un ejemplo muy ilustrativo lo podemos encontrar en el «*Libro contenente la maniera di cucinare e vari segreti e rimedi per malatie et altro*», un manuscrito del siglo XVIII perteneciente a la familia de los condes de Cassoli, un importante linaje boloñés³⁴. Otro ejemplo puede ser el cuaderno de recetas de la familia Albini de Saludecio, en el valle del Conca, entre Romagna y las Marcas, en este caso un recetario doméstico correspondiente a comienzos del XIX, que recoge una larga tradición culinaria. Limitado sólo a una cincuentena de recetas de cocina, tiene la particularidad de incluir varias dedicadas a los productos de la matanza del cerdo³⁵.

Muy interesante es el caso de los «Domostroi» existentes en la Rusia de Iván el Terrible. Se trataba de obras que reunían un conjunto de normas e instrucciones sobre la administración del hogar, especialmente de las casas de la alta nobleza, una parte dedicada especialmente a la mujer, en sus relaciones con el marido, los hijos y los criados, incluyendo las más variadas cuestiones, por ejemplo, el cuidado y limpieza de la ropa y de los utensilios, la compra y el almacenamiento de los víveres, la preparación de alimentos, conservas, dulces y licores, la organización de banquetes y de bodas, el trato a los invitados y a las visitas³⁶.

³³ Anna Margaretha Justina Lindheimerin: *Das Kochbuch von Goethes Grossmutter*, comentario y transcripción a cargo de Eva Beck, ed. facsímil, Leipzig y Frankfurt, 1981.

³⁴ *Libro contenente la maniera di cucinare e vari segreti e rimedi per malatie et altro. «Libro di casa» di una famiglia reggiana del Settecento*, ed. a cargo de Giulio Bizzarri y Eleonora Bronzoni, Bologna, Il Lavoro Editoriale, 1986.

³⁵ *A tavola nell'Ottocento. Il codice di cucina*, ed. a cargo de Luisa Bartolotti, Rimini, Panozzo Editore, 1993.

³⁶ *The Domostroi. Rules for russian Households in the Time of Ivan the Terrible*. Edición y traducción de Carolyn Johnston Pouncy, Ithaca y Londres, Cornell University Press, 1994.

LOS RECETARIOS FEMENINOS ESPAÑOLES

En la península ibérica existían interesantes ejemplos de los libros de mujeres en la Edad Media. Por ejemplo, en la Corona de Aragón podemos citar el *Spill* o *Llibre de les dones*, de Jaume Roig³⁷, y *Flos de medicines o receptes del Tresor de Beutat*, de Manuel Dies de Calatayud³⁸, cuyos autores son hombres, pero dedican sus obras a la mujer, ocupándose de cuestiones diversas, desde la medicina a la cosmética, y estableciendo en sus consejos y recetas una compleja vinculación entre la belleza, la higiene, la salud y el sexo. Los preparados, generalmente a base de plantas, estaban, en su mayoría, destinados a las mujeres y, en todo caso, eran las mujeres los que debían confeccionarlos, bien fuesen para su propio consumo o para el de otros miembros de la familia, pues en el ámbito doméstico la belleza y, en primera instancia, también la salud eran responsabilidad de la mujer. En estos casos el tema alimentario, otra de las principales ocupaciones de la mujer en la casa, no se aborda. La dedicatoria de la *Flor del Tesoro de la Belleza* resulta bien significativa de la disposición y los propósitos del autor, así como de la mentalidad de la época:

«Imaginando que a vosotras, muy honorables señoras, yo haga algún servicio con el presente libro, os lo he compuesto de diversas recetas que he sacado del Tesoro de la Beldad, cuyas más nobles y probadas, por experiencia de algunas notables personas, escogí. Es por esto que, en el presente libro, titulado Flores de las dichas recetas, señoras, nos ha parecido creer que en él encontraréis lo necesario para procurar la belleza, la gentileza y la pureza de vuestras personas. Aquéllas de vosotras, entre las otras mujeres, que hayan sido bastantemente dotadas por Dios, de tal gracia se pueden alegrar, pero el libro os lo he hecho y compuesto para que de él os podáis servir y ayudar para el cuidado y socorro de vuestras personas y gentilezas cuando, por algunos accidentes que ocurren, veáis las dichas gracias disminuidas. Suplicando a vuestras benignidades, señoras, que toméis mi servicio con agrado, no por lo que su valor merece, sino según la buena afición y voluntad con que el dicho servicio os ha sido hecho por mí. Y como en el dicho Tesoro, de donde saqué esta composición, se hace mención de baños y sudaderas, de substancias depilatorias y otras cosas para limpiar la suciedad del cuerpo, y vosotras sabéis

³⁷ Jaume Roig: *Spill o Llibre de les dones*, Barcelona, ed. Barcino, 1928, col. «Els nostres clàssics».

³⁸ *Flor del Tesoro de la Belleza. Tratado de muchas medicinas o curiosidades de las mujeres*, Barcelona, Olañeta, ed., 1981. Ed. de la obra original, incluida en el ms. 68 de la Biblioteca Universitaria de Barcelona. Vid especialmente el prólogo de Teresa-María Vinyoles.

ya la manera de hacer estas cosas, he procurado no tratar sino algunos baños y sudaderas que son medicinales para algunas cosas necesarias de saber y hacer, y de alguna singular manera de depilatorios; y también de la belleza de la cara y otras partes del cuerpo, como ya veréis en las presentes recetas»³⁹.

En la España moderna podemos encontrar buenas muestras de los recetas femeninos, en general inéditos, pues se trataba de libros y cuadernos manuscritos, reducidos al ámbito familiar, que pasaban de generación en generación, de madres a hijas. Algunos ejemplos pueden resultar ilustrativos.

El *Manual de mugeres en el qual se contienen muchas y diversas reçeutas muy buenas*, de 1475-1525, es un manuscrito de origen español existente en la Biblioteca Palatina de Parma (Italia)⁴⁰. Un buen ejemplo del género, está formado en total por 145 recetas coleccionadas sin orden concreto, que en el índice de la obra se hallaban organizadas en varios apartados. Uno de medicinas: «Tabla de mediçinas para diversas enfermedades contenidas en este libro», 23 recetas para males muy diversos. Otro que era a la vez de medicina y de belleza, dedicado a la boca y la dentadura, con 14 recetas sobre el tema, más otras dos que corresponden a apartados diferentes: «Tabla de lavatorios, polvos y otras cosas para los dientes y ençías». Propiamente de belleza había cuatro grupos de recetas: «Tabla de las cosas de olores», con 24 recetas de perfumes diversos, aguas, pastillas, aceites, varios de flores, rosas, violetas, azahar, y otros de productos como el ámbar; «Tabla de aguas, mudas, y blanduras y otras cosas para el rostro», con 31 recetas de «blanduras», preparados para aclarar la tez, y «mudas», preparados para darle color, de jabones, aguas, polvos y otros preparados para la cara, a base de productos naturales, como aceite, miel, vino, vinagre, y otros compuestos como el solimán, azogue sublimado, usado para blanquear el rostro; «Tabla de las cosas para las manos», con 10 recetas de jabones, sebos para suavizar las manos y mudas y blanduras para darles el color justo; y «Tabla de las cosas para la cabeça», formado de 13 recetas con fórmulas de jabones para lavarse la cabeza y tintes para el cabello, destacando la «lexía para enrubiar». De alimentación había un apartado que recogía 29 recetas variadas: «Tabla de conservas, frutas, manjares y potajes».

El *Livro de receptas de pivetes, pastilhas elvvas perfumadas y conservas* es un manuscrito, conservado en la Biblioteca Nacional de Madrid, escrito con

³⁹ *Flor del Tesoro de la Belleza*, pp. 23-25.

⁴⁰ Este manuscrito ha sido editado recientemente por Alicia Martínez Crespo, con una interesante introducción; *Manual de mugeres en el qual se contienen muchas y diversas reçeutas muy buenas*, Salamanca, Ediciones Universidad de Salamanca, 1995.

diversos tipos de letra, de los siglos XVI y XVII, en que se recopila en etapas sucesivas, como es típico en esta clase de documentos, una serie de recetas de alimentación, cosmética, perfumería y medicina, en total 108, dominando claramente las recetas de belleza. El manuscrito consta de 65 folios. En el folio 1 figura la siguiente anotación: «Este lyruo he de Joana Fernandez» y en el verso un dibujo con la leyenda «Summa fastigia bonorun» y la inscripción: «Tues Domine spes mea». Al principio está escrito en portugués, en letra más antigua, de principios del siglo XVI, después continúa en castellano. Refleja muy bien la estrecha relación existente entre la corte española y la corte portuguesa en aquellos tiempos. En una de las recetas hace referencia a la «Emperatriz», es decir la princesa portuguesa Doña Isabel, esposa del emperador Carlos V, y también a la «Reina», que podría ser probablemente la reina de Portugal, que en esta época era una infanta española, Doña Catalina, hija de Doña Juana y Don Felipe, casada con Juan III, que fue reina en Portugal de 1525 a 1557 y regente hasta 1562. Menciona a otras personas de diversa condición, como la Condesa de Puñoenrostro, el Maestro Rincón de Valladolid y Paulo Alexandrino de Parma. En algún momento alguna de las damas que fueron dueñas del recetario vivió en Nápoles. Da varias recetas adjudicándoles esa procedencia, «polvillos de Chipre que llaman de Nápoles», «jabón de Nápoles» y, sobre todo, resulta reveladora una anotación hecha al final de una de las recetas: «Las libras de aquí de Nápoles son de a doce onças la libra y no a diez y seys como las de Castilla»⁴¹.

Recetas y memorias para guisados, confituras, olores, aguas, afeites, adobos de guantes, unguentos y medicinas para muchas enfermedades. Es un manuscrito incompleto del siglo XVI, con muchas adiciones posteriores del siglo XVII. En total consta de 207 recetas, la mayoría de cocina, 150, y el resto repartidas entre belleza y salud. Las recetas de cocina son muy variadas, potajes, platos de carne y volatería, pasteles salados y dulces, salsas, pastas y confituras. También aparecen algunas anotaciones sobre la ropa de la casa. Resulta evidente la influencia catalana por las numerosas palabras escritas en catalán o en catalán castellanizado, como por ejemplo, «pasticos de vedella», «pesolets», «orelletas de quaresma», «salsa blanca bullida», «codoñat», «pometas», «toronjat», «almendras torradas», «saim», «llescas», «toñina». Además en los folios 115-116, en la historia que acompaña a una oración, incluye una referencia a un hombre que salió de Barcelona, camino de Montserrat. La presencia femenina se hace notar en algunas menciones de una de las desconocidas propietarias del recetario a su madre y a su hermana, Inés Francisca Marco,

⁴¹ Biblioteca Nacional (B.N.), Madrid, Ms. 1462.

que anota que falleció en 1615, y en los nombres que aparecen de varias damas, Doña Ana, Doña Petronila. La peculiar religiosidad de la época se refleja en la milagrosa oración del peregrino a Montserrat y en la práctica oración a San Antonio contra las lombrices⁴².

El *Livro de cozinha da Infanta D. Maria de Portugal* es un libro de cocina portugués del siglo XVI, copiado en 1550, pero de origen anterior. Responde a una tradición hispánica, por la estrecha relación existente entre la corte española y la corte portuguesa en esa época. Fue propiedad de Doña María de Portugal, nieta del rey Manuel el Afortunado, que se lo llevó a Italia al contraer matrimonio en 1565 con Alejandro Farnesio, duque de Parma⁴³. Está escrito en lengua portuguesa y tenía como título «Trattato di cucina», título al que se añadió posteriormente la palabra «spagnuolo». Participa de las características de los recetarios femeninos, por pertenecer a la Infanta Doña María de Portugal, pero se halla más próximo a los libros de cocina cortesana.

El texto recoge 61 recetas culinarias, divididas en cuatro partes. La primera, titulada «Caderno dos magares de carne», es decir, cuaderno de los manjares de carne, contiene 26 recetas a base de carne, lo que refleja claramente la importancia central de la carne en la alimentación de las clases privilegiadas. La segunda se titula «Caderno dos mangares de ovos», que consta sólo de 4 recetas. La tercera lleva por título «Caderno dos mangares de leyte», con 7 recetas. Y finalmente la cuarta parte, con el título de «Caderno das cousas de comservas», con 24 recetas, que responde al interés que los recetarios femeninos suelen siempre poner en la conservación de los alimentos y en las diversas maneras de conservarlos, tanto por razones de economía, como por razones de gusto.

Este «Tratado de cocina española» tiene la apariencia de un cuaderno de notas, con varias páginas en blanco en medio del texto, entre cada una de las partes, claro indicio del propósito de dejar espacio para seguir anotando recetas en etapas sucesivas en cada uno de los grupos de productos. En ese sentido se refleja la huella de la mano de varios copistas, el inicial, al que corresponde

⁴² B.N. Ms. 6058.

⁴³ Este manuscrito portugués, llevado a Parma por la princesa María en el siglo XVI, pasó posteriormente, en el siglo XVIII, de Parma a Nápoles, cuando el Infante don Carlos llevó consigo todo lo que pudo de la herencia de los Farnesio a su reino recién conquistado de las Dos Sicilias, motivo por el cual el manuscrito se halla en la Biblioteca Nacional de Nápoles. Ha sido varias veces editado. A. Gómez Filho: *Um tratado da cozinha portuguesa do seculo XV*, ed. facsímil, Brasil, 1963. E. Newman: *A Critical Edition of an Early Portuguese Cook Book*, Chapel Hill, 1964. G. Manuppella, S. Dias Arnaut: *O «livro de cozinha» da infanta D. Maria de Portugal*, «Acta Universitatis Coninbrigensis», CXLV. Coimbra, 1967, 257 pp.

la mayor parte del texto y otros dos que añadieron algunas recetas. Aunque en este caso la gran mayoría de recetas son de alimentos, existen algunas otras de otro tipo, por ejemplo las recetas para curar los dientes, las anginas y las quemaduras, que figuran al final del manuscrito.

Receptas experimentadas para diversas cosas. Es un largo recetario manuscrito de los siglos XVI y XVII, de diversas letras, que recoge una gran variedad de recetas, 710 en total, de cocina, repostería, confitería, conservería, cosmética, perfumería, limpieza y medicina. Alguna de sus dueñas fue una Duquesa, también se habla como propietaria de «mi señora de Valencia». Aunque en alguna ocasión se menciona a algún hombre, por ejemplo, el duque de Calabria, Don Fernando, Juan de Herrera, domina claramente la presencia femenina. Cita algunas recetas procedentes de diversas señoras de la realeza, por ejemplo, la Reina Luisa, acaso María Luisa de Orleans, primera esposa de Carlos II, y de la nobleza, algunas con títulos italianos, como la Princesa de Salerno, la Princesa de Ascoli, la Condesa de Modica, la Condesa de Lerni, y otras, la mayoría, con títulos españoles, tanto de la Corona de Castilla como de la Corona de Aragón, citadas a veces por su título, a veces por su nombre y apellidos y otras veces sólo por su nombre de pila, por ejemplo la Condesa de Oropesa, la Marquesa de Villena, Doña Elvira de Castejón, Doña Isabel Centelles, Doña Catalina de Cardona, Doña María de Mendoza, Doña Beatriz de Bovadilla, Doña María Girón, Doña María de Contreras, Doña Inés Manrique, Doña María de Zúñiga, o simplemente Doña Felipa o Doña Isabel. Otras recetas figuran como procedentes de casas nobles, como la de zanahorias ralladas al modo del mayordomo de la Casa de Toledo, o de conventos, como las recetas de varias conservas y dulces de Santo Domingo del Real de Toledo. También puede detectarse una cierta influencia de la lengua catalana, como cuando en el folio 126 anota una receta en catalán: «Recepta de polvora per al cap y al ventrell y adormirve», confeccionada a base de hierbas. Y referencias valencianas, como en el folio 58, cuando menciona a «mi Señora de Valencia», o en el folio 244, en que anota el ungüento «que se haze en Gandía», o en el folio 251, «Como se hacen las nuezes en Valençia»⁴⁴.

Estos recetarios femeninos españoles de los siglos modernos tienen una tipología similar, aunque también existen peculiaridades en cada uno de ellos, lo habitual es que reúnan recetas de alimentación, cosmética, medicina, limpieza, pero varían las proporciones, por ejemplo en el «Manual de mugeres» dominan las de belleza, mientras en el de la infanta María de Portugal prácticamente todas son de alimentación.

⁴⁴ B.N., Ms. 2019.

En el capítulo de alimentación, la mayor parte de las recetas se refieren a conservería, repostería y confitería. Por su gran significación tradicional destacaremos las recetas de algunos de los postre más típicos de la cocina española, como el mazapán y el turrón, especialmente vinculados a fiestas destacadas, como Navidad o las celebraciones del Bautismo.

«Reçepta para hazer marçapanes»

«Tomar una libra de açucar y otra de almendras y tomar el açucar y hecharla en un caço y despues tomar una escudilla de agua y echarla en el açucar y tomar un huevo batido y echarselo y que no este muy subido de punto y despues colallo y mientras que el açucar se clariffica majar las almendras, que no esten muy majadas, y calentar el açucar y echarlas dentro y batirlas muy bien hasta que se despegue del caço y despues batir tres claras de huevos y assí como sale caliente echarselas y menearlas muy bien y despues sacarlos y echarlos en sus obleas del tamaño que son menester y despues embiarlas al horno»⁴⁵.

«Para hazer turrones blancos»

«Tomar para una açunbre de miel seys libras de almendras y blanquearlas y despues tostarlas que queden muy blancas, echar la miel en la caldera desde sea regalada, que no este mucho caliente, batan una doçena de claras de huevos y echarselas allí quando estuviere tibia, echando los rremezcan mucho porque no se cuajen a un cabo mas que a otro y cozerlo con poca lumbre porque no se socarre y despues que este bien blanca la miel, yrles añadiendo lumbre»⁴⁶.

Existen muchas modalidades de confituras, jaleas y mermeladas y, sobre todo, de la tradicional carne de membrillo de la que se dan múltiples versiones, con distintas intensidades de dulce, variados matices de sabores, diferentes consistencias y texturas y diversos colores.

«Carne de benbrillo colorada»

«A seis libras de carne ocho libras de açucar tomareis e la mezclar e colarlo han y de que que este byen a punto an de tener cocidos los benbrillos en quartos y echarlos an en el açucar y yrlos deshaciendo con el cucharon y an de tener por su parte sacados tres quartillos de çumo de los benbrillos y yr de lo echando poco a poco hasta que este hecha la carne»⁴⁷.

⁴⁵ B.N., Ms. 2019, fol. 11.

⁴⁶ B.N., Ms. 2019, fol. 231.

⁴⁷ B.N., Ms. 1462, fol. 43.

Mucha atención se presta también a las pastas, como los vizcochos, las tortas, los hojaldres y las rosquillas, de las que algunos ejemplos pueden dar idea:

«Torta Real»

«Tomareis media libra de almendras peladas y porneislas en una escudilla con leche de manera que esten cubiertas y esten desta manera veinte y quatro horas y despues que ayan estado dicho tiempo sacaitas y picaldas que esten bien picadas y tomareis dos ancilletol de un dinero de requeson que sea bien prieto y una libra de açucar del fino y picareis primero el requeson y despues mezclareis las almendras picadas y todo junto bolverlo eis a picar y de otra parte picareis el açucar que este como arina y despues mesclarlo eis con las almendras y el requeson de manera que este bien mezclado en el mortero y despues poneis media escudilla de leche de cabras y tomareis tres blancos de huevos y seis yemas y mezclarlo eis todo en el mortero y tomareis arina de candeal para azer el delgado y poneis a un blanco de huevo dos yemas que sea bien dura la masa y azeis un delgado con un canyon de caña y porneislo en una tortera de arambre que tenga quatro dedos de cantos y porque no se apeque untarla eis con azeite y poneis la tortera sobre un foguer porque se cuaje el delgado ante de poner lo que estara en el mortero y despues porneis lo que estara en el mortero y inviarta eis al orno y cueza sin lumbre quando el horno este cansado y quando estara cozida sacaita del orno poneie mucho açucar porque aga costra y el sacar de la tortera agase de manera que no se apeque ni se ronpa y quando stara fria porneis açucar encima»⁴⁸.

«Para hazer ojaldras a la aragonesa y catalana»

«Tomar la masa quando esta para poner al horno y conforme a la cantidad que quisieren hazer han de tomar dos partes de manteca de puerco y una de vaca que sea fresca y la han de revolver toda junta muy bien mezclada y menearanla con la masa estirandola de manera que haga correa y que sea muy bien sobada con la manteca despues echaran açucar molido muy bien y bueno que sea fino y mezclale an con la dicha masa y si fueren tres libras de manteca echaran libra y media de açucar y despues haran sus ojaldres encima de una oblea o un papel untado con manteca y si quisieren poner encima unos torreznos sera muy bueno despues echar agua rosada y açucar llevarlo a cozer al horno»⁴⁹.

«Memorial de como se hazen las rosquillas de huevos»

«La harina ha de ser candeal, a quarenta hiemas han de echar una libra de açucar bien pesado y si son con claras no han de echar sino veynte y cinco huevos, han de echar en la preta una poca de fritura, y la sal desatada con vino, despues han de ser muy sobadas, despues haze las rosquillas no grandes y tener una sarten o caldera con agua coziendo y echarlas pocas a pocas a

⁴⁸ B.N., Ms. 6058, fols. 9-10.

⁴⁹ B.N., Ms. 1462, fol. 28.

cozer en el agua y esten alli hasta que suban arriba y sacarlas y scurridas del agua echenlas a cozer en un horno que no este muy resio, hanles de echar clavel molido y el anis en grano, el vino ha de ser no mas cantidad de quanto se desate la sal en ello y echar la cantidad de ho tro massa catandolo, la fritura ha de ser azeite manteca frito tanto como una salsera dello»⁵⁰.

Entre las recetas de verduras gozan de gran popularidad las de berenjenas y zanahorias, incluyendo conservas y preparaciones saladas y dulces. Como ejemplo puede citarse una de ellas, seguramente de principios del siglo XVI, de berenjenas, un producto de la cocina islámica cuya introducción en la cocina cristiana española fue muy precoz.

«An de tomar Alberengenas que sean medianas, bulgan en agua y quando sean cozidas partirlas an medio por medio y sacar an la molla y piquenla en un mortero y tomen queso de Mallorca y de Serdenia y un poco de pan rallado y huevos y todas salsas y henchiran desto lo quedo ante de donde se quito la molla y despues facirlas an de una parte y otra y pasarlas an por açucar miel y canela»⁵¹.

En este tipo de recetarios se presta generalmente menor atención a los platos de carne, pescado y otros básicos en un menú, que a los postres, tal vez porque tratándose de damas de gran alcurnia no se ocupaban personalmente de la cocina diaria, sino que lo hacían los servidores. Pero existen algunas recetas. Como ejemplo pueden servir dos, la de pies de cabrito y la de capiroxada, muy interesantes por su condimentación.

«Para azer piezillos de cabrito»

«An de tomar los pies de cabrito y quando estuvieren bien cozidos tomareis almendras tostadas y picarlas eis bien picadas y tomareis una molla de pan tostado y mojada con agua y vinagre y picarla eis bien picada con las almendras y poneis canela y pimienta y çafran y mas canela ... y exetar eis la salsa con el cozinado y porneis los pies con la salsa en una caçuela y a saborrirlo eis de miel y darleis dos o tres ervores»⁵².

«Para azer capiroxada»

«Tomareis piñones y picarlos eis y tres o quatro granos de ajos asados y picaldos en el mortero y tomar queso de Mallorca y quando todo estara bien picado tomareis tres yemas de huevos duros y picatlos y tre yemas de huevos blandos y exetarlo con y ajo queso espeso con el cozinado y ponetlo en una caçuela y con un poco de fuego solo esten calientes y despues tomareis llescas

⁵⁰ B.N., Ms. 2019, fol. 69.

⁵¹ B.N., Ms. 6058, fol. 1.

de pan de Rey y pasarlas eis por leche de cabras y por huevos, freytlas con sain y estos ajos quesos podres comer con cabrito o con pollos asados o perdizes cortadas pusiendo en una caçuela una tongada de las llescas y ajos quesos y otra del cabrito o pollas o perdizes y azet que este caliente y echat los ajos quesos por encima»⁵³.

En ocasiones se recogen recetas de embutidos, pues la carne de cerdo era muy apreciada y se aprovechaba de múltiples maneras. Algunas fórmulas seguramente se anotaban precisamente por ser especialmente valoradas, como puede ser el caso, por ejemplo, de las morcillas de sangre y miel o las morcillas blancas con azúcar, embutidos que reflejan la pasión por el dulce, típica de la época:

«Memorial de las morcillas de sangre y miel»

«La sangre de dos puercos se a de tomar y desvenarla y colarla mucho por un çedaço de cerdas, an de tomar tres libras de pan rallado y tostarlo sobre el fuego con un poco de manteca y echarlo en la sangre y echar siete xudlas ralladas que sean buenas y tres quartas de oregano muy molido, una quarta de pimienta, media onça de clavos todo muy bien molido, y tomar tres quartillos de miel hervirlos, despues juntarlo todo y tomar seys libras de manteca derretidas o picadas y despues de buelto todo, echar las morzillas a cozer buen rato»⁵⁴.

«Memoria de morcillas blancas de tras o bares»

«Primeramente se a de tomar las enticalmas del puero y cortarlas unos pedacillos redondos no mui menudos y un lomillo u dos y capolarlas mui bien y un pedazo de tocino magro biejo muy bien capolado y media libra de almendras y media de piñones y picarlo todo mui bien y todas espezias, pimienta, clavillos y canela y un poco çafra y tomar guebos y si son dos dozenas quitar ocho claras y los demás batirlos en un cuenco mui bien y echando lo que esta dicho y echarles açucar que dulcen mui bien y echarles una poca aguarosada i un poco vino blanco y unos pocos piñones enteros y sal y masarlas mui bien y azer sus morcillas y echarlas a cozer en agua fría y que cuezgan mui poco»⁵⁵.

Las recetas que se recogen en los libros podían ser de platos o preparados poco habituales o, acaso, de especialidades de la casa, cuya memoria se quería perpetuar de generación en generación, como puede ser tal vez la receta de una

⁵² B.N., Ms. 6058, fols. 3-4.

⁵³ B.N., Ms. 6058, fol. 10.

⁵⁴ B.N., Ms. 2019, fol. 209.

⁵⁵ B.N., Ms. 6058, fol. 34.

especie de horchata muy original, una bebida refrescante muy común en toda la época moderna, sobre todo en la región levantina.

«De como se ha de hazer la leche de las chufas»

«Para hazer una scudilla de leche tomen dos punyados de chufas, lavelas bien con muchas aguas y quando esten bien limpias dexarlas a remojo con agua de un día para hotro y picarlas han muy bien en un mortero y junto con las chufas picaran cinco o seys almendras peladas y una migaja de pan, cantidad de dos bocados, y quando sea todo bien picado tengan aparejado caldo echo de media gallina y un pedaço de pierna de carnero de cantidad de seys dineros no mas y este caldo sae bien echo de manera que se deshaga la gallina toda en la olla, tomaran este caldo y echarlo an en el moertero a buen tiempo y passarlo an por un colador como si hiziesen almendrada, y pongan esta leche en una ollica a cozer que se haga como potaje y echen en la ollica un pedaço de açucar, segun conoceran provandolo si esta dulce, esta escudilla se ha de tomar de buena manyana y que duerma sobre ello es cosa muy buena para engordar y refrescar y esto se ha de tomar nueve días y hazer spacio de algunos dias y tornar hotra novena»⁵⁶.

Otra bebida de gran tradición era el hipocrás, un vino endulzado y especiado, que se consumía como bebida de placer y como bebida reconfortante:

«Rezeta de ipocras»

«Ipocras. A un cantaro de vino quatro libras de azucar y quatro onzas de canela, ponello en una olla nueva y echar el azucar dentro y la canela poco mas de casca majada y ponello al lado del fuego y a de estar benticuatro horas a rremojar y despues quando lo quieran sacar ponello en el calibo que benga a estar mui caliente solo que no ierba y hecharlo en la manga que se a de sacar que a de ser de cañamo y cogerlo de la punta y menearlo mui bien con un lebrillo grande debajo y coger lo del lebrillo y bolberlo a la manga asta tanto que benga a salir tan claro como el bino se estaba antes y hecharlo en una redoma y a taparlo mui bien y echarle olor luego»⁵⁷.

Cuestión fundamental en los recetarios era la salud, indicando muchas maneras de conservarla y de recuperarla, cuando se había perdido por alguna enfermedad. Había remedios medicinales para los más diversos problemas de las diferentes partes del cuerpo, la cabeza, los ojos, la dentadura, la garganta, el estómago, el hígado, los riñones, los pulmones, el corazón, la piel, los huesos y las articulaciones. Había incluso remedios para la locura. En unos casos eran remedios para ingerir, como jarabes y tisanas, en otros casos se trataba de

⁵⁶ B.N., Ms. 2019, fol. 94.

⁵⁷ B.N., Ms. 6058, fol. 137.

preparaciones para aplicar, como emplastos y ungüentos, en unas ocasiones se trataba de fórmulas a base de plantas, con mayor o menor rigor científico, en otras eran puras supersticiones. La frontera entre la medicina y la alimentación era tenue, unas recetas aconsejaban alimentos para enfermos y convalecientes, otras eran más específicamente medicinas para una enfermedad concreta.

«Recepta para quitar mal de muelas»

«Pelitre, salitre, una raíz de gengibre, un grano de cebe, poleo, calamento, oregano, romero, de cada cosa de estas el peso de un real y en una olla pequeña llena de vino tinto muy bueno ponello a herbir hasta que mengue la mitad y quando este tibio ponello a la parte que duele tomandolo en la boca y no lo trague»⁵⁸.

«Para los que estan locos»

«Para sanar los locos es buena la simiente de las ortigas bebida con muy buen vino blanco añejo.

Si la yedra y ruda y hinojo fueren coçidas con dho vino y despues bebidas hazen tornar el sexo y si el que ha perdido el sexo cogiere la simiente de la ruda diziendo el Pater noster y Ave Maria y lo beba sanara y se lo dieren diziendo el Pater noster o credo»⁵⁹.

Se dedicaba especial atención a los problemas y enfermedades propios de la mujer, con una serie de recetas relacionadas con la menstruación, el embarazo, el parto, la crianza de los hijos, los pechos y la leche. En ocasiones había incluso recetas de afrodisíacos.

«Para quitar la leche»

«Cera nueva dos onzas, olio de açuzenas y de almendras dulces, de cada una una onza, un palmo de tela nueva con dos agujeros para los pezones y en una olla vidriada nueva se pone todo y alli se empapa la tela y aplicarla, que está probado»⁶⁰.

La belleza era preocupación dominante. Las recetas eran también variadas y sugerentes. El capítulo de perfumes y olores era numerosísimo, recurriendo sobre todo a los productos vegetales, las más diversas flores y plantas, así como productos de origen animal y mineral, bajo las formas más diferentes, aguas, pastillas, polvos, cremas, con los destinos más distintos, perfumarse el cuerpo, con especificaciones sobre los cabellos, el rostro, las manos, perfumar los vestidos, la ropa de la casa, los armarios, las habitaciones, incluso los abanicos.

⁵⁸ B.N., Ms. 2019, fol. 35.

⁵⁹ B.N., Ms. 1462, fol. 65.

⁶⁰ B.N., Ms. 2019, fol. 43.

«Recepta de agua de olor»

«Tomaran rosas y flor de azar y las rosas sean dos vezes mas quel azar. Tomaran flor de mosqueta y ponerlo an todo en una alquitara. Tomaran brotes tiernos de yedra no muchos sino solo que cubran las flores que tubieren en el alquitara, y a si mesmo brotes tiernos de arayan y tomanan canela molida y clabos y ponerlo an en agua rosada y ruciaran las flores que estan en el alquitara, y assi se a de poner en ella por tres vezes , saquese con mucho tiento que no se quemes»⁶¹.

«Memoria para hazer agua de angeles»

«En media arrova de agua de beber puesta en alguna vasija limpia an de echar dentro quatro libras de rrosas coloradas y dos libras de rosas blancas y quatro libras de trebol y una libra de rrayzes de albolhol y una libra de espliego y otra libra de madreSelva y quatro libras de azahar y dos libras de rosas de açuçenas y una libra de rosas de tomillos y otra libra de rosas de clavelinas y otra libra de cascara de naranjas, anse de desmenuzar todas estas cosas y echarlo a rremojar en esta agua susodicha y an de estar en el agua nueve dias, ase de rodear a tercero dia y al cabo destos nueve dias sacarlo en alquitaras y en cada alquitara an de echar una quarta de clavos y de madre de clavos la meytad de la quarta de uno y la meytad de otros»⁶².

«Para un vano»

«1 Adarme y medio de ambar y dos de almizque y uno de algalia y quatro de polvillos de Chipre y rosa de pastillas de las de pasta de Nápoles.

2 A una onça de polvo de menjuy de Rosa le cabe seys adarmes de almizque y quatro de ambar y dos de algalia y media onça de alquitira»⁶³.

Había obsesión por los cabellos, recetas para que no se cayeran, para que nacieran de nuevo, para tenerlos hermosos, largos, espesos y brillantes, para tapar las canas, para teñirlos de los más diversos tonos, preferentemente rubios, pues la mujer rubia representaba el ideal de belleza femenina de la época, tal vez por contraste con el moreno dominante entre las mujeres españolas.

«Memoria para que nazcan cabellos»

«Tomar abejas y moscas partes iguales y ponellas que se sequen y molerlas y echarlas en un poco azeyte de mata que benga a estar como un ínguento, ase de llevar este orden, untar la parte con un poco de aguardente caliente y despues untar con el ínguento»⁶⁴.

⁶¹ B.N., Ms. 2019, fol. 184.

⁶² B.N., Ms. 2019, fol. 206.

⁶³ B.N., Ms, 1462, fol. 49.

⁶⁴ B.N., Ms. 6058, fol. 163.

«Memoria para bolber negros los cabellos blancos»

«Ase de tomar una onça de agua fuerte y dentro della derrityr tanta plata quanto es un real y despues con ocho onças de aguarrosada tenplar la dicha agua y con esta mojar los cabellos con que bolberan muy negros»⁶⁵.

«Para enrubiar los cavellos y cejas»

«Tomad las rasuras del vino blancas y embolvedlas en una paño azul y hadlas con un hilo de quatro en quatro onças las rasuras atadas y atadas en sus paños mojenlas en el vino blanco y echenlas en el fuego en medio de candela fuerte hasta que se hagan como piedra blanca las dichas rasuras en los dichos paños y despues que las saquen del fuego lançalas en una almosta de agua dulce y ponselas en una olla nueva y cueza dentro, en la dicha olla de quatro partes la una y despues aquello que mengua al cozer yinchase de agua, y ase de mirar al cozer que queme la lengua y con esto se esponje y se lave que con ello se tornara los cavellos muy ruvios»⁶⁶.

También se fijaban mucho en las manos, que para ser dignas de una dama de alta alcurnia debían ser blancas, finas y suaves.

«Para las manos»

«Toma azeite de pepitas de calabaza y dos onças de çera blanca y sea deretida la çera y echad alli de atincar media quarta y otra media de açucar candid, y media quarta de encienso macho, todo esto molido y puesto en la çera y en el azeite y quando fuere medio frío untad las manos con esto y no os las laveis por nueve dias y hazerseos an mucho blancas»⁶⁷.

El rostro era preocupación primordial, la piel debía ser tersa y fina como la seda. Pinturas para la cara las había muy variadas, polvos y cremas para blanquear la tez, para colorear las mejillas, para ennegrecer los ojos, para enrojecer los labios.

«Muda para el rostro»

«Tomareis huevos del dia y hecharlos heis en vinagre, quando la costra fuere deshecha y sacarlos heis y tomareis la hiema y ponerla heis en un mortero de barro o de los de piedra tomareis azucar quemado con angleote, con ambar, piedra con orpiment, alcanfor, todo esto bien molido, hecharlos dentro en el mortero y tomareis xabon de pipre con blanco un poquito y hecharlo heis dentro tanto como tomareis con un dedo y hecharlo heis dentro en el mortero y todo majado desfacereis con agua y ponello en el rostro de noche y a la mañana quitarlo con un paño bien mojado. Tomareis cebada muy limpia y

⁶⁵ B.N., Ms, 1462, fol. 53.

⁶⁶ B.N., Ms. 2019, fol. 237.

⁶⁷ B.N., Ms. 2019, fol. 232.

hecharlo en agua de la lluvia vale mas y ponganla hervir hasta que toda la cebada rebiente y como sea cozida y ponganlo en una alquitara y enfriarlo con vino blanco y hechar mirra molida encima poquita y tornarla a hechar de la cebada y asimismo colar del vino et de la mirra y saca aquella agua»⁶⁸.

En ocasiones la frontera entre la cosmética y la magia se difuminaba y más importancia que la planta utilizada tenía el hecho de que hubiese sido recogida en un día o una hora determinada:

«Agua que hazia la Reina Luisa para el rostro»

«En el mes de mayo antes que salga el sol hazed andar los panes y aquel agua del rozío que esta encima de los panes cogedla en paño muy delgado y cogida aquel agua ponganla en una redoma y agua de rosales y no de otra cosa y como terneis mucha agua de esta ponedla en alcatara de vidrio y el agua que saliere guardadla que es maravillosa.»

Otro capítulo importante era el de la higiene y limpieza de objetos y utensilios domésticos, la ropa de la casa en general y de las prendas de vestir en particular, con una marcada inclinación por el cuidado de los guantes y sombreros. Los llamados «guantes de ámbar», guantes de piel fina perfumados con ámbar, eran enormemente apreciados en la época como signo de lujo y distinción y, aunque se podían comprar, existen en los recetarios múltiples fórmulas para prepararlos en casa.

«Recepta para dobar guantes muy perfetamente»

«An se de tomar los guantes bueltos del embes y labarlos muy bien assi del embes como de la az. con agua limpia tres o quatro vezes y despues tornarlos a labar muy bien con agua de angeles y despues de asi bien labados enxugarlos entre las manos y como sean casi enxutos se an de calçar y emformar bien en las manos y desque estubieren bien emformados antes de ser del todo enxutos anse de perfumar bien cinco o seis vezes con pasta de çaçoleta estando todabia los guantes umedos con ruciarlos quando fuere menester de agua de angeles despues acabense de enxugar enformandolos en las manos.

Despues tomese goma draguante y tengase toda una noche a remojo en agua de angeles y despues se cuele la tal agua en un lienço delgado limpio en la qual se pongua cantidad bastante de almizque muy molido mezclandolo bien todo con el dedo asta que sea como una salsa liquida de la qual se an de untar los dichos guantes por la az de fuera poco a poco haziendola bien entrar por las costuras con algun alfiler.

Despues se tome ambar en una çaçoleta o escudilla de plata y deritase al fuego muy manso sin erbir y juntamente con una poca de algalia desaguase o mezclese muy bien lo uno con lo otro como se dixo del almizque y alguo

⁶⁸ B.N., Ms. 2019, fol. 38.

caliente desta mistura se unten los dichos guantes en la manera susodicha y si no quisieren hazerlo con algalia en lugar desta pongan un poco de azeite de biolas o de almendras dulces fresco, queden despues los dichos guantes bien enformados en las manos y cuelguense despues de enjutos asta que esten bien enjutos porque no se amohen despues se pongan en su papel dentro en ropa blanca.

Untaran los dichos guantes del embes con sebo de cabrito adobado o con pomada porque agan las manos blancas y no se queden yertas»⁶⁹.

DE LA EDAD MODERNA A LA EDAD CONTEMPORÁNEA

La tradición de recetarios, sobre todo recetarios de cocina, unos manuscritos, muchos otros publicados, obra de mujeres, algunas escritoras famosas, otras anónimas, continuará y aumentará en el siglo XIX y mucho más en el siglo XX. En Francia la presencia femenina como autora de recetarios continuó encerrada en el ámbito doméstico. Por ejemplo, George Sand, sirvió de transmisora principal de la tradición culinaria de su familia, recogiendo cientos de recetas que habían pasado y después continuarían pasando de generación en generación⁷⁰. En cambio, las cocineras que alcanzaron fama en los fogones de algunos conocidos restaurantes del siglo XIX y del XX, que llevaban precisamente nombres femeninos en su honor, *La Mère Guy*, *La Mère Filloux*, *La Mère Blanc*, *La Mère Brazier*, más empiristas que eruditas, no ampliaron su celebridad mediante la publicación de libros⁷¹.

En la Inglaterra victoriana la presencia de la mujer seguía triunfando. El libro de cocina actualmente considerado como el máximo exponente de la cocina británica burguesa del siglo XIX era obra de una mujer Eliza Acton. Se titulaba *Modern Cookery for Private Families* y fue publicado en 1845⁷². Eliza Acton, siguiendo la tradición de los recetarios femeninos del siglo XVIII, proponía una «simple cocina inglesa» y efectivamente su libro puede considerarse como la expresión última, la cristalización de los gustos y estilos culinarios de la Inglaterra preindustrial, escrito y publicado ya en pleno proceso de industrialización⁷³. En la segunda mitad del siglo destaca otro libro de una mujer,

⁶⁹ B.N., Ms. 2019, fol. 186.

⁷⁰ Christiane Sand: *A la table de George Sand*, París, Flammarion, 1987.

⁷¹ Maguelonne Toussaint-Samat y Mathias Lair: *Grande et petite histoire des cuisiniers de l'antiquité a nos jours*, París, Robert Laffont, 1989, vid el capítulo 16 titulado «Et les femmes?», pp. 307-317.

⁷² Londres, Longman, Brown, Green & Longman, 1845.

⁷³ E. Ray (ed.): *The Best of Eliza Acton*, Londres, Longmans, Green, 1968.

Book of Household Management de Isabella Beeton, publicado en 1861, que puede considerarse como el primer manual redactado explícitamente para la burguesía urbana, una burguesía suficientemente modesta para que las amas de casa se vieran obligadas a ocuparse de la vida doméstica en todos sus detalles, pero lo bastante culta para que experimentaran la necesidad de aprender y de mejorar continuamente⁷⁴. En Escocia también podemos encontrar ejemplos de recetarios femeninos, como el de Lady Harriett-Elizabeth Saint-Clair, *Dainty Dishes*, publicado en Edimburgo en 1866 con algunas ediciones posteriores y traducido al alemán por el marido de la autora, el conde Münster⁷⁵.

En el mundo germánico existen también autoras y libros interesantes, por ejemplo, en el Imperio Austro-Húngaro podemos citar el libro de cocina de María Elisabetha Meirner, titulado *Das neue, gross, gepüste und bewährte Linzer Kochbuch*, publicado en Linz en 1822, el de Maria-Anna Steinbrecher, *Vollständiges Kochbuch oder was Kochen wir heute was Morgen. Ein Handbuch für wirthliche Frauen...*,⁷⁶ Viena, 1823, y el de Anna Hofbauer, *Allgemeines Österreichisches oder neustes Wiener Kochbuch*⁷⁷, Viena, 1825. A medida que avanzaba el siglo el número de autoras fue aumentando considerablemente, siendo numerosísimas en la segunda mitad del XIX y comienzos del siglo XX⁷⁸.

En Alemania destaca el libro de Henriette Davidis, *Practische Unweisung*,⁷⁹ publicado en Osnabrück en 1845. Henriette Davidis, nacida en Wetter-Wengern en 1801 y muerta en Dortmund en 1876, es generalmente considerada como la cocinera y autora de libros de cocina más famosa de Alemania en el siglo XIX. Era hija de un párroco de la cuenca del Ruhr y se convirtió en una excelente cocinera cocinando en la cocina de la casa parroquial. Tal como indicaba el título de su libro, siguiendo la tradición de ofre-

⁷⁴ Isabella Beeton: *The Book of Household Management; comprising information for the mistress, housekeeper, cook, kitchen-Maid, butler, footman...*, Londres, S. Beeton, 1861.

⁷⁵ Lady Harriett-Elizabeth Saint-Clair: *Dainty Dishes. Receipts collected by...*, Edimburgo, Edmonston and Douglas, 1866.

⁷⁶ Maria-Anna Steinbrecher, *Vollständiges Kochbuch oder was Kochen wir heute was Morgen. Ein Handbuch für wirthliche Frauen...*, Viena, Grund, 1823.

⁷⁷ Anna Hofbauer: *Allgemeines Österreichisches oder neustes Wiener Kochbuch*, Viena, Mörschner und Jasper, 1825.

⁷⁸ Sobre la cocina del imperio austro-húngaro vid Franz Maier-Bruck: *Das Grosse Sacher Kochbuch. Die österreichische Küche*, Munich, Schuler, 1975, especialmente pp. 7-33. Y George Langs: *Die klassische ungarische Küche*, Budapest, Corvina, 1993, especialmente pp. 15-70.

⁷⁹ Henriette Davidis, *Recepte der gewöhnlichen und feineren Küche. Practische Unweisung*, Osnabrück, Buchhandlung, 1845. Ed. facsímil, Wetter/Ruhr, 1993.

cer máximas garantías al público lector que decidiera llevar a la práctica lo escrito por la autora, eran recetas probadas por ella misma. La obra tenía un carácter de síntesis, recogiendo el legado de la tradición culinaria alemana, tanto para la alimentación de los días ordinarios como de los días festivos, y se hallaba dirigido a cocineras expertas y a principiantes. Henriette Davidis pretendía hacer un libro práctico, ofreciendo las más variadas sugerencias para todo tipo de comidas y bebidas, con un sentido económico. Recomendaba cocinar con espíritu de ahorro y aprovechamiento y desaconsejaba los excesos, que, en su opinión, no mejoraban la cocina, sino que podían estropearla. El libro alcanzó un gran éxito editorial y con el paso del tiempo y de las ediciones, setenta y seis, más múltiples reelaboraciones y adaptaciones, así como traducciones a otras lenguas, acabó por convertirse en un libro clásico de la cocina alemana.

La tradición de la cocina de Henriette Davidis continuó en la Alemania del siglo XX. Un caso muy interesante es el de Luise Holle en su libro titulado *Praktisches Kriegskochbuch*, publicado en Bielefeld-Leipzig en 1916, figurando como autoras Davidis-Holle⁸⁰. Basándose en la obra de Davidis e incorporando su propia experiencia y la de sus colaboradoras en los centros de asesoramiento de la alimentación, creados en Alemania durante la Primera Guerra Mundial, Luise Holle trataba de difundir, primero a través de la prensa y después a través de un libro, una sencilla cocina popular alemana, basada en lo necesario, sin excesos ni lujos, adaptada a las limitaciones de los duros tiempos de guerra y después también útil durante los difíciles años de posguerra.

En España, doña Emilia Pardo Bazán publicó en 1913 dos importantes recetarios, *La Cocina Española Antigua* y *La Cocina Española Moderna*⁸¹. En el prólogo del primer volumen explica los motivos de esta publicación. Por una parte, buscaba continuar la «Biblioteca de la Mujer», que se había iniciado en 1892 bajo su dirección: «... y como en los años transcurridos no se hubiesen presentado sino aislados y epidérmicos indicios de que el problema feminista, que tanto se debate y profundiza en el extranjero, fijase la atención aquí, decidí volver a la senda trillada, y puesto que la opinión sigue relegando a la mujer a las faenas caseras, me propuse enriquecer la Sección de Economía Doméstica con varias obras que pueden ser útiles, contribuyendo a que la casa esté bien arreglada». Por otra parte, manifestaba «el deseo de tener

⁸⁰ Davidis-Holle: *Praktisches Kriegskochbuch*, Bielefeld-Leipzig, Belhagen Alasing, 1916. Ed. facsímil, Wetter/Ruhr, 1993.

⁸¹ Una edición reciente de la obra, Condesa de Pardo Bazán: *La Cocina Española Antigua y Moderna*, prólogo de Marina Domecq, San Sebastián, R&B ed., 1996.

encuadernadas y manejables varias recetas antiguas o que debo considerar tales, por haberlas conocido desde mi niñez y ser en mi familia como de tradición». Y añadía más adelante: «Hay que apresurarse a salvar las antiguas recetas. ¡Cuántas vejezuelas habrán sido las postreras depositarias de fórmulas hoy perdidas! En las familias, en las confiterías provincianas, en los conventos, se transmiten reflejos del pasado, —pero diariamente se extinguen algunos». Como justificación del tema reivindicaba la cocina como «uno de los documentos etnográficos importantes», pues «hay platos de nuestra cocina nacional que no son menos curiosos ni menos históricos que una medalla, un arma o un sepulcro». Se disculpaba por no haberse acercado más personalmente a los fogones, alegando que «nunca me sobra un minuto para hacer cosas sencillas y gratas, —un pastel de ostras, por ejemplo—».

Si eran su condición de mujer y su convicción feminista las que habían inspirado y las que definían estos recetarios de cocina española, eran también las que empujaban a doña Emilia a escribir agudos comentarios irónicos y divertidos:

«Lo más femenino de este libro es la recomendación con que voy a terminar el prólogo. En las recetas que siguen encontrarán las señoras muchas donde entran la cebolla y el ajo. Si quieren trabajar con sus propias delicadas manos en hacer un guiso, procuren que la cebolla y el ajo los manipule la cocinera. Es su oficio, y nada tiene de deshonroso el manejar esos bulbos de penetrante aroma; pero sería muy cruel que conservasen, entre una sortija de rubíes y la manga calada de una blusa, un traidor y avillanado rastro cebollero»⁸².

Muy común siguió siendo también en el siglo XIX utilizar en los libros de cocina títulos que hicieran referencia a la mujer, aunque su autor fuese un hombre. Por ejemplo, en Francia se publicó en 1818 *La Cuisinière de la campagne et de la ville*, obra de Louis-Eustache Audot. En ocasiones un autor masculino se escondía tras un seudónimo femenino, como sucedía con libros publicados bajo la autoría de Mademoiselle Catherine⁸³ o Mademoiselle Marguerite⁸⁴. El recetario catalán de cocina más famoso del siglo XIX se titulaba *La cuynera catalana. Reglas útils, fàcils, seguras y econòmicas per cuynar bé*. Su autor era muy probablemente un hombre, pero como siempre eran las muje-

⁸² Ibidem, pp. 15-18.

⁸³ Mlle. Catherine: *Manuel complet de la Cuisinière bourgeoise...*, París, Delarue, 1880, 57.^a ed.

⁸⁴ Mlle. Marguerite: *Le Cordon bleu. Nouvelle cuisinière bourgeoise rédigée et mise par ordre alphabétique*, Bruxelles, Périchon, nueva ed.

res las que seguían cocinando mayoritariamente, lo que explica el título femenino. Podemos considerarlo como el primer tratado de cocina escrito en catalán en la época contemporánea y en el que se hace referencia a una cocina específicamente catalana. En un principio fue una colección de cuatro cuadernos, el primero era el más variado, los otros tres eran prácticamente monográficos, sobre la volatería y la caza, el pescado y la repostería. La primera edición data de 1835 y se reeditó numerosas veces a lo largo del siglo XIX y primeras décadas del XX. Consiguió un gran éxito, que superaba ampliamente al de los demás recetarios en la Cataluña de la época. De clara tradición catalana en su conjunto, incorporaba también algunas recetas de otras procedencias. Como indica el título y el subtítulo, se dirigía especialmente a las mujeres, amas de casa y cocineras profesionales de familias y fondas, pero no solamente a las de los estratos más elevados de la sociedad catalana, sino que estaba destinado a un público amplio, que apreciara tanto la facilidad como la economía a la hora de cocinar. Según decía el prólogo:

«Encara que á primera vista aparega una cosa frívola emplear la ploma en donar regles per cuynar degudament, ab tot assò per poch que s' reflexione sobre lo particular, no dexan de coneixerse las grans utilitats que poden procurarse los caps de familia de semblants escrits: tots los dias sentim á aquells lamentarse del gasto exorbitant los ocasionan per la manutenció doméstica cuyneras capritxosas é ignorants, del desperdici y mal us que s' fa dels primers articles necessaris per couer las viandas, y per últim de la mala preparació de aquestas: quedant de est modo gravement perjudicats los interessos y fins la mateixa salut de las familias; á quals inconvenients, ningú negará poder ocórrerse per medi de un bon manual del art de cuynar, ab lo qual molt fàcilment un pare de familias, arreglant tot lo concernent á la manutenció diària á principis fixos y constants, al pas que introduirà en sa casa una ventajosa economía, lograrà també presentar mes sabrosos los aliments, en benefici de la salut dels seus familiars»⁸⁵.

Ya en el siglo XX la tradición de los libros de cocina y del hogar ha experimentado un enorme desarrollo con miles y miles de títulos, obras muchos de mujeres, pero, en todo caso, dirigidos casi todos preferentemente a las mujeres. Aunque los saberes domésticos continúan considerándose por la sociedad fundamentalmente femeninos, la participación del hombre en el tema va aumentando, al menos en las sociedades más desarrolladas. Y si el prestigio de los grandes cocineros ha seguido manteniéndose en la alta cocina, la mujer ha ganado terreno. A los libros se han unido, además, las revistas femeninas, en

⁸⁵ Edición reciente, facsímil de la edición de 1851, Barcelona, Altafulla, 1980, pp. 21-22.

sus más diversas modalidades, que han proliferado de modo extraordinario, creando un verdadero fenómeno sociológico⁸⁶. Precisamente cuando el sistema tradicional de transmisión de saberes domésticos de madres a hijas se ha roto o al menos ha cambiado sustancialmente en los países más avanzados, donde las mujeres han pasado de su dedicación exclusiva al trabajo de la casa, aunque sin dejarlo nunca del todo, a la integración en la escuela y posteriormente muchas en el mercado general de trabajo, los libros, revistas y medios de comunicación han cobrado especial protagonismo. En la actualidad la televisión se ha sumado al proceso de difusión con numerosos programas de recetas de cocina, de salud y de belleza, que de alguna manera representan una nueva versión de los viejos recetarios femeninos, pasando del ámbito privado a la esfera de lo público y trascendiendo el ámbito doméstico para constituir un verdadero fenómeno de masas.

⁸⁶ Marjorie Ferguson: *Forever Feminine: Women's Magazines and the Cult of Femininity*, Londres, Heinemann, 1982.