
MUDANÇA DE GOSTO E GOSTO DE MUDANÇA: MODELOS DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM PORTUGAL (SÉCULOS XV-XVI)

JUDITE A. GONÇALVES DE FREITAS

O estudo das estruturas do quotidiano constitui, nos nossos dias, um campo privilegiado de investigação. Neste plano se insere a análise dos regimes alimentares dos diferentes grupos sociais, dos modos de preparação dos alimentos, dos hábitos culinários e da assimilação de novos gostos e sabores resultante dos contactos regulares com diferentes modelos, designadamente asiáticos. O objectivo essencial deste estudo é o de dar a conhecer os hábitos de consumo alimentar dos portugueses antes e depois da viagem inaugural da carreira da Índia.

The study of everyday life structures constitutes, nowadays, a privileged field of investigation. This field includes the analysis of different social groups alimentary diets, their ways of preparing the food, their culinary habits and the assimilation of new tastes and flavours derived from the regular contacts with different models, namely the Asiatic one. The main objective of this study is to inform about the food consumption habits of Portuguese people before and after the inaugural journey to India.

Escrever sobre regime e hábitos alimentares portugueses nos finais da Idade Média e inícios da Época Moderna é, antes de mais, uma tarefa aliciante para quem nutre um gosto pessoal pelo conhecimento dos mais diversos aspectos da vivência quotidiana tardo-medieval. Porém, trata-se de um tema difícil, quer pela escassez e parcialidade de fontes documentais indispensáveis a uma abordagem sistemática do assunto, quer pela existência de uma certa disparidade dos informes recolhidos¹.

O primeiro tratado de cozinha conhecido reúne um conjunto de receitas que remontam aos finais do século XV e princípios do século XVI². Trata-se de um receituário fundamental para o conhecimento do modo como eram consumidos o pão, a carne, o peixe, a fruta e outros alimentos pelos portugueses dos finais da Idade Média e princípios da nova era. À parte o referido «livro de cozinha», as descrições de banquetes reais recolhidas nas Crónicas medievais³ são parcas em referências concretas a alimentos

¹ As fontes impressas utilizadas na redacção deste artigo serão sempre mencionadas em nota de rodapé. As fontes bibliográficas constarão do corpo do texto.

² *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, prólogo, leitura e notas de Giacinto Manupella, Lisboa: INCM, 1986.

³ Os vários textos cronísticos compulsados fazem referências esparsas a banquetes ou a alimentos consumidos, vejam-se por todos LOPEZ, Fernão, *Crónica de D. João I*, ed. preparada por M. Lopes de

consumidos, sobre o número de refeições diárias, sobre o cerimonial à mesa e sobre quanto se comia.

A alimentação, de um modo geral, era pobre do ponto de vista da variedade e das qualidades nutritivas se a comparar-mos com os padrões coevos. A técnica culinária era ainda precária e a utilização de condimentos circunscrevia-se quase exclusivamente ao uso do sal, coentros, alho, hortelã, salsa e pouco mais. Em termos de proteínas e vitaminas o regime alimentar tardo-medieval pode considerar-se deficitário, tanto mais que a base de qualquer refeição era constituída por cereais, em especial por trigo, juntamente com alguma carne ou peixe.

86

"Do ponto de vista da ciência actual, a alimentação medieval revelava-se deficiente em vitaminas. Feita à base de cereais, de carne, de peixe e de vinho, mostrava falta de vitamina D e considerável falta de A e C. Os resultados destas deficiências traduziam-se por uma débil resistência às infecções, com o conseqüente progresso das epidemias, por frequentes doenças da vesícula e dos rins (resultado da acumulação de pedra) e dos olhos (cegueira, xerofthalmia), resultado da falta de vitamina A; finalmente o escorbuto muito comum, devido à deficiência em vitamina C²" (Marques 1994:38)⁴.

Quanto às refeições, podemos adiantar que as duas principais e, na maioria das vezes, únicas refeições eram o jantar e a ceia⁵. Nos finais do século XIV, jantava-se das dez às onze da manhã (Marques 1981:7). No século XV, é provável que a hora do jantar se tenha atrasado e, por conseguinte, houve necessidade de introduzir a hora do almoço pouco depois do levantar. Apesar de tudo, no dealbar do século, o almoço ainda constituía uma refeição ocasional (Marques 1981:8). Opinião um pouco diferente é manifestada por Salvador Dias Arnaut que entende que o almoço era, no século XV, uma refeição secundária e sem horas certas, uma espécie de merenda (Arnaud 1986:58-59). A hora da ceia variava entre as seis e as sete horas da tarde (Gonçalves 1988:203)⁶.

D. Duarte (1391-1438), no *Leal Conselheiro*⁷, recomenda que decorressem sete a oito horas entre o jantar e a ceia, aconselhando em simultâneo que

ALMEIDA e A. H. de Magalhães BASTO, Barcelos: Liv. Civilização, 1983 (vol. I, caps. C, CXV e CXLVIII e vol. II, cap. XXIII); PINA, Rui de, "Crónica de D. Afonso V", *Tesouros da Literatura e da História*, Porto: Lello & irmão, 1977 (cap. CXXXI); RESENDE, Garcia de, *Crónica de D. João II e Miscelânea*, intr. de Joaquim Veríssimo Serrão, Lisboa, 1973 (caps. CXVII e CCXII).

⁴ No entanto, devemos colocar algumas reservas quanto à aplicação dos padrões actuais de equilíbrio alimentar relativamente aos alimentos e consumidores do passado, tendo em vista que as exigências nutricionais e a capacidade nutritiva eram certamente diferentes das nossas.

⁵ DUARTE, Dom, *Leal Conselheiro*, actualização ortográfica, introdução e notas de João Morais Barbosa, Lisboa: INCM, 1982, p. 164.

⁶ Em todo o caso é difícil apontar as horas exactas da realização das refeições. Apenas nos finais do século XIV foi introduzido no nosso país o relógio mecânico, no entanto o seu uso circunscrevia-se aos estratos superiores da população. Sobre este assunto veja-se o trabalho de Luís Krus, "A vivência medieval do tempo", pp. 343-355.

⁷ D. Duarte, a conselho da sua esposa, D. Leonor de Aragão, compilou nesta obra uma série de reflexões e anotações pessoais sobre vários aspectos da vivência social, política e moral do seu

não se ceie muito se se tiver exagerado na comida ao jantar, como também não se devia jantar muito no dia seguinte se se tivesse ceado bem na noite anterior. A temperança e a moderação do rei "Eloquente" prescrevia a ausência de qualquer tipo de repasto durante o dia, o que nos induz na ideia de que o almoço surgia esporadicamente e mediante certas circunstâncias. Era, por conseguinte, uma refeição ocasional e secundária.

O jantar, a principal refeição diária, era constituído nas mesas cortesãs do rei, alta aristocracia e alto clero, por três pratos excluindo sopas, acompanhamentos e sobremesas. Nos estratos sociais mais modestos (classe média e baixa), o número de pratos descia para dois, ou até mesmo um. A ceia era composta frequentemente por um prato, muito raras vezes por dois.

Debrucemo-nos um pouco mais sobre a base alimentar e os hábitos culinários portugueses na era Quatrocentista. O pão e a carne faziam parte da alimentação do português dos estratos médios. De entre as carnes mais consumidas, destacam-se as carnes de porco, vaca, carneiro e cabrito, para além da proveniente de aves de criação doméstica. A aristocracia era a principal consumidora de espécies cinegéticas. Nesta época, a caça constituía uma das actividades essenciais dos estratos nobiliárquicos⁸. Bastará para tal recordar a origem social dos escritores dos tratados de caça tardo-medievos. Nos escalões menos elevados, a caça era uma importante fonte de subsistência. A variedade das espécies venatórias é atestada pelo consumo do corso, do zebro (extinto no século XV), do gamo e do urso, para além das ainda existentes carnes de javali, lebre e coelho. De igual modo muito apreciadas eram as carnes de aves de perdiz, abetardo, gru, pato bravo, cerceta, garça, maçarico, tordo e sisão. Muitas destas espécies já extintas no nosso território tomavam parte nos mercados municipais obedecendo a um tabelamento exacto. Convém lembrar que grande parte dos foros e censos eram pagos ao senhor de uma terra, ao rei ou ao concelho, em caça e animais de criação tal como o demonstram, por exemplo, os *Forais Manuelinos*⁹.

A criação de animais era uma actividade complementar da agricultura, constituindo uma importante fonte de alimento. As espécies eram em tudo semelhantes às de hoje: patos, galinhas, coelhos, faisões, rolas, pombos,

tempo. No capítulo 32 escreve sobre o pecado da gula, onde faz um excuro sobre o jejum (DUARTE, Dom, *Leal Conselheiro*, ed. cit., pp. 162-167).

⁸ O gosto pela caça era uma das qualidades do homem nobre na Idade Média. Há, no entanto, que distinguir entre caça «nobre» e caça «vil» consoante os objectivos desportivos ou não, modalidades, estatutos sociais, etc.

⁹ *Forais Manuelinos do Reino de Portugal e do Algarve*, ed. Luiz Fernando de Carvalho Dias, Lisboa, 1969. Esta compilação está conforme o exemplar do Arquivo Nacional da Torre do Tombo de Lisboa e compreende 5 volumes (vol. I - Entre Douro e Minho, vol. II - Trás-os-Montes, vol. III - Beira, vol. IV - Entre Tejo e Guadiana e vol. V - Estremadura).

etc. A criação do peru na Europa só foi possível depois do descobrimento da América, assistindo-se à proliferação desta espécie no continente europeu durante os séculos XVI e XVII.

A excelência e a primazia na arte culinária portuguesa destes tempos era assumida pela carne. A sua cuidada condimentação, com exóticos adubos, alterou de forma indelével algumas das iguarias nacionais mais apreciadas, resultando daí um produto saboroso e do agrado do aristocrata, por ventura, mais exigente.

88

A forma mais frequente de comer carne era assada no espeto. Havia também quem a comesse cozida, picada ou estufada. No *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal* uma enorme variedade de receitas de carne dão-nos uma ideia dos métodos de preparação e das formas de a comer, com prevalência para a carne de galinha¹⁰. A técnica de confecção era em tudo semelhante à tradicional preparação medieval. Em todo o caso, destaca-se a utilização de uma grande variedade de especiarias escassamente utilizadas nos tempos medievais: açafrão, cravo, pimenta, gengibre, cominhos, açúcar, comumente designados de adubos. De entre as gorduras mais utilizadas destacam-se o toucinho¹¹, o azeite e a manteiga.

O «Livro de Cozinha», foi escrito na viragem do século XV para o século XVI, numa altura em que Portugal estabelece redes comerciais regulares com outros continentes, designadamente a Ásia, permitindo a chegada de grandes quantidades de especiarias à Europa. Ao longo do século XVI, as ligações comerciais intercontinentais e, em especial, a «Rota do Cabo», criam condições para a renovação dos hábitos culturais tradicionais, circunstância que se reflecte na maior abertura aos condimentos asiáticos e às modas de além-mar. Disso nos dá conta, de algum modo, o referido tratado de culinária realçando que a cozinha é acima de tudo a arte do tempero. Pela junção dos ingredientes e modos de os cozinhar, advinham-se algumas alterações nos sabores comparativamente aos tempos medievos. As mudanças de gosto estão patentes na inclusão de uma série de combinações diferentes das especiarias orientais e no cheirar dos aromatizantes trazidos pela «Rota do Cabo».

No que diz respeito ao consumo de peixe, sabemos que era mais elevado nos estratos menos abastados. Contudo, o maior ou menor consumo de espécies piscícolas dependia ainda do facto dos povoados se situarem ou não junto à costa ou nas imediações dos cursos de água. Comia-se peixe do mar e do rio – lampreia, sável, pescada (peixota), congros, sardinhas e

¹⁰ Dos vinte e cinco «Manjares de carne», sete são pratos confeccionados com galinha. A título de curiosidade designavam-se então as almôndegas por «boldroegas» (cf. *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, ed. cit., p. 49).

¹¹ Nos dias de abstinência era obviamente substituído pelo azeite (Gonçalves 1988:206).

diversos mariscos (caranguejo, lagosta, lagostins, camarões, etc.) (Santos 1983:308-309). Os peixes gordos eram os mais apreciados. Como se trata de um alimento considerado frio e húmido, é frequentemente grelhado, assado no forno ou frito. O consumo deste alimento, em especial no interior do país, era sobretudo de peixe seco, defumado ou salgado. Defumava-se e salgava-se muito peixe em Lisboa e em Setúbal quer para consumo interno, quer para exportação. De igual modo se importava peixe seco e salgado de outras paragens, tal é o caso do arenque do Mar do Norte. Mais uma vez o rei "Eloquente" (D. Duarte) estipula, no capítulo 93 do livro dos conselhos, uma forma diferente "*Pera ter o pescado fresco sem cheirar nem perder o saybo em inverno e verão xb dias e mais*", indicando que deve ser colocado no fogo em vinagre e daí se faça um caldo que o cubra depois de cozinhado (seria uma espécie de molho de escabeche?)¹².

À mesa dos camponeses chegava apenas a sardinha, o então designado *peixe dos pobres* que D. João II insistia em elogiar "pela sua abundância, acentuado sabor e barateza" (Coelho 1990:11). O consumo de maiores quantidades de peixe pelas populações do litoral permitia um enriquecimento da base alimentar com fósforo e vitamina C, compensando o manjar excessivo de glúcidos que os cereais traziam à alimentação dos camponeses (Coelho 1990:11-12).

Entre a aristocracia laica e clerical, o peixe constituía vianda, sobretudo em épocas de restrição religiosa de consumo de carne, na Quaresma (cerca de sessenta e oito dias por ano eram de abstinência obrigatória) e todas as sextas-feiras porque o preceito religioso a isso obrigava (Gonçalves 1988:203). Na época de jejum não se comiam carne, ovos, queijo, manteiga, banha, vinho e até peixe gordo. A espécie piscícola de maior consumo era a peixota (actual pescada), depois o congro, o salmonete, o linguado, o sável e a lampreia. Estes últimos, de forma geral, faziam parte das mesas mais abastadas. O «Livro de Cozinha» reporta-se a um único prato de uma espécie que aqui poderemos considerar como piscícola: a lampreia, o que prova ser a carne o alimento preferido das populações. Mesmo este ciclóstomo está inserido entre os «Manjares de carne»¹³.

O consumo de leguminosas ocorria com mais frequência na base alimentar das pessoas modestas e funcionava, de algum modo, como compensação à monotonia das refeições. Com maior ou menor regularidade, uma enorme variedade de hortaliças eram vendidas nos mercados locais e urbanos, faziam parte da dieta alimentar das populações. Muitos legumes eram conservados em vinagre, para consumo posterior à colheita, substituindo os cereais por alturas do pousio e em períodos de escassez são mesmo o

¹² DUARTE, Dom, *Livro dos Conselhos de el-Rei D. Duarte. Livro da Cartuxa*, transc. de João José Alves Dias e intr. de A. H. de Oliveira Marques, Lisboa: Estampa, 1982, p. 284.

¹³ *Livro de Cozinha...*, ed. cit., pp. 33-34.

alimento básico dos pobres. Como em Portugal não eram raras as crises frumentárias ocorria com frequência a substituição do tradicional trigo pelo consumo de favas e feijões, importados da Bretanha. As populações do interior, das Beiras e de Trás-os-Montes, nas épocas de pousio, consumiam preferencialmente castanhas em vez de trigo (Marques 1994:11-12).

Pela abundância, variedade e qualidade dos frutos mencionados na documentação tardo-medieval podemos concluir que eles faziam parte da dieta alimentar dos povos. Eram conhecidos em Portugal quase todas as espécies frutícolas de hoje, com excepção da laranja doce introduzida no nosso país depois da Viagem inaugural da Carreira da Índia, por Vasco da Gama em 1497/1498. A laranja azeda, usava-se como o limão ou seja como tempero. As árvores de fruto mais comuns no nosso território eram as macieiras, pereiras, figueiras, ameixieiras, pessegueiros e cerejeiras. A ideia prevaiente é a de que os frutos não são um alimento muito bom para a saúde, considerando-se alguns como nocivos pela sua acidez e humidade, caso dos limões, das cerejas e dos pêssegos, isto atendendo às palavras do rei "Eloquente".

O consumo de fruta fazia-se acompanhar geralmente de vinho, de preferência à ceia, refeição considerada mais ligeira. Os frutos secos, de conserva ou em doce também eram consumidos com frequência, para além de alimentarem um comércio lucrativo com a Europa do Norte. Nos séculos XVI e XVII, passam a integrar as redes comerciais regulares estabelecidas com outros continentes (África, Ásia e América do Sul).

Em todo o caso, a carne, o pescado, os legumes e a fruta não eram, por certo, consumidos em abundância e com frequência pelos camponeses. Para estes o pão e o vinho eram os principais suportes alimentares (Coelho 1990:12). Daí que se verifique um consumo exagerado de cereal e vinho explicando a escassa variedade das refeições¹⁴.

O vinho e a água eram as principais bebidas com que se matava a sede e acompanhavam todos os alimentos. Produziam-se em Portugal vinhos tintos, brancos e «rosetes» ou rosé, ao que tudo indica de fraca qualidade e que eram de consumo quase imediato. Bebia-se vinho no seu estado natural (cru), como também quente ou cozido (Marques 1981:16). Exportava-se muito vinho para a Inglaterra e Países Baixos. Apesar de D. Duarte recomendar moderação no seu consumo, indicando que devia misturar-se água para o vinho ficar mais diluído e não fazer mal à saúde, principalmente se bebido à ceia, "cada homem consumia, aproximadamente, dois litros por

¹⁴ A autora indica no citado estudo alguns valores para o consumo diário destes alimentos pelos serviçais do Mosteiro de Grijó, no século XIV, equivalendo a "1,6 Kg de pão [e] 0,8 l de vinho". Um camponês consumia entre "1 Kg a 2 Kg de pão e 1 l a 2 l ou mais de vinho". Tudo nos faz pensar que as suas refeições eram compostas por um alto valor energético e francamente descompensadas pela falta de vitaminas e sais minerais (Coelho 1990:12, 14 e 15).

dia" (Gonçalves 1988:210). No entender geral das populações o seu consumo dava força e alegria, para além de curar certas doenças. As monjas do Convento de Santa Clara de Vila do Conde, segundo determinação do fundador, deviam consumir diariamente uma ração de vinho (Arnaut 1986:35).

Farinha de trigo, milho miúdo, centeio, cevada e aveia, ao lado do vinho, compunham os ingredientes fundamentais da nutrição dos estratos mais baixos. O pão era sobretudo de trigo. No entanto, havia também pão de milho a então designada «borona de milho» (Arnaut 1986:12), as regueifas e as fogaças de formato mais fino. Não era muito habitual confeccionarem-se pães pequenos como hoje. O pão que servia de alimento e suporte aos restantes alimentos era de formato mais achatado e grande. Quanto ao milho e ao pão dele feito, era muito diferente no paladar e no tamanho ao dos nossos dias, pois só no século XVI foi introduzido o milho mais na Europa, proveniente da América (Chaunu 1984:402). O milho medieval, ou milho pequeno, era de pouca rentabilidade. Com a introdução do milho americano, certas regiões da Europa puseram fim às crises frumentárias que normalmente conduziam à fome (Ribeiro 1985:296).

O fabrico e guarda do pão competia aos particulares. Nos centros urbanos, por vezes, existiam padeiras que o fabricavam e depois vendiam nas bancas. O local onde se guardava o pão depois de cozido era denominado de saquitaria. O saquiteiro era o responsável pelo abastecimento do pão (Arnaut 1986:17). A farinha usava-se na preparação de pratos, como aliás é possível observar no já referido tratado de cozinha.

Os lacticínios, denominados de «viandas de leite», eram, de uma maneira geral, aplicados na confecção de sobremesas. D. Duarte, no *Leal Conselheiro* alerta para os males que pode provocar na saúde o seu consumo frequente. No «Livro de Cozinha» encontram-se sete receitas de «Manjares de Leite», todas consideradas sobremesas.

De igual peso no finalizar do repasto das mais altas estirpes era a doçaria e o consumo de bolos, muito embora, os doces só se tenham tornado correntes depois da divulgação e massificação do consumo de açúcar proveniente, no século XV, da ilha da Madeira e de S. Tomé e Príncipe e, um século mais tarde, do Brasil. Até lá, o açúcar era bastante caro e uma raridade¹⁵. O substituto preferido era o mel, o único adoçante ao alcance de 'todas' as bolsas.

Algumas das iguarias apresentadas no «Livro de Cozinha» têm um sabor adocicado, sendo geralmente condimentadas de açúcar¹⁶. Neste tratado

¹⁵ No reinado de D. Dinis (1279-1325) o seu preço era de cinquenta vezes o preço do mel (Marques 1964:12).

¹⁶ Nas vinte e cinco receitas que compõem os «Manjares de carne» doze são condimentadas com açúcar (cf. *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, ed. cit., pp. 10-53).

abundam as receitas de produtos de pastelaria e confeitaria¹⁷. A quantidade e a qualidade dos doces que fechavam a mesa das classes abastadas é um indicativo de que eram bastante apreciadas. No entanto, ao longo dos séculos XV e XVI, o consumo de doces permaneceu exclusivo de determinadas classes sociais. Na verdade, o incremento da doçaria nacional dá-se a partir da segunda metade do século XVII. Por seu lado, o biscoito servia essencialmente de mantimento em viagem, conservando o sabor e a consistência por um mais longo período de tempo (Fonseca 1997:104).

92

Nos finais da Idade Média, a hierarquia das dignidades era marcada também pelo requinte na mesa. Entre os estratos mais altos era frequentemente excessivo, fazendo deles um grupo de sobrealimentados. A base alimentar dos estratos superiores incluía diariamente carne, caça, aves, pescado, marisco, viandas de leite e frutas variadas. Era de tal forma exagerado o consumo de víveres e iguarias entre a fidalguia que D. Afonso IV, em 1340, viu-se na necessidade de publicar uma pragmática (Marques 1980:93-119) onde é estipulado que o jantar do rico-homem não deveria exceder os três pratos de carne ou pescado e a ceia dois, quanto aos fidalgos e cidadãos, respectivamente dois e um prato (Coelho 1990:13). Os regimes alimentares dos diferentes estratos sociais revelam, antes de mais, diferenças qualitativas e quantitativas e assumem um valor importante na cultura da época.

Os descobrimentos e a expansão ultramarina provocaram alterações na arte culinária e nos hábitos de consumo alimentar dos portugueses. O gosto e o paladar aristocráticos inebriam-se na mistura de plantas aromáticas (cheiros) que se tornam quase imprescindíveis na preparação das mais gostosas virtualhas. As especiarias, designação genérica de um grande número de produtos¹⁸, incluindo o açúcar, com usos diversos, tinham sido raras e dispendiosas até aos inícios do século XVI, apesar do seu consumo se encontrar difundido entre os estratos mais elevados (Arnaut 1986:25-31). Efectivamente, até ao estabelecimento do controlo imperialista do comércio dos mares do Índico pelos portugueses¹⁹, o consumo de drogas e especiarias circunscrevia-se à Casa Real e à aristocracia laica e eclesiástica, que constituíam o grupo dos apreciadores de iguarias confeccionadas com as exóticas especiarias orientais adquiridas a mercadores catalães e venezianos (Godinho 1990:325). Vasco da Gama,

¹⁷ Cf. «Manjares de ovos» e «Manjares de leite» na obra citada na nota anterior a páginas 56-63 e 66-83 respectivamente.

¹⁸ Na Idade Média a palavra "especiarias" designava vários produtos aromáticos oriundos de países longínquos e misteriosos, tendo sido esta uma das principais razões do seu prestígio através dos séculos (Thomaz 1989:15).

¹⁹ Os objectivos político-económicos dos portugueses à chegada ao Índico são os de acabar com a rota do mar Roxo e ultrapassar o volume comercial da rota do Levante (Godinho 1990:328).

protagonista da viagem inaugural da carreira da Índia, no primeiro contacto que teve com o samorim de Calecute refere os dois principais objectivos da empresa: "*Buscar cristãos e especiaria*" (Fonseca 1997:175).

Desde os inícios do século XVI que uma parte considerável desses aromas se espalhou por toda a Europa, devido à multiplicação vertiginosa das quantidades importadas pelos portugueses pela via do Cabo. Num processo sem precedentes, aos coentros, à salsa, à hortelã e ao sal, principais condimentos das iguarias que faziam parte dos hábitos alimentares das populações, vêm juntar-se a pimenta, o gengibre, o cravo, a canela, a maçã e a noz-moscada, normalmente designados de «adubos»²⁰. Estas últimas oriundas de regiões tão longínquas como a costa do Malabar²¹, a ilha de Ceilão²², as ilhas de Java, Banda e Maluco²³, na Insulíndia Oriental (Thomaz 1989:VIII).

Os pratos assim enriquecidos exalavam novos odores e, de algum modo, indiciam um crescendo do gosto pelo mais exótico dos sabores. A «Rota do Cabo» acelerou o processo de divulgação dos aromatizantes e condimentos orientais, para além de ter aumentado substancialmente as quantidades destes produtos em circulação na Europa. A descida do preço das especiarias orientais²⁴ proporcionou a democratização e a universalização do seu uso, tornando-as mais acessíveis às classes médias (Thomaz 1989:VII). Mais tarde vem a ocorrer o mesmo com a importação de grandes quantidades de café, chá e chocolate para a Europa, progredindo o consumo destes produtos até aos nossos dias.

Para concluirmos, resta-nos falar dos rituais de amesendação e das regras de conduta à mesa. A este respeito colhemos a informação de uma viagem efectuada em 1451-1452, por Lopo de Almeida, Vedor da Fazenda e conselheiro de D. Afonso V, como acompanhante de D. Leonor, irmã do monarca, a Itália, com o objectivo daquela se consorciar com o imperador da Alemanha, Frederico III²⁵. Na sequência desta diligência escreve várias

²⁰ "Desde 1507, o montante de negócios da Casa da Índia ultrapassa o da Casa da Mina, e dez anos depois é três vezes maior. O lucro (...) do trato das especiarias e drogas orientais representa para o Estado pelo menos 40% das suas receitas." (Godinho 1990:331).

²¹ Região produtora de pimenta e gengibre. A primeira era conhecida no Ocidente desde o século IV a.C. (Thomaz 1989:16).

²² De onde provinham as maiores quantidades de canela. Conhecida no Ocidente desde pelo menos o século V a.C. (Thomaz 1989:22).

²³ Produtoras de cravo, noz-moscada, maçã e outras drogas e madeiras aromáticas. Afonso de Albuquerque, segundo Vice-Rei da Índia, com o seu ímpeto imperialista fez capitular a cidade de Malaca, em 1511, considerada a "grande escápula comercial de todo o Sudeste da Ásia" (Thomaz 1989:VIII).

²⁴ Em especial do preço da pimenta, já que os preços de compra das outras especiarias são consideravelmente mais elevados do que os da pimenta (Godinho 1990:330).

²⁵ PINA, Rui de, "Crónica de D. Afonso V", in *Tesouros da Literatura e da História*, cap. CXXXII, Porto, Lello & Irmãos, 1977, p. 762.

cartas ao monarca dando-lhe conta das peculiaridades que rodeavam os banquetes com que foi recebido. Refere-se, com insistência, ao uso de toalhas de mais reduzida dimensão do que a mesa dos comensais e ao uso de guardanapos comuns (mas também os havia individuais). De igual modo, salienta que não havia qualquer norma na distribuição dos lugares à mesa. Na época medieval, "o essencial era beber e comer em conjunto" (Althoff 1998:273).

Nestes tempos era prática corrente lavarem-se as mãos antes das refeições, fazendo-se, os serviçais, acompanhar de gomis, justas e bacias grandes para que os comensais as lavassem antes de iniciarem as refeições. Posteriormente, limpavam as mãos em toalhas dispostas, com intervalos, ao longo da mesa. As viandas ou os manjares eram servidos em terrinas de onde todos se alimentavam. Refira-se o facto invulgar de D. Dinis, no século XIV, já utilizar terrinas individuais pequenas.

Nas mesas dos estratos sociais mais baixos, a carne e o peixe comia-se sobre o pão. Entre a aristocracia e a burguesia os grandes pedaços de pão que serviam de suporte alimentar, eram embebidos no molho da carne ou do peixe e distribuídos pelos pobres e mendigos, ou então, eram lançados aos animais de estimação que andavam em volta da mesa. Somente no século XVI, a metade do pão foi substituída por uma travessa grande (Marques 1981:18-19).

A sopa era servida em pratos, tipo escudela, de madeira ou prata, mas somente nas casas fidalgas, que utilizavam colheres para consumir os alimentos mais líquidos. No entanto, à mesa, o uso da colher ainda não se tinha generalizado. A faca era o instrumento auxiliar por excelência. Uma maioria das vezes eram as pessoas que traziam consigo a faca de casa para comerem nos banquetes e nas festas as mais diversificadas vitualhas. O garfo surgiu à mesa posteriormente à Peste Negra (século XIV), apesar da sua utilização só se tornar corrente, no século XVIII, numa "época em que os europeus aumentaram a distancia entre os comensais por meio da generalização dos pratos, dos copos e talheres individuais." (Flandrin e Montanari 1998:9). Opinião contrária à de A. H. de Oliveira Marques que refere a este propósito que "não havia garfos, só muito mais tarde divulgados no Ocidente" (Marques 1981:19). Para beber, sobretudo vinho, usavam-se vasos, designação que indica um formato maior do que dos actuais copos.

Nos finais da Idade Média e nos inícios da Época da Renascença, introduzem-se regras de conduta e serviço à mesa. Algumas destas provieram das regras monásticas e conventuais (Ordem de Cister e de Alcobaça) que, exceptuando as prescrições religiosas, se vão progressivamente difundindo às mesas laicas da Corte régia e da aristocracia portuguesas. É por esta altura que surgem as regras de

colocação nos lugares à mesa, que só mais tarde se tornaram de uso corrente (Marques 1981:19-20).

Concluindo, a comensalidade das *élites* é mais variada, requintada e rica se comparada com a frugalidade do regime alimentar dos estratos médio e baixo da sociedade tardo-medieval portuguesa. Apesar disso, as especialidades gastronómicas e enológicas nacionais tendem a alterar-se na passagem da Idade Média para a Renascença e devem-se, sobretudo, à descoberta de «novos» mundos cultural e socialmente diferentes do nosso. Foi graças a esse processo de "aculturação generalizada" (Chaunu 1984:386) protagonizado pelos portugueses que, no aspecto do consumo alimentar, foi possível uma mudança de gosto e sabor culinários particularmente entre as classes mais abastadas. Entre estas, verifica-se o uso e o abuso do consumo de produtos caros e exóticos (como as especiarias orientais) na preparação das mais variadas iguarias. Os hábitos quotidianos são renovados pela abertura às novidades alimentares de além-mar.

FONTES E BIBLIOGRAFIA:

1. FONTES IMPRESSAS

DUARTE, DOM, *Livro da ensinança de bem cavalgar toda a sela*, ed. Joseph Piel, Lisboa, 1944.

DUARTE, DOM, *Leal Conselheiro*, actualização ortográfica, introdução e notas de João Morais Barbosa, Lisboa: INCM, 1982.

Forais Manuelinos do Reino de Portugal e do Algarve, 5 vols., ed. Luiz Fernando de Carvalho Dias (conforme o exemplar do Arquivo Nacional da Torre do Tombo), Lisboa, 1969.

LIVRO DE COZINHA DA INFANTA D. MARIA, prólogo, leitura e notas de Giacinto Manupella, Lisboa: INCM, 1986.

LOPES, FERNÃO, *Crónica de D. João I*, ed. M. Lopes de Almeida e A. de Magalhães Basto, Barcelos: Liv. Civilização, 1983.

PINA, RUI DE, "Crónica de D. Afonso V", in *Tesouros da Literatura e da História*, ed. M. Lopes de Almeida Porto: Lello & irmão, 1977, pp. 583-881.

PINA, RUI DE, "Crónica de D. João II", in *Tesouros da Literatura e da História*, ed. M. Lopes de Almeida, Porto: Lello & irmão, 1977, pp. 889-1033.

RESENDE, GARCIA DE, *Crónica de D. João II e Miscelânea*, intr. de Joaquim Veríssimo Serrão, Lisboa, 1973.

2. ESTUDOS

ALTHOFF, GERD, "As obrigações da alimentação: refeições, banquetes e festas", in *História da alimentação. I Dos primórdios à Idade Média*, Lisboa: Terramar, 1998 (269-278).

ARNAUT, SALVADOR DIAS, *A arte de comer em Portugal na Idade Média*, Lisboa: INCM, 1986.

CHAUNU, PIERRE, *Conquista e Exploração de Novos Mundos (século XVI)*, S. Paulo: Pioneira, 1984.

COELHO, MARIA HELENA DA CRUZ, "Apontamentos sobre a comida e a bebida do campesinato coimbrão em tempos medievais", in *Homens, espaços e poderes. Vol. I Séculos XI-XVI*, Lisboa: D. Quixote (1990): pp. 9-22.

COELHO, MARIA HELENA DA CRUZ, *Ócio e negócio em tempos medievais*, Coimbra: INATEL, 1998.

FLANDRIN, JEAN-LOUIS E MASSIMO MONTANARI, EDS. *História da Alimentação. I Dos primórdios à Idade Média*, Lisboa: Terramar, 1998.

FONSECA, LUÍS ADÃO DA, VASCO DA GAMA. *O homem, a viagem, a época*, Lisboa: Commissariado da Exposição Mundial de Lisboa e da Comissão de Coordenação da Região do Alentejo, 1997.

GODINHO, VITORINO MAGALHÃES, *Mito, mercadoria, utopia e prática de navegar (séculos XIII-XVIII)*, Lisboa: Difel, 1990.

GONÇALVES, IRIA, "Acerca da alimentação medieval", in *Imagens do mundo medieval*, Lisboa, Horizonte (1988): pp. 201-217.

GONÇALVES, IRIA, "Defesa do consumidor na cidade medieval: os produtos alimentares (Lisboa sécs. XIV-XV)", *Um olhar sobre a cidade medieval*, Cascais, Patrimonia (1996): pp. 97-116.

LOBO, ANTÓNIO DE SOUSA SILVA COSTA, *História da Sociedade em Portugal no século XV*, prefácio de José Mattoso, Lisboa: edições Rolim, 1984.

KRUS, LUÍS, "A vivência medieval do tempo", in *Estudos de História de Portugal. Homenagem a A. H. de Oliveira Marques*, vol. I (sécs. X-XV), Lisboa, Estampa (1982): pp. 343-355.

MARQUES, A. H. DE OLIVEIRA, "A pragmática de 1340", in *Ensaio de História Medieval Portuguesa*, 2ª ed., Lisboa, Estampa (1980): pp. 93-119.

MARQUES, A. H. DE OLIVEIRA, *A Sociedade Medieval Portuguesa. Aspectos de vida quotidiana*, 4ª ed., Lisboa: Sá da Costa, 1981.

MARQUES, A. H. DE OLIVEIRA, "A vida quotidiana na época eduardina", in *A época e a personalidade de el-Rei D. Duarte "O Eloquentes"*, Viseu, CERV (1994): pp. 29-63.

RIBEIRO, ORLANDO, "Milho. Milho zaborro e milho mais em Portugal", in *Dicionário de História de Portugal*, vol. IV, Porto, Figueirinhas (1985): pp. 295-297.

SANTOS, MARIA JOSÉ AZEVEDO DOS, *A alimentação em Portugal na Idade Média. Fontes, Cultura e Sociedade*, Coimbra: ed., 1997.

SANTOS, MARIA JOSÉ AZEVEDO DOS, "O peixe e a fruta na alimentação da corte de D. Afonso V. Breves notas", in *Brigantina. Revista de Cultura*, vol. III, nº 3, (1983): pp. 307-343.

THOMAZ, LUÍS FILIPE, *A rota das especiarias*, Lisboa: INAPA, 1989.