

# 15. MENJAR

## Quantitat i qualitat de la dieta

**É**s possible que a l'edat mitjana morís més gent de menjar malament que de malalties i guerres? Així ho declara Robert Fossier, el qui insisteix que la gent d'aleshores menjava molt, però malament (2008, p.72). Si més no, aquesta declaració ens ha de fer aturar i examinar de nou els tòpics dels banquetes al castell i la fam al poble.

Hem de fer un primer aclariment al respecte: la gent menjava els productes de la terra. El transport era deficient en el millor dels casos, i inexistent en el pitjor, i als llocs més dotats per la natura o les circumstàncies tothom menjava millor en quantitat i varietat. A més, l'alimentació depenia del temps i en general només es podia esperar una *collita bona* cada tres anys. El terme *collita bona* és imprecís, ja que desconeixem els rendiments vertaders. Tots els indicadors ens duen a pensar que Binissalem gaudia de les condicions necessàries per assegurar una suficiència en el menjar durant els segles XIII i XIV.

### Què menjava la gent?

És evident que la gent menjava molt de pa, quantitats impensables per la majoria de persones avui dia: fins a un quilogram o més al dia, encara que la mitjana era de 500



El pa deu ser l'aliment que ha canviat menys en recepta i fabricació, com el seu consum durant els últims segles. Aquesta imatge és del segle XII. [ Fig. 87 ]

a 700 g diaris, segons tots els investigadors. 'Pa' era sinònim de menjar, i el seu consum representava entre el 40 i el 70% de les calories que s'ingerien. El pa blanc i tou de la gent acomodada no era tan nutritiu com el fosc i pla de la gent corrent. Aquests menjaven el pa de mestall, forment mesclat amb una varietat de grans: ordi, civada, mill, xeixa o, fins i tot, farina de llegum. Era un pa per amagar el líquid de la sopa. El pa barat, però, podia ser verinós: un fong, l'ergotamina, que afecta l'ordi humit, provocava epidèmies de l'anomenat *Foc de Sant Antoni*, una malaltia que podia -en últim extrem- causar la pèrdua de les extremitats.

Una dieta basada en copioses quantitats de pa no procurava una població sana, i si



Una taverna d'Itàlia del segle XIV, també un lloc fàcil de reconèixer. [ Fig. 88 ]

l'altre element principal per arribar a les calories suficients era el vi, encara menys. S'ha calculat que hi havia una mancança generalitzada de vitamines A,C i D, a més d'una falta de ferro i calci en la dieta (Emma Olirich i altres, 1996, p. 155). També hi havia una tendència a la monotonia en el menjar, probablement mitigada en un poble com Binissalem per la varietat de fruites i fruits secs disponibles. Els anys de mala collita de blat solien ser de bona collita de figues, un substitut important del blat a Binissalem, on era un arbre ubic.

Si la gent bevia més d'un litre de vi cada dia, com calcula Fossier: *"de uno a tres litros al dia por persona, mujeres y monjes incluidos"* (2008, p.76.), encara que fos d'una graduació alcohòlica baixa, un 6 o 7%, moltes de les persones havien de passar la vida atordides. Si cert, aquest fet també podria ser una de les causes de l'irreflexiu recurs a la violència. Els documents que tenim sobre Mallorca, però, donen la ració de vi com de mig litre al dia, consumit en les dues menjades que eren usuals. Hi havia també tavernes, i el vi no era car. Les tavernes eren freqüentades pels esclaus, per exemple, persones quasi per definició pobres. Tanmateix, l'aigua que corre per la zona sempre ha estat de les millors, i no feia falta beure tan sols vi.

Quins altres aliments menjava habitualment la gent corrent de Binissalem, i en quines proporcions? A més del pa i



La venda de carn, si que és molt diferent avui dia! La sensibilitat ha canviat i pocs de nosaltres podríem comprar tranquil·lament unes costelles de be mentre es mata un altre animal just al costat. [ Fig. 89 ]

el vi, hi havia la carn i les hortalisses, ben segur, perquè foren gravades amb delmes i impostos. Pa, vi i carn era la tríada en què es basava la dieta i per tant la dels impostos indirectes. Un altre tòpic és que la carn estava reservada, entre la gent corrent, a les festes i els malalts. Si fos així, com es justifica l'existència de carnisseries oficials gravades amb pagaments anuals? Pel que sabem, no hi havia una peixateria a la Binissalem medieval, com sembla lògic estant lluny del mar. Sembla, però, que hi hagué continuïtat en el negoci de la carnisseria. De les fragmentàries notícies que hem vist, destacaven *"la taula de carnisseria"* dels hereus de Guillem Puig\* l'any 1343, quan ja hi havia establert el mercat oficial (RRV2 p. 13).

El 1355 *"els jurats han demanat puguin tallar la carn necessària el dia de Sant Vicenç per tal com a Robines es fa festa [...]".* [També] *"aconseguien llicència perquè els carnisseres tallassin carn amb motiu de la festa de Santa Maria d'agost i per Santa Maria de setembre"* (RRV2 p 17-8).

El 1373 *"Bernat Espàrrec [...] ven a Guillem Ramis una taula de carnisseria i pati [...]"*



Fabricant formatge fresc a casa. Detalls tan realistes com els mitjons romputs dels homes són poc freqüents en aquesta sèrie de llibres, el *Tacuinum Sanitatis*, que tracta com dur una vida sana. [ Fig. 90 ]

*confrontant amb la taula de Pere Figuera i el celler reial"* (RRV2, p.25).

1386 [...] El *"rector de Robines vol que el carnisser Guillem Ramis li faciliti carn bona i tota la que vulgui, cosa que el carnisser no fa per oi [odi] que té al rector i fins i tot l'ha injuriat"* (RRV2, p. 30).

Hi havia també les alternatives de sempre: la caça de conills, llebres i tords, a més que dels pollastres, ànecs i oques de corral. Potser hi havia també un porc que menjàs les restes de tant de pa i que subministràs carn, greix i ossos per fer la universal *cansalada*.

No hi ha cap document relatiu al règim alimentari que no detalli unes racions regulars de carn, peix, formatge o ous, sigui de monges d'un convent, de treballadors, de pobres o d'esclaus i captius. És veritat que són règims majorment d'institucions, i que poden representar l'ideal, però sembla indiscutible que als segles XIV i XV - hi ha poca informació anterior- una dieta havia d'incloure una part habitual de proteïna, pot ser fins a 60 g diaris, i encara més els dies festius. Entre les dades sorprenents que hem trobat, veim que un presoner 'sota còmit' i moribund podia rebre *"un pollastre diari"* (Teresa Vinyoles i Vidal, 1996, p. 555).

Al mercat de Ciutat, el 1428, hi havia una gran diversitat de carns en venda: moltó,

ovella, anyell, boc crestat, boc collut, cabra, cabrit, vedell, bou o vaca, malgrat la manca de refrigeració (Margalida Bernat i Roca, 1996, p. 286).

La gent solia menjar dues vegades al dia. Per als pagesos que havien d'aprofitar les hores de llum, el sopar era més elaborat que el dinar, sovint menjat al camp mentre treballaven. No sabem si el formatge era fàcilment disponible a Binissalem, en tot cas, era de cabra o d'ovella. El dinar del jornalero probablement era un menjar lleuger de pa i vi amb un *companatge* senzill.

Per als qui eren dins el poble, el dinar es menjava a taula amb companatge de plats com carn i verdures, sopes amb cansalada i verdures, o llegums i verdures. Se servia en una escudella de fusta acompanyat pel vi i el pa. Els treballadors de camp menjaven els plats compostos quan es ponia el sol, i ells



El companatge. De veres, tots són tan feliços que pot semblar més un 'pínic' que el dinar diari de migdia de les persones que treballaven al camp.[ Fig. 91 ]

tornaven a casa després d'acabar el treball. Suposem que a casa es cuinava una vegada al dia i que el plat del dia estava preparat per menjar a l'hora més còmoda per cadascú.

El contingut de l'olla depenia de la temporada, perquè les possibilitats de conservació no eren bones. Hi havia menjars de calendari. Des de Nadal a la Quaresma, per exemple, la cansalada o llegums secs eren habituals, bullits freqüentment amb col. La carn era rostida o cuinada amb verdures.

(\*) Recordem que un Pere Puig fou condemnat a mort l'any 1321 "perquè va robar bestiar" (RRV2 p.10).



Rostint pollastres a la cuina d'una casa senyorial. Es nota la calor intensa del foc en els detalls com el cullerot de mànec llarg i la poca roba que porta el cuiner més prop de les flames. [ Fig. 92 ]

Quan hi havia peix fresc, podia ser fregit o cuinat amb una salsa com l'escabetx, llegat de la cuina àrab. De tota manera, en aquella època es fregia poc.

Els religiosos reemplaçaven la carn pel peix, formatge i ous els dies de 'dejuni', dels quals n'observaven molts, aparentment



Venda de lletuga. [ Fig. 93 ]

sense disminuir la quota de calories. Com que els comptes d'alguns convents estan ben documentats es pot veure com la seva dieta s'incrementà en quantitat i varietat, però no en qualitat nutritiva, amb el progrés econòmic (M. del Pilar Sendra i Beltran, 1996, pp. 417-8). Segur que la tendència fou igual en la dieta dels pagesos que prosperaven.

No era que canviessin els aliments. Menjaven els disponibles, però gaudien de dos

plats en lloc d'un, i cuinaven amb condiments i espècies. Preparaven la *placéntula*, "un pa dolç amb mel", una de les postres més populars (Assumpta Serra i Clota, 1996, p. 531).

Si hi havia un porc, la casa podia tenir saïm, però també s'emprava el greix de bou per cuinar. Ja a finals del segle XIII l'oli d'oliva era accessible, però se suposa que la gent corrent no n'emprava una gran quantitat per cuinar. Hi havia oli a la casa, però més per fer llum que per cuinar. Els condiments comuns eren la sal, el vinagre i l'all. Hi havia força varietat de llegums: faves, pèsols, cigrons i fesols, entre d'altres. Hi havia igualment una bona diversitat d'hortalisses: cebes, escalunyes, raves, cols, naps, porros, espinacs, bledes, albergínies, carbasses, lletugues, faves, etc.

A més de figues, a Binissalem, per descomptat, hi havia raïm i també melons i taronges de temporada. Sabem de peres, cireres, albercocs i préssecs en un judici, i a l'ordenança municipal de 1419 que s'ordenava "Item, que tot hom o dona hereu o hereua qui haura o possehira vinya alcuna, dege metra per cascuna quarterada de vinya sinch fruyters: ço es, una parera, vn alberquoquer, vna mançanera, vn cirer e vn pressguer, e aço sots pena de vint sols per cascun arbre que hi falira". (1889-90, p. 125, transcrit per José Mir).

La mateixa ordenança parla de "los lochs dels amenes" (p. 126).

A Binissalem i Lloseta no hi vivien aleshores homes 'molt rics'. Al segle XIV, les persones de doblers ja havien emigrat a Ciutat a residir, deixant familiars menors al poble, que segurament no gaudien de les delícies refinades de l'alta cuina aristòcrata en els seus menjars. A part dels ingredients d'importació emprats en la cuina dels rics, la carn reemplaçava el pa com a base de l'alimentació. "Devia existir una gran varietat" de carn de caça o captura (Bernat i Roca, 1996 p. 289), aconseguida per persones dedicades a aquests activitats, com foren les classes altes. Igualment, la carn de caça es podia comprar als mercats de Ciutat.

## Preus

Amb aquest repertori d'aliments no sembla que la gent de Binissalem hagués de menjar malament. Una altra qüestió és la dels preus, i la de si aquests eren assequibles. Quan hi havia 'una fam', cosa que passà fins a vint vegades al segle XIV, que podia durar dos o tres anys, tot d'una pujaven els preus dels grans, la base de l'alimentació. El preu podia doblar-se en poc temps, com a resultat no tan sols del mal temps, sinó de "las epidemias y enfermedades endémicas, y las guerras, abatiéndose sobre hogares con nulo ahorro, descadenaban en la zona afectada una crisis agraria" (Francisco Martínez Camaño, 1996, p. 252).

Clar que també hi havia frauds, trampes i especulació i altres circumstàncies quan els que tenien l'economia domèstica ajustada no podien pagar els aliments necessaris. La majoria corria aquest risc, vivia a punt del



Un forner acusat de frau en el pes és detingut i castigat, arrossegat pels carrers del poble amb el pa de poc pes penjat al coll. A Mallorca el mostassaf fou l'oficial responsable del control dels pesos i les mesures. [ Fig. 94 ]

desastre en tots els moments i les facetes de la seva vida. Com a conseqüència, que menjaven massa quan podien? Lògicament que sí: és instintiu fer-ho.

## FONTS CITADES

- \_Robert Fossier, *Gente de la Edad Media*, Madrid, taurus santillana, 2008
- \_Emma Ollich i altres, "Experimentació arqueològica sobre sistemes de conreu medievals [...]", *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, Comunicacions, 1996, p. 153
- \_RRV2
- \_Teresa Vinyoles i Vidal, "Uns menús diferents. L'alimentació d'esclaus i captius als darrers segles medievals", *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, 1996, p.543, IEB
- \_Margarida Bernat i Roca, "Avols mixtures. Sobre el control de qualitat dels aliments. Ciutat de Mallorca - s. XIV i XV", *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, 1996, p. 283
- \_Ma del Pilar Sendra i Beltran, "Variacions en l'evolució de la dieta alimentària dels monjos benedictins a la fi de l'edat mitjana", *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, 1996, p. 417, IEB
- \_Assumpta Serra i Clota, "Comportaments alimentaris i factors socioeconòmics en el món rural català a la baixa edat mitjana", *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, 1996, p.529, IEB
- \_Ordinacions de Binissalem, (1419), transcrit per José Mir, *BSAL* 3, 1989-90
- \_Francisco Martínez Camaño, "Crisis de subsistencias y estructuras de poder: el ejemplo de Barcelona en los años 1339-1341" *XIV Jornades d'Estudis Històrics Locals*, 1996, p. 251, IEB

## FIGURES CREANT BINISSALEM

### CAPÍTOL 14

- [81] Fèlix Xuncià Tubert, després d'un fresc (vers el 2000), imatge reproduïda al [www.racocatala.cat/forums](http://www.racocatala.cat/forums) (octubre 2013)
- [82] El fresc original al Castell Calatravo de Alcañiz, Teruel (1290-1375)
- [83] Còpia del *Llibre de Franqueses*, (1256) (l'any que el príncep Jaume fou nomenat regent del Regne de Mallorca)
- [84] Vidal de Canelles (?) *Vidal Major* (1290-1310) J. Paul Getty Museum
- [85] Editorial Vicens Vivas
- [86] Antonio Boix Pons, Blog de Historia del Arte, (febrer, 2012) dibuix del Capitanía General de Baleares, <http://iessonferrerdghaboix.blogspot.com.es/2012/02/comentari-el-palau-de-lalmudaina-de.html>

### CAPÍTOL 15

- [87] "baking bread", psalter del segle XII, Ms 14, fol 8v, Bèlgica, J.Paul Getty Museum
- [88] *Tacuinum Sanitatis*, 1375-1400, fol. 88v, Bibliothèque Nationale de France
- [89] *Tacuinum Sanitatis*, 1375-1400, Bibliothèque Nationale de France
- [90] "*Livre du Roi Modus y de la Reina Ratio*" (segle XIV), MS 22545, fol. 72, Bibliothèque Nationale de France, Wikimedia Commons
- [91] *Tacuinum Sanitatis*, "Recocta", 1375-1400, Bibliothèque Nationale de France
- [92] Jehan de Grise, *Roman d'Alexandre*, 1338-44 Flandes, MSS 264, p. 170v, copyright, amb permís de Bodleian Libraries, University of Oxford
- [93] *Tacuinum Sanitatis*, 1375-1400, Codex Vindoboniensis 2396, Österreichische Nationalbibliothek, Vienna
- [94] "baker's punishment", City of Bristol Record Office, Anglaterra, Wikimedia Commons



# Creant la vila de Binissalem

Un mosaic de cent-cinquanta anys del Regne de Mallorca,  
des del 1231



**Pel que fa a les imatges, fotografies i il·lustracions:** Atès que algunes fotografies, imatges i il·lustracions contingudes en aquesta obra han estat realitzades per tercers, la reutilització i difusió d'aquestes no està coberta per la llicència Creative Commons ni per cap altra llicència, per la qual cosa la seva utilització serà responsabilitat de la persona que en faci ús. En cas que un tercer trobàs que en aquesta obra s'ha fet un ús no autoritzat de les seves imatges, fotografies o il·lustracions pregam que es posi en contacte amb [info@creantbinissalem.com](mailto:info@creantbinissalem.com) per a la seva retirada o correcció.