

La dieta de Don Quijote

CAIUS APICIUS

Como cada año, se ha celebrado el aniversario de la muerte de Cervantes con una serie de actos. A mí me gustaría participar alguna vez en esta conmemoración leyendo el segundo párrafo del Quijote: *“Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes y algún palomino de añadidura los domingos consumían las tres partes de su hacienda”*

Por supuesto, en el Quijote son muchísimas más las referencias gastronómicas, pero este párrafo ilustra sobre la dieta habitual de un hidalgo medio en la Castilla del siglo XVII.

Al decirnos que don Alonso Quijano comía, es de suponer que prácticamente a diario, una olla “de algo más vaca que carnero”, Cervantes nos indica que la hacienda del hidalgo no era pingüe; en

No es de extrañar que, en la clásica dieta de un hidalgo manchego del siglo XVII, don Alonso Quijano ennobleciese su mesa dominical con un par de pichones de su palomar, cuya existencia en la casa suponía nota de hidalguía

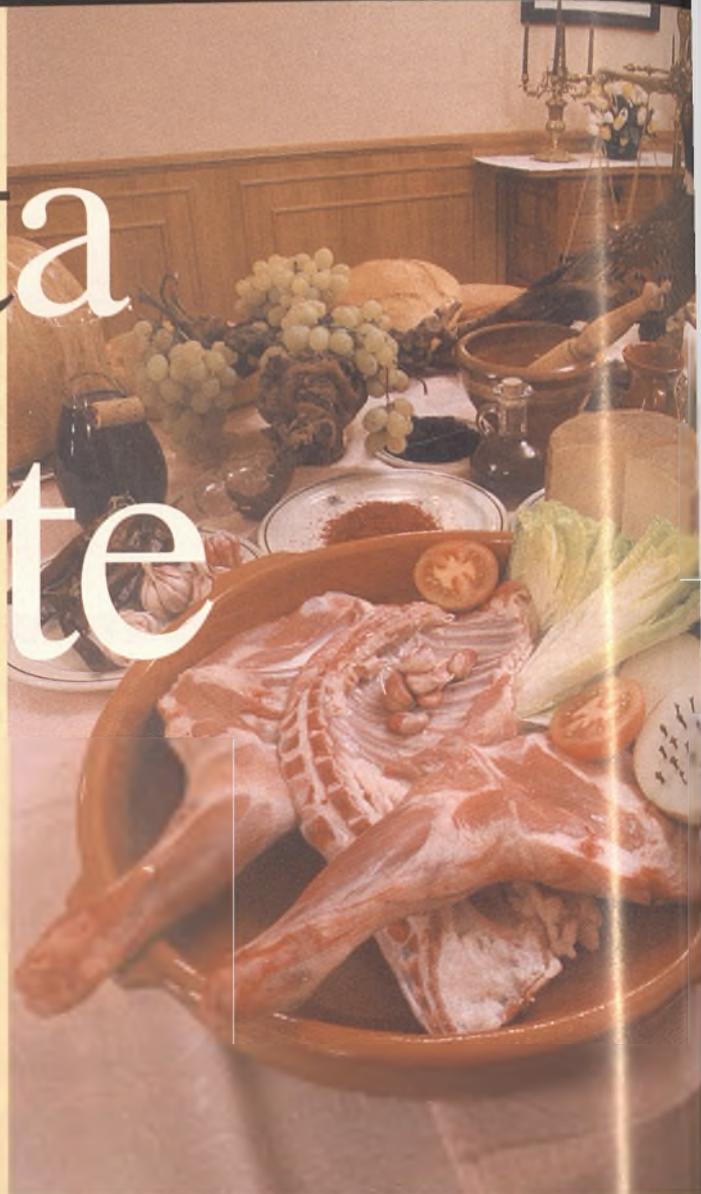
aqueellos tiempos, el carnero era la carne más valorada, mucho más que la vaca o, como hoy diríamos, el buey. El carnero ha sido una carne apreciada en España hasta finales del siglo XIX... y que hoy el gusto general no acepte ni siquiera el cor-

dero un poco crecido. Prácticamente el único representante del ganado ovino en nuestras mesas es el cordero lechal.

Lo de “salpicón las más noches” también suena raro en unos tiempos en que identificamos el salpicón con algún ilustrre marisco como el bogavante, o con un pescado como el atún. El de don Quijote era el aprovechamiento más sencillo de la carne sobrante de la olla del mediodía que, cocida, se cortaba en pedazos menudos, a los que se añadía cebolla picada para aliñar el conjunto con aceite, un poco de vinagre, sal y pimienta.

Lo que sí se mantiene es la costumbre de elaborar un plato agradable con las sobras del cocido; incluso hay quien sostiene que lo mejor de un buen cocido es, precisamente, la ropa vieja.

Los “duelos y quebrantos” han dado bastante más cancha a los polemistas. Hoy se conoce con ese nombre un sabroso plato de huevos revueltos con torreznos y tal vez algún otro



aditamento porcino, como jamón o chorizo. Pero en época de Cervantes, los sábados no se podía comer tocino...

De ahí deducen algunos autores que se trataba de algo bien distinto. Hay eruditos que explican que los sábados llevaban los pastores a su patrón las ovejas que habían muerto accidentalmente durante la semana. Con sus carnes, deshuesadas, se preparaba tasajo; y los huesos, mundos y lironados, eran los protagonistas de la olla sabatina, porque eran uno de los pocos elementos cárnicos autorizados por la Iglesia ese día. El “quebranto” sería el que sufría el dueño de las reses muertas, y el “duelo” podría deberse a la parquedad de la olla a que se veían constreñidos los católicos -es decir, casi todos los españoles de la época- los sábados.

Los otros dos componentes de la dieta quijotesca son bien conocidos por nuestros contemporáneos. Las lentejas -don Quijote las tomaba los viernes, por lo que habrá que suponer que serían viudas, esto es, sin chorizo ni jamón- siguen formando parte de nuestra dieta habitual. Y los palominos -los pichones, para entendernos, aunque en puridad éstos serían sólo los domésticos- han recuperado el prestigio.

Porque siempre fue nota de hidalguía tener palomar en la casa, y no precisamente para criar palomas mensajeras. Por ello no es de extrañar que don Alonso Quijano ennobleciese su mesa dominical con un par de pichones de su palomar.

En fin, ahí tienen ustedes los platos habituales en la dieta de un hidalgo manchego del Siglo de Oro. Todavía resultan apetitosos, salvo quizá la versión ortodoxa de los “duelos y quebrantos”. Prueben a recordar a Cervantes con alguno de ellos, y brinden por su eterna gloria con una copa de cualquiera de los cada vez mejores vinos que se elaboran en las tierras de la que antes llamábamos Castilla la Nueva.