



Una de las obras literarias más analizadas, desde múltiples puntos de vista, ha sido y es *El Quijote*. Su faceta gastronómica también se ha estudiado con frecuencia. Pero uno de sus aspectos parciales es la relación que se puede establecer entre los datos gastronómicos que aporta el autor de la obra y el “sentido de salud” que la inspira y cuál era ése sentido de salud que, en la realidad del siglo XVI, tenían nuestros antepasados.

Los conocimientos médico-dietéticos de Cervantes y la Gastronomía del Quijote

Desde el capítulo I, en la primera parte, ya lanza el autor un breve retrato gastronómico de una parte de la sociedad, fundamentalmente de las castas de “hidalgos y de villanos”: “... una olla de algo más de vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos consumían las tres partes de su hacienda...”. Parcas, pues, eran sus comidas; y más aún las del labrador pobre castellano, cuya característica principal era la escasez y monotonía, basándose en carnes de mala calidad, vísceras, verduras, leche y derivados que no eran muy estimados en la cocina de las clases nobles.

Cervantes, como observador y estudioso de la sociedad de su época, nos brinda un espejo de las clases sociales en su quijotesco libro. Al ir desapareciendo el sistema feudal, se va reestructurando la relación de siervos y señores, apareciendo dos claros estamentos: los hidalgos y campesinado. Y en las ciudades, los artesanos y la plebe. En la otra parte, la nobleza, alto clero y algunos mercaderes enriquecidos, que detentan poder y privilegios. Esa entrada en el mundo moderno se ve reflejada en la obra de Cervantes, de forma específica en las diversas mesas que nos presenta a lo largo de todo el libro.

Uno de los aspectos que hace denotar la diferenciación de clase se puede observar en el capítulo XX de la segunda parte, donde se cuentan las bodas de Camacho. Es el labrador rico que pretende distanciarse de las clases bajas ofreciendo un magnífico banquete. Así, Sancho se despierta por la mañana y huele un tufillo a torrezno que dice creer que puede ser el prolegómeno de una boda. Ante sus ojos, aparece el espectáculo de “... un novillo asándose, seis medias tinajas que contenían carneros enteros, liebres, gallinas y caza de diversos géneros. Contó, además, sesenta zaques de generosos vinos, pan blanquísimo y quesos varios”. Al trabar conversación con uno de los cocineros, acaba siendo regalizado con tres gallinas y dos gansos.

Como contraste entre el hidalgo castellano, el labriego pobre y el labriego rico, Cervantes nos habla en *Don Quijote*, a través de sus comidas, para dar efecto a la figura del *caballero* con un halo de irrealidad. Su espiritualidad es fundamental, provocando casi un desprecio de los alimentos, en aras del sentido de su misión. Así, éste evita comer en exceso y se permite dar consejos a su escudero en lo tocante a la educación en la mesa: sus alimentos serían frutas, hierbas y cuando no hubiera otra cosa, “la hambre”.

En el libro también existen otras mesas a estudiar, aunque poco frecuentes: las de nobles y las de las minorías judaica y morisca. En esta última se pone de manifiesto una alimentación diferente, principalmente verduras y hortalizas, carnes de cabra y oveja, sardinas y grandes cantidades de aceite. Así, Sancho en uno de los capítulos dice de los moriscos que “son amigos de berenjenas”.

La mesa de los nobles, si bien aparece con poca frecuencia, nos facilita información de sus alimentos habituales y comportamientos a través de los consejos que, repetidamente, le da Don Quijote a Sancho. Estos consejos actúan en la obra como un mecanismo de distanciamiento entre los nobles y las clases bajas; del mismo modo que lo hace el consumo de una *dieta* distinta y acomodada –según las normas médico-dietéticas de la época– a la complejidad individual del noble.

Cervantes aporta en su libro unos conocimientos amplios en los conceptos médico-dietéticos del Renacimiento. Estas teorías dietéticas recorren Europa y van afincándose en España a través de un estamento médico cuyas funciones se dirigen a captar la atención de las clases nobles y de los ricos que se interesan por su salud. La aplicación de esa ciencia médica surge por la recuperación de conocimientos de los médicos antiguos: Hipócrates, Galeno, Averroes, la Escuela de Salerno... Numerosos autores se ocuparon de los alimentos y bebidas en el siglo XVI: Alfonso Chirino, Andrés Laguna, Lobera de Ávila, Pedro Mercado... la relación es muy extensa.