

7

R

SET PORTES
RECEPTARIS
HISTÒRICS
DE CUINA
CATALANA

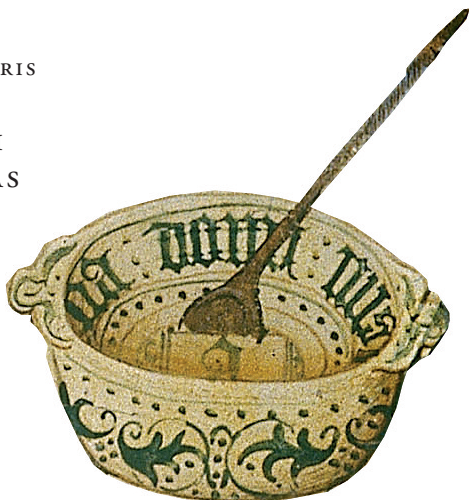
1

LLIBRE DE SENT SOVÍ

EDICIÓ
JOAN SANTANACH

ADAPTACIÓ AL CATALÀ MODERN
MÒNICA BARRIERAS

ESTUDIS INTRODUCTORIS
ANTONI RIERA
JOAN SANTANACH
RAMÓN A. BANEGAS





SET PORTES

RECEPTARIS
HISTÒRICS
DE CUINA
CATALANA

1

Comitè Científic

ANTONI RIERA, FRANCESC SOLÉ I PARELLADA

(directors)

JOSÉ MARÍA CELA, JESÚS CONTRERAS, TONI MASSANÉS,

JOAN SANTANACH

DANIEL QUER

(secretari)



**Editorial
Barcino**



Primera edició: desembre 2014

Primera reimpressió: juny 2016

© de l'edició, Joan Santanach, 2014

© de l'adaptació al català modern, Mònica Barrieras, 2014

© de les presentacions, Francesc Solé i Parellada i Carles Duarte, 2014

© dels estudis introductoris, Antoni Riera, Joan Santanach i Ramon A. Banegas, 2014

Els editors agraeixen la col·laboració de la Fundació Institut Català de la Cuina i de la Cultura Gastronòmica en l'edició d'aquest llibre.

Reservats tots els drets d'aquesta edició:

EDITORIAL BARCINO, S. A.

Acàcies, 15. 08027 Barcelona

www.editorialbarcino.cat

RESTAURANT DE LES 7 PORTES

Passeig Isabel II, 14. 08003 Barcelona

www.setportes.com

DL B 21839-2014

ISBN: 978-84-7226-788-6

Edició núm. 829

Disseny: Jordi Casas

Correcció de proves: Raquel Parera i Francesc J. Gómez

Fotocomposició i impressió: Fotoletra, S.A.

Detall de la coberta:

Jaume Ferrer I o Pere Teixidor, detall del Sant Sopar. Pintura sobre taula. Segon quart del segle XV. Predel·la procedent probablement de l'església de Santa Constança de Linya (Navès, el Solsonès). (Museu Diocesà i Comarcal de Solsona.)

Continguts

PRESENTACIONS

- Som el que mengem, som el que llegim 13
FRANCESC SOLÉ I PARELLADA
CARLES DUARTE I MONTSERRAT
- La col·lecció 7 Portes 17
FRANCESC SOLÉ I PARELLADA

ESTUDIS

- El context històric dels receptaris medievals catalans. 23
1. L'evolució de les estructures productives i de distribució
dels aliments
ANTONI RIERA I MELIS
- «Per aparellar los bons menjars ne les bones viandes»: 81
el *Llibre de Sent Soví* i altres receptaris de cuina
de la tardor medieval catalana
JOAN SANTANACH I SUÑOL
- Una anàlisi dels productes i les tècniques de cuina 129
al *Llibre de Sent Soví*
RAMÓN A. BANEGAS LÓPEZ
- El text del *Llibre de Sent Soví* d'aquesta edició 167
JOAN SANTANACH I SUÑOL
- Nota de traducció 169
MÒNICA BARRIERAS I ANGÀS

LLIBRE DE SENT SOVÍ

Taula de rúbriques	175
Pròleg	181
1. Salsa per a paó <i>Salsa de pago</i>	183
2. Salsa blanca <i>Salsa blanca</i>	185
3. Si vols fer salsa camellina <i>Si vols fer salsa camellina</i>	187
4. Llimonea <i>Llimonea</i>	187
5. Mig-raust <i>Mig-raust</i>	189
6. Salsa per a oques <i>Salsa d'oques</i>	189
7. Sofregit <i>Sosenga</i>	191
8. Salsa salvatgina <i>Salsa salvatgina</i>	191
9. Si vols fer salsa per a qualsevol carn <i>Si vols fer salsa a tota carn</i>	193
10. Alidem per servir amb ous <i>Alidem ab ous</i>	193
11. Alidem <i>Alidem</i>	193
12. Gelatina <i>Geladia</i>	195
13. Si vols fer escabetx <i>Si vols fer escabetx</i>	195

14. Salsa de peix <i>Salsa de peix</i>	197
15. Brou de gallina <i>Brou de gallines</i>	197
16. Ametllat <i>Ametllat</i>	199
17. Salsa per a bolets <i>Salsa de bolets</i>	199
18. Alls esquesos <i>Allos quesos</i>	201
19. Mostassa <i>Mostalla</i>	201
20. Salsa verda <i>Salsa verd</i>	201
21. Sols <i>Sols</i>	201
22. Oruga <i>Oruga</i>	203
23. Coriandre <i>Celiandre</i>	203
24. Brou de gallines <i>Brou de gallines</i>	203
25. Almadroc <i>Almadroc</i>	205
26. Ginestada <i>Genestada</i>	205
27. Salsa de congre <i>Salsa de congre</i>	207
28. Ordiat <i>Ordiat</i>	207

29. Ordiat	209
<i>Ordiat</i>	
30. Ordiat d'una altra manera	209
<i>Ordiat en altra manera</i>	
31. Avenat	209
<i>Avenat</i>	
32. Avenat d'una altra manera	209
<i>Avenat en altra manera</i>	
33. Midó	211
<i>Amidó</i>	
34. Llet d'ametlles	211
<i>Llet d'ametlles</i>	
35. Farinetes	211
<i>Farines</i>	
36. Albergínies	211
<i>Albergínies</i>	
37. Morterol	213
<i>Morterol</i>	
38. Freixures	213
<i>Freixures</i>	
39. Freixures de cabrit	215
<i>Freixures de cabrit</i>	
40. Tripes de moltó	215
<i>Tripes de moltó</i>	
41. Per farcir cabrit	217
<i>A farcir cabrit</i>	
42. Per farcir porcell	217
<i>Per farcir porcell</i>	
43. Resoles	217
<i>Resoles</i>	

44.	Llenques de formatge <i>Llesques de formatge</i>	219
45.	Bunyols <i>Bunyols</i>	219
46.	Espatlla de moltó farcida <i>Espatla de moltó farcida</i>	219
47.	Panades d'aus <i>Panades d'aucells</i>	221
48.	Panada de llamprea <i>Panada de llampresa</i>	221
49.	Pastanagat <i>Pastanagat</i>	223
50.	Lletugat <i>Lletugat</i>	223
51.	Espàrrecs <i>Espàrrecs</i>	225
52.	Cigrons tendres <i>Cirons tendres</i>	225
53.	Cabrit a l'ast <i>Cabrit en ast</i>	225
54.	Sèmola <i>Sèmola</i>	227
55.	Perdius en olla <i>Perdius en olla</i>	227
56.	Porriol <i>Porriol</i>	229
57.	Per farcir pop <i>A farcir pop</i>	229
58.	Llet malcuïta <i>Llet malcuïta</i>	229

59. Arricoc	229
<i>Arricoc</i>	
60. Salsa granada	231
<i>Salsa granada</i>	
61. Nous confitades	231
<i>Nous confites</i>	
62. Salsa per a cérvol	233
<i>Salsa de cervo</i>	
63. Salsa blanca	233
<i>Salsa blanca</i>	
64. Per farcir capons	235
<i>A farcir capons</i>	
65. Almadroc	235
<i>Almadroc</i>	
66. Perdius a l'ast	235
<i>Perdius en ast</i>	
67. Formatjades	237
<i>Formatjades</i>	
68. Espinacs	237
<i>Espinacs</i>	
69. Porrada	237
<i>Porrada</i>	
70. Menjar blanc	239
<i>Menjar blanc</i>	
71. Morterol de cabrit	239
<i>Morterol de cabrit</i>	
72. Freixures de porcell	239
<i>Freixures de porcell</i>	

1 Salsa de pago

Primerament, salsa de pago. Fes brou de gallines o del caldum e de blascos de moltó ab carnsalada; e quan lo brou serà ben cuit e espès, hages ametlles pelades, per vuit escudelles una lliura; e pica-les e fes-ne lleit ab aquell brou e cola-la.

E prin los ventrells de les gallines e fets-los de tall d'un dau, e dels cors dels conills e de les gallines així mateix. E mit-ho a sosengar en greix de carnsalada; e l'olla en què es sosengarà estiga en poc foc, sol que lo greix bulla un poc, e tota hora açò sia menat. Enaprés hages d'altra carnsalada magra e grassa, e vaja en la sosenga. E açò lleva sovint del foc, per tal que lo greix no es pusca cremar. E quan serà sosengat, hages cebes redones tallades segons que damunt és dit —ço és saber, la quarta part de les damunt dites coses—, e mit-la a sosengar, e deu ésser tost assosengada. Açò feït, gitats lo greix de l'olla.

Hages agror de llimons o de taronges o de magranes agres o de bon vinagre; mit-n'hi un poc, segons la quantitat que hauràs sosengada. Mit-hi sucre o mel o d'altra dolçor. Hages espècies: nou noscada e nou d'eixarc e clavells, e la major partida sia canyella e gíngebre e safrà, e de les altres per sabor hi haja a donar, e mit-ne a la dita sosenga. Enaprés mit-hi la lleit dessus dita, e posa-ho a bullir una gran peça; e, quan veuràs que serà ben cuita, assaborats d'agror e de dolçor e d'espècies, e trempa-ho en manera que les espècies tiren tota la sabor de la dita salsa. Aquesta salsa no deu ésser molt vermella, mes que sia de color enfre canyella e safrà.

E quan los pagos deuran ésser cuïts, tu hages collit del greix que cau d'ells e met-ne en la salsa, e encara més del greix de les gallines d'aquell de l'olla. Emperò mit-hi per manera de greix que no et rot damunt la salsa, mes emperò que ella hi sàpia. Encara més hi pots metre, si et vols, millor comolt, ço és, que hi metes ales de gallines o de perdius ben picades. D'aquesta salsa, dóna'n poca e que sia espessa covinentment.

1 Salsa per a paó

Primer, salsa per a paó. Fes brou de gallines o de tripes i braons de moltó amb cansalada. Quan el brou estigui ben cuit i sigui espès, tingues ametlles pelades, per vuit escudelles una lliura; pica-les i fes-ne llet, amb aquell brou, i cola-la.

Agafa els estòmacs de les gallines i talla'ls a daus, i fes el mateix amb els cors dels conills i de les gallines. Posa-ho a sofregir en greix de cansalada, i que l'olla on se sofregirà estigui a foc baix, que el greix bulli una mica, només; això s'ha de remenar tota l'estona. Després tingues més cansalada viada, i afegeix-la al sofregit. Treu-ho sovint del foc, per tal que el greix no es pugui cremar. Quan estigui sofregit, tingues cebes rodones tallades segons s'ha dit més amunt –a saber, la quarta part de les coses esmentades–, i posa-les a sofregir; se sofregirà de seguida. Fet això, treu el greix de l'olla.

Tingues suc de llimones o de taronges, de magranes àcides o bon vinagre; posa-n'hi una mica, segons la quantitat que hauràs sofregit. Posa-hi sucre o mel o alguna altra cosa dolça. Tingues espècies: nou moscada, nou d'eixarc i claus, i que la major part sigui canyella, i gíngebre i safrà, i d'altres espècies segons el sabor que hi vulguis donar; i posa'n en el sofregit. Després posa-hi la llet d'ametlles, i posa-ho a bullir una bona estona; quan veuràs que està ben cuita, tasta d'acidesa, de dolçor i d'espècies, i equilibra-ho de manera que les espècies dominin el sabor de la salsa. Aquesta salsa no ha de ser gaire vermella, sinó de color entre canyella i safrà.

Quan els paons estiguin cuits, aprofita el greix que n'hagis recollit i posa'n a la salsa, i també greix de les gallines, d'aquell de l'olla. No en posis tant que el greix predomini damunt la salsa, però que hi doni gust. També hi pots posar, si vols, [fetges de gallina per espessir, ben picats i passats pel sedàs; i, si hi vols posar] un espessidor millor, posa-hi ales de gallina o de perdiu ben picades. D'aquesta salsa, serveix-ne poca i que sigui prou espessa.

E els pagos o faisans o capons adobats en esta manera, que si vols dar los pagos ab cap e ab coll e ab cua, sagnaràs los pagos en la boca e faràs-ne eixir la sang; e açò faràs al vespre. E après fan a plomar tots, sinó lo coll e la coa e lo cap. E llavors metrà-los en ast e lligar-los-has los peus; enaprés embolca-li ab benes de drap de lli lo cap e lo coll e la cua, de guisa que hom no veja la ploma. E après posar-l'has al foc.

E, quan sia refredat, hages llambordes de carnsalada que hagen tres dits de llong, e met-les hom en bastuns. En cascuna de les broques haja un dau de taronja o de carnsalada magra.

E, si els vols engarlandar, fets garlandes així com vulles, e mit en el capdamunt una taronja e altra dejús, en què es tinguen les garlandes així. Hages fil de lli e lliga'ls en el cap d'un bastó; banya'l ab aigua freda e mulla'n los draps que té lo paó per ço que no es cremen. E quan sia cuit, al tallador desbolca'l dels draps. E talla en manera d'oca.

E el capó ha altre tall damunt, en la cuixa, altre en les anques, que bé ho cerca.

2 Salsa blanca

Si vols fer salsa blanca, fes brou de bones gallines, e lo brou ben cuit e ben assaborat. E hajats llet d'ametles pelades colada prim. Après hajats blancs de gallines ben picats e ben destrempats ab la dita llet, e met-ho a bullir en una bella olla. E met-hi agror de taronges o de llimons –si no n'has, met-hi vinagre blanc–, e gingebre blanc pelat. Ítem més, hi met raïls de gingebre perat, que sia remullat ab brou bona peça, e met-lo-hi trossejat, e canyella, ben llavada e ben mundada tota negrura entrega. E bulla tot molt tro que la canyella haja perdut la sabor.

Si hi ha gallines d'ast o d'olla, met-n'hi un parell d'entregues, o més o menys, segons la quantitat que faràs; e assabora-ho de sal e de salsa e d'agror e de dolçor. Aquesta salsa deu ésser blanca

Els paons, faisans o capons preparats d'aquesta manera, si els vols servir amb cap i amb coll i amb cua, els sagnaràs per la boca i en faràs sortir la sang; això, ho faràs al vespre. Després s'han de plomar sencers, excepte el coll, la cua i el cap. Llavors els posaràs a l'ast i els lligaràs els peus; embolica'ls amb benes de drap de lli el cap, el coll i la cua, de manera que no se'n vegi la ploma. I els posaràs al foc.

Quan s'hagin refredat, tingues llenques de cansalada que facin tres dits de llarg i posa-les en agulles. Que en cadascuna de les agulles hi hagi un dau de taronja o de cansalada magra.

Si els vols engarlandar, fes garlandes com vulguis, i posa-hi al capdamunt una taronja i una altra a sota, de manera que les garlandes se sostinguin així. Tingues draps de fil de lli i lliga'ls a l'extrem d'un bastó; banya'l amb aigua freda i mulla'n els draps que té el paó perquè no es cremin. Quan estigui cuit, un cop al plat, desembolica-li els draps. I talla'l com es talla l'oca.

El capó es pot tallar per dalt, a la cuixa, o per les anques—cerca bé els llocs.

2 Salsa blanca

Si vols fer salsa blanca, fes brou de bones gallines, i que el brou estigui ben cuit i sigui ben gustós. I tingues llet d'ametlles pelades colada fina. Després tingues pits de gallina ben picats i dissolts amb la llet, i posa-ho a bullir en una bona olla. Posa-hi suc de taronges o de llimones—si no en tens, posa-hi vinagre blanc—, i gíngebre blanc pelat. A més, posa-hi arrels de gíngebre pelat, que hagi estat remullat en brou una bona estona, i posa-l'hi trossetat; i canyella, ben rentada i ben treta tota la negror. Que bulli tot molta estona, fins que la canyella hagi perdut el sabor.

Si hi ha gallines a l'ast o d'olla, posa-n'hi un parell de sencerres, o més o menys, segons la quantitat que faràs; i tasta-ho de sal, d'espècies, d'acidesa i de dolçor. Aquesta salsa ha de ser



El *Llibre de Sent Soví* és el receptari més antic conservat en llengua catalana. Se situa, doncs, just a l'inici de la tradició culinària del país, i ja hi apunten determinades constants gastronòmiques que han arribat fins avui. L'obra és una síntesi de la cuina de la seva època, i específicament de l'alta cuina, pròpia de la noblesa i les classes benestants. La seva influència s'observa en la resta de llibres de cuina medievals i fins i tot posteriors.

Per facilitar l'accés al text, se n'ofereix la versió medieval acarada amb una adaptació al català modern. Els estudis sobre l'entorn econòmic, històric i culinari que l'acompanyen afavoreixen una millor comprensió de l'època i del mateix receptari.

Amb aquest volum s'inicia la col·lecció Set Portes de Receptaris Històrics de Cuina Catalana, que proposa un llarg recorregut per l'evolució, les transformacions i les continuïtats de la cuina catalana a través dels seus receptaris més significatius.



Editorial
Barcino

CC Fundació
Carulla

