

Biblioteca Barcino
Volum 4

VOLUM D'HOMENATGE A RUDOLF GREWE

LLIBRE DE SENT SOVÍ

A CURA DE JOAN SANTANACH



Si vols fer brou de gallines per confortar, hages una bona gallina e degolla-la e escalda-la encontinent, e mit-la a coure en l'olla bé neta e llavada.

PREFACI

Escriure unes línies per prologar una nova edició del *Llibre de Sent Soví* suposa un gran honor per a mi, i a la vegada un repte molt emocionant. És un honor perquè el *Llibre de Sent Soví* no és tan sols una obra cabdal de la nostra literatura gastronòmica, sinó que és també un clàssic de les lletres catalanes medievals, i el lector pot comprendre l'emoció i el respecte que aquest títol inspira a una persona com jo, nascuda amb una irrenunciable vocació de cuinera i amb un tarannà autodidacte que sempre m'han acompanyat i que m'han permès, a base de dedicar-hi tot l'esforç i estudi que l'ofici de coc mereix, de convertir-me en professional de la cuina.

El nostre temps és una època d'avenços i descobriments tècnics fabulosos, capaços d'inspirar i impulsar una nova tecnologia culinària cada dia més refinada i més científica, estèticament espectacular, que ha catapultat a la palestra pública un bon nombre de cuiners punters de Catalunya i els ha convertit en l'estendard de qualitat, prestigi, esplendor i renaixença de la cuina catalana. I, amb tot, més enllà dels avenços genials del nostre segle, el poder d'atracció i de fascinació que és capaç d'exercir cada recepta del *Llibre de Sent Soví* no té parió a la literatura culinària actual, cada vegada més abocada a una asèpsia i un tecnicisme inquietants. És per això que penso que aquesta edició del *Llibre de Sent Soví* proporcionarà una experiència de molt bon regust intel·lectual a molts lectors, i alhora serà una moti-

vació excel·lent per tastar i experimentar uns gustos gastronòmics i unes maneres de fer medievals que formen part dels nostres gens més íntims i arrelats. I és que algunes receptes d'aquest antiquíssim tractat es podrien qualificar de «referències interiors» que encara avui podem retrobar i sentir ben nostres i properes quan les tastem elaborades sota l'atenció amatent d'una mirada actual i mitjançant una tècnica polida i moderna.

És possible que, gràcies al meu entorn familiar, des de molt petita m'hagi acostumat a relacionar el menjar amb la manera de ser de la gent (potser és l'esperit d'observació que m'acompanya des de sempre que em fa defensar la dita popular de *som el que mengem*), el cas és que estic segura que l'alimentació va lligada amb el caràcter i la salut dels éssers vius –i, fins i tot, que tan important és la salut dels devoradors com la dels devorats. La lectura d'un llibre de cuina del segle XIV, en aquest sentit, ens permet de tocar de peus a terra, la terra dels nostres avantpassats, i a la vegada ens invita a resseguir un paisatge culinari molt llunyà, gairebé mític: focs de llenya polivalents per rostir a l'ast o per estofar amb olles penjades, potatges bullits i rebullits fins a l'extremitud, picades espesses, especiades, carns de valor i presència molt diferents del que avui dia coneixem, brous, salses, dolços i confits.

Estic convençuda que la cultura d'un país també es manifesta a través de la seva cuina i de les preferències gustatives de la seva gent. La cuina és una expressió artística, cultural i comunicativa. Per això avui, que tenim la sort de gaudir d'uns mercats on, per evolució i globalització econòmica, podem trobar des de l'arrel més salvatge o el bolet més rar fins a la fruita o la verdura més exòtica, la carn o el peix més llunyans, l'insecte més sorprenent o l'espècia més perfumada, la relectura del *Llibre de Sent Soví* suposa una iniciació única en la coneixença de la nostra identitat: és d'aquesta obra que parteix la història de la cuina catalana, en una tradició ininterrompuda que,

en paraules de Josep Pla, es pot sintetitzar amb la coneguda metàfora del paisatge a la cassola.

Si avui dia el gruix de cuiners professionals catalans estem recollint el reconeixement cultural que la professió mereix, és en gran part gràcies al treball de les generacions que ens han precedit, una llarga corrua de cuiners professionals i una munió infinita de cuiners domèstics. Per això, també a la cuina, és important de no perdre ni els orígens ni la identitat.

Us invito, doncs, a endinsar-vos en l'experiència única que proposa aquesta obra cabdal de la gastronomia catalana. Certament, us hi podeu acostar amb la reverència i el distanciament crític de qui admira un monument del passat, una obra d'art d'una època dominada per cànons estètics i gustatius molt allunyats dels del lector actual. Aquesta aproximació al text, ben mirat, potser escau més a la sensibilitat del filòleg o de l'historiador que no pas a la del cuiner professional i en actiu, sempre entre focs i cassoles, imaginant gustos, contrastos, donant forma a la matèria impalpable de la seva imaginació. És per això que, per la meua banda, us animo a llegir aquesta obra fundacional de la nostra literatura gastronòmica com qui llegeix un llibre de receptes: amb vocació de posar en pràctica la preparació que més us sedueixi o desperti la vostra curiositat, posant-hi la vostra tècnica i coneixements culinaris i, sobretot, compartint-la amb altres comensals que sentin la mateixa il·lusió per tastar la nostra història.

CARME RUSCALLEDA
Estiu de 2006

INTRODUCCIÓ

1. LA CUINA DELS ORÍGENS

El *Llibre de Sent Soví* és, entre els tractats de cuina escrits a l'Edat Mitjana en català, el que modernament ha merescut una major atenció. Amb permís, és clar, de mestre Robert i el seu *Llibre del coc*. L'interès actual per la cuina i tot el que hi té relació ha afavorit que l'obra sigui coneguda, molt més del que seria esperable en un text de les seves característiques, fora del reduït cercle dels medievalistes. I això que el *Sent Soví* no és un text fàcil. Ara bé, és innegable que constitueix el testimoni més reculat que tenim de la tradició gastronòmica catalana, i a les seves pàgines el lector trobarà elements encara avui tan característics de la cuina autòctona com les picades o els sofregits —no cal dir que només de ceba: el tomàquet, com la patata o el pebrot, no entrarà a formar part de la dieta mediterrània fins força després del descobriment d'Amèrica. Es tracta, per tant, d'un testimoni privilegiat, dels primers que tenim en català, sobre la cuina que es feia als territoris de l'antiga Corona d'Aragó.

Tot i que és un text que durant l'Edat Mitjana, i probablement fins ben entrat el segle XVI, va gaudir d'una circulació important, només ens n'ha arribat un únic manuscrit, actualment conservat a la Biblioteca Històrica Universitària de València. Tot sembla indicar que va ser escrit cap a la primera meitat del segle XIV, en una data difícil de precisar. El seu autor, més que no pas

redactar de dalt a baix les receptes que conté, degué recopilar textos preexistents fins a formar un conjunt més o menys homogeni de preparacions culinàries. El fet que desconeguem, però, el nom d'aquest compilador fa molt difícil plantejar de quina manera degué produir-se el procés de composició del text. En qualsevol cas, és indubtable que, com la immensa majoria de llibres de cuina medievals —i moderns—, l'aportació inicial d'aquest anònim autor-compilador es va veure rectificada, corregida i completada per intervencions posteriors, si més no en part atribuïbles als professionals de la cuina que van servir-se del llibre. No en va, el *Sent Soví*, com qualsevol altre tractat gastronòmic, era vist com un text pràctic, una eina de treball a disposició dels cuiners, on aquests, alhora que el feien servir, incloïen nous procediments, prescindien de receptes o afegien anotacions sobre determinats aspectes dels plats. La versió del *Llibre de Sent Soví* que tenim, copiada al segle XV, és a dir, força anys després de la composició del llibre, és fruit d'aquestes intervencions successives. Lluny, doncs, de ser l'obra d'un únic autor, es tracta d'un text que reflecteix bona part de les preferències i dels coneixements culinaris de tota una etapa de la nostra història, la que se situa precisament als orígens de la història gastronòmica del país.

En aquest sentit és, sens dubte, molt remarcable que el *Llibre de Sent Soví*, ja sigui de forma directa o integrat en d'altres receptoris més extensos, sigui documentat arreu dels països de parla catalana, i que la seva influència sigui igualment detectable en llibres de cuina que circularen per territoris propers, sobretot italians i, encara que menys, castellans. Aquesta àmplia difusió no només s'explica per la versemblant elaboració de nombroses còpies manuscrites de l'obra, sinó també per la inclusió de receptes seves en altres reculls, de vegades en un nombre tan important com en l'inèdit *Llibre d'aparellar de menjar* o en el *Llibre de totes maneres de potatges*, d'altres simplement

amb algunes receptes esparses, com trobem en el ja citat *Llibre del coc*—imprès en múltiples ocasions durant el segle XVI, en català i en la seva versió en espanyol— i, en italià, al tractat conegut amb el nom de *Cuoco napoletano*.¹

No és gens sorprenent, per tant, que el *Llibre de Sent Soví* continuï despertant l'interès dels lectors contemporanis. I això malgrat que les preparacions que s'hi descriuen de vegades poden ser poc clares, sobretot per a un lector actual, habituat a les detallades receptes dels llibres de cuina moderns. A les del *Sent Soví*, com és d'altra banda habitual en els tractats culinaris antics, no manquen els sobreentesos, les inconcrecions o els procediments caiguts en desús. Publicar-ne una versió en ortografia normativa i amb notes que n'aclareixen els passatges obscurs no pretén altre objectiu que facilitar-hi l'accés.

2. RECEPTES I RECEPTARIS

A l'Edat Mitjana els llibres de cuina, i sovint també altres textos de tipus pràctic, com ara els receptaris mèdics, de manescalia o de bellesa, eren obres de contingut extraordinàriament fluctuant. L'elaboració de còpies manuscrites, fins i tot de textos literaris, historiogràfics o jurídics, implicava la introducció d'inevitables divergències entre testimonis: els amanuenses s'equivocaven, ometien passatges de l'obra que traslladaven o en modificaven d'altres per fer-los més entenedors. Aquests hàbits, que la invenció de la impremta va trigar a eradicar, es

1. Per als tres darrers textos citats, vegeu GREWE 2003, ROBERT 1977 i SCULLY 2000, i per a la localització del *D'aparellar*, BORAU 1995. Pel que fa a la ja superada confusió entre el *Sent Soví* i el *Llibre de totes maneres de potatges*, com també per als dos suposats manuscrits de l'obra, vegeu el que en dic al pròleg de l'edició crítica del *Sent Soví* (dins GREWE 2003: 9-13), i igualment CIFUENTES 2002: 294-296 i SANTANACH (en preparació).

feien especialment evidents en la transmissió de llibres funcionals, en què l'usuari intervenia d'acord amb els seus coneixements, necessitats i preferències. En el cas de les col·leccions de receptes, a més, aquestes modificacions no sols eren observables en la redacció dels textos, sinó que la mateixa organització de les obres —constituïdes per una agregació de preparacions independents les unes de les altres— facilitava la supressió, la substitució o l'addició d'aquests apartats. Mentre van ser percebuts com a útils, és a dir, mentre recollien els gustos culinaris de l'època, els llibres de cuina es van veure sotmesos a nombroses modificacions, en un grau força superior al que és habitual en qualsevol còpia manuscrita. Aquests canvis no responien només a la incúria dels copistes o als atzars propis de la transmissió manuscrita, sinó també a la pràctica culinària dels compiladors i dels usuaris dels textos. En el fons, els llibres de cuina medievals que hem conservat són sempre una síntesi entre una transmissió manuscrita moltes vegades complexa, que inevitablement allunya les còpies de l'hipotètic original, i les aportacions fruit de l'experiència dels seus usuaris davant dels fogons.²

Les mateixes característiques de les receptes, destinades, més que no pas a guiar la preparació d'un plat de principi a fi, a recordar-ne els trets principals, requeriria que l'usuari disposés d'uns coneixements culinaris previs. I és que es tracta de textos pensats —i elaborats— per gent de l'ofici, que no necessitava gaires explicacions addicionals, sinó que en tenia prou amb unes mínimes indicacions generals. D'aquí que a les receptes s'ometin passes, o s'hi anunciïn però no s'acabin de desenvolupar algunes operacions, o que les referències sobre quantitats, proporcions, temps de cocció i temperatura siguin sovint

2. Per a la definició i l'evolució del gènere dels llibres de cuina, vegeu LAURIOUX 1997a.

LLIBRE DE SENT SOVÍ

[TAULA DE RÚBRIQUES]

1. Sosenga a conills e a tota altra carn
2. Salsa a salvatgina
3. Salsa a tota carn d'olla
4. Alidem ab ous
5. Alidem en altra manera
6. Geladia a carn a salvar
7. Escabetx a peix fregit
8. Salsa de peix en aigua
9. Brou de gallines a ops de confortar
10. Ametllat
11. Salsa a bolets
12. Allos quesos
13. Mostalla nostrada
14. Salsa verd
15. Sols a què et vulles
16. Oruga
17. Celiandre
18. Broet de gallines
19. Menjar blanc
20. Genestada
21. Salsa de congre
22. Agràs ab peix frit
23. Ordiat
24. Ordiat en altra manera

[PRÒLEG]

Deveu saber que en aquest llibre ha escrit vuitanta-set menjars en quina manera se deuen aparellar ne com no. Devets saber que lo dit llibre és fait per los escuders qui són estats ab los senyors grans e ab los bons hòmens. Lo dit llibre fou escrit per tal que aquells qui no sabien les coses fer ne aparellar los bons menjars ne les bones viandes, perquè guardassen e llegissen lo dit llibre. Lo qual llibre és apellat de *Sent Soví*. 5

E féu-lo e el dictà un bon hom e fort bon coc, lo qual coc estava ab lo rei d'Anglaterra. E lo coc lo féu ab consell d'en Pere Felip, escuder del dit senyor rei. E féu-lo en l'any de la incarnació de nostre Senyor que hom comptava mil e vint-i-quatre. 10

1-2. *vuitanta-set menjars*: aquest nombre de receptes, que ni es correspon amb el contingut del recull ni amb el nombre de plats esmentats a les rúbriques, podria remetre a un estadi de la tradició del *Sent Soví* del qual no hem conservat cap altre indici. Llevat, és clar, que es tracti simplement d'un error de recompte.

7. *Sent Soví*: no són clars l'origen ni el significat del títol del llibre. Lluís Farauo va proposar que podria tenir alguna relació amb l'italià *Sansovino*, o bé amb el francès *Saint Souvain*, variant de *Saint Silvain*. Més enllà de la proximitat fonètica, ell mateix remarcava que «no se alcanza a ver la relación conexiva que estos nombres pueden guardar con el arte coquinario» (1951-1952: 6-7; vegeu també GREWE 2003: 54).

8-10. Sobre l'imaginari coc del rei d'Anglaterra i l'escuder Pere Felip, vegeu la introducció, pp. 24-25.

11. *mil e vint-i-quatre*: per a l'inversemblant 1024 com a data de la composició del *Sent Soví*, vegeu la introducció, p. 25.

I. 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. 5

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 10 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 feit, gitats lo greix de l'olla. 15

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

1. *pago*: 'paó'; per a la pronúncia paroxítona del mot, vegeu *DECLC*, s. v. *paó*.

2-3. *Fes brou ... carnsalada*: per a una preparació de brou de gallines, vegeu més avall el cap. xv.

3. *blascos*: 'braons, parts finals de la cuixa i de l'espatlla del moltó'? Per a la pronúncia del mot, vegeu el *DECLC*, s. v. *paó*.

4-5. *per ... lliura*: és a dir, cal afegir-hi una lliura d'ametlles pelades per cada vuit escudelles (de brou).

5. *lleit*: per «llet d'ametlles», que es podia preparar amb aigua, com es proposa a la recepta xxxiv, o, més habitualment, amb brou, com en la recepta present o a iii, xiii o xxvii, i també al *Llibre del coc*, 57.

12-14. És a dir, la quantitat de la ceba ha de correspondre a una quarta part de la freginada (la preparació de la qual s'acaba de detallar).

20 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 dessús 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
25 salsa. Aquesta salsa no deu ésser molt vermella, mes que sia de color enfre canyella e safrà.

E quan los pagos deuran ésser cuits, 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
30 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.

35 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

19. *nou d'eixarc*: espècia de gust picant, fruit de l'*Amomum grana paradisii*; vegeu-ne la descripció del *Llibre de coneixences d'espècies* dins GUAL CAMARENA 1981: 90, núm. 134.

19-20. *la major partida*: 'la part més gran'.

20-21. *e de les altres ... a donar*: enteneu 'i d'altres espècies, segons el sabor que hi vulgueu donar'.

21-22. *mit-hi ... dita*: fa referència a la llet d'ametlles preparada a l'inici de la recepta.

27. Els paons, com era habitual amb les preparacions de volateria i altres animals, es couen a l'ast independentment de la salsa.

30. *rot damunt la salsa*: 'sobrèixi a la superfície de la salsa'.

31. *vols*: a continuació al ms. s'ha produït un probable salt d'igual a igual, de manera que s'hauria omès «fetges de gallines per comolt, ben picats, e pasats per sedàs; e, si hi vols metre»; recuperem el passatge a partir del cap. 44 del *Llibre de potatges*; cf. també el *Llibre d'aparellar* (1).

35-36. *sagnaràs ... boca*: el *Llibre de potatges*, 1, especifica que s'han de sagnar «dins en la boca envers l'orella, lla on tinen la vena»; d'aquesta manera s'evita decapitar l'animal i es pot dur a terme la presentació que es deta-

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; enaprès 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.

40

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.

45

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

50

lla a continuació. Per al costum de presentar els paons amb cap i cua, vegeu també l'*Arte cisoría* d'Enric de Villena (1986: 87).

41. *quan sia refredat*: a mitja cocció, quan «serà enregeat per una estona», tal com s'indica al *D'aparellar* (2), s'ha de treure del foc i deixar-lo refredar, per tal d'enllardar-lo.

42. *bastuns*: 'bastons'? A continuació es parla de «broques» 'agulles o punxons de ferro'; per a aquest procediment, vegeu també el cap. LV.

46. *Hages*: és probable que a continuació el copista hagi omès algun mot, com ara «draps de»; aquest passatge, que no es conserva al *D'aparellar*, ha estat força modificat al *Llibre de potatges*, 1: «al cap del bastó tu pendràs capcions ['draps'] de tovalles o de tovalloles de fil».

48-49. *desbolca'l dels draps*: 'desembolica-li els draps'; la funció dels draps humits era evitar que les plomes del cap, el coll i la cua se socarrimessin en coure'l a l'ast; altrament, no s'hauria pogut presentar el paó amb les plomes en bon estat i engarlandat.

49. Per a la manera de tallar el paó, i també l'oca, vegeu els caps. 24 i 25 del *Llibre de potatges*.

51. *que bé ho cerca*: 'cerca'l bé'.

II. 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. Aprés hajats blancs de gallines ben picats e ben destremrats ab la dita llet, e met-ho a bullir en una bella olla. E
5 met-hi agror de taronges o de llimons —si no n'has, met-hi vinagre blanc—, e gíngebre blanc pelat. Ítem més, hi met raïls de gíngebre perat, que sia remullat ab brou bona peça, e met-lo-hi trossejat, e canyella, ben llavada e ben mundada tota negra-
10 ra 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 assaborah-o de sal e de salsa e d'agror e de dolçor. Aquesta salsa deu
15 ésser blanca e neta e llisa e sens frau; emperò met tota hora del greix de les gallines d'ast o d'olla en tal manera que no hi parega gaire. E si hom no havia de grossa canyella, haja'n de menu-

1. *Salsa blanca*: 'preparació elaborada amb pit de gallina picat, llet d'ametlles feta amb brou, suc de llimona o de taronja, i espècies'. Per a altres receptes de la mateixa salsa, vegeu més avall el cap. LXIII, en què s'usa vi de magranes, com també el *Llibre de potatges*, 48.

3. *hajats llet d'ametles*: probablement cal entendre que la llet d'ametlles s'ha d'elaborar amb el brou de gallines que s'ha preparat; per a aquesta qüestió, vegeu la n. 5 del cap. I.

13. *segons ... faràs*: és a dir, d'acord amb la quantitat de salsa que n'hagis preparat.

15. *llisa e sens frau*: 'uniforme i sense asprors'.

16-17. *que no hi parega*: 'que no s'hi noti'.

17. *grossa canyella*: probablement canyella en canonet; vegeu-ne la descripció del *Llibre de coneixences d'espècies* dins GUAL CAMARENA 1981: 77, núm. 43.

da, escaldada en un morter ab clavells de girofle e lligada ab un drap blanc, e coga ab la salsa.

Deus saber que del blanc de dues gallines ab una lliura d'ametles basta a deu escudelles de salsa, segons la cuita que li volràs dar. Aquesta salsa dóna ab gallines o d'ast o d'olla, e dóna'n poca. 20

Les gallines se tallen en esta manera: primerament lleva'n l'aleró, despuis la cuixa e après l'ala, e fes així mateix de l'altra part. Si és d'ast, talla-la a manera d'oca. 25

19. Una vegada escaldats, la canyella i els claus d'espècia s'emboiquen amb un drap, que, ben lligat, se submergeix dins la salsa, de manera que hi deixi el sabor de les espècies però sigui fàcilment extraïble.

20-21. *del blanc ... salsa*: 'n'hi ha prou amb el pit de dues gallines per fer deu escudelles de salsa'.

25. Per a la manera de trinxar l'oca a l'ast, vegeu el *Llibre de potatges*, 25.

ÍNDEX

PREFACI, per Carme Rusalleda	7
INTRODUCCIÓ	11
1. <i>La cuina dels orígens</i>	11
2. <i>Receptes i receptaris</i>	13
3. <i>Contingut del Sent Soví</i>	24
4. <i>La present edició</i>	35
LLIBRE DE SENT SOVÍ	39
Taula de rúbriques	41
Pròleg	45
I. Salsa de pago	47
II. Salsa blanca	50
III. Si vols fer salsa camillina	52
IV. Llimonea	54
V. Mig-raust	55
VI. Salsa d'ouques	57
VII. Sosenga	58
VIII. Salsa salvatgina	60
IX. Si vols fer salsa a tota carn	61
X. Alidem ab ous	62
XI. Alidem	63
XII. Geladia	64
XIII. Si vols fer escabetx	65

XIV. Salsa de peix	66
XV. Brou de gallines	67
XVI. Ametllat	69
XVII. Salsa de bolets	71
XVIII. Allos quesos	72
XIX. Mostalla	73
XX. Salsa verd	74
XXI. Sols	75
XXII. Oruga	76
XXIII. Celiandre	77
XXIV. Brou de gallines	78
XXV. Almadroc	79
XXVI. Genestada	80
XXVII. Salsa de congre	82
XXVIII. Ordiat	83
XXIX. Ordiat	84
XXX. Ordiat en altra manera	85
XXXI. Avenat	86
XXXII. Avenat en altra manera	87
XXXIII. Amidó	88
XXXIV. Llet d'ametlles	89
XXXV. Farines	90
XXXVI. Albergínies	91
XXXVII. Morterol	92
XXXVIII. Freixures	93
XXXIX. Freixures de cabrit	95
XL. Tripes de moltó	96
XLI. A farcir cabrit	97
XLII. Per farcir porcell	98
XLIII. Resoles	99
XLIV. Llesques de formatge	100
XLV. Bunyols	101
XLVI. Espatla de moltó farcida	102

XLVII. Panades d'aucells	103
XLVIII. Panada de llampresa	105
XLIX. Pastanagat	106
L. Lletugat	107
LI. Espàrrecs	108
LII. Cirons tendres	109
LIII. Cabrit en ast	110
LIV. Sèmola	111
LV. Perdius en olla	112
LVI. Porriol	113
LVII. A farcir polp	114
LVIII. Llet malcuita	115
LIX. Arricoc	116
LX. Salsa granada	117
LXI. Nous confites	119
LXII. Salsa de cervo	121
LXIII. Salsa blanca	122
LXIV. A farcir capons	123
LXV. Almadroc	124
LXVI. Perdiu en ast	125
LXVII. Formatjades	126
LXVIII. Espinacs	127
LXIX. Porrada	128
LXX. Menjar blanc	129
LXXI. Morterol de cabrit	130
LXXII. Freixures de porcell	131

APÈNDIXS

I. Receptes de tradició sentsovinesca del <i>Llibre d'aparellar de menjar</i> no conservades al <i>Llibre de Sent Soví</i>	133
II. Paral·lelismes entre la taula de rúbriques del còdex de la BHUV i els tres receptaris	151

III. Esmenes al text manuscrit del <i>Llibre de Sent Soví</i>	155
BIBLIOGRAFIA	165
GLOSSARI.....	171