

El cereal, aliment del poble romà: fonts llatines

Raimon Sebastian Torres
Universitat Oberta de Catalunya

ABSTRACT

Cereal was the fundamental food for the Mediterranean basin cultures in Antiquity. In this article I undertake an examination of preserved Latin treatises on agriculture and the work of Pliny the Elder, which should help us better understand the varieties of cereal that were grown in ancient Rome. Such body of texts provides broad information on the field where cereals were grown and on how starch, semolina and flour were produced. These were required products used to obtain different kinds of Roman food. Therefore, this article gives an insight into the different types of crops, cereals and food derived from cereal, all of which are witness to the gastronomic heritage of ancient Rome.

KEYWORDS: Latin sources on agriculture, Roman cereal husbandry, Roman cereals, breads, rolls and pastries.

Introducció

El cereal ha estat un aliment fonamental per al desenvolupament del poble romà. Per comprendre millor la importància d'aquest aliment, en aquest article duem terme una anàlisi exhaustiva de les fonts agronòmiques llatines juntament amb l'obra de Plini¹. A més, també complementem aquest estudi amb altres fonts com Plaute, Virgili, Livi, Apici, Gelli, Macrobi i Isidor de Sevilla, de gran importància per articular la història i l'evolució del cereal a

1. Aquest treball s'inscriu en el projecte de recerca MCINN-AEI/FEDER PID2021-123419NB-I00 del Govern espanyol.

Roma. Aprofundim en les varietats cultivades per al consum humà com eren l'ordi, l'espelta bessona, el blat bojal i la xeixa. Analitzem la producció de cereal que va unida al camp i al cultiu de la terra, per la qual cosa és necessari conèixer les tècniques i els cereals que empraven. Dels diferents cereals conreats pel poble romà, examinem l'obtenció de productes alimentaris a través del midó, la sèmola i la farina. A més, estudiem l'elaboració de diferents tipologies de coques i pans, que varien segons les farines, el procés de cocció, la finalitat i la procedència. D'aquesta manera aconseguirem apropar-nos al cereal i a les menges que eren comunes a Roma.

Per entendre millor el cereal que es conreava i els mètodes emprats a la Roma antiga, juntament amb els aliments que se'n derivaven, posseïm una llarga tradició de tractats agronòmics llatins, iniciada per Marc Porci Cató al segle II aC. La primera obra conservada d'agronomia en llatí s'intitula *De agricultura*, i està formada per un únic llibre dividit en cent seixanta-dos capítols. Podem estructurar el tractat de Cató en cinc apartats. Primerament trobem una introducció; a continuació una exposició sobre la finca agrícola, a més dels seus edificis i equipaments; tot seguit un calendari agrícola; després un apartat que tracta sobre receptes; i finalment hi ha uns capítols sobre el dia a dia de la finca. Al text hi trobem una descripció exhaustiva de pràctiques agrícoles, però també sobre l'organització i direcció de la finca, en què els productes més destacats són el vi i l'oli d'oliva. Tant per al conreu del cereal com per a l'elaboració de diferents aliments amb farina ens és una font molt important per conèixer aquest àmbit durant el segle II aC².

El segon testimoni conservat és el *De re rustica*, escrit per Marc Terenci Varró l'any 37 aC. Aquesta obra està ordenada en tres llibres: el primer tracta sobre agricultura, el segon sobre ramaderia i el tercer sobre la cria d'animals de granja (*uillatica pastio*). La gran diferència amb Cató la trobem en l'exposició clara i metòdica dels temes que l'autor desenvolupa en cada llibre. A més, l'arribada d'obres agronòmiques estrangeres traduïdes al llatí, i els productes i usatges de fora de Roma formen part fonamental d'aquest nou tractat d'agricultura³. És important destacar que és el primer llibre en què trobem tota la informació necessària sobre el cultiu del cereal.

El següent autor és el gadità del segle I dC Luci Juni Moderat Columel·la. D'aquest agrònom conservem el *De re rustica*, dividit en dotze llibres, i el *De arboribus*, que la tradició manuscrita ha transmès com a llibre tercer, de manera que durant segles es conegué l'obra de Columel·la com un únic tractat de tretze llibres⁴. Els primers dos llibres parlen sobre els tipus de terreny i sobre les condicions de cultiu, font fonamental de la nostra recerca. Els llibres tercer i quart tracten sobre la vinya, el cinquè sobre els arbres fruiters, del sisè al novè sobre la cria de bestiar i l'apicultura, el desè sobre l'hort i l'onzè i dotzè sobre la feina que han de dur a terme els camperols. Quant al

2. Galmés 1927, XVI-XXII.

3. Galmés 1928, XII-XV.

4. García Amendáriz 2004, 18-27.

De arboribus, aquest text desenvolupa el cultiu de la vinya, l'olivera i els fruiters, amb certs paral·lelismes als llibres tercer, quart i cinquè.

Finalment, comptem amb el darrer autor de l'antiguitat sobre matèria agronòmica, Palladi Rutili Taure Emilià. Al segle v dC redactà l'*Opus agriculturae*, el *De ueterinaria medicina* i el *De insitione*, un poema sobre l'art d'empeltar. L'*Opus agriculturae* és un manual d'agricultura pràctic, redactat en tretze llibres. El primer llibre és anomenat per la tradició manuscrita *generale praeceptum*, i els dotze llibres restants tracten sobre les tasques que s'han de dur a terme mes a mes. D'aquesta manera posseïm una obra agronòmica disposada per a la consulta i que s'organitza segons l'època de l'any⁵.

Una altra font que s'ha de valorar per a aquest estudi és Plini el Vell. L'obra enciclopèdica de trenta-set volums *Naturalis Historia* conté al llibre divuitè explicacions sobre l'agricultura i els cereals⁶. Hem de ser conscients que moltes vegades les fonts de Plini no són fiables; no obstant això, és un referent per conèixer millor les pràctiques agrícoles i les varietats de cereals de que disposaven els romans en ple segle I dC.

El cultiu

La major part de l'Imperi Romà s'estén per la conca del Mediterrani. És per aquest motiu que la climatologia que tenen en compte els autors agronòmics a l'hora d'explicar el conreu del cereal és la mediterrània. Les temperatures són moderades i les pluges no són gaire abundants i es concentren a la primavera i a la tardor. Els hiverns no acostumen a ser gaire freds ni humits, però els estius són molt càlids i secs. La irregularitat de pluges, poc predictibles, pot provocar períodes de sequeres llargues o bé de precipitacions molt intenses en moments puntuals de la tardor o la primavera. El dèficit hídric, típic del clima mediterrani, provoca que sigui només en èpoques puntuals de l'any quan es pugui plantar, ja que els estius secs impedeixen el creixement de les plantes. Per tant, és als mesos d'octubre i novembre quan poden créixer les plantes, i també de desembre i gener, sense oblidar els mesos d'abril, maig i juny, amb precipitacions més o menys regulars⁷.

Segons Columella, la sembra de cereal a Itàlia començava la primera quinzena d'octubre i s'allargava fins a l'inici de desembre, i la collita anava des de final de maig al sud de la Península fins a mitjan juny a la part central⁸. L'escassetat de pluges ha provocat que des de l'antiguitat els conreus més estesos siguin els de secà, i per tant que el cereal sigui una de les plantes més cultivades a la conca mediterrània. Per tal de tenir uns camps òptims per al cultiu, s'estableix la pràctica del guaret, perquè la terra pugui descansar.

5. SEBASTIAN 2016, 15-16.

6. DEL BARRIO; HERNÁNDEZ; MOURE 2020, 7-9.

7. WHITE, 1970, 173.

8. Colum. XI 2,74; 90; 46.

Abans de sembrar qualsevol llavor, s'havia de preparar la terra en què s'ha de depositar. El terreny es removia amb una pala, aixada o bé una fanga, i si les condicions ho permetien amb una arada, per tal d'airejar la terra i d'eliminar-ne qualsevol planta⁹. Per dur-ho a terme hom posseïa dos tipus d'arades: la simple i la de pala; aquesta segona inverteix la terra i l'aireja, cosa que no fa la primera, que s'ha de tornar a passar. Observem els dos tipus descrits per Palladi en el seu tractat:

Instrumenta uero haec quae ruri necessaria sunt paremus: aratra simplicia uel, si plana regio permittit, aurita, quibus possit contra stationes umoris hi-berni sata celsior sulcus adtollere (Pallad. I 42,1).

Procurem aquestes eines que són fonamentals al camp: arades simples o, si el terreny és pla, d'orellons amb les quals es pot fer un solc més profund que protegeixi els sembrats de tolls d'aigua a l'hivern (trad. pròpia).

A l'hora de llaurar, Columel·la aconsella no prolongar el solc més de cent vint peus, per tal que els bous o ases no es fatiguin¹⁰. No hem d'oblidar l'*arator* o *bubulcus*, que havia de tenir una constitució forta, per mantenir l'arada i pressionar sobre l'esteva, i que també havia de conèixer l'animal o animals i no fer un abús del fuet¹¹.

Els sembrats d'hivern es començaven a llaurar a partir del setembre. L'adob de fems d'animal s'escampava just abans de llaurar, perquè així no perdia les propietats. Aproximadament es trigava quatre dies per jornada (*iugerum*), és a dir quasi setze dies per hectàrea. La sembra, una vegada llaurat el camp, es feia manualment espargint les llavors¹². Plini explica que la sembra comença amb el peu dret i a continuació espargint les llavors amb les dues mans juntament amb un cistell o sarró penjat al voltant del coll en què es porten les llavors. Una vegada espargida la llavor, s'ha de cobrir el sembrat, acció que descriu exhaustivament Varró:

tertio cum arant iacto semine, boves lirare dicuntur, id est cum tabellis addiditis ad vomerem simul et satum frumentum operiunt in porcis et sulcant fosses, quo pluvia aqua delabatur (Varro, *Rust.* I 29,2).

quan la llauren tercera vegada es diu que els bous sellonen, això és, quan amb postetes afegides a la rella, cobreixen ensems el forment escampat en els crestalls i fan solcs per on decorri l'aigua de la pluja (trad. Salvador Galmés).

La sembra de cereal es començava entre els mesos d'octubre a desembre.¹³ En el cas que no naixessin les llavors, calia fer una segona sembra a la prima-

9. WHITE 1970, 174.

10. Colum. II 2,27.

11. WHITE 1970, 177.

12. Plin., *Nat.* XVIII 197.

13. Varro *Rust.* I 34.

vera, amb una varietat de cereal de creixement ràpid per a climes freds que s'anomena tremesí. Si el terreny era molt sec s'havia de cavar amb aixades per airejar la terra, evitant ferir les arrels de les plantes. A més a més, també hem de comptar la feina d'eixarcolar, totalment manual, sense l'ajuda d'animals, només amb el confort d'un cavec (*sarculum*). Els sembrats es birbaven dues vegades, i es trigava tres dies per jovada, és a dir gairebé dotze dies per hectàrea.

La collita es duia a terme amb la *falx messoria*. Per a Columella una jovada de blat equival a un dia i mig, mentre que per a l'ordi és d'un dia per jovada¹⁴. Varró descriu tres tipus de sega que es duïen a terme a la Península Itàlica:

frumenti tria genera sunt messionis, unum, ut in Vmbria, ubi falce secundum terram succidunt stramentum et manipulum, ut quemque subsicuerunt, ponunt in terra. ubi eos fecerunt multos, iterum eos percensent ac de singulis secant inter spicas et stramentum. spicas coiciunt in corbem atque in aream mittunt, stramenta relinunt in segete, unde tollantur in acervum. [2] altero modo metunt, ut in Piceno, ubi ligneum habent incurvum bacillum, in quo sit extremo serrula ferrea. haec cum comprehendit fascem spicarum, desecat et stramenta stantia in segeti relinquit, ut postea subsecentur. tertio modo metitur, ut sub urbe Roma et locis plerisque, ut stramentum medium subsicent, quod manu sinistra summum prendunt: a quo medio messem dictam puto. infra manum stramentum quod <cum> terra haeret, postea subsecatur; [3] contra quod cum spica stramentum haeret, corbibus in aream defertur (Varró, *Rust.* I 50, 1-3).

Hi ha tres menes de sega. Una com a l'Úmbria, on amb la falç tallen la canya arran de terra, i posen la manada en terra així com l'han segada. Quan n'han fetes moltes, les repassen de bell nou i d'una a una les tallen entre espigues i palla; apleguen les espigues dins corbella i les porten a l'era; deixen la palla en el sementer, d'on l'apleguen després en paller. [2] Seguen d'altra manera, com al camp d'Ancona, on tenen un bastó corbat a l'extrem del qual hi ha una serreta de ferro. Quan aquesta agafa un feix d'espigues, les talla, i deixa la palla dreta al sementer, per a després segar-la a baix. Es sega d'una tercera faisó, com als suburbis de Roma i en molts d'altres llocs, que seguen per la meitat la canya, la qual agafen amunt amb la mà esquerra. D'aquesta meitat, penso que es diu messa. La canya de part d'avall a la mà, que és adherida a la terra, es sega després arran, [3] i al contrari, la que va amb l'espiga és portada a l'era amb corbelles (*trad.* Salvador Galmés).

No obstant això, al segle I dC a la Gàl·lia hi trobem les primeres recol·lectores de tracció animal de dues rodes, esmentades per Palladi, que en fa una descripció molt exhaustiva¹⁵.

14. Colum. II 12,1.

15. Pallad. VII 2,2-4.

A l'hora de batre es portaven les espigues segades a l'era. Varró ens parla detalladament de les seves característiques: emplaçament alçat perquè sigui ben airejat, rodó i un punt elevat pel mig, fet de terra premsada o fins i tot de trespol, banyat amb morques, perquè no s'hi apropin animals perjudicials com rates i formigues. A continuació llegim el mètode de batre i ventar:

*quae seges grandissima atque optima fuerit, seorsum in aream secerni oportet spicas, ut semen optimum habeat; e spicis in area excuti grana. quod fit apud alios iumentis iunctis ac tribulo. id fit e tabula lapidibus aut ferro asperata, quae <cum> imposito auriga aut pondere grandi trahitur iumentis iunctis, [aut]discutit e spica grana: aut ex axibus dentatis cum orbiculis, quod vocant plostellum poenicum; in eo quis sedeat atque agitet quae trahant iumenta, [a] ut in Hispania citeriore et aliis locis faciunt. [2] apud alios exteritur grege iumentorum inacto et ibi agitato perticis, quod unguis e spica exteruntur grana. iis tritis oportet e terra subiectari vallis aut ventilabris, cum ventus spirat lenis. ita fit ut quod levissimum est in eo atque appellatur acus <ac palea> evannatur foras extra aream ac frumentum, quod est ponderosum, purum veniat ad corbem (Varro, *Rust.* I 52, 1-2).*

De la messa que serà més grossa i més bona, cal triar les espigues de banda a l'era, per tal de tenir bona sement i treure'n el gra en la mateixa era, cosa que es fa en alguns llocs amb atzembles junyides i batedora. Aquesta es fa d'una post enasprida amb pedres o ferro, sobre la qual posat el conductor o un pes feixuc, és arrossegada per les atzembles junyides: així salta el gra de l'espiga; o de cilindres dentats amb rodetes, que anomenen carretó fenici: fan que un hi sigui damunt i mení les bèsties que tiren, com a la Hispània Citerior i en altres llocs. [2] En altres parts baten amb un ramat de bèsties a lloure i allí inquietat amb perxes, perquè amb les peülles els grans boteixen l'espiga. Batu-da feta, cal llançar-la de terra en l'aire amb erers o ventadors quan el vent bufa prim. Així s'aconsegueix que la part més lleugera que hi ha, i es diu pallús, sigui esventada fora de l'era, i el forment que és present vingui net a la corbella (*trad.* Salvador Galmés).

Una vegada collit el gra, s'ha de valorar què es fa amb la palla. Per això, Varró ens explica diferents opcions com ara vendre-la, o bé deixar-la al camp si els jornals són elevats i si les espigues són poc ufanoses emprar-les com a pastura¹⁶. A l'hora de guardar el gra s'ha de procurar que no es malmeti a causa de la humitat amb el mildiu, per corcs o bé animals. Per això es construïen el *granarium* o l'*horreum*, que havien de ser secs, amb una temperatura baixa, ventilats, amb les cel·les banyades de morca amb petites obertures al nord, tal com descriu Palladi¹⁷.

16. Varro, *Rust.* I 53.

17. Pallad. I 19.

Les varietats

Els cereals a l'antiga Roma són la font fonamental d'aliment per a la població. El primer cereal cultivat a la Península Itàlica fou l'ordi, així com també ho fou al Pròxim Orient¹⁸. Hem de tenir en compte que el cicle de cultiu de l'ordi és més curt que el del blat, pot ser conreat més al nord i resisteix en sòls de poca qualitat. Els romans tenien dues espècies d'ordi cultivat, com en l'actualitat: l'ordi de sis rengles (*Hordeum hexastichon* L.), que trobem representat en monedes de la Magna Grècia des del segle IV aC (Metapontum, Lucania), i el de dos rengles (*Hordeum distichon* L.), documentat a Grècia des del segle III aC (Orchomenos, Beòcia)¹⁹. Ambdues classes d'ordi són gra vestit, és a dir que la lemma i la pàlea formen una coberta unida al gra després de la batuda i, per tant, s'han de torrar abans de moldre. D'aquesta manera s'elimina la pellofa.

L'altre gran cereal cultivat fou el blat. Juntament amb l'ordi, és una de les plantes conreades més antigues del món, ja que el trobem a Mesopotàmia i a Egipte al quart mil·lenni abans de Crist²⁰. Des del segle V aC, segons Plini, Itàlia ja consumia blat²¹. El podem dividir en dues classes: el vestit i el nu. El primer va ser cultivat a Itàlia abans que el nu. La pisana o espelta bessona (*Triticum dicoccum* Schrk.) és anomenada en llatí *far* i també és coneguda com a *ador* o *adoreum*²². És el blat vestit més antic cultivat a la Península Itàlica i en trobem diverses varietats. La primera és l'anomenada *zea*, que a Itàlia es cultivava a la Campània i a Úmbria i es designava amb el nom de *semen*; segons Plini es produïa a Egipte, Síria, Cilícia, l'Àsia Menor i Grècia²³. Una altra varietat és la *scandala* o *scandula*, que a la Gàl·lia és anomenada *bracis*²⁴. Resta l'*arinca* de tija alta i amb arestes llargues i pesades, que creix en un clima humit²⁵. El nom d'*spelta* en llatí era el nom popular del *far*. Finalment, l'espelta (*Triticum monococcum* L.) fou conreada a l'Àsia Menor, segons Plini amb el nom transcrit del grec *tiphe* i no cultivat a Itàlia²⁶.

Els blats nus apareixen a Roma al final del segle V aC. En primer lloc, hom cultiva el blat dur (*Triticum durum* Desf.), procedent de l'Àfrica, i en segon lloc d'Itàlia trobem el blat bojal o blat gros, semidur (*Triticum turgidum* L.)²⁷. El blat comú o xeixa (*Triticum vulgare* Vill. o *Triticum aestivum* L.), en llatí *siligo*, és un blat nu tendre que creix a la Campània, a Etrúria i a la Gàl·lia²⁸.

18. BONNETERRE 2021, 201.

19. ANDRÉ 2009, 50.

20. *Ibid.* 51.

21. Plin., *Nat.* XVIII 65.

22. *TbLL*, vol. 01 col. 0725–1410 (adluc–agoge), 812 i 813.

23. Plin., *Nat.* XVIII 81–82.

24. *TbLL*, vol. 02 col. 1647–2270, 2162.

25. Plin., *Nat.* XVIII 61.

26. *Ibid.* XVIII 93.

27. ANDRÉ 2009, 52.

28. *Ibid.* XVIII 86–88.

Durant el segle I dC, els blats són cultivats per tota la Península, tal com testimonia Plini²⁹.

Un altre cereal que hem de tenir en compte és el mill (*Panicum miliaceum* L.). El *milium* és un antic cultiu de Grècia i Itàlia³⁰. Madura ràpidament en clima fred, se sembra també a tota la Gàl·lia, i a Itàlia es conreava a la zona cisalpina i de la Campània³¹. El panís (*Setaria Italica* P.B.), *panicum*, també és un altre cultiu antic, produeix grans molt petits i el seu creixement dura més temps, uns cinc mesos³². Es cultivava a la Gàl·lia i a la zona cisalpina³³. Tant el mill com el panís foren essencials com a aliment en nombroses regions en cas d'escassetat d'altres cereals, ja que resisteixen les sequeres³⁴. El sègol (*Secale cereale* L.), *secale* o *centenum*, es conreava juntament amb el blat a la Germània, Macedònia, Tràcia i la Gàl·lia. A Itàlia no es coneix fins al segle I dC, conreat al peu dels Alps, els *Ligures Taurini*. Cal dir que és considerat un dels pitjors cereals per a l'alimentació, i només l'aconsella Plini en cas de fam³⁵.

La civada (*Avena sativa* L.), *avena*, segons Plini, és una degeneració del blat i l'ordi³⁶. Cató considera la civada una planta perjudicial, i per tant l'arrenca dels camps³⁷. A Itàlia es cultivava com a farratge per al bestiar³⁸. Finalment, la melca o el sorgo (*Sorghum vulgare* Pers.), procedent de l'Índia, s'utilitza a Itàlia després de l'any 70 dC. Es considerava una espècie exòtica de mill, i no tenim més informació sobre el seu cultiu³⁹.

El cereal com a aliment

Un cop examinats els cereals cultivats a Itàlia i a les províncies romanes, vegem quins són els usos del cereal com a aliment⁴⁰. Sabem que als inicis es menjava el blat quan encara estava tendre a l'espiga. Segons Plini, fou Numa qui ensenyà els romans a torrar l'espelta bessona per menjar-la⁴¹.

El primer aliment preparat amb cereal fou el gra torrat i bullit, tal com s'esmenta a l'*Eneida* de Virgili⁴². La pràctica de torrar el gra és una tècnica mediterrània molt antiga, anterior al batre. Els cereals cultivats més antics, com

29. Plin., *Nat.* XVIII 63-70.

30. *TbLL*, vol. 08 col. 0787-1332, 971-972.

31. Plin., *Nat.* XVIII 100.

32. *TbLL*, vol. 10,1,1 col. 0001-0694 (p-paternaliter), 217-219.

33. Plin., *Nat.* XVIII 101 i 172.

34. Colum. II 9,17 i 19.

35. Plin., *Nat.* XVIII 141.

36. *TbLL*, vol. 02 col. 0707-1324 (artigraphia-Aves) 1308-1309.

37. Cato, *Agr.* XXXVII 5.

38. Colum. II 10,24 i 32.

39. Plin., *Nat.* XVIII 55.

40. GUILLEN 1978, 212.

41. Plin., *Nat.* XVIII 2,8.

42. Verg., *Aen.* 177-179.

l'ordi i certs blats com el *far*, la pisana o espelta bessona, o la *tipbe*, l'espelta petita, són grans vestits i, per tant, és convenient eliminar-ne les clovelles que s'hi adhireixen abans de moldre'l. Per tal d'eliminar-les, torraven el gra i d'aquesta manera perdia la humitat i es conservava millor a les sitges. Com a inconvenient, cal destacar que una part del cereal quedava cremat i malmès. El *far*, com a primer aliment, fou emprat als sacrificis i als casaments, rituals en als quals perdurà molt més temps⁴³. Gradualment, el *far* es convertí en *farina*. La *farina* s'aconseguia més fina al morter, és a dir, una vegada torrada, molta i reduïda a pols.

Una de les primeres menges amb *triticum* i *zea* fou la preparació del blat esclovellat, conegut amb el nom de *granea* o *graneum*⁴⁴. El gra es triturava al morter. Posteriorment es coïa amb aigua i se servia amb llet:

Graneam triticeam sic facito: selibram tritici puri in mortarium purum indat, lauet bene corticemque deterat bene eluatque bene; postea in aulam indat et aquam puram cocatque. ubi coctum erit, lacte addat paulatim, usque adeo donec cremor crassus erit factus (Cato, Agr. LXXXVI).

Fes granea de blat així. Posi mitja lliura de blat net dins morter net; el renti bé, el despellofi bé, el purifiqui bé; després ho aboqui dins una olla i aigua clara, i ho coigui; quan serà cuit, hi afegeixi llet a poc a poc fins que n'esdevindrà crema espessa (*trad.* Salvador Galmés).

La preparació del midó, *amylum*⁴⁵, fou una tècnica d'origen grec preparada amb la *siligo* i la *zea*. Aquesta menja es feia amb el gra macerat durant deu dies amb l'aigua renovada dia i nit, i abans que fermentés es posava entre draps, s'esprenia i es deixava al sol⁴⁶.

Amulum sic facito: siliginem purgato bene; postea in alueum indat, eo addat aquam bis in die. die decimo aquam exsiccato, exurgeto bene, in alueo puro misceto bene: facito tamquam faex fiat. id in linteum nouum indito, exprimito cremorem in patinam nouam aut in mortarium: id omne ita facito et refri-cato denuo. eam patinam in sole ponito arescat: ubi arebit, in aullam nouam indito: inde facito cum lacte coquat (Cato, Agr. LXXXVII).

Fes midó així. Porga xeixa bé, després posi's en bany, afegeixi's aigua dues vegades al dia. Al desè dia, eixuga l'aigua, espren bé; mescla-ho bé dins pastero net, deixa que es posi, a guisa de solatge. Posa-ho tot dins drap nou de lli, espren la crema dins gibrella nova o dins morter: tot això fes-ho i repeteix-ho de bell nou. Posa la gibrella al sol, que s'assequi; quan serà eixut, trabuca-ho dins olla nova: llavors fes que cogui amb llet (*trad.* Salvador Galmés).

43. GUILLÉN 1978, 212.

44. *TbLL*, vol. 06,2 col. 1665–2388 (g–gytus), 2192.

45. *TbLL*, vol. 01 col. 1411–2032 (agogima–Amyzon), 2030.

46. BLANC; NERCESSIAN 1992, 89.

La *farina* més apreciada era l'*alica*⁴⁷. Entenem per *alica* la sèmola perfectament molta amb mà de morter, i Plini la classifica en tres tipus, segons el gruix: *minima* o *prima*, *secundaria*, i la *grandissima* o *excepticia*⁴⁸. La més apreciada provenia de la zona de la Campània, i del nord d'Àfrica provenia una *alica* d'un blat inferior⁴⁹. En llocs de cultiu de la *zea* es produïa la falsa *alica*, amb pisana i blat dur⁵⁰. Les farinetes d'*alica* eren un menjar molt comú, però també s'empraven per fer coques i un pa anomenat *picentinus*⁵¹.

Un dels aliments bàsics de l'alimentació romana era la *puls*⁵². Estem parlant de l'elaboració de farinetes de gra sencer, torrat o no, generalment esclovellat, amb grans aixafats o de farines, espesses o líquides, destinades a menjar o beure⁵³. L'interès notable que Plini té per la *puls* demostra que a la seva època encara posseïa una gran importància⁵⁴. Varró afirma que és anterior al pa⁵⁵, i fins i tot a la *Mostellaria* de Plaute els romans apareixen com a menjadors de farinetes (*pultiphagi*) a ulls dels grecs⁵⁶.

Hom documenta també altres testimonis de les farinetes en altres àmbits, com el de les ofrenes a les divinitats, com el *frumen* i la *puls fitilla* o *fitilla* feta de mill⁵⁷. Evidentment a l'origen les farinetes eren essencialment fetes d'aigua i de pisana (*far*), i per això s'anomenaven *farratum*, tot i que també en trobem de mill o de panís⁵⁸. Per a la seva elaboració s'hi afegia aigua o llet⁵⁹, i es consideraven un aliment molt nutritiu. Eren la base de l'alimentació de la pagesia i de les classes pobres urbanes. En un inici es menjaven sense condiment, i posteriorment amb llard. Quan la *puls* es diluïa amb molta aigua era un refresc excel·lent per a la pagesia romana. També coneixem una *puls* més blanca, la *puls niuea*, feta de mill de la Campània, segons Plini⁶⁰, o segons Columel·la amb el blat de *Chusinum* d'Etrúria, que era més blanc⁶¹. A continuació llegim la descripció que fa Cató d'una altra *puls*, anomenada *punica*, feta d'*alica*, de formatge, mel i ous:

Pultem punicam sic coquito: libram alicae in aquam indito, facito uti bene madaeat. id infundito in alueum purum, eo casei recentis p. III, mellis p. S, ouum unum: omnia una bene permisceto. ita insipito in aulam nouam (Cato, Agr. LXXXV).

47. *TbLL*, vol. 01 col. 1411–2032 (agogima–Amyzon), 1556–1557.

48. Plin., *Nat.* XVIII 112–115.

49. *Ibid.* XVIII 109–111.

50. *Ibid.* XVIII 115–116.

51. *Ibid.* XVIII 106.

52. *TbLL*, vol. 10,2,2 col. 1971–2798 (propemodum–pyxodes), 2602–2603.

53. GUILLÉN 1978, 213–214

54. Plin., *Nat.* XVIII 83–84.

55. Varro, *Ling.* V 105.

56. Plaut., *Most.* 828.

57. Plin., *Nat.* XVIII 84.

58. *TbLL*, vol. 06,1 col. 0001–0808 (f–firmitas), 285.

59. Colum. II 9,19.

60. Plin., *Nat.* XVIII 24.

61. Colum. II 6,3.

Les farinetes púniques, cuina-les així. Posa en remull una lliura d'espelta, i fes que s'amari bé; aboca-ho dins pasteró net, i amb tres pòndols de formatge tendre, mig pòndol de mel i un ou, mescla-ho bé tot plegat. Així trabuca-ho dins olla nova (*trad.* Salvador Galmés).

Quan la farina era d'ordi, les farinetes o les coques s'anomenaven *polenta* i es preparaven com la *puls*⁶². Posaven en remull l'ordi i el deixaven assecar durant una nit. L'endemà al matí el molien en quantitat per a diversos dies. Quan volien preparar la *polenta* feien una massa i la fregien a la paella. Segons Plini hi afegien altres llavors com lli o coriandre⁶³. La *polenta*, com la *puls*, podia preparar-se en petites porcions o fins i tot se'n podien fer begudes. Sembla que no tingué tanta tradició com la *puls*. Al Pròxim Orient també s'utilitzava la farina d'ordi com a base de sopa, diluïda en llet per fer farinetes⁶⁴.

Dins de les farinetes hem d'incloure les que es bevien a manera d'orxata, com fou el cas de la *tisana*. Consistia a esclofollar l'ordi i bullir-lo, o bé també s'elaborava amb el blat:

Tisanam sic facies: tisanam lavando fricas, quam ante diem infundes. impones supra ignem [calidum]. cum bullierit, mittes olei satis et anethi modicum fasciculum, cepam siccam, satureiam et coloeffium, ut ibi coquantur propter sucum. mittes coriandrum viridem et salem simul tritum et facies ut ferveat. cum bene ferbuerit, tolles fasciculum et transferes in alterum caccabum tisanam sic, ne fundum tangat propter combusturam. lias <bene> et colas in caccabulo super acronem coloeffium. teres piper, ligusticum, pulei aridi modicum, cuminum et silfi frictum, ut bene tegatur. suffundis <mel>, acetum, defritum, liquamen, refundis in caccabum super coloeffium acronem. facies ut ferveat super ignem lentum. [2] Tisanam barricam: infundis cicer, lenticulam, pisam. defricas tisanam et cum leguminibus elixas. ubi bene bullierit, olei satis mittis et super viridia concidis porrum, coriandrum, anethum, feniculum, betam, malvam, cauliculum mollem. haec viridia minutatim concisa in caccabum mittis. cauliculos elixas et teres feniculi semen satis, origanum, silfi, ligusticum. postquam triveris, liquamine temperabis, et super legumina refundis et agites. cauliculatorum minutas super concidis (Ap. IV 4, 1-2).

Com has de fer l'ordi bullit. Ves esmicolant, a mida que el neteges, ordi que hauràs posat en remull la vigília. Posa'l a foc viu. Quan bulli, hi poses una mesura prudent d'oli i un manat petit d'anet, ceba seca, sajolida i un garró i que coigui tot fins a tenir la consistència d'un brou. Posa-hi coriandre verd i sal, tot esmicolat alhora, i fes-ho bullir. Quan hagi ben bullit, treu el manat i passa'n el contingut a una altra olla, tenint la precaució que no s'enganxi si

62. GUILLÉN 1978, 214-215.

63. Plin., *Nat.* XVIII 73-74.

64. BONNETERRE 2021, 203.

encara bull. Ho lligues i ho coles dins d'una olla més petita, sobre el garró. Esmicoles pebre, sèseli, una mica de polioliol sec, comí i laserpici torrat, hi vesses vinagre, vi cuit dolç i gàrum i ho aboques tota l'olla sobre el garró, procurant que quedi ben cobert. Fes-ho bullir a foc lent. [2] Ordi bullit barrica. Poses en remull cigrons, lleties i pèsols. Neteges i trinxes l'ordi i el bulls amb els llegums. Quan hagi ben bullit, hi poses oli, però no gaire, i per sobre hi talles, tot fresc, porro, coriandre, anet, fonoll, bleda, malva i tija tendra de bròquil. Tot aquest verd, tallat ben petit, el poses a l'olla. Bulls tiges de bròquil i esmicoles una bona mesura de gra de fonoll, orenga, laserpici i sèseli. Un cop ho hakis trinxat, ho lligues tot amb gàrum, ho vesses sobre els llegums i ho remenes. Per sobre, tiges de bròquil, tallades a trossets (*trad.* Joan Gómez).

Quan el pa apareix regularment sobre les taules, la *puls* canvia de caràcter. Amb Apici, autor del segle I dC, es conceben les *pultes* com una altra menja, feta de cervells i carns amb nombrosos condiments, tal com llegim a continuació:

Pultes Iulianae sic coquantur: alicam purgatam infundis, coques, facies ut ferveat. cum ferbuerit, oleum mittis, cum spissaverit, lias diligenter. adicies cerebella duo cocta et selibram pulpae quasi ad isicia liatae, cum cerebellis teres et in caccabum mittis. teres piper, ligusticum, feniculi semen, suffundis liquamen et vinum modice, mittis in caccabum supra cerebella et pulpam. ubi satis ferbuerit, cum iure misces. ex hoc paulatim alicam condies, et ad trullam permisces et lias, ut quasi sucus videatur. [2] Pultes cum iure oenococti: pultes oenococti iure condies, copadia, similam sive alicam coctam hoc iure condies, et cum copadiis porcinis apponis oenococti iure conditis. [3] Pultes tractogalatae: lactis sextarium et aquae modicum mittes in caccabo novo et lento igni ferveat. tres orbiculos tractae siccas et confringis et partibus in lac summittis. ne uratur, aquam miscendo agitabis. cum cocta fuerit, ut est, super agniam mittis. ex melle et musteis cum lacte similiter facies, salem et oleum minus mittis. [4] Pultes: alicam purgatam infundis, coques. cum ferbuerit, oleum mittis. cum spissaverit, adicies cerebella duo cocta et selibram pulpae quasi ad isicia liatae, cum cerebellis teres et in caccabum mittes. teres piper, ligusticum, feniculi semen, suffundis liquamen et meri modicum, et mittis in caccabum supra cerebella et pulpam. ubi satis ferbuerit, cum iure misces. ex hoc paulatim alicam condies, et lias ut quasi sucus videatur (Apic. V 1,1-4).

Com s'han de coure les farinetes a la Juliana. Remulles la sèmola neta i la cous fins a fer-la bullir. Quan hagi bullit, posa-hi oli. Quan espesseixi, remena-la bé. Afegeix-hi dos cervells cuits i mitja lliura de carn com per fer mandonguilles. La trinxes amb els cervells i la poses a l'olla. Esmicoles pebre, sèseli i llavor de fonoll, hi vesses gàrum i una mica de vi i ho tires tot a l'olla, per sobre dels cervells i la carn. Quan hagi bullit prou, barreja-ho amb la salsa. Amb això, amaneix, a poc a poc, la sèmola, barreja-ho tot amb un culler i remena-ho perquè agafi la consistència d'una sopa. [2] Farinetes cuites amb salsa de

vi. Amaneixes les farinetes amb salsa cuita amb vi i també unes escalopes, flor de farina o sèmola cuita i ho presentes amb unes escalopes de porc amanides amb aquesta salsa de vi. [3] Farinetes amb pasta i llet. Poses en una olla nova un sester de llet i una mica d'aigua i que bulli a foc lent. Perquè no es cremi, remena barrejant-hi aigua. Quan sigui cuit, sobre el mateix foc tira-hi mel. Amb les rodanxes de pasta de most i llet fes el mateix, però posant-hi sal i una mica menys d'oli. [4] Farinetes. Remulles la sèmola neta, la cous. Quan hagi bullit, tira-hi oli. Quan espesseixi, hi afegeixes dos cervells cuits i mitja lliura de carn per a mandonguilles. L'esmicoles amb els cervells i la tires a l'olla. Esmicoles amb els cervells i la tires a l'olla. Esmicoles pebre, sèseli i llavor de fonoll, hi vesses gàrum i una mica de vi pur i ho poses tot a l'olla, sobre els cervells i la carn. Quan hagi bullit prou, barreja-ho amb la salsa. Amb ella vés amanint, a poc a poc, la sèmola i remena-la fins que quedi com una sopa (*trad.* Joan Gómez).

El pa

Conèixer els inicis de la història del pa a Roma és força complex. Entre les primeres farinetes i el pa trobem les coques. Aquestes foren cabdals com a menja, però malauradament en els textos apareixen confoses i mal distingides sota el concepte de *panis*⁶⁵. Tot i que en un inici l'elaboració de coques i pa era una feina domèstica, a partir del segle II aC, segons Plini, el pa i els productes del forn se separen de la cuina domèstica per trobar-los a la fleca⁶⁶. Tot i les paraules de Plini podem avançar la creació dels forns a la fi del segle III aC, en què un personatge de l'*Asinaria* de Plaute va a buscar pa a un forn⁶⁷.

En el món rural, l'elaboració del pa continuà essent una feina domèstica. En aquest cas, més aviat en diríem coques. Aquestes eren sense llevat i cuites amb brasa. El poema *Moretum*, atribuït a Virgili, és la millor mostra per conèixer com es preparava aquest tipus de coca.

*postquam impleuit opus iustum versatile finem,
transfert inde manu fusas in cribra farinas
et quatit; ac remanent summo purgamina dorso,
subsedit sincera foraminibusque liquatur
emundata Ceres. leui tum protinus illam
componit tabula, tepidas super ingerit undas,
contrahit admixtos nunc fontes atque farinas,
transuersat durata manu liquidoque coacta,
interdum grumos spargit sale. iamque subactum*

65. ANDRÉ 2009, 62.

66. Plin., *Nat.* XVIII 107-108.

67. Plaut., *Asin.* 200.

*leuat opus palmisque suum dilatat in orbem
et notat impressis aequo discrimine quadris.
infert inde foco (Scybale mundauerat aptum
ante locum) testisque tegit, super aggerat ignis* (Verg., *Moret.* 38-50).

Així que el molí giratori ha omplert al ras la mesura, l'home recull amb la mà la farina espargida, l'aboca al sedàs i la hi sacseja; romanen els trits a la superfície exterior, mentre cau i es filtra per les malles, net i refinat, el present de Ceres. Llavors, sense perdre temps, l'estén damunt una post ben llisa, hi llança al damunt una ona tèbia; feny ara l'aigua mesclada amb la farina, l'amassa de través amb mans vigoroses i, en fer-se consistent aquesta pasta molla, n'empolvora arreu els grumolls amb sal. I un cop sotmesa, aplanar la pasta i sota els seus palmells l'eixampla donant-li la forma circular escaient, i la marca amb quadrats impresos a igual distància. La porta de seguida a la llar (Escíbale havia netejat abans l'indret com cal), la cobreix amb maons i al damunt hi acima brases (*trad.* Miquel Dolç).

El primer pa de blat és el de farina d'espelta bessona o pisana. El dia del casament, en la cerimònia per *confarreatio* (confarreació), la núvia oferia un pa de *far*⁶⁸. El pa de blat comú o xeixa (*siligo*) fou el més apreciat, anomenat *panis siligineus*⁶⁹.

El pa d'ordi, *panis hordaceus*, que fou el més antic, es va deixar de consumir a les ciutats perquè no llevava gaire i hom emprava un llevat de farina d'erb i guixes perquè pugés⁷⁰. No era un pa gaire ben considerat, tot i que trobem testimonis de la seva elaboració en zones rurals i és reivindicat per Columel·la com a preferible davant de blats de menys qualitat⁷¹.

A la Campània, segons Columel·la, hi trobem un altre pa, o més aviat una coca de mill, que l'agrònom romà afirma que es pot menjar bé i sense disgust quan encara és calenta⁷². Finalment, observem la coca de panís, aparentment difícil de trobar⁷³. Hem de destacar, per això, que a les zones on no es conreen cereals i en temps d'escassetat d'aliment s'havia de recórrer a altres tipus de farines com la de faves, de glans de roure o de castanyes⁷⁴.

Amb la *farina* s'elaborava el pa, i posseïm una gran quantitat de documentació sobre aquest procés⁷⁵. Els romans coneixien el llevat (*fermentum*) i l'empraven per al pa⁷⁶. Tot i així, existia un pa no fermentat, segons Isidor de Sevilla, anomenat *panis non fermentatus* o *azymus*, i un pa lleugerament

68. Plin., *Nat.* XVIII 3.

69. Colum. II 6,2.

70. Plin., *Nat.* XVIII 74.

71. Colum. II 9,14.

72. *Ibid.* II 9,19.

73. Plin., *Nat.* XVIII 54.

74. ANDRÉ 2009, 64.

75. *TbLL*, vol. 06,1 col. 0001-0808 (f-firmitas), 281-284.

76. Plin., *Nat.* XVIII 104.

fermentat, *panis leniter fermentatus* o *acrozymus*⁷⁷. A l'antiga Roma constatem, gràcies a Aulus Gelli, que els flàmens tenien prohibit tocar la farina que contenia llevat, fet que demostra que a Roma els primers pans devien fer-se sense llevat i devien ser més semblants a una coca que no pas un pa⁷⁸. Trobem una mostra d'un pa que no portava llevat a Cató:

Panem depsticium sic facito: manus mortariumque bene lauato. farinam in mortarium indito, aquae paulatim addito subigitoque pulchre: ubi bene subegeris, defingito coquitoque sub testu (Cato, Agr. LXXIV).

Fes així el pa *depstici*. Renta't bé les mans i renta bé un morter; posa farina al morter, afegeix-hi aigua a poc a poc i pasta-ho bé; quan ho hauràs ben pastat feny i cou dins olla de test (*trad.* Salvador Galmés).

Sabem que es preparava una gran quantitat de llevat una vegada a l'any, en el moment de la collita. Aquest llevat estava compost per farina de mill pastat amb most, o bé amb una mica de segó de blat, formant petites pastes (*pastilli*) que feien bullir amb farina de bona qualitat (*similago*), abans de barrejar-la amb la farina de la fornada⁷⁹. També es podia fer el llevat diàriament amb farina d'ordi pastada en porcions que es coïa i es deixava tornar agra. A partir del segle I aC s'emprà una pasta de farina de blat cuit o pasta del dia anterior⁸⁰. En canvi, a la Gàl·lia i a Hispània empraven llevat de cervesa, que era més esponjós que el que s'emprava a Itàlia⁸¹.

Hem de tenir en compte que els romans empraven farines inferiors a les actuals i que aquestes absorbien menys aigua que les farines de qualitat superior. La massa obtinguda amb aquestes farines era molt compacta i fermentava molt lentament, i si a més a més sabem que empraven poc llevat, el pa resultant devia ser molt dens i pesat. Sigui perquè el pa era insípid o perquè no es menjava fresc, la crosta superior del pa es recobria amb ou, i de vegades també la part inferior un cop cuit amb grans aromàtics de cascall, anís, api, fonoll i comí⁸². Al Pròxim Orient també trobem pans en què s'afegien herbes aromàtiques, llavors, fruites, hortalisses, formatges o dàtils⁸³.

El pa es pastava amb les mans o amb els braços, segons la quantitat que es preparava. Aquesta tasca la duïen a terme els esclaus, i a Itàlia fins i tot existien màquines de pastar⁸⁴. Quan la massa ja estava fermentada es tallava (*fingerere, defingere*) i se li donava la forma que requeria el pa. Els que s'encarregaven d'aquesta operació es deien *fictores*. Les fraccions de massa es posaven

77. Isid. *Or.* XX 2,15.

78. Gell. X 15,19.

79. ANDRÉ 2009, 65.

80. Plin., *Nat.* XVIII 102-104.

81. *Ibid.* XVIII 68.

82. ANDRÉ 2009, 67.

83. BONNETERRE 2021, 205.

84. GUILLÉN 1978, 215.

sobre una pala de mànec llarg i s'introduïen al forn per coure-les; aquesta última operació s'anomenava *coquere*. Coneixem la forma dels pans gràcies a les reproduccions gràfiques i el que s'ha conservat a Pompeia. Eren de forma rodona, marcats per la part de dalt assenyalant les quatre parts (*quadrae*), i cada porció s'anomenava *quadra*. Es componia de molla (*mollis*), crosta inferior (*crusta inferior*) i crosta superior (*crusta superior*)⁸⁵.

Segons el procés de cocció tenim diverses tipologies de pa. El primer és el *panis furnaceus*⁸⁶, que és designat d'aquesta manera pel lloc on es cou, és a dir al *furnus*. Si es cou en un recipient anomenat *cliuanus*, el pa s'anomena *panis cliuanicius*⁸⁷. Tot i que porta llevat, és més similar a una galeta o coca. S'obté allisant la pasta i després coent-la en un recipient de terrissa o metall. Posseïm altres pans com el *panis artopticius*, designat per l'*artopta*, que era un motlle per coure pa emprat a les cases romanes⁸⁸. El pa cuit sota la cendra té el nom de *focacius* o *subcinericius*⁸⁹. També trobem un altre pa cuit en un altre tipus de recipient: el *panis testuacius*. Aquest seria molt probablement el pa depstici descrit per Cató⁹⁰.

Segons la finalitat podem distingir diverses classes de pans. Trobem el *panis ostrearius*, que es menjava amb les ostres i del qual desconeixem la composició⁹¹. Després tenim el pa *militaris*, de llarga conservació⁹². A partir del segle III dC, es diferencia el *panis militaris mundus* del *panis castrensis*. Aquest últim és fet amb farina molt més gruixuda, cuit llargament i que no vindria a ser ben bé ni una galeta ni un bescuit⁹³. El *panis nauticus* estava destinat també a una llarga conservació, era emprat per la flota romana i apareix documentat l'any 214 aC sota el nom de *cocta cibaria*⁹⁴. De la mateixa manera, al Pròxim Orient hi havia un pa de viatge que es conservava durant molt temps⁹⁵. Segons el lloc de procedència o d'on els romans havien pres el sistema d'elaboració, posseïm el *panis picentinus* o de *Picens*, que era considerat un pa de luxe dels forns de Picè des del segle I aC⁹⁶. Estava compost d'*alica* macedrada durant nou dies. Al desè es treballava la massa amb suc de raïms secs i es posava dins de recipients al forn. Es menjava després de mullar-lo amb llet⁹⁷. Finalment, el *panis parthicus* o *aquaticus*, dels parts, es ruixava amb aigua una vegada cuit, quan encara era calent⁹⁸. Isidor de Sevilla l'anomena *spon-*

85. *Ibid.* 216.

86. Plin., *Nat.* XVIII 88.

87. Isid., *Or.* XX 2,15.

88. Plin., *Nat.* XVIII 105.

89. Isid., *Or.* XX 2,15.

90. Cato, *Agr.* LXXIV.

91. Plin., *Nat.* XVIII 15.

92. *Ibid.* XVIII 67.

93. ANDRÉ 2009, 70.

94. Liv. XXIV 11,9.

95. BONNETERRE 2021, 205.

96. Macr., *Sat.* III 13,12.

97. Plin., *Nat.* XVIII 106.

98. *Ibid.* XVIII 105.

gia, ja que estava més temps pastat amb aigua i era tan lleuger que surava sobre l'aigua⁹⁹. Al Pròxim Orient encara es conserva actualment el pa *naan*, que és pla i circular amb un gruix i un pes pràcticament invariable, i que recorda a la descripció d'Isidor de Sevilla¹⁰⁰.

Finalment, segons la condició de la farina emprada podem distingir diferents tipologies de pa. Sabem que es cultivaven dos tipus de blat: la *siligo* i el *triticum*¹⁰¹. D'aquest en treien tres tipus de farina, segons el gruix. Una vegada el blat era esmicolat a les rodes dels molins, calia una segona operació que consistia a cerndre, no només per treure el segó, sinó també per separar els grans no reduïts a pols¹⁰². La farina passada pel sedàs en aquesta primera operació s'anomenava *flos siliginis* (*siligo*) i *pollen* (*triticum*). Quant al terme *pollen*, designa la flor de la farina que és d'una qualitat superior. La *siligo*, *similago* o *simila* és la farina d'una segona cernuda amb un sedàs més esclarissat. El que en aquesta segona operació quedava sobre el sedàs o garbell era la tercera classe, *secundarium*, *cibarium*¹⁰³. D'aquesta s'originaven els *panes siliginiei* i el *panis secundarius*¹⁰⁴. El pa ordinari, que menjaven els pagesos, la gent humil de les ciutats i els esclaus era el *panis cibarius*¹⁰⁵, de qualitat inferior al *panis secundarius*. El *panis autopyrus* s'elaborava amb farina no garbellada¹⁰⁶. El menys apreciat era el *panis furfureus*¹⁰⁷.

La pastisseria

Els inicis de la pastisseria romana són d'influència grega, ja que les primeres referències sobre coques o galetes les trobem citades al *De agri cultura* de Cató sota noms grecs com l'*encytus*, la *placenta*, la *spaerita*, la *spira* o la *scriblita*¹⁰⁸. Aquest fet anirà canviant a poc a poc a les ciutats per l'obra d'especialistes: els *pistores dulciarii*, que prenen el nom de les coques que preparaven.

Per entendre millor aquests menjars comptem amb l'obra agronòmica de Cató, que els descriu de manera detallada. El primer que trobem són els *mustacea* o *mustacei*, que són galetes de farina pastades amb most. A la recepta de Cató es barreja amb grans d'anís i de comí, dues lliures de greix, una lliura de formatge per un modi de farina i d'escorça de llorer. La pasta ha estat cuita sobre un suport de fulles de llorer:

99. Isid., *Or.* XX 2,16.

100. BONNETERRE 2021, 204-205.

101. GUILLÉN 1978, 216.

102. Plin., *Nat.* XVIII 85.

103. *Ibid.*

104. *Ibid.* XVIII, 90.

105. *Ibid.* XVIII 87.

106. *Ibid.* XXII 138.

107. Gell. XI 7, 3-7.

108. ANDRÉ 2009, 210.

Mustaceos sic facito: farinae siligineae modium unum musto conspargito; anesum, cuminum, adipis p. II, casei libram, et de uirga lauri deradito, eodem addito, et, ubi definxeris, lauri folia subtus addito, cum coques (Cato, Agr. CXXI).

Fes pans de most així. Arruixa de vi dolç un modi de farina de xeixa: afegeix-hi anís, comí, dos pòndols de llard, una lliura de formatge, i ratlla-hi vara de llorer, i quan hauràs pastat, posa-hi davall fulles de llorer. Aleshores ho couràs (*trad.* Salvador Galmés).

Els antics romans apreciaven sobretot les galetes o coques consistents de formatge sec en pols. És probable que en pastisseria se substituís la farina d'ús alimentari diari per una farina de formatge que abundava a les zones rurals, ja que totes les galetes o coques en portaven, tal com s'aprecia en les receptes de Cató¹⁰⁹. Les galetes o pastissos de formatge són l'*encytus*, l'*erneum*, els *globi*, el *libum*, la *placenta*, el *sauillum*, la *scriblita*, la *spaerita* i la *spira*. El primer, l'*encytus*, està compost per pasta de farina i de formatge cuit dins un motlle, cobert de mel i regat amb vi dolç.

Encytrum ad eundem modum facito uti globos, nisi calicem pertusum cauum habeat. ita in unguen caldum fundito. honestum quasi spiram facito idque duabus rudibus uorsato praestatoque; item unguito coloratoque caldum ne nimium. id cum melle aut cum mulso apponito (Cato, Agr. LXXX).

Fes *encytrum* de la mateixa manera que els bunyols, sinó que hi hagi calze còncau foradat; així posa'l dins greix calent; fes-lo elegant com l'espina, gira'l amb dues verguetes i sura'l; unta'l igual, colra'l no massa calent: serveix-lo amb mel o vi melat (*trad.* Salvador Galmés).

L'*erneum* és de farina, sèmola i formatge; la massa ha estat pastada dins d'un recipient (*irnea*) d'aigua bullent, i una vegada cuit es desemmotlla i es trenca.

Erneum placentum tamquam placentam. eadem omnia indito, quae in placentam. id permisceto in alueo, id indito in irneam fictilem, eam demitto in aulam abeeneam aquae calidae plenam. ita coquito ad ignem: ubi coctum erit, irneam confringito. ita ponito (Cato, Agr. LXXXI).

L'*erneum placentam*, com la placenta. Posa-hi tot el mateix que a la placenta: mescla-ho dins pasteró, posa-ho dins hírnea de test, met-la dins olla de bronze plena d'aigua calenta: així cou-ho al foc. Quan serà cuit, trenca l'hírnea, i així posa-ho <a taula> (*trad.* Salvador Galmés).

Els següents són els *globi*, bunyols de formatge i de sèmola, que s'elaboren fregint-los amb llard recoberts amb mel i amb grana de roselles.

109. *Ibid.* 213.

Globos sic facito: caseum cum alica ad eundem modum misceto; inde, quantos uoles facere, facito. in aenum caldum unguen indito. singulos aut binos coquito uersatoque crebro duabus rudibus: coctos eximito, eos melle unguito, papauer infriato: ita ponito (Cato, Agr. LXXIX).

Fes bunyols així. Mescla formatge amb espelta, de la manera abans dita; d'aquí fes-ne tants com en voldràs fer. Tira greix dins caldera calenta: cou-los-hi d'un en un o de dos en dos, gira'ls sovint amb dues verguetes; cuits, treu-los, unta'ls de mel, espolsa-hi cascall: així, serveix-los (*trad.* Salvador Galmés).

A continuació observem un *libum* en forma de pa elaborat amb dues lliures de formatge sec aixafat al morter, una lliura de farina i un ou.

Libum hoc modo facito: casei p. II bene disterat in mortario: ubi bene distriuerit, farinae siligineae libram aut, si uoles tenerius esse, selibram similaginis eodem indito permiscetoque cum caseo bene; ouum unum addito et una permisceto bene. inde panem facito, folia subdito, in foco caldo sub testu coquito leniter (Cato, Agr. LXXV).

Fes *libum* d'aquesta manera. Esmiqui bé dos pòndols de formatge dins un morter; quan haurà ben esmicat, posa-hi una lliura de farina de xeixa, o si vols que sigui més tendre, mitja lliura de sèmola solament, i mescla-ho bé amb el formatge; afegeix-hi un ou, i tot plegat, mescla-ho bé. D'això fes pa, sotsposa-hi fulles, cou-lo a poc a poc en fogó calent dins olla de test (*trad.* Salvador Galmés).

Seguidament analitzem una *placenta* per a un gran nombre de comensals preparada amb dotze lliures de farina, dues de sèmola, catorze lliures de formatge sec, en pols i crivellat, i quatre lliures i mitja de mel:

[1] *Placentam sic facito: farinae siligineae L. II, unde solum facias; in tracta farinae L. IIII et alicae primae L. II. alicam in aquam infundito: ubi bene mollis erit, in mortarium purum indito siccatoque bene; deinde manibus depsito: ubi bene subactum erit, farinae L. IIII paulatim addito. id utrumque tracta facito: in qualo, ubi arescant, componito. ubi arebunt, componito puriter. [2] cum facies singula tracta, ubi depsueris, panno oleo uncto tangito et circumtergeto ungitoque; ubi tracta erunt, focum, ubi cocas, calfacito bene et testum. postea farinae L. II conspargito condepsitoque; inde facito solum tenue. casei ouilli p. XIII ne acidum et bene recens in aquam indito: ibi macerato, aquam ter mutato. inde eximito siccatoque bene paulatim manibus: siccum bene in mortarium imponito. [3] ubi omne caseum bene siccaueris, in mortarium purum manibus condepsito conminuitoque quam maxime. deinde cribrum fariarium purum sumito caseumque per cribrum facito transeat in mortarium. postea indito mellis boni p. IIII S: id una bene conmisceto cum caseo. postea in tabula pura, quae pateat p. I, ibi balteum ponito: folia laurea uncta supponi-*

to, *placentam fingito. [4] tracta <i>n singula in totum solum primum ponito; deinde de mortario tracta linito, tracta addito singulatim, item linito, usque adeo donec omne caseum cum melle abusus eris. in summum tracta in singula indito, postea solum contrabito ornatoque focum †de ueprimo† temperatoque, tunc placentam imponito: testo caldo operito, pruna insuper et circum operito. uideto ut bene et otiose percoquas: aperito, dum inspicias, bis aut ter. ubi cocta erit, eximito et melle unguito: haec erit placenta semodialis* (Cato, Agr. LXXVI).

Fes *placenta* així. Dues lliures de farina de xeixa d'on facis el sòl; per a borrallons, quatre lliures de farina i dues lliures d'espelta triada. Posa l'espelta en remull: quan serà ben blana posa-la dins morter net i eixuga-ho bé; després pasta-ho amb mans; quan serà ben maurat, afegeix-hi a poc a poc les quatre lliures de farina: tot això fes-ho borrallons; compon-los dins cove on s'eixuguin: [2] quan seran eixuts, compon-los amb netedat. Quan faràs cada borralló, en haver pastat, passa-hi un drap mullat d'oli, neteja'l entorn i unta'l: quan els borrallons seran <enllestits>, escalfa bé el fogó on els coguis i l'olla. Després arruixa i pasta les dues lliures de farina: fes-ne sòl prim. Posa en aigua catorze pòndols de formatge d'ovella, gens agre i ben tendre, maura-l'hi, muda l'aigua tres vegades: treu-l'en, exprem-lo a poc a poc amb mans i, ben eixut, posa'l dins morter. [3] Quan hauràs ben assecat tot el formatge, maura'l amb mans i esgruma'l de tot. Pren després un sedàs fariner net, i fes passar el formatge dins el morter; tira-hi quatre pòndols i mig de mel bona, i amb el formatge mescla-ho bé tot plegat. Després, en una taula neta, que s'espandeixi un peu, fes-hi cinturó, sotsposa-hi fulles de llorer untades, feny-hi la *placenta*; [4] posa-hi de primer antuvi sengles borrallons per tot el sòl, després unta'ls d'allò del morter; sobreposa borrallons d'un a un, i unta'ls també, fins que hauràs emprat tot el formatge amb mel; damunt, posa-hi <encara> sengles borrallons. Després, replega el sòl i prepara el fogó de llenya prima (?) i tempera'l de calor; aleshores enforna-hi la *placenta*, tapa amb cobertora de test calent, posa-hi calius a sobre i entorn. Captén-te de coure-ho bé i amb lleure; destapa dues o tres vegades, mentre ho miris. Quan serà cuita, treu-la i unta-la de mel. Aquesta serà la *placenta* de mig modi (*trad.* Salvador Galmés).

El *sauillum* està fet de farina, formatge, mel i ous. El nom devia derivar de *suauium*, a causa de la seva dolçor.

*Sauillum hoc modo facito: farinae selibram, casei p. II S una conmisceto quasi libum, mellis p. * et ouum unum. catinum fictile oleo unguito. ubi omnia bene commiscueris, in catinum indito: catinum testo operito. uideto ut bene percoctas medium, ubi altissimum est. ubi coctum erit, catinum eximito, papauer infriato, sub testum subde paulisper, postea eximito: ita pone cum catillo et lingula[s]* (Cato, Agr. LXXXIV).

Fes *savillum* d'aquesta manera. Mescla mitja lliura de farina, dos pòndols i mig de formatge com a *libum*, dos terços de pòndol de mel i un ou; unta d'oli una griala de test. Quan tot ho hauràs ben mesclat, posa-ho a la griala i tapa-la amb cobertura. Captén-te que coguis bé el mig, on és molt gruixut. Quan serà cuit, treu la griala, unta de mel, polsa-hi cascall, torna-ho una estona davall la cobertora; després treu: així posa'l <a taula> amb plat i culleretes (*trad.* Salvador Galmés).

La *scriblita* és semblant a la *placenta* però sense mel, elaborada pels *scriblitarii*. La procedència del nom provindria del verb *scribo*, ja que contenen inscripcions o dibuixos.

Scriblitam sic facito: in balteo, tractis, caseo ad eundem modum facito uti placentam, sine melle, coquitoque (Cato, Agr. LXXVIII).

Fes *escriblita* així. Fes-la en revora, borrallons i formatge, de la mateixa manera que la *placenta*: sense mel (*trad.* Salvador Galmés).

La *spaerita* són boletes de pasta de formatge i de mel en forma d'esfereta com els bunyols.

Spaeritam sic facito, ita uti spiram, nisi sic fingito: de tractis, caseo, melle spbaeras pugnum altis facito; eas in solo conponito denses: eodem modo conponito atque spiram itemque coquito (Cato, Agr. LXXXII).

Fes l'*esperita* talment com l'espira, sinó que emmotlla així: dels borrallons amb formatge i mel, fes-ne boles grans com el puny, disposa-les espesses en el sòl, arranja-les talment com l'espira, i cou-les igual (*trad.* Salvador Galmés).

Finalment, la *spira* és el mateix que la *spirula*, però en forma d'espiral, com si es tractés d'una ensaïmada.

Spiram sic facito: quantum uoles pro ratione, ita uti placenta fit, eadem omnia facito, nisi alio modo fingito. in solo tracta cum melle oblinito bene. Inde, tamquam restim tractes, facito: ita inponito in solo, simplicibus completo bene arte. cetera omnia, quasi placentam facias, facito coquitoque (Cato, Agr. LXXVII)

Fes *espira* així. Tanta com ne voldràs, a proporció, fes-ho tot igual com es fa la *placenta*; sinó que emmotlla-ho d'altra manera: unta bé de mel els borrallons en sòl; després, mena'ls a guisa de rest; així, posa'ls al sòl, omple'l de borrallons simples ben apinyats. Tota la resta fes i cou com si fessis *placenta* (*trad.* Salvador Galmés).

Conclusions

Després de l'estudi de les diferents fonts llatines podem asseverar que la base de l'alimentació romana ha estat el cereal, i en concret l'ordi, l'espelta bessona, el blat bojal i la xeixa. Hem observat com les autoritats agronòmiques tenen un gran interès a tractar el cultiu del cereal, ja que és una font d'alimentació bàsica per al poble romà.

A més, hem testimoniat que en un primer moment els romans cultivaven l'ordi i l'espelta bessona per a les menges. Els romans torraven el gra i posteriorment el bullien i l'acompanyaven amb llet. Una tècnica posterior d'origen grec fou la preparació del midó com a aliment. Es preparava macerant el *tritium* amb aigua renovada dia i nit, abans que fermentés. A més, s'empraven draps per escórrer-ne l'aigua restant. A continuació posseïm l'*alica*, similar a la sèmola, també d'origen grec (ἄλιξ). Es produïa molent el cereal amb una mà de morter i s'emprava per a farinetes, coques i pa. Finalment trobem la *farina* tal com la coneixem actualment, que no només servia per fer coques o pa, sinó que era un aliment bàsic com fou la *puls*.

En relació amb els aliments que es produïen a través de la *farina*, hem de tenir en compte les coques i els pans. Malauradament, sovint els textos no diferencien entre els dos tipus. Al poema *Moretum* podem entreveure com devien ser aquestes coques sense llevat, cuites amb brasa.

Sabem que els primers pans s'elaboraven a partir d'ordi i d'espelta bessona. Tanmateix, el que fou més apreciat va ser el de xeixa. Cal dir que els pans devien ser força compactes, ja que els llevats s'empraven en una quantitat molt inferior a l'actual i les farines eren d'una qualitat pitjor que les nostres. Podem distingir els pans segons la cocció, la finalitat, el lloc de procedència i la farina emprada. Tot i així, els noms varien al llarg del segle, fet que pot causar confusió a l'hora d'identificar algun dels pans.

Finalment, els inicis del que podríem anomenar pastisseria els trobem recollits al *De re rustica* de Cató. La majoria dels productes són coques o galetes d'origen grec. Cal tenir en compte que en aquestes receptes abunda el formatge sec en pols com a ingredient principal.

Gràcies a l'estudi de les fonts llatines, hem pogut reconstruir el cultiu del cereal, les varietats que es conreaven a la Roma antiga i els diferents menjars que s'hi elaboraven. Hem apreciat com al llarg dels segles es van substituint els grans vestits pels grans nus, més fàcils de moldre, sense haver-los de torrar prèviament, i millors per a l'elaboració de coques i pans. El cereal per al consum humà vinculat a l'*amylum*, a l'*alica* o la *puls* va desaparèixer en benefici dels pans i d'una pastisseria d'herència grega.

BIBLIOGRAFIA

- J. ANDRÉ 2009³ [1961], *L'alimentation et la cuisine à Rome*, París.
 N. BLANC; A. NERCESSIAN A. 1992, *La cuisine romaine antique*, Grenoble.

- D. BONNETERRE 2021, *Banquets, Rations et Offrandes Alimentaires au Proche-Orient ancien: 10,000 ans d'histoire alimentaire révélée*, Oxford.
- W. V. CLAUSEN; F. R. D. GOODYEAR; E. J. KENNEY; J. A. RICHMOND (edd.) 1980⁴ [1966], *Appendix Vergiliana*, Oxford.
- E. DEL BARRIO; L. A. HERNÁNDEZ; A. M. MOURE (trads.) 2020, *Plinio el Viejo, Historia natural, Libros XVII-XIX*, Madrid.
- S. GALMÉS (ed. i trad.) 1927, *Cató, D'agricolia*, Barcelona.
- S. GALMÉS (ed. i trad.) 1928, *Varró, Del Camp*, Barcelona.
- J. I. GARCÍA ARMENDÁRIZ (trad.) 2004, *Columela, Libro de los árboles, La labranza*, Madrid.
- C. GIARRATANO; FR. VOLLMER (edd.) 1922, *Apicii librorum X qui dicuntur de re coquinaria*, Leipzig.
- G. GOETZ (ed.) 1929, *M. Terenti Varronis Rerum rusticarum libri tres*, Leipzig.
- G. P. GOOLD (ed.); R.G. KENT (trad.) 1977⁵ [1938], *Varro On the Latin Language*, vol. I, Cambridge (Massachusetts), Londres.
- J. GUILLÉN 1978, *Urbs Roma: Vida y costumbres de los romanos*, vol. II, Salamanca.
- L. IAN; C. MAYHOFF (edd.) 1892, *C. Plini Secundi Naturalis Historiae*, vol. III, Leipzig.
- W. M. LINDSAY (ed.) 1904, *T. Macci Plauti Comediae*, Oxford.
- W. M. LINDSAY (ed.) 1911, *Isidori Hispalensis Episcopi Etymologiarum siue Originum libri XX*, Oxford.
- P. K. MARSHALL (ed.) 1991³ [1968], *A. Gellii Noctes Atticae*, Oxford.
- A. MAZZARINO (ed.) 1962, *M. Porci Catonis De agri cultura*, Leipzig.
- R. A. B. MYNORS (ed.) 1985⁷ [1969], *P. Vergili Maronis Opera*, Oxford.
- R. H. RODGERS (ed.) 1975, *Palladii Rutilii Tauri Aemiliani uiri inlustris Opus agriculturae, De ueterinaria medicina, De insitione*, Leipzig.
- R. H. RODGERS (ed.) 2010, *L. Iuni Moderati Columellae Res rustica. Incerti auctoris Liber de arboribus*, Oxford.
- R. SEBASTIAN (ed. i trad.) 2016, *Palladi, Tractat d'agricultura*, Barcelona.
- TbLL = Thesaurus linguae latinae: editus auctoritate et consilio academiarum quinque Germanicarum Berolinensis, Gottingensis, Lipsiensis, Monacensis, Vindobonensis*, 1900-, Leipzig, B.G. Teubner.
- C. F. WALTERS & R. S. CONWAY (edd.) 1929, *Titi Livi Ab urbe condita*, vol. III, Oxford.
- K. D. WHITE 1970, *Roman farming*, Londres.
- J. WILLIS (ed.) 1970, *Ambrosii Theodosii Macrobiani Saturnalia*, vol. I, Oxford.