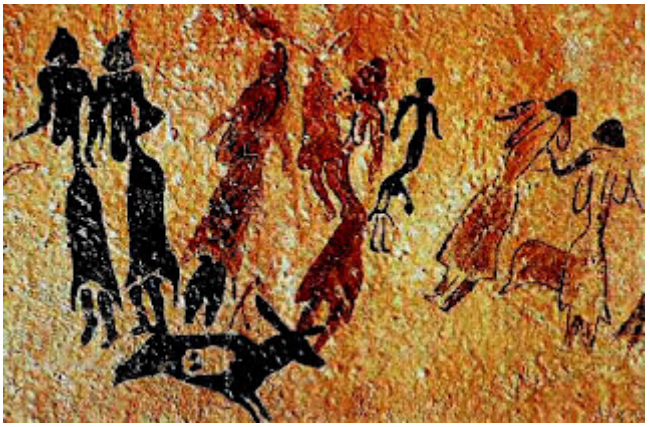
LA COCINA EN LA PREHISTORIA, por José Manuel Mójica Legarre

A veces se tiene la impresión de que nuestros primeros antepasados sobrevivían de carne asada y vegetales crudos recogidos al paso; pero, si bien en el principio de la Historia era así, desde que el ser humano empezó a imaginar efectos sobre causas supuestas, es decir, desde que aprendió a pensar y a deducir, comenzó la evolución de la cocina. Al principio la alimentación de las pequeñas tribus nómadas que recorrían la tierra tras las manadas de animales o en busca de frutos y bayas comestibles, dormían

protegidas por círculos de plantas espinosas y a duras penas podían encender fuego, tenían más que nada una dieta de supervivencia con grandes periodos de carestía que se alternaban con otros de abundancia según la suerte que tuvieran al hallar frutas o manadas con animales enfermos.

Más tarde, con la llegada de los duros inviernos, las tribus se vieron obligadas a refugiarse en cuevas y comenzaron a dominar el fuego. Llegados a este punto creo necesario apuntar que, con el dominio del fuego, el hombre consiguió dar un gran salto en su evolución no sólo gastronómica sino también en la parte social ya que, al poder estar despierto más horas, se inicia un proceso de socialización y de intercambio de experiencias que hizo partícipes a todos los miembros de una tribu y, por extensión, a los de la tribus que tenían contacto entre sí de una serie de conocimientos que permitieron un desarrollo más rápido de técnicas de

caza, recolección y, en general, de una información que antes estaba restringida por la duración de los días y las noches.



Nadie sabe a ciencia cierta cuándo se comenzó en realidad a cocinar los alimentos. Algunos autores defienden que el consumo de carne asada empezó cuando se vieron obligados a comer partes de algún animal muerto en algún incendio forestal mientras que otros, con no menos razones y bases, hablan de que es muy posible el hecho de que al acercar algún trozo de carne al fuego para que se descongelara, la carne se soasó y debieron consumirla quemada a medias. No importa mucho cuál de los grupos tiene la razón; el hecho incontestable es que a los humanos les gustó el sabor y atacaron la tarea de aprender a dosificar la

cantidad de fuego para conseguir la carne a su gusto.

Seguro que no nos imaginamos a los hombres primitivos comiendo caldos, hervidos y sopas antes de la invención de la cerámica y, sin embargo, lo hacían. El método que utilizaban era el de suspender, entre unos palos, una piel de animal y llenarla con agua, trozos de carne, pescado o vegetales y hierbas. El cuero, al estar empapado no ardía y conseguían elevar la temperatura del caldo que llevaban a ebullición arrojando en este medio de cocción algunas piedras calentadas al fuego. Podemos asegurar que aquellos cocimientos no tenían el sabor de un "Consomé Royal" o de un "Consomé al Jerez"; pero también se puede afirmar que eran caldos consistentes que alimentaban y saciaban los estómagos de nuestros antecesores.

Hemos hecho alusión a las hierbas y es preciso observar que la cocina de aquellos remotos tiempos evoluciona pareja a la medicina puesto que muchos de

los “remedios farmacéuticos” eran vegetales y el trabajo de ensayo-error por el que se descubrían las cualidades curativas de hierbas y raíces les hicieron descubrir sabores que luego añadieron a sus guisos y sopas.

Cerámica prehistórica

A resultas de que la medicina, la magia y la religión iban de la mano, es fácil

entender que la cocina de aquel entonces tenía algo de ritual religioso. La costumbre de realizar reuniones de la tribu para festejar algún éxito en la caza o la pesca, o bien para celebrar alguna liturgia o tiempo señalado, se rubricaba con un gran banquete, a medida de sus posibilidades, evidentemente abundante pero limitado por el reducido conocimiento que tenían sobre las técnicas culinarias, ha llegado hasta nuestros días sin cambiar demasiado en su fondo, pero sí mucho en sus formas. Me refiero a que en nuestra época seguimos reuniéndonos por tribus y familias cada vez que hay que celebrar algo. Bodas, bautizos y fechas señaladas son en la actualidad motivo de reuniones que tienen como eje central una comilona.

Siguiendo al hilo de este artículo, si al principio de la historia humana no se conocían muchos métodos de conservación de los alimentos, sí sabemos que la desecación, el ahumado y el salado formaban parte de los conocimientos que

tenían en la preservación de carnes, pescados, vegetales y hierbas; quizás nuestra inclinación al sabor salado provenga de los restos de este condimento que quedaban en los trozos de carne o pescado que cocinaban nuestros antepasados.

La sal se conseguía en los territorios del interior por molturación de las rocas salinas o bien por medio del trueque con las tribus costeras de las que, al mismo tiempo, se obtenía pescado de agua salada y crustáceos a cambio de hierbas, vegetales y carne de caza que permitían a todos los implicados en este rudimentario comercio completar mejor su alimentación y conservar sus alimentos durante largas temporadas.

Cuando las primeras tribus humanas descubrieron la periodicidad de las estaciones climáticas y llegaron a comprender perfectamente el ciclo de la reproducción de las plantas, abandonaron el nomadismo para asentarse en territorios fértiles y de clima más

agradable y, junto con el sedentarismo, llega un mayor refinamiento de la cocina basado sobre todo en la agricultura y la ganadería.

La posesión de mayores cantidades y variedades de alimentos hizo que sus mentes se esforzaran en cocinarlos de diferentes modos y les obligó a trabajar en nuevos métodos de conservación; pero uno de los hitos en la historia humana es el de la invención del arado, en principio un tronco del que sobresalía una porción de rama, hecho que obligó a las mujeres a dejar la agricultura, por causa de la fuerza física que era necesaria para labrar la tierra, lo que les dejó mucho más tiempo para poder elaborar los alimentos y conservarlos mejor.

Con el sedentarismo también se favorece la socialización de la vida comunal y aparece el trabajo en grupo. Las largas jornadas invernales en las que, a excepción de la caza, no podían hacer nada al aire libre, fomentó la creación de cestos más finos, de cerámica y de otras artes manuales que al final dieron como resultado un mayor refinamiento tanto en la elaboración de la comida como en la forma de consumirla; Pero, como en muchas ocasiones, los errores o descuidos del ser humano, dieron pie a descubrimientos que, una vez dominados, supusieron un avance en la cultura humana.

La fermentación natural de algunas mezclas les enseñó a leudar para conseguir el pan o les abrió la puerta al

descubrimiento del vino, la cerveza y los licores; pero ésta es otra historia que relataremos en entregas posteriores.