LA COCINA SUMERIA, por José Manuel Mójica Legarre

LA COCINA SUMERIA,

José Manuel Mójica Legarre



Cuando se habla de la cocina sumeria es obligado citar a Jean Bottéro, historiador francés de fama internacional nacido en Vallauris el 30 de agosto 1914 y muerto el 15 de diciembre 2007, autor del libro “La cocina más antigua del mundo”, quien fue uno de los primeros investigadores que comenzaron a estudiar la cocina y gastronomía de Sumeria a partir de las tablillas de cerámica,

escritas en sumerio y en acadio, encontradas en las excavaciones hechas en la antigua Mesopotamia; pero tampoco se pueden olvidar los trabajos de Noemí Sierra, A.L.Oppenheim, W.Rollig, André Parrot, Lázaro Ros, Lara Peinado, Hans Nissen, Josef Klimá, Hartmut Schmokel, Labat, Kramer o Michael Roaf entre otros.

Casi todo el mundo piensa que las primeras noticias escritas sobre la gastronomía y la cocina nos han llegado desde la época del Imperio Romano, pero la realidad es que se empezaron a escribir textos relativos a la cocina desde el mismo momento en que apareció la escritura cuneiforme en Sumeria, alrededor del año 3000 antes de nuestra Era. Sin embargo, no podemos aseverar que estamos ante los primeros intentos de escribir libros de cocina pues, según los más sesudos investigadores sobre el tema, tanto las recetas como los apuntes sobre materias primas y utensilios que figuran en las tabletas de arcilla, estarían mucho más orientadas hacia el control del

avituallamiento y los consumos en palacios y templos que a la voluntad de transmitir las especialidades gastronómicas favoritas de los sumerios a las generaciones futuras.



La aparición de una veintena de tablillas con anotaciones relativas a la alimentación, supuso un hito en la investigación de la historia culinaria y de la gastronomía que ayudó a despejar las dudas que se tenían sobre la comida y bebida consumida por los seres humanos en esta época de la humanidad. A pesar de que estas tablillas de "inventarios y control de cocina" son una buena fuente de información, las leyendas y obras literarias escritas, nos dan una buena

cantidad de datos sobre la forma de alimentarse que tenían los sumerios.

En base a la conjunción de ambas fuentes de información se puede afirmar sin ningún género de dudas que los habitantes de aquella tierra consumían una gran variedad de pescados, tanto frescos como salados, al igual que moluscos de agua dulce y dada su especial situación geográfica -recordemos que se llama Mesopotamia (literalmente "Entre dos ríos") al territorio que se extiende entre los ríos Tigris y Eúfrates-. El consumo de carne -sobre todo de cabra y oveja, asadas o cocidas en agua o en medios grasos- se complementaba con el del cerdo, algunas aves y otros animales como la langosta –saltamontes-, a menudo en sopas confeccionadas generalmente con agua.



Cuando hablamos de cocción tendremos en cuenta los diferentes modos de realizar la transformación de alimentos. Para asar utilizaban, además de el método abierto, como las brasas, la parrilla o los trozos de cerámica sobre los que se colocaban las viandas, un método de asado cerrado en un horno de cúpula en el que, el vapor que resultaba de la cocción, ayudaba a mantener los alimentos relativamente bien hidratados. En cuanto a los recipientes, se han descubierto en las excavaciones tanto ollas de cerámica como calderos de cobre y diferentes utensilios y "ollas",

lo que hace pensar en que los sumerios ya tenían la idea de lo que era una cocina. En cuanto al refinamiento de esta civilización, apuntaremos que utilizaban diferentes moldes para mejorar la presentación de las viandas en la mesa de los comensales.

También eran grandes consumidores de cereales, sobre todo cebada con la que, además de unas trescientas clases de panes diferentes, también fabricaban cervezas de distintas clases, e incluso se cita en las tablillas una especie de cerveza negra. Otros tipos de bebidas alcohólicas se fabricabas a partir de la fermentación de mostos extraídos de las uvas, los higos, el níspero o los dátiles.



Las cervezas consumidas en Mesopotamia tenían una gran variedad de graduaciones alcohólicas y cuyos nombres, “cerveza de buena calidad”, “cerveza que gusta a las mujeres”, “cerveza vieja” o “cerveza buena”, daban idea de a quién iban destinadas. La cerveza se consumía

individualmente o en grupo, bebiendo todos del mismo recipiente, con ayuda de una cañita larga y fina la cual, al tiempo que actuaba como filtro para evitar que las impurezas llegasen a la boca, potenciaba los efectos del alcohol. En lo que respecta a las más de trescientas clases de panes diferentes con y sin levadura, las masas se confeccionaban añadiendo al salvado –harina de cebada- o a otras harinas, diferentes cantidades de agua, cerveza, miel, aceite o leche, añadiéndole a veces especias o frutas secas e incluso rellenándolos.

En cuanto a los vegetales, pepinos, nabos, algunas raíces, setas, ajos y puerros, acompañaban a la cebolla que era la base de su dieta y, para sazonar sus comidas, utilizaban, entre otras semillas picantes, la mostaza, el cilantro, el comino y, como no es de extrañar, el sésamo. Se solían consumir cocidos, asados o crudos, aderezados con aceite de oliva u otras grasas vegetales.

Debido a los pocos datos que todavía se tienen sobre esta civilización, se puede concluir afirmando que los sumerios consumían muchos más alimentos de los que hemos citado; pero a la espera de futuras excavaciones que confirmen fehacientemente este hecho, todos cuantos se han citado en este artículo, se ha probado que eran utilizados de manera habitual en las cocinas de aquel entonces.

La brevedad que exige el espacio del que se dispone en “La Alcazaba”, no permite detallar extensamente cuanto sabemos sobre la cocina en Mesopotamia pero, para los más curiosos, se puede incluir en esta breve reseña una receta de aves pequeñas, reseñada por Bottéro, por si alguien está interesado en degustar lo que comían los moradores de aquella zona hace más de cincuenta siglos.

RECETA PARA AVES

Una vez limpias las aves, cortar mollejas y asaduras, lavarlo todo y secarlo bien.

Poner todo en un caldero y llevar al fuego. (La receta no indica si en seco, con agua o con grasa aunque en la prueba que he realizado, basándome en el paso posterior de la misma, las he puesto con un poco de aceite de oliva). Cuando estén tostadas se saca del fuego, se añade agua fresca para desleír los jugos de la cocción, se añade un chorro de leche y se vuelve a poner todo en el fuego. Cuando hierva, sin sacar del fuego el recipiente, se retiran del caldero todas las piezas, se salan y se vuelven a poner en el caldero añadiendo aceite. Se sazona con un poco de ruda y, cuando vuelva a hervir, se añade puerro, ajo y un poco de cebolla, añadiendo después un poco de agua.

Mientras se deja hervir (aconsejo que a fuego muy lento), se lava bien una buena cantidad de trigo machacado, se remoja en leche y se añade salmuera, puerro y ajo junto con la leche y el aceite que sean necesarios para confeccionar una masa que se presenta al fuego y se divide después

en dos mitades, Bottéro deduce que es para hacer una especie de pan ácimo, y el otro trozo se deja mojando en leche.

Para presentar a los comensales, se pone en una bandeja de barro una cantidad de la masa y se lleva al horno. Lo mismo se hace con la otra que habrá reposado en la leche durante unos minutos. Una vez hechas, se espolvorea encima de la masa asada una mezcla de ajo, puerro y cebolla, se colocan las aves encima, se les añade el jugo de cocción por encima y se cubren con la masa asada que se había remojado en leche.

Hasta el próximo número, en el que hablaremos de la cocina del Antiguo Egipto.