SET PORTES
RECEPTARIS
HISTÒRICS
DE CUINA
CATALANA

2

LLIBRE D'APARELLAR DE MENJAR

EDICIÓ
JOAN SANTANACH

ADAPTACIÓ AL
CATALÀ MODERN
MÒNICA BARRIERAS

ESTUDIS INTRODUCTORIS
ANTONI RIERA
JOAN SANTANACH
FUNDACIÓ ALÍCIA



7R

SET PORTES

RECEPTARIS
HISTÒRICS
DE CUINA
CATALANA

2

Comitè Científic

ANTONI RIERA, FRANCESC SOLÉ I PARELLADA
(directors)

JOSÉ MARÍA CELA, JESÚS CONTRERAS, TONI MASSANÉS, JOAN SANTANACH

DANIEL QUER
(secretari)

Editorial Barcino

Primera edició: novembre 2015

© de l'edició, Joan Santanach, 2015
© de l'adaptació al català modern, Mònica Barrieras, 2015
© dels estudis introductoris, Antoni Riera, Joan Santanach i Fundació Alícia, 2015
© de les infografies, Clara Penín i Alan Jürgens, 2015

Reservats tots els drets d'aquesta edició:

EDITORIAL BARCINO, S. A.
Acàcies, 15. 08027 Barcelona
www.editorialbarcino.cat

RESTAURANT DE LES 7 PORTES
Passeig Isabel II, 14. 08003 Barcelona
www.setportes.com

DL B 23456-2015
ISBN: 978-84-7226-796-1
Edició núm. 836
Disseny: Jordi Casas
Correcció de proves: Raquel Parera
Fotocomposició i impressió: Fotoletra, S.A.

Detall de la coberta:
Mestre de Santa Basilissa. Detall del banquet nupcial de sant Julià i santa Basilissa. Pintura sobre taula. Primera meitat del segle XV. © MNAC - Museu Nacional d'Art de Catalunya. Barcelona, 2015. Fotògrafs: Calveras/Mérida/Sagristà.

Continguts

ESTUDIS

El context històric dels receptaris medievals catalans. 2. La cuina i la taula de la noblesa: l'ostentació de la qualitat 21
ANTONI RIERA I MELIS

Cuiners, copistes i comensals al *Llibre d'aparellar de menjar* 53
JOAN SANTANACH I SUÑOL

Anàlisi culinària del *Llibre d'aparellar de menjar* 87
FUNDACIÓ ALÍCIA

El text del *Llibre d'aparellar de menjar* d'aquesta edició 115
JOAN SANTANACH I SUÑOL

Sobre la versió actualitzada del *Llibre d'aparellar de menjar* 117
MÒNICA BARRIERAS I ANGÀS

LLIBRE D'APARELLAR DE MENJAR

Pròleg 123

1. Si vols fer un bon morterol 125

2. Si vols fer morterol 125

3. Si vols fer morterol 127
4. Si vols fer freixures 127
5. Si vols fer freixures d'una altra manera 129
6. Si vols fer morterol de carn sense llet 131
7. Morterol de llet 131
8. Com se serveix el morterol d'arròs 133
9. Freixures de cort 133
10. Bones freixures 135
11. Bon janet 137
12. Bon janet de moltó 137
13. Si vols fer bon janet 139
14. Si vols fer un brouet sec 141
15. Cabrit i moltó amb brouet 141
16. Una altra manera de fer brouet 141
17. Brouet camellí 143
18. Brouet blanc 143
19. Gallines amb cansalada 143
20. Gallines d'una altra manera 145
21. Gallines a l'ast 145
22. Porriol per a gallines o capons a l'ast 147
23. Gallines a l'olla 147
24. Oques 147
25. Si vols farcir gallines entre carn i pell 149
26. Si vols fer una salsa que es diu llimonea 149
27. Farcir gallines o capons 149

28. Gallines amb moixaruc 151
29. Porriol per a gallines 151
30. Gallines o capons amb llimonea 153
31. Salsa camellina 153
32. Fonollada per a pollastres o capons 153
33. Gallines o menuts a l'ast 155
34. Gallines o capons a l'ast 155
35. Gallines o perdius amb mig-raust 155
36. Gallines amb moixaruc 157
37. Menjar blanc 159
38. Menjar blanc sense llet d'ametlles 159
39. Per fer menjar blanc 161
40. Menjar blanc 161
41. Farcir capons 163
42. Romania 163
43. Gallines a l'ast amb alls esquesos 165
44. Perdius amb porriol 165
45. Perdius amb porriol 167
46. Perdius amb porriol 167
47. Perdigat amb salsa bruna 167
48. Perdigat 169
49. Farcir cabrits 169
50. Perdius en sols 169
51. Pollastres fregits 171
52. Pollastres a la cassola amb alidem 171

53. Pollastres sofregits amb alidem 171
54. Pollastres a l'ast amb alidem 173
55. Panades de pollastres amb alidem 173
56. Cabrits a la cassola 175
57. Si vols fer cabrit de totes les maneres 175
58. Cabrit a la cassola 177
59. Porc i cabrit amb alidem 177
60. Salsa per a llebre 179
61. Salsa per a conills 181
62. Conills amb sofregit 181
63. Salsa per a conills i llebres, per a qui els vulgui menjar sofregits 183
64. Conills a l'ast 183
65. Conills amb salsa rosta 185
66. Cabrit amb alidem 185
67. Com es prepara el porcell 185
68. Porcell a l'ast 187
69. Porcells amb almadroc 187
70. Porcell a l'ast 189
71. Porcell en sols 189
72. Porcell en sols 191
73. Salar porc 191
74. Crespells 191
75. Vaca amb pebrada 193
76. Pebrada d'una altra manera 193

77. Vaca amb mostassa 195
78. Llonzes de vaca o de porc 195
79. Per espessir una salsa 197
80. Arròs 197
81. Carn amb arròs 197
82. Flor de ginesta 199
83. Carn amb fideus 199
84. Salmorra 201
85. Cabajat 201
86. Tripa de moltó farcida 201
87. Resoles de cabrit 203
88. Espatlla farcida 203
89. La porrada es fa així 205
90. Porrada d'una altra manera 207
91. Carabasses 207
92. Carabasses d'una altra manera 207
93. Cebada 209
94. Salsa per a carn de caça 209
95. Llimonea 211
96. Salsa per a qualsevol carn de caça 211
97. Salsa per a grua 213
98. Una altra salsa per a grua 213
99. Pebrada per a grues que s'anomena bruna 213
100. Com s'ha de coure el paó i fer-hi la salsa 215
101. Aquesta és la salsa per al paó 215

102. Una altra salsa per a paó 217
103. Com se serveixen les oques 219
104. Oques 221
105. La salsa per a les oques 221
106. Oques i altre aviram a l'ast 223
107. Ocells salvatges 225
108. Tudons a l'ast 225
109. Salmorra 225
110. Salsa rosta 227
111. Per a qui vulgui preparar ocells petits 227
112. Carn a la sarraïnesca 227
113. Aquests menjars se serveixen per Quaresma 229
114. Peix fregit amb escabetx 229
115. Salsa per a peix cuit en aigua 229
116. Salsa per a peix gros al forn 231
117. Una altra salsa per a peix gros al forn 231
118. Tonyina fresca o dofí 233
119. Baborada per a peix fregit 233
120. El congre sec es prepara així 235
121. Salsa per a anguiles a l'ast 235
122. Per a qui vulgui preparar morena 237
123. Salsa per a molls i per a pagells 237
124. Calamars farcits 237
125. Per a qui vulgui servir rajada amb salsa oruga 239
126. Sofregit per a cua de llagosta 241

127. Sofregit per a calamars o per a sípies 241
128. Tonyina seca o sardina salada amb sofregit 243
129. Si vols servir dofí 243
130. Pebrada 243
131. Una altra pebrada 245
132. Si vols servir sípies i calamars 245
133. Llagostat 247
134. Espàrrecs en aigua 247
135. Espàrrecs fregits 247
136. Una altra manera de fer espàrrecs 249
137. Com es fa la salviada 249
138. Sarriada 249
139. Codonyat 251
140. Pastanagat 253
141. Dàtils confitats 253
142. Datilada 253
143. Gingebrada de panical 255
144. Com es fan confits de nous tendres 255
145. Com faràs taronjat 255
146. Si vols fer pinyonats 257
147. Com faràs ginestada 257
148. Com es fa pastanagat 259
149. Recepta de piment 259
150. Salsa quotidiana 259
151. Salsa peitovina 259

152. Com es fa la salsa julivert 259
153. Si vols fer codonyat 261
154. Si vols fer sarriada 261
155. Per a qui vulgui fer piment 263
156. Si vols fer rerepiment 263
157. En quina època de l'any els peixos són més nobles 263
158. Porriol per a qualsevol peix a l'ast o a la graella 265
159. Com es fa nogat 265
160. Si vols fer ordiat 265
161. Si vols fer sèmola 267
162. Si vols fer i preparar midó 267
163. Si vols fer ordiat 269
164. Si vols fer fideus 269
165. Si vols fer resoles 269
166. Albergínies 271
167. Albergínies fregides 271
168. Convits quaresmals 273
169. Si vols fer una bona compota 273
170. Salsa per a paó 275
171. Com es preparen paons, faisans o capons 277
172. Com es fa la salsa blanca 279
173. Si vols fer salsa camellina 281
174. Si vols fer salsa llimonea 281
175. Si vols fer mig-raust 283
176. Salsa per a oques, gallines o capons a l'ast 285

177. Sofregit per a conill o llebre, per a moltó, cabrit, vedell, perdius 285
178. Salsa per a porc senglar, cérvol, grues i qualsevol carn de caça a l'ast 287
179. Salsa per a qualsevol carn cuita en olla per dinar o per sopar 287
180. Si vols fer alidem per a ous 289
181. Gelatina per conservar carn o peix 289
182. Escabetx per a peix fregit 291
183. Salsa per a peix cuit en aigua 291
184. Brou de gallina per refer-se 293
185. Brou amb ametlles per a algú delicat 293
186. Salsa per a bolets bullits, ben premuts, sofregits amb oli 295
187. Alls esquesos 295
188. Mostassa nostrada 297
189. Mostassa francesa 297
190. Salsa verda 297
191. Sols per a allò que vulguis 297
192. Oruga 299
193. Coriandre preparat com mostassa 299
194. Brouet de gallines o de cabrit 299
195. Menjar blanc 301
196. Ginestada per al temps de dejuni 303
197. Salsa per a congre sec 305
198. Agràs per a peix fregit d'estiu 305

199. Ordiat 305
200. Una altra manera de fer ordiat 307
201. Ordiat encara d'una altra manera 307
202. Midó 307
203. Llet d'ametlles bullida 309
204. Llenties 309
205. Farinetes 311
206. Panades de farina 311
207. Tripes de vedella o de bou 311
208. Cabrit farcit a l'ast 313
209. Igualment es fa amb el porcell 313
210. Resoles de cabrit 313
211. Resoles de pasta i d'ous 313
212. Talls de formatge ben gras 315
213. Bunyols 315
214. Bunyols sense formatge 317
215. Crespells 317
216. Farcir capons i gallines 319
217. Espatlla de moltó farcida a l'ast 319
218. Panada d'ocells o de perdius 321
219. Panada de pollastres 321
220. Panada de llamprea o llamprea a l'ast o a la cassola 323
221. Panades de peix 325
222. Carabasses 325
223. Si vols fer pastanagat 327

224. Lletugat 327
225. Cols verdes amb brou de moltó o de gallines 327
226. Cols amb greix de vaca 329
227. Si vols preparar espàrrecs 329
228. Si vols fer llet molsissa espessa 329
229. Si vols preparar cigrons tendres 331
230. Cigrons més tendres 331
231. Si vols posar cabrit a l'ast 331
232. Sèmola 333
233. Si vols fer perdius a l'olla 333
234. Si vols fer porriol 333
235. Agràs simulat, quan no se'n pot aconseguir d'altre 333
236. Col porrera 335
237. Torrons melats 335
238. Albergínies 335
239. Si vols fer morterol 337
240. Freixures de moltó o de porc 337
241. Si vols servir janet de moltó d'una altra manera 339
242. Si vols servir freixures d'una altra manera, ben bones 341
243. Si vols servir llonzes de bou o de vaca a l'ast 341
244. Cabrit a l'ast 341
245. Porcells a l'ast 343
246. Si vols servir pollastres amb alidem 343
247. Si vols servir pollastres a l'ast amb alidem d'una altra manera 345

248. Si vols fer pebre amb bou o amb vaca 345
249. Per a qui vulgui fer salsa per a vedell 347
250. Si vols fer bona salsa per a moltó 347
251. Si vols preparar conills a l'ast 347
252. Si vols servir conills a l'ast d'una altra manera, amb almadroc 349
253. Si vols servir conills fregits 349
254. Si serveixes gallines a l'ast 351
255. Si vols preparar gallines en salsa d'una altra manera 351
256. Si vols preparar gallines a la cassola 351
257. Si vols farcir gallines o capons entre carn i pell 353
258. Si vols servir pollastres a l'ast 353
259. Si vols fer una bona salseta per a pollastres a l'ast o per a gallines 353
260. Si vols posar perdius a l'ast 355
261. Encara hi pots preparar aquesta salseta d'una altra manera 355
262. Si vols servir perdius a l'ast encara d'una altra manera 355
263. Si vols servir coloms o ocells a l'ast 357
264. Si vols fer bona salsa per a oca a l'ast 357
265. Per a qui vulgui servir grives a l'ast 357
266. Per a qui vulgui servir llet cuita. Aquesta preparació de menjar s'anomena lluixell 359
267. Si vols fer oruga per a bou o vaca o vedell, o per a qualsevol altra carn grossa cuita a l'ast 359
268. Si vols fer agràs 361

269. Si vols preparar oruga per emprar com a mostassa, encara que no serà mostassa ben feta 361

270. Si vols fer oruga per conservar tot l'any 363

271. Si vols fer salsa julivert 363

272. Si vols fer salseta per a anguiles fregides o cuites a l'ast 363

273. Si vols servir formatge fos 365

274. Si vols servir formatge fregit 365

275. Si vols servir sopes daurades 367

276. Si vols fer sopes d'una altra manera 367

277. Porcells a l'ast 367

278. Pollastres a l'ast: fes aquesta salseta, que és tan bona com una salsa, però que s'ha de servir en plats fondos 369

279. Si vols servir conills o perdius en panada 369

1 Si vols fer de bon morterol

Primerament prin de bona carn de moltó e carnselade cuyta, e capolats-ho bé. E axí matex ayats de bon pa blanc ras, e ayats vostre ole ab lo sebrer calt en què serà cuyte la carn demunt dite, o let d'amenles destemprade ab lo demunt dit sebrer, e metets-hi la carn picade ab lo pa ras, o sèmole en loch de pa. E puys posats la ole al foch, e manats-ho bé. E cant serà prou espès, develats-le'n.

E ayats ous debatuts e de bones spècies picades ab del safrà mòlt. E cant aurà posat lo bul, vayen los ous laÿns e la salsa. E és obs que sien bé manats quant les hi metrà hom. E cant seran laïns, si és massa clar tornats-ho al foch tro que sie prou espès, e puys davalats-n'o. E cant seran cacom oreyats, fets-ne escudeles.

2 Si vols fer morterol

En altre manera. Prenets de la let de les amenles ben calde, e ayats safrà bé picat e destemprats-lo ab de la leyt, e puys vaya en la leyt. E metets-hi del pa ras, o cèmole en loc de pa, e no sobres. E ayats dels leus dels moltons cuyts ab de le carnselade grasse, tot bé capolat. Metets-ho leÿns. E puys posats-ho al foc e bule. E si us semble masse espès, podets-ho esclarir ab del brou, e metets-hi I poch de sal. Enaprés, con bulirà, devalats-ho del foch, e ayats dels vermeys dels ous e metets-los laÿns, e poc [1v] en poch, e manats-ho bé, que no·s prengue. E si us semble clar, tornats-ho sus al foch e sia bé manat tro sus que sia bé espès. E puys fets escudeles ab de bona pólvora que posets dessús.

1 Si vols fer un bon morterol

Primer agafa una bona carn de moltó i cansalada cuita, i trinxa-ho tot ben trinxat. Tingues també pa blanc ratllat, o sèmola en lloc de pa, i una olla amb brou calent on es courà la carn, o llet d'ametlles feta amb el brou, i posa-hi la carn picada amb el pa ratllat. Després posa l'olla al foc i remena-ho bé. Quan sigui prou espès treu-ho del foc.

Tingues ous batuts amb espècies picades i safrà molt. Quan hagi deixat de bullir tira-hi els ous i les espècies. Cal que estiguin ben batuts quan els hi posis. Un cop fet això, si és massa clar torna-ho a posar al foc fins que sigui prou espès, i aleshores enretira-ho. Quan s'hagi refredat una mica serveix-ho en escudelles.

2 Si vols fer morterol

Una altra manera de preparar-lo. Agafa llet d'ametlles ben calenta, tingues safrà ben picat i dissol-lo amb una mica de llet; després afegeix-lo a la llet. Posa-hi pa ratllat, o sèmola en lloc de pa, però no massa. Tingues pulmons de moltó cuits amb cansalada grassa, tot ben trinxat. Posa-ho dins la llet i posa-ho al foc fins que bulli. Si et sembla massa espès ho pots aclarir amb brou. Tira-hi una mica de sal. Després, quan bulli, ho treus del foc, agafes rovells d'ou i els hi afegeixes a poc a poc. Remena-ho perquè no s'enganxi. Si et sembla clar, torna-ho a posar al foc i remena-ho fins que sigui prou espès. Després serveix-ho en escudelles i tira-hi per damunt bones espècies.

SET PORTES
RECEPTARIS
HISTÒRICS
DE CUINA
CATALANA



El *Llibre d'aparellar de menjar* és un extens llibre de cuina, escrit i compilat cap a mitjan segle XIV. S'ha conservat en un únic manuscrit. Es tracta d'un receptari que, fins ara, havia restat inaccessible per al gran públic. Conté gairebé tres-centes receptes, que reflecteixen els gustos de les classes benestants de la baixa edat mitjana catalana. En compondre l'obra, el seu anònim compilador va emprar materials procedents de diversos receptaris previs, entre els quals el *Llibre de Sent Soví*. La utilització de textos preexistents era habitual aleshores. Aquest fet, lluny de ser un demèrit, converteix el *Llibre d'aparellar de menjar* en una síntesi de la literatura gastronòmica medieval i en una peça bàsica de la tradició culinària catalana, que es projecta fins a l'actualitat.

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

RESTAURANT 7 PORTES ANY 1836

Editorial Barcino

Fundació Carulla

9 788472 267961