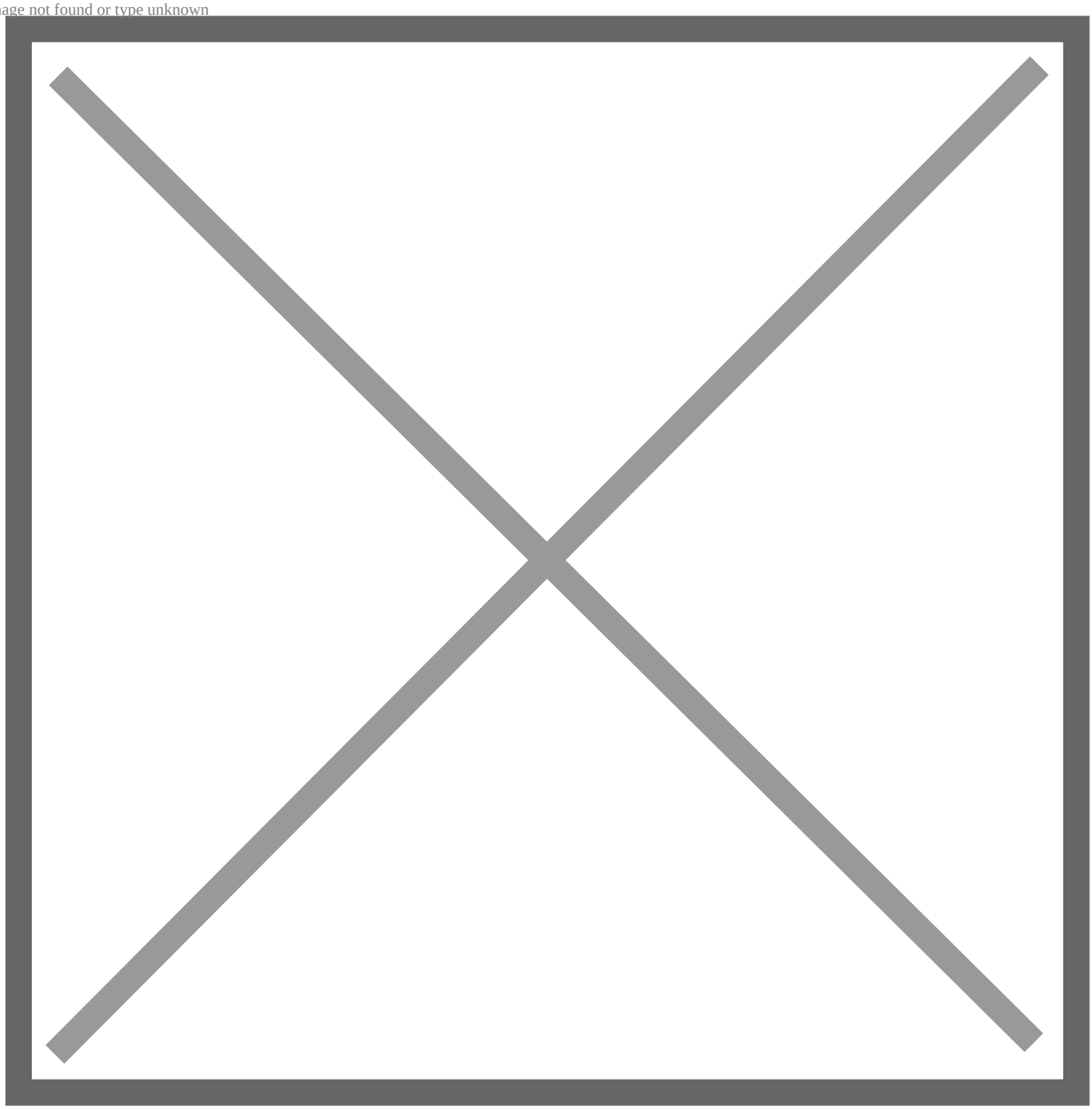
Image not found or type unknown



MONASTERIO EN LA COCINA / 8

Así se extendieron las confituras, gracias a las Cruzadas

CULTURA 31_10_2020

Image not found or type unknown

Liana Marabini

Desde los albores de la humanidad, ha habido una búsqueda de formas de conservar los alimentos. Ya se trate de poblaciones nómadas o sedentarias, la preocupación por hacer durar la comida siempre ha acompañado al hombre.

El método de conservación más antiguo es el secado. En las excavaciones arqueológicas se encontraron alimentos (frutas, verduras, carne y pescado) secados al sol y al viento en el antiguo Egipto. El proceso de ahumado también es un método antiguo de conservación, utilizado para la carne y el pescado. La salazón, en cambio, es típica de los pueblos que vivían cerca del mar, de donde extraían la sal necesaria para la conservación. Pero es un método posterior, que comenzó en el siglo XV. Entre los primeros en utilizarlo están los habitantes de las islas noruegas de Lofoten, que mantenían el bacalao en sal, aunque las opiniones son controvertidas: hay quienes argumentan que fueron los navegantes ibéricos quienes para hacer durar el bacalao desde Noruega hasta España lo salaban a la salida, mientras que en Italia este pescado

en salazón llegaba gracias al noble veneciano Piero Querini, quien en su búsqueda de negocio fuera del Mediterráneo lo importaba de Noruega en 1431.

Pero también hay confituras dulces: las mermeladas y las confituras. Tenemos el primer testimonio escrito en el recetario *De re coquinaria,* que es una recopilación de recetas culinarias romanas en diez libros elaborados a finales del siglo IV. Aunque son atribuidos a Marco Gavio Apicius, un famoso gastrónomo de principios del siglo I, su escritura es en realidad mucho más tardía. Transmitido por dos manuscritos del período carolingio, fue redescubierto más tarde por los humanistas del Renacimiento italiano. En esta recopilación encontramos la receta de la confitura de higos hervida en miel. En ese momento, el edulcorante básico era la miel. Los griegos y romanos conocían el azúcar, que era importado de Oriente en pequeñas cantidades, pero se usaba exclusivamente con fines terapéuticos. Fueron los árabes quienes lo introdujeron en España y Sicilia hacia el año 1000, pero era raro y caro, porque estaba elaborado con caña de azúcar típica de los climas tropicales.

Pero los Cruzados también lo trajeron consigo, regresando de Tierra Santa y lo donaron a los monasterios. A partir de ese momento, los religiosos pudieron conservar los frutos que producían en abundancia en los huertos de conventos y abadías, incluso en otra forma distinta al mero secado. Comenzó la tradición de las confituras, sabrosas preparaciones a base de fruta cortada en trozos y hervida en almíbar de azúcar.

Estamos hablando de "confituras" y no de "mermeladas" y aquí vale la pena hacer una pequeña digresión lingüística. Los principales diccionarios etimológicos coinciden en rastrear el término "mermelada" al portugués "marmellada" que significa mermelada de membrillo. Durante siglos, lo que llamamos "membrillo" se denominó "marmellada". En el lenguaje común, seguimos usando este término para todas las confituras preparadas con cualquier fruta, pero está mal. Hoy en día los vocabularios (y la Unión Europea) explican que "mermelada" es solo la que se obtiene exclusivamente con cítricos (limones, naranjas, limas, pomelos). Todas las demás, elaboradas con cualquier tipo de fruta o incluso verduras, son confituras. La Unión Europea indica: se puede llamar mermelada si la fruta utilizada es algún tipo de cítrico y si es al menos el 20% del producto, confitura (35%), confitura extra (45%). Todo esto está en la Directiva del Consejo 2001/113/EC del 20 de diciembre de 2001.

Pero volvamos a los monasterios y sus confituras y mermeladas. Desde hace mil años, frailes y monjas llevan adelante una tradición hecha con productos naturales y genuinos: fruta recolectada y cortada a mano, elaborada según la tradición, sin la adición de colorantes ni conservantes. En una carta de 1162, Enguerrand de

Bauffremont relata su paso por la Abadía Sainte-Trinité de La Lucerne (fundada en Normandía en 1143 y ocupada por los canónigos premonstratenses regulares), donde se le ofrece, citamos: “Una preparación sorprendente y deliciosa, dulce de manzanas cocidas durante mucho tiempo en azúcar y miel, servidas sobre una rebanada de pan fresco, con una ración de sabroso queso”. Era una confitura de manzana, una fruta que abunda en Normandía.

Otro documento interesante es el diario de la joven Cunégonde de Noirmoustier que, enviada en 1482 por su familia a la Abadía de Fontevrauld (activa hasta la Revolución Francesa y que tenía la particularidad de acoger a monjes y monjas juntos, siempre comandados por una abadesa: si 36 seguidos). La joven Cunégonde escribe: “Me metieron en la cocina, donde ayudo a la monja pastelera. Tuve suerte: es un lugar amplio y limpio, con un aire lleno de deliciosos aromas. Sœur Tiphaine es alegre y siempre habla, me enseñó muchas cosas sobre las frutas y las confituras. Mi favorita es la de frambuesas”.

Son muchos los testimonios, en libros, manuscritos, recetarios y archivos conventuales. Pero lo que llama la atención es que hoy más que nunca los conventos han desarrollado la tradición de las confituras y mermeladas, muchas de las cuales están inspiradas en los santos fundadores. San Antonio de Padua tenía su confitura favorita, estaba hecha de manzanas verdes y granada. La podemos encontrar hoy bajo la marca “Le delizie dei monasteri” (Las delicias de los monasterios).

En el Monasterio de Vitorchiano (Viterbo), desde hace más de 40 años las monjas trapenses elaboran mermeladas y confituras artesanales de muy diversos sabores, utilizando un alto porcentaje de fruta fresca, con la única adición de azúcar, sin aditivos. También mencionamos, por sus excelentes productos: el Monasterio Benedictino Laboratorio S. Ildegarde (Orte); la Abadía de Casamari (Veroli, Frosinone); en Francia están las monjas Bénédictines de Martigné-Briand y sus antiguas confituras; las maravillosas mermeladas de los monjes de la Abadía de St Joseph en Spencer, Massachusetts, Estados Unidos; Quarr Abbey en Gran Bretaña (visitada a menudo por la reina Victoria) y su mermelada de naranja amarga; los monjes del monasterio rumano de Sihăstria Putnei son famosos por su confitura de saúco (que completa este artículo).

En Piamonte hay un monasterio fundado en 1988 en Pra d'Mill: se llama *Dominus Tecum* y produce mermeladas muy especiales: albaricoques y almendras, manzanas con menta, manzanas en café, manzanas con cacao y amaretti, peras con lavanda, peras con jengibre, duraznos con tomillo silvestre, calabacín con naranja, calabaza con limón, solo por nombrar algunos. Y escriben en su web: “Nuestras confituras tienen una cantidad

reducida de azúcar y no utilizamos pectina ni conservantes: todo ello hace que la fruta destaque aún más, tanto en sabor como en su elevada cantidad respecto al producto final".

Y este concepto, que une naturaleza, calidad, autenticidad y tradición, es la gran ventaja de los lugares de culto y sus productos: no es casualidad que el turismo gastronómico monástico esté cada vez más de moda.