

MONASTERIO EN LA COCINA / 3

## Gambas y lucio, los platos favoritos de san Francisco

CREACIÓN

22\_09\_2020

*Liana  
Marabini*



Continuamos nuestro viaje de “degustación” de las recetas de los monasterios, y nos quedamos ahora en la Edad Media. Una época fascinante en muchos sentidos, uno de los cuales es el desarrollo de las peregrinaciones: viajes espirituales realizados por

devoción (o penitencia) a lugares considerados sagrados. A veces eran viajes relativamente cortos (por ejemplo, a un santuario cercano), pero también increíblemente largos, como de Roma a Jerusalén. Los peregrinos no estaban seguros de poder volver de estos viajes, así que antes de partir pagaban sus deudas, hacían las paces con las personas con las que habían discutido, redactaban testamentos, y sobre todo se confesaban y realizaban donaciones a la Iglesia.

**También en ese período se produjo una penetración** masiva entre las clases más humildes (especialmente en Italia y en el sur de Francia) de los cátaros y los valdenses, que crean fascinación con su propaganda pauperista. En este contexto nacieron las órdenes mendicantes, tal vez como respuesta de la Iglesia a la acción de esas religiones.

**De hecho, en el siglo XIII se produce un gran aumento** de importantes órdenes religiosas y una sorprendente expansión de las órdenes mendicantes, que constituyen la gran novedad de ese período. Y no sólo porque nacieron casi todas en el siglo XIII, sino porque entraron por derecho en la vida de la Iglesia. Y de esta manera nacieron los agustinos, los carmelitas, los dominicos y los franciscanos. Tenían en común el hecho de que su regla primitiva imponía el voto de pobreza y la renuncia a toda propiedad no sólo para los individuos, sino también para los conventos, que se alimentaban únicamente de limosnas.

**También en el siglo XIII las órdenes contemplativas** más antiguas como los Ermitaños de San Agustín y las carmelitas se convirtieron en órdenes mendicantes.

**Los franciscanos y los dominicos**, con su rigor y su pobreza absoluta, dieron a la ortodoxia católica una contribución decisiva para combatir la predicación herética en igualdad de condiciones y reconducir el movimiento pauperístico a la Iglesia, también gracias al apoyo de los papas Inocencio III y Honorio III.

**Su contribución al desarrollo** del pensamiento teológico y filosófico en la Edad Media fue fundamental. La Alta Escolástica fue elaborada por las grandes mentes que provenían de estas mismas órdenes: san Alberto Magno y santo Tomás de Aquino eran dominicos, mientras que Buenaventura de Fidenza y Juan Duns Escoto eran franciscanos. Muy pronto los frailes de estas órdenes se dedicaron a la enseñanza y a la dirección espiritual: eran consejeros de los pobres y de los caminantes que pernoctaban en sus monasterios, pero también de reyes y príncipes.

**Sus fundadores tienen una extraordinaria** historia humana y espiritual a sus espaldas. Es notable el caso de Francisco de Asís, nacido como Giovanni di Pietro di

Bernardone (1181 - 1226), que tiene una de las historias de conversión más extraordinarias. De una vida de "niño de papá" algo mimado por su madre, gran amante de las fiestas y con un pasado de luchador, Francisco pasó, después de una enfermedad, a una vida completamente diferente y abrazó la pobreza absoluta, inspirando también a sus seguidores.

**Su relación con la comida era muy interesante.** Muchos están convencidos de que era vegetariano, lo que no es cierto en absoluto. De hecho, se puede leer en la "Regla no bulada" de la Orden Franciscana, compuesta alrededor de 1221 (es decir, la regla aprobada sólo oralmente por Inocencio III, que prescribía a cada fraile y a la Orden que vivieran el amor de Cristo y del prójimo en absoluta pobreza y gozosa libertad):

**"Y con confianza, que el uno manifieste al otro su necesidad,** para que el otro encuentre las cosas que le son necesarias y se las dé. Y que cada uno ame y alimente a su hermano, como su madre ama y alimenta a su hijo, en aquellas cosas en las que Dios le dará gracia. Y el que come, no desprecie al que no come, y el que no come, no juzgue al que come. Y cuando surja la necesidad, que a todos los hermanos, dondequiera que estén, se les permita usar todos los alimentos que los hombres puedan comer, tal como dice el Señor de David, que comió los panes de la ofrenda que no estaba permitido comer a nadie excepto a los sacerdotes".

**Es emblemático un episodio en el que los frailes se reunieron alrededor de Francisco,** con el hermano Morico preguntando si debían comer carne, ya que ese año la Navidad caía en viernes. Francisco le respondió: "Pecas, hermano, cuando llamas viernes al día en que el niño nació para nosotros. Quiero que las paredes coman carne en un día como este, y si esto no es posible, al menos que se les unte de carne por fuera"

**Obviamente, Francisco era frugal** y no le gustaba el desperdicio. La "Regla no bulada" sigue así:

**"Recordad que el Señor dice:** 'Guardaos de que no se hagan pesados vuestros corazones por el libertinaje, por la embriaguez y por las preocupaciones de la vida, y venga aquel Día de improviso sobre vosotros como un lazo; porque vendrá sobre todos los que habitan toda la faz de la tierra'. Asimismo, también en tiempos de manifiesta necesidad todos los hermanos deben proveer a sus cosas necesarias como el Señor les dé gracia, pues la necesidad no tiene ley".

**Viviendo de mendigar,** aceptaba lo que le daban, pero Francisco también tenía un plato favorito: el pastel de gambas. También le gustaba el lucio, un pez de agua dulce,

que comía siempre que se presentaba la ocasión. Comía hierbas, raíces, cereales, pero también pan y *focaccia*, sopas, queso, carne de cerdo y pescado de mar o de agua dulce. Y no le hacía asco a las delicias como las pastas de almendra, harina, mosto de uva y miel, que adoraba comer cuando tenía ocasión.

**La pobreza de Francisco tenía** un aura de alegría, que también inspira y estimula a nuestros contemporáneos.