

**Evento:** XXV Seminário de Iniciação Científica

**A HISTÓRIA E CULTURA DA ALIMENTAÇÃO: UM CONVITE AO BANQUETE MEDIEVAL<sup>1</sup>**  
**THE HISTORY AND CULTURE OF FOOD: AN INVITATION TO THE MEDIEVAL BANQUET**

**Elisa Regina Buratti Basso<sup>2</sup>, Luisa Glowacki Minetto<sup>3</sup>, Eilamaria Libardoni Vieira<sup>4</sup>, Brenda Franco Alves<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> Trabalho de pesquisa sobre a história da alimentação, da disciplina Introdução a Nutrição.

<sup>2</sup> ALUNA DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIJUI.

<sup>3</sup> ALUNA DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIJUI.

<sup>4</sup> Nutricionista, Mestre em Ciência dos Alimentos, Doutoranda em Desenvolvimento Regional, Professora do Curso de Nutrição da Unijuí.

<sup>5</sup> ALUNA DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIJUI.

A HISTÓRIA E CULTURA DA ALIMENTAÇÃO: UM CONVITE AO BANQUETE MEDIEVAL

PALAVRAS CHAVE: Alimentos medievais. História da alimentação. Cultura alimentar medieval.

KEY WORDS: Medieval foods. History of food. Medieval food culture.

INTRODUÇÃO

Para entender a alimentação na idade média, precisamos conceituar a hierarquia da época, a qual os romanos pretendiam, segundo FLANDRIN E MONTANARI, 1998, p. 278) “[...] uniformizar os usos e os costumes locais das regiões europeias e mediterrâneas que formavam o território de seu império, inclusive no campo da alimentação”. Os romanos cultivavam seus alimentos baseado nos legumes, frutos e cereais.

Para relatar os banquetes e possíveis alimentos servidos, é necessário passar pela observação de obras registradas na época, entre elas está a obra da refeição do Santo Graal e as ceias bíblicas. As carnes eram bastante apreciadas e apresentadas nos banquetes. Preparadas e servidas inteiras nos pratos, extrapolando a superfície do mesmo. Os legumes eram servidos crus na mesma mesa, os nabos da Alemanha, cebolas ou alho, pintadas aos olhos do pintor Gérard David. As frutas uma meia laranja e limão, as pequenas, como as cerejas eram acompanhadas nas carnes, vinhos e peixes, nos banquetes e piquenique. Maçãs e pêras também eram encontradas com combinações de carnes.

De caráter social, cultural e econômico a Idade Média se caracteriza como uma relevante época marcada por acontecimentos históricos que nos deixa de herança a partir desses referenciais bibliográficos, costumes enraizadores, um ritual de como alimenta-se, vinculada a preparação do alimento e todos os agentes formadores dessa cultura.

Baseando-se nesse contexto realizou uma pesquisa bibliográfica para caracterizar os costumes alimentares, ou seja, a história da alimentação no período medieval.

METODOLOGIA

A metodologia desse trabalho de pesquisa da disciplina de Introdução à Ciência da Nutrição da UNIJUI - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, campus Ijuí, foi de levantamento bibliográfico para obtenção de informações sobre a história da alimentação no período Medieval.

**Evento:** XXV Seminário de Iniciação Científica

As palavras chave: história da alimentação, alimentação medieval, cultura alimentar medieval, foi realizada uma busca em livros da biblioteca da Universidade e disponíveis na internet e em artigos e trabalhos científicos disponíveis na bases de dados Scielo na área de alimentação e nutrição e história. Um trabalho de pesquisa nessas origens e conhecimentos adquiridos em aula para expor uma importante fase da alimentação e tudo que a engloba.

A partir do levantamento bibliográfico foram também inseridas imagens para auxiliarem na construção da revisão sobre o tema da alimentação e cultura medieval. Ilustrações com base em pesquisas, expondo o mais próximo possível da realidade daquela época a partir da ambientação e ação da imagem. De caráter social, cultural e econômico se caracteriza uma relevante época marcada por acontecimentos históricos que nos deixa de herança todas essas informações bibliográficas e costumes enraizados.

#### RESULTADOS E DISCUSSÕES

##### UM CONVITE À HISTÓRIA DO BANQUETE MEDIEVAL

A idade média foi compreendida entre os séculos V até o e XV, seu início foi marcado pela queda do império romano e a vitória dos bárbaros. A época foi marcada pela a tríade óleo, pão e vinho, forte influência do cristianismo. A alimentação da idade média se introduz em um momento político, dividido entre cultura romana e cultura bárbara com costumes e alimentos opostos, como descrevem Flandrin e Montanari (1998, p. 269):

Os “verdadeiros” romanos são descritos aí como homens orgulhosamente ligados aos produtos da terra: cereais, legumes, leguminosas e frutas. Os bárbaros são os devoradores de carne que não dão qualquer valor aos alimentos vegetais.

Os frequentes banquetes da época significavam grandes celebrações com o propósito de manter relações de harmonia entre as pessoas. Segundo Althoff (1998), “A palavra-chave nesse caso é ‘compromisso’, porque comer e beber junto era uma forma de obrigar-se a satisfazer as condições que esse tipo de laço implica”. A alimentação além de ser algo necessário para manutenção da vida, é cultural. Define o que somos, de onde viemos e onde queremos chegar com nossos hábitos e costumes.

A clássica tríade do cristianismo óleo, pão e vinho também era originalmente produzida pelos romanos. Os bárbaros (povo “estrangeiro”) de origem germânica, obtinham hábitos do cultivo de legumes, cereais, a cevada para produção de cerveja e a carne resultado da caça para a produção de couro, leite e derivados. Na idade média houve uma grande diversidade de alimentos, sendo a época em que os camponeses tiveram uma alimentação mais equilibrada, com cereais e produtos animais sobre a mesa.

Atitudes a mesa como passar a ponta da faca nos dentes, limpar a faca na toalha, eram consideradas atitudes comuns. Apesar da ausência dos garfos e pratos a delicadeza ao servir-se é visível. Usa-se a ponta dos dedos para pegar os alimentos, sem sujar o resto da mão. Os criados deixam já cortados os alimentos para melhor dispor e mesa e ajoelham-se para oferecer aos convidados. Os talheres de madeira (Figura 1) são presentes para auxiliar no consumo de alimentos líquidos somente. Os rituais de boas maneiras foram adquiridos com o passar dos anos, com o surgimento dos talheres e diversos acessórios da cozinha e da mesa. Compreender o corpo como mídia de si mesmo, de seu tempo e da sua cultura, é compreender os modos como nós corpos nos relacionamos com os diversos artefatos e situações do ambiente, como eles nos transformam e como nós os transformamos (KATZ; GREINER, 2005).

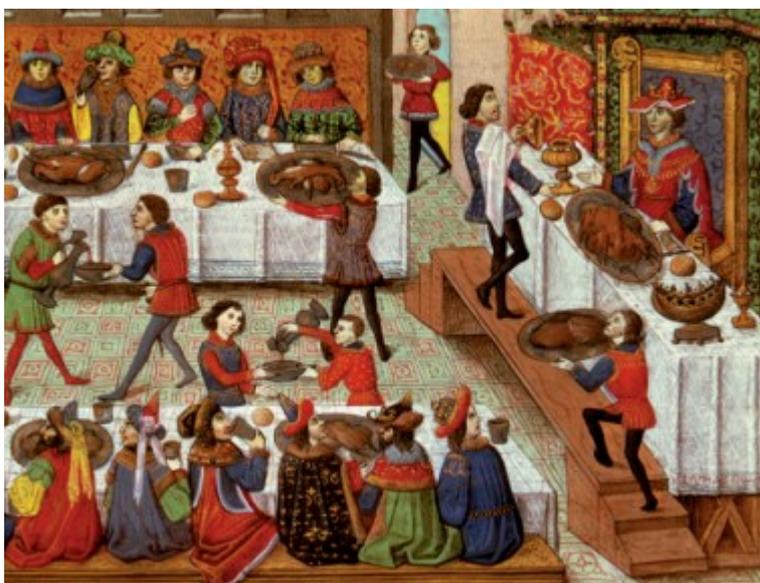
**Evento:** XXV Seminário de Iniciação Científica



Fonte: Google Imagens

#### ALIMENTOS E AVANÇOS DA MESA MEDIEVAL

Os cereais inferiores eram de difícil fermentação por possuírem pouco glúten, ao contrário do trigo. O pão era preparado por farinha de leguminosas. Contudo, como descreve (MONTANARI, 1998), pela raridade dos fornos o pão tinha semelhança de bolos ou fogaças e eram cozidos sob as cinzas ou placas de terra cota. Rapidamente endureciam, eram servidos como acompanhamento para o caldo ou a sopa (Figura2).



Fonte: Google Imagens

Principal carne consumida era a de porco, influenciada pela cultura germânica e celta. Na região mediterrânea eram criados carneiros pela adaptação da região, porém sua carne não rendia em quantidade, eram essencialmente criados para a produção de leite e lã. Os bois eram criados para

**Evento:** XXV Seminário de Iniciação Científica

o trabalho no campo e não tanto para o consumo, pois a carne era considerada prejudicial à saúde. Esses animais eram abatidos em uma idade entre três a cinco anos para conciliar o trabalho no campo e o consumo da carne. Os porcos eram considerados de carne vermelha pela aparência escura e avermelhada, que se assemelhava aos javalis. Criados em semiliberdade, viviam nos bosques e com a chegada do outono eram recolhidos e engordados. Segundo (ADAMSON, 2004), a cabeça do porco era frequentemente servida como um prato festivo, e as orelhas e os pés eram transformados em gelatinas.

A nobreza guerreira preparava a carne através do cozimento direto, como assar e grelhar. A carne era sinônimo de poder e força, pois para os senhores da idade média a caça era o modo de batalhar, se preparar para a guerra a adquirir força. A aveia, o centeio, a cevada, a espelta, o milhete e o sorgo, considerados cereais inferiores aos poucos foram substituindo o cultivo do trigo - tradição agrícola romana - por possuírem maior rentabilidade e de menor cuidado. A fava, o feijão, o grão de bico, o cizirão, e a ervilha era as leguminosas mais consumidas. Os cereais moídos ou em grãos, serviam para preparos de sopas e papas. Sempre presentes nas famílias medievais estavam os legumes verdes e frescos. Nas hortas plantavam-se o nabo, a cebola, couve, alho poró, hortaliças, ervas, raízes e plantas aromáticas fundamentais para a alimentação dos camponeses, pois destas não eram cobradas tributações. Por mais que fosse presente cultivo desses alimentos, o escasso rendimento do solo cultivado, nos anos piores, a colheita rendia por volta de 40% para o trigo e 38% para a cevada (CRIPPA, 2010).

Na alta idade média, o vinho consumido diariamente pela Europa cristã opõe-se a cerveja, símbolo da cultura germânica. Séculos mais tarde a cerveja era reconhecida como uma bebida de prestígio. As bebidas alcóolicas estavam diariamente a mesa medieval. O leite ao natural era raramente consumido, com exceção dos pobres, pois era visto como indício de selvageria. Além do queijo ser o principal derivado do leite, era a maneira mais comum de conservar o mesmo. A água é fundamental para a sobrevivência humana, no entanto, na Idade Média, a ingestão de água da maioria das pessoas veio de alimentos, não a própria água. A água era sinônimo de desconfiança por possuir germes e impurezas, sendo evitada pelas classes superiores, e mesmo as mais modestas optaram por sucos de frutas, cerveja ou vinho sempre que possível (ADAMSON, 2004).

Por muito tempo as frutas foram consumidas com muito cuidado, devido ao fato de que ofereciam perigos à saúde. Uma das crenças era o de não consumi-las a qualquer momento e sempre seguir a ordem prescrita pelos médicos. Na entrada das refeições, eram servidas as frutas leves. Já, após, as frutas secas eram consumidas como sobremesa. As especiarias desempenhavam um papel muito importante na história europeia, especialmente nos séculos XIV, XV, XVI. Elas serviam para conservar as carnes ou para disfarçar o seu gosto estragado. Os agentes de conservação das carnes e peixes eram essencialmente o sal, vinagre e óleo.

Ao longo dos tempos, a população rural diversifica-se, repercutindo nos hábitos alimentares. A alimentação dos camponeses abastados é mais abundante e variada do que a dos pobres. Produtos de qualidade, de fácil transporte e de conservação compõem as rendas in natura, sendo eles, o trigo, o vinho, o gado miúdo, as aves, os presuntos, os queijos e o peixe salgado. Alimentos estes, que para os pequenos proprietários são considerados quase alimentos de luxo.

A alimentação era baseada em cevada, sendo o cereal mais acessível aos pequenos proprietários; o vinho, com valor nutritivo considerável, de caráter anti séptico e de efeitos euforizantes; a carne, que fornece a proteína das refeições; o queijo, utilizado principalmente nas regiões montanhosas

**Evento:** XXV Seminário de Iniciação Científica

para substituir ou complementar a carne; os legumes, como couve, cebola, alho, alho-poró, nabo, espinafre e abóbora; e as especiarias, como aspargos, agrião, cogumelos, tomilho, manjerona, basílico, louro, funcho e sálvia. Havia pouca apreciação de azeites de oliva, embora o utilizassem em dias de penitência, no lugar da gordura, e das frutas secas. Nas refeições públicas era obrigatório seguirem as prescrições alimentares que vem do clero. Os pratos eram compostos basicamente pelos mesmos alimentos, variando apenas em função das estações.

Na metade da idade média, as classes começam a se diferenciarem, os camponeses tornam-se consumidores de cereais e legumes secos ou verdes, enquanto os de melhores condições conseguiam obter uma maior variedade de alimentos. Para o campo, os alimentos eram preparados em suas próprias casas e para os urbanizados, surgem as primeiras casas de refeições.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa sobre o período Medieval, incluindo os hábitos alimentares, a vida e a cultura das pessoas daquela era histórica, reproduziu uma reflexão sobre a alimentação e tudo o que a engloba, a visão geral da sua história, levando em consideração quem viveu e como viveu.

Os alimentos, principais protagonistas deste artigo, são questionamentos sobre a época. Levam a compreender que a alimentação além de necessidade fisiológica, é um portador de ideologias e fator determinante para nossa trajetória como sociedade. Tudo que resulta na idade contemporânea é herança de tempos onde se viveu crises de subsistência, de classes dominantes, formas adaptativas de viver em sociedade. Os alimentos sofreram da mesma forma.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

FLANDRIN, J. J. & MONTANARI, M. **História da Alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

KATZ, Helena; GREINER, Christine. **Por uma teoria do corpomídia**. In: GREINER, Christine. O corpo: pistas para estudos indisciplinados. São Paulo: Annablume, 2005.

MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2008.

SALES, Sofia. **O Culto do Pão**. 2010. 84 f. Dissertação (Mestrado em Animação Artística) - Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, 2010.

CRIPPA, Giulia. **Representações iconográficas e literárias da produção de alimentos: espaços, atores e ideologias entre Antiguidade e Idade Média**. Revista de Nutrição, São Paulo, Rev. Nutr. vol.23 no.1 Campinas Jan./Feb. 2010, jul. 2003. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141552732010000100016&lang=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141552732010000100016&lang=pt)>. Acesso em: 22 junho 2017.