

Iconografia de alimentos e da mesa em Portugal na Idade Média

Luís Correia de Sousa
(Instituto de Estudos Medievais / FCSH-NOVA, Portugal)

A temática da alimentação continua a ser um domínio de investigação que revela grande dinamismo por parte da comunidade científica. Trata-se, de facto, de um vasto campo de estudo que tem convocado distintas áreas científicas, sendo, certamente, a grande abrangência de abordagens que confere ao assunto tantos motivos de interesse e tem incrementado uma assinalável dinâmica de investigação, sobretudo a partir da década de 1960 (Buescu 2010, 19). Neste território, o meio académico português tem dado um contributo considerável para o avanço dos estudos, sendo muito considerável o trabalho desenvolvido por um grupo alargado de investigadores e, conseqüentemente, vasta a bibliografia sobre a temática.¹

Sobre os alimentos, são muito abundantes as referências que encontramos na documentação medieval portuguesa, período que nos propusemos abordar neste trabalho. Os registos da cronística, por exemplo, são ricos em descrições de banquetes e eventos que convocavam a realização de refeições, mas também um vastíssimo *corpus* documental de natureza administrativa (Ordenações Gerais do reino; documentos de Chancelaria, Livros de Provimto; Cartas de aforamento; Posturas municipais, entre muitos outros) nos fornece dados relevantes sobre o comércio alimentar, o abastecimento das povoações, o funcionamento dos mercados, etc., permitindo conhecer a variedade de alimentos disponíveis e consumidos pelas diferentes comunidades.² Estes foram já bastas vezes referidos e identificados, pelo que será difícil acrescentar algo de novo sobre o assunto. Todavia, as fontes iconográficas relativas à alimentação e aos próprios alimentos são bastante mais escassas, daí que falar da iconografia dos alimentos e da mesa, para este período, seja uma empresa que se apresenta com algumas complexidades. Apesar da escassez de fontes visuais, cuja temática se centre, propriamente, na alimentação, a possibilidade de cruzamento de informações entre fontes escritas e iconográficas poderá, em nosso entender, oferecer, de algum modo, um olhar mais esclarecido sobre alguns aspectos da problemática da alimentação, nomeadamente algumas disposições e regras sobre os momentos de reunião em torno da mesa ou do acto alimentício, quer este seja apenas para satisfazer uma das necessidades básicas e vitais da nossa natureza humana quer se trate de ocasiões mais especiais, assumindo novas e mais elevadas dimensões. Permitirá também identificar e confirmar o uso de uma variedade considerável de alimentos, como se apresentam na mesa, elementos que surgem, muitas vezes, como secundários em temas visuais mais complexos, e outras informações que as fontes escritas por vezes não esclarecem. É possível ainda identificar alguns objectos e procedimentos ligados à produção alimentar, à preparação dos alimentos e serviço à mesa, elementos que poderão constituir um valioso contributo para melhor se conhecer a dinâmica em torno do acto alimentar neste período, a dimensão cultural e diferenciação social.

Apesar da abrangência que o título deste estudo sugere, é necessária prudência para não se generalizar a informação ou possíveis conclusões pois não se pode falar de uma única “mesa” medieval, quer no que diz respeito à variedade e qualidade dos alimentos quer nas formas de preparação e apresentação dos mesmos, tal como seria

¹ Veja-se o conjunto de trabalhos elencados, já em 2010, por Buescu (2010, 21, nota 8).

² Sobre o abastecimento de alimentos como o pão e a carne à cidade de Lisboa, consulte-se os recentes estudos de Gonçalves (2019).

pretensioso, no âmbito limitado de um estudo como este, abarcar o largo período que constitui a Idade Média, mesmo tratando-se apenas do espaço português. Por um lado, seria bem distinta uma refeição em meio aristocrata, por exemplo um banquete régio, comparativamente a uma refeição de pessoas de classes sociais mais modestas, ou a refeição diária no seio de uma comunidade monástica, sujeita a rigorosas regras; o que se comia, e até o modo como os alimentos se apresentavam, variava também de acordo com a época do ano, a região e outras condicionantes. Falar de banquetes, que assumiam uma natureza eminentemente política ou diplomática e pretendiam ser momentos de clara exaltação ou demonstração de poder e afirmação do estatuto social do anfitrião, será diferente de abordar um momento de simples convivialidade ou uma refeição quotidiana, mesmo que em ambiente aristocrata. Naqueles, desenvolve-se todo um ritual em torno do serviço à mesa, segundo códigos sociais bem explícitos e com significados e propósitos que vão muito além da dimensão alimentar, havendo também implicações na variedade, qualidade e quantidade de alimentos que serão servidos. A mesa do rei ou da alta nobreza exigia uma preparação muito cuidada, uma verdadeira encenação, que deveria resultar num acontecimento de assinalável aparato. O acto não tinha qualquer paralelo se tivermos em conta o momento de refeição de uma família de camponeses, por exemplo, mesmo em dia diferenciado, cuja ementa poderia ser um pouco melhorada. Poderia não existir sequer a dita mesa, enquanto peça de mobiliário, pelo que, apenas por este facto, a refeição toma um significado bem diferente. Há, pois, uma grande diversidade de dietas alimentares, de “mesas”, onde não só os alimentos eram muito diferentes, em qualidade, diversidade e quantidade, como, sobretudo, o aparato do serviço que se desenrolava em torno da preparação e apresentação dos alimentos, o significado do acto e o contexto em que se realiza.

Embora nos centremos num período que compreende o final da Idade Média e os alvares do Renascimento em Portugal, as últimas décadas do século XV e primeiras da centúria seguinte, no que diz respeito à alimentação, os estudos realizados, conforme sublinha Braga (2007, 12), permitem afirmar que se mantinham essencialmente os mesmos hábitos de consumo e variedade de alimentos dos séculos anteriores, sobressaindo a trilogia pão, carne e vinho. Há a destacar, no entanto, o uso mais generalizado de alguns produtos como as especiarias e o açúcar, entre as classes mais favorecidas, e de notar, sobretudo, alterações significativas no que diz respeito ao cerimonial da mesa, naturalmente nos meios aristocratas.

Neste trabalho recorreremos a fontes visuais e referências bastante variadas, provenientes de pinturas coevas, maioritariamente obras de temática religiosa, ou iluminuras, existentes em colecções portuguesas ou produzidas em Portugal. Atendendo, como referido, à grande diversidade de contextos e à relativa escassez de imagens que testemunhem o acto alimentar, decidimos organizar o estudo abordando os principais géneros alimentares que constituíam a base da dieta das populações, procurando, sempre que os dados o permitam, clarificar as diferenças no acesso aos alimentos, de acordo com o estatuto social, contexto geográfico ou outros factores que geravam diferenciação alimentar. Em termos iconográficos, para o período em que nos centramos, sobressaem, como veremos, os trabalhos de António de Holanda (c. 1480-1557), notável iluminador, activo em Portugal nos reinados de D. Manuel I (r. 1495-1521) e D. João III (r. 1521-1557), que terá feito a sua aprendizagem na oficina de Alexandre Bening (?-1519) em Bruges. Em várias das suas obras, Holanda deixou-nos registos muito cuidados de tarefas do quotidiano, representações de trabalhos agrícolas, cenas de caça, animais e plantas, imagens ricas de colorido e realismo. Merece especial atenção o designado Livro de Horas de D. Manuel I onde, no calendário, e como é comum nesta tipologia de livros, surge um conjunto de representações que evocam

algumas das principais tarefas que se desenvolvem ao longo do ano, com particular ênfase para os trabalhos agrícolas e, conseqüentemente, ligados à produção de alimentos.

A alimentação, como se pode prever, variava muito de região para região, de acordo com os principais produtos produzidos localmente, por motivos de sazonalidade, devido ao ciclo agrícola, aos contextos sociais, ao poder de compra das famílias, sendo ainda de considerar as limitações e imposições de ordem religiosa. Como se sabe, e como um dos exemplos de restrição alimentar, períodos temporais alargados como a Quaresma ou o Advento, tinham limitações no que diz respeito ao consumo de carne, assim como todas as sextas-feiras do ano, aplicadas a todas as classes sociais. Em ambiente monástico, as regras eram ainda mais rígidas e, em regra, a dieta primava pela frugalidade. Neste quadro, sempre que possível, tentaremos acrescentar algum dado que nos permita clarificar as dissemelhanças relativamente aos contextos sociais na sua relação com os alimentos.

O pão

O pão, como já foi sobejamente mencionado em variadíssimos estudos sobre a alimentação, era a base da alimentação medieval.³ Indispensável na mesa de todas as classes sociais, a produção e disponibilidade de cereais era uma das preocupações maiores das populações. Culturas como a do trigo ou da cevada eram já referidas nos territórios da Lusitânia no tempos do domínio romano da Península, tendo o trigo assumido a primazia, no que diz respeito a cereal destinado à panificação (Marques 2017, 248). No Portugal medieval, devido às características pouco favoráveis de grande parte dos solos disponíveis para o cultivo dos cereais, a produção era deficitária, sendo grande parte do abastecimento obtido por via da importação (Gonçalves 2019, 53).⁴ Todavia, a cultura cerealífera, abrangendo as mais variedades de espécies, fazia-se em quase todo o território para abastecimento das populações locais, como recurso para aumentar os rendimentos de pequenos produtores e, nas zonas de maior produção, com objectivos puramente comerciais, destinada ao abastecendo os principais centros urbanos. Os cereais eram um bem valioso e serviam inclusive como forma de pagamento do foro e rendas, tanto a instituições religiosas (Coelho 1984a, 379), mosteiros, cabidos catedralícios, igrejas colegiadas, como ao rei e outras figuras da nobreza, detentoras das terras. Segundo estudo de Gonçalves (2017, 106), em meados do século XV, 46,4 % das receitas da abadia de Alcobaça provinham, precisamente, dos pagamentos em cereais, maioritariamente trigo, relativos às terras coutadas pertencentes ao mosteiro. Pagamento este que se iniciava logo após a época das debulhas, geralmente no mês de Julho, sendo a data mais frequente para pagamento do foro, dízimos, para a Igreja, e outras contribuições, o dia de Santa Maria de Agosto (15 de Agosto). A quantidade a entregar variava bastante, de acordo com diferentes factores. Oliveira Marques aponta valores que iam de 1/3 até 1/10 da produção (Marques 1978, 102).

Em termos iconográficos, a cultura dos cereais surge, amiúde, representada nos calendários de diversos tipos de manuscritos, com particular destaque para os Livros de Horas, de que é excelente exemplo um que foi iluminado por António de Holanda para, pensa-se, o rei D. Manuel I. Aqui podemos observar dois momentos distintos da fase da colheita dos cereais: a ceifa nos campos [Fig. 1] e os trabalhos de debulha nas eiras [Fig. 2], o culminar do ciclo anual dos cereais, o aguardado momento de recolha dos frutos da terra e trabalho do homem.

³ Em contexto hispânico, talvez o estudo mais recente e completo sobre os cereais e o pão seja o trabalho de Riera y Melis (2017).

⁴ Sobre o comércio externo de cereais consulte-se o estudo de Marques (1978, 149-173).



Fig. 1. A ceifa. Pormenor de iluminura do *Livro de Horas dito de D. Manuel*, séc. XVI (c. 1517-1551). António de Holanda (atribuído). Lisboa, Museu Nacional de Arte Antiga, Inv. 14, f. 13.



Fig. 2. Trabalhos da eira. Pormenor de iluminura do *Livro de Horas dito de D. Manuel*, séc. XVI (c. 1517-1551). António de Holanda (atribuído). Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 16.

Após meses de espera, desde finais do Outono, quando se procedia ao lavrar dos campos e à sementeira da terra, chegado o Verão, os trabalhadores procediam à ceifa nos campos e transporte dos feixes de plantas para as eiras, onde eram dispostos de forma organizada para a debulha. O processo inicial poderia ser manual, com manguais, também designados malhos ou malhadeiros,⁵ ou com a ajuda de animais.⁶ Após esta primeira fase passava-se à alimpa, a separação dos grãos de todas as impurezas, sendo usadas variadas ferramentas, como pás, forquilhas, ancinhos, crivos e outras. Obtido o cereal na eira, e após a deduzida a parte para pagamento do foro ao rei ou senhor detentor das terras, aquele era guardado nos celeiros, nas casas mais abastadas, ou numa arca de madeira, em contextos mais humildes, sendo o seu consumo gerido com equilíbrio para a produção do pão durante todo o ano. Quando necessário era levada a quantidade certa ao moinho, à azenha ou à atafona, para ser transformado em farinha. Em algumas regiões existiam ainda pequenos moinhos de mão, quase exclusivamente para moer milho.⁷ Estes equipamentos eram abundantes no território, quer os que usavam a força da água quer do vento para moverem as mós de pedra, e também as atafonas, que eram engenhos para moer o grão, nomeadamente em meios urbanos, de forma manual ou com recurso a animais. Em meados do século XVI, existiam cerca de 800 atafonas só na cidade de Lisboa, o que dá uma ideia esclarecedora da dimensão desta actividade na economia da urbe (Marques 1978, 191).

Muitas famílias, mesmo em meio urbano, preparavam o seu próprio pão e tinham o seu próprio forno para o cozer; em alternativa poderia ser adquirido às padeiras que diariamente coziavam novas fornadas. Aquele poderia ter vários tamanhos e

⁵ Veja-se o Missal do Lorvão, ANTT, MSML-B-43, f. 4.

Link: <https://digitarq.arquivos.pt/viewer?id=4381090> [consulta: 28/07/2021].

⁶ Trabalhos também representados pelo mesmo iluminador no referido *Livro de Horas dito de D. Manuel*, Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 14v.

⁷ Sobre as diferenças, partes constituinte e funcionamento destes equipamentos consulte-se Leite de Vasconcelos (2007, VI, 8-51).

preços e ser produzido com diferentes farinhas (trigo, cevada, centeio e milho), sendo o mais apreciado o de trigo, o “pão alvo”, de melhor qualidade, consumido essencialmente nas casas abastadas. Havia ainda um outro tipo de pão de qualidade, um pão fino, designado de regueifa, amassado com leite, mas não estaria ao alcance da maioria das pessoas, usado, inclusive, para pagamento de foro (Gonçalves 2017, 153). Para a grande maioria dos lares, o pão seria de qualidade inferior, preparado com farinhas menos apuradas, ou de cereais menos nobres, como o centeio ou o milho, com que se preparava a broa, já referida em meados do século XIII (Arnaut 1967, XXIV). Com frequência, era feito com uma mistura de várias farinhas em proporções várias: meado, terçado ou quartado.⁸ Em períodos de maior escassez de cereais ou momentos de crise recorria-se, inclusive, a farinha de bolota e até bagaço de azeitona (Marques 1978, 227). Preparado em casa, se não havia forno próprio era levado a cozer a um forno externo; grande parte destes eram monopólio régio, mas também havia outros, pertença de grandes senhores, mosteiros ou colegiadas que, por vezes, os entregavam a terceiros, a título de aforamento, havendo também os fornos concelhios, disponíveis para as populações. O uso do forno colectivo tinha então um custo, geralmente pago em géneros, a dita poia, um pão de maior tamanho que os demais com que se pagava o trabalho da forneira.⁹ A avaliar pela informação escrita, o tamanho dos pães pode constituir um sinal de distinção social; entre os camponeses o hábito seria a cozedura de pães grandes que, amiúde, eram os exigidos pelos detentores das terras aquando do pagamento de foro. Há vários exemplos que apontam para esta realidade, como um registo referente ao mosteiro do Lorvão que exigia a dois moleiros um pagamento anual de quatro pães alvos, bons e grandes como aqueles que faziam em suas casas para comer.¹⁰ Provavelmente nos meios mais favorecidos os pães, além de melhor qualidade, seriam mais pequenos.

Os pães que se observam em fontes iconográficas são, na grande maioria dos casos, em formato redondo, de dimensões pequenas e cor clara; poderá tratar-se de um pão pequeno conhecido como molete,¹¹ normalmente feito com farinha de trigo, pão alvo, como se observa numa *Última Ceia* de Gregório Lopes (c. 1490-1550), pintor régio de D. Manuel I e de João III, que registou, com assinalável rigor, em muitos dos seus painéis, variados objectos do quotidiano do seu tempo [Fig. 3]. Neste painel, apesar da nobreza dos convivas, a mesa é simples, em termos de variedade e quantidade de alimentos; como observámos noutros exemplos, a mesa de Cristo é sempre muito frugal. Trata-se, naturalmente, da representação de um episódio bíblico e não de um banquete régio. O pão, pelo seu simbolismo, assume nesta pintura natural destaque, sendo colocado em primeiro plano sobre a mesa, um deles na mão de Cristo, que procede à sua bênção. São pães de dimensão modesta, como referimos, que se apresentam inteiros, para consumo individual, presumivelmente, e certamente feitos de farinha de trigo de qualidade, pela sua coloração. Junto aos pães encontra-se o cálice do vinho, alfaia litúrgica que remete para a eucaristia e não para o objecto usado para consumo de vinho numa refeição normal.

⁸ Conforme se misturassem duas farinhas diferentes, trigo e milho; três, trigo milho e centeio, ou quatro, trigo, milho, centeio e cevada, de acordo com o estudo de Marques (1978, 227).

⁹ Sobre todo o processo de fabrico do pão, desde a eira ao forno, consulte-se um dos recentes trabalhos de Gonçalves (2017, 101-163), onde se descreve com minúcia todas as fases.

¹⁰ O registo é de Maio de 1442 e encontra-se em ANTT – Lorvão, gav. 3, m. 5, n. 7, sendo citado por Coelho (1984, 92-93).

¹¹ Em alguns estudos é referido um tipo de pão pequeno designado por monda que no *Elucidário* de Viterbo (1865, 103) vem referido como um pão pequeno, de cevada ou milho, qualquer que fosse a peneira, por isso mais rústico, que habitualmente se dava aos pobres às portas dos mosteiros.



Fig. 3. Gregório Lopes. *Última Ceia*, c. 1530-41.

Óleo sobre madeira de carvalho, 170x125 cm. Tomar, Igreja de S. João Baptista.

Na mesa, o pão surge a maioria das vezes inteiro, como no exemplo anterior, mas também o encontramos fatiado, como se observa numa obra de autor desconhecido do século XV, *Ceia a caminho de Emaús* (Lc 24, 13-31)¹² [Fig. 4]. Mais uma vez a mesa é simples, apenas tem pão, o único alimento referido no texto bíblico, mas pão alvo, o de melhor qualidade. Trata-se de um símbolo eucarístico, mas também sinal de hospitalidade. Diante de cada comensal consta o talhador, por vezes também designado por trincho, sobre o qual se colocava a comida já pronta a comer; neste caso apenas tem o pão. No limite da mesa, à direita, observa-se uma faca, utensílio comumente representado em pinturas deste tema nesta época. Cristo segura na mão esquerda um pão já cortado em fatias, pronto a distribuir.

¹² O painel integrava um retábulo do mosteiro de Santa Clara em Coimbra.



Fig. 4. *Refeição a caminho de Emaús.* Autor desconhecido do séc. XV (escola de Coimbra). Óleo sobre madeira, 185,5x85,5 cm. Lisboa, MNAA, inv. 303 Pint.

Também já fatiado, podemos assinalar a presença de pão numa outra obra de pintura, igualmente uma *Última Ceia*, de Francisco Henriques (Flandres ?-1518),¹³ pintor flamengo que se instalou em Portugal no início da centúria de 1500. O painel fazia parte do conjunto retabular da igreja de São Francisco em Évora, produzido por ordem do rei D. Manuel I na primeira década de 1500. Neste caso o pão encontra-se distribuído em diversos lugares da mesa; alguns pães estão ainda inteiros e outros já fatiados; não tem agora o destaque que observamos na obra anterior pois Cristo, no momento, segura já a taça com o vinho. A imagem mostra-nos uma mesa relativamente

¹³ Francisco Henriques, *Última ceia* (1508-1511), óleo s/ madeira, 121,5x89,5 cm, Lisboa MNAA, inv.º 94 Pint.

rica, como o comprova a abundância de pão e a peça de carne que se encontra num grande prato, ao centro. Sobre a mesa, coberta de toalha branca, pode identificar-se o cordeiro, de acordo com a tradição judaica, e vários pães, como referido, estes de maiores dimensões do que aqueles que observámos em imagens anteriores, decerto pão alvo, de trigo, como se pode confirmar pelas fatias cortadas. Há várias facas disponíveis e dois saleiros; o vinho é servido em copos de vidro, como se pode comprovar no que se encontra sobre a mesa, à direita de Cristo. O pintor teve o cuidado de fazer condizer a qualidade da mesa com a nobreza do espaço em que ocorre e o estatuto dos comensais. O chão é revestido de ricos ladrilhos; ao centro, fazendo realçar a figura de Cristo, consta um pano de armar.

A carne

Se o pão era a base do sustento, a carne era o alimento mais desejado, embora não acessível da mesma forma a todos os grupos sociais.¹⁴ Nas classes mais elevadas registava-se uma clara preferência pela alimentação cárnea, acrescida quase sempre de pão e de vinho. O consumo de carne, sobretudo no que diz respeito à quantidade e variedade, era um claro indicador do estatuto social, era a comida dos poderosos, das classes dirigentes e servida regularmente às suas mesas, apenas substituída pelo peixe nos dias de interdição indicados pela Igreja. Para a maioria da população, contudo, sobretudo nos meios rurais, o consumo de carne era reduzido, muito menos frequente e variado, no que diz respeito às espécies disponíveis. Para as classes mais desfavorecidas a criação de animais destinava-se a granjear formas de pagamento do tributo ou foro, em géneros, portanto, ao rei, aos senhores feudais ou às instituições religiosas, e por isso destinada sobretudo a este fim e não ao consumo. A título de exemplo, refira-se que no livro de receitas e despesas de Santa Cruz de Coimbra, respeitante aos anos de 1534-1535, as rendas provenientes da Beira, pagas em aves e porcos, satisfaziam o abastecimento do mosteiro (Coelho 1984a, 379). A criação de animais destinava-se ainda à obtenção de outros produtos, como a lã e o leite, para o caso dos ovinos e caprinos [Fig. 5], por forma a conseguir-se algum acréscimo de rendimento em dinheiro; os de maior porte, como os bovinos, destinavam-se ao trabalho nos campos e transporte.



Fig. 5. Pastoreio e tosquia de ovinos. Livro de Horas dito de D. Manuel, séc. XVI (c. 1517-1551). António de Holanda (atribuído); Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 8.

¹⁴ Sobre este alimento, consulte-se o trabalho de Banegas López (2017). Embora se centre no contexto da cidade de Barcelona, apresenta dados e reflexões que são igualmente válidos para outras regiões europeias.

As classes mais favorecidas beneficiavam do pagamento de rendas e foro em espécie, daí que grande parte dos animais criados pelos camponeses se destinassem à mesa dos senhores feudais, por vezes em grande abundância. As referências à carne abundam na documentação medieval. As informações apontam para que a grande disponibilidade de carnes se concentrava nos meios urbanos, onde também estava instalada a maioria da população mais abastada e com elevado poder de compra. A fixação de preços e de taxas municipais em Coimbra, ainda no século XII, confirma que vários tipos de carnes estavam disponíveis para comercialização (Coelho 1984, 93). As mais consumidas eram as aves, sobretudo as galinhas, a carne de bovino e as reses de rebanho, particularmente os ovinos, a variedade preferencial [Fig. 6]. Bem elucidativos são os dados compilados por Iria Gonçalves (2017, 211) sobre esta questão, registando que na grande abadia de Alcobaça, durante os anos de 1437 a 1440, 83,4% da carne consumida foi de ovino. As religiosas de Santa Clara de Santarém e os frades da Ordem de Cristo, em Tomar, tinham também clara preferência pela carne de carneiro (Santos 2002, 35). Embora em meio monástico o consumo de carne fosse moderado e, em alguns casos, bastante restrito, os números acima mencionados indicam que este alimento não estava, na grande maioria das casas religiosas, ausente. Em situações de doença, no mosteiro de Santa Cruz de Coimbra, por exemplo, estava previsto um acréscimo de consumo de carne por parte do enfermo (Coelho 1984, 99).



Fig. 6. Esfolamento de um carneiro. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído); Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 54.

Além do gado bovino e ovino, os suínos e os caprinos forneciam também os mercados e as casas senhoriais.¹⁵ Mas as aves estavam no topo das preferências da cozinha medieval mais prestigiada. Galinhas, faisões, perdizes, patos, frangos ou pavões eram presença habitual nos banquetes da aristocracia. No registo da ucharia de D. João III, no mês de Novembro de 1524, no paço real de Évora, entre outras variedades de

¹⁵ Importa, no entanto, ter em conta de que estas realidades certamente não foram uma constante ao longo de toda a Idade Média e nos distintos contextos sociais. Na corte de D. João III, por exemplo, pelo menos em determinado período, Novembro de 1524, segundo os registos da ucharia real, a carne mais consumida foi a de vaca (Santos 2002, 32-33).

carne, consumiram-se cerca de 500 galinhas (Santos 2002, 39). No *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal*¹⁶ este tipo de carne surge em lugar de destaque, em cerca de 30% nas receitas ali registadas (Santos 1997, 44).



Fig. 7. Criação de animais em contexto doméstico. *Livro de Horas dito de D. Manuel*, séc. XVI (c. 1517-1551). António de Holanda (atribuído); Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 6v.

Encontrámos várias fontes iconográficas que atestam a presença e criação de várias destas espécies em contexto doméstico [Fig. 7]. Em cenas de banquetes surgem amiúde representadas em luzentes travessas e pratos a serem encaminhadas para as mesas da aristocracia. No painel de Gregório Lopes da igreja de S. João Baptista de Tomar, já referido a propósito da presença do pão [Fig. 3], temos também a presença da carne, provavelmente um cabrito, se atendermos ao tamanho, pois é representado inteiro para melhor identificação, colocado num grande prato de estanho. Certamente que a representação procura remeter para uma passagem do Antigo Testamento: “O animal do rebanho para vós será sem defeito, um macho, filho de um ano, e tomá-lo-eis de entre os cordeiros ou de entre os cabritos.” (Ex 12, 5).

As peças de carne poderiam vir para a mesa inteiras, como as aves, sobretudo em banquetes de maior aparato, de forma a causar maior espanto aos convivas, mas poderiam vir também já trinchadas e prontas a distribuir por cada comensal. Neste caso, como se disse, para uma identificação imediata da espécie servida, o animal foi servido inteiro, certamente mostrando um exemplo de assado, no espeto ou no forno. Na *Última Ceia* pintada por Francisco Henriques (onde referimos a presença do pão alvo) temos, ao centro, um cordeiro já trinchado, colocado num largo prato de estanho, onde se encontra metade de um limão, fruto muitas vezes associado à carne (Flandrin e Montanari 2001, 136). Naturalmente que a obra remete para a ceia pascal e toda a sua simbologia, onde Cristo, o *Agnus Dei*, se oferece em sacrifício. Apenas Lucas refere no seu evangelho a tradição de sacrificar o cordeiro para a ceia pascal (22, 7) mas o pintor confere à representação do anho uma imagem realista de uma peça de carne servida a uma mesa abastada. Pão alvo, carne e vinho em abundância, são indicadores de uma mesa rica. Pela dimensão da peça de carne trata-se de um animal jovem, da melhor qualidade. A chamada refeição “gorda” era à base de carne; na mesa do rei mas também da nobreza abastada, poderiam contar-se vários pratos de carne na mesma refeição; poderia ser várias espécies de animais ou, sendo da mesma, pratos cozinhados de diferentes maneiras. Curiosamente, numa *Última Ceia* do retábulo da capela-mor da Sé de Viseu, de Grão Vasco (c. 1475-1542) e Francisco Henriques, são representadas duas espécies animais na grande bandeja que se encontra na mesa eucarística: uma ave, e parte de, provavelmente, um cordeiro.¹⁷

As aves de capoeira, capões, galinhas, frangos, gansos, patos e outras espécies, eram criadas em instalações rústicas, as capoeiras, ou livremente, em volta das habitações, aproveitando a disponibilidade de alimentos como ervas, sementes e

¹⁶ Nápoles, Biblioteca Nacional, ms. I-E-33; trata-se de um livro com receitas várias, datado do séc. XVI.

¹⁷ Grão Vasco e Francisco Henriques, *Última Ceia* (c. 1501-1606); óleo sobre madeira de carvalho, 131x81 cm; Viseu, Museu Grão Vasco, inv.º nº 2149.

desperdícios domésticos para se alimentarem. Forneciam a sua carne, mas também os ovos, no caso das galinhas, sobretudo, que poderiam ser vendidos ou usados como forma de pagamento de foro ou rendas (Gonçalves 2017, 194). Facilmente se conseguia reunir umas dúzias de ovos ou um ou outro animal com que se poderia obter algum dinheiro extra [Fig. 8].



Fig. 8. Transporte de ovos e galinhas para o mercado ou pagamento de foro. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído); Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 44.

Mas havia já o coelho doméstico, a partir de finais do século XV, ou os cabritos, sendo que a carne mais apreciada, considerada mais saborosa, era de carneiro, quando animal jovem, o cordeiro, portanto. O porco tinha um lugar de destaque na alimentação medieval;¹⁸ nos campos os animais cresciam e engordavam alimentando-se de vegetais e bolotas; nas cidades poderiam ser criados nos quintais das casas, alimentados pelos desperdícios alimentares, mas frequentemente vagueavam livremente pelas ruas, comendo do que encontravam, pelo menos até 1513, quando D. Manuel I proibiu esse direito de criar porcos nas ruas das cidades, certamente por razões de higiene e saúde pública, impondo uma multa de 500 réis por cabeça aos donos dos suínos que fossem encontrados na rua (Pereira 1900, 11, nota 2). Era o único animal que era criado tendo como único motivo a produção de carne. Todas as suas partes eram aproveitadas, de diferentes maneiras, e era a carne que melhor se adaptava para os processos de conservação da época, permitindo o seu consumo ao longo de todo o ano. Nos meios rurais, os camponeses procuravam ter os seus animais para, pelo menos uma vez no ano, obterem alguma carne para consumo próprio (Gonçalves 2017, 189-190). De entre as várias representações que encontramos, propomos novamente uma iluminura do Livro de Horas de D. Manuel I, que representa uma vara de porcos a alimentar-se de bolotas de sobreiro num montado [Fig. 9]. Era esta uma forma fácil e pouco dispendiosa de criar os animais pois vagueavam livremente, alimentando-se de vegetais e bolotas. Por vezes, como se observa na imagem, para reforçar a quantidade de alimento disponível, procurando apressar a engorda, dava-se uma ajuda fazendo tombar os frutos para o chão para que aqueles os pudessem comer em maior quantidade. O tema da matança do porco é recorrente nos calendários dos Livros de Horas, geralmente associado ao mês de

¹⁸ O consumo de carne de porco, em fresco ou salgada, era uma herança alimentar que provinha, pelo menos, do tempo dos romanos.

Dezembro, como se regista também neste manuscrito (f. 22v). Optámos no entanto por propor a iconografia associada ao mês de Novembro pois o iluminador localiza a cena num montado mediterrânico, certamente da região sul de Portugal, onde predominam os sobreiros e onde vagueavam livremente varas de porcos. Sabe-se que uma vasta zona de terras a sul do rio Tejo, onde rareavam as povoações, era coutada de porcos monteses, havendo outro couto abaixo de Évora, entre esta cidade, Monsaraz, Redondo e Portel (Marques 1978, 77). Na iluminura podemos confirmar a fisionomia dos animais, semi-selvagens, mais próximos dos javalis que dos porcos domésticos que conhecemos, certamente o resultado de cruzamentos, uma vez que uns e outros partilhavam coutos e bosques de carvalhais e montados de sobreiros, como registado em alguns estudos (Flandrin & Montanari 2008, 253).



Fig. 9. Alimentação de porcos num montado. Livro de Horas dito de D. Manuel I, séc. XVI (c. 1517-1551). António de Holanda (atribuído); Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 20v.

A chamada “matança do porto”, geralmente efectuada nos meses de Inverno, era um momento importante para a economia doméstica. A quantidade de carne era substancial e poderia preservar-se durante largos meses, salgada e fumada. Faziam-se também enchidos, outra forma de conservar a carne por mais tempo. Em termos de fontes visuais, como referido, o tema é recorrente no calendário dos Livros de Horas. Aparte deste contexto, encontramos uma interessante representação, da autoria do mesmo iluminador, mas nas margens da Crónica de D. João I [Fig. 10a e 10b]. São duas imagens que se complementam: a primeira mostra o momento em que, através de mato a arder, se queimam as cerdas, o pelo, de forma a limpar-se devidamente; após esta fase, o porco é pendurado para se abrir e retirar as entranhas.



Fig. 10a e 10b. Matança do porco. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído); Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 70v.

A caça, abundante na época, era também apreciada; pequenas peças, como coelhos, lebres, perdizes, abetardas, patos bravos, galinholas e outras aves, também era comercializada nos mercados; A caça grossa, gamos, veados, corços e o javali, além de constituir uma das actividades de lazer muito do agrado da nobreza, contribuía para fornecer carne para as mesas mais abastadas. Em contexto aristocrático o abastecimento de carne de espécies venatórias seria, pelo menos em alguns momentos, significativo. Segundo estudo de Santos (2002, 33), no registo da despesa real de D. João III de Novembro de 1524, período alto em termos de actividade venatória, cerca de 40 % da carne de caça era de perdiz, claramente uma das espécies preferidas. Era uma espécie muito apreciada e aconselhada para alimentação dos doentes (Gonçalves 2017, 204). Mesmo espécies de aves de pequeno porte eram habitualmente caçadas para fins de alimentação, sendo conhecidas várias armadilhas para as capturar [Fig. 11].



Fig. 11. Armadilhas para pequenos pássaros. *Breviário da Condessa de Bertandos* (c. 1530). António de Holanda (atribuído). Lisboa, ACL Ms. Azul, 1813, f. 37.

Nas fontes iconográficas são relativamente abundantes as representações de cenas de caça, quer montaria quer volataria, mas as imagens mostram-nos quase sempre esta actividade como uma das opções de lazer da aristocracia [Fig. 12]. Sabe-se, no entanto, que a caça era também praticada com intuítos económicos e de subsistência, e até para defesa das colheitas; nestes casos praticada entre as camadas menos

privilegiadas da sociedade, usando-se armadilhas e diversos artifícios para capturar os animais, ou armas de tiro como a besta (Coelho & Riley 1988, 228-229). Neste âmbito, as espécies cinegéticas eram de menor porte, salientando-se as lebres e os coelhos, mas poderia incluir o javali ou os veados, por causarem prejuízos das culturas. É também de considerar a caça como actividade lucrativa, desenvolvida por profissionais, sujeitos a pagamento de tributo, que comercializavam as peças caçadas, fornecendo os mercados urbanos.



Fig. 12. Ave preparada para a caça de volataria. *Breviário da Condessa de Bertandos* (c. 1530). António de Holanda (atribuído). Lisboa, ACL Ms. Azul, 1813, f. 26v.

O peixe

Embora menos apreciado que a carne, o peixe assumia uma parte significativa da alimentação das populações. Em períodos em que havia interdição do consumo de carne, como a Quaresma ou às sextas-feiras,¹⁹ era uma das alternativas mais comuns. Tinha a vantagem de ser um produto mais acessível e mais barato do que a carne e mais rico, em termos proteicos, que os legumes. As espécies disponíveis eram diversificadas e abundantes, tanto as de rio como de mar. A pescada (peixota) é uma das espécies mais consumida, assim como os carapaus, salmonetes, solhas e besugos, considerados peixe miúdo; mas entre as elites as preferências iam para peixes maiores, chamados “de talho” ou “de posta” (Gonçalves 2017, 262): o sável, salmão, congro, enguias, lampreias e esturjões, sempre que possível consumidos frescos, mas igualmente secos, em conserva de sal e defumado. Não só as espécies eram diferentes, conforme a condição social, como a quantidade e variedade que ia à mesa. Para os dias de refeição “magra” D. João III regulamentava que se comeriam 2 ou 3 espécies de pescado, das mais apreciadas, uma delas preparada de maneiras diversas; mas entre as classes mais desfavorecidas apenas uma, se fosse possível (Coelho 1992, 98). Uma das formas mais comuns de preparar o peixe era a fritura em azeite, quer na mesa do rei (Arnaut 1957, CXXIII) quer entre as classes mais baixas, disponível inclusive nas feiras e mercados, certamente que

¹⁹ O número de dias em que deveria haver abstinência de carne poderia ser distinto, de acordo com o calendário litúrgico que tinha algumas festas próprias, que variavam de diocese para diocese, mas aqueles seriam aproximadamente 160 dias por ano.

de espécies diferentes, é certo. D. Afonso V seria apreciador de peixe frito, linguados, pois há registo que o comia envolto em farinha do Alentejo (Santos 1997, 7). Entre as classes mais baixas era a sardinha, entre os peixes do mar, a variedade mais consumida; abundante e de fácil captura, o seu preço era acessível; tinha a vantagem ainda de ser de conservação simples, através do sal ou fumada e, assim, poderia ser transportada para longe da costa, pelos almocreves com os seus animais de carga, e chegar às povoações do interior do reino onde era comercializado nas feiras e mercados. Como exemplo poderíamos referir o caso de Torres Novas, uma vila do interior, a cerca de 75 km da costa, atravessada por um rio, o Almonda, rico em peixe e, por isso, um significativo centro de pesca fluvial já no século XIII; no mercado local vendiam-se barbos, mugens, enguias e sáveis, do rio local e do Tejo, não muito longe daquela vila, além de espécies de mar como a peixota, cherne, rodovalhos, ruivos, gorazes, congros, cações e outros vindos do porto da Pederneira, pertencente aos coutos de Alcobaça (Coelho 1992a, 67). No seio das comunidades monásticas o peixe teria um peso considerável na alimentação pois a carne não era admitida nos refeitórios monásticos de algumas ordens, como os cartuxos, e noutras era bastante limitada, em termos de quantidade e frequência de consumo (Braga 2007, 15). Considerado um alimento magro e frio, era adequado para os períodos de abstinência e jejum, sinal de humildade penitência e sacrifício.

Sendo frequente o consumo de peixe e a sua referência em fontes escritas, a sua presença em fontes iconográficas, enquanto alimento, não é tão comum neste período. Uma iluminura do Breviário da Condessa de Bertandos [Fig. 13] revela-se particularmente interessante pois ali podemos observar algumas tarefas ligadas à faina da pesca e várias técnicas de captura usadas: a pesca de cerco com rede, a partir da praia, em destaque no plano mais próximo; a pesca em embarcação, também com rede mas certamente usando-se uma técnica distinta, como se observa no pormenor à direita, podendo confirmar-se a participação da mulher na faina, como referem alguns textos; e, ainda à direita, mas num plano posterior, a pesca à linha, realizada por dois pescadores na margem. Poderíamos distinguir aqui a actividade piscatória realizada por pescadores profissionais, com propósitos claramente comerciais, no caso das duas primeiras referências, e a pesca à linha, como forma de obter um suplemento alimentar para a família, por vezes realizada por indivíduos que mantinham outros ofícios. No areal a mulher tinha um papel importante na escolha e selecção do pescado que, posteriormente, iria vender a quem o procurava ou no açougue do pescado, de acordo com as regras impostas pelas posturas municipais ou autoridade régia. Dispersas pelo areal podem identificar-se numerosas conchas de bivalves, espécies que também eram comumente consumidas: amêijoas, berbigões e ostras. De referir ainda a presença de espécies de grande porte, provavelmente atuns, toninhas ou golfinhos, pois estas também são referidas entre as comercializadas e consumidas na época (Santos 1997, 79).



Fig. 13. Pesca com rede e escolha do pescado na praia. Breviário da Condessa de Bertandos (c. 1530). António de Holanda (atribuído). Lisboa, ACL Ms. Azul, 1813 f. 111.

Numa iluminura do já mencionado Missal do Lorrão poderemos observar também uma cena de pesca, com rede, protagonizada por dois pescadores num pequeno barco a remos, imagem associada ao mês de Fevereiro no calendário (f. 1v),²⁰ mês que abrange, no círculo zodiacal, parte do signo Peixes, mas que também poderá estar associado ao início da Quaresma, onde o consumo de peixe seria mais avultado, em substituição da carne que estava interdita em todo este período. António de Holanda deixou-nos um interessante registo desta actividade em mais uma iluminura marginal da Crónica de D. João I [Fig. 14]. Um pescador carrega as redes às costas após a faina, que foi generosa, a avaliar pelo cesto cheio de peixes que exhibe à sua frente.



Fig. 14. Pescador carregando as redes após a pescaria. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído) Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 111.

²⁰ Lisboa, ANTT, MSML-B-43. Link: <https://digitarq.arquivos.pt/viewer?id=4381090> [consulta: 29/07/2021].

País de pescadores, já em períodos bastante remotos, se as imagens que temos desta actividade são poucas para o período final da Idade Média, para os séculos anteriores são ainda menos. Todavia está confirmado que a actividade piscatória tinha considerável relevância económica. Sabe-se que em 1353 pescadores de Lisboa e Porto assinaram um tratado com Duarte III de Inglaterra no sentido de lhes ser permitido pescar nas costas daquele reino durante 50 anos (Pereira 1900, 8), podendo subentender-se que dispunham já de embarcações suficientemente robustas e equipadas para muitos dias no mar. Seria nas primeiras décadas do século XV que a pesca do bacalhau começa a atrair os pescadores portugueses para as costas da Terra Nova. Do cais da Ribeira, em Lisboa, saiam carregamentos de pescado, conservado de diversas formas, como já referido, para destinos relativamente longínquos, com Itália, Flandres ou Inglaterra e outros mais próximos como Sevilha (Catarino 2017, 23). Nos coutos de Alcobaça, que iam da serra (Candeeiros) até ao mar, eram várias as comunidades de pescadores, contribuindo para o abastecimento de pescado da vasta região em redor.²¹ Eram, de facto, abundantes os centros piscatórios, quer no mar quer nos rios, e significativo o volume de pescado disponível para consumo das populações, conforme indiciam variados documentos da época, clarificados por múltiplos estudos mais recentes, como os Coelho (1992) ou Braga (2007a), entre outros. A documentação escrita atesta que se pescava em variadíssimos locais, para além do mar: rios, grandes ou pequenos, ribeiras ou lagoas apresentavam-se como locais ricos em fauna piscícola, alguns deles, de acesso livre [Fig. 15].



Fig. 15. Pescadores numa lagoa. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído). Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 40v.

²¹ Sobre este assunto consulte-se o trabalho de Gonçalves (2017, 245-283).

O vinho

[...]
cabaça sempre com vinho
*porqu'ee cousa que conforta.*²²



Fig. 16. Pastores partilhando numa malga (taça) de vinho. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído). Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 145.

O homem medieval foi um grande consumidor de pão e, nas regiões mediterrânicas, um promotor da cultura do vinho. Pão, azeite e vinho são três dos produtos base da dieta mediterrânica desde a Antiguidade, como se sabe. Desde muito cedo que a cultura da vinha chegou ao limite ocidental da grande Ibéria, muito antes da formação do reino de Portugal, cultivando-se numa escala significativa em praticamente todo o território. Poetas como Horácio, Varrão, ou Estrabão fazem referência a esta cultura por estas paragens. Estrabão (c. 63 a. C.-24 a. C.) menciona-a nas regiões que viriam a ser Trás-os-Montes e duriense, antes do período da romanização (Ferreira, 1973, 183) e também está comprovada a existência da mesma na actual Beira Baixa. Produzido a partir de várias castas, o vinho não só era a bebida mais comum, como era consumido por todas as classes sociais, por vezes em quantidades que nos podem surpreender. Uma ração diária de vinho de um litro e meio ou dois litros era comum, embora por vezes fosse misturado, cortado, com água.²³ Mesmo em ambiente monástico o consumo de vinho, embora bem regulado, era comum, até nas comunidades femininas. Temos informações de que as monjas do convento de Santa Clara de Vila do Conde, fundado em 1318, beneficiavam de uma ração diária de vinho de uma canada,

²² Garcia de Resende, *Cancioneiro Geral*, [Trovas de Nuno Pereira a Anrique d'Almeida, porque lhe davam ãa igreja com habito], Lisboa Hermão de Campos, 1516, f. 35v

²³ As quantidades referidas são mencionadas em variados estudos; cfr., por exemplo, Gonçalves (2011, 296) ou Coelho (1984, 96-99).

cerca de 9 dl. Casos há em que a ração diária era menos generosa e outros mais. O cabido da Sé de Coimbra, em inícios do século XIV, atribuía diariamente aos homens que trabalhavam nas vinhas, a podar e empar, cerca de 2,7 litros de vinho para acompanhar a ração de peixe e o pão, este em quantidades substanciais, cerca de 2,5 kg; mas a colegiada de S. Pedro, na mesma cidade de Coimbra, atribuía ao encarregado dos transportes, talvez um trabalho menos desgastante, uma ração diária de 1,6 kg de pão e cerca de 0,6 litros de vinho (Coelho 1984, 95-96). Seria um hábito alimentar bastante divulgado nos reinos meridionais da Europa. O mosteiro de Las Huelgas Reales de Burgos, no século XV, entre os géneros que distribuía aos peregrinos que se dirigiam a Santiago de Compostela, pão, carne de borrego, constava $\frac{3}{4}$ de litro de vinho e não era prática isolada (Aguilera 2001, 175). Beber vinho fazia parte dos hábitos alimentares de ricos e pobres. Já São Paulo, na carta ao seu amigo Timóteo, recomenda: “Não continues a beber só água, mas toma também um pouco de vinho, por causa do estômago e das tuas frequentes indisposições” (I Tm 5, 23). Temos informação de alguns casos em que o consumo de vinho era aconselhado por médicos, como deixou registado Ruy de Pina acerca de D. João II, que só terá começado a beber vinho, com moderação, quando tinha 37 anos, por causa de “paixões melancolizadas e tristes” de que padecia (Pina 1950, 179). À rainha Isabel de Aragão, esposa de D. Dinis, foi-lhe prescrito vinho, em dado momento, por estar doente, “E ela não querendo, duas vezes se lhe fez de água, vinho, no púcaro em que lho davam”.²⁴ “Estando a Raynha em Alanquer muyto doente de humores frios pera que os físicos por mezinha lhe mandavam beber vino...”.²⁵ O vinho era, de facto, um assunto que merecia a atenção dos médicos, mesmo dos mais prestigiados, como normal elemento integrante da dieta alimentar, inclusive das crianças. Arnaldi de Villanova (1238-1311), entre outros, aconselhava o consumo desde a mais tenra idade, preparado sob a forma de sopas (misturado com pedaços de pão), puro ou misturado com água.²⁶

A par dos cereais, a cultura da vinha assumia pois grande relevância, no que diz respeito à produção agrícola. Ao contrário da maioria dos alimentos em que a sua iconografia é escassa, no que diz respeito ao vinho e à vinha ela é relativamente abundante, sobretudo pela simbologia associada. Nos calendários dos Livros de Horas, por exemplo, encontramos imagens de quase todo o ciclo da vinha, desde a poda e cava, trabalhos agrícolas associados ao mês de Março, até à vindima e produção do vinho, nos meses de Setembro e Outubro. Sobre o acto de beber, no entanto, as fontes visuais são menos numerosas, sobretudo no que diz respeito a meios mais modestos ou contexto público, como as tabernas, estabelecimentos que, sabemos, existiam em abundância. Quanto à iconografia do vinho recorreremos, mais uma vez, ao Livro de Horas de D. Manuel I onde António de Holanda fixa algumas das tarefas associadas à sua produção, realizadas, normalmente, no mês de Setembro. A representação da vinha surge assim ligada aos ritmos da natureza, para evocar os ciclos temporais, o ciclo das estações do ano e dos trabalhos dos dias, remetendo para a ideia de ordem cósmica que deve repercutir-se na ordem humana. São os trabalhos da terra ligados ao calendário religioso, o sagrado e o profano no dia-a-dia do homem medieval. Trata-se de uma iluminura que nos mostra uma vasta paisagem vinhateira, onde se observa a vindima numa vinha baixa; o transporte das uvas em carros de bois; a pisa das mesmas numa dorna de madeira; o trabalho do tanoeiro que repara as pipas, e a prensagem num lagar de vara [Fig. 17].

²⁴ Cfr. Tarouca (1952), vol. II *Crónica de D. Dinis* cap. IV.

²⁵ *Chronica do muito alto e muito esclarecido principe Dom Diniz, sexto rey de Portugal*, 1729, p. 13.

²⁶ Arnaldi de Villanova (1996, 262).



Fig. 17. Tempo das vindimas; vindima, transporte e pisa da uva, tanoeiro a trabalhar e trabalhos no lagar. Livro de Horas dito de D. Manuel. António de Holanda (atribuído), séc. XVI (c. 1517-1551). Lisboa, MNAAL, IL 14, f. f. 17v.

Outros momentos importantes deste ciclo são a trasfega e envasilhamento, a passagem do líquido das dornas ou lagares onde as uvas foram esmagadas, para tonéis ou pipas, para fazer ou concluir a fermentação e onde permaneciam na adega.²⁷ Após a fermentação completa, os tonéis e pipas eram fechados até terminar a cozedura e o vinho ficar límpido e pronto a consumir.

Sobre o consumo desta bebida, há abundantes referências textuais a banquetes e muitos outros momentos onde a sua presença é referida, todavia as fontes iconográficas que representem o acto de beber no quotidiano são menos frequentes, neste período. Recorremos novamente ao calendário do Livro de Horas de D. Manuel I para assinalar a presença do vinho. A imagem associada ao mês de Janeiro [Fig. 18] mostra-nos um

²⁷ Esta tarefa é menos representada nas fontes visuais, ainda assim identificamo-la em algumas iluminuras: Crónica de D. João I, BNE, Vit. 28-5, f. 66v; Aldobrandino de Siena, *Régime du Corps*, séc. XIV (1356) Lisboa, Biblioteca da Ajuda, ms. 52-XIII-26 - f. 76v; Missal do Lorvão, ANTT, MSML-B-43, f. 5v. Link: <https://digitarq.arquivos.pt/viewer?id=4381090> [consulta: 28/07/2021].

momento de refeição numa casa abastada. Estamos no Inverno e, por isso, o local de refeição é aquecido com uma lareira. À mesa encontra-se o casal, junto aos quais estão duas crianças e uma criada negra. Sobre a mesa estão dois pratos com alimentos, carne (?), pequenos pães redondos, o saleiro e uma faca. O senhor da casa segura um copo de vidro com vinho que, sabiam os medievais, ajudava na digestão de refeições fortes de carne. Sobre o vinho servido será difícil tecer considerações, além da constatação de que se trata de tinto, embora pouco carregado o que poderá indiciar ser vinho misturado com água, como era comum fazer-se.



Fig. 18. Refeição em casa abastada. Livro de Horas dito de D. Manuel - Calendário (Janeiro) António de Holanda (atribuído), séc. XVI (c. 1517-1551). Lisboa, MNAA, IL 14, f. 5.

As classes mais elevadas tinham os seus oficiais de serviço à mesa; para as bebidas o escanção e o copeiro. O vinho provinha das suas adegas, produto dos tributos pagos.

No universo religioso, a presença do vinho está registada já nas religiões da Antiguidade mas o Cristianismo, como se sabe, deu-lhe um novo impulso, pelo que muitas vezes as representações da vinha, do vinho, e mesmo das uvas, remetem para significados simbólicos. As representações da *Última Ceia* são, porventura, os casos mais paradigmáticos do que acabámos de referir. No banquete eucarístico, pão e vinho surgem como alimentos sacralizados e carregados de simbolismo. É um tema bastante representado neste período, um dos temas mais divulgados na arte ocidental e um dos mais antigos a ser representado, já presente na arte paleocristã. Escolhemos para ilustrar o serviço da mesa um pormenor da *Última ceia* de Gregório Lopes [Fig. 3], pintor da corte de D. João III, que nos deixou em algumas das suas obras pormenores preciosos que permitem conhecer objectos associados ao ritual da mesa, nomeadamente peças em metal dourado, salvas, gomis e outros. Na obra, no momento fixado, o vinho ainda não fora servido. Em plano posterior, na copa, sala adjacente aquela onde decorre a ceia, o cenáculo, escanção e copeiro-mor procedem ao ritual da salva ou “fazer a salva” [Fig. 19], fazia-se para a generalidade dos alimentos e consistia em verter um pouco da bebida ou comida na salva para ser provada por um dos oficiais da mesa para este se certificar que estava em condições e não estava envenenado. No caso do vinho, este procedimento era da responsabilidade do copeiro-mor que também servia o vinho ao rei, se fosse esse o caso.



Fig. 19. Ritual da salva. *Última Ceia* (pormenor da **Fig. 3**).
Gregório Lopes, 1530-41 (?). Óleo sobre madeira de carvalho, 170x125 cm.
Tomar, Igreja de S. João Baptista.

Identifica-se na imagem [**Fig. 3**] ainda um móvel, credenza, coberto com toalha branca, sobre o qual se dispõe o conjunto de águas-às-mãos, uma grande bacia e um jarro em forma de águia. A baixela, neste período, exhibe-se na copa e não na mesa; isso fica claro nesta pintura e em muitas outras que representam cenas de banquete. A toalha sobre a mesa é branca, sinal de higiene, pureza e de sagrado.

Na *Última Ceia* do retábulo da capela-mor da Sé de Viseu, anteriormente referida, o vinho é servido em copos de vidro. Pela cor, pouco carregada, poderá tratar-se de vinho palhete ou então vinho cortado com água, como era comum preparar-se. Por vezes surge a designação de vinho clarete, que era produzido com a mistura de uvas brancas e tintas, de forma a obter um vinho de cor aberta. A presença de vários copos permite supor que cada conviva teria o seu, mas em contextos mais humildes partilhava-se a malga ou mesmo o jarro, fazendo-o circular entre todos.

As frutas e legumes



Fig. 20. Pêssegos; iluminura do Breviário de Condessa de Bertandios, séc. XV.
Lisboa, ACL, Ms. série azul 1813, f. 22v.

As frutas eram, neste período final da Idade Média, presença comum nas mesas abastadas. Cultivava-se grande variedade de espécies, tirando-se partido da diversificação das épocas de maturação, para se obter fruta ao longo do ano. Era

consumida crua, fresca, seca e de conserva, mas também integrava a cozinha mais elaborada, para enriquecer aromas e decorar pratos. Muitas vilas e cidades tinham os seus pomares dentro da malha urbana e no seu entorno, contribuindo para o abastecimento local. Observe-se o pomar existente no Paço Real de Santos, na época nos arredores de Lisboa, nas margens do rio Tejo [Fig. 21], onde frequentemente o rei ia merendar. Diz-nos o cronista Damião de Góis (1995, 225) sobre os hábitos do monarca:

...ho tempo que stava em Lisboa nos Domingos, & dias sanctos em que não iha ha carreira, & em alguns da somana iha folgar em hum batel feição de galeota, toldado, & embandeirado de seda, levãdo sempre cõsigo musica, & algum offiçial seu com quem iha despachãdo, & has mais das vezes chegava aho caes dos Paços de sanctos ho velho, onde Duarte foreiro, caualleiro de sua casa, a quem em parte de satisfação de seus serviços dera ho offiçio de guarda delles, mãdava trazer de merendar de muitas frutas verdes, cõservas, & cousas daçuquar, vinho, & agoa, do que tãbem comião hos fidalgos que a seu chamado ihão cõ elle no batel, & assi toda ha mais cõpanhia de musicos moços fidalgos, da camara, & remeiros, pera has quaes merendas tinha merçes ordinarias que lhe elRei pera isso fazia. Nas vespersas do Natal cõsoava publicamente em sala cõ todo stado de porteiros de maça, reis darmas, trõbetas, atabales, charamelas, & em quãto cõsoava davão de cõsoar a todolos senhores, fidalgos, cavalleiros, & escudeiros que stavão na sala, na qual de ajuntavão naquelle dia todolos que andavão na corte, por saberem ho gosto que elRei levava em fazer este bãquete, que todo era de fructas verdes, & daçuquar, & cõservas que lhe trazião da ilha da madeira...”



Fig. 21. Paço Real de Santos com o seu pomar no séc. XVI. Iluminura de Simão de Bening e António de Holanda in *Geneologia dos Reis de Portugal*. British Library, Add. Ms. 12531, f. 8.

Maçãs, peras, marmelos, alperces, figos, romãs, pêsegos, ameixas, cerejas, uvas e melões, seriam comuns. As fruteiras, em elevado número de espécies, encontravam-se disseminadas por todo o território, em alguns casos com predominância de uma outra espécie, como os figos e as castanhas, consideradas em separado das frutas frescas, pois poderiam guardar-se para consumo durante praticamente todo o ano pelas camadas mais

humildes da sociedade. As restantes variedades eram sazonais e estavam disponíveis em épocas diferentes, sendo vendidas nos mercados ou, nos meios urbanos, sobretudo por vendedeiras [Fig. 22]. Algumas variedades assumiam valor comercial em determinadas regiões do reino, como os figos e uvas, em seco, que, do Algarve eram exportadas para a Flandres e outros destinos no norte da Europa (Santos 1997, 54). Algumas frutas eram desaconselhadas, a designada fruta “verde”, pois acreditava-se que poderia causar doenças; entre elas por vezes são mencionadas as ameixas e figos; D. Duarte no *Regimento que fez o muy claro senhor rey dom eduarte*, desaconselha as cerejas e os pêssegos.²⁸



Fig. 22. Vendedeira de fruta. Crónica de D. João I, séc. XVI. António de Holanda (atribuído); Madrid, BNE, Vit. 28-5, f. 58.

Em termos de fontes visuais, não sendo recorrente, neste período, a representação de uma mesa de refeição comum, é frequente a presença de frutos variados nos programas ornamentais da arquitectura, por exemplo, ou em obras de pintura, a maioria das vezes, com significados simbólicos. Nas iluminuras dos vários manuscritos que António de Holanda nos deixou, encontramos um interessante e variado conjunto de elementos desta natureza, em muitos casos como simples elementos ornamentais, preenchendo as margens dos livros e conferindo-lhes uma riqueza e colorido singular. Não deixa de constituir um testemunho no que concerne a alguns dos mais vulgares frutos disponíveis no quotidiano da sua época, que iam surgindo ao longo das estações do ano, entre a Primavera, as cerejas, por exemplo, ou as romãs no Outono [figs. 23 e 24].

²⁸ *Livro dos Conselhos de el-rei D. Duarte*, p. 253



Figs. 23 e 24. Cerejas e romã - Iluminuras do *Breviário de Condessa de Bertandos*, séc. XV. Lisboa, ACL, Ms. série azul 1813, ff. 82v e 22v.

No contexto da refeição, e em fontes visuais, não abundam os exemplos das frutas. Gregório Lopes, já referido anteriormente, deixou-nos um pormenor interessante sobre o que seria o serviço, parte dele, da mesa do príncipe. É uma pintura de temática religiosa, *Banquete de Herodes*, executada para a igreja de S. João Baptista em Tomar [Fig. 25]. Tratando-se de um banquete régio, os convivas vestem-se com roupas luxuosas e a sala exibe requinte e ostentação: num plano posterior pode observar-se parte da baixela; a mesa encontra-se preparada com requinte, com toalha branca a cobrir e alguns alimentos sobre a mesma. A fruta, neste caso uvas, figos e peras, é servida dentro de pequenos cestos de vime, colocados sobre a mesa. Poderia servir de entrada, antes dos pratos principais, ou para terminar a refeição. As prescrições dietéticas da época recomendavam uns para início da refeição, como os figos e as uvas, mas as peras eram mais adequadas para o fim (Flandrin & Montanari 2001, 104). Trata-se de frutos de Verão, sem dúvida, mas a escolha, neste caso, deverá ter obedecido a valores simbólicos. Além das frutas, em frente ao rei está ainda uma confeitaria de prata dourada, com doces certamente, como era próprio das mesas abastadas.



Fig. 25. Gregório Lopes. *Banquete de Herodes*, c. 1530-41. Óleo sobre madeira de carvalho. Tomar, Igreja de S. João Baptista.

Na pintura *Cristo em casa de Marta e Maria* [Fig. 26], um trabalho que se pensa ser de Gaspar Vaz, pintado por volta de 1530-1540 e destinado à capela de Santa Marta no Paço episcopal de Fontelo de D. Miguel da Silva (c. 1480-1556), bispo de Viseu, além de outros motivos de interesse, identificamos uma figura que se aproxima da mesa trazendo um pequeno cesto com peras. São frutos de Verão, talvez o período em que o artista pintou o painel, mas a escolha do fruto não se deverá ter sido aleatória. A pereira, uma variedade fruteira que pode atingir grande longevidade, é evocada por vezes como expressão metafórica do amor de Cristo pela humanidade. Na mesa, coberta de toalha branca, temos apenas o pão, simbolizando a hospitalidade, como antes referido, um saleiro, um prato de estanho e um guardanapo dobrado diante de Cristo e duas facas. Do lado esquerdo aproxima-se uma figura feminina com uma peça que parece uma salva e uma toalha branca ao ombro.



Fig. 26. Gaspar Vaz. *Cristo em casa de Marta e Maria*, c. 1530-1540. Capela do Paço Episcopal de Fontelo. Viseu, Museu Grão Vasco, inv. 2161.

Os legumes e leguminosas faziam também parte da dieta alimentar medieval, essencialmente consumidos pelas classes mais baixas da sociedade, contribuindo para aumentar a diversidade alimentar. Grande parte das espécies cultivadas foi herdada dos tempos da romanização, outras introduzidas mais tardiamente por influência dos povos do Andaluz (Gonçalves 2010, 229). Há referência a grande variedade, praticamente as mesmas que temos dos nossos dias: Abóbora, alface, beringela, cenouras, espinafres, rábanos, beterraba, couves diversas, cebolas, alhos, favas, feijões, grão de bico, chícharos, lentilhas, ervilhas, entre outras. Rodeavam os núcleos urbanos terras de cultivo que abasteciam as povoações. Mesmo no interior das cidades, como em Lisboa, eram muitas as hortas, almuinhas, que contribuíam para o abastecimento diário da população.

Numa das iluminuras do referido Livro de Horas de D. Manuel podemos observar um desses espaços, neste caso um típico horto medieval, limitado com cerca de madeira, onde se cultivavam plantas de diferentes espécies: aromáticas, medicinais e

também hortícolas [Fig. 27]. Na imagem, uma mulher cuida de um dos canteiros. O mesmo iluminador deixou-nos nas margens do Breviário da Condessa de Bertandos, além dos frutos já observados e referidos, alguns dos legumes correntes.²⁹

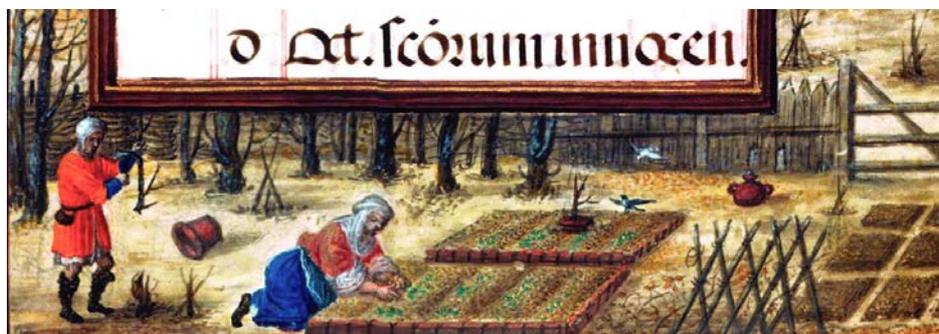


Fig. 27. Cultivo dos legumes. Pormenor de iluminura do Livro de Horas de D. Manuel. António de Holanda (atribuído), séc. XVI (c. 1517-1551). Lisboa, MNAA, Inv. 14, f. 5.

Alimentos pouco considerados nas casas ricas, hortícolas e leguminosas eram presença constante na dieta dos mais pobres, muitas vezes sem qualquer outro complemento que não o pão e em pouca abundância.³⁰ Nos meios rurais alguns dos produtos serviam como forma de pagamento, pelo que o seu cultivo não era sinónimo de abundância para o consumo de quem os produzia. Alhos e cebolas são referidos como produtos entregues aos elementos do cabido da Sé de Coimbra pelo dia de S. Miguel (29 de Setembro) (Campos 2021, 79).

Pouco considerados e por isso raramente frequentes nas mesas mais abastadas, alimentos para as refeições “magras”, os legumes são pouco representados nas mesas de refeição neste período. Recorremos novamente a uma *Última Ceia*, obra que Grão Vasco pintou para a capela do Paço Episcopal de Fontelo, Viseu,³¹ onde se identifica um prato com legumes, representados com significado simbólico, evocando certamente as ervas amargas que são mencionadas no texto do Êxodo que descreve a páscoa judaica: “Comer-se-á a carne naquela noite; comer-se-á assada no fogo com pães sem fermento e ervas amargas” (Ex 12, 8). Com o mesmo significado identificamos um prato de estanho com dois rábanos na *Última Ceia* de Gregório Lopes [Fig. 3]. É interessante, neste último exemplo, também a presença do saleiro, o que é bastante comum nas mesas neste período, mas que aqui assume também conotações religiosas, remetendo mais uma vez para o Antigo Testamento: “Deitarás sal em todas as oblações; e não permitirás que falte o sal da aliança do teu Deus sobre a tua oblação: a todas as tuas ofertas juntarás sal.” (Lv 2, 13).

Os vegetais, não muito representados nas fontes iconográficas medievais, como se disse; eram preparados, cozidos, para acompanhamento nos pratos de carne e peixe, nas mesas ricas, e na confecção das sopas e caldos para os mais pobres.

²⁹ Abóbora-cabaça, f. 15; pepino, f. 94

³⁰ Havia uma hierarquização dos alimentos de acordo com valores simbólicos relacionados com os quatro elementos: Fogo, ar, água e terra e que estavam enraizados na cultura e tradições alimentares desde a Antiguidade. Os mais prestigiados seria as aves que andam pelos ares, mais perto da divindade e no seio do elemento ar; preparados no fogo, grelhados, conjugam os dois elementos mais valorizados; na parte inferior da escala encontravam-se os vegetais que crescem na terra o menos prestigiado dos elementos; cebolas e alhos ou cenouras, porque crescem abaixo da superfície, estão entre os menos considerados. Cfr. Flandrin & Montanari (2001, 88-93).

³¹ Grão Vasco. *Última Ceia*, c. 1535-1540. Óleo sobre madeira, 151x201,5 cm. Viseu, Museu Grão Vasco, inv.º nº 2174

Ovos, leite, manteiga e mel

As aves criavam-se sobretudo para a produção de ovos; em regra só no final de vida produtiva eram abatidas e a sua carne destinada à alimentação. Em tempos de abstinência de carne, os ovos e o queijo eram uma alternativa para melhorar a refeição, além dos legumes e do peixe, ou uma alternativa ao peixe. Eram consumidos em grande quantidade, não em todos os lares, naturalmente. Um exemplo que, amiúde, é mencionado é o da ucharia real, ao tempo de D. João III, de que era responsável Estêvão de Aguiar Gorizo, cavaleiro da Casa Real que, em três semanas de Novembro de 1524, registou o consumo de cerca de 113 dúzias de ovos (Santos 2002, 41). Sendo usados para pagamento de rendas e foros, nomeadamente a instituições eclesiásticas, eram depois usados na alimentação das comunidades ou, no caso dos cabidos, distribuídos pelos seus beneficiados, como acontecia nos cabidos de São Pedro de Almedina e São Cristóvão, na cidade de Coimbra (Campos 2021, 79), e que seria, certamente, uma prática comum. Os ovos eram muito requeridos para uma grande quantidade de pratos nas casas abastadas, não só para receitas de doçaria, mas muitas vezes para integrarem a confecção de pratos mais elaborados, numa cozinha já muito complexa.

A representação dos ovos, não sendo muito abundante, regista-se em algumas obras de pintura, sobretudo de temática religiosa. Dependendo do contexto, a sua presença nas fontes visuais assume, essencialmente, um significado simbólico, remetendo para a ideia de renascimento. Receptáculo de vida, simboliza um novo nascimento, a ressurreição; em temas marianos podem simbolizar a fecundidade virginal de Maria. Como um dos exemplos, poderemos referir um painel do retábulo do convento da Madre de Deus, em Lisboa, cujo tema é a Adoração dos Pastores.³² Um dos zagais leva como presente para a Sagrada Família, precisamente, uma cesta com ovos; tratar-se-ia, de facto, de um produto disponível e usado como forma de pagamento de tributo, mas aqui esse elemento deverá interpretar-se na sua dimensão simbólica, aliás como encontramos noutras pinturas da época. Também poderemos associar a sua representação à figura dos pastores, classe humilde e que, pela sua condição, mais facilmente dispunha de ovos para oferecer do que uma rês ou, contrapondo com a figura dos magos, outro tipo de riquezas materiais.³³ Gregório Lopes, o já referido pintor régio, ao pintar o tema do Nascimento da Virgem (?) ou de João Baptista (?),³⁴ deixou-nos uma imagem de um ambiente doméstico, permitindo perceber a azáfama de torno de um parto em casa [Fig. 28]. Nas diferentes tarefas apenas participam mulheres, duas delas ocupadas com a preparação dos alimentos. Uma aproxima-se com uma cesta com ovos e a outra ocupa-se do fogareiro de barro. O fogareiro, objecto muito familiar até aos nossos dias, permitia aquecer a água para lavar o recém-nascido ou preparar algum tipo de alimento para a parturiente, talvez leite ou manteiga, tendo em conta os recipientes de barro junto ao mesmo.

³² “Mestre de 1515” *Adoração dos pastores com anjos músicos*, 1515; óleo s/ madeira, 160,5 x 124,5 cm. Lisboa, MNAA, inv. 2096 Pint.

³³ De facto, é no tema da *Adoração dos pastores* que mais frequentemente encontramos a representação de ovos; vejam-se: Mestre de Abrantes, *Adoração dos pastores*, c. 1550; óleo sobre madeira, Évora, ME 1450; Francisco João, *Adoração dos pastores com anjos músicos*, c. 1580-90; óleo sobre madeira; Évora, Museu de Évora, ME 18352; Gregório Lopes, *Adoração dos pastores*, c. 1540; Óleo s/ madeira, 135 x 121 cm. Lisboa, MNAA, inv. 1171 Pint, entre outras obras.

³⁴ Permanece a discussão em torno do tema, se será o nascimento da Virgem ou de João Baptista; acompanho a proposta de Carvalho (2004, 55), de que deverá tratar-se do tema do *Nascimento da Virgem*.



Fig. 28. Gregório Lopes. *Nascimento da Virgem (?)* (pormenor), c. 1530-40. Óleo sobre madeira de carvalho, 134x134 cm. Lisboa, MNAA, 1069 Pint.

O leite, sobretudo os seus derivados, manteiga e queijo, faziam também parte da dieta alimentar da época, embora certamente o consumo não fosse generalizados a todas as camadas sociais, nem consumidos livremente em todos os dias, estando reservados para os chamados dias “gordos”. Sobre a disponibilidade destes produtos alimentares, a Lisboa, em meados do século XVI, vinham diariamente cerca de duas centenas de vendedeiras de queijos, natas, leite e requeijão. Nos mercados, queijos secos e manteiga integravam o leque de produtos que as tendeiças colocavam à disposição dos seus clientes, mas eram produtos que também se prestavam para pagamento de tributos aos senhores que detinham as terras (Coelho 1984, 93). Nos meios rurais, onde maioritariamente se criavam os animais, o leite recolhido era encaminhado para a preparação dos produtos acima referidos, para serem comercializados, pelo que os locais não beneficiavam praticamente destes alimentos.

O leite era um dos alimentos não recomendados pelo médicos, devido a ser caracterizado como alimento demasiado “húmido” de acordo com as antigas teorias dos humores, herdadas da medicina grega, que os dividia em quentes / frios, secos / húmidos. Estes alimentos eram disponibilizados em casos mais excepcionais, como aos enfermos, por exemplo. Entre as despesas do mosteiro de Santa Cruz de Coimbra para os anos de 1534-35 consta a compra de 2 ovelhas e dois cordeiros “pera leyte pera os irmãos emfermos” (Coelho 1984a, 381). O leite era ainda um ingrediente para algumas receitas de doçaria, conforme no-lo testemunha o já mencionado *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*. Num interessante estudo de Teresa Vinyoles i Vidal, embora cingindo-se a outro contexto geográfico, sublinha-se um facto que também ocorre na documentação portuguesa: a escassez de informações sobre o consumo de leite; apesar disso, identificam-se algumas formas de consumir o leite, nomeadamente na preparação do arroz-doce, assim como diferentes tipo de queijos, além de outras informações

pertinentes sobre o consumo e comercialização deste tipo de produtos.³⁵ Nas fontes visuais estes alimentos poderiam assumir também valores simbólicos. O leite como símbolo de maternidade e a pureza; a manteiga as virtudes espirituais, produto de transformação do leite, encerra a ideia de renovação espiritual. Todavia a manteiga era frequente nas mesas abastadas, sendo um dos condimentos recorrentes e preferenciais. Em dias de refeição “magra” era substituída pelo azeite, produto menos considerado na época. Segundo Oliveira Marques, a produção de manteiga teve alguma relevância económica no Portugal medieval, sendo mencionada em numerosa documentação (Marques 1974, 12). Em termos iconográficos não é fácil identificar a manteiga nas representações. Pensamos ser, talvez, um dos produtos que Gregório Lopes coloca nos recipientes de barro que constam no painel antes referido [Fig. 28]. O queijo de cabra era o de melhor qualidade e o mais apreciado, por esse motivo a criação destes animais, as fêmeas, destinava-se em grande parte à produção de leite, considerado o melhor para a alimentação. Ao natural, o leite era pouco consumido, por vezes para as crianças ou para doentes, administrado como medicamento.

O mel era o adoçante mais vulgar, sendo que a aristocracia tinha clara preferência pelo açúcar, cuja origem poderia ser já portuguesa, do Algarve, onde se cultivava já em 1404, ou da Madeira, onde fora introduzido por iniciativa do infante D. Henrique, que mandou vir plantas sacarinas da Sicília e trabalhadores especializados neste indústria para desenvolverem esta actividade (Pereira 1900, 10-11). Quanto ao mel, era usado na confecção de pratos e inclusive para condimentar pratos de carne; sabemos que por vezes era usado também misturado com vinho e especiarias e também era requerido para fins farmacológicos.³⁶ Sobre a sua produção, parte dele era produzido em apiários e tinha já alguma importância económica.³⁷ As tendeiças de Coimbra, tinham-no disponível para os seus clientes, entre outros produtos, como a manteiga ou o queijo seco (Coelho 1984, 93), e os cónegos do Mosteiro de Santa Cruz, da mesma cidade de Coimbra, consumiam-no em quantidades apreciáveis (Coelho 1984a, 382). Sobre a iconografia deste alimento as fontes visuais não abundam; escolhemos um pormenor de uma iluminura de António de Holanda, mais uma vez um fólho do Livro de Horas de D. Manuel I [Fig. 5], onde podemos identificar um pequeno apiário, apenas dois cortiços, destinado à produção de mel, pois era um produto valorizado, comercializados nos mercados e, inclusive, exportado para outros países.

A preparação e consumo dos alimentos

Sobre a alimentação das classes mais abastadas temos, de facto, muita documentação escrita que confirma alguns dos dados que as fontes iconográficas nos transmitem. As grandes diferenças assinalam-se no grau de acesso aos alimentos, na sua qualidade, formas de preparação e serviço à mesa, que se foram tornando cada vez mais sofisticadas e complexas. Nas casas senhoriais, encabeçadas pela corte régia, também da alta nobreza e grandes mercadores, poder-se-ia aceder a todos os produtos, os de melhor qualidade, e nas quantidades desejadas. Sobre a alimentação das classes mais desfavorecidas os dados são bastante mais escassos. Para a imensa maioria da população, representada pelos camponeses ou mesteirais, a alimentação seria, em regra, pobre, sobretudo em carne e peixe. A base seria o pão, de inferior qualidade, e os

³⁵ Vinyoles i Vidal (1991, 75-88).

³⁶ Consulte-se o estudo de Alcover Cateura (2021, 28).

³⁷ Relativamente ao contexto português, há muito poucos estudos sobre a economia do mel, apenas referências esparsas quanto ao seu uso; quanto à apicultura veja-se o excelente trabalho de Carmona Ruiz (2000, 387-421) e também um estudo de Alcover Cateura (2021, 54).

legumes; mesmo estes muitas vezes não estariam disponíveis nas quantidades suficientes para satisfazer as suas necessidades e afastar o fantasma da fome.

Independentemente do estrato social, são referidas amiúde duas refeições principais diárias: jantar e ceia; o jantar, no final da manhã, 10 / 11 horas, às vezes um pouco mais tarde, dependendo também da época do ano, da hora do nascer do sol, quando se iniciavam os trabalhos agrícolas, era a refeição principal do dia; a ceia tomava-se ao entardecer, após o dia de trabalho, no caso dos trabalhadores agrícolas e mesteirais. O almoço, menos vezes mencionado, era logo ao início do dia; por vezes apenas a ingestão de uma bebida alcoólica, o conhecido “mata-bicho”, hábito que se manteve nos meios rurais até quase aos nossos dias. Tratava-se normalmente de uma alimentação de simples confecção, à base de caldos, onde entravam os legumes de cada época do ano. Por vezes, em dias diferenciados, como o domingo, enriquecidos com um pedaço de carne de porco salgada ou um chouriço, se tal fosse possível, o que tornava o caldo mais saboroso e nutritivo. No final dividia-se o naco de carne ou enchido pelos elementos da família que o degustavam em cima de um naco de pão. Como sublinha Montanari, em meio campesino a carne é um simples complemento e não o alimento principal como acontecia na mesa da aristocracia (Flandrin & Montanari 2008, 263). Em dias mais festivos, por ocasião da matança do porco, as famílias poderiam então preparar refeições melhoradas, com carne, cozida ou assada nas brasas, mas eram momentos raros durante o ano. Em algumas regiões eram comuns as papas, sobretudo as preparadas com farinha de milho.

Não raro a refeição era preparada no campo, por exemplo no caso dos pastores que, no seu nomadismo, poderiam permanecer vários dias nas serranias com os animais [Fig. 29], ou de outros trabalhadores agrícolas que, para determinados trabalhos se deslocavam para mais longe de suas casas; estes levavam consigo o caldeirão para cozinhar onde quer que se encontrassem.



Fig. 29. Pastores preparando a refeição no campo. *Livro de Horas* dito de D. Manuel I. António de Holanda (atribuído), séc. XVI (c. 1517-1551). Lisboa, MNAA, IL 14, f. f. 6v



Fig. 30. Fogareiro de barro para cozinhar. Breviário da Condessa de Bertandos (c. 1530). António de Holanda (atribuído). Lisboa, ACL, Ms. Azul 1813, f. 16.

Se os alimentos eram diferenciados, de acordo com as condições sociais, talvez a maior desigualdade residisse na preparação dos mesmos e no serviço à mesa, função que na maioria das casas humildes nem existia. Nas habitações do campesinato a cozinha era pobre não só em alimentos como em utensílios e equipamentos para cozinhar; muitas casas, muito para além do período medieval, não tinham sequer chaminé, o lume fazia-se, em regra, no chão de terra batida; em algumas existiam pequenos fogareiros de barro,³⁸ também adequado para locais em que não fosse possível acender o lume directamente no chão [Fig. 30]. A comida era cozinhada em recipientes de barro ou metal, caldeirões de ferro ou cobre, colocados directamente sobre o lume, sobre trempes de ferro ou suspensas por uma corrente ou peça metálica [Fig. 31]. A refeição era tomada no mesmo local onde se cozinhava, muitas vezes sentados em redor do lume, pois não havia mobiliário adequado para o efeito, ou era muito pouco. Apenas tomavam a refeição em local apartado da cozinha as elites sociais, as pessoas das classes abastadas, assim como só nestes meios haveria mobiliário adequado: mesas e bancos. Embora não se realizassem banquetes todos os dias nos meios aristocratas, a refeição, nestes contextos, eram um acto distinto do que seria nos meios mais humildes, sendo convocada uma pequena multidão de serventes e utensílios.



Fig. 31. Preparação dos alimentos por pescadores no exterior (no areal). *Breviário da Condessa de Bertandos* (c. 1530). António de Holanda (atribuído). Lisboa, ACL Ms. Azul, 1813 f. 111.

³⁸ É um objeto que surge num número significativo de pinturas neste período: Francisco Campos, representa-o numa *Adoração dos Magos* (Museu de Évora); Garcia Fernandes, *Nascimento da Virgem*, c. 1520-30; madeira de carvalho, 122x66,5 cm; col. privada.

O serviço à mesa

Se o que se come importa para conhecer melhor a sociedade de determinada época ou contexto mais específico, com quem se come e como se come, revela-se também uma dimensão da maior relevância. Só, em família ou com um grupo mais alargado de participantes, o acto alimentar assume distintos sentidos e é, acima de tudo, um acto cultural. O que se come em cada momento, a origem, próxima ou distante, dos produtos que se servem à mesa, a restrições alimentares, as formas de preparação dos alimentos e o modo como se servem, são constituintes que transformam uma refeição num acto que vai muito além da simples satisfação de uma necessidade básica do ser humano.

Como sublinha Maria Helena Coelho, citando George Duby, “a hierarquia das dignidades marcava-se, em primeiro lugar, pelo refinamento na mesa (Coelho 1984, 96). Um dos indicadores mais relevantes seria a variedade e quantidade de alimentos que eram servidos, onde sobressaía a presença das carnes, muitas vezes em quantidades claramente descomedidas o que, em determinados momentos, teria causado incómodo a ponto de haver necessidade de estabelecer alguns limites. É conhecida a pragmática de D. Afonso IV, de 1340, que estabelecia que o jantar do rico-homem não deveria ter mais do que 3 pratos de carne ou peixe, e a ceia 2, e para os fidalgos e cidadãos 2 ao jantar e 1 à ceia. No entanto estes limites deixariam de ser considerados se os alimentos fosse dados em serviço e não comprados (Coelho 1984, 96). Naturalmente que estas eram indicações para as elites, pois entre as camadas menos privilegiadas não era necessário impor limites pois a regra era apenas um prato.

A mesa dos príncipes assume, sem dúvida, um importante significado simbólico, como momento privilegiado de encenação do poder. A posição do monarca, as relações hierárquicas que se estabelecem, a forma com é preparado o discurso visual torna claro a centralização do poder. Para tal era requerido um número muito considerável de oficiais, na cozinha, na copa ou na “casa” de comer, cada um com a sua função muito específica. A toalha de mesa, geralmente branca, herança da mesa romana, assim como a credenza, o móvel para expor a baixela são sinais de um serviço mais cuidado e executado por servidores. A baixela estava sempre presente quando se pretendia mostrar o fausto e estatuto social do proprietário; mesmo não se tratando de banquetes de aparato, pela sua opulência e dimensão, conferia elevado estatuto ao dono da casa. Era composta de numerosas e variadas peças, por vezes em prata e até de ouro, existindo, não raro, mais do que uma.³⁹ Mesmo em refeições mais simples, é comum ser representada a baixela, como se pode confirmar numa iluminura do Livro de Horas dito de D. Fernando ou de D. Catarina [**Fig. 32**]. Este exemplo parece-nos particularmente interessante pois a figura principal, que pode ser o próprio rei, partilha a mesa com um conviva, um único. A forma como está representado, descobrindo a cabeça e em pose subalterna, deixa claro o seu assumir de submissão e humildade perante o anfitrião. Em simultâneo poderemos antever neste encontro à mesa uma forma de criação ou reforço de laços entre os convivas, ficando clara a relação hierárquica de vassalagem. O anfitrião deve, pois, através da riqueza da mesa e do serviço, transmitir um sinal de alto estatuto ao convidado, neste caso um único, ou a um grupo quando disso se trate.

³⁹ Sobre a riqueza e variedade de objectos que uma cozinha cada vez mais sofisticada exigia, consulte-se o estudo de Braga (2011) onde se elencam e descrevem os principais inventários deste período.



Fig. 32. Refeição do rei. *Livro de Horas de D. Fernando ou D. Catarina*. Oficina de Gerard Horenbout. Flandres, séc. XVI (c. 1517). Lisboa, MNAAL, IL 13, f. 1v.

O serviço é assegurado por oficiais, todos homens, a comida, carne, preparada numa divisão apartada daquela onde se serve a refeição, é transportada em bandejas de estanho. A mesa foi preparada com cuidado, coberta com toalha branca, onde se encontram os talhadores individuais, facas, saleiros e o pão. O lugar onde se sentam os convivas é um elemento diferenciador; ao centro da mesa, no lado maior, de frente para o local de onde são servidos os alimentos, está o senhor da casa ficando o convidado à esquerda do anfitrião, no lado menor da mesa. De referir a presença de dois cães, também eles beneficiando da disponibilidade de alimentos, por vezes confeccionados propositadamente para os mesmos, sinal de abundância e riqueza da Casa.

Para concluir, propomos uma imagem do banquete oferecido pelo rei D. João I a João de Gand, Duque de Lencastre, fixado numa iluminura do século XV, imagem muitíssimo divulgada pois constitui o único exemplo medieval de uma mesa onde se encontra o rei de Portugal [**Fig. 33**]. Aqui podemos confirmar a hierarquização dos participantes, o ritual do serviço à mesa, e o cuidado na preparação do espaço.

O acontecimento é referido pelo cronista Fernão Lopes e por Jean de Froissart (c. 1337-c. 1405) que nos revela quem teve o benefício de partilhar a mesa com o rei:

... uma quinta-feira de manhã encontraram-se entre os dois reinos o rei de Portugal e o duque de Lencastre [...] e ali jantaram o duque de Lencastre e o rei de Portugal; o qual jantar foi muito bem ordenado e de todas as coisas; e assistem à mesa do rei: o Duque, o Bispo de Coimbra, o Bispo do Porto, o

Arcebispo de Braga; mais abaixo Jean de Hollande e Henry de Beaumont, e nas outras mesas os cavaleiros do duque, e muitos menestrelis...⁴⁰



Fig. 33. Banquete oferecido por D. João I a João de Gand, Duque de Lencastre.

Jean Wavrin, *Chroniques d'Angleterre*. Bruges, s. XV (c. 1480). Londres, BL, Royal Ms. 14.E.IV, f. 244v

Trata-se de um banquete onde apenas participam homens, aristocratas e altos clérigos. Ao centro a figura do rei sentado de frente, diante de a uma lareira de grande aparato, agora engalanada com um pano de armar bordado a ouro sobre fundo azul e um dossel com o escudo do real. Sobre a mesa, coberta com toalha branca, já foi colocado o pão e os saleiros; em frente a cada conviva encontra-se um talhador e uma faca. Os oficiais, em cortejo, transportam o prato de carne da copa para a mesa. Antes, o capelão-mor teria já benzido a mesa e abençoava os alimentos que iriam ser servidos; os convivas, a começar pelo rei, teriam já procedido ao ritual de “águas ás mãos”, cujos objectos, bacia e jarro, o trinchante ou o vedor tinham trazido, assim como a toalha para secar as mãos, responsabilidade do vedor (Santos 2002, 51). Fernão Lopes refere que neste jantar o cargo de vedor foi assumido pelo seu Condestável, Nuno Álvares Pereira, e que grandes fidalgos serviram de toalha e copa (Lopes 1983, 220), o que se comprova pela forma como se vestem as personagens que levam os alimentos para a mesa, que têm consigo uma pequena espada embainhada, elemento que confirma o seu estatuto social. Mais do que um momento para retemperar as energias, testemunhamos uma ocasião em que ocorrem negociações diplomáticas; pela postura e gestos dos convivas, haveria variados assuntos a tratar. A riqueza do banquete e de quem o promove, mede-se também por todo o enquadramento e ritual da mesa. Neste, como noutros banquetes similares, a dimensão sonora era um distintivo de fausto. Sobre um balcão mais elevado, à direita, podem observar-se dois músicos com instrumentos de sopro, talvez cornetos, que, em momentos muito precisos, como a entrada dos diferentes pratos, faziam soar os seus instrumentos.

A mesa dos príncipes terá sido um dos lugares por excelência de afirmação e exaltação do poder, constituindo-se como elemento relevante do sistema simbólico de representação social. Quanto ao cerimonial e requinte do serviço, não poderemos afirmar que seria o mesmo tem todas as cortes e épocas. Na corte portuguesa registava-

⁴⁰ *Les Chroniques de Sire Jean Froissart*. Tomo II, Livro III, en Froissart (1837, 514).

se, no período em que nos centramos, uma clara influência da corte da Borgonha, no requinte e regras de etiqueta.

As fontes iconográficas transmitem-nos, sobretudo, elementos visuais de ambientes sociais privilegiados; são bastante raros os testemunhos do acto alimentar entre as classes para desfavorecidas, o que é, sem dúvida, um indício da desigualdade em termos de representação social. Mesmo nas mesas mais requintadas é grande o afastamento entre o que é representado relativamente ao que foi registado nas fontes escritas, nomeadamente no que diz respeito a quantidades e variedades do alimentos. Sobre este assunto, poderemos afirmar que a iconografia dos alimentos e da mesa em Portugal na Idade Média, apesar de ser um contributo a ter em conta, oferecem-nos uma imagem muito esbatida do que seria a realidade da sociedade mas que, apesar de tudo e em conjunto com as numerosas fontes escritas e os numerosos estudos sobre a temática, permitem, conhecer melhor a realidade alimentar da época numa dimensão bastante vasta.

Obras citadas

- Aguillera, César. *História da alimentação mediterrânica*. Lisboa: Terramar, 2001.
- Alcover Cateura, Pablo José. “Emmagatzemar mel i confits de mel. Una aportació des de la història de l’alimentació (Regne de Mallorca, d’Aragó i Principat de Catalunya 1348-1491).” *Bolletí de la Societat Arqueològica Lul-liana: Revista d’estudis històrics* 76 (2020): 23-38. Link: <https://ub.academia.edu/PabloJoseAlcoverCateura> [consulta: 3/12/2021].
- . “La venda de mel als mercats urbans medievals mediterranis. Estudi comparat de les ordenacions del Regne de Mallorca (segle XV).” *Mayurqa, Revista del Departament de Ciències Històriques i Teoria de les Arts* V/3 (2021): 48-57. Link: <https://edicions.uib.es/ojs/index.php/mayurqa/article/view/621> [consulta: 3/12/2021].
- Alves, Ana Maria. “A Etiqueta de Corte no período Manuelino.” *Nova História. Século XVI* 1 (1984): 9-11.
- Arnaldi de Villanova. *Opera Medica Omnia*, vol. X.1. *Rústica. Regimen sanitatis ad regem aragonum*. Barcelona: Publicacions i Edicions de la Universitat de Barcelona, 1996.
- Arnaut, Salvador Dias ed. *O Livro de cozinha da Infanta D. Maria de Portugal*: primeira edição integral do Códice Português I. E. 33. da Biblioteca Nacional de Nápoles. Coimbra: Acta Universitatis Conimbrigensis, 1967. Link: <https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/bpt6k3241888/f71.item> [consulta: 3/12/2021].
- Banegas López, Ramón. *Sangre, dinero y poder: El negocio de la carne en la Barcelona bajomedieval (Crisis en la Edad Media)*. Lleida: Milenio, 2017.
- Beirante, Maria Ângela. “Ritos alimentares em algumas confrarias portuguesas.” Em Maria Ângela Beirante. *Territórios do sagrado: crenças e comportamentos na Idade Média em Portugal*. Lisboa: Colibri, 2011. 185-197.
- Braga, Isabel M. R. Mendes Drumond. “O peixe na dieta Alimentar dos Portugueses.” Em *Do Primeiro Almoço à Ceia. Estudos de História da Alimentação*. Sintra: Colares Editora, 2004. 35-59.
- . “Á mesa com Grão Vasco. Para o estudo da alimentação no século XVI.” *Máthesis* 16 (2007): 9-59.
- . “La place du poisson et des crustacés dans l’alimentation des portugais (XVI^e – XVIII^e siècle).” Em *Les nourritures de la mer, de la criée à l’assiette, Actes du Colloque du Musée maritime de l’île Tatihou*. Caen: Centre de Recherche d’Histoire Quantitative, 2007a. 241-250.
- . “Dos tachos e panelas aos açucareiros e bules. Recipiente para confeccionar e servir alimentos em Portugal da época moderna.” *História: Questões & Debates*, 54 (Jan.-Jun. 2011): 71-101.
- Buescu, Ana Isabel. “À mesa do rei. Cultura alimentar e consumo no século XVI.” Em Isabel dos Guimarães Sá & Máximo Garcia Fernández eds. *Portas adentro. Comer, vestir, habitar (ss. XVI-XIX)*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra/Secretariado de Publicaciones e Intercambio Editorial da Universidad de Valladolid, 2010. 19-45.
- Campos, Maria Amélia Álvaro de. “Alimentar a cidade de Coimbra na Baixa Idade Média: notas sobre os alimentos, as estruturas de transformação alimentar e os ofícios.” Em Carmen Soares & Irene Coutinho de Macedo eds. *Ensaio sobre património alimentar Luso-brasileiro*. Coimbra/São Paulo: Imprensa da Universidade de Coimbra/Annablume Editora, 2014. 113-137.
- . “Os alimentos e a mesa no quotidiano eclesiástico de Coimbra (séculos XIII-XVI).” Em Carmen Soares, Anny Jackeline T. Silveira & Bruno Laurioux coords. *Mesa*

- dos Sentidos & Sentidos da Mesa*, vol. II. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2021. 71-96.
- Carmona Ruiz, María Antonia. “La apicultura sevillana a fines de la Edad Media.” *Anuario de Estudios Medievales* 30/1 (2000): 387-421.
- Carvalho, José Alberto Seabra. *Gregório Lopes*. Lisboa: Inapa, 2004.
- Catarino, Maria Manuela. “Abastecimento e consumo de pescado – alguns aspectos do quotidiano na Lisboa dos séculos XIV e XV.” *Cadernos do Arquivo Municipal*, 2ª série, 8 (Julho-Dezembro 2017): 17-35.
- Coelho, Maria Helena da Cruz. “Apontamentos sobre a comida e a bebida do campesinato coimbrão em tempos medievos.” *Revista de História Económica e Social* 12 (1984): 91-99.
- . *Receitas e despesas do Mosteiro de Santa Cruz de Coimbra em 1534-1535*. Coimbra: Separata Boletim do Arquivo da Universidade de Coimbra, vol. VI, 1984a. 375-459.
- . “A pesca fluvial na economia e sociedade portuguesa.” *Cadernos Históricos* 6 (1992): 81-102.
- . “O Concelho de Torres Novas em tempos de crescimento e consolidação de um reino.” *Nova Augusta* 6 (1992a): 55-67.
- . “Ao correr do vinho: ‘governança’ e ‘desgovernança’ dos homens.” *Portefólio – Revista da Fundação Eugénio de Almeida* 1 (2005): 112-121.
- . “A mesa do rei de Avis: espaços, oficiais, alimentos e cerimoniais.” Em Carmen Soares & Irene Coutinho Macedo eds. *Ensaio sobre património alimentar Luso-brasileiro*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2014. 89-112.
- . “No quotidiano e na festa: os gastos em alimentação de dois concelhos do além Tejo, no século XV.” Em Carmen Soares & Joaquim Pinheiro eds. *Patrimónios alimentares de aquém e além-mar*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2016. 571-590.
- & Riley, Carlos Guilherme. *Sobre a caça*. Separata de Estudos Medievais. Porto: Centro de Estudos Humanísticos/Secretaria de Estado da Cultura, 1988. 221-267.
- Crespo, Hugo Miguel. “À mesa do Príncipe. Jantar e cear na corte de Lisboa (1500-1700).” Em *À mesa do Príncipe. Jantar e cear na corte de Lisboa (1500-1700): prata, madrepérola, cristal de rocha e porcelana*. Lisboa: AR/PAB, 2018. 50-114.
- D’Almeida, Lopo de. *Cartas de Itália*. Lapa, Rodrigues ed. Lisboa: Imprensa Nacional, 1935.
- Dias, Jorge, Oliveira, Ernesto Veiga de & Galhano, Fernando. *Sistemas primitivos de moagem em Portugal – moinhos, azenhas e atafonas – I – Moinhos de água e azenhas*. Porto: Inst. Alta Cultura/Centro de estudos de etnologia peninsular, 1959.
- D. Duarte. *Leal Conselheiro*. Joseph M. Piel ed. Lisboa: Livraria Bertrand, 1942.
- Durand, Robert. *Les campagnes portugaises entre Douro et Tage aux XII^e et XIII^e siècles*. Paris: Fundação Calouste Gulbenkian, 1982.
- Ferreira, O. Da Veiga. “Algumas notas acerca da cultura da vinha na Antiguidade.” Em *Estudos Italianos em Portugal* 36 (1973): 179-186.
- Flandrin, Jean-Louis & Montanari, Massimo dir. *História da alimentação*. Vol. I. Maria da Graça Pinhão trad. Lisboa: Terramar, 2008.
- Flandrin, Jean-Louis & Montanari, Massimo dir. *História da alimentação*. 2. *Da Idade Média aos tempos actuais*. Maria da Graça Pinhão trad. Lisboa: Terramar, 2001.
- Froissart, Jean. *Les Chroniques de Sire Jean Froissart*. J. A. C. Buchon ed. Paris: Auguste Desrez, Imprimeur-Éditeur, 1837.
- Góis, Damião de. *Crónica do Felicíssimo Rei D. Manuel*. Parte IV. Coimbra: Acta Universitatis Conimbrigensis, 1955.

- Gomes, Rita Costa. *A Corte dos reis de Portugal no final da Idade Média*. Linda-a-Velha: Difel, 1995.
- Gonçalves, Iria. “A colheira régia medieval, padrão alimentar de qualidade (um contributo beirão).” *Revista da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas* 6 (1992): 175-189.
- Gonçalves, Iria. “Alimentação.” Em José Mattoso coord. *História da vida privada em Portugal*. Lisboa: Temas e Debates/Círculo de Leitores, 2010. 226-259.
- Gonçalves, Iria. “A itinerância régia e o alimento.” Em Ana Isabel Buescu & David Felismino coord. y ed. *A mesa dos reis de Portugal. Ofícios, consumos, cerimónias e representações (séculos XIII-XVIII)*. Lisboa: Círculo de Leitores, 2011. 286-303.
- Gonçalves, Iria. *A mesa nas terras de Alcobaça em finais da Idade Média*. Alcobaça: Direcção-Geral do Património Cultural/Mosteiro de Alcobaça/Cooperativa Agrícola de Alcobaça, 2017.
- Gonçalves, Iria. “Lisboa e o seu abastecimento de cereais.” Em Amélia Aguiar Andrade & Mário Farelo coord. *Pão, carne e água. Memórias de Lisboa medieval*. Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa/Instituto de Estudos Medievais, 2019. 49-59.
- Gonçalves, Iria. “A cozinha e mesa em tempos medievais.” Em Amélia Aguiar Andrade & Mário Farelo coords. *Pão, carne e água. Memórias de Lisboa medieval*. Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa/Instituto de Estudos Medievais, 2019a. 101-112.
- Guerreau-Jalabert, Anita. “Aliments symboliques et symbolique de la table dans les romans arthuriens (XII^e-XIII^e siècles).” *Annales, Économies, Sociétés, Civilisations* 47/3 (1992): 561-594.
- Livro dos Conselhos de el-rei D. Duarte (Livro da Cartuxa)*. Edição Diplomática. Transcrição de João Alves Dias. Lisboa: Editorial Estampa, 1982.
- Lopes, Fernão. *Crónica de D. João I*. Vol. II. Lisboa: Livraria Civilização/Editora Nacional, 1983.
- Marche, Olivier de La. *Mémoires d’Olivier de La Marche, maître d’hôtel et capitaine des gardes de Charls le Téméraire*. Henry Beaune & J. D’Arbaumont eds. t. II. Paris: Société de l’histoire de France, 1884.
- Marques, Maria Alegria Fernandes. “A alimentação no tempo de D. Afonso Henriques.” Em Mário Jorge Barroca coord. *No tempo de D. Afonso Henriques. Reflexões sobre o primeiro século português*. Porto: CITCEM, 2017. 247-278.
- Marques, A. H. de Oliveira. *A Sociedade Medieval Portuguesa*. Lisboa: Livraria Sá da Costa Editora, 1974.
- . *Introdução à História da Agricultura em Portugal*. Lisboa: Edições Cosmos, Lisboa, 1978.
- Pereira, J. M. Esteves. *A Indústria Portuguesa (séculos XII a XIX)*. Lisboa: Empresa do Occidente, 1900.
- Pereira, Mariana da Fonseca Antunes Alves. *A Mulher e o trabalho nas cidades e vilas portuguesas medievais (séculos XIV e XV)*. [Dissertação de mestrado em História Medieval] FCSH/NOVA, 2020. Link: <https://run.unl.pt/bitstream/10362/94408/1/Disserta%20a7%20a3o%20de%20omestrado.%20A%20mulher%20e%20o%20trabalho%20nas%20cidades%20e%20vilas%20portuguesas%20medievais%20.pdf> [consulta: 20/05/2021].
- Pina, Rui de. *Chronica de El-Rei D. Affonso V*, 3 vols. Lisboa: Escriptorio, 1901.
- Pina, Rui de. *Crónica de El-Rei D, João II*. Prefácio e notas de Alberto Martins Carvalho. Coimbra: Atlântida, 1950.
- Pina, Rui de. *Chronica do muito alto e muito esclarecido principe Dom Diniz, sexto rey de Portugal / composta por Ruy de Pina...; fielmente copiada do seu original*

- por Miguel Lopes Ferreyra. Lisboa: Occidental: Na Officina Ferreyriana, 1729.
Link: <https://purl.pt/313/1/index.html#/3/html> [consulta: 29/07/2021].
- . *Crónica del Rey Dom Joham II*. Coimbra: Livraria Editora, 1950.
- Resende, Garcia de. *Miscellanea e variedade de historias, costumes, e cousas que em seu tempo aconteceram*. Mendes dos Remédios pref. Coimbra: França Amado Editor, 1917.
- Ribeiro, João Pedro. “Memórias para a história das Inquirições dos primeiros reinados de Portugal”. Lisboa: Imprensa Régia, 1815, doc. XII. 41-42. Link: <https://archive.org/details/memoriasparahist00ribe/page/40/mode/2up> [consulta: 29/07/2021].
- Riera y Melis, Antoni. *Els cereals i el pa en els països de llengua catalana a la baixa edat mitjana*. Memòries de la Secció Històrico-Arqueològica CIII. Barcelona: Institut d’Estudis Catalans, 2017.
- Santos, Maria José Azevedo. *A Alimentação em Portugal na Idade Média. Fontes, Cultura, Sociedade*, Coimbra: Tip. Lousanense, 1997.
- . *Jantar e Cear na Corte de D. João III*. Leitura, transcrição e estudo de dois livros da cozinha do Rei (1524 e 1532). Vila do Conde/Coimbra: Câmara Municipal de Vila do Conde/Centro de História da Sociedade e da Cultura, 2002.
- . “A escrita serve à mesa. Um valioso livro da ucharia da casa d’el Rei D. João III.” *Actas do VI Congresso Galiza-Norte de Portugal. Saberes e Sabores*. Porto: Delegação Regional de Cultura do Norte, 2006. 23-65.
- Soares, Carmen. “Pão e vinho sobre a mesa. Um clássico da alimentação portuguesa.” Em Carmen Soares & Irene Coutinho de Macedo coords. *Ensaio sobre o património alimentar luso-brasileiro*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2014. 17-50. Link: https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/44456/1/EnsaioPatrimo%cc%81nioAlimentar_artigo2.2-36.pdf [consulta: 29/07/2021].
- Pucci Donati, Francesca. *Approvvigionamento, distribuzione e consumo in una città medievale: il mercato del pesce a Bologna, secoli XIII-XV*. Spoleto: Fondazione Centro italiano di studi sull’alto Medioevo, 2016.
- Rouche, Michel. “Le banquet des moines au Moyen Âge.” Em Jean Ferniot & Jacques Le Goff eds. *La cuisine et la table: 5000 ans de gastronomie*, 1986. 71-74.
- Tarouca, Carlos da Silva ed. *Crónicas dos sete primeiros reis de Portugal*, vol. II. Lisboa: Academia Portuguesa de História, 1952.
- Vasconcelos, José Leite de. *Etnografia Portuguesa*, vol. VI. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda, 2007.
- Viana, Mário. “A vinha e o vinho nos provérbios e na cultura popular.” *Revista da Biblioteca Nacional de Lisboa*, 2, 8 (1) (Jan.-Jun. 1993): 7-22.
- Viana, Mário. “Considerações sobre o abastecimento de vinho a Lisboa provocadas pelo choro de uma dama antiga (1522).” *Arquipélago – História*, 2.ª série, II (1997): 417-433.
- Vinyoles i Vidal, Teresa Maria. “Notes sobre el formatge de Mallorca.” *Bolletí de la Societat Arqueològica Lul-liana. Revista d’estudis històrics* 47 (1991): 75-88.
- Viterbo, Joaquim de Santa Rosa de. *Elucidário das palavras, termos e frases que em Portugal antigamente se usaram e que hoje regularmente se ignoram: obra indispensável para entender sem erro os documentos mais raros e preciosos que entre nós se conservam*. Vol. 2. Lisboa: A. J. Fernandes Lopes, 1865.