El menjar blanc: de Catalunya al món

Autor: Gemma Bufias
Data de publicació: 17-11-2015

Presentem per escrit el contingut de la conferència de la Gemma Bufias al 14è Simposi de la Descoberta Catalana d'Amèrica celebrat a Arenys de Munt el novembre del 2014.

El menjar blanc és un crema d'ametlles menjada normalment per postres. És típic del Baix Camp i les Terres de l'Ebre. Els ingredients principals són les ametlles, el sucre, el midó (de blat de moro o d'arròs), la pell de llimona i la canyella. A Menorca i a Sardenya (Sàsser i l'Alguer) s'empra llet per comptes d'ametlles. A l'Edat Mitjana el trobem en versió dolça, com a postres i en versió salada, preparat amb gallina, llagosta, peix o carbassa.

Exemple d'unes postres de menjar blanc català

En Jaume Fàbrega, gran especialista en la història de la cuina catalana, assegura que era un plat exclusiu de les classes altes, ja que requeria una elaboració delicada i molt de temps: "L'ús del morter d'un fogonet especial o bresquet, a fi que no es fumés, així com d'olles noves".

Capses del menjar blanc de Reus, encara avui dia comercialitzat

El consum de menjar blanc data de molt antic i està referenciat explícitament en textos medievals. El primer exemple, el trobem al Llibre de Sent Soví, datat del 1324.

Es tracta del primer receptari de cuina catalana medieval, anònim i escrit en català. Tal com diu l'autora irlandesa Camilla Jessel, "els llibres de cuina més antics, de fet, vénen d'Espanya, de Catalunya". A més a més, sabem per en

Ràfols i Casamada, que el de Sent Soví és un dels “més antics llibres de cuina de l’Europa cristiana” i una referència culinària molt important i, com assegura en Trias i Teixidor, té un possible origen espanyol. Inclou més de 200 receptes, entre elles el menjar blanc. Els ingredients principals que conté són la llet d’ametlles i algun espessidor com el midó o la farina d’arròs.

Arnau de Vilanova (1240-1311), famós metge de reis i papes, recomanava la ingesta d’un menjar blanc en una versió per a convalescents i persones delicades.

Portada de la primera edició del Llibre del Coch

Al segle XVI trobem el Llibre del Coch , escrit pel Mestre Robert de Noia o Nola. És un receptari de cuina catalana escrit en català vers el 1460 i imprès per primera vegada a Barcelona, al s. XVI. La major part de receptes es basen en el receptari medieval del Sent Soví i afegeix d’altres receptes renaixentistes occitanes, franceses, italianes i àrabs.

Curiosament, tal i com apunta en Jaume Fàbrega, no hi trobem cap recepta castellana o d’altres regnes espanyols no pertanyents a la nació catalana. Robert va ser cap de cuina (dit coc, a l’època) del Rei Ferran I de Nàpols (1458-1494). Robert signa com a mestre, títol donat a Catalunya i a Itàlia als grans cuiners. No és estrany que a la traducció castellana el títol hagi desaparegut.

Al segle XVII, al Quixot, Cervantes fa menjar menjar blanc a Don Quixot i a Sanxo Pança tot passant per Barcelona. Així, a la segona part, al capítol XLII, hi podem llegir: “Estando á la mesa dijo D. Antonio á Sancho: Acá tenemos noticia, buen Sancho, que sois tan amigo de manjar blanco y de albondiguillas, que si os sobran las guardais en el seno para el otro día”.

Expansió catalana a la Mediterrània, del segle XIII al XV

Tal i com ens explica novament en Fàbrega al seu llibre La cuina del país dels càtars, la recepta del menjar blanc originària de Reus ha arribat a les Balears, al País Valencià i a Occitània, especialment al Llenguadoc. Afirma que aquest plat era, segurament, d’origen àrab i que, a través de Catalunya i Occitània, es va estendre arreu d’Europa. No obstant això, als receptaris àrabs trobem receptes d’arròs amb llet i cremes d’arròs, però no pas de menjar blanc. Si bé l’arròs i el sucre són d’origen àrab, la presència de l’ametlla, molt abundant a Catalunya, és el factor determinant que fa pensar a Rudolf Grewe que aquest plat té un origen peninsular, que bé pot ser català. Encara avui dia, a Turquia es fa una mena de menjar blanc en versió salada, feta a base de llet, sucre, arròs matxucat, algun espessant més, canyella i pit de pollastre, anomenat tavuk göksü, que significa literalment «pit de pollastre», tal i com era propi de la cuina medieval catalana

Un plat de tavuk göksü

Com anem veient, el menjar blanc es difongué per tot Europa, prenent els noms de: manjar blanco, a Castella; manjar branco, a Portugal; blanc manger, a França; blancmange, a Anglaterra i mangiar bianco alla catalana, a Itàlia i flammeri, a Alemanya.

Quan passem a Amèrica, curiosament, també hi trobem l’hàbit de prendre manjar blanco per postres.

Propaganda del manjar blanco argentí

Es coneix amb els noms de dulce de leche, manjar, arequipe o cajeta, nom aquest darrer que ens enllaça directament amb les capsetes d’ametlla de les terres de l’Ebre i de Ponent.

Capsetes d’ametlla

A d’altres països d’Amèrica llatina, concretament, a Bolívia, Colòmbia, Equador, Panamà, Cuba i Perú també es diu específicament manjar blanco.

Manjar blanco peruà

He estat mirant d’escatir l’origen del menjar al continent americà i diversos estudiosos asseguren que és incert, però sempre afirmen que la seva presència és posterior al descobriment.

D’altra banda, també va arribar a les Filipines; l’adaptació del menjar blanc allà es diu maja blanca: usen llet de coco per comptes de llet, juntament amb el blat de moro com espessant. No hem d’oblidar que les Filipines va ser colònia espanyola i que, segons l’Institut Nova Història, van ser els navegants catalans els primers d’arribar-hi.

Envàs de Maja Blanca instantània, encara avui dia, a les Filipines

CONCLUSIÓ:
Com a conclusió, hem vist que el menjar blanc català s’escampà arreu on arribaren els catalans de forma històricament reconeguda: a València, les Balears, Sardenya, Nàpols. La presència del mateix menjar blanc a Amèrica ens faria suposar que també, des dels orígens de l’arribada dels conqueridors, hi havia d’haver hagut notable presència catalana, que ha perviscut en els seus costums culinaris fins al dia d’avui.

Gemma Bufias

REFERÈNCIES I BIBLIOGRAFIA:

1.- JAUME FÀBREGA, La cuina del país dels càtars. Cultura i plats d’Occitània, de Gascunya a Provença; Cossetània Edicions, Valls, 2003.

2.- JOAN RÀFOLS I CASAMADA, «La llet al segle XIX: de medecina a aliment», Actes de la VI Trobada d’Història de la Ciència i de la Tècnica; Societat Catalana d’Història de la Ciència i de la Tècnica, Barcelona, 2002.

3.- A. TRIAS i TEIXIDOR, «El català en el llatí del “Regimen Sanitatis ad Regem Aragonum” d’Arnau de Vilanova», Estudis de Llengua i Literatura Catalanes/XXXII, Miscel·lània Germà Colón, vol. 5; Publicacions de l’Abadia de Montserrat, Barcelona, 1996.

4.- JAUME FÀBREGA, La cultura del gust als Països Catalans. La cultura del gust als Paisos Catalans: espais geogràfics, socials i històrics del patrimoni culinari català; Edicions El Mèdol, Tarragona, 2000.

5.- ELIANA THIBAUT I COMALADA, Cuina medieval catalana. Història, dietètica i cuina; Cossetània Edicions, Valls, 2006.

6.- ANÍBAL B. ARCONDO, Historia de la alimentación en Argentina. Desde los orígenes hasta 1920; Ferreyra Editor, Córdoba, 2002.

7.- ERIKA FETZER, Sabores del Perú. La cocina peruana de los incas hasta nuestros días; Viena Ediciones, Barcelona, 2004.

8.- NORMA OLIZON-CHIKIAMKO, Filipino Favorites; Periplus Editions Ltd., Singapur, 2003.

9.- MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA, El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha; F. A. Brokhaus, Leipzig, 1866, Segona Part, cap. LXII, p. 336.