

# Índice

Procedencia de los textos . . . . .	II
-------------------------------------	----

Prólogo. Toni Riera y la historia de la alimentación . . . . .	13
--	----

## PARTE I LOS ALIMENTOS Y LOS CONDIMENTOS

1. De la mortificación al placer: la carne en las mesas medievales. . . . .	27
---	----

Introducción . . . . .	27
------------------------	----

La Alta Edad Media . . . . .	30
------------------------------	----

<i>El triunfo de la carne entre la nueva aristocracia medieval y los canónigos regulares . . . . .</i>	33
--	----

<i>La defensa monástica de los alimentos vegetales . . . . .</i>	36
--	----

<i>La carne en la alimentación de los campesinos . . . . .</i>	41
--	----

De mediados del siglo XI a finales del XIII. . . . .	43
--	----

<i>Continuidades y cambios en la presencia de la carne en las mesas de la nobleza y las altas jerarquías eclesiásticas . . . . .</i>	44
--	----

<i>La penetración gradual de la carne en los refectorios cenobíticos y la reacción rigorista del «nuevo monacato» . . . . .</i>	52
---	----

<i>El retroceso de la carne fresca en las mesas de los estamentos bajos rurales y urbanos. . . . .</i>	64
--	----

La Baja Edad Media . . . . .	67
------------------------------	----

<i>La centralidad de la carne en los sistemas alimentarios de los colectivos privilegiados . . . . .</i>	72
--	----

<i>La consolidación del consumo de carne en los grandes monasterios . . . . .</i>	80
---	----

<i>El incremento lento, pero sostenido, del consumo de carne entre las clases populares urbanas y rurales . . . . .</i>	91
---	----

Conclusiones . . . . .	98
------------------------	----

2. «Dono vobis peciam unam terre causa precharia, ad complantandum vineas de bonas vites et hedificandum»: el vino en Cataluña, siglos IX-XIII . . . . .	103
---	-----

Introducción . . . . .	103
------------------------	-----

La viña y el vino en la Alta Edad Media . . . . .	103
---	-----

La expansión de la vid en los siglos XII y XIII . . . . .	III
Conclusiones . . . . .	131
<b>3. Producción y consumo de higos en la Corona de Aragón durante la Baja Edad Media . . . . .</b>	<b>133</b>
Introducción . . . . .	133
Los primeros testimonios cristianos del cultivo de la higuera en la franja septentrional de la «Confederación» . . . . .	133
El legado islámico en el valle del Ebro y las comarcas valencianas . . . . .	134
La colonización feudal de las Tierras Nuevas y sus consecuencias agropecuarias y alimenticias . . . . .	136
El crecimiento sostenido de la producción y del consumo de higos en la Baja Edad Media . . . . .	138
<i>La producción</i> . . . . .	139
<i>La conservación</i> . . . . .	141
<i>La comercialización</i> . . . . .	142
<i>El consumo</i> . . . . .	152
Conclusiones . . . . .	155
<b>4. «Transmarina vel orientalis especies magno labore quaesita, multo precio empta». Especies y sociedad en el Mediterráneo noroccidental en el siglo XII . .</b>	<b>157</b>
Introducción . . . . .	157
El uso de las especias en Cataluña y el Languedoc . . . . .	162
<i>La casa real</i> . . . . .	164
<i>La nobleza</i> . . . . .	172
<i>La alta clerecía</i> . . . . .	180
<i>El monacato</i> . . . . .	194
<i>El campesinado</i> . . . . .	205
Causas del prestigio de las especias . . . . .	208
Conclusión . . . . .	215

## PARTE II

### ALIMENTACIÓN E IDENTIDAD SOCIAL

<b>5. El sistema alimentario como elemento de diferenciación social en la Alta Edad Media: Occidente, siglos VIII-XII . . . . .</b>	<b>219</b>
Introducción . . . . .	219
El paisaje altomedieval . . . . .	222
Los sistemas alimentarios . . . . .	222

<i>La aristocracia</i> . . . . .	223
<i>Los monjes</i> . . . . .	225
<i>Los canónigos regulares</i> . . . . .	234
<i>El campesinado</i> . . . . .	242
Conclusiones . . . . .	249
<b>6. Jerarquía social y desigualdad alimentaria en el Mediterráneo noroccidental durante la Baja Edad Media: las cocinas y las mesas seculares</b> . . . . .	255
Introducción . . . . .	255
Las disfunciones, los conflictos y las reestructuraciones en la Baja Edad Media. . . . .	260
Los sistemas alimentarios . . . . .	269
<i>La casa real y la nobleza, la opulencia del poder</i> . . . . .	270
<i>La alta burguesía, una dieta amplia y diversa como signo de ascenso social</i> . . . . .	281
<i>Los menestrales y el «poble menut» urbano, la sobriedad forzosa como norma</i> . . . . .	287
<i>Los campesinos, entre la autosuficiencia alimentaria y el mercado</i> . . . . .	296
Conclusiones . . . . .	306
PARTE III	
ALIMENTACIÓN Y ASCETISMO	
<b>7. «A carnibus se absteineat, nam dura est conditio nutrire hostem contra quem dimices»: la alimentación en algunas reglas monásticas hispanas de los siglos VI y VII</b> . . . . .	315
Introducción . . . . .	315
El contexto económico, social y cultural . . . . .	316
Las propuestas alimentarias monásticas. . . . .	326
<i>La dieta ordinaria</i> . . . . .	331
<i>Los regímenes especiales</i> . . . . .	332
<i>Los servicios alimentarios y la comensalidad monástica</i> . . . . .	335
<i>Las restricciones alimenticias</i> . . . . .	337
Conclusiones . . . . .	344
<b>8. Cluniacenses y cistercienses en el siglo XII: dos concepciones del ascetismo, dos sistemas económicos, dos actitudes ante la alimentación</b> . . . . .	347
Introducción . . . . .	347
El ascetismo de los monjes negros: una vida centrada en la liturgia. . . . .	350
La economía cluniacense: la centralidad de la mano de obra secular . . . . .	352
Un sistema alimentario amplio y refinado . . . . .	359
El ascetismo de los monjes blancos: el retorno a los orígenes . . . . .	366

La economía cisterciense: una red de grandes propiedades rurales sin masadas, rentas de la tierra ni monopolios señoriales . . . . .	376
Un sistema alimentario «para superar el hambre, no para agasajar el paladar». . . . .	385

## PARTE IV

## POLÍTICAS PÚBLICAS DE APROVISIONAMIENTO

9. «Tenir la ciutat provehida de virtualles e, singularment, de forments»: crisis cerealistas, políticas públicas de aprovisionamiento y seguridad alimentaria en las ciudades catalanas durante la Baja Edad Media . . . . .	395
Introducción . . . . .	395
Las disfunciones, los conflictos y las reestructuraciones económicas y sociales de la Baja Edad Media. . . . .	397
Los tipos de grano. . . . .	406
El abastecimiento de cereales . . . . .	407
Los circuitos intraurbanos del grano y de la harina . . . . .	418
La regulación del comercio urbano de cereales . . . . .	427
Carestías, penurias y hambres . . . . .	431
<i>Las carestías del primer tercio del siglo XIV</i> . . . . .	436
« <i>El mal any primer</i> ». . . . .	441
<i>Las penurias del segundo tercio del siglo XIV</i> . . . . .	447
« <i>L'any de la fam</i> » . . . . .	452
<i>Las crisis alimentarias del último cuarto del siglo XIV</i> . . . . .	463
<i>Las carestías de la primera mitad del siglo XV</i> . . . . .	467
La gestión municipal de las crisis frumentarias . . . . .	475
<i>El control de las áreas de aprovisionamiento y de las vías de circulación del grano</i> . . . . .	476
<i>Los mecanismos de intervención indirecta</i> . . . . .	479
<i>Los mecanismos de intervención directa</i> . . . . .	485
<i>Las medidas de fuerza</i> . . . . .	493
<i>La tasación de los precios de los cereales</i> . . . . .	498
<i>Los rituales expiatorios</i> . . . . .	498
La fiscalidad de los cereales y sus derivados. . . . .	500
El precio de los cereales. . . . .	507
Conclusiones . . . . .	510