



Visigodos

Gastronomía

Arquería

(parte 1)



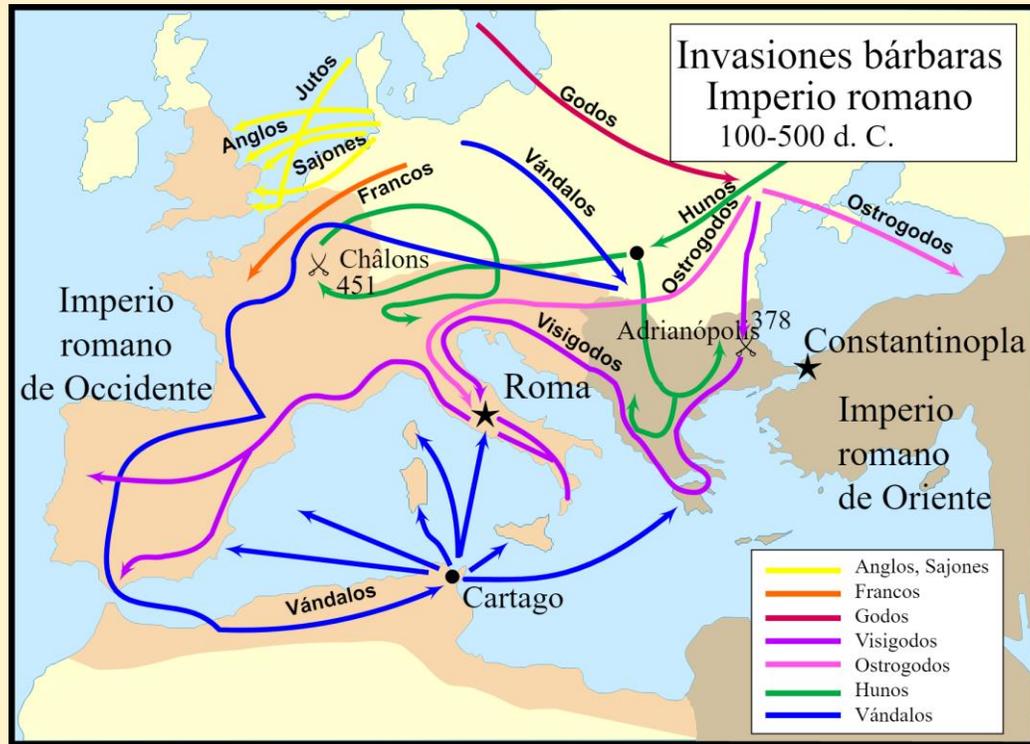
Rama de los pueblos **godos** (100 – 150), que a su vez pertenecen a los pueblos germánicos orientales, procediendo originalmente de Suecia. Actualmente sigue habiendo enclaves que recuerdan el nombre de sus habitantes originales, como la isla de Gotland en el mar Báltico, cuyo nombre viene a significar “Tierra de los Godos”.

A comienzos de la era cristiana inician una migración en la que cruzan el Báltico estableciéndose inicialmente en dos reinos:

- Al sur de la actual Polonia, en la zona de los Cárpatos.
- Poco después, hacia el sur hasta las orillas del mar Negro, en Ucrania y sur de Rusia hasta el Danubio.



En estos asentamientos empiezan a dividirse en distintos pueblos bárbaros que tienen contacto y sufren a los Hunos y que, posteriormente, se unen en las invasiones bárbaras al Imperio Romano:



VISIGODOS (año 200 – 375)

Procedentes de la estepa euroasiática (entre Moldavia y Ucrania) y que pasaron, saquearon y guerrearon desde Grecia a Italia y Francia.

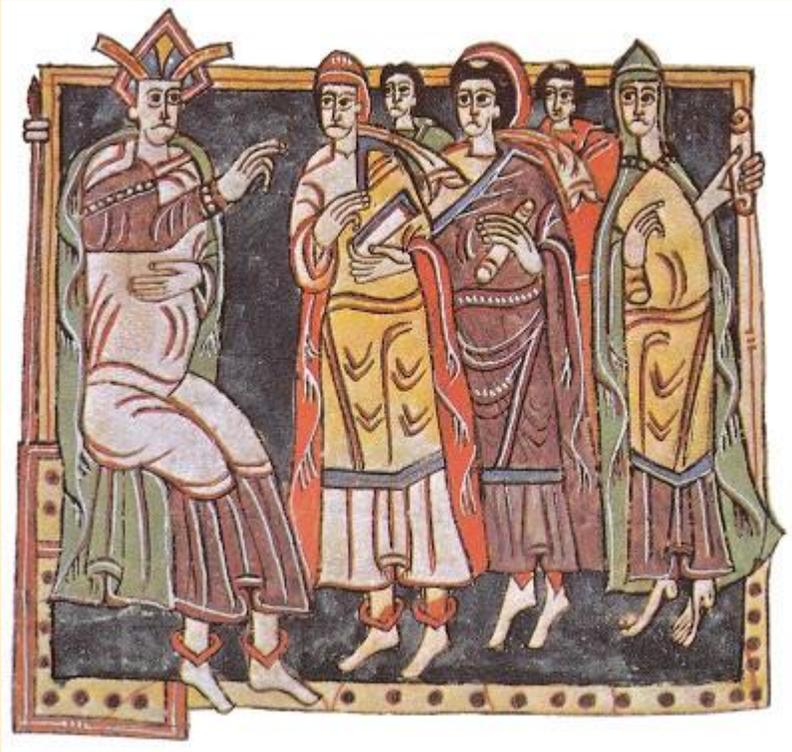
- Enfrentamientos territoriales.
- Hostigamiento Huno.
- Derrota ante los Francos (Vouillé, 507 D.C.)

Año 409: suevos, vándalos y alanos invaden Hispania. Roma federa a los **visigodos** y les permiten asentarse en Hispania si expulsan/someten a los anteriores. Se asientan inicialmente en **Toletum** y se expanden por el resto de la península (s. V – VIII).

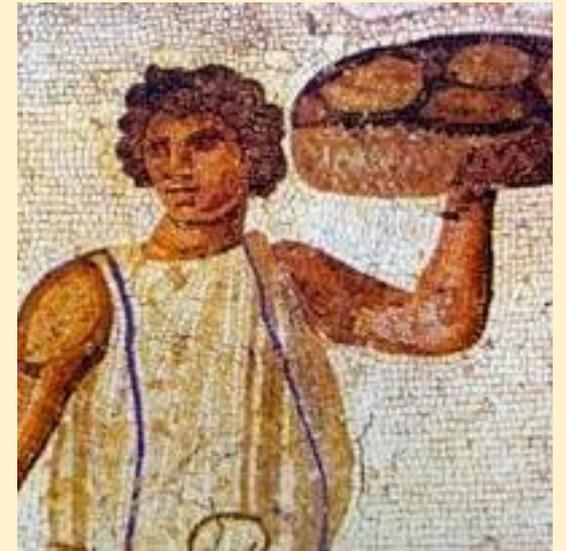


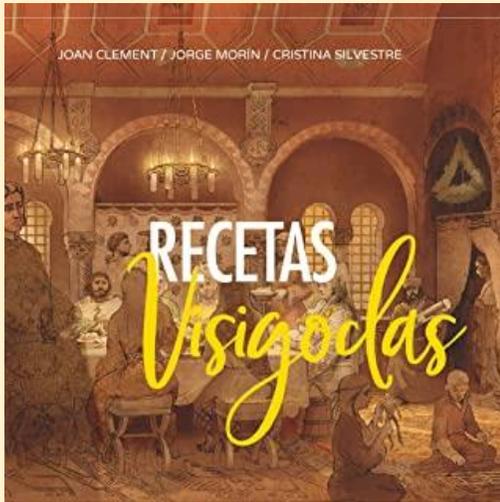
Etymologiae: Originum sive etymologiarum libri viginti

- Esteparios, buenos jinetes, migrantes.
- Toman elementos de otros pueblos: culturales, militares, cinegéticos, gastronómicos...
- No documentan su cultura, usos ni costumbres.
- **San Isidoro de Sevilla** (s. VII) escribe sus **Etimologías**. Veinte libros en los que trata de explicar el origen de las palabras de los temas que trata cada uno.



En el libro XX *“Acerca de las provisiones y de los utensilios domésticos y rústicos”* habla de la comida, bebida y el menaje que el pueblo visigodo usaba. El libro toma textos clásicos, como los del gastrónomo romano del siglo I Marco Gavio Apicio.





Joan Clement
Dr. Jorge Morín
Cristina Silvestre



Dr. José Yravedra
Dra. Verónica Estaca

En los libros de San Isidoro se mencionan:

- Diferentes tipos de panes: con o sin levadura, de espelta.
- Diferentes técnicas de cocinado de carnes: cocidas, asadas, fritas...
- Técnicas de embutidos (mencionados por San Isidoro).
- Bebidas como bebidas fermentadas, vinos e incluso cerveza.

A la poca información que se tiene documentada, afortunadamente, hay que unir los estudios arqueológico-gastronómicos y divulgativos.

- Cereales panificables: trigo, cebada, espelta.
- Verduras y hortalizas de temporada, frutos y bayas.
- Lácteos y derivados.
- Miel.
- Recolectados: caracoles, ostras (importadas o cerca de asentamientos de costa atlántica), pescados, como los atunes.
- Se tienen evidencias de la elaboración de *garum*, una salsa de pescado para acompañar multitud de platos (era como el Ketchup de la época) y era invento de los romanos.



- Carne de ganado domestico: cordero, cabrito, vacuno y ovejas.
- Carne de caza menor: liebres, conejos y perdices.
- Carne de caza mayor (sólo accesible a estamentos nobles): ciervo.

Son, en estos elementos de caza menor y mayor (sólo permitida para los estamentos nobles), donde el uso de arcos (presumiblemente) pasaría del uso estrictamente militar y defensivo al cinegético y recreativo.



Pronto mucho más sobre visigodos, gastronomía y arquiería...

