



**ilología culinaria:  
Reflexiones filológico culinarias  
en Isidoro de Sevilla.**

**Hacia una crítica de la razón culinaria**

**Culinary Philology: Philological-culinary  
Considerations in Isidore of Seville.  
Towards a Critique of Culinary Reason**

*Gonzalo Soto Posada\**

Recibido el 15 de noviembre de 2009

Aprobado el 15 de octubre de 2010

---

\* Doctor en Filosofía de la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma. Profesor Titular de la Universidad Pontificia Bolivariana. Medellín-Colombia.  
Correo electrónico: gonzalosoto@une.net.co



## Resumen

El artículo analiza la buena alimentación como un elemento fundamental para la salud mental y la salud física. Este tema se aborda desde las etimologías de San Isidoro de Sevilla, algunos refranes populares alusivos a la nutrición y la buena vida, además de algunas fuentes clásicas.

**Palabras Clave:** Filología, Etimología, Culinaria, Paremiología, Isidoro de Sevilla.

## Abstract

The following article proposes good nutrition as a cornerstone of mental and physical health. This topic is studied in Saint Isidore of Seville's *Etymologiae* and some cultural idioms about nutrition and good life. Also, some classical sources are taken into consideration for this article.

**Key Words:** Philology, Etymology, Culinary, Paremiology, Isidore of Seville.



## Díme lo que comes y te diré quién eres

La alimentación influye en la salud en general, en el desarrollo físico, en el rendimiento intelectual, en factores claves como dientes sanos, ojos luminosos, uñas resistentes, cabello brillante y un etcétera inmenso e intenso. Por ello, la paremia aconseja una buena alimentación, combinando cantidad, calidad, equilibrio y adecuación, en una dieta equilibrada. Ya lo recomendaba el corpus hipocrático:

Que tu alimento sea tu salud. La paremiología lo ha captado muy bien: la comida es media vida; y la otra mitad, el vestir y calzar. Lo principal y primero, es salvar el comedero. El comer mal, primo es del ayunar. Más vale bien comido que bien vestido. Más vale nutrimento que oro ni argento. El buen alimento crea entendimiento. De las tripas nace la alegría. Por la boca se calienta el horno, el viejo y todo. Come poco, cena más, duerme en alto y vivirás. Comer hasta enfermar, y ayunar hasta sanar. El que no come no puede cagar. No aprovecha lo comido sino lo digerido. Quien mucho come poco come. Quien mucho come, mucho bebe; y quien mucho bebe, mucho

duerme, poco lee, poco sabe y poco vale. Yo como para vivir y no vivo para comer. Con malas comidas y peores cenas, menguan las carnes y crecen las penas.

El Hispalense no es ajeno a estas consideraciones. Oigámoslo: La comida se llama *cibus*, porque se toma (*capere*) por la boca (*capitur ore*). Por igual motivo se llama *esca*, porque es la boca la que la toma (*os capit*). En su sentido propio se la denomina *victus*, por que mantiene la vida (*vitam rétinet*); de aquí deriva *invitare* (invitar) que es llamar a alguien a una comida. Alimonia (sustento), se dice así porque, gracias a su consumición, se sustenta (*alere*) el cuerpo. Los jóvenes lo toman para desarrollarse; los ancianos, para mantenerse. Pues el cuerpo no puede subsistir si no se le proporcionan fuerzas con los alimentos. Y es que alimento es aquello con que nos alimentamos; *alimonium* es el cuidado de alimentarnos (*Etimologías XX, 2, 1-3*)<sup>1</sup>.

Por todo ello, lo mejor es *guardar la boca*, es decir, no comer en exceso y guardar una sana armonía entre alimento y fuerza, alimento y salud, alimento y belleza, alimento y energía, alimento y crecimiento.

## El vino alegra el corazón del hombre

El refrán tiene su origen en la tradición judaico cristiana. En el libro del Eclesiástico 31, 28 se lee: “Regocijo del corazón y contento del alma es el vino bebido a tiempo y con medida”. En Salmos 104, 15 se dice: “y el vino que recrea el corazón del hombre”. La Vulgata lo ha inmortalizado en su traducción latina: *et vinum laetificet cor hominis*. El santo doctor no es ajeno a esta tradición: “al vino se le llama así porque, apenas terminado de beber, llena las venas (*venas replet*) con su sangre. Hay quienes lo llaman *lyaeus* porque nos libra de preocupaciones” (ET XX, 3, 2). Recordemos que *Lyaeus-Lieo* es el sobrenombre latino para Baco y designa por ello el vino. Las paremias son abundantes respecto a esta cualidad del vino: no harás cosa buena si aborreces

1 Para la edición latina de *Las Etimologías* usamos la edición crítica de Lindsay: (Hispalensis, 1911). Hay edición bilingüe latín español publicada por la Biblioteca de Autores Cristianos: San Isidoro de Sevilla. *Etimologías*. Edición bilingüe preparada por José Oroz Reta y Manuel C. Díaz y Díaz, 1982-1983. La misma Biblioteca de Autores Cristianos publicó en 1951 una edición en español, versión castellana total, por vez primera, e introducciones particulares de don Luis Cortés y Góngora. Introducción general e índices científicos del profesor Santiago Montero Díaz (1951). Seguimos la traducción de Oroz Reta y Díaz y Díaz y citamos con la sigla ET.

el vino. El vino es la leche de los viejos. Bueno es el vino, cuando el vino es bueno, pero si el agua es clara, mejor es el vino que no el agua. Sin vino no hay fiesta. Vino acedo, pan de centeno y tocino añejo mantienen la casa en peso. Vino por fuera, vino por dentro, cura todos los males al momento.

La uva, materia prima del vino, recibe del Obispo esta etimología: “a las uvas se les dio tal nombre porque interiormente están llenas de humor, de jugo y de densidad. En efecto, húmedo (*húmidum*) es lo que muestra exteriormente la humedad; úvidum, en cambio, es lo que la tiene en su interior” (ET XVII, 5, 13).

## Con pan y con vino se anda el camino

Ya hablamos del vino. Le toca el turno al pan. Isidoro hace esta consideración filológica: “el pan se llama así porque acompaña (*adponere*) a todo tipo de alimento; o porque lo apetecen (*adpetere*) todos los animales; en griego, efectivamente, <todo> se dice <pan>” (ET XX, 2, 15).

La filología y la paremiología copulan para indicar la necesidad del pan en todo sentido. He aquí muestras y botones: al que come bien el pan, es pecado darle el ajo. Ara bien y hondo, y cocerás pan en abondo. Buen pan y mucha leña, el invierno nunca empeña. Come pan y bebe agua, y vivirás vida larga. Cuando comieres pan reciente no bebas de la fuente. Del pan caliente, mucho en la mano y poco en el vientre. El pan, con ojos, el queso, sin ojos, y el vino que salte a los ojos. Más vale pan con amor que gallina con dolor. Pan a hartura y vino a medida. Pan de ayer, carne de hoy y vino de antaño traen al hombre sano. Pan de trigo y leña de encina y vino de parra sustentan la casa. Pan reciente y uvas, a las mozas pone mudas y a las viejas quita las arrugas. Pan y vino andan camino, que no mozo garrido. Pan y vino juega, que no camisa nueva. Todas las cosas de comer se hallan buenas y provechosas cuando son comidas con pan.

## Más vale pan con amor que gallina con dolor

Cuando no hay cariño entre los casados u otras personas, de poco sirven las riquezas y los regalos. Al contrario, se lleva bien la pobreza cuando existe el

amor. El Hispalense, al ocuparse de la comestible ave llamada gallina, hace la siguiente acotación: “el gallo recibe su nombre por la castración, pues es el único animal entre las aves al que se le extirpan los testículos. Los antiguos los llamaban <gallos capados>. Gallina deriva de gallo, como leona de león y dragona de dragón. Hay quienes dicen que si los miembros del gallo se mezclan con oro líquido, éste es consumido” (ET XII, 7, 50).

La gallina es parte integral de la alimentación. De ahí las siguientes paremias: “el que no come gallina, come sardina. De la gallina, la negra, del ansarón, el pardo; de la mujer, la pecosa. Gallina vieja, buen caldo. La vieja gallina hace gorda la cocina. La gallina gorda en su lugar hay quien la coma. Siempre gallina amarga la cocina”.

## Aceituna, una es oro; dos, plata, y la tercera, mata

Si bien la palabra aceituna viene del árabe *az-zaituna*, sabemos que es el fruto del olivo. La aceituna u oliva es muy apreciada en cuestiones culinarias, incluso como aceite. Oliva viene del latín *oliva* que el agudo autor de las *Etimologías* hace derivar del griego *élaion*. El árbol se denomina *olea*, el fruto *oliva* y su jugo *oleum* (ET XVII, 7, 62), que es el aceite puro, no mezclado con ningún otro ingrediente (ET IV, 12, 6).

Sobre la aceituna u oliva abundan las paremias. Ponemos ejemplos: Aceite de oliva, todo mal quita. Quien cultiva bien el olivo le ruega que haga fruto. Aceitunas agrias, pan en ellas. Aceitunas amargas, con vino se pasan. Aceitunas y pan y queso, eso tiene la corte en peso.

Hoy está plenamente demostrado que el aceite de oliva es un alimento estrella. Además de constituir un aliño sabroso para las ensaladas, hace bajar el nivel de colesterol LDL, pero no el HDL, que es el bueno. Así, aceite y romero frío, bálsamo bendito. El aceite es armero, relojero y curandero.

## El agua como buey y el vino como rey

Enseña la moderación respecto al beber vino y aconseja beber agua en abundancia, pues ayuda al proceso digestivo, disuelve los materiales alimenticios,

hace posible la vida y estimula los órganos excretorios. El Hispalense hace ésta apología del agua: “el elemento acuático supera a todos los demás: las aguas atemperan el cielo, fecundan la tierra, se incorporan al aire cuando se evaporan, ascienden a las alturas y toman posesión del cielo... Son causa de todo cuanto nace: dan vida a las cosechas, propagan los árboles, los frutales y las hierbas, lavan las manchas, limpian los pecados, proporcionan bebida a todos los seres animados” (ET XIII, 12). Se denomina *aqua* porque su superficie es lisa (*aequalis*). De ahí que se le llame también *aequor* porque por la parte de encima es toda igual y plana: *aequaliter* (ET XIII, 12). La diversidad de las aguas es múltiple: con sal, nitro, alumbre, azufre. Las hay bituminosas y otras que sirven de remedio a las enfermedades, que proporcionan memoria, que quitan la lascivia o aumentan el apetito venéreo, que curan la esterilidad de las mujeres y la locura de los hombres, que matan como veneno, que sanan los ojos (ET XIII, 13).

Las paremias son intensas y extensas respecto al agua: agua al higo y a la pera, vino. Agua corriente no mata la gente. Agua detenida es mala para bebida. Agua mala, hervida y colada. Agua no enferma, ni embeoda, ni adeuada. Buena es el agua que cuesta poco y no embriaga. Aguas calientes, salud para el vientre. Agua cocida, alarga la vida. Agua de pozo y mujer desnuda llevan al hombre a la sepultura. Agua en ayunas, o mucha o ninguna. Agua quiere el pez vivo; el muerto, vino.

## Ajo crudo y vino puro pasan el puerto seguro

Manifiesto apologético a favor de estos dos alimentos. Es que comer ajo y beber vino no es desatino. El ajo y el vino, atriaca es de los villanos. Ajo, caracol y col: el caracol pica al ajo, y el ajo pica a la col. En tiempo nevado, un ajo vale lo que un caballo. Ajo, sal y pimienta, y lo demás es cuento. Hombre que no come ajos, no vale un ajo.

Ajo viene del latín *allium*, cuya etimología la explica Isidoro así: *el ajo llámase alium porque huele: olére* (ET XVII, 10, 14). De ahí que el *ulpicum*, especie de ajo, se llame así porque huele como ajo (ET XVII, 10, 14).

## El arroz, elpez y el pepino nacen en agua y mueren en vino

Buen consejo dietético. Sobre estos alimentos conviene beber vino para que no hagan daño, no agua. La etimología de arroz no fue conocida por nuestro santo doctor. Viene del árabe *ar-ruz* o *ar-ruzz*. La piscicultura ocupa el capítulo 6 del libro XII de sus Etimologías que comienza con esta joya etimológica: los peces (*pisces*), lo mismo que el ganado (*pecus*), toman su nombre de alimentarse (*pascere*). Todo el libro XVII está dedicado a la agricultura: cereales, legumbres, vides, árboles, hierbas aromáticas, hortalizas. Pepino viene del latín *pepo*, melón y éste del griego *pepón*. Lo afirma el santo en XVII, 10, 17. El pepino, cogombro o cohombro es un buen alimento, refrescante, laxante y mineralizador, amén de sus propiedades medicinales. La paremiología lo considera como un bocado de cardenal y con exquisita racionalidad culinaria proclama: Pepino con miel de colmena, cosa buena; y con miel de caña, no hay tal bocado en España.

## Miel de abejas, bien sabe y bien alimenta

Miel viene del latín *mel* y el Obispo de Sevilla hace esta penetrante explicación: miel es denominación griega que evidencia que su nombre deriva del de las abejas, ya que en griego abeja se dice *mélisa*. Antiguamente, la miel era producida por el rocío y se encontraba en las hojas de caña. De aquí, lo que dice Virgilio (*Georg*, 4, 1): <pasemos ahora a hablar del don celestial de la miel aérea>. Hasta el día de hoy en la India y en la Arabia se recolecta encontrándola, en forma de sal, adherida a las ramas. Toda miel es, no obstante, dulce. Sin embargo, la miel de Cerdeña es amarga a causa del ajeno con que, abundante en esta región, se alimentan las abejas. El panal se llama *favus* porque, más que beberlo, se come; y en griego comer se dice *phagein* (ET XX, 2, 36). A renglón seguido, en el número 37 del mismo libro XX, capítulo 2, acota que es un alimento energético, lleno de calor, muy recomendable para ancianos, ya que padecen de un humor frío, no así para los que se hallan en la flor de la edad, llenos en su interior de calor que los caldea y calienta. Las paremias hacen una alabanza gratificante de este rico manjar: miel de abejas, no hay tal dulce como ella. Bien sobre bien, bollo

enmantecado mojado en miel. ¿Quieres un postre bueno, barato y que nunca se aceda? Miel de abejas. Todo es bueno y la miel con el puerro. Más vale pan con miel que pan sin él.

## Carne pone carne, vino pone sangre, y pan atiesa

Podemos explicar esta paremia con otra muy significativa: por carne, vino y pan, deja cuantos manjares hay. Ya hemos hablado del vino y del pan. Hablemos de la carne y de la sangre. El Hispalense, al ocuparse de carne, hace estas ingeniosas etimologías: carne (*caro*) deriva de *creare*. De ahí que al semen masculino se le llame *crementum*, pues a partir de él se produce la generación de animales y hombres. Asimismo, la carne está integrada por los cuatro elementos: es tierra en la carne, aire en la respiración, líquido en la sangre y fuego en el calor vital (ET XI, 1, 15-16). Oigámoslo: las carnes se llaman así porque son algo estimado (*caro*), o tal vez deriven de crear, por lo que los griegos las denominan *kréas* (ET XX, 2, 20). De ahí que el cuero (*corium*) se llame así porque deriva de carne (*caro*), que está protegida por él (ET XI, 1, 79). La sangre es etimológicamente muy significativa para el Hispalense. La deriva del griego *dsan-dsen=vivere=vivir* porque por ella el hombre se alimenta, se sustenta y vive (ET IV, 5, 4; XI, 1, 122-123). Se le denomina *sanguis* porque es *suavis*, de tal modo que los hombres en los que ella domina como humor son dulces y amables (ET IV, 5, 6). Es tal su poder vital que la leche con que se alimenta el neonato no es sino sangre transformada. La que no fue consumida como alimento en el útero fluye hacia las mamas a través de unos conductos naturales y allí, gracias a las virtudes de las glándulas mamarias, adquiere la cualidad de leche (*lac*) que deriva del griego *leukés=blanco* (ET XI, 1, 77). Da, por lo mismo, fuerza, sustento y vida: la leche y la sangre son lo que nutre y lo que se nutre, pues con la leche nos nutrimos, y con la sangre vivimos (ET XX, 2, 34).

## De las carnes, el carnero; de los peces, el mero; de las aves, la perdiz y, sobre todo, la codorniz

No vamos a discutir si la paremia tiene verdad o error, pues al fin y al cabo sobre gustos no hay nada escrito y por los gustos se venden los calamacos. Incursionemos en las etimologías de carnero, mero, perdiz y codorniz. Carnero



viene del latín *agnus carnarius*: cordero con carne. Isidoro hace esta ingeniosa etimología de cordero (*agnus*): puede derivar del griego *hagnós*, como si se dijera piadoso. O del latín *agnoscere=reconocer*, pues los corderos reconocen a su madre incluso en su balido (ET XII, 1, 12). Carnero (*aries*) lo deriva de *Ares=Marte*. O de *aras=altares*, pues se les inmolaba a los dioses gentiles en los altares (ET XII, 1, 11). Mero viene del latín *mérulus* y su carne pasa por ser una de las más delicadas. En el Nuevo Diccionario Latino-Español Etimológico de los profesores Raimundo de Miguel y el Marqués de Morante, publicado en Madrid en 1887, *merulus* remite a *merula* que significa tanto un pez como el mirlo (p. 570). Lo mismo hace el *Diccionario Latino-Español* de Agustín Blánquez Fraile publicado en 1961 (p. 1042). Isidoro, al ocuparse de *merula*, la identifica con el mirlo y dice que antiguamente se llamaba *medula*, porque modula su canto o porque vuela solitario como si se dijera *mera volans*: que vuela sin mezcla (ET XII, 7, 69). Pero el santo sí se ocupa de las *conchae* y *cochleae*, conchas y caracoles, anotando que reciben este nombre porque cuando falta la luna se empequeñecen (*cavare*) y vacían (*evacuare*). Por luna creciente aumentan sus partes anatómicas y decrecen en luna menguante. La razón es que los humores vitales crecen y decrecen con el ciclo lunático. Cuando hay luna creciente estos animales se llaman *conchae*; si es lo contrario, su nombre es *cochleae*, como si se dijera en diminutivo: *conchleae* (ET XII, 6, 48). Habla también del *limax=babosa* aclarando que su nombre tiene que ver con *limus=barro-lodo*, del que nace (ET XII, 5, 7).

Sin pretender salir con éxito de este lodazal filológico entre *merulus-merula-mirlo-mero*, démosle la palabra a las paremias y veremos que el mero como pez sale muy bien librado por su delicadeza y exquisitez y por su excelencia de carnes: de la mar, el mero; y de la tierra, el puerco. De los pescados, el mero; de las carnes, el carnero. Entre los pescados, el mero; entre los pelos, el negro; entre las carnes, el carnero, entre las aves, la perdiz; y entre las doncellas, mi Beatriz.

Perdiz viene del latín *perdix* y éste del griego *pérdix* y su carne es muy estimada. El obispo de Sevilla dice que recibe su nombre *perdix* por el sonido de su voz, que es ave falaz e inmunda pues el macho es homosexual, mejor *homoperdiz*, que es la lujuria misma, que roba los huevos ajenos para encubarlos, sin beneficio pues una vez nacen los polluelos buscan a su verdadera madre (ET XII, 7, 63). Las paremias desconocen este abismo animal del mal y enfatizan su valor culinario: por comer lechugas me salieron estas arrugas, si perdices comiera, no me salieran. Moza, sabe estotro: que de la perdiz el

pecho, y del conejo el lomo. La perdiz se quiere comer dos veces. La perdiz ha de comerse entre tres compañeros: un hombre, un gato y un perro.

Codorniz viene del latín *cotúrnix*. Isidoro hace derivar su nombre del sonido de su voz. Los griegos las llamaron *órtygai*, porque se les vio por primera vez en la isla *Ortygia* (ET XII, 7, 64). Esta isla *Ortygia* es la isla de Delos, donde Latona dio a luz a Apolo y a Diana, así llamada por haber sido la primera en mostrarse luego del diluvio universal; no sin razón *dêlos* quiere decir *mostrado* (ET XIV, 6, 21).

### **Tras caracoles, setas, higos, hongos y peras, agua no bebas, sino vino; y que sea tanto, que caracoles, setas, higos, hongos y peras anden nadando**

Buen consejo dietético. Si los comemos con agua, sufriremos cólicos terribles enfáticamente thanáticos. Caracol viene del latín *scarabaeolus*, diminutivo de *scarabaeus*, que da en catalán *caragol* y en español *caracol*. Isidoro habla del *scarabaeus* como escarabajo y lo pone como ejemplo de las distintas transformaciones y mutaciones que como metamorfosis pueden darse en la naturaleza. Así, de la putrefacción de las carnes de los becerros surgen las abejas; de la de los caballos nacen los escarabajos; de la de los mulos, las langostas, de la de los cangrejos, los escorpiones (ET XI, 4, 3; XII, 8, 4). Una especie de escarabajo es la luciérnaga. Debe su nombre (*cicindela*) a que cuando camina o vuela emite destellos luminosos: *gradiens-volans lucet* (ET XII, 8, 6). El verdor de los caparazones de los escarabajos sirve para aliviar el esfuerzo de la vista, ya del pintor, ya del tallista de piedras preciosas (ET VI, 11, 3). La paremiología hace resaltar el carácter nocivo de una dieta caracolesca: caracoles sin picante, no hay quien los aguante. Los caracoles por la salsilla se comen; que caracoles sin salsa no valdrían nada. Caracol de mayo, candela en la mano. Pero también ponen de relieve su carácter afrodisíaco: guiso de caracoles a lo carnal dispone.

Las setas son hongos de forma de sombrero o casquete sostenidos por un pedicelo. Los hay comestibles y venenosos. El Hispalense no se ocupa de ellas, pero sí de los hongos (*fungi*). Su etimología es fascinante y terrible: los hongos (*fungi*) se llaman así porque, cuando están secos, arden con facilidad,

y phós significa fuego. De ahí que vulgarmente se les conozca como alimento, ya que nutre el fuego y sirve de comida. Otros afirman que se denominan fungi porque hay algunas especies que causan la muerte; de donde derivaría, a su vez, el vocablo defuncti; difuntos (ET XVII, 10, 18). La paremiología le da la razón al santo: hongo de mayo, no lo des a tu hermano. Si comieres hongos, sea uno solo.

Higo tiene que ver con el latín *figus*. Es el fruto de la higuera, blando, de gusto dulce. El santo dice que *figus* (higuera) es palabra latina derivada de *fecunditas*, pues es un árbol fecundamente productivo, dando frutos hasta tres o cuatro veces al año. Por esta abundancia se le conoce también como *carica*. Era el alimento antiguo de los atletas hasta que fue reemplazado por la carne, alimento mucho más consistente, por orden del entrenador Pitágoras. Si se comen con frecuencia, especialmente durante la vejez, desaparecen las arrugas. A los toros más bravos se les amansa atados a una higuera (ET XVII, 7, 17). Las paremias sobre ellos abundan: *año de higos, año de amigos*. El higo para ser bueno ha de tener cuello de ahorcado, ropa de pobre y ojo de viuda (esto es, pezón seco, pellejo arrugado y que fluya almíbar por su base). Higos de flor, visitas del doctor. Cuando brota la higuera, requiere a tu compañera; y si no te quiere escuchar, espera a que brote el moral (es decir, en el verano, cuando echan sus hojas el moral y la higuera, se desarrollan más los deseos genésicos de las mujeres).

Pera viene del latín *pera*, plural de *pirum*. Es el fruto del peral, carnoso, comestible y dulce. El santo acota que *pirus* o peral debe su nombre a su aspecto exterior: es como el fuego, su fruto comienza teniendo una base amplia y termina estrechándose, como hace la llama; en griego *pyr* es fuego. El árbol se llama *pirus* y su fruto es la *pera-pira* (ET XVII, 7, 15). Las paremias son delicadas con la pera: peras de vino y del durazno el vino. De las frutas, el pero; de los amores, el primero. Bruños come uno; peras las que quieras (bruño es ciruela).

## Desde la cabeza hasta el rabo, todo es rico en el marrano

Explicuemos el refrán con otros refranes: el cochino no tiene desperdicio. De esa ave que llaman coche, come de día y de noche (coche está por cochino).



Cuarenta sabores tiene el puerco y todos buenos. De lo terrestre, el jamón; de lo del mar, el salmón.

Marrano, puerco, cochino, cerdo, verraco...son nombres para esta vianda que las paremias ponderan, alaban y veneran. Isidoro anota: se denomina así al cerdo (*sus*) porque busca su alimento bajo el suelo (*subigere*), es decir, removiendo la tierra encuentra su comida. Se les llama también verres (*verracos*) porque tienen grandes fuerzas (*vires*); y puercos (*porcus*), en el sentido de que son sucios (*spurcus*); se revuelcan en el fango, se sumergen en el lodo, se recubren de cieno. De ahí también el nombre de marrano (*spurcitia*) y de cochino (*spurius*) (ET XII, 1, 25). A sus pelos se les llama cerdas (*setae*), nombre que deriva de *sus*-cerdo. De ahí que los zapateros se denominen *sutores* porque cosen (*súere*) y remiendan (*consúere*).

Una de las paremias traídas a colación antes para hablar de la racionalidad culinaria del marrano fue: *de lo terrestre, el jamón; de lo del mar, el salmón*. Ocupémonos del jamón y del salmón. El jamón es la carne curada de la pierna del cerdo. El DRAE lo deriva de *jambón*, que deriva de *jamba*, la que viene del francés *jambe* y éste del céltico *camba*, pierna. En latín desembarcaríamos en *perna*, *petaso*. *Perna* ya tenía en Horacio el sentido de pernil, jamón; deriva del griego *pérna*. *Petaso* significa también pernil, jamón. Deriva del griego *petasón*. También aparece con la variante *petasio*. Pernil surge del latín *perna* y remite al pernil de puerco, su anca y muslo. En Isidoro hallamos las expresiones *posteriora* para hablar de las nalgas y *femora* para referirse a los muslos. El *traseo*=*posteriora* se llama así pues se halla detrás y en dirección contraria al rostro, que de este modo no se ve ofendido al hacerse las evacuaciones. *Femora* deriva de *femina* y allí se distingue el sexo de la hembra y del varón (ET XI, 1, 105-106).

Salmón tiene que ver con el latín *salmo*=*salmón*, pez de carne rojiza y sabrosa y muy apreciado en el mundo culinario. El santo no habla de este suculento pez pero las paremias suplen esta falencia con vigorosa presencia: *Salmón, la casa descompón* (es decir, es muy caro). Después de la Ascensión, ni salmón ni sermón. El salmón y el sermón, después de Pascua no hay sazón. Salmón de enero, al emperador primero, y después contando de grado en grado. Cielo claro y reguilón, malo para el salmón. Buena es la trucha, mejor el salmón; bueno es el sábalo cuando es de sazón.

## Las sardinas frescas, fritas y frías

Este pez teleósteo, de carne muy delicada viene del latín *sárdina*. El Santo anota: la Ciudad Siria, que hoy día se llama Tiro, se denominaba en otro tiempo Sarra, por el nombre de cierto pez abundante en sus aguas y que, en lengua siria, llaman sar; por su semejanza con aquel pez derivaron su nombre otros pececillos conocidos como sardas (*sardae*) y sardinas (*sárdinae*) (ET XII, 6, 38). Este pez sardina ha sido la delicia de las cocinas y las paremias así lo confirman: la sardina y el puerco si volaran, en mucho más se estimaran. La sardina lo que requiere es pica y bebe. No hay sardina mala, ni lo puede ser; que la que es mala para comer, es buena para beber. Las mejores sardinas las de en medio de la barriga. Sardina de lomo y mujer de tomo. Quien de joven come sardinas, a la vejez caga las espinas.

## Si tuvieran cuernos las habas araban

El refrán pondera el valor nutritivo de las habas. Haba remite al latín *faba*. El Hispalense acota que su etimología es griega y tiene que ver con comer, el *phageîn* de los griegos, como si se dijese *faga* (ET XVII, 4, 3). Con etimología histórica añade que fue la primera legumbre que comieron los humanos (ET XVII, 4, 3). Cuando está machacada recibe el nombre de *fresa*, término que el santo relaciona con *fréndere*= *triturar* (ET XX, 16, 1). Destaca también que el haba de Siria conocida con el nombre de *mella*=*azufaito*, a la que los griegos denominan *lotos*, es un excelente alimento, de gusto agradable, de donde le viene el nombre de *mella*, es decir, dulce, sabrosa. Tiene poderes expectorantes. Las paremias hablan con gran talante de este comestible: quien tiene habas y tocino, ¿para qué quiere pleitos con el vecino? De las sementeras la haba es la primera. Habar que florece a gloria huele. Por las habas conocerás las cosechas que cogerás. Habas cochineras, a los cochinos con ellas; habas mazaganas, pueden ponerse en la mesa del papa.

## Coles con nabos, manjar para palacio

La col, planta hortense comestible, viene del latín *caulis*. El Hispalense dice: el nombre de *caulis* designa genéricamente el tallo medio de las hierbas y de las hortalizas; vulgarmente se le denomina *thyrus* (troncho), porque se levanta

de la tierra; a partir de aquí derivó la aplicación particular de *caulis* (col) a una especie determinada de hortalizas, cuyo troncho se desarrolla (*coaléscere*) mucho más que el de las demás hortalizas (ET XVII, 10, 3). El troncho es el tallo de las hortalizas. Los refranes son fecundos en alabar la fecundidad culinaria de la col: coles y nabos con tocino, comida de campesinos. Coles y nabos, comer de picaños; nabos y coles, comer de señores. Berzas y nabos, para uno son entrambos. En enero, la berza es carnero. Por santa Catalina (25 de noviembre) la berza es gallina. ¿Quieres ver a tu marido morto? Dale berzas en agosto. Nabos con coles, manjar barato y de los mejores.

El Santo, al hablar de la col rizada o *erúca*, como si se dijera *urúca* (quemadora) acota que tiene propiedades abrasadoras y afrodisíacas (ET XVII, 11, 21).

## Año bueno, año de nabos

Nabo deriva del latín *napus*. El Hispalense anota: el nabo (*napus*) se llama así por su similitud con la naba, aunque tiene hojas mayores que ésta, así como una raíz de gusto mucho más amargo. Respecto de la naba, en latín *naba*, la hace derivar de *rápere=coger* y dice que es de sabor más dulce (ET XVII, 10, 7-8). La paremiología se engolosina con los nabos como manjar: año de nabos, año colmado. El nabo y el col, bien haya quien los casó. Le dijeron los nabos a la col: en la olla nos juntará Dios. Nabos con col, nada hay mejor. Si quieres buenos nabos, en julio has de sembrarlos.

## El rábano tierno, de cualquier tamaño es bueno

Rábano surge del latín *ráphanus* y éste deriva del griego *ráphanos*. Es planta herbácea anual, de sabor picante y muy cultivada en las huertas. El Santo hace esta etimología: los griegos conocen como rábano (*ráphanos*) lo que nosotros llamamos raíz (*radix*), porque está todo enterrado, en tanto que las demás hortalizas emergen más del suelo. De sus propiedades pondera que si uno impregna con sus semillas las manos, no debe temerle a las serpientes; es antídoto contra los venenos que se van a ingerir, no contra los ya ingeridos, por lo cual conviene tenerlos en la mesa antes de cualquier comida (ET XVII, 10, 11). Las paremias son muy bondadosas con su valor nutritivo: rabanete y

queso traen la corte en peso. Sin rábanos y vela no hay buena cena. No hay vida buena sin rábanos y candela. Quien ha ventura, con rábanos se desayuna. Tal vez por todo ello, no conviene coger el rábano por las hojas.

## Zanahorias y nabos, primos hermanos

Démosle la palabra a nuestro etimólogo: la zanahoria asumió el nombre de pastinaca porque su raíz es un alimento (*pastus*) fundamental para el hombre. Tiene un olor agradable y es manjar deleitoso (ET XVII, 10, 6). La paremiología es parca con la zanahoria y siempre habla de ella asociada a los nabos. Hoy nadie duda de sus bondades culinarias y medicinales e incluso era empleada como cataplasma contra las ulceraciones cancerosas.

## No fíes en castañas, que tienen malas mañas

El refrán pondera las flatulencias producidas por la manducación de castañas. La castaña es el fruto del castaño, muy nutritivo y sabroso. Isidoro anota: los latinos aplican a la castaña (*castánea*) un nombre derivado del griego. En efecto, los griegos la llaman kastanía, porque su fruto, que es doble, se encuentra, a modo de testículos, encerrado en un folículo, que cuando lo sueltan es como si lo castrasen (ET XVII, 7, 25). Reconociendo con la escatológica paremia que el peo es la tos del culo: ¿a qué tanto disimulo?, los refranes consagrados a las castañas tienen este tenor: por san Cebriano, castaña en mano. Esa es castaña, que de fuera regaña. Fíate de castañas mezcladas y te saltarán a la cara. Más cansado que castañas en cuaresma. De la castaña, al huevo; del huevo, a la gallina; de la gallina, al buey; del buey, a la horca.

## Tú que coges el berro, guárdate del anapelo

El berro es una planta de la familia de las crucíferas, que crece en lugares aguanosos, con varios tallos de unos tres centímetros de largo, hojas compuestas de hojuelas lanceoladas y flores pequeñas y blancas. Toda la planta tiene un gusto picante y las hojas se comen en ensalada. El anapelo o acónito es una planta vivaz, de la familia de las ranunculáceas, que crece hasta metro y medio y tiene hojas palmeadas, flores azules, rara vez blancas y raíz multiforme. Se



cría en montañas altas, es medicinal y suele cultivarse en los jardines como adorno. Todas sus variedades son venenosas cuando la semilla ha llegado a la madurez. Es así una hierba medicinal venenosa.

Berro viene del latín *bérura-bérula*. Es una especie de cardamomo, una planta medicinal con el fruto pequeño, triangular y correoso, de semillas aromáticas y sabor picante. Isidoro lo asocia al *ácorum = iris amarillo*, así llamado porque tiene sus hojas semejantes a las del iris, de olor muy penetrante pero agradable, por lo que se cuenta entre los árboles aromáticos (ET XVII, 9, 10).

Anapelo o acónito lo deriva el Santo de Acone, puerto de Bitinia, tan famoso por la abundancia de hierbas perjudiciales que, por su nombre, se llaman acónitos las plantas venenosas (ET XVII, 9, 25).

El refrán, por lo dicho, es muy sabio: todo alimento o medicamento tiene, en medio de sus bondades, sus maleficios o sus efectos dañinos secundarios; curan y alimentan pero dañan a la vez: lo que es bueno para el hígado, es malo para el bazo. Según dijo Galeno, lo que para unos es malo, para otros es bueno. Por lo mismo, moza que coges el berro, guárdate del anapelo.

## De trigo o de avena mi casa llena

Isidoro asocia el trigo a los cereales, no sin razón asociados a Ceres. El trigo (*triticum*) recibe su nombre porque deriva de *tritúra=trilla*, operación que se hace para guardarlo más limpio en el silo o porque el grano se muele, limpia y moltura (*térere*). Es tal la importancia del trigo en la culinaria que la paremiología le dedica múltiples refranes: todo es nada sino coger mucho trigo y cebada. Dice la tierra: amigo, dame buena labor y te daré mucho trigo. Para placer ver el trigo crecer. Trigo centenoso, pan provechoso. Trigo candeal entre todos el principal. Cuando el trigo está en la era anda el pan por la artesa. Enero en polvo trigo es todo. Mayo hace el trigo y agosto el vino. La faena de la trilla ocupa al de la aldea y al de la villa.

En la Biblia el trigo es sostén de vida; en Grecia es regalo de Ceres y estuvo asociado a los mitos de Perséfone. El pan hecho con su harina es alimento universal. Y en el cristianismo, por la transustanciación, es el cuerpo de Cristo.



Avena viene del latín *avéna* que Isidoro asocia a *filix=helecho*, porque sus hojas se asemejan a una pluma de ave. Rico alimento que una paremia bendice culinariamente: *avena de febrero, llena el granero*

## Cebolla en todas las comidas, y con una, para toda la vida

El Santo dice que la cebolla (*cepa*) se llama así porque no es más que cabeza (*caput*) (ET XVII, 11, 12). Otra paremia valora su calidad culinaria: *dijo la cebolla al ajo: acompáñame siempre, majo*. Es planta hortense, liliácea, de olor fuerte y sabor más o menos picante. Hoy validan sus capacidades medicinales: sirve para la circulación, es diurético, bactericida, digestivo, amén de muchas otras cualidades. Respecto al ajo, ya dimos la etimología que da el Santo y su relación con oler. Desde la antigüedad se le consideraba afrodisíaco, de modo que en las fiestas de Ceres se comía ajo para asegurar la fecundidad; sirvió de amuleto y antiparasitario. Ulises se sustrajo al hechizo de Circe comiendo ajo que recibió de Hermes. Por su valor nutritivo lo comían trabajadores, esclavos y gladiadores. Hipócrates lo ve como una panacea para la medicina. Ahuyenta el mal de ojo, combate a los espíritus malignos y permite una erección tan eréctil que el viagra carece de sentido ante tal dispositivo de poder venéreo.

## Zurito asado, buen bocado

Zurito es palomo silvestre. Paloma o palomo viene del latín *palúmba-palúmbus*. Isidoro dice que su nombre *palúmbes* deriva de *pábulum*, es decir, *alimento, pasto, hierba* porque son unas tragonas. Son aves castas por sus costumbres (ET XII, 7, 62). Las palomas (*columbae*) se llaman así por su *collum=cuello* tornasolado que cambia de color al menor movimiento; no tienen hiel lo que las hace signo de paz (ET XII, 7, 61).

Las paremias alaban su valor culinario: *quien tiene un zurital, tiene un caudal*.

## *Finis coronat opus*

Toca poner fin a esta breve excursión filológica culinaria por las regiones conceptuales de Isidoro y sus etimologías. Comenzábamos citando el célebre refrán el vino alegra el corazón del hombre. Hay que complementarlo con otro: el pan conforta el corazón del hombre. Ambos refranes son bíblicos y se hallan en Salmos 104, 15. La bebida y la comida son parte fundamental de la racionalidad de la *humanitas*. Sin embargo, ayer y hoy el hambre, cual jinete apocalíptico, ronda por todos los espacios, lugares y tiempos. El pan y el vino, símbolos de una buena alimentación, son bocados de cardenal para la mayoría de los hombres; son propiedad de unos cuantos y aparecen como prebenda y privilegio de una minoría. La mayor parte de los hombres tiene que decir: no haber para un bocado (ser muy escasa la comida) y no tener para bocado (estar en extrema necesidad). Ante ello, el Santo nos recuerda que en los hambrientos brilla el rostro de Dios y que el hambre es un atentado contra la bondad y amor divinos. Las paremias son muy claras al respecto: el hambre y la guerra, para verlos a cien leguas. Grande martirio ha de ser tener hambre y ver comer. Quien con hambre se acuesta, con pan sueña. El hambre no se mata a balazos. Estómago con hambre, no quiere razones sino panes. Quien come mal, a la cara *le sal* (le sale).

## Referencias

- De Sevilla, San Isidoro. (1982-1983). *Etimologías*. Edición bilingüe preparada por José Oroz Reta y Manuel C. Díaz y Díaz. 2 V. Madrid: BAC.
- Hispalensis, Isidorus. (1911). *Etymologiarum sive Originum Libri XX*. Recognovit brevique adnotatione critica instruxit W. M. Lindsay. Scriptorum classicorum bibliotheca oxoniensis. 2 V. Oxonii: Clarendon.
- Martínez, Luis. (1989). *Refranero general ideológico español*. Madrid: Editorial Hernando.

