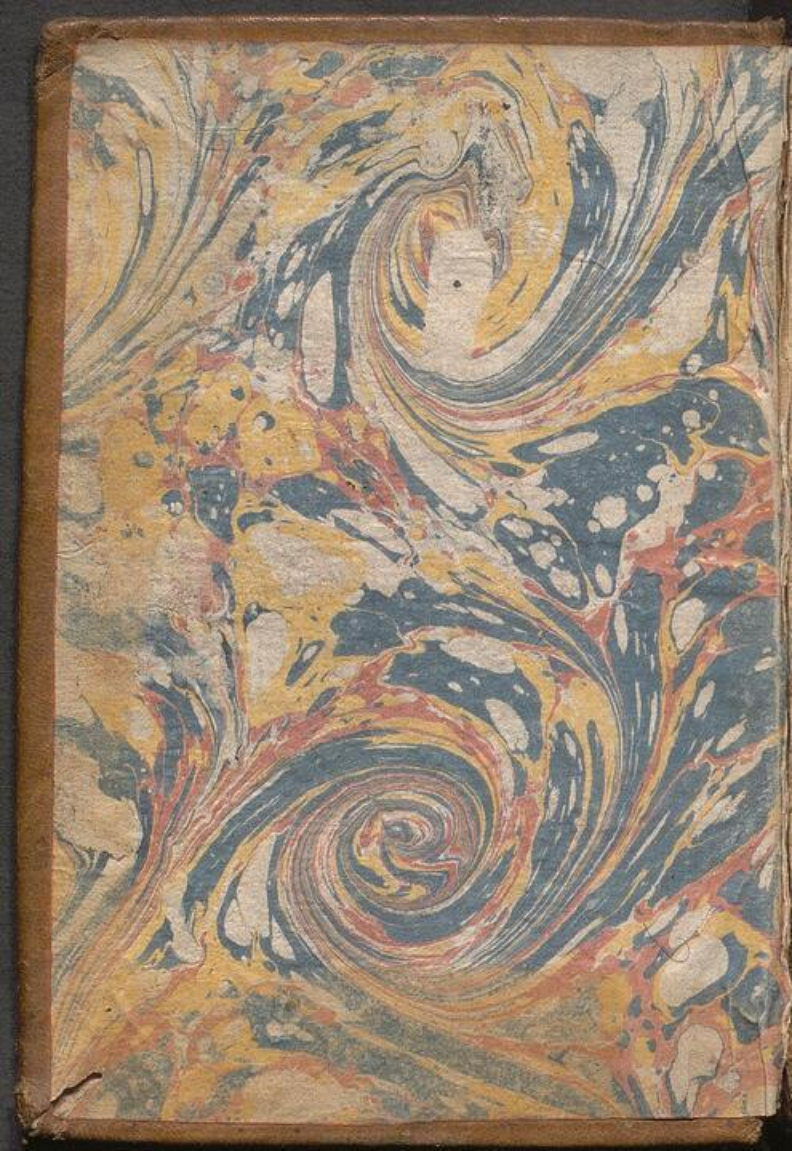

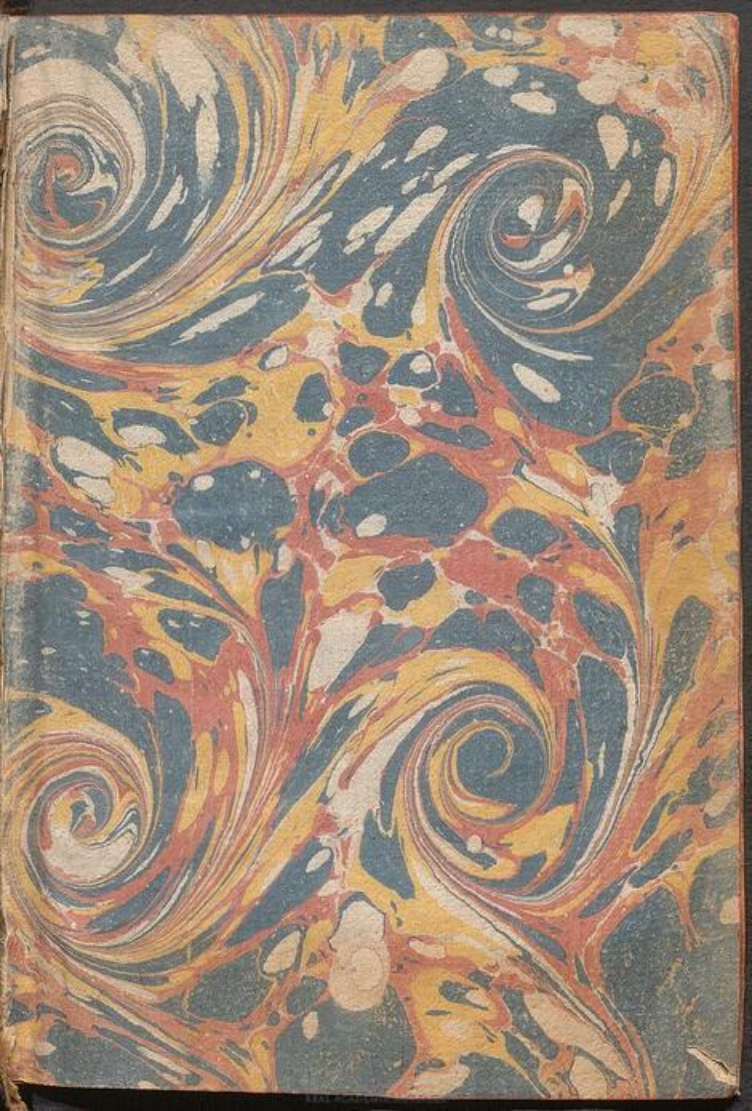

14-XI-35

45

REGIMIENTO Y AVISO DE SANIDAD, QVE TRATA DE TODOS LOS GEneros de alimentos y del regimiento della.

AGORA NVEVAMENte añadido y corregido por el famoso y erudito Doctor Francisco Nuñez de Oria, Toledano y natural de Casarrubios.

Impresso con licencia, en Medina del Campo.
Por Francisco del Canto.

Por Pedro Landry, y Ambrosio du Port.
Año de M. D. Lxxxvj.
Esta tassado en

2

YO Domingo de çauala escriuano de camara de su Magestad, delos que residen en el Consejo, doy fee que por los señores del Consejo, fue tassado el libro segundo, de Auiso de Sanidad, que trata de los alimentos: que hizo el Doctor Francisco Nuñez de Coria, cada volumen en papel, en tres reales y medio. Con que no se pueda vender sin que primeramente se ponga esta tassa en la primera hoja del dicho libro. En fee de lo qual lo firme de mi nombre. Fecha en Madrid a quince de Septiembre de M. D. Lxxij años.

Domingo de çauala.

ERRATAS

Hoja.3.Plana.2.linea. 17.del.lee.de la.4.2.6. ſtu.ſtul.26.el.eſto el.6. 1.4.brar. bor 2.19 pareceria.pues cierto pareceria.9.2.18.como come.10. 2. 24 Narbz. Narbo.11.2.7. Ballo.ballo. 22.cranes.cernes.13. 2.7.viuos vinos.14.1.15.dino. dano.17.2. 2.qa qu.20.2. 17.nis.nios. 21.1.14. dar.guardar. 22.a.o.24.1. 1.nes. ues.37.1.12. primo.primero. 43.2.21. pare.para.27.poca.poco.ha. 47.1.2.mea. mer.18.ne.mo.492.9.y grande.y de gran.52.2.23.dos dados.54.1.19.y.20.ras. rias.56.1.21. higos. higados.66.1.22.queden. qu e queden.gue.grue.69.1.6.er. re.81.2.11.ſexto. ſexo.86.2.2.natural.animal.69. 2.3.cuerpo puerco.105.2.20. moſa. moſo.106.2.14. phi.pthi. 110.1.23.eza. eza.del.119.1.3.los.que los.120. 1.9 ras.ratas.2. 23.no. noſe.126. 2.13.de. de.es 26. zeu.mu.27.ms.zes.128.2.1. ſum. ſim.129.2.6.ca.car.130.2.20.ya.la.24 el. el.ol. 133.1.17. calus culus.135.1. ma.mago.2.detes.de partes.140.1.213.eſpina eſpuma.143.1.1.peues. pues.148. ſe das.dos.t.53.1.1.el en el.159. 2.23.dcas. delas.164.2.9.mo. me.167. 1.23.no. ſno.172.1.111. vans vnas.180.1. 11.maga. mago.184.1.5. do dr.186.1.22. habia. .ubſtancia.187.1.16 greue. grue.188.1.24. tiſa.tinoſa.191.1.19. pin. pur.2.2. ram. r an.212.1.25.aunt.alunt 215.1.14.eſtrim. eſtrinimien. 24.color calor.26.artrias. arterias.227.2.7.dios.dros. 236.2.16. reca1.recadas. 242.2.17.ſlegun. ſlegina. 243.2.2.las.los.244.1.9.beletos.beletos.245..116. Auicena. Auicena.247.1.20. que. quele 251.2. 2.27.cue.cru.253.1.19.azey.azeite. 2251.11.das.dos 258.1.1.de mas.cenas.damas. cenas. 317.2.13.rex.res.334.1.7. agu.aguo.10.ludi.edi.344.1. 27.que.qua.348.1.23.apeti.apen.548.2.6.deuntem.tem.350.1.12.ca.co.351.1.13. &.eſt.19.ſue co.ſuccu.2.10.ni.mi.352.1.2. dio.dioci. ſi.y.357.2.4.eſt.teſt.22.el. porel.360.2.20.calor. color.375.2.19.ſi.ſici.

Vi eſte libro intitulado Auiſos de Sanidad el qual eſta fielmente impreſo, bien correcto, y con las enmien das con cuerda con ſu original. Fecha en ~~Madrid~~, a 28 de Iunio de. 1 5 8 6. Valle

Alonſo Vaca de Sanctiago.

LICENCIA.

DON Phelippe por la gracia de Dios Rey de Castilla, de Leon, de Aragon, de las dos Cecilias, de Hierusalem, de Portugal, de Nauarra, de Granada, de Toledo de Valencia, de Galicia, de Mallorcas, de Seuilla, de Cerdeña, de Cordoua, de Corcega, de Murcia, de Iaen, de los Algarues, de Algezira, de Gibraltar, de las Islas, de Canaria, de las Indias, Orientales, y Occidētales, Islas, y tierra firme del mar Oceano, Archiduque, de Austria, Duque, de Borgoña, de Brabante, y Milan, Conde de Abspurg, de Flandes, y de Tirol, &c.

Por quanto por parte de vos el Doctor, Francisco, Nuñez, medico, nos ha sido fecha Relacion diziendo, que auia muchos dias que con licencia y facultad nuestra, auiades imprimido vn libro en romāce castellano, Auiso de Sanidad: y despues acá le auiades tornado a añadir mucho mas, y acorregir: auiades sacado ansi mismo licēcia y facultad para le tornar a imprimir, fechas primero todas las diligencias, que para sacar la tal licencia se requerian: y parecia que despues de Rubricado y firmado, por Miguel de Ondarça Cauala: nuestro secretario de camara se auian quedado por descuydo de rubricar hasta quince o veynte ojas del dicho libro. Supplicandonos que a tento que heran pocas las ojas entre mas de trecientas y que os auia costado mucho trabajo hasta sacar la licencia y estaua apunto de imprimirse. Mandamos al dicho nuestro secretario rubricasse las dichas ojas pues la materia hera del regimiento de Sanidad: y rubricadas se os diesse licencia

para

para las imprimir: con las de mas, o como la nueſtra merced fueſſe. Lo qual viſto por los dl nueſtro cēſejo y como en el dicho libro ſe hizo la diligēcia q̄ la pregmatica por nos hecha enello diſpone: fue acordado q̄ deuiamos mādar dar eſta nueſtra carta para vos, en la dicha razon: y nos tuuimos lo por bien. Y por la preſente vos damos licencia y facultad para que por eſta vez podais hazer imprimir las dichas ojas añadidas con el dicho libro, que de ſuſo ſe haze mincio, eneſtos nueſtros Reynos: ſin por ello incurrir en pena alguna. Y mandamos que deſpues de impreſſo no ſe pueda vender ni venda ſin que primero ſe traya al nueſtro conſejo juntamente con el original, que enel fue viſto que van rubricadas las ojas y firmado al fin del de Miguel de Ondarça Cauala nueſtro eſcriuano de camara: de los q̄ reſidē enel nro conſejo, para que ſe vea ſi la dicha impreſsion eſta conforme a el: y ſe taſſe el precio porque ſe vuiere de vender cada volumen. So pena de caer e incurrir en las penas cōtenidas en la dicha pregmatica y leyes de nueſtros Reynos, y no ſagades en de al, ſo pena de la nueſtra merced, y de veynte mil marauedis para la nueſtra camara. Dada en Madrid a nueue del mes de Iulio de. 1585. Años:

El Conde de Barajas: El Lic. don Lope de Guzmā.
El Lic. Ximenez Ortiz. El Lic. Guardiola.
El Lic. Franciſco de Vera y Aragon. El Lic. Laguna

Yo Miguel de Ondarça Cauala Secretario de ſu Mageſtad la fize eſcriuir por ſu mandado con acuerdo de los del ſu conſejo.

AL ILLVSTRISSIMO señor Doctor don Iuan Ruyz Obispo de Çamora. El Doctor Francisco Nuñez de Oria.

S. .P. .D.

Vnque Illustrissimo señor es aueriguada verdad y conclusion approbada no solamente de los catholicos y philosophos morales empero y de los Paganos, y Gētiles, y naciones barbaras que despues de la muerte corporal se espera perpetuo galardon para el virtuoso, con todo esso quiso Dios nuestro Señor poner al ojo antes de la muerte corporal algun premio y galardon para el virtuoso, porque con tal obiecto se despertase para la virtud, y para que mediante este entretenimiento alcançasse aquel inestimable galardon, que para el, en la futura vida esta guardado. Empero para la distribucion de este premio temporal puso personas en la tierra justas, y sabias y de valor, para que especialmente tuuiessen cargo, y officio de galardonar la virtud y exercicio de letras, y especialmente, para a premiar a los que se empleassen en aprouechar la republica, porque, como dize Aristo. en el tercero de las politicas. Qui necessario vni inseruiunt serui nuncupantur. Qui in cōmuni multis

tis seruiunt artifices nuncupantur. Qui student politiæ & vtilitati rei publicæ vocantur visti & recti. Qui seruiunt suæ propriæ vtilitati vitiosi & trãsgressores iustarum legum nuncupantur. Los que por necessidad compellidos siruen a vno solo llamanse sieruos, los que en commun siruen a muchos llamanse artifices y officiales, los que tienen cuydado de la policia y bien de la republica llamanse varones rectos y justos, los que no tienen otro cuydado sino de su vtilidad y prouecho, y de su ꝓprio interesse, llamanse hombres viciosos trasgressores delas justas y derechas leyes. Quales se pueden llamar aquellos que se dan a sus proprios apetitos y gustos desenfrenados, y para ellos trabajan y en ellos ponen su felicidad, de los quales podemos dezir lo que dixo Horacio.

Lisisti satis edisti satis atque habiti
Tempus abire tibi est.

Como si dixera, o vicioso jugaste harto, comiste harto, y beuiste assaz el tiempo se te ha de passar, en lo qual el poeta dio a entender claramente como el vicioso se auia de hallar burlado y engañado, porque sino entendiera que auia de venir otra vida adonde la virtud auia de ser remunerada, y el vicio punido y castigado no dixera que se le passaua el tiempo. pues si el entendiera no auer mas que esta vida no vuiera tenido por tiempo perdido auerse el hombre dado a sus sensuales apetitos especialmente el mismo

mo poeta que se dixo algun tiempo auer sido puerco de la grey de Epicuro, pues luego boluiendo al proposito, los que para galardonar el officio de la virtud y letras estan especialmente destinados por Dios, son principalmente los perlados por muchas razones, porque estan de razon mas allegados a Dios, porque leen la sacra escriptura, porque por la virtud y letras fueron en tan preminentes dignidades, porque professan religiõ y charidad, porque son mas obligados a los virtuosos y letradodos que alos demas los quales con industria corporal pueden sustentarse, porque mayormẽte son padres de los buenos y virtuosos y porende son obligados a los sustẽtar si los ven caer de sus estados, pues en los señores y principes terrenos es differente negocio pues an menester sus facultades y rentas para sustẽtar la dignidad y honra de sus antepassados hijos y mugeres y criados para que sean en la republica obedescidos y acatados lo qual es necessario para el gouierno del mundo, aunque tambien estos no se exprimen del todo de la obligacion de hazer por la virtud y nobleza: he me atreuido Illustrissimo señor traeros ala memoria estas razones no porque sean necessarias para incitaros al exercicio de estas obras de charidad, porque es notorio que en virtud y clemencia y charidad soys niuel y aranzel de principes ansi seglares como ecclesiasticos sino porque traydos ala memoria los officios que son proprios delos pontifices

y pre-

y prelados en el mismo punto entenderan de vos porq̃ los exercitays y obrays con tanta charidad y clemencia y humanidad y con tanto cuydado de vuestras ouejas que no ay hombre que otra cosa siẽta mas antes todos con gran applauso y aprobacion y beneuolencia subliman y alaban tan acertada election. Empero este officio de hazer bien a los virtuosos y buenos os es tan natural y tan intrinsico que dende vuestra juuenil edad en qualquier estado lo heziſtes, siempre con lo poco o con lo mucho socorristes a los necessitados y virtuosos siempre fuystes magnanimo y clemente siempre exemplo de virtud y de religion y de excelente doctrina en todo genero de disciplinas siempre en vuestra facultad de theologia me recistes el primado y le alcançastes cõ applauso de todos en las catedras que en la vniuersidad de Alcala alcançastes de philosophia y theologia, basta auer sido maestro de aquel excelente Doctor don Iuan Mendex Arçobispo de Granada en el reluze vuestra eloquencia, vuestra abelidad, vuestra sabiduria vuestra clemencia y caridad y vuestro exemplo de perlados y pontifices y predicadores de sancta vida y religion, como si con vn sello vuiera des sellado en su animo y entendimiento todas estas virtudes. Viendo yo pues con el applauso con que fuystes recebido por Obispo en essa sancta Iglesia de Zamora, viendo el commũ applauso de toda Castilla como sin tiento de alegria aunque la naturale-

za

za lo repugnasse me atreui a hazeros esta consonancia.

Dexad las frescas aguas hijas bellas
De Nereo y vuestras casas cristallinas
Vos musas sacras las nueue donzellas
Dexad vuestro Helicon y caballinas
Fuentes, y como soys claras estrellas
Con vuestras ondas, lyras tan diuinas
Venid a coronar el sacro Duero
Pues tal pastor se halla en su ribero

Religioso pastor de gran doctrina
De caridad valor de virtud lleno
Qual ni en Tibri, ni en Ebro, ni en Marina
Se pudo hallar tal, pastor sereno
Y fuerte contra bestias de rapiña
Constante y approbado recto bueno
Iuan Ruyz su nombre por virtud subido
Por valles, y collados estendido

En Tajo fue nascido, y en Henares
De sublimadas letras enseñado
De azul y blanca borla coronado
Entre doctos zagales, y entre pares
De iuuenil edad mas estimado
Lector de lo que cantan en altares
Interprete catholico y diuino

De psalmos, y de texto euangelino

Con tal pastor aprisco Zamorano
Podras yr a beuer de la agua viua
Aquella que el Mesias soberano
A prometio de dar a la captiua
Muger Samaritana de su mano
Quando con voluntad muy compasiua
Al pozo de Iacob la saludara
Y de todas sul culpas la librara.

Resuenen con çampoñas las riberas
Con flautas con accentos y harmonia
Echo refiera sus vozes postreras
Mas que solia con dulce melodia
Los rios coronados de mimbreras
De sauzes, flores muestren alegria
En Tibrilos zagales colorados
Esmaltan dones al pastor sagrados

Recebid pues aora Illustrissimo señor este pequeño don y mas la intencion y voluntad con que se da, especialmente por ser don de letras en el qual trabaje lo possible en dar gouierno y regimiento para la conseruacion de la vida humana conuiene a saber de todo genero de alimentos pertenescientes a cosas de panificios, carnes pescados, fructas legumbres generos de potiones, que virtudes y vicios o bien en el cuerpo humano, para que enfermedades conuengã,

para

para quales ſean daño ſos y otras muchas coſas que vueſſa Illuſtriſsima ſeñoria podra ver y notar quando vuiere ocio y oportunidad, pues tambien es neceſſario el cuydado y diligēcia en la ſalud corporal, cierto ſin ella mal puede el buen paſtor guardar ſu apriſco, mal el gouernador corregir los vicios y peccados mal caſtigar los errores mal hazer juſticia, mal el capitan regir ſu exercito, porende compuſe eſte Epigramma latino para vueſſa ſeñoria, por el qual ſevee en ſuma lo que eſte tractado contiene.

Optime Ioannes clara de ſtirpe Ruyze
Zamoræ antiſtes, candide ſancte pater.
Gloria luxque ſacræ vocis, tutela Mineruæ
phœbæique gregis, Caſtalidumque chori.
Qui de lubra Dei qui religionis honorem
Amplificas, ſtudijs tollis ad aſtra tuis.
Inte nam ratio ſtudiorum permanet omnis
& ſpes virtutis, religionis onus.
Et quia tu triſtes hac tempeſtate camænos
exornas ſolus ſolus ad aſtra leuas
Hunc precor, vt tutus ſis morbis, accipe librum
Neſtoris vt viuas tempora longa ſenis.
Quid Cereris proſint, quid munera grata lyæi
Quid fructus, quid olus, conferat, iſte docet.
Quid caro quadrupedũ, volucrũq; ſimulq; natatũ
Quid condimentum conferat omne docet.
Seu contage velis ſeu te defendere morbis
Seu mauis aptis te recreare cibis.

Cuya Illuſtriſsima perſona cuyo pontifical y ſacro eſtado Dios nueſtro Señor conſerue ampare enſalce para augmento de ſu ſancta religion y para amparo de los eſtudios y letras. Y para ſocorro de las viudas, y huerfanos.

Vale præſulum ſpecimen

Prologo.

SON tan necessarios los alimentos para el reparo de la vida de los mortales: que no solamente todo genero de animales y plantas se rēparen y sustenten de ellos: empero, como dize Ciceron, el Sol, Luna y Estrellas tienen necessidad de se alimētar: pues dize, que se sustentan del vapor subtil de las aguas dulces y marinas: de tal suerte que mediāte el calor del sol atraygan los vapores de los campos y aguas, con los quales tomā reparo y se renueuan, y no consumiendo del todo estos vapores, tornan a embiar parte dellos: los quales condensados con el frio de la media region del ayre, tornā a la tierra: de manera que atrayan de la tierra y tornen a embiar a ella, hasta que cōsumido el vapor y humedad como no aya sustentamiento todo el mūdo perezca: lo qual trae con autoridad de Panecio. Empero para dar mas authoridad y credito a lo que se dize, bien sera traer algunas de sus palabras, con las quales concluyo a la postre, diziendo. *Quid enim?*

Cicero. lib. 2. de natura Deorum.

non eisdem uouis placet? omnem ignem pastu indi-gere? nec permanere ullo pacto posse nisi alatur? ali autem Solem & Lunam & reliqua astra aquis alia dulcibus alia marinis, eamque causam Cleantes affert cur se Sol referat, nec longius progrediatur solsticij orbe æstiuali, itemque hyemali ne longius discedat a cibo. Quiso dezir, Que ay en esto que dudar? no os parece que todo fuego ha menester pasto, sin el qual no es possible que permanezca, y que el Sol y la Luna y las demas Estrellas se mantienen y alientan vnas con aguas dulces, otras cõ aguas marinas, Y que porende dixo Cleantes que el Sol no passa fuera de los solsticios del estio y del inuierno por no apartarse lexos del alimento, Aunque segun Aristoteles como las estrellas y sol y luna sean substancia incorruptible e immortal, porende no han menester alimẽto. Pues boluiendo a lo que tratamos, digo, que aun no solamẽte son necessarios los alimentos para la vida de los animados: empero hazen mucho al caso para la rectitud de costumbres de los hõbres, porque del vso del buen regimiento, y buenos y loables manjares resulta buena cõplexion, y de la buena cõplexion, buẽ

en-

entendimiẽto, del qual proceden las buenas costumbres. Esto dixo lo el Galeno en muchos lugares, especialmente enel segundo de Sanitate Tuenda, diziendo. Que ansi como el niño que de su complexiõ nasce templado, pero por criarse en ociosidad y regalo, y con manjares diuersos, y alas vezes contrarios, se corrompe su naturaleza, y se haze vicioso y desenfrenado. Ansi por el contrario el que nace de complexion y naturaleza viciosa, e inclinada a mal, con el buen regimiento y templado exercicio, buelue su naturaleza en mejor. La razon es, porque del buen manjar, se engendra buena sangre, de buena sangre, buena complexiõ y cõtextura, de donde procede el buen entendimiento y buẽ juyzio, y dende buenas costumbres. Por lo qual dixo Aristoteles. La bondad del tacto, arguye bondad de carne. La bondad de la carne, arguye bondad de complexion, la qual arguye bondad de entendimiento. Por el contrario del duro tacto, se arguye dura carne, de la dura carne, mala complexion, de la mala complexion, mal entendimiento, inclinado a malas costumbres, e injustas

obras. Y esta manifiesto, que la buena carne y tacto, procede dl bueno y loable mãtenimiento, y el duro tacto y carne, del mantenimiẽto malo y duro de digestiõ. Y porẽde el diuinal Galeno escriuio vn libro intitulado, que las costumbres del animo siguen la complexion y naturaleza del cuerpo, y assi lo prouo, y assi lo vemos que el de cõplexion templada, qual es el sanguino, es de buen entendimiento y juyzio, y es alegre, y no malicioso, y no mañoso, antes justo y loable. El colerico es osado, veloz, agudo, sutil ingenioso, facilmente se ayra y aplaca, el melancholico natural es prudente, astuto, no facil alterable, cauilloso, engañador, triste, seuero, que guarda la injuria mucho tiempo. El flematico, tardo desgraciado, frio affeminado, d gruesso ingenio y juyzio. Por lo qual communmente dezimos, al que facilmente se enoja, que es vn colerico, y al que anda seuero, y triste, que es vn melancholico y treticq. Al alegre y liberal, que es sanguino de buena complexion. Al pesado y prolixo, que es vn pedaço de flema, por lo qual como de los mantenimientos calientes se en-

cien-

ciendala colera, y de la colera ansiencen
dida se despierte la yra y coraje, siguese
que del tal alimento se corrompan las co
stumbres. Item como del manjar frio y se-
co, gruesso, se engendre melancholia, si-
guese que los hombres se bueluã tristes,
temerosos de lo por venir, y porẽde son
timidos, auaros. Item como del manjar
frio y humido se cause flema, hazen se los
hombres tardos, perezõsos para qual-
quiera obra, de donde se sigue corrupciõ
de las buenas costumbres, pues la yra es
contraria a la paciencia y suffrimiento,
la auaricia a la liberalidad: la pereza a la
diligencia. Empero como del bueno y tẽ
plado mantenimiẽto se cause sangre bue
na, y humores moderados, hazen se los
hombres justos, buenos, nobles: y por es
so dize el refran comun, Con quien pa-
sces, y no con quien nasces. Sentencia a
mi ver cõcluyda de los muy altos sabios
y philosophos, para dar a entender, que
apascentandose y criandose de buenos y
templados alimentos, proceden las bue
nas costumbres, y el dessear ser castos, y
seruir a Dios, por el contrario, de criarse
en mucho ocio y regalo, mucha abundan

cia de manjares, procede desseo de luxuria y cosas torpes, de donde se cometen atroces y facinorosos delictos. Por lo q̃l como de los muchos y diuersos manjeres dados por mal orden, no solo se siguia daño y perjuyzio al cuerpo. Empero tãbien al animo, prouocandole a malas y siniestras costumbres, quise ordenar este tratado del regimiento de las seys cosas q̃ dizen naturales, quales son la beuida, comida, el exercicio, el vaño, el sueño, y vigilia, el vso venereo, passiones del animo: como son yra, gozo, tristeza, temor, osadia, De esto postrero no quise tratar. Lo vno, porq̃ me parecio que la tal materia tirauamas a moralidad que no a medicina. Lo otro por estar ocupado en cosas familiares, y basta residir en Corte para no poder tener oportunidad para semejantes obras, mayormente el q̃ tiene por su industria de adquerir las cosas necessarias, y resistir a las assechanças y cautelas d̃ aq̃llos, cuyo estudio no es sino astucias y lisonjas: con las quales cosas atierran y derruecan y abajan las buenas letras y estudio, y atraẽ a si los animos, ansi de los illustres, como del plebe. Finalmẽte, el é-

ſtudio de todos en comũ, es llegar bienes tẽporales, riquezas, mayorazgos, aplauſo de todos, accomodandoſe, y ſujetandoſe a ellos, ganando les las volũtades. Y buſcãdo eſta gloria mũdana, por eſtos dixo el Pſalmiſta. *Superbi inique agebant.* Los ſoberuios lo hazian iniuſtamẽte, de eſta vanagloria dixo el Galeno en el principio del ſeptimo de la Therapetica que aprouecha poco a los biuos, y ninguna coſa a los muertos, no a los biuos, porq̃ dixo que buſcãdo la oluidan de eſpecular, o contẽplar en ſciẽcia, o ſabiduria adõde eſta la verdadera felicidad, como tambiẽ lo dixo Ariſtoteles en el libro đ morte anſi. *Qui inuenit philoſophiã inuenit uitã inutroq; ſeculo,* q̃ el q̃ hallaphiloſofia, halla vida en eſte y en el otro ſiglo. Y dixo en el libro de Fortuna bona. *Nihil melius ſciẽtia preter Deũ,* Dize que fuera de Dios y de ſus coſas, no ay coſa mejor que la ſciencia. No aprouecha tan poco a los muertos, porque ſu ganancia y vanagloria murio con ellos. Anſi lo dixo el rey y Propheta Dauid. *Dormierunt ſomnum ſuum uiri diuitiarum & nihil inuenerunt in manibus ſuis.* Durmieron los varones de las riquezas ſu ſueño, deſpues ſe

hallaron sin nada en sus manos. No quise dexar de escriuir, aunque mas de tractores y mordaces huuiesse, porq̃ como dixo Aristoteles enel primero de los Topicos. *Quolibet contraria opinionibus sapientis asserente solicitum esse stultum est.* Dize, que es necedad y locura congoxar se el hombre, porque qualquiera affirme lo que es contrario a las opiniones de los sabios. Especialmẽte, que ninguna cosa ay de la qual no se murmure, como parece por vn Apologo adonde se refiere. Que yendo vn padre y vn hijo a vna feria a vẽder vn jumento, por no cansarle, porq̃ llegasse a la feria de suerte que pareciesse bien para vender le, no quisieron subir en el, los que los topauan llamauan los de apocados, que se querian antes cansar y fatigar, que no subir en vna bestia que crio Dios para yr en ella. Oyendo esto, hizo el padre subir al hijo, y como se topassen con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo. Mira que necedad yrse el viejo a pie, y vn moço que pudiera caminar a talon todo el camino sin detrimento yrse cauallero. Oyendo el padre, apea el hijo, y sube el, y como se topasse

passe con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo, que era conciencia que vn hombre tan grande se fuesse caualler o, y traxesse tras si acosado vn moçuelo. Oyendo esto subieron entrambos en el jumento, toparon se cõ otros, los quales empeçaron a maldezir les, diziendo que matauan aquella vestiezuela yendo dos caualleros en ella. Oyendo esto, tomã su jumẽto y lleuanle acuestas y echanle en el rio. Ansi, que viendo que de qualquier modo q̃ vn hombre escriua, o haga otro qualquier exercicio de virtud, nun casalta de q̃ asir para detratar, acordeme nospreciar todo lo q̃ los ydiotas, y inuidiosos pudiessen detratar, pues tenemos por exemplo a nuestro saluador, el qual por la justicia y verdad fue murmurado y desamparado, y al fin crucificado, cuya verdad queda y quedara in æternũ. El qual juntamente, con el padre, y el espiritu sancto reyna y reynara, para siempre jamas.

AVISO DE

Del primer mantenimiento de los mortales.

CAP. *Primero.*

SEGVN que leemos, antiguamente los hombres viuian como bestas fieras, en los bosques y siluas, adõde les era habitacion las frias cueuas, y adonde comian los fructos como la tierra incuita y por labrar se los daua: y esta aueriguado entre todos los auctores, que las enzinas y robles, mantenian con su fructo a todos los mortales, ansi hombres como bestas fieras. Y no ay tampoco dubda sino que tambien cogiã todo otro genero de fructas, ansi mançanas, como guindas, como vuas y higos. Despues de esta vida, passaron a otra segunda vida pastoril: porque empeçaron a tomar algunas de las animalias fieras, y encerrarlas, y hazerlas mansas: especialmente las oueias, ansi por su mansedumbre, como por el gran prouecho que trayen: porque son muy accomodadas para la vida humana, conuiene a saber, para su mantenimiento: porque dan abundantemente leche, queso, manteca, y tambien

para

para se vestir con sus pellejos y lana. Despues de esta segunda vida pastoril, passaron a la vida de Agricultura, conuiene a saber, a la labrar, y culto delos cãpos: en los quales tiempos, tenian por mas excelente varon a aquel que con mayor cuydado y diligẽcia los labraua y adornaua, y llamauan le, Varon bueno y labrador honrado. Y en aquel tiempo los Reyes, y las gentes, no tenian otra renta, sino los pastos y cosecha de pan, y de legumbres, y bastauan estas rentas muy sufficientemente para sus gastos, y estados y costumbres. Y es cosa increyble quan barata era entonces la comida y pasto. Y porende aquellos tiempos, con razon se dixeron, siglos dorados: porque todos cõ gran sinceridad comian el fructo de la tierra, labrada y cultiuada con sus manos. Despues de esta edad dorada, hemos venido al postrimero grado, conuiene a saber, al siglo ferreo, o de hierro: en el qual se quito el siglo dorado, viniendo al siglo de luxuria y vicios, los que se dan al vicio y luxuria, y a nouedad de costumbres, suelen dezir esta vida mas humana y mas blanda.

AVISO DE
Del mantenimiento blando y urbano.
CAP. II.

NO sin causa y razon los antiguos atribuyeron honras y alabanças diuinales, a los que desechadas las vellotas y fructas agrestes, inuentaron las miesses, de que se hiziesse pan, Y no se deue de atribuyr a vicio y superfluydad, q̃ esta diuinal inuencion de hazer pan y otras comidas (que tanto aprouechan a la vida humana) con la solicitud e ingenio e industria humana se aya augmentado y crecido en mucha perfection. Pues nuestra benigna madre la tierra, no por otra causa produze con tanta fertilidad y frãqueza tanta muchedumbre de fructos, si no por el hombre, pues claramẽte vemos que no pertenece a las bestias la gran abũdancia y fertilidad de Oliuas y de vides: pareceria cosa impia pensar que tanta abundancia y diuersidad de mançanas, y tan agradables gustos, y tan suaues olores, y tan hermosos colores vuiesse Dios criado por causa de los animales brutos. Pues es cierto, que Dios crio los brutos

ani

animales por causa y seruicio del hombre para que cõ moderacion y templança comiesse de sus entrañas y carnes. Porque (como dize Ciceron) la naturaleza crio al puerco tan secundo y prolifico, para q̃ fuesse sustentamiento del hombre. Quien sera tan bestial e insensato, que piẽse que Dios crio tantas y tan diuersas differencias de aues embalde? O tãta diuersidad y suauidad de pescados? Cierto la naturaleza enseño a los mortales a caçar bestias fieras, para que comiessen dellas, pues esta claro que no es dado alas bestias fieras saber sembrar, labrar, el tiempo de segar y coger las miesses, y de guardarlas, sino al hombre. Y deue se cõceder, que todos estos artificios son cõcedidos a aquellos solamente que saben vsar de ellos: pues cierto el pan, los fructos de las vides, y su grato liquor, dan gratos y blandos sabores. Y porende los antiguos llamaron a las gentes que carecian de estas cosas, no solo barbaros: pero bestiales y fieros. Pues luego (segun el parecer y juyzio de medicina) juzgamos por verdad y policia aquel regimiẽto ser mas humano, mas liberal, mas ciudadano, que se toma de aquella

quella saludable inuencion, y vso de las mieses para el substentamiẽto dela vida, conuiene a saber, la que da cõmoderaciõ los mãtenimiẽtos q̃ diximos, y es cõmun y vsual a qualquier hõbre por pobre que sea porq̃ es cosa estraña de la naturaleza humana passar a las Indias, nauegar al estrecho q̃ dizẽ de Magallanes, para aplacar la rauia del appetito y gula. Porq̃ para que se pone la vida de vn hombre a tãtos peligros? para buscar alimentos muy preciados? los quales no son otra cosa si no mas presto acabamiẽto delavida, y pestilencia buscada por diuersas maneras contra salud? Porque quanto sea cõdenada la superfluydad, y gula, y costumbres. De su siglo de Luculo, claramente se paresce de lo q̃ muy graues authores escriuieron del. Pues las prodigiosas comidas de Ysopo, y Apico, y las monstruosas cenas de Vitellio, son juzgadas por indignas de hombre humano, por ende no se deue llamar la vida de estos humana, empero, ni aun digna de hombre sino de fiera. Cosa cierto es digna de admiracion, q̃ todo el deleyte corporal consista en comer. Por ende dixo el ecclesiastico, Totus

Eccl. cap. 6.

la-

labor hominis nõ ore suo est sed anima eius nõ implebitur. Todo su trabajo del hombre consiste en su paladar, empero su anima no se enllenara.

Del uario regimiento de las gentes.
CAP. III.

Como dize Cesar en sus clarissimos Commentarios. Tãtas son las maneras de regimientos del comer entre las gẽtes quãtas son las maneras delas gentes y las regiones. Porque no solamẽte dixo, que vno era el regimiento de los Gallos, y otro el de los Bretones, o Ingleses, y otro el delos Alemanes, empero dixo, q̃ entre los Alemanes ay diuersidad en su regimiẽto de comidas, y tambiẽ entre los Gallos, o Franceses. Porq̃ las escripturas publican ser los cãpos de las Gallias muy fertiles d̃ todas las cosas, y por la mayor parte plantados de viñas. Porende no ay duda, sino que aquella gente fue muy dada a la agricultura. Antiguamente los que en Francia se llamauã Belgas, fueron tenidos por muy fuertes y

fieros

fieros, pues es cierto que quasi nunca los mercaderes passauan adonde ellos habitauan, ni tampoco ellos permitian que se truxessen cosas para hazer los animos affeminados, especialmente no lo permitian los que se dizen Tornacenses. Delos quales dize Cesar, auer tenido costumbres fieras, porende no auia entrada de mercaderes para ellos porlo qual no permitiã que se truxese vino, ni cosas pertenescientes a regalos, porque pensauan que conestas cosas los animos se relaxauan, y la virtud se enfriaua, Y esta comprouado por graues authores, que los pueblos del Occidente tenian su embriaguez de fruges o mieses remojadas y con otras muchas maneras que tienen diuersos nõbres en las Españas, y las Gallias: aũque en realidad de verdad, todas estas cosas fuessen vna misma cosa. Marcellino affirmo, que todo genero de Franceses era muy appetitoso sobre manera de vino, y que era afficionado sobre manera de muchas beuidas cõficionadas a manera de vino, la qual costumbre de conficionar beuidas de granos de pan seguarda hasta haora entre los Flamencos, los

qua-

quales admirablemente se apartaron de las antiguas costumbres, porque con grã curiosidad buscan los vinos estrangeros por tierra y por mar, pues entre ellos no se plantan viñas, especialmente se deleytan mucho con el vino llamado Aurelio. Fuera de esto comen en cõmun carnes de ganados de los quales ay entre ellos gran abundancia por la mucha fertilidad de los pastos. Item abundan de leche, y de cosas hechas de ella: empero sobre todo conficionã muchas maneras de tortadas de queso, y leche, y mãteca de vacas, la qual comida es tenida por mucho honor de las mesas, y de las comidas. Ciertamente se dan mas a beuer que otra ninguna nacion, y tienen por cosa honrosa la embriaguez, no solo entre los varones sino tambien entre las mugeres. Especialmente se precian desto las gentes que moran cerca del rio Rin, y son subditos al rey don Philippo, porque los que se dizen picardos que habitan la picardia, y son sujetos al rey de Francia, aunque tambien son sobre manera vinosos, empero son mas cautos y moderados en su beuer. Toda la de mas gente Francesa que biue

mas a dentro guardan cierta forma en su regimiento, porque la beuida del vino es muy vsada entre ellos, y casi todas sus cãpiñas estan llenas de vides, y vsan en sus comidas, de todo genero de ganado, conuiene a saber d̃ carne de bueyes, vacas, carneros, y sobre todas carnes las de los puercos, ansi frescas como saladas. Y tambien la Francia abunda de todo genero de aues gordas, en tanto grado que las ay de quotidiano en las mesas de los pobres, porq̃ la nobleza de Francia se da con gran diligencia a todo genero de caça, conuiene a saber, de ciervos, venados, gamos, cabras mõteses, jabalines, porque en su tierra abundan mucho estas fieras. Los ricos hazen mucha diuersidad de pan, de trigo, porque el baxo pueblo no como sino pan de centeno, y por ende se siembra de communidad el centeno, y en todas partes de Francia ay grande abundancia de fructa de arboles de diuersos generos, cõuiene a saber peras cermeñas mançanas, çiruelas, guindas, cerezas, aluaricoques, aluerchigas, duraznos, nuezes, castañas auellanas, almẽdras, nespilos, seruas. Empero ay entre ellos algunas differencias de fructas las quales segũ las differencias de las

tier

tierras se differencian, porque en ciertas tierras de Francia que se dizen Petragoricas, ay gran abundancia de castañas nabos, vino, y miesses, son los nabos muy preciados en Saboya, y en las montañas de Leon, y tambien las castañas, y en las montañas de los Cemanos, y Auernos, hazen pan de castañas y solamente dias de fiestas comen pan de trigo, o centeno, y no la gente baxa, sino la rica. Y dizē que aquel pan de castañas satisfaze la hambre mas que otro pan, aunque sea de trigo. Los Gascones nobles, y baxos, ricos, y pobres varones, y mugeres tienen por principal vianda ajos, y cebollas, y puerros, y hazen dello suaues guisados, y gustosos boluiendo tan detestable olor, en buen gusto. Sidonio en la Epistola que escriuio a Cathullo de las bodas de Rauricio, y la hermosa Hiberia llamo a los Borgoñones barbaros, voraces, y demasiadamente altos: y dize, que se deleytan mucho cō la comida de ajos y cebollas, y q̄ son por extremo curiosos de cozinas, y de la gañania, y no son menos aora, pues son dados a la gula, y voracidad mas que ningunos Frāceses. Porque entre ellos se tiene por

refran que vale mas hēchir el vientre hermosamente q̄ no vestir, y adornar el cuerpo de delicadas y blandas vestiduras. Y dizē, que el Borgoñon tiene el estomago de seda. Los Auernos comen de ordinario queso, porque lo tienen en abundancia. Los Normandos comen de ordinario mançanas, y peras asadas y crudas, y hazen beuida de ellas, y comen de todo genero de carnes y pescados por tener cercana la mar, La prouincia de Narbona, segun que escriue Plinio, no es segunda a qualquiera otra prouincia en las labores de los campos, ni en la dignidad de varones y costumbres, ni en la abūdancia de riquezas, de tal manera, que los Romanos la tuuieron no por prouincia sino por verdadera Italia, y cierto que el dia de oy no da ventaja a ningunas tierras en fertilidad de pan, y de viñas, y de admirable diuersidad de mãçanas, y fructas de gran suauidad, empero en policia y criança y en el tracto de viuir explendidamente, es vista apartarse mucho de los demas franceses. Vsan los de Narbana templadamente de carnes, pocas vezes ay ternera. La carne de los carneros, entre ellos, no es suaue ni loable, comē de ordinario cabra,

espe

especialmẽte la gẽte serrana, y los de jũto ala marina, criã bueyes y vacas jũto a lagunas, y aguas: y essos bueyes son fieros y no se puedẽ tomar sino cõ mucho afan, y trabajo. Tienen de contino pescados en mucha abundancia, ansi frescos como salados, por tener cerca el mar Mediterraneo q̃ los cria en grãde abundãcia, sobre todo comẽ alcaparras, y azeytunas adobadas, y tienẽ por mas elegãtes mãjares vuas y higos ansi frescos, como guardados para todo el año, y tambien naranjas ponciles cidras, limas, limones. Finalmente su regimiento de comer se allega mucho al de nuestra España. Guisan sus manjares con azeyte, y casi no saben que es manteca de vacas, de la qual vsan en sus manjares en lugar de azeyte todos los demas Franceses, tienen vinos muy generosos y fuertes. Criã se en su tierra perdizes de picos y pies colorados, y muy grãdes de cuerpo y representan en su sabor el pasto que comen, y porende son muy suaues. Empero en ciertas regiones de Francia llamadas Armoricas. Ay diuersidad en las costumbres de su viuir, porque a vnos llaman Bretones superiores, y a otros Breto

nes inferiores, y estos biuen mas barbara y fieramente, ansi en sus comidas como en lo de mas y tienen su lenguaje differente de todos los de mas Franceses son de su naturaleza ladrones y huelgã se cõlos robos, empero los Bretones superiores q̃ llamã Ballobretones, tienen mucha parte de ciudadanos cortefes como los de mas Franceses. Hazen en su tierra panes muy delicados, y de diuersa suauidad. Beuen vinos buenos, deleytanse mucho con el manjar de pescados, porque se hallaran entre ellos mucha abundancia depescados de rios, y de mar, y gran copia de mançanas de mucha suauidad. Empero los Franceses del mar Mediterraneo todos son tenidos por muy templados y polidos en sus comidas y por muy humanos. Y porẽ de Possidonio sobre Atheneo escriuio, que los Franceses en sus cenas vsauã templadamente de pan, y muy liberalmente de cranes, ansi cozidas como asadas, especialmente en brasas sin asador, porque se deleytan mucho con las carnes ansi tostadas, las quales llamã carbonadas vsan las los cortesanos: y tienen por gran regalo tomar los anades sylueftres despedaçados

dos dlos milanos y echarlos enlas brassas y comerlos por inuierno. Y pienso que hazẽ esto, por causa de los huespedes que sin pensar muchas vezes vienen, porque de esta manera muy prestamente hazen la cena, y las carnes se tornan mas tiernas. Empero dize Posidonio que estas carnes se ponen enlas mesas delos Franceses con mucho asco e immundicia, porque a manera de fieros leones despedaçan aquellas carbonadas con ambas manos y las muerden con la boca, y si las tales carbonadas estan muy rebeldes de partir cõ las manos luego sacan vn cuchillo de su vayna que traen de manifiesto, y las cortan. Y tambien ponen pescados que ay en abundancia, y comen los cozidos con vinagre aguado, y sal, y cominos, y luego beuen este caldo, llaman este potaje Maurio la en nuestra edad no vsan de azeyte, ansi porque ay poco en aquellas tierras, como porque lo tienen por insuaue, como no estan vsados a ello, beuẽ vino traydo de Italia o de Marsella muchas vezes puro, y algunas vezes cõ poca agua. Y segũ que escriue aquel autor, comen en mesas muy baxas redondas de madera. Ponen

en medio al que es mas hidalgo conoſcido, o a aquel que ha ganado honra en armas, o a aquel que es mas rico y honrado, y deſpues de eſte ſe deue aſſentar el que de ſpues del es mas honrado. Eſcriue Plutarcho que entre los barbaros ſon los mas nobles los Franceſes. En Francia el mantenimiento de los corteſanos y delos grãdes ſe regula por el exemplo del rey, porque ſe vee que ſi al Rey dan guſto mantenimientos viles y communes, luego todos los principes vſan dellos, aunque los muy pobres no los quieran guſtar, pues cierto como la corte ſe haga del ayuntamiento de diuerſas gentes, anſi por la miſma razon vſurpa las coſtumbres y cerimonias, no ſolo en los manjares ſino en otra qualquiera razon de viuir de ellas, porque es beſtia de muchas gulas, y de muchas cabeças. Facilmente tengo creydo que los Franceſes atraydos del guſto delas vuas y higos auer paſſado las ſierras y alturas de las alpes, porque por ſentencia y parecer de los hiſtoriadores la prouincia de Narbona produze los higos mas excellentes que ſe pueden hallar en Italia, y vuas de grandiſsimo guſto. De

dõ

donde toda la Francia tray vino, como lo dize Posidonio. Tambien la Germania o Alemania (segun los historiadores) no vsa de vnos mismos alimentos, y en commun no es dada mucho a la agricoltura. Los Sueuos son cierta gente de Alemania (como escriue Cessar) la mas auentajada y bellicosa de todos los Alemanes, esta gente viuia de grande abundancia de pan y por la mayor parte de leche, y de ganados, y era muy acostũbrada a caça, no permitia vino traydo de fuera, porque pensaua que con el vino se relaxauan los animos para los trabajos, y que se tornauã afeminados, y pensauan que con el exercicio quotidiano y con su genero de manjares, y con la libertad se criauan las fuerças corporales, y que el cuerpo segun augmentaua mas, no queriã los Alemanes trocar el exercicio de guerra con la agricultura, y su viuir quotidiano era de caça, comian carnes, queso, cosas de leche. Lo mismo escriue Cornelio Tacito, aunque fue despues de Celar, porque dize, que sus alimentos eran simples conuiene asaber, mãçanas siluestres, carnes de fieras, leche quajada sin preparacion alguna, y sin

regalo, solamente para satisfazer ala hambre. Empero en la beuida no guardauan la misma templança, porque a continuauan a beuer dias y noches. La qual costumbre ha perseuerado con gran pertinacia, de tal suerte, que parece auer nascido para destruiciō de los viuos, de lo qual está disfamados en España y en Roma. Y porēde no seles daua nada de las fructas, y bienes del Octoño, conuiene asaber, de las vuas, higos, vino, porque toman por beuida el liquor que se hazia de ceuada o de trigo corrupto y preparado a manera de vino. Pomponio Mela escreue, auer sido tan salvajes y asperos que comian carne cruda, rezien muerta, y si estaua vn poco dura o añeja la renouauan en los cueros de los ganados o fieras sobando la con pies y cō manos. Cornelio Tacito escriuiendo de ciertos pueblos de Alemania que se dezian Fēnos, dezia. Los Fennos tienen admirable sealdad y torpeza, tienen fea pobreza, no armas no cauallos no Dioses, su comida yerua, sus vestidos pellejos, su cama, tomillos. Y el mismo author dixo que los Alemanes cercanos a las riberas comprauan vino. Y dezia Cesar, que estauan

uan acostumbrados a las costumbres de Francia, y que porende eran mas humanos. Esta gente era muy dada a agueros y combites, y segũ su estado de cada vno rescebia a su huesped con su apparato de comida: y dezia, q̃ la mayor parte de los moradores de las Islas del Rhin, eran fieros y barbaros, Possidonio dexo escripto, que los Alemanes comian carnes, y beuian leche y viuian de pescados y de bueuos de qualesquier aues. Y es cosa cierta la Alemania no auer sido cognoscida de los Romanos. Y aunq̃es verdad q̃ el dia de oy los pueblos de Alemania en muchas partes viuen con mas blando y ciudadino mantenimiento, y con pan y muchas mãçanas de diuersos generos, y con çumo de vides en muchas prouincias. Empero cõ todo esso retienen no pocos rastros de aquella fiera y antigua costumbre: especialmente mientras mas se allegan al septentrion, y no tienen por oprobrio, ni deshõra embriagarse de vino, y quedarse dormidos, aunque sean los grandes, y principes del reyno. Los Ingleses (si damos credito a Cesar) crian gran numero de ganados, y no pensauan ser cosa justa comer

lic

liebres gallinas,ansarones: pero criauan las por recreacion y contentamiento suyo. Los que viuian mas adentro, no sembrauan genero alguno de pan, y solamente se mantenian de carne y leche. Y hallamos por experiencia, que sus tierras son mas templadas que las tierras delos Franceses: porque no se halla en ellas aquella aspereza, y frio, que en Francia, su suelo no solo es fertil de oliuas, y vides, como todas las tierras calidas, mas empero y tã bien de todo genero de miesses, sino q̃ madurã muy tarde, lo qual parece cosa de admiraciõ en tierras de ayre tã tẽplado, pues en otras partes rigurosas de frio, q̃l es Francia se maduran y coxen muy temprano. Pomponio Mela affirma, que Ingalaterra es abundosa de cosas para mantener ganados, pero no de cosas para mantener hombres. En nuestros tiempos los Ingleses vsan del trigo y grano traydo de otras partes especialmente de Francia. Y si por el estoruo de guerra no se lo traẽ sienten hambre. Y tambien buscan vino de otras partes, conuiene a saber de Francia, España, Portugal, Alemania, si los vinos fueren rezios, porque los vinos flacos

cos no sufren luēgo porte. Buscan tambiē otras beuidas, conuiene a saber, vinos de mançanas, y peras que se traen de Normādia y Vizcaya, y beuidas de trigo, que llaman cerueza, que se traē de Flandes, y aū ellos conficionan estas beuidas del trigo y ceuada. Tambien he oydo dezir, que beuē leche los Ingleses de mas a dentro, porque ay entre ellos gran abundancia de ganados mayores, y menores, y porende vsan muchas carnes especialmente puestas en pan. De mas desto son muy viciosos de comer y beuer en combites, hasta que se embriagan. Iunto a los Ingleses viuē los de Scocia los quales si no fuessē enseñados dela policia delos Frāceses, y fuessen por ellos hechos domesticos, serian barbaros y fieros. Los principales y mayores de ellos son guarda del Rey, en el palacio real, y dizen que se tornan moços en la vejez. Es cierto vn genero de hombres muy derramado en su vanagloria, comen demasiadamente carnes de vaca, porque esta tierra cria gran copia de bueyes, mantienen se de pescados frescos, y salados, no tienē mucho pā, y porende comen de pā de porte, y hazē cierta beuida de leche

che, de la qual vſan. Finalmente es miſerable el mantenimiento de los Eſcoceſes. Cuezen ſus manjares en braſas de piedras porẽde echan de ſi cierto mal olor de las piedras encendidas, y vn inſuaue guſto. Vſan mucho de ſalſas, y porende, dize Bruyero, que vio eſtando en Francia Coquoborno Obiſpo de Roſſa, vio que los Eſcoceſes tomauan las gallinas, y perdizes, y las ponian en ſal primero que las coziesſen, o aſaſſen, porque el mucho vſo de vino y de luxuria es entre ellos muy agradable y commun perpetuamente como a los demas barbaros. Los hiſtoriadores q̃ eſcriuen las coſas de los Eſcoceſes cuentã coſas admirables de ciertas Iſlas q̃ ay en Eſcocia, y cuentan admirables generos de peſcados, y de animales. Y no ay que dudar ſino que los hombres Eſcoceſes ſylueſtres no tienen coſa humana excepto que ſon Chriſtianos. Italia ſegũ la differẽcia de ſus tierras, y ſegun el acreſcẽtamiẽto de ſu imperio, o ſu diminucion, juntamente mudo ſus mantenimiẽtos, porque los Romanos que empeçaron a imperar y augmentaron el imperio no buſcauan mas mantenimientos de los que eran neceſ

ſarios

ſarios para el ſuſtento de ſu vida, y para deſechar la hambre, principalmente dauã mucho fauor a la agricultura para que ſe mantuuieſſen, anſi de pã, como de legumbres y fructas. Era crimẽ capital matar vn buey o vna vaca, por cauſa de gula. Y por hiſtorias antiguas ſe pareſce que luego como fue edificada Roma vſauan los Romanos en ſus comidas peſcados eſpecialmente marinos, y que con gran templança comian carnes mucho menos que los demas pueblos, porque aun aora vſan de carnes con mucha moderacion. Y cuenta ſe auerſe mucho deleytado de comer yeruas y ortalizas, el qual deleyte ha paſſado haſta los tiempos preſentes, porque eſtrañamente apeteſcẽ ortalizas, y yeruas anſi crudas como cozidas. Lo qual hallamos auer ſido muy agradable a los Egypcios, aunque ſu tierra fue muy fertil de pan, Ay memorables coſas en los Romanos acerca del beuer del vino, porque dizen no auer beuido vino haſta cien años deſpues de la edificacion de Roma, y que Romulo beuia leche y no vino, Y que Numa inſtituyo que no rociaſſen fuego con vino. Y no era licito a las mugeres beuer lo: deſ-

pues

pues se les fue concedido, para conseruacion de sanidad. Y algunos affirman esto auerse permitido por causa de sanidad solamente. Y algunos affirman que se mando esto, por la falta que auia de liquores. Despues sucedieron muchos que se dierõ al culto de las viñas con gran cuydado y heruor: Y esta grangeria de viñas en tanto grado empeço acrescer entre los Romanos: que la estimassen mas que a otra qualquiera grangeria de todas las de mas gentes. La qual gloria no pudo mucho tiempo conseruar, por razon de la baxa y cayda de su imperio. Empero es cosa cierta, que en algunos lugares suyos vuo generosissimos vinos, conuiene a saber, en la Campania, y en la Apulia, que aora dizen la pulla, y estos vinos llamaua la gran Grecia vinos Griegos. Finalmente los Italianos son muy apetitosos de vino, empero tienen moderacion en su beuer, como tãbien los Españoles. Y no ay dubda, sino q̃ los Italianos han variado en sus beuidas segun la recta, o mala gouernaciõ e institucion, porque por las virtudes y templanças, y por la luxuria y apetito de los

Empe

emperadores se variaron mucho las maneras de beuidas, porque de ellos salierõ tãtas leyes y estatutos: por los quales se prohibieron. Y estoruaron no solamẽte los vinos, y alimentos forasteros, empero y los familiares y domesticos, y se empeço amoderar la superfluidad de carnes de puercos, y de perniles, los poetas satiricos latinos estrañamente abominaron el desorden de comer. Plinio a cada paso cuenta cenas monstruosas de sus tiẽpos, y las condena mucho en tanto grado que con muchas reprehensiones contradize los prodigiosos artificios de gula, y admira se de ver que auia tanta superabũdancia de aues que con su estiercol estercolauan los campos. Empero largo seria contar de la temeraria gula de los combites Romanos, y de sus grandes excessos. Los Romanos antiguos ponian en vna mesa carnes, y pescados, y muchas yeruas, que comian esparragadas y muchos generos de massas para hazer diuersas tortadas, y roscas, y panes porque leemos, que comian pan de flor de harina, y pan mediano y pan de mucho acemite. Los de la Campania mas que todos se enuiciauan

en diuersidades y muchedumbres de manjares. Lo qual fue causa de la perdiciõ del exercito de Hanibal. Los de Tarento son muy affamados en los deleytes y regalos de las mesas. En nuestros tiempos los panaderos de Italia tienen primado en confeccionar diuersas masas para panes, porq̃ cierto en Roma es muy preciado el pan q̃ se haze para el Summo Pontifice y para los grandes. No ay carne alli tan preciada como la dela ternera que ellos llaman vitella: especialmente si es de ternera de medio año que nunca pacieron. Ay gran abundancia de todo genero de aues excepto de perdizes: porq̃ ay de ellas alli muy poca abundancia, y menos de liebres y conejos. Y porende pocas vezes se hallarã en las mesas. Carne de cabras ay mucha en todas las carnecerias. El carnero de alli no es agradable, ni gustoso. Empieçan siẽpre en todo tiempo en ensaladas, y son tã amigos de ellas que muchas vezes empieçan y acaban las cenas en ellas. En el estio vsan muy liberalmente de ensaladas de pepinos, sus guindas y cerezas no allegã en bondad a las nuestras, y los Romanos de estos tiempos no son tan curiosos de

pesca-

pescados, como los antiguos, ni dessean tanto la comida de pescados, y por marauilla comen pescados de mar, sino de rios excepto por necessidad de ayuno, y esta costumbre se guarda en toda Italia. Finalmente ay entre ellos gran templança de comer y beuer, especialmente de comida de carnes. Los Tramontanos no differencian de los Franceses en el mantenimiẽto y policia de comidas. Vẽgamos aora a lo que dizen los forasteros del mantenimiento y beuer de nuestra España. Dize Bruyero Cãpegio, que en uuestra edad ay vicios y apocamientos en el comer de los Españoles, porque si han de comer de sus bolsas mueren de hambre, y dizen que estan piãdo de hambre, empero de que comen a costa agena no ay gente que se les yguale en comer: y por ende dize que, en Francia tiene por refran, que los estogamos de los Españoles estan lacios y los de los Suyzaros gordos y rellenos. Los antiguos escriuieron las Españas ser muy fertiles, especialmente las andalucias, aunque no en todas sus tierras nasce pan, porque no nasce a dõde ay minas de metal. Y escriue Hircio que los Es-

pañoles que viuen al rio Ebro que es Aragon habitan vna tierra esteril, y ay vna, y conuienê todos los escriptores griegos y latinos, que Portugal es muy fertil de todo genero de alimentos. Empero el dia de oy no es tan fertil como otras partes de España, conuiene a saber como Castilla nueua y vieja y en muchas partes compran trigo de los Franceses, comen carne modestamente y pescados assi de mar como de Rios, hazen pan muy delicado, ay gran diuersidad y suauidad de mançanas especialmente de todo genero de cidras naranjas, limones, de granadas, higos, vuas. Embian a otras partes gran copia de higo passado. Tiene de antiguo mucha fama de hazer gustosas salsas. Sobre todo ay en España gran abundancia de vinos rezios y fuertes, de suerte que en su comparacion parezcan los vinos de Francia muy delgados y flacos y de poca punta como vulgarmente dizen. Hazense en España muchos regalos de azucar que llaman confitura, ansi en boticas, como en tiendas, y comen las a la postre de la mesa. Hazen muchas tortadas con piñones, almendras, nuezes, auellanas, cõ flor

de

de harina, y açucar, y miel, llamã lo turrõ yalaxu, comẽ tambien ala postre de la cena vellotas de notable grandeza, y muy dulçes. Y tambien hazen cerueza en algunas partes de España. Y vino de mançanas en Vizcaya que llaman sidra, y en lo mas interior vna beuida hecha de miel y agua y especias la qual beuẽ en estio, como despues veremos en summa. Nuestra España generalmente es muy fertil de todo genero de alimento y policia de comer y beuer templadamente, aunque ay diuersidad de mantenimientos, segun la diuersidad de regiones. Las mesas de Sicilia son muy generosas por la grande abundancia que ay en ella: las quales no aprobo Platon. Dizen los antiguos, que en esta tierra hallo Ceres las miesses, porque es vn suelo fertilissimo. Porende se dezia alholi de Roma. Tienese por historias, que el campo de Palermo fue fertilissimo de todo genero de mançanas, y porende llamarõ aquel campo huerto de Roma, y no ha perdido el dia de oy esta Issla el nombre antiguo de fertil, porque se lleua de ella para Italia gran copia de mantenimiẽtos. Los Griegos fueron muy dados a la glotone-

ria y gula, y porende se tenia por prouerbio contra los glotones y voraces que hazian la griegueſca. Empero entre los Griegos auia diuerſos ingenios de comidas: porque de vna manera viuian los Lacedemonios, de otra manera los Athenienſes. Y dando Licurgo leyes a los de Lacedemonia mando q̃ no dieſſen a alguno mas mantenimiento de lo que conuenia para ſu ſalud y para la eſtatura de ſu cuerpo. Y inſtituyo para cada vno la medida de pã q̃ auia meneſter para ſu año, y el vino tãbiẽ ſegũ eſta razõ, y mas abundãtemẽte a los varones q̃ a las mugeres. Fuera de eſto inſtituyo publicos cõbites en los quales no puſieſſen mas q̃ los mãtenimiẽtos vulgares, teniẽdo por coſa de oprobrio e infamia y coſa inutil, aſsi para los cuerpos, como para las animas, engordarſe cõ los guiſados de los cozineros, y cõ la diuerſidad de guſtos y ſabores. Y dezia mas, que en los combites no era licito dexar de comer los manjares que ſe ponian, y que el q̃ ſe refrenaſſe de los comer deuia ſer condenado por deſtemplado: porq̃ ſe creia, que auia llegado harto al combite, y que menoſpreciaua a los combidados. Y por-

 ren-

rende dezia, que en el combite se deue comer y beuer cõ mucha gana, y deuia auer ygualdad en la comida y beuida de tal suerte, q̃ no solamente auia de auer esta ygualdad en los manjares, y en los asiẽtos: mas empero en los vasos, y aparato, y en las demas cosas, de suerte que no se differenciassen los ricos de los pobres. Y en aquellos tiẽpos era muy preciado el manjar prieto, de tal suerte, que los mas ancianos dexauã todas las carnes a los moços, contentos con solo aquel manjar prieto. Y dizen, que vn Rey del Ponto por solamente este mãjar o caldo prieto, compro vn cozinero de Laconia. Empero despues que gusto aquel manjar prieto que guiso el cozinero, dizen auerle juzgado por ingrato e insuaue al gusto, lo qual como lo aduertiesse al cozinero. Dizẽ auer dicho. O rey todos los Lacones vsan deste guisado por principal mãjar en la Eurota. Cicero y Plutarco escriuen, lo mismo auer acõtecido a Dionysio tyranno Siciliano, el qual como cenasse con los de Lacedemonia dixo, no auerle dado gusto aquel manjar o guisado prieto: el qual auian puesto por cabeça del combite. Entonces dixo

el cozinero. No es mucho de marauillar, porque faltaron las especias necessarias para el manjar. Entonces dixo Dionysio. Que falto? respondio el cozinero. El cansancio de la caça, el sudor, la corrida dende Eurota, la hambre la sequia: porque cõ estas cosas se guisan los manjares delos de Lacedemonia. Vno de Lacedemonia, como allegando al meson diesse al mesonero cierto pesce para que se le aparejasse, y el mesonero le pidiesse queso, vinagre, y azeyte, respondio el huesped. Si yo tuuiera esso que me pedis no comprara el pesce cierto. Varon Sybaritano, dizen que puso por objecto a los de Lacedemonia, no auer ganado mucho honor en la guerra por auerse enella opuesto fuertemente a la muerte pues padescian duros trabajos dura y aspera vida. Los Sybaritas como en lugar de gloria y virtud se dauan a los deleytes y vida blanda, preciauan la vida y temian la muerte. Los Espartanos juzgauan por bueno viuir, y morir con liberalidad: pero hazer lo vno y lo otro, con virtud como lo dize Plutarcho en la vida de Pelopida. Tenian los Lacedemonis las cenas muy tenues y pequeñas,

por

porque abraçando por si mismos la pobreza de necessidad fuessen osados y astutos su combite publico, por esso era flaco para que se acostumbrassen a nunca estar repletos, y para que pudiessen sufrir hambre. Cierto pensauan que viuiendo sin manjar y comiẽdo qualquier comida del vulgo que sus cuerpos con la poca comida se harian mas sanos y mas hermosos. Cleomenes riño a vn amigo suyo, porque puso a su huesped vino tinto, y pan duro al fuego sin otro algun manjar, como se solia hazer en los combites publicos, porque no era licito dar tanta limitacion con los huespedes. Pausanias despues de la victoria que vuo de los Medos mando que le pusiessen la cena conforme Persianos, en la qual como vuiesse estraño gasto, dixo. Por los Dioses que era el persiano gran gloton, pues teniendo tanto que comer al fin vino a nuestra puche apolenta. El que de estas cosas quisiere mucho saber lea las Apothegmas de Plutarco, y los Dignosophistas de Atheneo. Empero la manera de regimiento en su comer acerca de los Athenienses es mucho de otra manera, porque los Griegos

affirman auer ſido muy dados ala ſuperabundancia de los manjaras: en tanto grado que los Poetas comicos entre las coſas mas principales burlauan de las cenas de los Athenienſes, lo qual es coſa de admiracion, que vuiſſe tanta gula adonde auia tanta templança de muy grãdes philoſophos: los quales con grande authoridad adminiſtrauan la republica. Pues Socrates abominaua de los manjares los quales no apetecian los que auian hambre, y de las beuidas que no ſatisfacian la ſequia de los ſedientos. Platon con gran efficacia vituperaua las cenas y comidas de los Sicilianos. Los Athenienſes vſauan de mãjares y beuidas traydos de fuera, y ſu tierra a cada paſſo abũdaua de oliuas y viñas. Poneſe por exemplo, auer preguntado vn truhã, qual cena era mas ſancta y mas preciada, la cena de los de Chalcedonia, o de los de Athenas. Y q̃ reſpondieron, q̃ el proemio de los de Chalcedonia era mas precioſo, y mas ſuaue, q̃ todo el aparato de cena de los Athenienſes. Llamauã proemio de las cenas la copia grãde y variedad de las oſtias o peſcados de cõchas, porque es cierto, que eran muy afficiona
dos

dos los Athenienses a cosas de pescados, y desalsamentos, y dixerõ algunos, que tenian dos generos de cenas las vnas cenas eran en la Achademia, y las otras enel licio, empero escriuesse, q̃ vsauan de azeytunas, queso, cebollas, hortalizas, y tambien cosas de dulçura, y garuanços, y hauas, y vayas de arrayhan, y vellotas tostadas, y higos, con los quales beuian vn poco. Solon el qual dizen, auer puesto leyes a los de Athenas, vsaua de muchos y preciados, y delicados alimentos, mas que conuenia a Philosopho: y dizen, tener esta costumbre porque vsaua viuir de mercancia. Y dizen que se dieron mas a tener dehesas, y pastos de ganados, que no a la Agricultura. La regiõ de Athenas ni abundaua de rios, ni de lagunas, ni de fuentes. No conuenia lleuar fuera de la region cosa alguna, excepto azeyte para los peregrinos. Del regimiẽto de los Persianos dezia Xenophon, que no comian otra cosa con el pan sino mastuerço. Y dize Marcellino que los Persianos sobre todo vedauan la policia y limpieza de los combidados y especialmente el demasia do gusto del beuer, y que entre ellos no

auia

auia determinada hora de comer, fuera de la casa real, sino que a cada vno le era relox su estomago, y que quando le viniesse gana de comer, y beuer, entonce comiesse y beuiesse, porque despus de harto vn hombre no vsa de comida. Empero eran muy diffusos para la luxuria, leese acerca de graues authores, que la superfluydad y gasto de toda la vida, y de las mesas explendidas ser cosa de admiracion, y porẽ de diximos, que Pausanias escarnecia de las cenas de los Persianos. Escriue Xenophon, que antes de la muerte del rey Ciro tenian los Persianos gran templança en comer y beuer, y en todas sus cosas, đ suerte, que ni escupian ni se sonauan las narizes, ni echauan ventosidades. Empero q̃ despues de su muerte se mudo todo: y dizen que los principes de los Persianos eran acostumbrados a poner en sus mesas carnes de bueyes, y camellos, y asnos, y cauallos assadas en las brasas. Pero la gente vulgar e inferior ponian ganados flacos y delgados, y que comian muy poco pan. Algunos auentajaron las mesas de los Egypcios a las mesas de los Persianos, porque es cierto, que Egypto

ha

ha ſido vna regiõ fertiliſsima de pan, y de viñas, y mucho mas de mançanas: Y que los Egypcios vſarõ ſobre manera yeruas y hortalizas: vſauã mucho đ peſcados de rios, y de mar, y de muchas maneras de ſalſas. Los de Tracia, dizen, que comian perros. Los de la Arcadia comiã carnes, y bellotas, y cierto manjar que llamauan Mahan y fue ſu vorazidad eſtraña. Los de la Hircania comen caça, porque ay entre ellos grande abundancia. Eſcriuio tambiẽ Marcelino, que los Scytas ſon muy comedores de leche, y poreſo dize de ellos Galeno, que no tenian lepra: eran tambien muy dados a caça, y eſcriue de ellos Iuſtino q̃ ſu comida es leche, y miel, y ganados, y que entre las lagunas caçan puercos mõteſes y cieruos: y en los campos, cabras, y aſnos monteſes. Segum Homero, ſon gente mãſa y domeſtica. Empero los pueblos de Tracia, que viuen en los montes y lugares altos, ſon muy templados y viuen con mucha ſalud, tienen moderacion en ſus comidas, y beuidas, y no ſe derraman en voracidad. Los Partos ſon muy luxurioſos, empero templados en ſu comer y beuer, viuen de caça. Empero eſcriue de

ellos

ellos Plinio, que les huele muy mal el aliẽ to por los manjares juntos y mezclados que comen, les era remedio para el hedor las mãçanas de Asiria. Los de Numidia, que es Asia la menor, no comen otra cosa, segun Salustio, sino leche y cabra, y cosa de caça: no buscã salsas, ni echan sal en sus manjares, sino que con aquellas cosas satisfazen la hãbre, y la sequia y no buscauan gustos, ni deleytes para el paladar. Los q̃ habitauan en Cyrenes, que es Affrica, no comen sino carne de fieras: durmien y comien en el suelo, su comida era aspera y dura y no limpia ni lauada. Los Getas no vsan vino, ni pan sino carnes de ouejas, y beuen leche, y porende se llaman Galatopos. Los Mosinecos. (Segũ escriue Xenophon) no se mantienen sino de nuezes cozidas, comen pescados marinos, hieden muy mal sus cuerpos. Los de Armenia tienen gran fertilidad de todas cosas, alcançan cielo muy sereno y sano, no les falta nada, segũ lo han dicho los que de aca hãandado aquella region. Los de Persia tienen gran fertilidad de vino, y mançanas, y tienen vna campiña muy ancha y grande q̃ cria vnos bueyes blancos, de cuernos bre-

brenes y vna corcoua encima del lomo, a-
manera de camellos: y de estos bueyes
comen. Crian tambien vnos carneros tan
grandes como asnos, y tienen vna cola tã
ancha, y tan gorda que pesa tanto como
vn quarto de carne de ellos. Son estas
colas muy suaues de comer. Crian mu-
chos palomares, y datiles, y vnas mança-
nas que llaman de parayso hazen vino de
los datiles. Empero para los que no estan
vsados a el es dañoso, porque corrompe
mucho, y causa camaras, los que estan vsa
dos a beuerlo engordan con el, no vsan
pan, ni carnes, lo que siembran por nouiẽ
bre cogen por março, y entonces madurã
sus fructas. Tienen abundancia de aguas,
con las quales tiemplan sus grandes calo
res. Lleuan por arcaduces aquellas aguas
a sus huertas, a donde se van a refrescar,
dexando sus pueblos desamparados. Ay
cierta region cercana a ellos abundante
de mançanas, y de pan: empero el pã que
hazen es amargo por la amargura de las
aguas con que se conficiona de las qua-
les aguas hazen sal, la qual en gustandola
causa camaras. Cogẽ muchos pepinos de
gran suauidad, los quales hazen reuana-
das

das y los ponen a ſecar, y los venden anſi ſecos a otros pueblos: porque ſon de mucho guſto, beuen vino cozido. Vſan de ſal pedres q̃ caban en ſus mõtes. Tienẽ muchos puercos eſpinos, y erizos comen carnes, y arroz en abũdãcia. Los Tartaros tinẽ las miſmas coſtumbres en beuer y comer, que los Scitas, y los de Beruería, y los del Septentrion tienen el miſmo vſo, porque comen leche, y queſo de yeguas, y confiçionan cierto potaje de la leche de yeguas, que parece vino blãco, y no es inſuaue, ni de mal guſto (ſegun que dizen los q̃ han paſſado por aqueſtas tierras.) Suelen ſe paſſar todas eſtas gentes muchos meſes cõ ſola leche, la qual quaxan y la guardan para en tiempo de guerra y la tienen ſeca, deſpues la deshazen en agua, lo qual tiene vez de comida y de beuida. Crian ganados mayores y menores, conuiene aſaber, bueyes, cauallos, yeguas cabras, ouejas. En tiempo de inuierno lleuanlo a los lugares llanos y calientes, en el eſtio a los montes. Comen de caça de venados, y cieruos, porque ay gran abundancia de ellos, (dize la antiguedad que comen perros y cauallos y ſerpientes, de

las

las quales cosas ay gran abundancia. Los pueblos del Oriente que obedecen al grã Can, hazen sus beuidas de arroz, y de especias olorosas, comen carnes crudas de esta manera. Toman las y majan las y despues mezclan con ellas muchas especias y aceytes olorosos y comenlas sin fuego. Comen serpientes, porque las ay muchas y muy grandes en aquellas tierras, y las embian a otras partes por mucho regalo. Comẽn carnes humanas, no de hombres que mueren por enfermedad, sino de los que matã en las guerras. Mathias Michõ el qual escriue delas cosas de Sarmatia Asiana y de Europa, haze mencion de los Tartaros diziendo, que no comen pan, ni otra legumbre, sino de solo mijo. Comen carnes de cauallos, y con la sangre de ellos y mijo hazen comida: la qual costũbre dize Vergilio enla Georgica vsar muchos Barbaros. *Et lac concretum cum sanguine potat equino.* Su principal beuida es agua, y leche, y cierta beuida que hazian de mijo: la qual emborrachaua mucho. Vsan de leche azeda, y tienẽ la por muy saludable, porque mueue el vientre, y le hallan muy bien con ello. Quando ellos ha-

zen combites ſolenes vſan beuer leche de ſtilada, la qual ſube muy depreſto a la cabeça, y embriaga con mucha preſteza. Tienen gran abundancia de carnes de fieras, y caçan las de contino para ſus comidas. Llaman diuinal y ſagrado a ſu rio Tanays y le adoran como los Egypcios a Nilo, porque con ſu agua abundoſa cria gran copia de mançanas y frutas, y miel, la qual ſe halla abũdantiſsimamẽte en las cañas grueſſas que apar de aquel rio naſcen. Dales tãbien eſte rio gran abundancia de peſcados. Tienen tambien otro rio que llaman Volhan, abundantiſsimo de peſcados, el qual ſe diuide en otros veynte y cinco rios y dizen que ſi alguna vez vienen los Tartaros a les hazer guerra con ſu exercito, q̃ ellos dende la ribera matauan con ſus eſpadas los peſcados para los comer, tanta es la abundancia que ay de ellos. Dize tãbien Mathias Micon, que los Turcos que habitan en la tierra de Scitia, ſon deſdichados y miſerables: porque ni labran, ni ſiembran, ni comen pan, ni beuen vino ſino ſola agua. Habitan los boſques y las ſeluas y las cueuas mantienenſe de carne de fieras, y de peſcados: y dize que obedeſcieron al reyezillo de Moſcouia, mas

empe-

empero dizen que los que escrinieron ser templada vida de los que viuen debaxo del polo Artico que se engañaron, y mas en dezir que alli viuian luçngavida, porq̃ debaxo del polo Artico ay fortissimos, y continuos frios: y falta a los miserables no solamente las cosas necessarias para la vida: mas empero y las cosas requisitas para poder viuir. Y dize que los Turcos tuuieron origen de los Tartaros, y porende no differencian de sus costumbres de comer. Vsan los Turcos carnes medio crudas, y solamẽte se priuan de comer de carne de puerco. Hyñen con sus manos la harina del trigo, y luego la echan en las brasas, y la comen. Los que escriuieron la guerra, y conquista de Rhodas, dixeron ser los Turcos vna gente suzia, y sin policia. En la Sarmacia de Europa Polonia es ennoblecida de fertilidad, porque en ella se coge gran abundancia de pan, y semilla, aunque la tierra se labre y are mal, y con negligencia, y porende en ella se coge mucho pan, y la beuida es de miel, porque en esta tierra se coge en gran abundancia. Y tambien en la Ruscia, porque beuen la misma beuida. Y el vino q̃ beuen se trae de otras

partes, y es cosa estraña, q̃ todas las aguas dela Rusia estan llenas de peses, y porẽ de qualquiera en su casa y en su pueblo haze piscina, hallanse alli Burusetes de estraña grandeza y muy suaues para comer, hazen los pedaços y guardã los para comer. En Lituania, y en Moscouia, son todas las aguas de su naturaleza, madres de pescados, porque espontaneamente se engendran en qualquier aguas muchos peces, y grandes, y de mucha suauidad. El vulgaje de Lituania no come sino pan de acemite que llamamos de mediano, mezlado cõ saluados. Empero los nobles y principales comen el pan blanco, y de meollo, y muy delicado. Traen el vino de otras tierras. El vulgo no beue sino agua. La nobleza beue vino, y algunas beuidas hechas de trigo: pero son muy insuaues al gusto. Hazen de la miel dos maneras de beuidas vna beuida es gruessa y espessa, y otra beuida es delgada y rara. Carecẽ de mãçanas blandas y suaues. Criã sobre quantas tierras ay ganados mayores, vacas, cauallos, puercos monteses, cabras, mucho genero de caça, bueyes fieros que llaman Turos, y Vmbrones. Ay tambien gran abundãcia
de

de las ficedulas o tordos : los quales engordan para comerlas: empero es cierto, que vienen de fuera, y no se crian en aquella tierra. Es grãde su destemplança y embriaguez: porque en beuidas y gualan los dias con las noches, y ansi se orinan en las camas y no lo tienen por denuesto. Cornelio Tacito siempre escriuio que la luxuria y gula, siempre fueron muy gratas a los Barbaros. Escriue tambien Mathias q̃ Moscouia produze los ganados muy flacos y tenues y deffectuosos, y que abũda de pescados y de fieras, como la Lituania y que los de Moscouia beuen cierta beuida llamada Medon, quiere dezir hecha de miel, y otro liquor hecho de trigo. Los trigos no vienen en estas tierras a su tiempo, y porende desecan los manojos en el horno. De ordinario vsan mucho de especias, y suelen tomar miel y especias y destilarlo por alambique, porq̃ dizẽ, que esta pociõ calienta las tripas, y resiste ala vehemẽcia del frio. Finalmente atribuyen a esta pocion tanta efficacia, quãta atribuye Galeno a la atriaca de Andromacho. Hazen destillaciones de la auena que dan a los jumẽtos, y hazen de ella

vna pocion que llaman agua ardiente, y es tan fuerte como la q̃ se haze de los vinos muy fuertes. Y por edicto publico del rey muy sereno y acerbo no pudie alguno beuer vino ni otro liquor que pudiesse embriagar, y para beuerlo auian de sacar licencia del rey para que lo pudiessen beuer tres o quatro vezes en el año. Algunas gentes obedecen a los de Moscouia, como eran los Scytas: los quales ni comen pan, ni beuen vino, sino que solamente viuen de carnes de fieras. Y porẽ de dixo de ellos Plinio, *Scytæ humanis corporibus uescuntur, ideo uaste solitudines ac ferariũ multitudo &c.* Dize: los Scytas comẽ carnes humanas y porende ay grãdes soledades y gran muchedumbre de fieras, y porẽde es grande la caça que alli ay. Finalmente como escriue Paulo Iouio, la Moscouia ni cria viñas ni oliuas, ni arbor que lleue fructa, excepto cerezos, y tambien pepinos, lo qual paresce cosa de admiracion en tierra que ay tanto frio del viento cierço, que todas las cosas tiernas de puro yelo se queman. Empero los campos abundan de trigo, centeno, mijo, panizo, y todo genero de legumbres, y es muy cierta
la

la cosecha de miel y de cera, porque ay las auejas sacan gran copia de miel de las cañas de açucar. Comen en sus casas muy esplendidamente, y beuen liberalmente. Cierto con poco gasto tienen de comer muy amplamente, y todo quanto se puede dessear, porque se vende vna gallina, y vn anadon cada cosa por vn real. Ay grã copia de ganados mayores, y menores, ay increible numero de carnes: las quales se conseruan en inuierno por mas de dos meses sin corromperse por el grandissimo frio y yelo que ay. Abunda esta tierra de muchas aues, y caça. Y ansi las mesas delos nobles estan muy proueydas de todo genero de caça, de aues y de animales: porq̃ es cosa admirable el cuydado que ay de caçar aues: y no solamente caçan aues menores, empero ansares fieros, cisnes, grullas, y otras aues mayores que milanos. Tomã cierto genero de aue: laqual es negra y tiene las sobrecejas coloradas, es mayor que vn ansar, La carne de la qual en bondad y suauidad sobrepuja al Faysan: dize se en lengua de Moscouia Tetrao, Piensan ser la aue q̃ llama Plinio Eritrato. Es aue muy conocida en las Alpes, y en las gentes que

llaman Grisones: los quales habitan junto a las fuentes de Abdua. Dizen los que de aca la han visto, ser la gallina de India. Tienen vn rio llamado Volca: el qual lleua gran copia de pescados, especialmente el Esturion, que nosotros llamamos sollo sobre el qual pescado ay mucha contienda si es el que antiguamente llamauan Syluro: conseruanse mucho tiempo en inuierno puestos entre yelos. Ay en esta tierra vnas lagunas llamadas blancas, crian pescados en gran abundancia, son de mucha suauidad. No tienẽ vino sino lo que traẽ de fuera, y esto ay solamẽte en los grandes combites, y fiestas solennes, y en sus sacrificios. Tienese en mas el vino de Candia llamado maluasia, en los de mas no se beue sino por razon de alguna indisposiciõ como el vino hipocras. La gente vulgar haze vn vino llamado medon, el qual se haze de miel, y lupulos, todo cozido: guardasse en vasijas empegadas por dos años, y mas, y quanto es mas añejo tanto es mejor. Y segun escriue Paulo Iouio beuen cerueza, como tambien los Flamencos, Alemanes, Franceses, y algunos en España. Echan nieue sobre este vino para beuerlo

por

por el estio, el qual vso empeço dēde nue
estro Emperador Carlo V. quando fue a
hablar al Sūmo Pontifice Paulo III. y al
rey Frācisco de Frācia jūto a Nichea. Pues
boluiēdo a nuestro proposito muchos en
Moscouia sacā çumo de guindas y le beuē
y la pocion que se haze de este çumo es
muy roxa y de muy gustoso sabor. En nue
stros tiempos toman este çumo de guin-
das y cuezen le con açucar hasta que se es
pesa, y este liquor se guarda para contra
los calores del estio, y contra fiebres pe-
stilenciales, tienen lo entre nosotros las
matronas por mucho regalo, ansi como
a la mina de mēbrillos. Ay cierta gēte lla
mada Lapones, sobre manera fiera y rusti
ca, no tiene fructas, ni mançanas, ni vino,
ni fructo alguno del octoño. Sō muy grā
des vallesteros y flecheros viuen de ma-
tar fieras, y vistense de sus pellejos. Ay
vna region cercana a Moscouia llama-
da Colmogara abunda de mucho pan, y
siembran la tierra sin ararla, y sin hazer
culto alguno, y es cosa de admiracion, cō
quanta presteza arroja gran copia de pā,
y paresce que la naturaleza se apresura a
arrojar de presto el fructo antes que ven-

gala auenida de vn muy caudaloso rio, el qual (como Nilo) suele salir de madre y lleuarse los fructos de la tierra, y en sus campos que estã subjectos a la ciudad de Moscouia ay increible abundancia de cabras montesses, y liebres, las quales no es licito caçar ni con hierro, ni con perros. Y solamente se puedẽ caçar estas fieras por particular licencia del Principe, la qual solamente alcançan los muy intimos a el o los señores del reyno, o los embaxadores. Los que de nuestra tierra passan adelãte del clado Oceano, conuiene asaber, los que son embiados a Alemania cuentã lo mismo que escriuierõ los antiguos, y lo q̃ aora escriuen los mordernos, de las costũbres de las partes de Septentrion. Finalmente Homero llama a los Scytas Gethas Asianos Galatophagos: porq̃ todas estas naciones vsan comer leche aceda, y aun el dia de oy los Normandos vsan cierto mãjar hecho de esta leche y llaman le serato. Y cuenta Erasistrato, segun Gellio, que los Scitas por no auer hambre quãdo tienen los estomagos repletos se fajan blandamente, y como con las fajas aprietan el vientre no se vazia, y ansi no sienten hambre

bre. Y dize Quintino Heduo, que los vezinos de Malta por causa de su gran esterilidad viuen con gran dieta en sus manjares, y que echan cominos en los cortezones del pan, lo qual comen con mucho sabor, y que si no fuesse por Sicilia perescerian de hambre.

Del estraño regimiento en el comer de algunas gentes, segun lo dexaron por memoria los antiguos authores.

CAP. IIII.

MVCHOS tienẽ por cosa increyble las cosas que se cuentan de algunas naciones, ansi en sus costũbres, como en sus figuras y cerimonias. Y aun aora en estos tiempos como se cuente no se da credito: especialmente lo que ante de nuestra memoria han algunos escripto de las cosas memorables de Indias no hazen fee aũque se ayan visto muchas semillas, muchas maneras de trigo, diuersas aues, y animales traydo todo de alla, que nunca jamas

jamas se ha visto: porq̃ antes que los Etiopes fuessen vistos en nuestras tierras, parescian ser cosa fingida y fabulosa, y ansi piensan que las gẽtes llamadas Pigmeos (las quales no exceden en su estatura de vn cobdo) que son cosa ficticia y fabulosa: como Iuuenal, y Aristoteles en sus libros de animales lo ayan dicho por cosa muy verdadera y cierta. Empero como nuestras cosas parezcã estrañas a estas gẽtes ansi las cosas de estas gẽtes parecẽ a nosotros cosas estrañas. Pues ansi como en los antiquissimos tiẽpos, los hõbres de acaualllo dixerõ ser cẽtauros, quiero đzir medio hõbres y medio cauallos, ansi de la misma manera los Indios tienẽ por cosa de milagro ver caualleros a cauallo, y ver nauios y la arte del nauegar. Y dexando aparte cosas forasteras y estrañas, en nuestra España se han visto, y veen cosas que si antes que las viessemos nos las contaran, lo tuuieramos por cosa de fabula y fingimiẽto: pues se vio en nuestros tiempos traer vna manera de pescado, de tan gran magnitud, que dizen poder en su boca caber vn hombre. Y los Franceses vieron en las Alpes perdizes y liebres blancas, cosa que

si no

ſino la vieran , fuera increyble para ellos. Y mucho mas lo que vieron de vna vallena que ſe truxo de nueſtro mar de Eſpaña, con cuya lengna repartida en pedaços tuuierô que comer muchos pueblos , como la trae por coſa cierta Buyero Cãpegio, Muchos de los Italianos pienſan ſer coſa fabuloſa,que aya gentes que comen culebras,y tienen por fieros a los Alemanes,y gentes de las Alpes, porque comen oſos. Porende no me marauillo que tengã por coſa de fabula lo q̃ quiero eſcriuir de los eſtraños alimẽtos de muchas gẽtes,y del regimiento del viuir de Indios,a los quales han paſſado gẽtes de nueſtra tierra como ſe lee de autenticos authores. Empero como yo vea la mucha benignidad dla naturaleza,y la infinita fuerça de ſu Mageſtad con facilidad, doy credito a eſtas , y otras mas coſas . Porque que coſa puede ſer,q̃ no nazca para el prouecho y vtilidad del hombre? Porque quiſo que naſcieſſen hõbres en tierras arenoſas y ſecas? ſino para darles alimentos neceſſarios en ellos. De antes teniã los antiguos por coſa beſtial y fiera,comer ranas,galapagos, tortugas caracoles : y por coſas de beſtias comer car-

cardos. Empero ya en nuestra España, y en Francia lo tienen por regalo. Bien se q̃ aura muchos, los quales porque nunca salierõ de sus tierras, y no hã visto cosas de cortes, han de tener esto q̃ escriuo por cosa vana, y no de credito: por lo q̃l querria que con beneuolencia atiendã a esto que quiero dezir: porque si del todo no estuuieren remotos de la policia de las mesas, aura no pocas cosas que les de gusto, discurriendo por todos los generos de manjares y alimẽtos. Empero quiero primero aduertir, que ni los antiguos, ni los de nuestros tiempos, no tuuieron vn mãjar solo, empero muchos y diuersos, y tantos generos de manjares, quantas son las lẽguas de los hombres: porque hallamos muchas gentes que no saben, que cosa sea pan, ni fructo de arboles, ni de ganados: aunque tengan suelo muy fertil de todas estas cosas, porque no sabẽ el vso del pã, y vino, y de arboles, y no se dan a la Agricultura, sino que solamente comen de lo que la naturaleza simplemente produze conuiene a saber, yeruas, rayzes, caça, y pesca. Leese que en algunas partes del Oriẽte viuen sin arboles sin fructales. Fuera de

esto

esto escriue Plinio author muy estendido q̃ en la Alemania mayor y menor ay pueblos que llaman Caucos, los quales ni saben que es mançana, ni fructa, ni carne de fiera, ni tienen leche, ni ganados, sino q̃ como aya ay grãdes estios del Septentriõ van tras los pesces que huyen con el mar y arrebatan los con las manos, y ponen los a secar al viento, y no al sol, y con la ardiente tierra assan las entrañas delos pesces que asieron y comen los y no beuen sino agua llouediza, que recogẽ en vnos oyos que hazen en sus casas. Muchas gentes de los Scytas, leemos que comen carnes humanas, y aora en la nueua India hazen lo mismo aquellas gentes que llaman Canibalos, lo qual pareschera cosa increyble sino leyeramos que en mitad del mũdo como es Sicilia, vuo gentes que comiã carnes humanas: quales fueron los Ciclopas y Lystrigonas. Como leemos en Virgilio, que Poliphemo comia carnes humanas. Que mas? sino que imperando Trajano los Iudios siendo su capitan Andrea en la matança que hizieron en Hierusalẽ en los Romanos y Griegos comieron de las carnes de los muertos y de sus cueros

barro

barrotearon ſus armas como lo eſcriue el Textor en ſu Officina por authoridad de Dion Caſsio. Fuera de eſto aora en eſte nro tiepo tienē algunos por gran remedio contra algunas enfermedades tragar carne humana y hueſſos humanos, pues vemos q̃ los Chriſtianos vſan tomar por la boca la carne momia, que es carne de muertos contra algunas enfermedades: como parezca que nos eſtremezcamos y ayamos grā aſco de vertripas, y entrañas humanas, quanto mas comerlas. Y algunos mandaron beuer ſangre humana contra gota coral: eſpecialmente ſangre de eſgremidores, lo qual ſi vemos beuer a las fieras alimanias tenemos por coſa de grā aſco y fiereza. Y aun dizē mas, que es grā ſocorro para los que padeſcen gota coral beuer la ſangre caliente del que ſe ſangra de la miſma vena. Yo empero eſte remedio tengole por a troz, y fiero, y digo que los que tal dexarō eſcripto vienen de gē te que comien carne humana. Galeno eſcriuio auer oydo a gentes que auian guſtado carnes humanas, y que differian en el guſto muy poco de carne de vaca. Los Pigmeos los quales dize Ariſtoteles, no

ſer

ser fabula, pelean contra las grullas sobre las miesses, y trigo, y dize, que la naturaleza les mostro comer cosas mas vrbanas. Los de Etiopia que viuen dende el rio Meroe, hasta el rio hydaspe comen escorpiones y aspides. Quintinio Heduo escriue, que en la Isla de Malta comiẽ algunos escorpiones, sin que por ello les viniesse algũ daño: porq̃ escriue, q̃ las viuoras y escorpiones de Malta carecen de ponçoña. Hazia el oriente ay naciones que comen cigarras, y dize Aristoteles, q̃ son de gran suauidad antes que rompan la corteza. Y que los Partos gente riquissima las comen. Y pocrates dize, que los Nomadas, q̃ son los de Affrica, beuen sangre de cauallos, y que ay gente sobre Boristenes que no comen manjar alguno sino al tercero dia. En los postreros Indios dizen auer gentes que no tienen boca, y que de solo el olor que les sube a las narizes, viuen sin otra comida, ni beuida. Y que quando van camino lleuan flores y yeruas y mançanas muy olorosas para se sustentar, y no visten otra cosa sino hojas de arboles, y llaman a estas naciones Astomos. Y no es de marauillar,

Lo encontrarás dice el cap. vlt. de los Aforismos, y por lo tes q̃ ca o mos

pues se escriue, que Democrito se sustento con solo el olor de miel, Los que habitan el monte Athon comen carnes de biuoras, y no les hazen daño en su cuerpo. Los Pandoras y Parthos, aunque son abundantes de riquezas, comẽ langostas. Los Oritas no comen sino pescados, de los quales hazen pan, como leemos que aora lo hazen en algunas partes de la India, tamando los pescados y despedaçando los cõ las vñas y tostãdolos al sol. Las naciones llamadas Medunnos se sustentã de la leche de ciertas animalias que se dizen Cynocephalos que significa cabeça de perro, y son del genero de Ximios, y tienen muchos ganados de estos animales, matan a los machos, y solamente guardan algunos para la conseruacion del linage. Ay otra nacion que se llama Arimpheos, no comen sino vayas de arrayan, y laurel, y pescados: y a esta nacion vedo Alexandro Magno el vso de los pescados trabaxando de traerlos a mas humana vida. Ay cierta nacion llamada Celenophagos, quiere dezir, que come tortugas, de cuyas conchas hazen los techos de sus casas: el qual linage de hombres ay en las In

dias

dias o nueuo mundo: porque tienen tan grandes tortugas que pueden con sus cõchas hazer techos, y vsar dellas como de rodelas. Aunque el comer tortugas ya entre nosotros es tenido por regalo. Los Candeos comen serpientes y porẽde son llamados en los Griegos Ophiophagos. Los de Tracia comen perros segun lo cuẽta Pico Francisco. Los de Lybia no comiã oueja, y si alguno entre ellos la comia era tenido por nefario y suzio. Los Iudios y los Egypcios no comen carne de puerco. Los Pancheos no comian animal alguno terrestre, ni de agua. Los Trogloditas no tienen riquezas ni casas, sino cueuas, comian serpientes y guardauã la agua lluuia para su beuida. Los de los mõtes Ripheos no comian sino vayas, y algunos de ellos se llamauan Phrophagi. Los Tisagetas, y sus vezinos occupauan muchas y grandes syluas, mantenian se de caça. En las Islas de Bretaña que se dizen Hemodes, mantenian se de hueuos de aues de lagunas, y de solamente auena. Los pueblos de la India, aunque son muy fertiles, y tan copiosos de todas las cosas, que de ninguna cosa carescan, con todo esso vsan comi

das aſperas y duras, y no matan animal al guno, no les aplaze comer carne, algunos ſe mantienen de peſcados, y es de maraui llar que con todo eſto no tienen por coſa injuſta comer las carnes y entrañas de ſus padres defunctos. Los Carmanos ni vſan de pan, ni ſe viſten, ni tienē ganado, ni ca ſas, ni moradas, comen peſcados, y viſten ſe de ſus cueros. En las Iſlas Fortunatas ay tanta abundancia de todas las coſas q̄ es coſa de admiracion: porque naſcen fru ctos ſobre fructos y viuen con gran auen turança, ſin tener cuydado de ſembrar ni arar: lo qual tambiē ay aora en ciertas par tes de Indias. En la Etiopia ay naciones de muy diuerſas figuras y de diuerſos tra ctos, y anſi ſon muy diuerſos ſus alimētos. Ay entre ellos gentes que no tienen nari zes, ni boca, ſino vn ſolo agujero por el qual con vna caña de auena atraen la beui da. Ante del Rey Ptolomeo Latyro, los Nomades no ſabian que era fuego, comiā carnes de Elephantes, y leche de Ximias. Acerca de algunos naſcen cauallos, y ele phantes, ſin orejas. Otros no vſan ſino de agua lluuia. Los Ariophagos ſolamente comian carnes de Leones y de Onças.

Los

Los Pamphagos todo quanto vian tragauan. Tambien se escriue que algunos de la Etiopia no comian sino langostas que las desecauan con sal al humo, y las guardauan para comer: pero que su vida no passaua de quarenta años. En las islas Fortunatas ay vn arbol como cañaheja, de la q̃l exprimen agua para beuer: del arbol negro agua amarga: del blanco agua dulce. Y que abundauan de aues y dactiles y mãçanas y piñones y miel, y que en sus rios abundaua mucho el pesce llamado Siluro que algunos piensan ser el Esturion. Ay tambien en ciertos pueblos del Oriente, algunas aues, o gallinas, que tienen por a las pelos negros, y de ellas se mantienen. Los Anthrophagos vsan de especies olorosas ignotas a nosotros: con las quales y arroz conficionan cierta beuida que embriaga mas, y hiere mas la cabeça, que el vino, y que tomã por beuida el humor q̃ sale de cierto arbol cortado, o abierto. Y cuentan mas que debaxo de las cortezas de los arboles hallan harina de la qual hazen pan y otros manjares. Y que alli se hallan carneros de estraña magnitud. Y que ay islas de Christianos que casi siempre vi

uen de pescados, porque alcançã mar muy abundante de pesca, y que comen arroz y leche. Y otras naciones que se mantienẽ de carnes de camellos. Otros viuen de pescados, ansi frescos como secos, y que a los secos los muelen y hazen harina, dela qual conficionan panes para comer. Los Egypcios en el tiempo que obedeciã al Soldan comian carnes de camellos, y raras vezes de bueyes abundauã de mãça nas ypã. Empero pocas vezes haziã vino porque es vedado enla ley de Mahoma, y lo q̃ hazen era vino preciosissimo. Esto es lo que yo pude collegir del mantenimiento de las naciones, y esta tambien manifiesto que segun las religiones y sectas se varian las maneras de los alimentos.

De los mantenimientos de la nueua India y de su regimiento.

CAP. V.

LOS Españoles y Portugueses mal oiemos a cerca de los Franceses, y algunas otras naciones: pues Bruycrino Cam

pegio

pegio Frances dize, que los Españoles y Portugueses descubrieron y sojuzgarō la nueua España por manera de latrocinio, y por hallar oro y riquezas, y no por causa de domar gentes fieras y traer las a buē viuir y politico, ni por causa de los amāsar y aplacar. Loqual leemos delos Macedones, los q̄les siēdo Alexandro su rey sojuzgaron muchas Indias y barbaras naciones, no restriuādo en oro, ni en plata, ni en interesses, sino para amansar las gentes indomitas y barbaras, para las atraer a vida domestica y ceuil, y para atraerlas a buenas y loables costumbres: y prueualo, porque dize que los que por escripto manifestaron nuestras nauegaciones y apparato de armas para estas Islas sin dubda dixeron auerlo hecho por auaricia y luxuria demasiada de comer y beuer: porq̄ lo primero que hizieron en allegando a aquellas Islas fue, poner todo su decreto enbuscar minas de oro, y de plata, porende ganando por armas aquella tierra luego assierō a los moradores y vezinos de ella y los ataron como a esclauos y los cōpelieron cauar minas de dia y de noche, porende la desuenturada gente cada dia

desesperaua matandose a si mismos, por huyr tan aspera subjecion, porende la sacrilega hambre de oro despoblo aquella tierra de moradores. Esto dixo aquel Frãces de Leon. Empero querer medir la intẽcion de todos los Españoles que yuã a las Indias cõ vna misma medida, es error manifiesto, y antes querer dezir mal que no de dar salubre correction, porque aunque es verdad que muchos yuan a esta nueua tierra con intencion dañada de auaricia, y de satisfazer a su insaciable apetito, muchos otros vuo que yuán con charidad e intencion de conuertir aquella gente barbara sin ley, ni costumbres a buena ley y costumbres vrbanas. Y ansi Dios ayudo al proposito de los buenos y sanctos pareceres, dando victoria, y ayuda a los buenos propositos, para la saluacion de aquellas tan perdidas animas. Y porẽde vimos por experiencia q̃ los que con aquella desenfrenada gula nauegarõ, o se murieron en aquella tierra, o fueron comidos de los Indios o se hundieron en el mar a la yda o venida, o si allegarõ a sus tierras se deshizieron sus riquezas como humo. Y porende vino en prouerbio que

sus

ſus riquezas fueron de traſgo: porque ni ellos, ni ſus decendiẽtes los gozarõ, pues luego boluiendo a nueſtro propoſito es cierto, que en aquellas Iſlas ſe hallo tanta fertilidad de yeruas, de arboles, d̃ matas, depreciosos olores, de animalias, de aues, que cauſo en todos noſotros no menos admiracion, que Alexãdro magno en los ſuyos quando ſubjecto todas aquellas Indias e Iſlas tan fertiles, como ſus eſcriptores lo eſcriuen. Pues luego empecemos primo dẽde la Iſla del puerto ſancto. Eſta Iſla es muy fertil de trigo, y de centeno, y de todo genero de ganados. Ay grã abũdãcia de jaualines y de conejos. Aqui eſta la Iſla de la madera tan abundoſa de açucar que ſe forman en ella infinitas maneras de confituras y maçapanes. Ay mucha abundancia de viñas, los ſarmientos de cãdia a eſta Iſla tray dos arrojã mas vua que hoja, y las vuas ſon de eſtraña grandeza. Cria gran abundancia de perdizes, de codornizes, de pauones, y de otras muchas aues de eſta manera. Abunda de muchas ſemillas y trigo. En ſus mõtes ſe halla grã abundancia de jaualines. Las Iſlas de Canaria, que piẽſan ſer las fortunatas, ſon

diez,

diez, de estas diez, segun se escriue, las siete son habitadas, y las de mas no. Los que escriuieron cosas de India dixeron, que comian pan de ceuada, allende de esto comen carnes, y queso, y leche. Empero esta tierra es muy aspera para lleuar otro qualquier genero de pan, y de vides. No saben que cosa son mançanas sino son higos Abūdā de asnos mōteses, y traense para Portugal de ay muchos q̄sos. Empero la Isla que llamā Dargin, es fertil de todo pan, especialmente de ceuada, si embran por Março y Abril. Abundan de datiles porque los ay en abundancia. No saben que cosa es vino, beuen leche de camellas y de otros ganados. Crian muchas vacas, las quales en comparacion de las nuestras son pequeñas. Crian pocas cabras: pero muchas abestruzes, y comen sus hueuos, los quales son muy suaues, como lo dixo Luis Veneciano. Tienen este mismo mantenimiento las cercanas islas. Los que se allegan a las islas de los Nigritas, comen pan de ceuada, y de legumbres, las quales nascen en poca cantidad, porende ay muy pocos alimentos. Estan contentos con vn poco de harina de ceuada, o cō otro qual

quier

quier manjar moderado tãto puede la costumbre de comer poco. Empero es cosa estraña que comiendo con tanta templan ça les huele grauemente el aliento y mueren con aqueste graue olor: porende cubrẽ sus bocas, y sino es para comer no las descubren: el qual vicio diximos tambiẽ tener los Partos por los muchos y diuersos manjares que comen, y el mucho vino Los Nigritas q̃ llamamos Moros negros, en ciertos tiempos del año padescen graues enfermedades por los calores intolerables, y por la malicia y vicio de los manjares. Empero preuienen a sus enfermedades, tomãdo por la mañana en ayunas vn grano de sal desleydo en agua. Y dizen q̃ esta naciõ mueue tãto asco y fastidio quãdo guisan y adereza sus manjares q̃ todos los q̃ lo veẽ dan arcadas, tanta es su suzieda d. Son estrañamente luxuriosos. Los q̃ habitã el reyno llamado Senege viuen en perpetua hãbre, y en perpetuo e infaziable apetito de comer. Costũbre cõtraria a la de la gente que hemos dicho. Tienen abundancia de bueyes y cabras, y muy preciadas y suaues legumbres: las quales siembran y siegan: empero no cogen trigo, ni

ceua-

ni ceuada, ni centeno: como tan poco los moros negros. Ay grã abundãcia de alfocigos, y de diuersos otros generos de legumbres. Tienen grã cosecha de hauas de diuersos colores, son muy anchas, algunas negras, y otras coloradas, y otras blãcas, siembran se por Iulio, cogen se por setiembre. Coge se tambien alli mijo: no beuen sino agua, o leche, y vn liquor de vn arbol q̃ no lleua fructa: este arbol es muy semejante a la palma. Llamã al liquor que del sale Miguol, y es de mucha suauidad, y tienta la cabeça, y embriaga como vino, por lo qual es necessario le tiemplen con agua. Empero no guarda su sabor y gusto mas que tres dias o quatro, y en passando este tiempo luego se azeda, y miẽtras mas se aneja es mas desgustado, empero beuiẽdo este liquor reciente, especialmente si hierẽ el arbol y chupan su çumo, es de grã suauidad y gusto mas que ningun vino. Arroja este arbol este liquor o lagrima todo el año. Ay arboles que lleuan fructo muy differente de los nuestros, y ay manças nas casi como las nuestras, empero son de mucho mayor suauidad y olor. No se labran estos arboles, ni se cultiuã ni se tra

spo

ſponen, ſino que naſcē eſpontaneamente. Ay muchos lagos: empero no anchos, ni largos ſino muy profundos. Tienen agua dulçe, y crian muchos peſces ſemejantes a los nueſtros. Ay mucho azeyte, que huele a violetas y flores y guiſan con el ſus mājares y es muy ſuaue, tiñe tanto la comida como nueſtro azafrā. Cria eſta tierra bueyes y vacas, muy mas pequeñas q̄ las nueſtras. Las vacas tienen diuerſos colores, porque vnas ſon negras, y otras blancas, otras mezcladas de blāco y negro. Ay poco ganado cabruno y menos oueiuno, empero ay grā abūdancia de cabras mōteſes, y de liebres. Ay tābien gallinas q̄ ſon traydas por aca, y anſarones d̄ varios colores. Tienen gran abundancia de miel. Ay muchos cauallos y yeguas, las quales engordan con mijo. Y dizen que todas eſtas Iſlas crian gran copia de palomas, y eſcriue Luis Veneciano que por tener a los Indios por gratos que comien carnes de elephantes cozidas, y aſadas, empero q̄ eran de mal guſto, y ſabor y que eſto principalmente lo hazien la Iſla de Gambre a donde ay gran abundancia de elephantes, los quales caçan. Comen con gran ſuauidad

car-

carne de perros, lo qual dize que no vio en otra alguna nacion. Ay gran fertilidad de datiles, y de otras mançanas: empero no oſauan comerlas nueſtros nauegadodores, porque por experiencia hallauan cauſarles dolores de tripas, y mouerles mucho a camaras. Y dizen que aquel ſuelo lleua mucho arroz. Ay otra nacion de Indios llamados los Ananinos, tienē grā copia de todo genero de aues, y crian muchos papagallos, y gallinas yguales en grandeza. Lleua grā copia de mijo: empero no hazen pan de ello, ſino de vna rayz llamada caçaui. Ay gran abundancia de ganados, beuen agua de rios, y es de gran ſuauidad. Los Melindas no tienē pan mas que mijo, y arroz, crian aues y carneros comē leche y ay mucha miel, y muchos datiles, y vnas mançanas que dizen aſsirias de ſuauiſsimo olor, cauſan gran recreaciō a los enfermos. Y cuentan que ay cercanas muchas Iſlas que no ſaben que es pan, ni vino, ni carnes, comen ſolamente arroz, mançanas, y açucar, leche, manteca de vacas. Hiſpania es vna Iſla que primero fue deſcubierta por la nauegacion de Columbo, en ella ay moradores ſemejantes a los

Cā-

Canibalos que comen carnes humanas. Esta isla cria vnas rayzes a manera de nabos, tienen sabor de castañas, aunque son en su gusto desgraciadas quando estan recientes dizense en aquella isla Ages, y en otras partes batatas. Hazen de ellas pan. En la isla de guadalupe ay vna nacion que come carne humana, y por esso se llaman Anthrophagos cria muchos papagallos, mayores que pauos, tienen las alas de diuersos colores, lo de mas del cuerpo colorado, engordãlos y son suauissimos de comer, Ay otra isla no muy lexos de Cuba la gẽte de la q̃l tiene por el mayor y mas suaue regalo carne d̃ serpiẽtes, en tãto grado q̃ va a mesas de reyes y d̃ principes. Curtana es vna Isla que descubrio Pero Alphonso muy abundante de delicadissimos y suaues manjares, ay jaualines, liebres anadones, ansarones tortolas palomas, y fay sanes. Americo Vespucio allego a vna Isla, la gente de la qual come carne de sus enemigos, y dizen que es suauissima, guardan la en sal como nosotros carne de puerco, o de vaca. Deleytan se mucho con la comida de pescados. Y es cosa estraña que en vna tierra tan fertil coman carnes hu-

batatas

ma-

manas: porque tienen mar de mucha y de licada pesca. La tierra produze espontaneamẽte muchos arboles fructiferos que lleuan mançanas de mucho olor muy suaues, alguſto, produze muchas rayzes y yeruas, de las quale hazen pan y otros manjares, y ay mucha fertilidad de trigo, y ceuada, pero no es semejante a nueſtro trigo, ni a nueſtra ceuada, ſon las mugeres ay muy luxurioſas viuen los hombres mas de ciẽto y veynte años. Americo Veſpucio en ſu primera nauegacion deſcubrio vna tierra adonde los vezinos no ſaben que coſa ſea pan, tienen por comida yeruas y rayzes, y mançanas, y peſcados. Tienen vna raiz, la qual muelen y de ſu harina conficionan pan para comer: a eſta raiz algunos llamã caçaui, y otros yucca y otros ynamen, y otros Cambri. No comen otra carne ſino la humana. En la miſma nauegacion ſe deſcubrio vna gente q̃ comen de carne de ciertos animales tan grandes como cabrones: pero ſon de figura de ſerpientes. Fuera de eſto peſcan en ſu mar cierto genero de peſcados, los quales majan y maſan y hazen panes de ellos, los quales cuezen y ſon muy ſuaues, ſegun

lo

lo que dizen los nauegantes, que por ay aportaron. En vnas islas españolas que dizen la nueua España, ay vna semilla que llaman Mayz, de la qual se haze pan mas suaue que de trigo, porque cõ mas facilidad se haze el pan de su harina, y mantiene mas y da mas fuerça. Aunque los que de nuestra tierra han ydo a aquellas islas dizen no mantener tanto como nuestro pã, ni ser de tã buẽ gusto, ni de tãto prouecho. En la Isla Dariene se coge pã de la simiẽte q̃ se siẽbra, cõ tanta presteza como en la nueua España. Ay muchos arboles q̃ nascen por todas partes sin se sembrar, ni trasponer. Lleuan mucha copia de mançanas, y fructas. Ay algunas mançanas de color y figura delimones, y son agradulces. Ay otras como cidras engrandeza y color. Ay otras como naranjas q̃ tienẽ el sabor de melones, pero muy mas suaue y gustoso. Ay vn arbol como castaño q̃ lleua vna fruta semejãtea higos muy gruessos, la qual fructa es muy dulce y suaue al paladar: ay otro arbol q̃ lleua vnas mançanas mas chicas y delgadas que ningun arbol: empero en la fragrancia y suauidad de olor y en su delicado gusto ha-

ze ventaja a todas las de mas fructas, Cria se otro arbol que lleua vnas mançanas como las nueſtras en color y figura y ſabor engordan con ellas a los puercos domeſticos: los quales ſi los lleuan a apaſcẽtar a las ſeluas con aquellas mançanas de mãſos y domeſticos ſe tornã brauos y fieros, tanta es ſu goloſina para yr a comer de aquellas mançanas. Las carnes de eſtos puercos, anſi ceuados cõ eſta fructa, ſon mas tiernas, y mas ſuaues, y mas ſanas que las carnes de nueſtros carneros, ſegun lo teſtifican los que de ello eſcriuen y lo hã viſto. Y pienſan algunos, que aquel genero de mançanas es eſpecie de mirabolanos. Y dizen que eſta fructa tambien es muy commun en la nueua Eſpaña. Eſta tierra cria piñones, y abunda de palmas: empero nacen ay vnas rayzes tan grandes como nabos, y como turmas muy grandes las q̃les llamã patatas o batatas, naſcẽ como turmas ſin ſembrar ſe d̃l vicio d̃la tierra, tienẽ eſtas rayzes vn cuero mas duro, y vilcoſo que los nabos, y que las turmas, empero lo de dentro es muy blãco y muy ſuaue, comenſe crudas, y aſſadas a manera de caſtañas, y repreſentan ſu guſto: ſuelen

las

las ſembrar en algunos huertos como la rayz llamada caçaui. Ay en las lagunas de eſtas islas muchos fay ſanes y pabones no como los nueſtros, porque carecen de colores diuerſos, ay papagallos en tanta abũdancia por las calles y campos, como acagorriones. Comen ay vna manera de caracoles que llaman perlas y tueſtan los al fuego, porque mas ay na ſalen a fuera que no ſi ſe cuezen en agua. Ay otra manera de conchas que llaman vniones, porque lleuan vnas conchas de perlas muy precia das y tambien tueſtan eſtas conchas para las comer, y tienen las en tanto como noſotros las oſtias. Aquellas perlas que traẽ por aca ſon de ellas y vienen coloradas y denegridas porq̃ las aſſan y tueſtã pues d̃ otra manera verniã muy luzias y blãcas. Ay tãbiẽ rios q̃ lleuan arenas de oro tienẽ muchos peſcados y ſon ſuauiſsimos por ſe apaſcentar de aquella arena. Ay tambiẽ en eſtas Iſlas hazia el occidente ciertas naciones que viuen en cueuas que ſolamẽte ſe ſuſtentan de mançanas y viuẽ con ellas contentos: porque ni ſiembran, ni congẽ, ni labran los campos. Los Chriſtianos q̃ paſſaron de eſtas partes a aquellas tierras

viuieron algunos años cõ rayzes, yeruas y fructas, hasta que empeçaron a acostumbrarse a los mãjares de aquellas Islas, por q̃ aquella rayz llamada caçaui, dela qual los Indios hazẽ pan, era mortal para los que de por aca auian nauegado alla de lo qual se saca, que es verdad que acostumbrando se a la ponçoñan poco apoco mãtiene. Especialmente que los nuestros experimentarõ que la ponçoña desta rayz estaua en su çumo, porende empeçaron a cozerla y despues à tostar la en el fuego y ansi boluiẽdola menos dañosa y menos empeciua la començaron acomer. Y hizieron mas que la desecauan hasta que no tuuiese humor y guardauan la, para hazer pã de ella, porque esto no era tan pesado para el estomago como el que era de la rayz tostada. Emperode esta Caçaui ay dos generos, el vno de ella es para mesas de reyes, el otro pare la gente mas commun, porque el pan que se haze de la primera caçaui es como nuestro pã de flor de la harina, el pan de la otra caçaui es como nuestro pan de azemite o de mediano. Y tambien de las batatas, de las quales hezimos poca mencion. Ay tambien muchas differẽ

ferencias, y tambien de otra ſemejãte rayz que llaman Ages delas quales rayzes traẽ por Eſpaña y ſe venden como nabos, y hazen de ellas comida, coziendolas con carnes. Aſſadas y echadas en vino ſon mas ſuaues que caſtañas. Ay tambien relacion q̃ de cierta nacion cercana a eſtas indias dela nueua Eſpaña, que comen grillos, y cigarras, y langoſtas, y cangrejos y caracoles, y que ſalan todas eſtas ſauandijas para las comer, y las lleuan alla alo mas interior de las Indias y q̃ ſe compran por coſa de mucha ſuauidad. No dexare de contar por coſa de marauilla, q̃ ay Isla, qual es la q̃ dizẽ palma, en la qual ſe halla grã abundãcia d̃ miel en los eſpinos y abrojos y en las hojas de los arboles, y en las matas. Es coſa tãbien de admiracion, que en la Isla llamada Altibella ay tortugas de grandeza increible, y en mucha abundancia, ponen de vna vez hueuos mas de trezientos y de quatrocientos tan grandes como de ganſos, los quales eſconden en vnos agujeros que ellas hazen en la arena del mar, y deſpues los cubren con la arena y dexan los eſtar ſe anſi, ſin mas cuydado de ellos, porque ſolamente con el calor

del sol se empollan y nascen las tortugas debaxo dela arena como hormigas. Dizē que sus carnes de estas tortugas tienen el mismo sabor y gusto que las carnes de ternera, y que en bondad no son inferiores. Ay cierta isla que llaman de Dites, la qual no se aparta dela linea equinocial mas que seys grados, donde ay grandissima cosecha de cieruos y d liebres, y cada vno puede matar de esta caça a su voluntad cō saetas, o piedras, o dardos. Y en esta isla se viue cō mayor libertad que en otra alguna. Abundā de muchas rayzes, y de mayz, del qual conficionā beuidas a manera de cerueza. Ioseph Indio descubrio vna Isla q̄ se dize Carangonora, la qual esta situada entre el Tropico de Cancro y la Equinocial, es fertilissima de arroz, y del hazen pan, y que tiene cincuenta differencias de yeruas, de cuyas rayzes comen. Tienen tambien higos, empero no otra alguna fructa, sino son nuezes que dizen de India. Ay muchos palmares de cuyos fructos hazen pan, y sacan vino, y azeyte, y açucar. Por lo qual no es de maranillar si Estrabon en su libro del sitio del orbe aya dicho lo mismo, porque dixo, que del fru

ſto de la palma ſe hazie pan y vino, y miel y azeyte. Y muchos contaron que en Etiopia de los datiles ſecos ſe hazia pã, porq̃ la ſequedad de aquella tierra es tanta, que los datiles ſe tornan como harina y ſe eſpeſan y congelan en panes. Finalmente en eſta nueua Eſpaña ay diuerſos generos de plantas, de yeruas de ganados, de caças, de aues, de rayzes: las quales coſas no ſe hallan en otras tierras. En algunas partes ſu principal coſecha es de yeruas, y en otras de rayzes. Empero tractemos aora de la Isla de Calicut, en eſta Isla los vezinos compran trigo de los moros, y lo hazen harina, y luego lo maſan ſin leuadura y lo echan ſobre las braſas para comerlo, y no tienen hornos. Tienen gran fertilidad de arroz, crian bueyes pequeños, comen queſo y leche ay muchos datiles, y paſſas, y vnas mançanas que llaman Aſsirias y otras mançanas de diuerſos generos. Tienen los principes y grãdes vna ſuperſticion de no comer carnes. La gẽte vulgar come peſcados y carnes, excepto de bueyes porque los tienen por coſa cõſagrada. Los manjares reales ſon leche, manteca de vacas, arroz, y la gente del pa

lacio vſan de lo miſmo a imitacion de ſus ſeñores. Y tambien los que quieren viuir caſtamente, beuē por vino cierto liquor hecho de datiles. Los que habitan la Isla llamada la puerta de ſant Iuan, crian perros y engordālos para comer: empero eſtos perros no ladran y tienen el ozico de zorro: empero los que guardan para comer caſtran los, y anſi dizē ſe hazen de mejor y mas tierna carne: engordan los de ſeys meſes. Tienen gallinas tan grandes como pauos y ſon muy tiernas de comer. Tienen cierto animal que llaman Vtia, a manera de conejo, del qual comē los pueblos de eſta isla. La tierra llamada Cuba tiene vides las quales eſpontaneamente ſin artificio humano ſe ſuben por los arboles, las vuas de eſtas vides ſon muy grādes y muy çumoſas: traenſe a nueſtra España para meſas de principes, por coſa de marauilla. Las mançanas no ſe pueden traer, porque luego ſe podreſcen. Ay muy grandes manadas de gruas y de palomas: las quales ſon de tanta ternura y ſuauidad de guſto, que ſobrepujan a las perdizes, porque ſe apacientan de flores, y yeruas muy oloroſas, y veeſe por experiencia:

por

porque abriendolas hallan en el papo, y en el guarguero muchas flores olorosas. Siembran mayz y ages, y las rayzes llamadas caçaui y yucca : y tienen los huertos á donde se siembran abiertos para todos, porque dizen que el cielo y tierra es para todos, y que la naturaleza es commum sin excepcion a todos, y ansi viuen en mucha concordia. Empero hallan se algunas tierras, y pueblos en calicut debaxa suerte, comẽ pescados y ratones que caçan, y por fruta de postre comen ciertas hojas llamadas Betolla. Abundan de mançanas y de ellas se sustentan. Cierto paresce cosa increible y fabula lo que se cuenta de la fertilidad y abundancia de esta Isla, especialmente en mançanas y arboles. Siembran arroz con muchos bayles y sonajas y panderos, rogando a sus demonios lo traygã abuena cosecha y que lo libre de las tempestades, guisan muchadiuersidad de mãjares, especialmente en las obsequias y hõras de los defunctos, amigos, o parientes, o criados del rey. En esta tierra ay la gente llamada Mamellucos, los quales obedeciã al Soldan de Egypto, y dizen, que comen carnes de cauallos y de camellos, y bufa-

nos. Ay en esta Isla gran abundancia de arroz, del qual hazen pan y ciertos generos de beuidas y otros muchos manjares, crian muchas miesses de pan, tiene mucha caça, mucho ganado, cria carneros de admirable grandeza, su cola suele pesar quarenta libras, y quinze libras, y ay los tan gordos que apenas se pueden menear algunos de estos carneros tienen los cuernos como corços, y venden se doze de ellos por vn escudo: cria cabras muy grandes y de vn parto paren quatro cabritos. En la Isla Biana viuen hombres que comen carne humana, tienen mucha manteca de vacas hecha de leche de bufanos: Nascen en sus campos muchas maneras de trigo, y tienen gran diuersidad de aues.

Del regimiento de algunos notables uarones.

CAP. VI.

A pues hemos tractado delos mantenimientos de algunas naciones, resta aora tractar alguna cosa de las memorables

bles comidas y beuidas de algunos varones dexando a parte las monstruosas comidas que cuentã algunos historiadores y poetas, solamente quiero aqui tratar los mantenimiẽtos que algunos historiadores cuentã de los Romanos y Griegos para mostrar exemplo de viuir. A donde conuiene aduertir que en parte podemos tener buen credito de nuestras costũbres en parte deuemos vituperar las, porque algunas vezes se mostrara auer templança y moderacion, y otras vezes de satinada redũdãcia y desmoderaciõ excessiua: y quiero comẽçar del regimiento de aquel tan antiguo y afamado varõ Pytagoras, porque no tiene poca authoridad para alcançar la virtud. Dizen que Pytagoras se templo en muchas comidas, porque dezia que las muchas comidas dañauan a la anima, aunque en las comidas que el vsaua variã muchos historiadores y en muchas cosas no concuerdan, pues vnos dizen, que se aparto del todo de la comida de animales, otros dizen que solamente se aparto de comer animales mãsos y domesticos, cõuiene a saber, para enseñarnos a no vsar crueldad y tyrania cõ

los

los animales, mas antes vsar de clemencia y piedad. Aristoxenes, y Atheneo affirman que vso comer carnes de animales. Mas antes, segun escriue Apollodoro, muchas vezes hizo aquel sacrificio llamado Hecatombe, en el qual se matauan muchos animales. Empero los mas concuerdan que se aparto de comer hauas, y amonesto que no se metiessen debaxo de vides. No entendio esto ansi materialmente, sino que dio a entender se apartassen de beuer vino, y dize se que jamas beuio vino y agua muy poquita, y que nunca gusto vianda o manjar alguno, fuera de vn poco de miel, de la qual vsaua cõ gran templança y moderacion. Y que nũca comio pescados, porque eran mudos. Y que sobre todo encomendaua el silencio y no hablar, y que vsaua comer puercos pequeños, y cabritos tiernos. Pero escriue Aristoteles q̃ los discipulos de Pytagoras comian carnes de animales: empero que se guardauã de comer las naturas feminales y coraçones. Y del pescado llamado Vrticamarina, y de otras carnes semejantes. Empero que comiã de todo genero de carnes. Socrates dezia que andando

do mataua la hambre, fue templadissimo en su comea, y beuer, como es parescer de todos, y que viendo vn dia a cierto hombre q̃ comia mucha diuersidad de manjares le dixo. Tu hombre en lugar de pã comes vianda y manjares, en lugar de vianda y manjares comes pan. De la misma tẽplança vso su discipulo Platon, lo qual affirmo Timotheo, pues auiendo sido combidado de Platõ en la Achademia dixo otro dia siguiente que los que cenassẽ cõ Platon otro dia se hallarian descargados y estarian con suauidad y templança. Condeno Platon las mesas esplendidas de los de Sycilia y de Italia, como mesas demasiadamente superfluas y excessiuas. Abomino la costumbre de comer dos vezes al dia, a lo menos hartarse dos vezes en vn dia. Fue llamado Philosyco, que significa, comedor de higos, por lo qual dizen, que murio de enfermedad de piojos: porque es parescer de medicos, que el continuo vso de comer higos engendra piojos. Empero Aristoteles su discipulo no guardo esta templança en su comida y beuida, y prueuase, porque en la almoneda q̃ se hizo de sus muebles, despues de muer

to

to, se aueriguo auer se vēdido sesenta platos de plata. De donde se aueriguo, que este tan admirable Philosopho se estrago mucho con el vicio de la gula. Despues de la victoria de Persia. Cuentase, que Zoroastes se sustento en los desiertos veynte años con solo queso, del qual comio con tanta moderaciō que no sintio vejez. Epāmonidas Tebano fue tan modesto y templado, que como fuesse combidado de vn vezino suyo, hallo tan gran apparato de conseruas y fructa de sarten, y tanta diuersidad de olores, que luego en el instante se fue diziendo. Yo pensaua que hazias algun sacrificio a los Dioses y no era sino que te hazias del prospero, y gallardo. Y porende siempre tenia por costumbre en sus exercitos expeller a los glotones y comedores, porque naturalmēte los aborrescia. Dizen tambien que el mismo juntaua quantos templados auia, y toda la gente que no era dada a la embriaguez y glotoneria y paseando se cercaua con ellos la ciudad para dexar a los glotones y dados a la embriaguez vsar vanquetes a su volūtad y para hazer cētinelas por ellos. Fue muy esclarecido en la modestia de su

vestir

vestir y calçar y de sus comidas y muy sufrido en los trabajos y aduersidades. Agesilao (segun que escriue Plutarcho) en su comida y beuida y en sus atauios no se señalaua en nada entre los suyos, vsaua de muy poco sueño, y solamente para poder entẽder en los negocios. Y no vsaua mas que de vn vestido para inuierno y verano y estio. Dize se, que caminando cõ sus exercitos, los Thespios le embiaran harina, ansarones, muchas confituras, y conseruas, muchas cosas de panificios açucarados, y otros muy diuersos regalos, y vinos muy generosos y escogidos: y de todas estas cosas no quiso rescebir mas que la harina. En fin como fuesse muy importunado para que lo rescibiesse, mando lo distribuyr por los esclauos y seruiciales, diziendo. Que la gente libre y hijos dalgo y valientes, no auiã de ser dados a los artificios de horneros y cozineros. Alchamenes dizẽ, que a cierto hombre, el qual le tacho de miserable, pues tiniendo tantos bienes de fortuna vsaua de ellos con tanto recato, le respondio. Que aquel que possee mucho, no deue vsar de sus riquezas a su apetito sensual, sino viuir por razon

zon y cuenta. Chrisippo se allegaua mucho al dicho de Euripides, el qual dezia que para el mantenimiento del hombre bastaua pan y agua: porque el pan y agua siempre estaua a la mano y aparejados y nunca de estas dos cosas se cansaua el apetito, porque todas las de mas maneras de guisados, y manjares no son sino para gastos superfluos y golosinas. La gran templança de Pyrron fue muy celebrada y tãbien la de Menedemo, cuyas conseruas no eran sino hauas, y algunas vezes añadia mançanas, y en el estio granadas, y en el invierno higos passados. Tambien la modestia de comer y beuer, de Archesilao fue singular. Byon Boristhenes dezia sabiamente, que el gusto y deleyte no auia de salir de los manjares, sino de la templança. Crates Cignico reprehendia a Demetrio porque le embiaua pan en vnas alforjas, y vino en vn cantaro: porqne dezia que adõde auia fuẽtes no auia necessidad de aquellas cosas. Y hallamos por historias que Phocion y Aristides, y Phormon esclarecidos capitanes, fueron muy celebrados y ennoblecidos por su gran modestia, en el regimiento de la comida. Cleomenes

Lace

Lacedemon, varon que en todas virtudes florescio, nunca cenaua ni comia sino en vna vanqueta de tres pies. Empero quando tenian por combidados a algunos señores, o quando tenian huespedes, haziã poner otras dos mesas algo mas polidas, y luego la cena algo mas esplendida y auẽtajada no en diuersidad de mãjares ni guisados: empero lo que se ponia en mayor abundancia, y el vino mas suaue, y quitadas las mesas hazia traer vnas como treuedes de hierro y encima vn taçon de alambre lleno de vino, y luego dos taças pequeñas de plata, y era licito a cada vno beuer lo que quisiesse del taçon de alambre. No queria que vuiesse cosa de oro, ni algũ otro regalo semejante, y luego en cenãdo halagaua a los combidados cõ alguna platica suaue, esta era la templança de los reyes de aquel tiempo. El Rey Alexandro el Magno, dizen auer sido muy modesto en el regimiento de los manjares, porque dezia que para la comida de medio dia no auia mejor salsa que el caminar por la mañana y de noche: y que para la cena no auie mejor salsa que comer muy poquito a medio dia. Y poresso desterro a los cozi

neros de su exercito. Este rey en saliendo el sol luego comia y en puniendose luego cenaua. Quando hazia sacrificio luego beuia. Algunos le quisieron notar de borracho. Empero Plutarcho en el libro de la fortuna de Alexandro no dubdo de reprouar este parecer. La razon esta manifiesta, porq̃ en todos los negocios q̃ tracto fue sobre manera grãde y grãde ,peza. Despues de esto fue de mucha vigilancia y templança y modestia, no borracho, ni tumultuoso, ni bullicioso, o desatinado en la administracion de sus republicas. Porque es aueriguado que los reyes que fueron bulliciosos y desatinados todos fueron destemplados y dados a la embriaguez, y no se pudieron refrenar. Fue Alexandro tan despreciador de exquisitos manjares, que todos los manjares muy exquisitos y preciados, embiados de tierras lexanas los partio entre sus amigos y ninguna cosa de ellos tomo para si. Su virtud no le mouia a otra cosa, sino a batallas justas y dignas de rey, cuyo fin y cuya intenciõ no eran las grandes y muchas cargas de oro que le trayan en tãtos ̃camellos. No las de ley tosas mesas de los

de

de Media. No los vinos de Celedonia, o los pescados de Hyrcania, sino instruyr a todos los hombres para la obediencia de sus reyes, y para acostumbrarlos a viuir conforme a razon y virtud. Y dizen muchos, que tuuo la misma templança que Agesilao. Ninguna cosa posseyo sin sudor y trabajo. Ninguna victoria sin derramamiento de sangre suya, y de los suyos, ninguna cosa sin poluo y contienda. Quãdo auia hãbre comia rayzes de yeruas las q̃ topaua. Viedo en la ciudad de Chorinto a Diogenes Cinico, y tratando le, admirose tãto de su vida y de la generosidad de su animo que muchas vezes dezia a cordandose del. Si yo no fuera Alexandro, quisiera ser Diogenes. Quiso dezir que se diera al estudio de las letras. Affirma plutarcho con firme cõstancia, que la philosophia moral de Alexãdro fue en realidad de verdad mayor que la de Socrates y Platon. Con todo esto leemos en graues authores, que ansi Alexãdro Magno, como su padre Philippo, fueron muy dados a vino, y que por su embriaguez cometierõ muchas crueldades, y que por esso Androcides varon esclarecido en sabiduria

y prudencia, dizen, auer escripto a Alexandro Magno, que se templasse y refrenasse de tanto desorden en su beuer, diziendo. O Rey acuerdate que beuiendo vino beues la sangre de la tierra. Los philosophos llamados Tauros en Athenas, segũ cuẽta Gellio, fuerõ muy reglados en sus cenas: porq̃ siẽdo cõbidado Gellio de vno de aquellos Tauros, el fundamẽto de su cena fue vna olla de lentejas y calabaças hechas pedazitos. De Demostenes se cuenta que nunca beuia sino agua, y que su viuienda fue muy contraria de la viuienda de Demado orador de su tiempo: porque aqueste orador era dado a rameras, y a ser rufian, dauase a banquetes, y embriaguez, y cada dia en sus Declamaciones y ayuntamiẽtos se mostraua muy gloton y comedor, y despues de repleto se recostaua a vn lado y a otro. Empero Demostenes no beuia sino agua, velaua de noche, y estaua todo metido en negocios, y era muy solicito y cuydadoso, y porende se traya por refran, que sus oraciones olian a la candela. Aristoteles y Teophrato dixeron, que cierto hombre llamado Philio no vso de otra comida ni beuida,

mas

mas que de sola leche. Cuenta Campegio, que en cierta parte de Francia vuo vna donzella, la qual no se sustento de otra cosa sino de suero de leche, y que en oliendo pan luego hazia ascos y vomitaua, y que si acaso echauan en el suero alguna miga de pan luego lo sentia, y que era hija de hombre prospero y rico. Caton censorino, aunque muy rico y prospero comia con gran regla y modestia, y no otra cosa sino nabos: de los queles el con su propria mano hazia vn guisado muy suaue y saludable para si, y pensaua que su mesa era madre y ama de sus amigos. Dende su niñez tuuo vn rejo de cuerpo muy firme y rezio por los exercicios y modestia de su viuienda y por el exercicio de las armas, de las quales vsaua para la fuerça y sanidad de su cuerpo. Quando sentia sequia beuia agua tan solamente, empero si por el estio le aquexaua mucho la sed y calor, aplacaualo cõ algunos tragos de vinagre. Compraua carne de la carneceria, y no por su gusto y deleyte, si no por la vtilidad de su republica, para tener fuerça corporal en las batallas, porque dezia, que no sabia como se pudiesse

conseruar la republica a donde se vendia por mas precio vn pescado que vna vaca. Y dizen, que pregũtaua en que negocios podia vn cuerpo aprouechar a vna republica si todo lo que auia entre el paladar y las ingles obedecian, al apetito de su vientre. Empero con todo esto, si acaso sus sirvientes y esclauos y domesticos se desmãdauã demasiado en comer y beuer no por esso se enojaua ni reñia, porque, pensaua ser cosa torpe e indecente tomar pendencias y passiones con sus criados y domesticos por cosas de comer y beuer. Tãbien se escriue, que Curio emperador de los Romanos auer sustentado su vida cõ nabos, por lo qual como los embaxadores de aquella isla de Samos le offreciessen gran cantidad de oro dizen, que mostrandoles los nabos que vsaua en sus comidas respondio: para quien no come sino esta comida no es menester oro. Este és aquel Curio Manlio, el qual despues de grandes triumphos, y despues de auer acrecentado al pueblo Romano con immenso numero de tierras, dixo en publico parlamẽto. Aquel ciudadano que no se contentaua con siete yugadas de tierras, conuie-

ne asaber con tierras para las quales bastaua siete huebras, ser muy perjudicial y pernicioso a la republica. Escriuese, que Cincinato despues que le sacaron de la labor de los campos, para ser dictador, no vso sino de la comida rustica y dura que de antes auia vsado. Lo mismo se cuēta de Serrano al qual hallando le sembrādo le dieron tambien la honra de dictador y vso los mismos mantenimientos que solia, porque en aquellos tiempos la republica no tenia superfluydad de gastos ni de manjares. Empero despues que los Romanos subjetaron la Asia luego se introduxeron los deleytes de los demasiados manjares. Los quales mas que otro alguno acrecento y multiplico e inuento Luculo, pues esta aueriguado auer sido muy señalado en todo genero de mājares y potajes y desmoderados combites y musicas y cantos torpes y luxuriosos. Y dize Plinio que por su gran glotoneria le llamaua Pompeyo, Xerxes togato, conuiene a saber, Xerxes vestido a lo romano. Cierto Lucullo siempre variaua sus comidas y vanquetes con nueuas inuenciones de manjares y con nueuos gastos y excessiuos

uos. Tenia infinitas maneras de confitu
ras y cõseruas, infinitas maneras de pani
ficios. Fue Caton grandissimo contrario
de vna vida tan luxuriosa, y pareceſſe por
lo que vn dia dixo a vn mancebo que ha
zia vna muy prolixa e importuna oraciõ
ante el senado, sobre la modestia y templã
ça de la vida humana: porque leuantando
se Caton delante de todos dixo. Has ya
oy de acabar rico como Crasso, gloton cõ
mo Lucullo, predicador como Platon.
Cuentase que como a caso Lucullo cenas-
se solo, y porende le fuesse puesta vna
mesa de manjares moderados, y no exces-
siuos q̃ empeço a reñir con el despensero,
porque le auia puesto pequeña cena y q̃
respondio el despensero. Pense que co-
mo cenauas sin cõbidados que no quisie-
ras sumptuosa cena. Y entõces dizen que
respondio Lucullo. Que dizes hombre a
ora sabes que Lucullo auia de cenar con
Lucullo? Cuentan del que como tuuiesse
por combidos a ciertos Griegos: que los
Griegos de verguença que para ellos se
hiziesse tan continuo y sumptuoso apara
to recusauan el combite. Lo qual como
sintiesse Lucullo les dixo. O Griegos,
por

por amor de vosotros se ponen algunas cosas, empero por amor de Lucullo se ponen muchas cosas. Para en cada sala y en cada refitorio auia su proprio esplendor y riqueza de aparato: de esta manera consumia las riquezas que ganaua con robos y latrocinios. Pompeyo por el contrario vsaua de gran modestia y templança en sus manjares y regimiento: del qual quiero aqui traer vn solo cuento. Como enfermase de cierta enfermedad, el medico para despertarle la gana de comer mando le truxesse vn zorzal, y como los ministros no le hallassen acomprar: porq̃ el tiempo no era apto para auer zorzales, dixeron les, que en casa de Lucullo le hallarian, porque criaua zorzales en su casa para todo el año. Lo qual como supiesse Pompeyo dizen auer dicho. Es possible que no puedo yo viuir sin su despẽsa de Lucullo? Y luego dexado el parescer del medico busco otro manjar commun. Iulio Cesar (segun escriue Opio) fue templadissimo en su comer, y mas en el vino, y porque el panadero vn dia en vn combite le puso differente pan q̃ a los cõbidados le mãdo echar en vn cepo, fue muy curioso de lim-

pieza y policia. Augusto Cesar fue de muy poquito comer, y amigo de comidas comunes y bulgares, comia vnos pesces pequeños, y pan con acemite, que se dize medianas y queso de vacas y higos y brebas, era muy moderado en el vino y a lo mas largo beuia tres vezes a vna cena. Beuia muy a su gusto cierto vino llamado Rethico: entre dia no beuia, y para templar la sed comia vn bocado de pan mojado en agua, o vn cogollo de lechuga, o vn poco de pepino, o vn bocado de vna mançana acetosa. Y dizese, que corrigio las sumptuosas y superfluas cenas y malas costumbres de glotonear: empero muchas vezes hazia combites, y no vsaua en ellos mas que tres differencias de manjares y quando el combite era sumptuoso seys maneras de manjares. Y cuenta se que como el pueblo Romano se quexasse de la carestia del vino, q̃ Augusto cesar refreno su querella con vna muy serena oracion, diziendo, que su yerno Aggrippa bastantemente auia proueydo fuentes de agua en Roma para que el pueblo matasse la sed. Lo mismo se cuenta de Pescennio emperador, porq̃ como estuuiesse en Egypto con

su

su exercito y se quexassen los soldados q̃ no auia vino respondio. Teniendo el rio Nilo pedis vino? Pues tornando a Augusto Cessar es cierto que padecio algunas grãdes enfermedades por todo el discurso de su vida, empero aquella poca salud la sustentaua y conseruaua con diligẽcia y por esso viuio setenta y seys años. Empero digamos algo de Agrippa su yerno, de Augusto Cessar, el qual ansi en su mantenimiento como en todas las de mas cosas siempre fue mas dado a comidas rusticas que no vrbanas y delicadas. Tiberio Cesar el que succedio a Augusto viuio sano todo el tiempo de su imperio porque seaf firma que biuio sin regimiento de medicos setenta y ocho año. Puso grande orden en moderar las carnecerias y panaderas, de tal suerte, que mando no vuiesse panaderas publicas, y daua gran exẽplo de templança, y moderacion en vanquetes solẽnes. Mandaua traer lo que le auia sobrado del dia antes, y dezia. Que la mitad del jaualin tenia todas las cosas que el entero. Pero por su excessiuo apetito de vino, por Tiberio fue llamado Biberio. Y dize se del que comiendo y beuiendo gasto

sto vna noche y dos dias. Era sobre manera comedor de pepinos y cohombros, y porende jamas le faltauan cada dia en inuierno y verano: porq̃ tenia hechos huertos colgados de pepinos y cohombros, y el dia que auia sol sacauanlos fuera: el dia lluuioso o ñublado dentro de cueuas enxutas puestas en lo alto. Cierto cauallero Romano llamado Attico, del qual hizo mencion Iuuenal, diziendo. *Atticus eximie si cænat lautus habetur*. Fue en sus comidas varõ polido y cortesano, y cõ mucha liberalidad cõbidaua a comer a todo genero y estado de gẽtes. Gastaua cada mes mil y doziẽtos Nũmos, q̃ a nuestra extimaciõ serã treynta ducados. Segũ lo trae Budeo: por manera que gastaria cada dia vn escudo de los nuestros, el qual gasto es bien moderado cotejandole con los gastos de los Cortesanos de aora y con los gastos de muchos Ecclesiasticos. Y cotejando le cõ los gastos de aquel siglo quando el viuia, en el qual auia tantos gallineros y tãtas granjas de aues, que de solo el estiercol estercolauan los campos, y adonde auia tantas piscinas que parescian mares podemos conjecturar que Athico Romano era caua-

cauallero magnifico y liberal con lo que tenia, que era mucho de muy abundantes riquezas. Empero no prodigo. Aquel nõbrado, Marco Crasso intitulado rico, alcanço mucha templança y modestia, como lo dize Plutarcho. Este primeramente se crio en vna baxa casa y con muy poca renta, y fue criado con otros dos hermanos suyos con muy poco y moderado gasto. Estos hermanos siendo casados con sus mugeres en vida de sus padres, todos comian juntos a vna mesa y viuiã en vna casa. De este Crasso ay cierto dicho notable porque como algunos se quexassen de su poca liberalidad y franqueza, dixo. Ninguno entre los Romanos deue pẽsar que possee poco suelo, como el tal suelo sea bastante para darle su sustentamiento. Y esto dixo lo, porque auia dado a cada vno quinze yugadas de tierras. Este Crasso tenia por costumbre combidar de ordinario para cenar y para los combites la gẽte de en medio del pueblo. Cayo Caligula fue gran maestro de combites y cozineria y de hazer portajes e inuenciones de manjares de tal suerte que sobre pujo en la arte de golosina a todo genero de hom

bres

bres, solia tomar piedras preciosas y joyas de gran estima y derretialas en vinagre y soruia se las, y ponia en su mesa panes de oro y manjares dorados. Claudio Cesar comia siempre esplendidamente y tenia de ordinario muchos vanquetes y cenas muy sumptuosas, de las quales no se leuãtaua hasta que se caya embriagado: porq̃ era muy apetitoso de todos generos de vinos y manjares. Era sobre manera muy goloso de aquel genero de jetas o hõgos q̃ se dezian boletos: en los quales le dio põçoña su muger Agrippinia, la qual pario veneno y ponçoña para el mundo, conuiene a saber, a Neron. Neron despues que fue electo en el imperio Romano llamo a los boletos manjar de los dioses: porque por causa dellos fue emperador. Este aunque tuuiesse hambre siempre desechaua los manjares ordinarios, porque estando con hambre muy vrgente menosprecio el pan moreno y commun que le dauã, en lo qual fue muy differente de todos los principes ante passados los quales beuieron aguas sangrientas y encenagadas, y comieron pan negro. Empero cuenta se del por cosa de marauilla, que con ser tan desregla-

glado y tan destemplado en su comer en quatorze años no enfermo mas que tres vezes. Galba fue hõbre de mucho comer y a costumbraua comer antes que amanesciesse en inuierno: este parescia ser digno del imperio: empero despues engaño. Vitellio repartia al dia su comida en quatro vezes, en almuerzo, comida, meriẽda, cena y para q̃ pudiesse con todas estas comidas, hazia vomitos de ordinario en comiẽdo. Lo qual tambien vso Claudio poniendose vna pluma con azeyte en el paladar y guarguero. La cena que dio su hermano a Vitellio, fue famosissima, en la qual fueron puestos dos mil pescados preciosissimos. Siete mil aues differẽtes. Comia lo q̃ le sobraua de otro dia, y hazia lo sacar ahumado y a medio asar del fuego. Fue este Vitellio de vna muy luxuriosa y suzia y derramada vida en todo genero de vicios. Mezclaua en vn gran plato los higos de los escaros, y sesos de fayanes y de papagallos y pauones, y los hueuos de las morenas, y lampreas. Aqueste plato fue de tan immensa magnitud que costo hazer cinco mil ducados, y para hazerle, hizieron en el campo vna gran fragua. Por este

pla-

plato, Mutiano en ſu conſulado vitupero las lagunas delos platos de Vitellio y dezia, que aquel plato de Vitellio fue tan ſuzio, y feo como el plato de Aſprenato: con el qual (ſegũ que lo acuſo Caſio Seuero) mato a ciento y treynta combidados. Llamauan a aquella ſumma cena de Vitellio, Tripatino, porque auia en ella vn gran plato de Morenas, otro de Sollos, o de lupos, y otro de meros. Veſpaſiano era templado en ſus comidas y cenas, para la cõſeruaciõ de ſu ſanidad en cada mes interponia vn dia de ayuno ſin comer bocado en el. Tenian vſo de beuer agua fria, y por ende padeſcia dolor de tripas. Era exemplo de coſtumbres en el detenimiẽto de los gaſtos, y vſaua en ſus trages y comidas la coſtumbre antigua. Tito ſu hijo hazia vnos combites agradables y no ſuperfluos. Domiciano ſu hermano mandaua quitar gran parte de las viñas y arrancarlas para que vuieſſe tierra para ſembrar: porque dezia que por la gran fertilidad de viñas auia poco pan, lo qual en algunas partes en nueſtros tiempos acaece conuiene a ſaber, que por las muchas viñas no ſe ſiembra tanto como deuria: comia

mia de vna vez a hartura, empero en la cena no comia ſino vna mançana, y vna pequeña vez de vino en vna ampolla pequeña. Solia combidar a menudo y largamẽte cerca de ponerſe el ſol: porq̃ no vuieſſe lugar de comer mas aquel dia. Y ſi cometio algunos males, no fue por el vino, ſino por ſu cruda condicion. Fue coſtumbre de los principes Romanos que ſus hijos ſe aſentaſſen a vna meſa modeſta y templada cõ los nobles meços de ſu edad, comiendo de eſta manera. Britannico fue muerto cõ veneno, ſegun que eſcriue Tacito. Seneca eſtando en aquella ſuprema poteſtad que tuuo, no ſe ſuſtentaua ſino de mançanas y de agua por euitar el veneno, tanto es el deſſeo y eſperança de viuir, que muchas vezes quebranta los grandes animos. Plinio el ſegundo reprouaua y vituperaua a aquellos que en ſus combites y bãquetes eran apocados y liberales, conuiene a ſaber, que para ſi y para algunos ponian en ſus meſas lo mejor y lo mas eſcogido, y a todos los d̃ mas lo deſechado y vil, y guſtãdo los vinos para poner los mejores para ſi y para ſus principales amigos, y los vinos mas baxos a los mas pobres y menores.

Esta tal costumbre fue muy aborrescida de Catō Censorino y de Plinio el dela natural historia, y mucho mas de Iulio Cesar el qual mando encadenar al despensero, porque le auia puesto vn pan para si y otro para los combidados, porque cierto es cosa muy fea, y de gente baxa y gualar los combibados en la mesa, y no en la comida. Porende se escriue auer dicho Plinio el menor. No beuen mis criados lo q̄ yo beuo, mas antes yo beuo lo que mis criados, y combidados beuen: porque no pēsaua ser cosa graue communicar su comida y beuida con todos los combidados: y que la contraria costumbre se deuia euitar, y quitar como cosa inurbana, y que era mejor dar vna comida tēplada e y gual que no darla desigual: porque de esta manera no se ahorraua en los de mas sino baldon y murmuracion, pues el combite desigual, conuiene asaber, liberal para vnos, y apocado para otros, era muy torpe y de discordia, y es vna nueua amistad o cōpañia de superfluydad y apocamiēto porque la superfluydad de manjares es gula, y torpeza. El apocamiento de los manjares viles es tambien vileza, luego todo jū

to

to ſera vna coſa torpiſsima, y de gran apo camiẽto. Luciano en el Dialogo de los Saturnales abomina de eſta mala manera de combite y la eſcarneſce, porq̃ en aquellas fieſtas de Saturno ſolian poner las delicadas comidas a los ſeñores, y las viles y baxas, a los ſieruos. Empero que hemos de detenernos en exagerar la virtud de la templança y modeſtia, pues todos los juſtos reyes y emperadores leemos auerla guardado y honrado. Eſpecialmente Trajano, y Homero dezia, que el manjar de los Dioſes no era ſino vna coſa ſimple, cõuiene a ſaber la Ambroſia, y ſu beuida Nectar, para dar exemplo a los mortales que no coman ſino coſas ſimples y pocas, pues eſcriue, que quando Agamenon combido a Neſtor, y a Phenices, no les puſo ſi no vaca aſſada. Y Menalao quando celebro las bodas de ſus hijos no puſo otra comida. Lo miſmo dio Telemacho a comer a ſus hueſpedes, y no ſin cauſa lo eſcriue Homero, para dar exemplo de la modeſtia en el comer y beuer, y porque tambien es ſentencia de medicos que la templança del beuer y comer es cauſa d ſanidad y de tomar fuerça el cuerpo.

Del almuerço, comida, merienda, y cena.

CAP. VII.

VEEMOS que los antiguos repartieron la comida en quatro partes: en almuerço por la mañana, y comida a medio dia, y merienda al poner del sol, y cena ala noche. Y aũ algunos añadẽ los bocadillos q̃ los Romanos llamauã Comesaciõ, los quales repartimiẽtos d̃ comidas vsarõ de ordinario los principes Romanos y ha se deriuado esta costũbre hasta aora entre los Christianos, de tal suerte que ansi pobres como ricos vsan todas estas comidas: lo qual no puedo referir sin verguença. Hypocrates refiere que en sus tiempos se vsaua comer al dia tres y quatro vezes, y que esta costũbre se deuia considerar en las enfermedades. Cornelio Celso dize, que al dia se deue comer dos vezes, y que es mejor que comer vna vez, y que se coma mas si mas se pudiere digerir. Platon por el contrario dezia, que era monstruosidad comer

al

al dia mas que vna vez. Empero porque se dize cena, y porque comida, y porque merienda y almuerzo, no hallamos la razõ: aunq̃ Atheneo en el libro de Dipnosophistas, explica en griego estos nombres. Festo y algunos grammaticos affirman que los antiguos llamauan cena a la comida de medio dia, que en latin se llama prandium. Y a lo que aora llamamos cena, dizian en aquel tiempo visperas. Como si dixessen comer sobre tarde. Empero segũ Gellio, por la mayor parte haziã su principal comida sobre tarde, y a este llamarõ cena, laqual costũbre se ha deriuada hasta aora entre nosotros. Empero no ay pequeña alteracion entre medicos, si la comida deua ser mayor que la cena, o al reues, porque vnos dizen, que se deue comer mas que cenar, y otros dizen que se deue cenar mas que comer. Galeno quiere que quando los mantenimientos son difficiles de digestion que se deue cenar mas que comer, porque como sobreuenga el sueño de toda la noche, mas perfectamente se digeriran. Aunque lo contrario se experimenta, porque communmẽte experimentamos, que la cena grande

haze grã molestia al estomago, y por esso dize el consejo Salernitano.

Vt sis nocte leuis, sit tibi cœna breuis. Con todo esso ay otra mejor distinction, segun el Conciliador, que quando el cuerpo esta limpio de superfluydades y crudezas que es mejor que la cena sea mayor, y la comida menor, porque como el estomago no tenga otra obra, mas que dixerir la cena, tiene mucho espacio por toda la noche, y ansi la digerira muy bien. Empero como el espacio que ay de la comida a la cena sea poco, no se podra hazer tambien la digestion de la comida otra cosa sera si el cuerpo y estomago esta repleto o con superfluydades, porque en tal caso mejor es que la comida sea mayor mucho que la cena porque como la virtud aya de cozer y degirir la comida, y las crudezas y superfluydades, sera menester que no aya cena, o ya que la aya sea muy poca porque la virtud tenga sufficiente espacio para poder digerir la comida y superfluydad del estomago. Empero sera mejor que cada vno guarde su costumbre en su comida y cena. Porende no tengo por acertado que los que se acostum-

bra

braron dende moços y ya varones a comer mucho que quando son viejos comã poco. Aunque porque la virtud se ha dej flaquecido comã algo menos: pero no en mucha differencia, porque no se haga subita mutacion del mantenimiento copioso al flaco y tenue.

Fin del primer libro.

LIBRO SEGVNDO DE AVIso de ſanidad, que trata del pan y carnes, peſcados, y coſas de leche y hueuos.

✠

CAPITVLO PRIMERO del trigo.

PORQVE para la conſeruacion de la ſanidad y alargamiento de los dias dela vida hazen tãto al caſo, ſaber la qualidad, cantidad, ordẽ y manera de tomarlos alimentos, que ſin ello ſea impoſible que alguno naturalmente pueda conſeruar ſe en ſu ſalud, y viuir luengo tiempo, por eſſo, mediante el fauor de Dios, ſin el qual (como dize ſan Iuan) ninguna coſa es hecha determine componer eſte tratado, a honor y gloria de aquel eterno criador de las coſas, el qual es trino en perſonas y vno en eſſencia. Y primeramẽ

te tratare del pan, pues es fundamẽto de todos los otros manjares, y porende se de ue tener mucha cuenta con su bondad y malicia, porque como dize Galeno. Si el pan fuere malo, no solamẽte no haze pro uecho empero es muy dañoso, y assi dixo Auicena, quando el pan no se digere, es grande su impedimento y daño, y por esso se ha primero de discutir qual deua de ser el trigo del qual se ha de hazer el pan porque no se venga en error, ni aya dubda en cosa tan baxa y tan necessaria. Y aunque de otras semillas se haga pan empero principalmente hemos de hazer mẽciõ del trigo como d̃ semilla mas perfecta y conuenible al cuerpo humano, del qual dize Aliabas, el trigo es el mas loable grano de todos, y mas cercano al medio temperamẽto, sino que declina vn poco a calor, y por esso es mas conuenible y mas loable nutrimento de los que se hazen de granos, y dixo mas que el trigo tiene excellẽcia sobre todas las otras semillas, porque es de mayor nutrimento, y mas loable, por la semejança que tiene en la templança y complexion de nuestro cuerpo, por lo qual como dize Isac, el buen tri

5. De sanitate tuenda.

3. prim.

5. Teoric.

go

go ha de tener cinco condiciones. La primera que sea espeso y pesado e difficil de partir, por defuera, de color de cera, y de dentro blanco, en su perficie blando e luzio, del qual salga mucha harina e poco saluado. Porque el trigo de esta manera haze mucho para la confortacion de los miembros, y para dar fuerça, e por el contrario el trigo q̃ fuere liuiano, raro e blanco, facil de partir, e aspero en la superficie, de poca harina e mucho saluado no es loable, ni bueno, esto en quanto ala primera condiciõ. La segunda cõdicion la qual es causa de la primera, es que el trigo sea de tierra sebosa e gruessa, porque de la tal tierra sale el trigo mas gruesso, y đ mas peso y de mas nutrimento. Como por el cõtrario, el que es de tierra flaca, y esteril, y seca, es trigo, magro, e de poco peso, liuiano, e menos mantiene, como se ve en el trigo que es de tierra salitrosa, o salada. Ni tãpoco deue ser de cenagales o vmbrios, porque el tal trigo es de fria e humida naturaleza, y es causa, para multiplicar superfluydades, e por ser nascido en tales tierras, muy presto se enternesce e se hincha, e como sea ansi blando e raro, presto

se

ſe penetra de la frialdad del ayre, por donde ſu calor interior y natural preſto desfallesce lo qual es cauſa que lo mas ſea ſaluado con poca harina. La tercera condicion es que el trigo no ſea nueuo, ni antiguo o muy añejo, porque lo nueuo y de poco tiẽpo, es humido demaſiado, por la reziente humidad q̃ tiene de la tierra, por lo qual es viſcoſo duro de digeſtion, y cauſa de ventoſidades, y deruydo en el vientre, y que ſegũ Iſac cauſa dolor en el lado, e que preſto ſe podreſce y engẽdra lombrizes e guſanos en el cuerpo pareſceſe claramente por ſu demaſiada humidad, porque el pan hecho del tal trigo nueuo, muy preſto hincha y engorda, aunque Dioſcorides affirmo, el trigo nueuo ſer mejor, pero engañoſe. Ni tampoco deue ſer muy añejo, porque el tal trigo es ſeco demaſiado y mantiene poco, y es duro de digeſtiõ por el mucho tiempo que conſume y exala ſu humidad natural. Deue luego el trigo ſer en el medio, ni muy añejo, ni muy nueuo, porque el tal trigo no tiene humidad ſuperflua, y accidental, ſino vna humidad moderada, ni mucha ni poca. Y el tal trigo muy bien mantiene, y preſto ſe digie

digere. La quinta condiciõ es que sea limpio de neguilla, cẽteno, aruejas, como lo dixo Auicena diziendo. Conuiene que el trigo de que se haze el pan, sea limpio de cosas estrañas &c. El tal trigo que tiene estas cinco condiciones es el que es pesado, de color de cera, luzio, sano, puro, medianamente humido, empero hazese vna prueua para la bondad del trigo, y es: que echado en remojo luego se hincha, y se pone ancho es señal que es múy bueno y escogido: empero si se hincha poco y tarde o no se hincha, es señal de ruyn trigo, y esta misma prueua se haze en todas las demas semillas y en las fructas. 3. primi cap. 7.

De las differencias del trigo, y de otras semillas: de las quales se haze pan.

CAP. II.

VCHAS son las differencias, de trigos vsuales, conuiene asaber, el comun que absolutamente se dize en España trigo, como en la mancha de Castilla, y par-

particularmente Trechel. Este se piensa ser el Robus de Columella, y del que hezimos mencion en el capitulo precedēte. Este tiene entre todos los trigos el primado en mantener mejor, y mas copiosamente, y con mayor firmeza: y es mas humedo que alguno otro. El segundo es, el que dezimos candeal, del qual se conficiona vn pan muy delicado y blāco para mesas de señores. Reputase por el siligo de los Latinos: y el olyra de los griegos. Empero si el siligo, y la olyra, sea vna misma cosa, o no ay muchas opiniones entre los authores. Finalmēte, el cādeal, aora sea la olyra aora el siligo, del se haze vn pā muy delicado y gustoso, q̄l dize el Galeno, q̄ se haze de la olyra. Pues dize de ella, q̄ despues del trechel tiene mucho primado, porq̄ se haze della muy buen pan, y de muy buen nutrimento. De lo qual se concluye, que nuestro candeal es la olyra del Galeno, y el siligo, de los otros authores. El tercero lugar tiene el trigo llamado chamorro en Castilla, tiene el postrero lugar entre los tres generos de trigos. Este genero de trigo se reputa por aquel que los antiguos Latinos llamarō Tiphacere al no es tal en

bon

bondad como el candeal, que se dize filigo, o olyra. Empero si el pan de este trigo estuuiere reciente con poco calor, haze ventaja al candeal. Empero en passando de dos dias es vn pan malo y pesado, buel ueſe en el estomago como barro endurecido, causa pesadumbre. Y dize Aelio, que el pan de este trigo causa melancolia. En fin concluye el Galeno, que la Thypha, llamada entre nosotros trigo chamorro, es vn trigo debil, ansi en su substancia, como en su color, y sabor. A este trigo se allega el q̃ llamã Trimesino, porq̃ viene en maduraciõ dẽtro de tres meses, despues de sembrado. Y no es d̃ marauillar, pues tal trigo se coge en Sicilia, y en Frãcia. Los de Paris le llaman pan marcio, porque se siembra por el mes de Março. Escriuẽ Theophrasto, y Plinio, que en ciertas regiones viene a maduracion dentro de quarenta dias. Y he oydo dezir, que en ciertas partes de la India madura antes de tres meses. Quiere sembrarse en tierra delgada, y no temprano, porque no puede sufrir el mucho frio, por su fragil substãcia. Aunque nuestro trigo chamorro muy biẽ se siembra temprano y en tierra gruessa,

por

porque ſembrado de eſte modo ſe multiplica anſi en numero, como en groſſura de grano. Y porẽde me pareſce que el trigo trimeſino no es del miſmo genero del llamado Thypha o chamorro. Haze ſe tãbien pan en las Serranias del centeno, llamado en latin ſecale: llama ſe cẽteno, porque communmente tiene la eſpiga tanto grano que pareſce tener cien granos, ſiẽbra ſe muy biẽ en ciertas partes de la Frãcia, a donde le llaman ſeglan. Cogeſe en mucha abundancia, puede ſe ſembrar en qualquiera tierra, aunque mejor en tierra delgada. El pan de eſta ſemilla cauſara en la gente holgada cierta viſcoſidad entre las muelas, peſadumbre en los eſtomagos, digerir ſe ha con difficultad, cauſara oppilaciones en higado y baço, y piedra de riñones: porque del tal pan ſe cauſa vn humor melancholico liento, y grueſſo. Aunque ſegun eſcriue Campegio las mugeres que vſan comer pan de centeno, ſe hazen varoniles, y hermoſas de roſtro, como ſe vee en las montañas de Leon de Frãcia, adonde ſe coge muy bueno y en abundancia. La agua adonde ſe ha remojado el pã de centeno, refreſca mucho, y tiene vn

poco

poco de azedia gustosa. Empero tiene vna gracia el pan de centeno que conserua mucho las carnes. Y ansi communmente los pasteleros ponen en masa de cēteno carnes de corço, liebres, y terneras, y otras semejantes: porque se conserua sin corrupcion muchos dias. Conficionase tambien pan de mijo, empero como sea de ruyn sabor, y de mal nutrimento, y solamente para en tiempo de hambre, no ay para que tratar del. Aunque dize Columella, que si el pan de mijo se come antes que se resfrie, es gustoso, y se come sin hastio, y que comido con leche es gustoso, y no dañoso. Comen puchas de harina de mijo en Polonia, y en Campania, y en la Etiopia. Celso dize, que esta puche detiene las camaras. Paulo dize, que el mijo es frio y seco, y que mantiene poco, multiplicase tanto que de vn grano nascen tres quartillos, y que se deue sembrar en lugares vmbrios, y en barriales. Del panizo no ay q̄ tratar pues es de peor nutrimēto queel mijo, digierese con difficultad, causa ventosidades, estriñe el vientre, resfria y deseca, no tiene gusto. Empero si se come con leche pierde estos daños, y tambiē

Mijo y panizo detienen lacamaras.

con caldo gordo de carnes. Comese en al gunas partes de Frãcia, y de Gascuña, y de Campania. Y si el, o el mijo, se frien en vna sarten, detienen marauillosamente las ca maras.

Que condiciones deue tener la buena harina, para que el pan salga bueno.

CAP. III.

LA harina del trigo aunque sea muy bueno no sera encomendado para la conserua cion dela sanidad del cuerpo humano, si no estuuiere perfetamẽte molida y no re molida, como lo suelẽ hazer algũos molineros: los q̃les muelẽ el saluado hasta q̃ salga tanta harina, quanta hurtaron de lo escogido, por lo qual la harina sale mas negra y peor, y muy periudicial a la salud, por la mucha cantidad de subtil saluado que tiene mezclado, de la qual harina no se puede conficionar sino vn pãlleno de saluado remolido, que con mucha presteza y velocidad desciende del estomago a

los inteſtinos o tripas como lo dize Auicenna, pues como dize Iſac, la naturaleza de la corteza del trigo, que es el ſaluado, es caliente y ſeca y q̃ preſto ſe cuela y es mas abſterſiua o mundificatiua, que la harina, pero el mantenimiento ſuyo es muy poco y muy malo, porque el pan de ſaluados engendra melancolia, como lo teſtifica Auicena en los canticos. Lo miſmo afirma Raſis diziẽdo, el pan que tiene mucho ſaluado, no para en el eſtomago, y es de poco mantenimiento, lo contrario es del pan que tiene poco ſaluado, y mas abaxo por authoridad de Rufo dize. El pan quãto es mas puro mas engendra buẽ humor, ſino que es tardo en deſcendir, empero el pan que no es puro, y no eſta bien limpio, y es de mucho ſaluado, engendra mal humor, y es facil para deſcendir a las tripas, y por eſſo la harina no deue ſer remolida o demaſiadamente molida, ſino ſufficientemente, para que den mas cortezas gueſſas, las quales no puedan colar juntamente con la harina, quando ſe cierne con cedaço. Pues como dize Iſac en el lugar arriba acotado, la harina molida pfectamẽte limpia de ſaluado y acemite, es mejor para

Tertia prima cap. ut ſupra.

Partic. dictis.

Text. 130.

Lib. 21. comme. cap. 8.

Iſac dictis minuetſat.

ra ser digerida, o commutada en el estomago, y mas facil para la distribuciõ por todas las venas y cuerpo, y para la nutriciõ de todo el cuerpo, Pero la harina que no es ansi tan bien molida tiene todas las propriedades cõtrarias, y como dize Auicena e Rufo, El pan quanto es de harina mas pura e limpia, tanto es de mas nutrimento, aunque es mas difficil para hazer camara, e mas difficil de colar. Por lo qual como tambien Galeno lo affirma e prueua, el pan conficionado de harina pura es de mas presta digestiõ, por estar muy limpia de saluados e acemite: cierto el saluado e acemite no pueden recebir digestiõ, y esta es la causa porque el pan de harina pura es tardia para el descenso, porque el saluado e acemite son causa que el pan sea facil para colar e descendir. Por lo qual se saca por cõclusion. Que la harina deue ser pura limpia y suficiẽtemẽte molida, y esta es la primera y mas principal y requisita condicion para que la harina sea perfecta. La segunda condicion es que la harina no sea reziẽ molida ni guardada por mucho tiempo, pero que sea mediana entre ellas porque como dize Isac la harina

Particula. dict.

reziẽ

rezien molida y rezien salida del molino calienta el cuerpo, y aprieta el vientre, cierto adquiere de la continua reuolución del molino, encendimiento y calor, por lo ql calienta demasiadamente, el estomago, y desseca la humidad de la camara. Pero la harina que ha mucho que se saco del molino escalienta el higado, y presto se va por camara, pues luego la harina que no es rezien salida del molino, ni mucho tiempo guardada es moderada en todo, la tal harina amassada, con leuadura y sal, es buena para que della se haga buen pan. Dexo de traer a la memoria quanto haze al caso para que la harina salga perfecta que el cedaço sea espesso, y no raro, porq̃ por el raro sale juntamente con la harina mucha copia de saluado o de acemite: por lo qual se buelue dura de digestion, y melancholica. Empero la harina que sale por cedaço espesso quiero dezir, de agujeritos muy pequeños, es apto para pã muy delicado y suaue para mesas de señores por la misma razon haze mucho al caso para la bondad de la harina que se muela en rueda de piedra muy dura y firme, porque si fuere de piedra blanda y tierna, lue

go se desmorona, y porende, sus pedacitos se mezclan con la harina y quitan la gracia y la sanidad de la harina: dañan las muelas y dientes: son causa de piedra de riñones y vexiga. Empero la harina que se haze de los molinos de viẽto es la mas aprouada de todas. Tal se prueua ser aquellas tierras adonde por falta de agua se hazen los tales molinos, como en muchas partes de la Mancha de Castilla. Y aun en Paris a lomenos en sus arrabales, y caserias y en Flandes. Empero la harina delas atahonas no es buena, porque es mal molida, y no se desmenuza suficientemente, por lo qual se haze indigestible. Porende no es pequeño el detrimento y daño que se haze en el pã, porque si no se haze de la harina que tenga todas estas condiciones sino que falte en las mas sera causa de muchas y varias enfermedades, y de pestilencia que sin sentir suele acometer. En fin de males y dolores, de hijada, riñones, y de subitas dolencias.

En el qual se pone como se deuia conficionar el pan para que salga bueno, y con que cosas se deue mezclar.

CAP.

CAP. IIII.

TRES cosas son necessarias principalmente para que se conficione el pan conseruatiuo de la sanidad. La primera es que ninguna cosa se dexe de mezclar con el, de las que suelen, conuiene a saber, agua, sal, leuadura, en conuenible cantidad, como lo affirma Auerroes diziendo, quando el pã se conficiona ha se de echar conuenible cantidad de sal, y ha se de configir con mucha agua para que salga espongioso. Y deue ser sazonado con sufficiente cantidad de leuadura, puso la causa diziendo. Que el pan Azimo, quiere dezir sin leuadura, es gruesso, y viscoso. Por la misma causa no es bueno el que tiene demasiada leuadura, porque se trasmuta y buelue en humores corruptos, y podridos, por el calor estraño engendrado de la leuadura. Por lo qual la cantidad de la leuadura y sal, deue ser moderada: cierto el pan de mucha sal y leuadura, mantiene poco, y no conforta, empero la sal moderada, deseca la humedad, y

5. Colli. cap. de cõplixione ciborum.

la leuadura moderada es causa de mas perfecta mistion. Lo mismo dixo Galeno cõ estas palabras, el pan conuenible no deue estar sin sal, mas empero ha de tener assaz de sal, y de leuadura y deue ser diligentemente cozido. La causa porque se echa en el pan leuadura, segun dize Auerroes, es porque se haze mas hueco, y espongioso, y para que predomine en el el elemento del ayre, y se haga mas facil de digestiõ porque la sustancia del ayre es mas facil, y mas leue, para la trasmutacion, y para la digestion. Aristoteles dize, que por esso se echa sal en el pan, porq̃ deseca y consume la humidad superflua, y assi los panes salados se preseruã mas đ corruciõ pues la humidad es causa đ putrefactiõ. Y despues de otras cosas muchas q̃ puso, dixo, q̃ en los panes sin sal se esta queda la humidad aguanosa y superflua, y no se euapora por q̃ no tiene sal q̃ cõsuma aquella humedad, y por esta causa los panes se hazen mas pesados. Y assi los panaderos no salan ni cuezen sufficientemente el pan por que pese mas, para que venga al peso del fiel. Pues luego haga se el pã de agua, leuadura, sal, y harina, y no con azeyte, ni con otras

5. de sanita. tuenda.

Ibidem.

5. Probl. 12.

tras cosas desta manera, porq̃ el pan amassado con azeyte es malo, pues al tiempo del cozer se frie y requema el azeyte, y el pã se va a naturaleza d̃ alcreuite, como lo affirma Auerroes, y Aliabas. El segundo erquisito es, q̃ la massa se hiña y dome mucho, para que el pan se haga mas facil de digestion, por lo qual inquiere Aristoteles, que es la causa, que quanto mas la massa se hiñe o mas se amassa mas se buelue pegajosa, y con mas difficultad se desase. Empero el pan configido de esta massa mas presto se parte y desmorona, la causa es porque quanto mas la pasta del pan se amasa, mas se buelue viscosa y pegajosa, pero quando se cueze de todas partes suficiente e y gualmente quita se y consume se su humidad, q̃ la pejagosa, por lo qual quitada la tal humidad viscosa, es muy facil de partir y diuidirse en muchas partes, miẽtras mas fuere amassado mucho mas. Porende el tal pã sera mejor, porque miẽtras mas se desmorona, o mas se desmenuza en la boca, muy mas presto se digere en el estomago: y assi dixo Aristoteles. *Oportet enim quod debet digeri, diuidi in minima.* Quiere dezir, cõuiene que lo que se ha de digerir

5. coliget Theor. 5 capit. 15. 21. prob. 7.

Ibidem.

rir, se diuida en muchas partes. El tercero requisito para que el pan sea bueno a la salud es, que no sean los panes muy chicos, ni muy grandes, sino moderados porque como dize Isaac, en las particulares dietas. El pan chico y delgado muy presto es penetrado del fuego, por lo qual su humidad substancial presto se consume, de donde viene que mantenga poco, e sea de difficil distribucion, e estriña y aprieta el viẽtre: especial si ha dos o tres dias que se cozio, Tampoco los panes grandes en demasia son loables, porque el pan grande tiene mucha migua, e subtil corteza, e por q̃ la migua es gruessa e viscosa e humida engendra humores gruessos, e ventosidades: por lo qual el tal pan mantiene poco es duro de digestion, e despierta la humedad de la digestion y facilmente relaxa el vientre. Empero si se digere, da mucho nutrimento. Por lo qual los panes que fueren ni chicos ni grandes, sino moderados, ternan sus operaciones moderadas entre las de los grandes y pequeños. Porque ni mantendran demasiado, ni diminutamente.

Isac dietis parti.

CAP.

Como se deue cozer el pan, y que daños trayga el pã sin leuadura, o que no este sufficientemente cozido.

CAP. V.

Como aya muchas maneras de cozer el pan, y alguna manera dellas sea para causar enfermedad, por esso affirmemos cõ Galeno q̃ los panes assados sobre parrillas, o en rescoldo, quiero dezir, en ceniza caliente o sobre las losas ardiẽtes del fuego, todos son malos, en especial los panes llamados, subcenericos, q̃ son cozidos de baxo de ceniza, y estos son muy peores porque la ceniza les añade malicia, y por esso dixo Isac en las particulares dietas. El pan cozido debaxo de cobertera es el peor, porq̃ el fuego obra en vna parte sola del pan, a la otra parte se queda cruda, viscosa, gruessa, dura de digestion, y si se come el tal pan despues de mucho tiempo, causa ventosidad y dolor en el lado El peor de todos es el cozido

1. De alimẽtorũ facul. cap. de triticco.

do debaxo de carbones, rescoldo viuo, porque el tal pan muy presto se cueze por encima empero por de dentro queda crudo, y gruesso y viscoso, y mezclase con el mucha ceniza y tierra, mayormente si la leña fue blanda, que se encendio presto, porque del tal pan se causaran ventosidades, y pesadumbre en los riñones, e ijares, y obscuridad en la vista. Por lo qual digamos con Auicena, que el pan se deue cozer en horno, y no se ha de cozer a qualquier fuego, sino al manso y tēplado porque el mucho fuego desseca y endurece al pan por de fuera, pero la migua no queda bien cozida, porque la corteza endurescida no dexa que el fuego penetre adētro Por lo qual el tal pan por dos razones se deue vituperar, o porque la corteza es dura, que no da nutrimento por su encendimiento, o porque la migua es gruessa y viscosa, y por esso ansi la corteza como la migua no se puede digerir, y engendra diuersos y malos humores, cierto la dureza de la corteza y su intensa sequedad, engendra sangre muy seca, y aprieta el vientre, y la viscosidad y groseza de la miga engendra humores gruessos y flematicos

13. tercii cap. 29.

tos y ayuda para desemboluer el vientre. Ni mas ni menos si el fuego fuere muy debil y flaco no cueze el pan perfectamente porque por su poca actiuidad no penetra adentro, y assi el pã queda crudo y lento. Por lo q̃l se ha de detener enel fuego, porque si se saca antes que se cueza quedara viscoso y pegajoso como engrudo y difficil de digerir, y si se queda hasta q̃ se acabe d̃ cozer hazerseha duro, seco, difficil d̃ digerir, y estiptico. Pues luego el pã d̃ los delicados y sossegados, es el cozido a mãso, y moderado fuego y gualmente, porq̃ el pan viscoso y gruesso no conuiene sino para gente robusta y exercitada y de fuerte calor, que lo pueda digerir, y en estos tales es de mucho nutrimento. Empero en la gente poco exercitada y holgada el tal pan se digere con difficultad, y desciẽde tarde del estomago a las tripas y haze dolor en el vientre y opilacion en el higado y piedra en los riñones: como lo dixo Aliabas y Rasis. Quien come el pan sin leuadura cayra en enfermedades de gruessos humores, porque el pan sin leuadura es gruesso y viscoso y finalmente todos conuienen especialmente Galeno, que el pan

3. *Ad alimentum sorem.*

1. *Alimentorum.*

pan sin leuadura, es muy malo, y que tiene facultad de opilar y engendrar ventosidades y crudezas, por lo qual los buñuelos y hojuelas, y otras cosas de fructa de sarten, son muy dañosas, opilatiuas, especial en viejos si no se comen con mucha miel como lo dixo Galeno. En fin todas aquellas cōposturas que se hazen de huevos, manteca, leche, harina, que en latin se dizen, placentæ, y tortadas de piñones, nuezes, auellanas, conficionadas con azeyte, y otras muchas cosas hechas de massa sin leuadura, de diuersas figuras, todas engendran gruessos humores: estriñen el vientre aunque las que dellas lleuan açucar no tienen tanto daño.

Gale. 5 de sanitate tuēd.

Qual sea el mejor y mas escogido pan, y de sus utilidades y prouechos.

CAP. VI.

O faltara quien piense y diga que como el pan tenga todas las condiciones, que arriba diximos, que no le falta nada para ser bueno, pero engañar seya, porq

porque el pan duro y dessecado, o el caliẽ
te rezien sacado del horno, puede te-
ner todas estas conditiones, y no es loa-
ble ni bueno. Porque si el pan es cozido
de dias, esta seco y duro y liuiano, pues se
ha exalado su humidad viscosa que le ha-
zia pesado, y por su sequedad trae sed, y se
detiene demasiado en el estomago, y tar-
de se digere, y estriñe y apierta el estoma-
go. Como lo dize Auicena, empero si fue-
re caliẽte, reziẽ sacado del horno, es peor
que ninguno porque como dize Aliabas. *Haliabas.* 5
El pan caliente rezien sacado del fuego, *Theor.c.* 15
es peor que todos, porque se detiene mu-
cho en el estomago, y causa sequia. Y co-
mo dize Rasis, el pã caliente tiene mucho
calor accidental y humidad vaporosa. Por
el calor accidẽtal se causa sequia, por la hu 21 *Contine*
midad vaporosa, nada sobre el estomago. *tis.cap.*28.
Finalmente el pan caliente del horno, es
duro de digestion y ventoso, humido de
masido, tardo en descendir a las tripas, co
mo muy bien lo dixo Isac. Pues luego pa
ra que sea vtil y prouechoso, ha de auer *Isac diet.*
passado por el vn dia, o ha lo mas largo *par.*
dos, cierto este tal pan tiene ansi de dẽtro
como fuera, vna frialdad templada y no
os

es muy gruesso ni viscoso, sera muy principal nutrimẽto de nuestro cuerpo, pues naturalmente es semejante a nuestra complexion, y templança: como sea caliente en segundo grado. Lo qual se demuestra claramente, por esta razon. Porque como dize Isac, y segun es comun y aueriguada sentencia de todos. El trigo es caliente en primero grado, segun su natural substancia, y templado en humedad y sequedad, porende se sigue que el pan que se haze del, es caliente en segundo grado, pues adquiere del fuego adonde se cozio, y de la sal, y leuadura, vn grado mas de calor. Finalmente el buen pan, como lo dize Galeno, ha de ser cozido en horno, y deue ser de harina sin saluados, cozido con curiosidad, y que tenga sufficiente cantidad de sal, y de leuadura, este tal pan tiene todos estos prouechos que se digerira bien en el estomago, y engendrara muy pura y clara sangre. Y porende confortara la obra de la naturaleza, y sera muy vtil a los que viuen en regalo y ocio, y a los que tienen flaca la virtud digestiua del estomago, y a los viejos y conualescientes de enfermedad. Y deue se aduertir, q̃ se ha de cemer

1. De alimẽ.

suffi-

ſufficientemente pan con los de mas man jares, porque ſe experimenta, que el que come manjares ſin pan le huele mal el ha liento. Yo vi a vn hombre de mucha doctrina y erudicion que comia muchas carnes ſin pan y le vino ha oler el aliẽto muy mal. Y muchos hemos conoſcido comer peſcados, huevos, y queſo, dende ſu mocedad ſin pan. Y Campegio cuenta que vna donzella ſolamente ſe ſuſtentaua de ſuero de leche, y ſi acaſo echauan en el alguna miga de pã, luego tenia aſcos en el eſtomago y en haſtio. Empero no vſar pan en ſus comidas, es de gente fiera y barbara: porque qual puede ſer la vida de los que no comen pan? Y porende deueſe tener gran cuydado en el cozer y preparar el pan. Antiguamente en Roma las mugeres de los ſenadores y conſules ellas miſmas maſauan y cozian el pan que ellas y ſus maridos auian de comer, y no lo tenian por deſden. Y aun los miſmos Quirites, que eran los caualleros Romanos. Porque ſegun cuenta Plutarcho, la muger de Caton lo hazia, y no penſaua por eſſo q̃ caya de ſu dignidad. Dixe antiguamente, porque deſpues que los Romanos tomaron

por mugeres a las ſabinas, luego dexaron eſte bueno y ſalutifero vſo, y empeçaron a dexarlo en manos de eſclauos y eſclauas que hiñeſſen, y cozieſſen el pan y guiſaſſen los manjares, y como vieſſen quan mal ſalie el pan de ſus manos, y quã malos guiſados, porque quien eſperara buen guiſado, y buen pan de los eſclauos aherrojados de pies, y de manos, y herrados en las caras? por lo qual luego empeçó el vſo de auer panaderos publicos y cozineros, y paſteleros.

En que ſe pone que carnes ſean cõuenibles para nueſtro cuerpo.

CAP. VII.

a. Dealimẽto. ſacu. Virgil. 1. Georgic.

ANtiguamente como diximos y eſcriue Galeno: los hombres eran contentos con ſola la comida de Caſtañas y vellotas, y anſi Virgilio en el primero de las Georgicas, inuocando y dãdo gracias a Bacco, y Ceres, porque el vno fue inuentor del vino, y el otro del pan, dixo.

Veſtro

Vestro si munere tellus.
Chaoniam pingui glandem mutauit arista.

Quiso dezir o vosotros Bacco y Ceres muy claras lumbreras del mundo, que cõ vuestros dones de vino y pan, la tierra de secho y mudo el vso de vellotas y castañas, dando por ellas gruessas espigas de trigo. Empero aora en nuestra edad no solamente son contentos con las fructas cãpestres, mas ni aun tampoco con los manjares domesticos y delicadissimos, y muchos, por lo qual no contẽtos con el muy bueno y escogido pan, inuentaron para gula diuersos generos de carnes y animales. Lo qual pẽsamos q̃ tuuo comienço de muy sabios varones, no por satisfazer ala gula sino porq̃ el cuerpo humano tomasse nutrimẽto conuenible, y proporcional a sus miembros, pues por conjectura racional, hallaron y conocieron que con mas facilidad se hazia carne de carne, que no de otro qualquier manjar. Lo qual como hallassen por experiencia, hallaron por verdad, que de la comida de carne se sigue gran confortacion para el cuerpo. Pues como lo dize el Cõciliador. La carne es vna cosa corporea, caliente, humeda y

blanda engendrada, de la ſangre, y por en de no ſin cauſa es mantenimiento confortatiuo de los miembros, y cercano para ſe conuertir en ſangre y nutrimento. Pues como dizen Auicena, y Raſis. Sobre todos los mantenimientos mantiene la carne con mayor firmeza, y por eſſo engorda y esfuerça, y el miſmo Raſis dixo en otra parte. Quando la carne biẽ ſe dixiere, haze buena ſangre, y conuenible, eſpecialmente ſi es de buenos animales, como es carne de puerquezuelos de vn año, y otras. Digamos pues que en el comer de las carnes ſe ha de poner mucha diligencia, para que qualquiera ſepa eſcoger las carnes conuenibles para ſu ſalud, porque de las otras carnes, o nunca, o raras vezes ſe deue vſar, pues no todas las carnes ſon cõuenibles para la ſalud, ſino ſolamente aquellas que mantienen nueſtros cuerpos y que ſon mas ſemejantes y propinquas, a nueſtra naturaleza, como ſon las carnes de puercos, de carneros, de cabritos, y otras de eſta manera. Anſi lo dize Iſac en las vniuerſales dietas. Empero la carne de los erizos, zorras, liebres, y otras carnes deſte jaez, no ſon ſemejãtes a nueſtra

Can. 2 Ter. ad almã. c. 9

Lib. 23 cõti. cap. 73.

Iſac de uniuerſalibus. cap. 13

naturaleza. Mas antes el nutrimento de
llas es muy malo y pessimo, lo qual se pa-
resce por su graue olor, y como casi vn he
dor, y por esso son carnes muy differentes
de nuestra humana complexion. Pues co-
mo dize Rasis, las carnes q̃ tienen mal o-
lor, engendran sangre muy peor, y por esso 3. Ad almã.
no se deuen comer en manera alguna. Por cap. 9
lo qual las tales carnes se deuen desechar
de todos, y algunos (como son los q̃ se e-
xercitã fuertemẽte) deuẽ dexar las carnes
subtiles y delicadas aunq̃ seã loables. Ni
tãpoco algunos, como son los regalados,
y holgados, deuẽ comer las carnes grues-
sas y bastas, porq̃ son difficiles de digestiõ
como lo dixo Rasis en el mismo lugar: la
carne gruessa es conuenible a los que mu-
cho trabajan, la delicada y subtil a los que
huelgan y viuen regaladamente. Empe-
ro quales sean las carnes delicadas y sub-
tiles, quales las gruessas y bastas, Auicena
lo testifica, diziendo carnes subtiles deli-
cadas de facil digestiõ, son las de cabrito,
gallina, perdiz, zorzal, que no sean en de Lib. 14. tra.
masia gordas. Empero las carnes grues- 3. cap. 21.
sas, son higado coraçon baço y riñones, e
intestinos y quajar de qualquier animal, y

carnes de cabras, de vaca, de venado de qualquier animal viejo. Fuera de esto es necessaria la consideracion de muchas cosas, de parte de los animales de que pensamos vsar para nuestra comida, conuiene a saber si los tales animales son caseros, o brauos del cãpo, y si las carnes de los del campo son mejores que las delos domesticos, y de estos si son mejores los q̃ se crian enel campo, o los que se crian en casa. Y ni mas ni menos, si los machos son mejores que las hembras y los castrados mejores que los no castrados. O al contrario, de parte de la edad, si los de leche y mas tiernos son mejores y mas sanos, que los que son de mas edad o viejos. Y de parte de la corpulencia si seran mejores los gruessos, que los magros, o los medios, o si se deuen comer assados o cozidos. Y finalmente si las aues que buelan son mejores, que las que no buelan, y que los animales de quatro pies. Y quanto deuen estar muertas antes que se coman: Y finalmente que miẽbros dellos sean mejores para comer, y que miembros no sean tales, diremos lo todo esto por sus capitulos, para que todos sepan discernir, lo saludable, de lo da

ñoso

ñoso para la conseruacion de su salud.

Si sea mejor la carne del animal domestico, que del montes o al contrario.

CAP. VIII.

POR muchas razones son mejores las carnes de los animales domesticos, que no la de los bracos y montes es como lo quiso Aliabas, diziendo: la carne de los animales mõteses es peor porque engendra sangre melancolica y gruessa, y dixo Isac en las vniuersales dietas. Los animales domesticos son mas sabrosos y de mas nutrimento que no los monteses, sacando las cabras monteses, porque tienẽ menos calor y mas humidad q̃ todos los demas animales monteses, y por esso son mas loables, y mas abaxo dixo. Affirman los antiguos, que los animales domesticos accidentalmente para mãtener poco y los monteses accidentalmente para mantener mucho, porque los animales domesticos aunque substancialmente de su natura-

5. *Theoric. cap. 21. Isac. Di uni. cap. 13*

turaleza mantienen mucho, pero porque por su delicadez y ternura se resueluen y exhalan presto del calor delos miembros siempre desmẽguan y vazian mas que hinchen, y ansi el que come de ellos, siempre busca otro manjar para cumplir y satisfazer a los miembros. Empero los monteses, aunque de su substancia natural mantienen poco, pero porque son difficiles y tardos de se resoluer del calor delos miẽbros, por esso satisfazen a los miembros, de suerte que quien los come, no busca otro manjar para satisfazer. Y por esso dixeron los antiguos, que las carnes monteses son de mayor nutrimento. Pues luego tengamos esta conclusion, que las carnes monteses, son buenas para confortar los miembros, las caseras y domesticas son buenas para la conseruacion de la salud. La razon es, porque como el mismo lo asigno, los animales domesticos en comparacion de los monteses, tienen calor y sequedad mas templada por causa de la Tẽplança del ayre. Y porq̃ tienen mas ocio, y sosiego, y por esso son sus carnes mas loables y de mas nutrimento. Finalmẽte (como lo dize Galeno.) Todos los animales

les que se apacientan en los montes, son mas calientes y secos. Y el mismo dixo en otra parte. Los animales domesticos, son mas humedos que los monteses, ansi por la humedad del ayre en que viuē, como por la vida occiosa y sossegada que tienen. Pero que diremos a lo que el mismo Galeno dize en el mismo lugar mas abaxo adonde dize, hablando de la carne de los animales monteses. *Obidque pluribus diebus quam domesticorum imputris seruatur caro, alimentumque exhibet minus excremeticium eo quod a domesticis sumitur, ac proinde & nutrit ualentius & succum gignit meliorem.* Pues dize, q̄ por esso la carne de los animales mōteses o siluestres, se conserua mas dias sin corrōperse, que la de los domesticos, conuiene a saber, porque es mas seca y calida, y que porende es su mantenimiēto de menos superfluydades, y de mejor mantenimiento, q̄ no la de los domesticos. A lo qual hemos de responder, q̄ Galeno no alaba en aquel lugar la carne de los animales monteses, comparandola con la de los domesticos absolutamente, si no comparādola con la carne de los domesticos, que secrian sin exercicio, y sin trabajo, pues esta claro y mani-

Gale. lib. de attenuāte uictu. & 3. de alimēt. c. 13

manifiesto, que la carne delos tales animales ansi mantenidos, es mucho peor que la de los monteses. Pero cō todo esso esta aueriguado que la carne de los monteses no se deue aprouar por buena, lo qual parece ser assi, pues dize Isac. Qualesquier animales criados y nascidos en lugares calientes, y secos, son mas calientes y secos, y mas prestos para vnirse y asemejarse a los miembros, pero son mas duros y difficiles de digerir y penetrar por el cuerpo, por lo qual son vituperales, porque la carne delos tales animales engendra mātenimiento duro y seco. Y mas abaxo dixo. Todos los animales monteses son dessabridos, y no mantienen tambien como la delos domesticos, excepto las delas cabras monteses. Y el mismo dixo en las particulares dietas. Los animales monteses son mas calientes y secos, y mas difficiles de digestion, y que engendran mantenimiento malo, por su mucho mouimiento, y trabajo, y por el mucho calor y sequedad del ayre, o puesto al sol y sin sombra Por lo qual son de poco nutrimēto en cātidad y qualidad. De esto se saca por conclusion, que las carnes de los domesticos

son

son mas aprouadas para la conseruacion de sanidad, y que a donde ay copia de animales domesticos siempre han de ser preferidos a los monteses y brauos, aunque los monteses dan mas fuerça al cuerpo.

En el qual se demuestra, qual sea mejor carne, la de los animales domesticos que se crian de continuo en casa, o la de los domesticos que se crian en el campo.

CAP. IX.

Conuiene en los animales q̃ naturalmẽte son criados para el nutrimẽto del hombre, cõsiderar los lugares en que habitan, y los pastos que comen, y el ayre en que respiran, y si huelgã o trabajan mucho. Cerca de las quales cosas no se ha de tener poca cuenta, ni poca diligencia, si quisieremos conseruar la sanidad, porque de estas cosas suele hazerse en los animales de vna misma especie, buena, o mala carne. Porque aquellos animales q̃ se criã dentro en casa en lugares quietos, cõ superabundante ceuo, no son aprouados, pues dize Isac. Los animales *Isaci libro*

les que se criã dentro de las casas y aposta y a mission puesta se engordan, tienen las carnes mas viscosas y mas gruessas, por lo mucho que comen, y por la groseza y corrupcion de su ceuo, porende se digeren con difficultad y tardança, y son duras para el estomago, y higado. Empero si empieçan a tomar digestion mantienen mucho, y confortan los miembros, aunque raras vezes acontece que se digeran, porque todos los animales que no estan vsados al exercicio, tiene y allegan en sus cuerpos muchas superfluydades, como muy bien lo dixo Galeno, en diuersos lugares, alfin concluye. Que las palomas que viuẽ en las torres, son mejores que las que viuen en las casas. Y por la misma razon el puerco montes, o jaualin es mejor que el puerco casero, y añade que vniuersalmẽte aquellos animales de comer q̃ se exercitan y que vsan de pastos secos y enxutos y que respiran en ayres subtiles son mejores que los q̃ no se exercitan, y que los q̃ vsan pastos humidos, y que los que respiran en ayres gruessos. Traense por exemplo los puercos caseros, los quales tienẽ carne de mayor nutrimento, y mas copio

Ad glau. 2. Gale. & lib. de attenu. uiũ Rusratione

so

so q̃ quãtos animales ay, empero tras esto tienen en si mucha superfluydad viscosa, assi por el mucho ocio, como por el copioso mantenimiento del pasto humido, delo qual se deue mucho guardar el que procura mantenimiento delicado. De aquestos dichos del Galeno parece q̃ saco Isac lo q̃ dixo en las particulares dietas, guarden se los hombres de comer animales montes que viuen en holgança, sin exercicio, y mucho mas de los domesticos o caseros, que tampoco se exercitan. Y luego pone la razon diziendo, porque en los animales de comer que estan acostũbrados a holgança y deleytes conuenibles ay poquito calor y mucha copia de humores frios, y superfluos los quales hazẽ que falte el calor ahogandolo como con el mucho azeyte se ahoga la lumbre del candil. Añadeseles tambie malicia en sus carnes de los caseros porque como estan assi detenidos por ventura no comen el pasto conueniblea sus complexiones, como si estuuiessen en los prados o dehesas adonde hallarian su proprio nutrimento. Y tambien por esta razõ son sus carnes vituperables, y esse parescer no es nuestro, sino de Isac

Isac par. dieta ca. de pecudibus.

en el

en el libro de las vniuersales dietas. Adonde dize, todos los animales que hallã el pasto conuenible a su complexion de donde se hartan, tienen mas sabrosa y loable carne, que los que no hallã, quales son los domesticos y caseros. Pero qual deua ser el pasto apropriado para ellos, mas abaxo lo declara diziendo. Los animales que se apascientan de pequeñas y muy menudas yeruas, son mas loables en su carne dende el principio del verano hasta el medio del estio, porque en estos tiempos hallan su apropriado y conuenible pasto. Por lo qual en los tales tiempos son sus carnes mas tiernas y mas gordas y de mejor mantenimiento. Y despues dixo, los Animales que pacẽ las extremidades, de los ramos, tienen mejor y mas loable carne dẽde el principio del estio hasta el medio del inuierno, porque dende entonces los ramos estan mas tiernos, y despues de otras cosas muchas dixo. Los animales que se mantienen de ramos tiernos y hojas, son mejores que los que se crian en las casas. Y por esso concluye con authoridad de Hypocrates, que sin dubda son mas loables, y de mas liuiana carne mas facil

cap. 14.

de

de digeſtion, los animales criados en los campos y prados, que no los que ſe crian en las caſas. De lo qual da dos razones, la vna es: que los animales que comen poco como ſon los que viuen en los campos, ſon mejores que los que comen y beuen mucho, quales ſon los domeſticos que ſe crian en las caſas. La otra razon es porq̃ las carnes delos animales, que ſiempre andan, y ſe mueuen, ſon mas faciles y preſtos para la digeſtion, y mas ſabroſos, y cuelan mas ayna, por las venas, porq̃ cõ el exercicio y mouimiẽto, los humoresſe adelgazã, y la carne ſe haze mas ligera y leue, y el calor ſe tiẽpla, pero los animales q̃ viuen en ocio, y no ſe mueuen, tienen las propriedades contrarias. Porque el ocio y ſoſiego enfria y haze las carnes peſadas y cauſa difficil y dura la digeſtion. De todo lo ſobredicho ſacamos por cõcluſion. Que los animales domeſticos apacentados en los montes, y en los lugares ſecos, tienen las carnes medias entre los monteſes, y los domeſticos criados en caſa, y porende ſus carnes ſon mes loables que las de todos los de mas, y ſon mas conuenibles, mas perfectas para la conſeruacion

de

de la ſalud, y para la confortacion y para lavnion y aſsimilacion delos miẽbros. En eſpecial ſe deuen guardar de la continua comida de los animales criados en caſa ſi ſon de humida complexiõ, como ſon los puercos, lechones que no ſalen al campo, las palomas duendas, anſarones y anadones.

Qual ſea mas loable la carne de los machos o la de las hembras o la de los caſtrados.

CAP. X.

Ambien ſe deue conſiderar el ſexo de los animales, cuyas carnes ſe han de comer porq̃ la curioſidad de eſto no haze poco al caſo para la conſeruacion de la ſanidad, pues hablando en vniuerſal. Las carnes de los animales machos ſon mas loables que no las de las hembras, y eſto por muchas razones, como lo ſintio Iſac. Diziendo, no dubdaron los antiguos phiſicos, que de los animales los machos ſean mas calientes y ſecos y de menos

Iſac uniuer. die. cap. 41.

Iſac uniuer. dieta ca. 14.

nos superfluydades, y que las hebras por contrario sean mas frias y humidas, y de mas superfluydades. Por lo qual toda la carne de macho es mas loable y de mayor vtilidad y facil digestion, excepta la carne de la cabra que es mas caliente y seca en su complexion que no la del cabrõ. Lo mismo dixo Rasis, la carne masculina, es mas seca q̃ la femININA. Y Auicena dixo, la carne del animal negro es mas liuiana y mas suaue, y por el semejãte la carne del macho. La causa es porque es mas caliente y seca: pero la carne de la hembra es fria y humida, lo mismo dixo Aristoteles en los problemas. De esto se concluye clara mẽte quæ cæteris paribus. La carne de los machos es mejor y mas digestible y mas loable que la carne de las hembras. Empero no auiendo paridad en todo, la carne de la hembra mas se deue escoger algunas vezes que la del macho, como si quisiesses comparar la carne de vna nouilla o ternera a vn buey viejo y cansado, y assi has de entẽder en todos los demas animales. Empero escriuamos aora de los castrados q̃ sintamos de su carne, pues digamos que la carne de los castrados, es en bondad me-

Lib. 13. cõtinentis. capit. 203.

Can. 2. c. de carne.

4 Problemãtũ. Prob. 52

dia, entre la de los machos, y de las hẽbras cõuiene asaber, no tan buena como la de los machos, ni tan mala como la de las hẽbras, exceptas las carnes de los carneros castrados y de los capones de gallos. Esta es sentencia en el libro de las particulares dietas, a donde dize, aunque los animales castrados por su humidad sean mas semejantes a las hembras, empero difieren en el calor, porque su calor es medio entre el sexto masculino y femenino, porq̃ los animales castrados tienen mayor calor q̃ las hembras y menor que los machos, y porende son mas digestibles, que las de las hembras, aunque el Galeno en general affirma, que no solamente la carne de los castrados es mejor que la de los q̃ no son castrados: mas empero, y mas suaue, porque los que dizen cojudos tienen por parte de las turmas vn mal olor, y mala qualidad. Empero se ha de aduertir, que esto que dezimos de los castrados, deue se entender especialmente de los animales de quatro pies, y no de las aues, pues algunos castrados de las aues son mas aprouados, que los machos de qualesquier animales, pues dixo Isac. Los machos castra

ſtrados de las aues ſon de mas prouecho para la ſalud, que todos los animales pedeſtres, y tambien que los capones de gallos ſon mas conuenientes y loables que quantas aues ay, porque engendran mas loables mantenimientos, y mas perfecta ſangre. Y aſsi dixo el miſmo, el gallo capon es templado en todas quatro qualidades, y por eſſo es de mas nutrimento. Quede luego por concluſion, que los caſtrados de las aues ſon de carnes mas conuenibles que los machos no caſtrados de todos los de mas animales. Empero en los animales de quatro pies no es aſsi de todos como cõſta de los dichos alegados de los authores.

Que trata qual carne ſea mejor de los animales rezien naſcidos o de los ya creſcidos, o de los uiejos.

CAP. XI.

OSA es cierto muy prouechoſa y muy neceſſaria, conoſcer las edades de los animales, no ſolo para conſeruar la ſalud, empero y para conocer

la bondad de las carnes, porque las carnes de vn mismo animal, en vna edad son aprouadas y escogidas de los sabios, y en otra edad son reprouadas y desechadas de los mismos, como deprauadas para la salud. Y por esso se ha de dezir q̃ aunq̃ las carnes de los animales pequeñitos de leche son buenas y loables, no empero es general en todos, pero solamente en los animales que de su complexion son secos, como lo sintio Isac, pues dixo. Las carnes de los animales de leche que mamã, son mas humedas y mas lubricas y delesnables, y que mas relaxan el vientre, y que engendran sangre flemosa, y mas superfluydades, sino es quando los tales animales de leche son naturalmente secos, como son las crias de las vacas o cabras, cuyas carnes son de mas loable nutrimento que todas las demas, especial las carnes de los q̃ maman loable leche. Y despues añadio, q̃ si los animales de leche fueren humidos de su natural complexiõ, son muy malos, porque son humidos de dos maneras, por su natural complexion y por razon que son recien nascidos. Y assi la humidad de su naturaleza y la de su edad se ayuntã en

Isac uniuer. die. cap. 14.

vno

vno y porende ſon grueſſos y viſcoſos, y duros de digeſtion, y que engendran humores corruptos y flematicos. Por lo qual la carne de los lechones y de los corderos es muy mala y mucho mas del lechon, por ſu poco calor natural y por ſu mucha humedad y viſcoſidad que tiene y predominio. Por loqual ſe deuē guardar de tal carne, pues tiene humidad por dos partes, por parte de la edad, y por parte de la complexion. Y aſsi lo que ſe engendra dellos es viſcoſo, difficil de digeſtion, y deſciende facilmente del eſtomago, y difficultoſamente ſe deſmuele o reſuelue del calor de los miembros, y engendra flema viſcoſa, en eſpecial ſino es el que mama del ſexo maſculino. Empero ſi los animales que maman ſon de linage de cabras o de bueyes, quiero dezir cabritos o terneras, entonces la ſequedad de ſu natural complexion ſe tiempla con la humedad de ſu hedad, y porende ſon de carne mas liuiana y mas conuenible para la digeſtion. Eſpecialmēte ſi la tal carne es de macho, y por eſta razon la carne de cabrito, y del ternero es mas loable que la de los lechones, y corderos, el qual pareſcer es de Galeno,

Gale.3. de aliment.c14 & lib.de bono & malo succo.

pues dize la carne del animal recien parido es muy humeda, y en otra parte, las carnes de los animales que crescen, son de facil digestion. Excepto si se comē luego en rezien nasciendo. Porque las tales carnes son llenas de superfluydades: especialmente si los tales animales reziē nascidos, son lechones, o corderos. Empero la carne delos cabritos, o de las terneras, que son animales mas secos, son mucho mejores, ansi para la dixestion, como para el mantenimiento, y el mismo enel libro de Solucione cōtinua, dize de los animales secos, los pequeños se digeren mas facilmente, q̄ los grandes, por lo qual la carne del ternerico q̄ dizen vitella, mas presto se digere que ladel buey, y las carnes del cordero de vn año son mas faciles de digerir que las delos carneros viejos que de los cabrones. Y finalmēte toda carne de animales secos, quādo es de leche, mas ayna se digere antes que se endurezca. Pero en la carne de los animales humidos es al contrario, pues mas presto se digere quando se endurece que no antes. Y por esso el carnero de vn año mas presto, y mas velozmēte se dige

dem cō. 4. u ictus acuto r um.

Idem lib. de olis cōtin.

re

te, que no la del cordero que mama, y toda carne de animal que va en augmento se digere con mas presteza, que no la carne del q̃ ya es viejo y antiguo. Y por esso dixo en otro lugar la carne del animal q̃ nasce se haze desabrida por su mucha humedad, especial si el tal animal es humedo de su naturaleza, y por esso cõcluye Rasis, No se deue comer carne mortezina ni muy flaca ni la carne de aquel animal que ha menos q̃ vn mes que nascio. E Isac dize, de los animales secos, los chicos pollinos son mejores, de los humidos son mejores los ya crescidos y mayores. Pues luego conuiene que los puercos y ganados, y animales desta suerte humidos de su natural complexion, sean ya crescidos y jouenes, emperolos secos que maman, se comã luego antes que sean ya crescidos. Dedonde se saca por conclusion. Que los animales secos de su complexion, que ya estan crescidos, y en augmẽto como son los bueyes, y las cabras, tienen por dos partes sequedad, por su edad de iuuentud, y por su natural complexion. Y porende son sus carnes duras de digestiõ, y que se desmuelen o resueluen tarde, y que dan manteni

Galen. 2. de temperam.

miento ruin. Pero si los animales de comer son humedos de su cōplexion como lo son los puercos y ouejas, los tales quā do allegan a juuentud seran buenos, por q̄ se templara la humidad cō la sequedad de su juuentud. Por lo qual los puercos y ouejas son mejores quando son en juuentud o crescidos. Empero que diremos de los animales antiguos y ya viejos. Cierto como lo dize Isac, todos los animales viejos y decrepitos son muy malos para la salud, y muy duros de digestion, y mas abaxo afirma. Que quanto de mas años son los animales, tanto mas secos tienen los miembros y mas duros de digestion, y quā to menores son, tanto son sus miembros mas delgados y mas faciles de digestion. La razon como lo dixo es, porque los animales reuegidos tienen muy poco de calor natural, y esso poco que tienen muy aparejado a se gastar y consumir, y su humido radical muy cercano para se acabar, y porque su calor natural es para la digestion, muy flaco accidentalmente adquirieron del mantenimiēto indigesto y crudo vna humidad cruda, e inepta para la nutricion, por esso son difficiles de digestion

Vniue. diet. cap. 32.

ſtion y tardos para ſe deſmoler y que engendran vn mantenimiento vitupera ble y flemoſo. Empero ſi los tales animales viejos de ſu natural cōplexiō fuerē ca lientes no ſeran tan dañoſos, mas ſi por el contrario fueren frios cauſaran vn daño muy grande, y por eſſo dixo Auenzor, af firman los medicos, que comer carnes vie jas es materia de enfermedades. Y Galeno de todos los animales ſe deuen huyr los viejos, y los rezien naſcidos, porque los viejos ſon duros e indigeſtos, los otros ſon ſobre manera humedos, y por eſſo engendran muchas ſuperfluydades. Eſpecialmente ſi eſtos tales animales rezien naſcidos ſon humedos de ſu comple xion, como las ouejas. Pues luego ſaque ſe por concluſion, las carnes de los anima les, que por ſer chicos maman, ſi fueren ſe cos de ſu complexion, ſe deuen comer luego, pero ſi fuerē humidos ſe deuen comer quando ya ſon creſcidos en ſu juuentud, y ſi fueren viejas ſin excepcion no ſe deuen comer.

En el qual ſe demueſtra qual ſea mejor carne en cōpulencia conuiene ſaber la magra o la gorda medianamente.

CAP.

CAP. XII.

OROQVE presupuesta la bondad de las carnes en quanto toca al linage de ellas a la edad no sabemos qual sea mejor pala salud, o la gorda, o la magra, o la media, que ni sea gorda ni magra dezimos con Isac, el qual fue vno delos que en este caso de mantenimientos mas se esten dio. Que los animales de muy magra carne, son neruiosos, y tienen poca sangre, y son poco humidos, y de poco nutrimẽto, empero por causa de su poquita viscosidad y superfluydad son faciles y prestas de digestion, y promptas para penetrar por las venas, mas que las gruessas y gordas, tambiẽ lo quiso sentir Auicena, pues dixo, la carne del reuegido es mala, y la carne del adelgazado y magro, lo mismo quiso sentir Galeno, pues dize. Las carnes de los animales magros y de edad, son peores. De lo qual se saca que la carne de los animales magros y la de los muy gordos, que con estudio y cuyrpdo fuerõ eu gor

Isac in universa dietas cap. 14.

Aui. 2 ca. no ue. c. d car. de Gale. 3. aliment.

gordados, es mala. Especialmente la de los muy gordos. Porque la gordura de su natural propriedad es dañosa para el estomago y digestion. Pues dixo Isac la compostura muy gorda es muy difficil de digestion, porque presto se abaxa del estomago, humedece el vientre, presto se corrompe, engendra flema viscosa. En especial si la tal carne es de animales humedos de suyo, como son los puercos, y ouejas, pues la carne ansi gorda da hastio, y relaxa el estomago, y humedesce, y emblandesce los nutrimentos de la digestion, conuiene a saber, las fibras del estomago, tiene propriedad de nadar encima de los otros manjares, conuierte se en flema gruessa y viscosa rebelde pa la digestiõ, y causa vna hartura falsa como el mismo Isac lo dixo, y dixo Auicena, la carne gorda ablanda el vientre con poco mantenimiento, conuiertese facilmente en vapores fumosos y en colera, facilmente se va por camara. Pues luego, la carne mezclada cõ gordura, no se deue comer. Empero si la tal carne fuere apartada de la gordura aunque sea de animal gordo, biẽ se puede comer. Porq̃ la tal carne es mas

Isac dietis partic.

loable

loable y mejor que la que esta con gordura, aunque fuesse de natural magro y macilento, y la causa es porque no tiene gordura que pueda dañar al estomago. Pues luego el camino mas seguro es, que la carne sea media entre la gorda y la magra, porque esta tal es media en su action y passiõ. Lo qual dixo Isac ansi, los miembros que tienen medianamente de gordura, son de mas facil digestion, y mas conuenibles para el estomago, y engendrã buena sangre. Este mismo parecer fue de Aliabas, de todas las carnes es la mejor la que es templada, entre gorda y magra, porque causa sangre templada. Y Rasis dixo. La carne colorada sin gordura es de mas nutrimento que la que tiene gordura engendra buena sangre y fortifica el estomago, y engẽdra menos de superfluydades. Pues tẽgamos por conclusion, que la carne para la salud sea moderada entre la gorda y la magra, y de animal crescido, no viejo ni engordado a posta en casa.

Isac uniuer. dietis ca. 14.

Aliabas. 5. theori. c. 21. 9. capit. ad almans. li. 3.

Como se deuen cozer las carnes gordas, y como las magras, a donde se declara la naturaleza de las carnes assadas, y fritas, y cozidas.

CAP.

CAP. XIII.

OMO no ſiempre tengamos a la mano, las carnes medias entre gordas y magras, ſino que vnas vezes las tengamos gordas, y otras vezes magras, por eſſo tẽgo por bien en eſte lugar de deſcreuir la manera, y orden que ſe deue tener, en cozer o aparejar las tales carnes para q̃ conuengan a la ſanidad. Digamos pues, q̃ aunque aya muchas maneras y modos de cozer y preparar las carnes, dos ſon las maneras principales, conuiene a ſaber en agua, o ſobre las braſas en aſſador, la carne que ſe pone al agua, y fuego ſe dize cozida, la que ſobre las braſſas en aſſador aſſada. Pues luego las carnes magras ſe deuen cozer en agua, las gordas ſe deuen aſſar, como es parecer de Iſac, por authoridad de Rufo, pues dixo. Los antiguos eſpecialmente Rufo, dixerõ que las carnes magras ſin gordura, no ſe coman ſino cozidas, porque ſe rehumedezcan en la agua y ſe tiemple ſu ſequedad. Y mas a baxo dixo.

Iſac uniuer. dietis ca. 34

xo. Si las carnes se cuezen con agua y sal, paranse mas tiernas y mas humedas, por razõ de la agua, y mas faciles de digestiõ. De aqui se saca. Que mucho yerran los que assan la carne magra, como la de la cabra, o vaca, porque mas la dessecã. Y quan mucho yerran los que cuezen la carne gorda humedeciendo la mas como se deua assar. Y assi lo dixo Isac, lo qual curatõ mucho los antiguos. Cõuiene a saber de preparar la carne muy gorda cõ mucha sal y assarla en mucha y fuerte brassa, para que sus humidades gruessas y superfluas se gasten y se reduzgan a temperamento. Pero sino fuere muy gorda, ponga se en menor brasa. Y el mismo dixo mas abaxo. Las carnes humedas que son las gordas, frian se y assense, y adoben se cõ cosas secas, para que su humidad se desseque y tiemple. Y por esso finalmente concluye. Que porque la carne del puerco casero, y la de la oueja es humida, que se asse y no se cueza, pero la de la cabra, que se cueza, y la del buey. Y que haze contra su salud el que cueze la del puerco y assa la de la vaca, y este pescer fue de Aristoteles, pues dixo. No conuiene q̃ las cosas secas se desequẽ mas

Lib. proble matum 20. problem. 5.

mas. Pues luego las carnes gruessas y humedas se deuen solamente assar. Pero como se ayã de assar, digamos lo succintamẽte especialmente del parescer de Rasis que dixo, la carne assada sobre las brasas mantiene mucho, fortifica el cuerpo, mantiene con presteza, empero tarde y apenas se digere del todo. Pero la carne q̃ se pone en parrillas al horno muy mal se assa, y es mala de poca substancia para mantener. Empero no concuerda con el Isac, pues dixo, el fuego de la panaderia, q̃es el horno, es mas blando, y mas sossegado para assar, y sera bueno, porq̃ como esta sin llama, tiene calor templado, y no desseca y assa por de fuera la carne, dexãdo lo de dẽtro crudo y por assar como lo haze el fuego de los carbones, y mas me allego yo a esta opiniõ. Pues el mismo Rasis dixo en el mismo lugar, la carne assada en assador es gruessa y de mucho nutrimẽto, la qual no se digere, sino en estomago robusto y caliẽte, lo qual no prouiene sino porque lo dedentro no esta bien assado, como lo dixo Isac arriba. De esto se paresce como la carne gruessa puede ser assada en dos maneras, y qual manera sea mas conueni-

Ad almãsor. lib. 3. ca. 12.

Vniuersadie cap. 19.

uenible: Empero que sea la naturaleza de la carne assada quando bien se digere, dixolo Haliabas de esta manera. La carne
5. The c. 24 assada es caliente, templada en humidad y sequedad, de mucho nutrimenro, pero retarda la digestion. Especialmente si la tal carne assada es de animales magros, porque si fuere de animales gruessos, facilmente abaxara del estomago, y es vtil y prouechosa para los que trabajan, y para los varones exercitados. Esto sintio Aui-
4. pri. c. 20 cena diziendo. La carne assada sobre las brassas en assador, si vna vez por vna se dixiere da mucho nutrimento, y restaura mucho. Empero lo cozido, engendra en el estomago blandura y terneza. Sea pues la conclusion deste capitulo. Que la carne magra se deuecozer, y la gruessa assar. Y ninguna carne se deue freyr, porque la carne frita con gordura, causa enhastio, detienese demasiado en el estomago, pues dize Auicena, lo frito impide la confortacion de la carne, y la muchedumbre de su nutri
20. ter. tra. mento, lo qual prouiene, porque no se di
1. cap. 21 xiere en el estomago. Finalmente se deue
6 ca. noue. guardar el precepto de Auicena que di-
lib. 4. trata ze. Qualquiera carne assada, no se cubra
t. 2. cap. 11. çabu

çabullendola, mas antes se dexe descubier ta hasta que euapore, porque quando se cu bre, çabullendola, haze se veneno, el qual trae muchos malos accidentes, el primero y el segundo dia, y algunas vezes mata. Esto mismo sintio Rasis diziendo, si lo que se assa luego como lo apartan del fuego lo ahogan, y antes que se euapore, por vna hora lo embueluen tantas vezes que no lo dexen desabahar, o desuaporar, y se comiere desta manera, de la tal comida se causara fluxo de vientre, y ascos, y vomitos, y aun acaso muchas vezes matara y faltara el sentido, por vno o dos dias. Esto es lo q̃ sienten los antiguos delas carnes cozidas y assadas porq̃ aprueuan ansi lo vno como lo otro, haziendo se como deue pues ansi las carnes cozidas como las assadas confortan el cuerpo, porque aunque las assadas estan secas por de fuera, estan humidas por de dentro, las cozidas al reues porque estan humidas por de fuera y secas por dedẽtro, como lo quiso Aristoteles, y lo dixo Auicena, en el canon segundo diziendo. El nutrimento de la carne assada es seco, el de la cozida es humido. Empero en muchas familias de

Lib. 8. ad almã cap. 27

Aristo. c. 4 metheorum.

cuenta sin discrimen assan y cuezen y friē qualquiera carne y hazen diuersos guisados y muchas vezes comen las carnes a medio assar con su sangre a lomenos palominos y piernas de carnero y lo alaban por muy bueno. Empero los q̄ ansi comieren estas carnes pagar lo han con enfermedad o muerte aunque algun tiempo se tarde. Vsan se entre Christianos muchos mas guisados que entre Turcos y Moros y por ende los Christianos son tentados de muchas mas fiebres.

De la naturaleza de las carnes saladas, y quales carnes deuen ser, quales no.

CAP. XIIII.

VCHOS ay que gustan mas de carnes saladas que no de las rezientes y frescas, y ansi indiferentemente hazen salar las mas carnes, ignorando que carnes sean buenas para salar, y quales no, lo qual no hariā si supiessen lo que dize Isac. el qual affirma que la sal haze su obra en

Isac in uniuer. die. c. 18

las

las cosas segun las naturalezas de las cosas que padecen, y no segun su propria naturaleza, de donde prouiene que algunas vezes endurece, y otras vezes regala y reblandesce. Como se ve en el calor del fuego, el qual deseca el barro, reblandece la cera. De lo qual infiere que todos los animales de carnes blãdas y humedas, como son los lechones, y corderos de leche. Y todos los animales secos y duros como son los bueyes, y puercos viejos no son buenos, ni loables, pa salar. Y despues dize q̃ las cabras y bueyes no son loables para se salar. Y finalmẽte cõcluye, q̃ los animales de carne blãda y d̃ pocos humores no son loables pa salar, como son los puercos pequeños, el q̃l parescer es de Galeno pues dize. Los cuerpos de los animales q̃ son conuenibles para se salar, son de todos aquellos que tienen la carne dura y llena de superfluydades, los quales tienen derramada en si vna humidad flematica, la q̃l humedad quãto mas fuere viscosa, tãto mejor recibe la sal. Empero los animales que tienen la carne blanda, o dura sin superfluydad, no son conuenibles para se salar. Y affirma otro si, que la carne dura y 3 Ali. c. pẽ.

seca, no se puede comer salada. De los quales dichos paresce claro. El herror de aquellos que salan las carnes de los buyes viejos, pues como sean de suyo secas, añadiendolas sal, se tornan muy mas secas y dañosas, para la sanidad prōptas para engendrar melancolia. Empero vengamos a dezir que sienten los phisicos, de la carne salada, que segun lo que hemos dicho biē se puede salar. Dezimos que la tal carne salada no es loable, empero no se deue vituperar tanto, como la carne de los otros animales, que son secos y viejos: Porque aunque por la sal se aya desecado demasiado, empero no es muy caliente respecto de su excessiua sequedad, pues dixo Isac, que la sal calienta moderadamente, y deseca excessiuamēte, porque tiene dos virtudes, vna de cortar y diuidir, otra de apretar y vnir, y segun entrambas operaciones deseca. Lo mismo dixo Serapion enel libro de medicina mollificatiua, adonde dize, que la sal deseca con vna fuerte desecacion. Lo mismo dixo Galeno. Por esso dixo Auicena sabiamente. Que aūque la carne salada sea al principio humida, despues pues se haze desseccatiua, porq̄ tiene mas seque

Isac. di. par.

Ga. 5. d̄ sum.

Auic. 2. cap. 106

ſequedad que quantas carnes ay, y poten de es d poco nutrimẽto y malo: lo miſmo affirmo Raſis. La carne ſalada es de poco nutrimento, porque la ſal conſume la humedad de la tal carne y eſtriñe el vientre eſpecial ſi ſe echa en vinagre. Y Galeno Todas las coſas ſaladas mayormente las carnes de los animales aora ſean monteſes, aora criados en agua, como ſon todo genero de peſcado, aora domeſticos, engendran carne melancholica. De donde ſe infiere quan reprobadas ſean las carnes ſaladas de los Sabios phiſicos y todas las coſas ſaladas. Empero ſi alguna carne ſalada, que ſe dize cecina, es loable principalmente es la del puerco, porque con la ſal ſe conſume ſu ſuperflua humedad, y ſe templa ſu frialdad, con todo eſſo no carece de daño, eſpecial ſi es muy añeja. Pues luego no ſe deuen comer las cecinas por via de nutrimento, ſino por via de remedio alguna vez, y en poca cantidad para deſpertar el apetito perdido, y para limpiar, y enjugar el eſtomago de ſus ſuperfluydades y flemas. No ſe deuen aſſar ni freyr ſino cozer y en poca cantidad, para dar ſabor y guſto a las carnes, y caldo con

Continẽ. 23 cap. 703.

5. De locis affe.

que se cuezen, o guisan, de otra manera se tornara el guisado o cozido de ruyn mantenimiento que cause flema salada, y si se assan y frien, sean en poca cantidad para mouer el gusto, y para alimpiar, y enjugar y corregir la putrefaciõ, que son effectos dela sal, segun lo trae Auicena, porque en mucha quantidad causaran en estomago y venas, humores venenosos de mistion de colera cruginosa, y cinaria, y carbunculos, y lepra, y no lime tangere, y costras.

Auic. cano. cap. 3.

De las propriedades de la carne del cabrito y de sus utilidades.

CAP. XV.

TIEMPO es de condecendir a los particulares, primero trataremos de los animales de quatro pies, y despues delas aues. Y de los quatro pies vengan primero, los domesticos, y despues los monteses, y porq̃ entre los domesticos el cabrito tiene el primado, empecemos dẽde su carne, y luego diremos de la carne de la ternera,

y del

y del cordero de vn año, ansi como lo dixo Auicena, cõuiene q̃ el conseruador de la sanidad procure q̃ el cibo sea tal qual es la carne del cabrito, o de la ternera o del cordero de vn año. Pues luego empeçando de la carne del cabrito, diremos con Isac. La carne de los cabritos que mamã, es templada y no tiene malicia alguna, pero no cõuiene a los trabajadores, aunque causa buena sangre, y despues dixo. La sangre que se engendra del cabrito es media, entre la gruessa y la subtil, entre la fria y la caliente, empero declina a fria y humida. Lo qual dixo Rasis. La carne del cabrito es admirable fria y humida, aũque tiene cierto olor, y por esso los cabritos no se deuen comer grandes, sino pequeños, y son cõuenibles para la salud. Y en otra parte. Dize la carne del cabrito es idonea para los calientes y secos, por la humidad de la leche, y engẽdra buena sangre, e Isac, las carnes del cabrito, son las mejores de quantas ay entre los animales de quatro pies. Por lo qual la sangre que se engẽdra dellas es mas delgada y de mas mantenimiento, y mas conuenible, para los hombres, en especial para los que salẽ

Aui. 3. par. do. 2. cap. 7

Isac dictis uniu. ca. 14

Rasi. 4. aforis & li. 23 del conti. ca. 703.

Isac uniuer. cap. 14.

de enfermedad. Pero las de las vitellas o terneras, engendran mas gueſſa ſangre, porque los bueyes ſon mas grueſſos y mas humidos, y en otra parte. Las carnes de los cabritos ſon conuenibles para los que tienen mala complexion, y para los que ſalē de dolencia, por la bondad de ſu complexion, y en otra parte. Los cabritos de leche, ſon mejores de todas las de mas carnes de los otros animales, en complexion, en digeſtion, en nutrimento, en ſabor, porque por parte de la leche le viene vna natural humedad que careſce de toda agudez, porque en ſu carne ſon templados en calor y humedad y por eſſo dan vn mantenimiento delgado y tenue, ſin corrupcion, y por eſſo ſon vtiles a los calientes y ſecos, que ſalen de dolencia, y quanto mas remotos eſtuuieren del dia de ſu naſcimiento, mientras maman, mas loables ſon y mas tiernos, por la humidad de la leche. Porque aūque ſean buenos rezien naſcidos, no empero tanto como mo adelante, por la buena templança de la leche. Y aſsi lo quiſo Galeno, de ſolas las carnes del cabrito, ſe puede vſar ſin ningun recelo, y Auerroes, deſpues q̄ puſo la

Idem in particul.

Gale. lib. de attenuante victu

Auerroes. 5. coliget.

la carne de las gallinas por suprema entre todas, dixo que era la mejor la del cabrito entre los animales de quatro pies. Pues luego tenga se por conclusion. Que la carne del cabrito es muy buena para los holgados y delicados, y no para los q̃ trabajan, obseruando siempre el precepto de Auicena, que dize, Quando el cabrito estuuiere frio es mejor, porque se resuelue su vapor, empero quando el cordero estuuiere caliẽte, es mejor, porque su mal olor se quita. Empero causa admiracion que vna carne engendrada de carne tan mala como la cabra sea tan buena, porque se tiene por cierto entre varones muy doctos que la cabra siempre tiene calentura: los cabritos que se apacientan entre oliuas y enebro lentisco y madre selua, son suauissimos y muy preciados. Y dize Campegio, que comidos con salsa del çumo de la mata del trigo y pimienta y çumo de limon son de gran gusto.

Auic. tercia primi. do. 7 cap. 2.

De la carne de la uitella o ternera que es de leche o de la que no es de leche.

CAP. XVI.

LA carne de la ternera es muy aprouada de los antiguos, y esta en dos differencias porque la vna es de leche y la otra no es de leche. Y assi la vna carne como la otra es buena y aprouada para la sanidad. Aunque no cõuiene a los que se leuantan de dolencia, como la carne del cabrito, ansi se vio arriba y segun q̃ lo dixo Isac, en las vniuersales dietas. Assi las carnes de las terneras aũque sean loables no son conuenibles para los conualescientes q̃ se leuantã de dolencia, porque sus miembros faltan en la digestion de los mãjares gruessos, y en las particulares dietas dixo. Aunque la carne del ternero no dañe a los que se leuantã de enfermedad, empero es graue para ellos, por la falta de su virtud digestiua. De esto se sica. Que la carne de la vitella es algo gruessa, y que no assi cõuiene a todos como la del cabrito. Pero a algunos es conuenible la carne de la ternera de leche, como a los que son algo trabajados por la poca groseza que tiene, y por ser templada. Y porẽde dixo Rasis, la carne de la ternera, si se digere engẽdra buen nutrimẽto en el cuerpo. Pues lue

go

Isac uniuersa cap. 14.

Isac uniuersa cap. 14.

go tengamos por aprouado, que la carne de ternera, y de corderos de vn año, es cõuenible para los que medianamente se exercitan. Empero la carne de la ternera, o ternero que no mama, ya es tambien buena y loable, aunque es mas dura y difficil de digestion, como sea mas gruessa y seca. Y ansi lo dixo Isac, los bezerros crecidos menos humedos son que los de leche, y con mas difficultad se dixeren, y la sangre que se engendra de ellos no es vituperable, porque tiene fuerte calor. Esto se deue entender de los bezerros que no ha mucho que los destetaron, porque los demas tienen gruessa, y seca carne, y engẽdran mala sangre. Finalmente concluye que el bezerro de leche es mejor que el q̃ no es de leche, porq̃ por la humedad de la leche se tiempla su carne, y por esso dixo Auerroes. Las carnes de las terneras o bezerros (porq̃ como se ha dicho, mejor se entiende de los machos) son buenas porq̃ no tienẽ humidad superflua, como las del cordero, ni tienen frialdad, como las del buey viejo, y son mas olorosas q̃ las d̃ mas carnes, y en esto tãbien hazẽ ventaja a las de cabrito, porq̃ en las carnes del cabrito

Rá.23. canti. cap.703.

Isac dict. parti.

Auer.5. colli.

se

ſe halla vna ſuperfluydad viſcoſa quando ſe cueze. Empero exagera tanto Auerroes a la carne de la ternera, que no dubda auentajarla a la de las gallinas. Y anſi affirmo que ſe podia dar a los que tenian calẽturas. Empero ſegũ ſe ha traydo de otros authores, y ſegun por experiencia ſe vee deue ſe ſu parecer moderar, y no ſeguirſe tanto como el lo exagera: pueſto que ſea muy agudo de ingenio y muy preheminẽte en la medicina. Communmente la ternera ſe mata de vn mes y de mes y medio. En Roma ponẽ gran diligencia para que las terneras mamen vn año, y medio año, ſin que pazcan yerua alguna, y dizen, que ſe haze vna carne muy preciada y delicada pa las meſas de los cardenales, y de los grãdes. Y dize ſe q̃ las terneras no ſe ayũtan con los toros haſta paſſado vn año, y que antes que ſe ayunten tienen buen mãtenimiento y loable.

Adonde ſe pone como ſea mejor la carne del cordero de un año, que no la del cordero de leche.

CAP. XVII.

LAS

LAS carnes del cordero de leche tiene mucha humedad superflua, y las de las ouejas viejas tienẽ aun mas superfluydad y humidad, y son de mal mantenimiẽto, y por esso la tal carne se deue vituperar, como lo dixo Aliabas. La carne del cordero, es de mas humedad, y mas calor, que la carne del puerco, y engendra flema. Y la carne de la oueja engendra mas sangre, lo mismo quiso Galeno, pues dixo. La carne del cordero es humeda y viscosa, y por esso no haze para la conseruacion dela sanidad. Esto se entiende de los corderos de leche. Porque de los corderos de vn año es otro negocio, pues la tal carne es loada de los sabios, por lo qual no se deue vituperar sin eleccion como algunos piensan, sino fuesse q̃ndo es cercana a la leche q̃ mamo, o mas vieja. Y ansi dixo Isac en las particulares dietas. La malicia de los corderos de leche, y de las ouejas viejas es grande, por su mucha y superflua humedad, y por la mucha flema q̃ engendrã, por lo q̃l antes q̃ sean digeridas en el estomago vã abaxo por camara. Empero los corderos cre-

Alia. 5 theoric. cap. 21.

Gal. de ali. lib. de euchimia.

crecidos, aunq̃ tengan malicia, por la humidad de la leche passada: empero por la razon de la sequedad d̃ su edad de jouẽ, se tiẽpla la humidad passada. Porẽde son loables y faciles de digestion, y engendran buena sangre, y en otra parte dixo. Que la carne del cordero crescido de vn año es semejante a la carne humana, porque la tal carne no es humida (como algunos piẽsan), y el mismo Isac dixo arriba. cap. 14. La carne del cordero añal es calida, en humidad y sequedad templada. Y Rasis dixo. Que la carne del cordero añal es buena para la colera negra o melancholica, especial si son castrones. Y en otra parte dixo la carne del cordero añal en digestiõ y nutrimento, no es inferior a las carnes de quãtos animales ay. Y Auerores. Dixo despues de la carne del cabrito, tiene segundo lugar el cordero añal en bondad. Pero ha se de aduertir que los tales corderos apacentados en lugares secos y caliẽtes, como en los montes en tiẽpo de estio, son mejores aunque sean de leche, que los corderos añales criados en lugares humidos, en especial si le assã a buena brasa, y se aparejan con sal. De aqui se sigue y tiene

Ibidẽ unin. dictis. ca. 13

Ibidẽ. ca 14

Ra. 23. Cõ. ca. 73.

Anner. 5. col.

por

porcierto q̃ los corderos del mes de Hebrero son muy malos, lo vno por ser reziẽ nacidos, lo otro por ser nacidos en tiẽpo humido, y en lugares humidos: y porque en tal tiempo deciendenlos pastores de los montes a los lugares humidos, como es a las viñas y plantas, lo otro porque los pastores engordan los corderos a posta, para que pesen mas con harina de linueso, y aunque esto sea assi. Dize Campegio q̃ los corderos nascidos en inuierno son preferidos a los que nacen en el verano porque dize, que valen mas los nacidos ante el equinocio del verano, que los nacidos antes del inuierno tienen algunos por excelente carne la del cordero que mama de dos ouejas y no pasce. Pero segnn Auicena, deuese comer la carne del cordero caliente actualmẽte, porque se resuelua su mal olor.

De que naturaleza sea la carne de puerco, y de su utilidad y mantenimiento.

CAP. XVIII.

L puerco solamente ser criado para ser mantenimiento, en tanto grado esta cognoscido, que aya dicho vn philosopho.

pho. La anima del puerco ser puesta en el en lugar de sal para conseruaciõ de su carne. Y dixo Plutarcho que el cuerpo tiene cincuenta differencias de sabores, porque no ay cosa en el, fuera de los pelos y dientes y vñas que no sea comida gustosa porque dexado a parte todo su cuerpo, y cabeça, y piernas, y manos, de sus tripas y quajar, se hazen veynte inuenciones de manjares. Longanizas, morcillas, obispillos, salchichas. Su sangre no solo es para morcillas empero y para hazer rellenos de muchas maneras. Hasta sus huessos aprouechan para beuer los recueros por los caminos. Escriue se, que Tito Quinto Romano, despues de hecho consul, como fuesse combidado en cierta ciudad llamada Chalcide, fue muy admirado de la mucha diuersidad de carnes que le fuerõ puestas, y acabada la cena, auer dicho el huesped, que todas las carnes que se le auian puesto eran de puerco guisadas de differẽtes maneras. Escriue Campegio, que si el puerco se apacienta de vellota de aya se haze vna carne facil de digestion y liuiana para el estomago y de muy poca superfluydad. Y si se apacienta de vellota de

alcor

alcornoque se haze vna carne espõgiosa. Si de vellota de enzina se haze vna carne firme y pesada, y dura, y luzia. Engordan mucho con setas, y hongos, y se haze con este mantenimiẽto muy suaue carne: mas que con centeno cozido, ni que con ceuada, ni pan: porque con estas semillas haze se demasiadamente seboso, y vntuoso, en tanto grado, que se ha hallado por experiencia a donde les dan mucho ceuo de harinas cozidas, y grano, hazerse tan gordos que se entran los ratones por sus carnes, y hazen agujeros en ellas sin que lo siẽtan. Estas carnes son de gran daño, como despues dire. Engordan tambien mucho con el occio, y vañarse en cieno: pero todo esto es malo para la sanidad de sus carnes. Y porende los puercos criados en los montes y partes sequerosas, son de mejor alimento, y mas sanos. Empero han se de aduertir que el puerco nascido de parte de iuierno es de carne mejor y mas copiosa que el nascido en el estio por Iulio, o Agosto, porque en el estio criase cõ vna carne muy delgada y magra llena de vnas humedades superfluas. Este animal suele criar vnos granos o durezas

a manera de lamparones y ſecas, eſpecialmente en el peſcuezo y carne blãda, y porende ſu carne es deſſabrida como agua y al cozer ſe torna muy blanda, y es daño ſa para la ſalud. Conocenſe le eſtos granos ſi le miran de baxo de la lengua, porq̃ luego ſe parecen ay, y ſi le arrãcan alguna cerda luego ſale ſangre. En fin todos los antiguos concedieron, que la carne del puerco es la mas humida de quantas ay, y mas fria que muchas, y de loable mantenimiento, con tal que ni ſea de puerco viejo, ni de lechon que mama, pues como dixo Iſac. Los ganados eſpecial de ouejas ſon menos humidos q̃ los puercos, porq̃ los puercos ſon mas frios y humidos de quantos animales ay. De ſuerte que en ſu cõparacion ſean los puercos monteſes, ſecos y porende de menor nutrimento. En otra parte dixo, la carne del puerco domeſtico es menos caliente que las de mas carnes, y mas humeda que ninguna, en tãto grado, que los antiguos la compararon al azeyte onfancino, por ſu mucha frialdad. Lo miſmo ſintio Galeno diziendo, las carnes de los lechones y corderos ſon las mas humidas de quantas

Iſac dietis parti.

Gal. 2. de tẽ.

tas ay,y no conuiene en toda edad,sino solamente quando tienẽ mas calor, qual es en su juuentud. Y ansi lo dixo Isac en la misma parte, los animales que de su natural son humidos,quando estuuieren en su edad perfecta de juuentud,su humidad se tiempla con la sequedad dela edad.Exẽplifica en los puercos y corderos, los quales son mejores que los bueyes quãdo son crescidos. Pues como dixo Isac,las carnes de los puercos crescidos en su juuentud,engendrã buena sangre,y son loables, pero las de leche son malas acrescientan putrefacion y corrupcion ,engendran flema gruessa,y si hallan el estomago con viciosos humores,los acrescientã y mas dañaporq̃ son prestas a engẽdrar piedra de reñones , y gota artetica y ciatica,y perlesia,y apoplexia ,porende aunq̃ tengan al lechon por carne gustosa es muy dañosa, por su mucha humedad y viscosidad,y el q̃ se vuiere de comer mañana matese oy , si fuere iuierno,si fuere estio por la mañana. Pues luego lacarne de los puercos, sea de los q̃ son crecidos jouenes,porq̃ aũq̃ la tal carne sea dura d̃ digestiõ, y tarda para passar por las venas y gruessa , empero es de

mucho nutrimẽto, como lo dixo Galeno. Finalmẽte dixeró Auerroes y Aliabas, q̃ la carne del puerco jouen es de las carnes la mejor, y de mas nutrimento, y mas semejante y conuenible a los hõbres. Y por esso dixo Galeno, que comiendo cierto hombre, carne de hombre por de puerco no hallo differencia alguna en el sabor, ni color, lo qual es señal que es muy semejante a la humana. Y Auicena dixo. Que vuo algunos que vendieron carne de hombre por de puerco, y fue occulto hasta que vieron los dedos de la mano. Y en otra parte dixo. La carne del puerco mõtes, y casero, segun lo que se dize, es de presta digestiõ y de firme nutrimento viscoso y gruesso, y dixo, segun lo que se dize, porque el no lo comio por ser prohibido en su ley. Y Galeno alabo mucho las carnes del puerco, pues dixo de todas las comidas no ay cosa de mayor nutrimento, que la carne del puerco, en otro lugar dixo. Es la carne del puerco para comer la mejor de todos los animales de quatro pies. Pero ha se de considerar, que aunque tanto sea alabada en los authores la carne del puerco empero es de mantenimiento gruesso y visco-

7. Metho.

Auer. 5. colliget.

Auic. 2. can. cap. 604.

Gal. Alimẽ. 3. cap. 1.

Idem lib. de euchimia & cachomia.

viſcoſo, y que no es conuenible para los q̃ huelgan, y por eſſo ſe deue vſar tal carne con moderacion, y mas en tiempo de iuierno, que en otro ninguno, y mas del puerco ſylueſtre jaualin, que no del caſero. Pues dixo Auicena. Dizen los chriſtianos y los q̃ los imitan, q̃ la mejor de las carnes es la del puerco montes, porque fuera de que es mas ligera que la carne del puerco caſero, es de fuerte nutrimento y de mas mantenimiento, y de preſta digeſtiõ y es la mejor que ſe puede comer en el inuierno, porque en tal tiempo la virtud digeſtiua eſta mas fuerte, como lo dixo Hippocras, ventres hyeme & vere. &c. Pues luego todos los que hazen exercicio no eſcojan otra carne ſino la del puerco. Empero los ocioſos y q̃ huelgan y eſtan aſſentados guardan ſe de ella, en eſpecial de la del puerco caſero que no ſalio al campo, y ſe engordo apoſta en caſa eſpecial es dañoſa a los aſmaticos y toſsigoſos, como lo dixo Hypocrates ha ſe tambien de aduertir que es muy dañoſa la carne del puerco rezien muerto, ſino le echan vn poco de ſal por ſer peſada para el eſtomago y difficultoſa de digeſtion cauſa corrimiento

Auic. 2. cã. cap. 60.

Hip. 1. aph.

de camras, y dize se de los pulmones del puerco montes que aprouechan mucho a los que beuen mucho y se embriagan por que comiẽdolos no se embeudaran, otros dizen que tomando se en poluo y beuidos con agua en vn vaso hecho de cera quitan la borrachez, como lo trae Ioan Vrsino. Empero porque hezimos menciõ del jaualin digo que aunque sea tã precia do para mesas de señores, que su comida no carece de mucho peligro para la salud de la gente regalada, sino se come con mu cha moderacion, porque causa melancho lia, ventosidades, mirrachia. Y dize Pli nio que su vexiga assada o cozida socorre mucho contra el mal de piedra de riñones y vexiga.

De la naturaleza de las carnes de los castrados, y quales dellas sean mas loables.

CAP. XIX.

DIZE Rasis hablando de los castrados la carne de los castrados ansi de carne-
24. continẽ ros como de cabrones es loa
cap. 703. ble

ble porque humedesce, y es dulce y de calor moderado, empero si se enuejecen es mala y engendra melancolia y gruessa sangre. Lo qual dixo Isac en las particulares dietas, ansi los carneros en su edad florida son de menor humedad y viscosidad que los corderos, por la sequedad de su edad q̃ es sobre su cõplexiõ y por esso su carne es mejor que las de las ouejas, y los corderos, la qual si fuere digerida engẽdra buena sangre, porque su complexion es templada en calor y humidad, especialmente si es de carneros de edad florida. Porende es de buẽ sabor, si la tal carne no es de carnero reuegido. Porque aunque sea castrado es muy malo en su carne por el deffecto de calor natural, el qual calor falta en ellos por dos causas, por su edad mucha, y por la falta de las turmas o testiculos. Y por esso concluye, que el cordero añal es mediano entre el cordero que mama y entre el carnero de edad florida, porque ni tiene tanta humidad como el de leche, ni tãta sequedad como el carnero ya hecho, y por esso es mejor que los de mas carneros, y mas facil de digestion, porque engendra vna sangre de substancia modera

Isa. par. die.

da. Especialmente es vtil para los hõbres mancebos de caliente y seca complexion, y para los que habitan en region semejante. Esto entiende Isac de ganado ouejuno castrado, pues este tal ganado es mas humedo que el cabruno, aũque sea castrado lo qual se parece por el mismo en otra parte, a donde dize. La carne del cabrõ es tenida por carne de animal reuegido. Y Auerroes encomiẽda las carnes de los castrados, pues despues de las carnes del cordero, y otras loables carnes q̃ auia cõtado dize. Que es mejor la carne d̃ los carneros y esta es la opinion de la mayor parte de los phisicos. Excepto del Galeno, el qual vitupera las carnes d̃l carnero. Esto dezia Auerroes, pero esta opiniõ Jeuanto sela al Galeno, pues sintio lo cõtrario como claramẽte parece en lo de alimẽtis, adõde dize. La carne de los carneros castrados es mejor q̃ la d̃las ouejas y cabras, pero la carne de los carneros antiguos y viejos es muy mala. Y tãbien q̃ los cabrones castrados dẽde cabritos si fuerẽ de edad florida tãbien son aprouados, y Isac, dixo los cabritos ya crescidos de edad florida castrados son mejores que los que no estan castra-

Idẽ uniuers. diet c. 13. c. 5. Auer. 5. col.

Gal. 3. de aliment. cap. 1.

Isac diet. part.

ſtrados, porq̃ ſu carne no es de tanta agudez, y ſu ſequedad estemplada, y por eſſo es mas ſabroſa y mas facil de digerir. Porque ſi fuere de los que no eſtan caſtrados y ſon grandes ſera vituperable inhabil para la digeſtion y mantenimiento. Pero ſi el tal cabrito fuere creſcido y caſtrado, o de leche ſera bueno, porque en el caſtrado deſminuye eſſe ſu agudez, y ſu carne ſe humedeſce y adelgaza, y ſe haze mas ſabroſa. Deue ſe tambien de aduertir, que comparando la carne del cabron con la del carnero, ſupuſto que el vno y otro ſean caſtrados y de ygualdad en edad gordura, ha ſe de reſponder que es la mejor la del carnero. Porque ſi el carnero por caſtrar es mejor que el cabron por caſtrar tã bien el meſmo caſtrado ſera mejor que el otro caſtrado, y anſi dixo Auicena la carne cabruna es ſeca y de mas difficil digeſtion que la ouejuna. De aqui ſe infiere que las carnes de los animales florẽtes en edad ſon mas loables que las de los caſtrados, como pareſce de lo dicho. Empero eſto que ſe ha referido, es ſegun la opinion de los antiguos, los quales no conocieron la bondad de las carnes del car

Auic. cau. 2

nero

nero de nueſtros tiempos: las quales ſon tan loables, aunque no ſean caſtrados, q̃ en todo tiẽpo que ſe coma jamas cauſa faſtidio. Come ſe todo el año en Eſpaña, y Francia, anſi en las meſas de los grandes como de los medianos, como de los pequeños. Aũque los carneros de otras partes no tienẽ aquella ſuauidad ni bondad que tienẽ los de Eſpaña. Porque los carneros de Italia ſon duros de digeſtion, y no tienẽ aquella bondad ni ternura que los nueſtros. Empero los carneros capados tienen grande bondad en ſus carnes, porque ſon muy faciles de digeſtion, dan mucho y buen nutrimento, eſpecialmente ſi ſon apaſtados de buenas yeruas: y mejores ſon los que paſcen en montes y partes remotas de los poblados, que los que ſe apaſcientan en las eras jũto a los pueblos porque los que anſi ſe apaſcientan tienen mas ſuperfluydades por el ocio, y por la yerua mas vicioſa y humeda. No ſe deuen caſtrar antes de cinco meſes. Llamanſe en latin los caſtrados veruezes. Y los por caſtrar Arietes porque ſe ponian en las aras para el ſacrificio. Los Arietes que ſon los no caſtrados, no tienen tanta bondad con

mu

mucho, porque tienē vn mal olor y vn sabor de la mala qualidad de la simiente, y por esso no es su carne aprouada, y no se digere con facilidad. La carne del cabron es muy seca y de difficil digestiō, y fue tā aborrescida de los antiguos que los sacerdotes no auian de tocar a ella, o porque este animal es muy luxurioso, o porque es muy enfermo, porque dize Plutarcho, que padesce gota coral, y que los que le comieren se inficionaran de este mal. Dize Galeno, q̄ esta carne se ha de comer fria, y dize, que no es tan mala la carne deste animal quando los arboles empieçan a echar hojas, y aproduzir ramos, y pimpollos: porque este es su proprio pasto: y si se empieça a digerir da grā fuerça, y firmeza al cuerpo. Traese por exemplo vn varon Thebano, el qual por comer carne de cabron alcanço grādes fuerças. Empero dizese, que echaua gran hedor de los sobacos, y de todo el cuerpo.

De la carne de bueyes y uacas.

CAP. XX.

COMO

COMO lo dize Isac. La carne de bueyes y vacas es fria y seca. Y no es de marauillar pues es delos animales grandes terrenos. Y porende en comparacion de los animales o ganados menores como son ouejas cabras, puercos, es mas seca, por seca que sea la de la cabra. Y porende dixo en otra parte, que la carne de vaca causa sangre melãcholica y mucho nutrimento resistiente a la digestion: tarde se despide del estomago dificultosamente se desmuele en los miembros, aprieta el vientre, dizẽ Gal. y Hipp. que es carne indigestible y que no puede qualquier estomago cozerla. Y si los que la comen son melancholicos, criã baço padescen quartanas, corrompen seles sus complexiones, y caen en hidropesia, y algunas vezes se les engendra de la tal comida cancer, lepra, y por esso dize el mismo Isac, o quantos daños trae la carne de la vaca, y tantos mas quãto mas fuere vieja, engendra melancolia, es difficil de digestion, porque es muy seca de su complexion, especialmente trae estos daños en los cuerpos melancolicos. Y es muy mala

Gal. com. 4. de uictu acutorum.

para

para los que tienen tosse y ruptura en los pulmones porque como dize el Galeno no solo daña a los vasos rompidos de los pulmones. Empero haze y causa daño en los instrumentos dela respiración. Aunque esten buenos, porque causa tension, y calor, y ventosidad, ansi lo dixo el mismo Hyppocrates en el texto. Porque entre las cosas que dañan a los que padecia asmas cōtola vaca diziendo. *In his interdicere alium, porcinam, ouinam, & bubulam carnem in his difficulter sperantibus clamore & iracundia est abstinendum.* La de los viejos bueyes es abominable de naturaleza de madera resistente a la digestion, muy seca, y por esso ni da sabor ni nutrimēto, y dixo Galeno que siēdo los bueyes de edad florida son no de poco mantenimiēto. Empero gruesso y engendran sangre muy mas gruessa de lo que conuiene. Y si el que las come fuere melancolico acarrearle han alguna enfermedad de melancolia. De aqui se parece, quan mala sea la carne de la vaca, o buey, aunque sea el vso en cōtrario, pues la mayor parte de los hombres comen sus carnes en estas tierras, por ignorar su grā malicia. Guardense pues todos destas carnes

Gal. 6 epidemiorū cō. 4

Hip. 6. epidemion.

Gal. 1. de alimā. cap. 1.

nes, en especial los melancolicos. Porque aunque de las vacas crecidas, y de buena edad, se engendre mucho mantenimiẽto. Es gruesso, negro, no lo comã sino los que mucho trabajã. Esto dixerõ Auic. Galeno y Ratis. Añadesse tambien a esto q̃ nunca los dueños de los ganados o los labradores vẽdẽ el buey rezio y gordo de buenas carnes, porque este guardan le para arar, sino el flaco, y magro, o pierni quebrado, o muy viejo, o enfermo: sino fuesse vendiessen el jouen y rezio por pura necessidad. Y en muchas partes y ciudades esta vedada la carne del buey, o vaca enferma, y cõ mucha razon: porq̃ la tal carne es causa de muchas muertes en la pobre gente, y causa, pthysicas y enfermedades que de guellan de presto. Muchos salan las carnes de bueyes y vacas enfermas para dar de comer a las familias, lo qual es gran daño y perjuyzio, porque vna carne tan mala y viciosa que puede accarrear sino humores corruptos y mortales, come se porque no haga daño con salsa hecha de mostaza y miel y pã porque corrige su malicia, y adelgaza su substancia y haze la apetitosa. Tiene la carne de la vaca vna proprie

Auic. 2 par. cap. 25.
Gal. lib. de aliment.
Rasis. cont. lib. 23. c. 73

priedad que resucita la gana de comer, engorda se muy bien si juntamente con el heno y yeros le dan los orujos de las vuas, porque mantienen, y por razon de la vinosidad dan fuerça. Esta carne no se assa porque se torna mas seca y si alguna parte del buey se assa, ha de ser la carne de las costillas y come se con salsa hecha de vino y vinagre y pimienta y sal. Antiquissimamente se assaua la carne de la vaca. Como lo cuenta Homero: el qual dize que el rey Agamenon combido a Nestor, y a Aiax, y que les puso en el combite costillas de vaca assada. Y que Menalao por gran regalo dio en vn cõbite a Telemacho vna costilla de vaca assada. Y en el primero de los Reyes Samuel por regalar mas a Saul le mando poner vn ombro assado de cordero. O marauillosa templança y modestia de inuencibles Reyes y capitanes, quien en estos tiempos por de baxa condicion y suerte que sea, no pone en vn combite carnes muy mas delicadas.

De la carne de las liebres conejos y zorros.

CAP. XXI.

Pues

VES ya hemos tractado de la naturaleza de las carnes de los animales domesticos, tratemos aora de la de los monteses, y vengamos primero a las liebres tan buscadas por caça de los mas nobles como mantenimiento muy suaue, pero no del parescer de los sabidos. Pues dixo Isac, las carnes de las liebres, y de la zorra y de otros animales de esta suerte, no son semejantes a la naturaleza humana, mas por contrario son de muy mal nutrimento, lo qual se paresce por la grauedad de su olor, y por su hedor, y en otra parte dixo. La liebre es seca en gēdra sangre gruessa, por esso es conuenible a los q̄ quieren mudar su complexion en caliente y seca, y contraria a los delicados, y holgados, y a los que comen manjares delicados, lo mismo dixo Galeno, y Rasis, que ella y las demas animalias montesinas engendran melancolia. Empero aunque Rasis dize, que las carnes de las liebres se deuen adobar con especias y cosas aromaticas para adelgazar el mantenimiēto grueso q̄ tienen. Lo contrario hallan los monteros

Isac. unine. diet. cap. 13.

Gale. lib. de attenuante uictu.

Rasis. 25. cōtinēt. c. 1.

teros por experiencia, porque como sea carne seca y exercitada mejor se prepara con cosas humedas: empero las liebres pequeñas de seys meses, y de ocho meses, son tenidas por mãjar delicado, y mucho mas las de dos y tres meses: porque cierto son de gran suauidad. Las que passan de vn año ya son tenidas por de mal nutrimento y desgustado, y son de tan mal nutrimento las viejas que se tiene por refran en Frãcia, que ellas y los ansarones viejos son manjar de demonio. Empero los ombros y el pecho de la liebre son tenidos por lo mejor de su cuerpo, si se cuezen con vino y agua, y sal, y pimienta. Otros alaban mucho sus ancas: conseruanse en pã muchos dias las liebres. De dos meses puedense dar (segun opinion de muchos medicos) a los enfermos y conualecientes. Y dizen muchos, que las liebres rezien nacidas, o sacadas del vientre de su madre sin que le saquen cosa alguna de sus entrañas assadas, o cozidas, son vn muy suaue alimento, y llaman a este guisado lebrada. Y dize Delphilo, Que ay gran abundancia de liebres en la isla llamada Astipalea: multipli

casse tanto este animal q̃ segun escriue Herodoto, puedē parir sin macho, y vno criā y otro tienen en el vientre. Y vno paren y otro tienen empezado a formarse: y si ansi no fuesse en breue tiempo perescería todo genero de liebres, porque son caça de hombres, de culebras, de aues de rapiña, y de otras muchas fieras. Dizesse vulgarmente, que el vso de comer muchas liebres buelue el rostro hermoso y por esso dio este mote Marcial a Gellia.

Si quando leporem mittis mihi Gellia dicis
Formosus septem Marce diebus eris.
Si non derides si uerum Gellia dicis.
Edisti nunquam Gellia tu leporem.

En Romance.

Embiandome vna liebre
Gellia dixo la galana,
come desta vna semana
y saldras hermosa en breue.
Respondile en continente.
segun aquessa razon
ni liebre, ni lebraton
comiste perpetuamente.

De

De los conejos no tengo que dezir, sino que son de la misma naturaleza q̃ las liebres: en effecto son liebres pequeñas de debaxo de la tierra. Empero su carne es mejor que la de la liebre, y de mas facil digestion. No hallo quien hable della sino Platina, que dize esto mismo. Y Galeno dize, que en vnos lugares se hallan todos linages de animales, ansi como en España adonde se halla vn animal semejante a liebres pequeño, que llamã conejo, y abaxo dize que de estos animales liebres y conejos los que fueren mas gordos son mejores, los q̃ no lo fueren son peores: lo qual se halla por experiencia. Esto es lo que dize Galeno. Empero vuo siempre tan aabundancia de conejos en las islas de Maiorca y Menorca, que segun escriue Strabon, fue necessario que Augusto Cessar embiasse ayuda contra ellos. Los que se crian en las casas son de diuersos colores, porque vnos son blancos, y otros son negros, otros pardos, otros bermejos: son peores que los monteses y de carne muy humida y desabrida. Los monteses son mas suaues y tiernos si fueren nueuos, los de vn mes, o de mes y medio se pueden dar

ſalubremente a los enfermos: ſon pardos ſiempre y de color de la tierra, y por eſſo ſe veen con difficultad. Y no ay animal que tanto huela y ſepa al manjar que come como el. Porque ſi ſe apaſcienta de retama ſabe a ella, ſi Enebro ſabe a Enebro ſi tomillo ſabe a tomillo: lo qual no acaeſce a las liebres. De las zorras dize el Galeno en el miſmo libro, que en otoño por vendimias es buena ſu carne: porque ſe hartan de vuas. Empero como ſea animal que no ſe come, no ay que tractar del, ſi no que ſus pulmones, o liuianos ſon tenidos por muy ſaludables para los phiſicos: Empero en los cuajos de las liebres ſe experimenta tanta virtud y en la matriz q̃ tomando ſe hechos poluos quitan las camaras y pueſtos ſobre los oydos quitá el dolor, y q̃ con ſu ſangre ſe quitan las manchas de la cara como lo dizen Galeno y Auicena y el ſexto Pitagorico.

De la carne del Ciervo de la Gama y Cabra montes.

CAP. XXII.

AVN-

AVNQVE algunos medicos en sus consejos, como veo, alaban la carne de los Cieruos y Gamas empero no es conforme sino muy contrario de lo que los antiguos escriuieron della. Porque si ellos lo expirimentasen y leyessen a los antiguos, no se arrojaran ansi a hablar. Pues dize Rasis, las carnes de los animales que van a viejos es de dificil digestion y de mal mantenimiẽto, y la carne del Cieruo no es de menor malicia conuiene a saber que la de la vaca, cabra, y liebre, pues en malicia de mantenimiento, y de dificultad en la digestiõ no es menos maliciosa. Y despues dize la carne del Cieruo engendra sangre melancolica, y es de difficil digestion, empero mucho ayuda a su digestion, el trabajo y exercicio antes de comer la, y despues de auerla comido anden vn poco, y duerman sobre el lado yzquierdo, Este parecer fue tambien de Galeno, pues enel lib. de Attenuate victu, dixo, despues d̃ la carne de los Asnos, viene la de los Cieruos, por lo qual se deuẽ guardar de comerlos, Y Auicena dixo, la carne de Vaca, de Cier

Auic. 2. can. cap. 146.

uo, de cabras monteses, y de aues grandes hazen venir quartanas. Y Isac dixo que la carne de los cieruos engendra melancolia. Pero mejor es la d̃ leche, tras esta la de los ya crecidos. Empero la de los buyes es abominable. Con todo esso, si los ya jouenes fueren castrados seran mejores, porque su calor, y sequedad se tiẽpla por la castradura. Pero no los han sino los señores y grandes, porq̃ los crian dentro en sus vergeles. Porende, estos tales se diran domesticos, y su carne sera loable, si como digo, fueren chicos, o ya algo crescidos, porq̃ se les acrecẽtara doblada humedad, vna del ocio y sossiego que hã tenido en los vergeles, y otra de la edad, la qual se tẽplara cõ la mucha sequedad de su complexion. Empero aqui aora no tratamos sino de los monteses. Dizen algunos que el q̃ come carne de cieruo, no terna calentura. De los cuernos ante q̃ salgan a fuera quando estã cubiertos de cuero se haze vn guisado real, coziendolos primero, y despues friendolos. Empero de la carne de la cabra mõtes dezimos, q̃ es la mas aprouada entre las carnes de todos los animales mõteses, y ansi lo dixo Isac, con autoridad del

Isac dictis · uniuer. c. 13

Gal.

Galeno. Los animales mõteses no son tã sabrosos, como los domesticos, fuera de las cabras, las quales como sean monteses son mas sabrosas y mas loables, y de mas nutrimẽto, porq̃ de su mucho mouimiẽto y trabajo, se buelue su sangre muy subtil, y su cuerpo se haze mas raro, y sus poros se abrẽ mas, y sus humores, los quales son causa de vn graue olor que tienen, se dissueluen. Y despues añadio, las animalias domesticas son mas sabrosas, y de mas nutrimento que las mõtesas, excepto los cabrones, o cabras mõteses. Y Rasis dixo. La carne del Gazen, que es cabra montesa, se tiene por mejor entre las carnes mõteses, y la sangre que della se engendra carece de superfluydad, empero declina a melancolica por su sequedad. Pues luego quede por conclusion, Que la carne de la cabra montes es la mejor, empero que absolutamente no es loable, porque es melancolica, como todas las de mas carnes monteses. Y porende manda Rasis: 4. aphorismorum, que se cueza con azeyte, y ansi se quita mucha parte de su sequedad, y se haze muy deleytosa de comer, y es conuenible para la perlesia fria.

Rasis. 3. ad Almã. c. 4. 9

Auic. 2. cã. Y Auicena dize, la carne del Gazel, que es cabra montes, es mejor de las monteses, aunque declina a melancolia, y poresso la adereçamos con cosas humidas. La causa d todos estos sus prouechos es por su grã ligereza y gallardia, y por su cõtinua corrida y grandes saltos. Empero de la Gama que es el Corço, no diremos mas de q̃ es de la misma naturaleza q̃ la Cabra montes, como lo escriue Platina, Y della dixo Rasis, que se engendra sangre cercana a melancolia. Empero es mas loable que la del cieruo y de la vaca, y dize se que su carne de la cabra montes, o sus sesos dados a comer al niño, antes que mame, le preserua de Alferecia, como lo trae Iuan Vrsino del sexto Pytagorico, y Plinio, aunque el Plinio dixo aprouechar para qualquiera en la gota coral.

Rasis. 23. cont. c. 703

De la carne del Erizo.

CAP. XXIII.

Paresce de lo dicho, y delo que se dize, que mientras las carnes son mas semejãtes a la naturaleza humana son mejores y mas conuenibles. Digo lo, porq̃ Isac dixo. Que por esso la carne del Erizo es de malino nutrimento, porque es muy dessemejante y muy differente de nuestra complexion. Y porende no se deue comer por via de nutrimẽto, sino por via de medicina algunas vezes. Pues el mismo dize, que la carne del erizo tiene virtud y fuerça de ensoluer y dessecar, en especial conforta el estomago, relaxa el viẽtre, prouoca vrina, es vtil a los que estan promptos a padescer lepra, lo mismo quiso Serapion enel proprio capitulo del Erizo, a donde dixo, quando el Erizo se desseca d̃ suerte que se puede hazer poluos que se beuen, conuiene alos leprosos y alos que tienen mala y corrupta complexion que predomina en sus cuerpos, conuiene a espasmo, a dolencias de riñones, a hidropicos. Lo mismo quiso Auicena adonde tãbien dixo, que la carne salada del erizo cõuiene a perlesia y espasmo y a todas las enfer-

Isac uniuer diet. ca. 13.

Serap. cap. de erizo.

Aui. 15. ter. cap. 6.

enfermedades de los nieruos, y a la lepra, por la fortaleza grande de desecar y resoluer. Esto mismo dixo Rasis, por authoridad de Bimasui, la carne del erizo conuiene a ptisicos, lepra, spasmo, dolor de riñones, en especial si se desseca, y se haze poluora y se beue. Y dixo mas que el erizo montes es admirable para ensoluer lamparones y ñudos cirrosos y nieruos, y su ceniza vale mucho para el que se vrina en la cama. Por donde se saca por conclusiõ. Que es bueno por via de remedio curatiuo, y no por via de mantenimiento, o porque no mantienen, o muy poco si tienen alguna gracia en su carne, es de parte del otoño, porque entonces comen fructas, y las guardan para el inuierno, porque rebolcandose sobre la fructa la lleuan hincada en las puas a sus agujeros: dizese de de su carne que causa difficultad de orina quando muere viendo a su matador, porq̃ cõ el miedo se derrama su orina por sus carnes. Empero si le matan derepente sin que el vea al matador, que por el contrario su carne comida socorre a la difficultad de orinar. El puerco espin tiene la misma propriedad, en quanto toca a su

Auic. 15. ter. cap. 6.

ruyn

ruin mantenimiento, engorda de parte de inuierno porque asi engordan las animalias que por el frio se esconden. Las carnes de camellos đ leones, de ossos, de onças, de asnos, cauallos, todas son malas, difficiles de digestion, melancolicas, aunque algunas dellas son medicinales. La carne del camello caliente y seca, prouoca a vrina. Empero de estas carnes, la del asno es de mas delgado mantenimiento, y despues la del cauallo, la del camello es peor que ninguna. Lo qual sintio Galeno en el libro de attenuante victu. c. 8.

De las Nutrias y Castorios, de su alimento y propriedad.

CAP. XXIIII.

LA Nutria, que en latin se dize Lutra (porque casi siẽpre anda en el lodo, o lauãdose en la agua) es vn animal đ quatro pies q̃, viue en las lagunas y rios, y su carne huele a pescados, es đ naturaleza castoreo de muy mal mantenimiento gruesso, viscoso

coso, flematico, digierese cõ difficultad suelen comer su carne los labradores y gẽte del campo. El castorio muerde terriblemente, tiene la cola de pescado, y lo de mas es como la Nutria, y por esso tiene la cola en la agua, y lo de mas del cuerpo en tierra. Comese en Alemania la cola en quaresma por pescado, y no lo de mas y por esso tiene la cola llena de escamas. Haze agujeros junto a los rios, por tener la mitad del cuerpo en agua, y la otra mitad en seco, es del mismo nutrimento que la Nutria, y su cola como quiẽ come de vn barbo grande, y porende es de ruyn mantenimiento viscoso, y no carece de ponçoña. Los gatos tãbien los comẽ algunos, y para q̃ sepan biẽ los açotan con vnas vergas y los guisan, o assan, y echan la cabeça a mal, porque dizen, que torna locos a los q̃ la comẽ es de ruyn mãtenimiento gruesso y de mal olor, y dizẽ los sabios, que su carne buelue ptisicos, a los que la comẽ, porque es pestilencial. Tambien ay personas que comen ratones pero no ay que tractar de vn tan sucio animal engendrado de la podre del estiercol, y tierra carcomida: dize se del, que dado

a co

a comer en vn paſtel, o en q̃lquier guiſado quita los hechizos y la furia de la melancolia, y ſe ha hallado por experiencia. Dizen tambien, que deſollado, y aſſado, o cozido ſana alos ptificos, y que ſacadas todas ſus entrañas y cozidos con azeyte y ſal y dados acomer ſocorren a los q̃ ſin ſentir ſe mean en la cama, eſpecial a los niños, creſcen ſus higados y baços cõ el creſcimiento de la luna.

De la comparacion de los animales quadrupedes, cõ las aues, y qual ſea entre ellas mejor carne, y algunos notables de las aues.

CAP. XXV.

VES ya hemos tractado de los animales quadrupedes tractaremos d̃ las aues y primero de las domeſticas, y deſpues de las monteſes. Pues luego haziendo comparacion entre los animales quadrupedes de quienes hemos tractado, y entre las aues, diremos por autoridad de Iſac, comparando en commun las aues cõ las *Iſac uniuer. dietis c. 16.*

las animalias de quatro pies. Las aues ſon de menos nutrimento, pero mas delgado y ſubtil y mas facil. Lo miſmo dixo en las particulares dietas anſi. Los animales volatiles tienen en comun carne mas ligera que quantas ay, y ſon mas faciles de digeſtiõ que los de quatro pies, pero no mantienen tanto. Y tambien Raſis dixo. La carne de las aues es de poco mantenimiento de preſta digeſtion en comparacion de los otros animales, y mas abaxo dixo, la carne de las aues es de mas fuerte ſequedad que todas las otras carnes, y Galeno dixo. Toda carne de aues es de menor mãtenimiento ſi ſe compara con la de las otras animalias, eſpecial ſi ſe compara con la del puerco, porque no ay carne de tãto mantenimiẽto como eſta. Empero la carne de las aues es de mas facil digeſtion, eſpecial de las perdizes, fay ſanes, palomas gallinas, zorzales, ficedulas, y de otras aues pequeñas, la razon es. Porque la carne de las aues es de mayor ſequedad como lo teſtifica Auice. y declara, que la carne de las aues aora ſea aſſada, aora no, reſtriñe el vientre. Finalmente, todas las aues ſon de menos humidad que las otras animalias.

Auic. 2. cau. cap. 146.

En

En eſpecial las perdizes, tortolas, ſtarnas porque eſtas ſon menos humidas que ningunas, y porende mas magras. Por lo qual ſe han de comer quando eſtuuieren gordas. Y por eſſo tengamos eſta regla, que es neceſſaria. Todas las aues que ſon ſecas y magras de ſuyo, ſe deuen comer quando eſtuuieren gordas, todas las aues que de ſuyo ſon gordas y humidas ſe deuen comer quando eſtuuieren magras. Y eſte parecer es de Iſac, porque la magrez corrige ſu humidad, y tiempla ſu complexion. Empero comparando las aues monteſes cõ las domeſticas, las mõteſes ſon menos humedas de mas facil digeſtion tienẽ carne mas tierna por ſu raridad de miẽbros y por la ſequedad y ſubtileza de los ayres ꝗ gozan. Lo contrario hemos de dezir de las aues domeſticas. Empero eſtas mas mãtienen y ſon mas templadas y engendran mejor ſangre por ſu humedad que tienen templada, y por ſu moderado trabajo. Pero las aues domeſticas que biuen en los campos ſon muy mejores que las que biuen en las caſas, porque no comen mas ceuo de lo que les baſta y porque ſe exercitan y mueuen mas, y es doctrina de Iſac.

Iſac dictis. uniuer. c. 16

Final

Finalmente se tenga por regla general, q̃ las aues domesticas en casa engordadas con cuydado y no exercitadas no son con uenibles para la sanidad, en especial, si las tales aues son humedas de su natural com plexion, como son las anades. Empero si las tales aues fueren secas de su natural de uense de engordar con cuydado. Y ansi di xo Isac. Las aues que de suyo son secas no se deuẽ comer sin que primero se engordẽ en casa con cuydado. Lo mismo se deue entẽder de las que son calidas, como son las perdizes, y tortolas. Deuese tambien de aduertir: que las aues en especial las humedas no se deuen comer muy chicas, y cercanas a su nacimiento, ni viejas, si no ya crecidas de su natural, han se de comer luego siendo pequeñas. Ha se tambien de tener por regla necessaria para la sanidad que no se coman las aues luego como fueren muertas, especial si de suyo son duras o mõteses, pero despues de muertas se hã de estar ansi vno, o dos dias, porque se pa ren tiernas y manidas. Especialmente si las tales son monteses. De lo qual Isac limito tiempo diziendo. Que si fuere inuiev no estan muertas de vn dia antes, si fuere estio

Isac dietis uni. ca. 116.

Isac dietis uniu. ca. 16.

estio, basta que las q̃ se han de cenar esten muertas por la mañana. Esto se entienda si las aues fueren monteses o de agua, o duras porque si son tiernas y humidas de suyo, como son los pollos, no han menester estar manidos tanto tiempo. Empero la bondad delas carnes de las aues se differencia en ellas segun los tiempos, y segun sus edades, y segun los lugares en que habitan, y segun el ceuo, segun el tiẽpo, porque vnas tienen buena carne en verano, como los palominos, los quales son buenos en verano y malos en estio. Assi lo affirma Aristoteles. Empero si el verano es lluioso son malos y duros: porque impedidos con el tiempo no pueden salir a beuer, y por esso son muy magros y duros de digestion. Otras tienen mejor carne en el estio mas que en otro tiẽpo, como son las aues que se ceuã de espiga y grano. Tales son las tortolas, perdizes, gallinas, capones. Otras tienẽ mejor carne en el octoño, como son las aues que se ceuan de fructa, conuiene asaber, vuas, higos, mançanas, tales son las aues llamadas ficedulas, o los tordos. Otras tienen mejor carne en el inuierno, tales son las mierlas los zorzales

zales, los ansarones, gruyas, anadones, auancos, y todas las aues que viuē en agua. En general las aues son vedadas en tiempo del otoño. Como lo dize Plutarcho, porque en este tiempo estan enfermas y y flacas, y en tal tiempo son pollitos, y su carne no esta hecha. Tambien en el tiempo que se ayuntan son de mala carne y flaca, especialmente si fueren aues sylueſtre, y ni mas ni menos quando crian, y estan sobre los hueuos: porque con el cuydado y solicitud de criar los pollos, comen menos, y se enflaquescen. Empero al tiempo que ponen son de buen mantenimiento: porque tienē el vientre lleno de hueuos. En general todas las aues ponen en qualquier tiempo, excepto por el inuierno. Otras aues tienen en vna edad mejores carnes que en otra. Pues los pollos de las palomas son mejores que sus madres, aū que no sean viejas, y ni mas ni menos los pollos de las perdizes, y de las codornizes. Las pollas son mejores que las gallinas. Y los capones nueuos mejores que los viejos. Otras aues tienen mejores carnes en vnos lugares que en otros, como las codornizes, y las tortolas, de mejor car-

carne ſon en los lugares calientes, que en los frios. Los anſarones mejor carne tienen en los lugares aguoſos y lagunas que no en los lugares ſecos. Y muchas aues ſe mudan de vnos lugares a otros, porque vnas aues ſe hallan mejor en lugares caliẽtes, como ſon las codornizes, y otras en lugares frios. Otras tienen mejores carnes por el ceuo mejor, porque todas las aues de pico encoruado, como ſon los cernicalos, milanos, aguilas, buytres mejor carne tienen quãdo comen carne, aunque eſtas ſe deuen ſiẽpre euitar, como de mal nutrimento. Como tambien las aues que ſe ceuan de guſanos, como los ſilgueros, los auiones, y las q̃ ſe ceuan de moſcas, como el ligurino. Empero las q̃ ſe ceuã d̃ grano, y fructas, como ſon las palomas, perdizes ſon mejores. Y las que ſe ceuan en las lagunas de peſcados. Empero conocerſe han de que ſe mantienen en el olor porq̃ las q̃ comen hormigas huelen a ellas, las que comen peſces huelen a ellos, y las que ſe ceuan de cieno huelen a el, anſi de las de mas.

De las gallinas y ſus crias y capones.

CAP. XXVI.

TODOS los mas authores antiguos conuienē, en que los pollos dias gallinas son de mas loable y saludable carne de quantas ay, y ni mas ni menos dela gallina, especial de la que aun no ha empeçado a poner hueuos. Y asi lo dixo Auic. de los pollos o gallos es el mejor el que aun no canta ya, sino que empieça a cantar, y de las gallinas la que aun no ha puesto hueuos. La causa es, porque la carne de las tales aues es templada y de mas leue y facil digestion de quantas aues ay. Engendra loable sangre, conforta el apetito, es conuenible a todas edades y complexiones, como lo dize Isac. Mas dize Auicena enel mismo lugar, que la carne de las pollas aumenta el entendimiento. Y por esso dixo Auerroes que la carne de las gallinas nueuas es la mejor de todas las aues, y tiene admirable propriedad en templar el calor. Y por esso su potaje es muy bueno para los leprosos. Y tiene se por creydo que los

Auic. 2. can. cap. 292.

Isac uniuer. diet. c. 16.

Auer. 5. colliget.

los sesos aumentan la substancia del celebro, y aguzan el ingenio. Empero dize Isac, que la gallina nueua es menos humida que los pollos, y por esso en comparacion de ellos es mas difficil de digestion, pero de mas mantenimiento. Deue se entẽder que no sea gallina vieja, ni muy gorda. De aqui se concluye, que la gallina es mas seca que los pollos, y por esso estriñe el vientre. Lo contrario es de los pollos, porque ablandan y humedescen, son mejores los que nascẽ ante del equinocio de Março que los que nascen en el estio porque estos nunca llegan a perfecion. Empero de los capones dezimos, segun Isac en el mismo lugar, que son mejores que las gallinas y pollos, y de mas loable mantenimiento, porque es templado en todas quatro calidades. Y dixo Isac, las mejores de las aues son las castradas y de los castrados los capones, porque engendran mejor sangre y prouocan a luxuria. Esto dixo dellos Isac, en sus particulares y vniuersales. De las gallinas dize Antonio gazio, que si se capan que son admirable mãtenimiento, y que se capan como capones y dize de autoridad de Galeno, ser esto

dietis porticu.

Gal. de semine lib. 1. ubi dicit, fæmina, excisis testibus mari castrato similis euadit.

verdad. Pero del gallo, dize Isac. Que si es de media edad jouen es mas duro de digerir, y de mas humedad que la gallina, tardo đ penetrar por las venas, y mucho mas si fuere viejo. Y dixo mas el gallo es de mas calor que la gallina, y en su vejez adquiere vna salebrosidad, por esso es soluti uo de vientre, y su carne es incisiua. Y dixo Galeno, que los gallos viejos cozidos mucho con sal, cominos, eneldo, puerros açafran, quitan las flemas, aprouechan ala colica, y al dolor del estomago, a ventosidad gruessa. Pues luego los gallos son difficiles de digestion, porque son priuados de su humedad, y por la salebrosidad que tienen engendran corrupcion. Empero su celebro comido, dizese aprouechar contra la mordedura de la biuora, si se toma con agua enuinagrada, y pimienta, ansi lo dixo Ioan Vrsino.

Is cerebrum quærat quem læsit uipera morsu.
Huic tamen accedat posca uel acre piper.

Ay tambien vn genero de gallinas de la india que llaman pauos en España, porq̃ casi

casi son de su grandeza, y tienen diuersos colores en sus plumas. Tienen las crestas caydas que parescen vn pedaço de carne colorada, que tambien esta dependiente debaxo el guarguero con notable longuitud, y bueluese de mil colores quando se espantan, son tenidos sus pollos crecidos acerca de los cortesanos, por gustosos y tiernos, pero quierẽ estar manidos de tres dias en inuierno. Los viejos son duros de digestiõ, y los nueuos no faciles: porque tienen mucha superfluydad: cuestan mucho su criança.

De los Anadones, y Ansarones.

CAP. XXVII.

EL Anade segun dize Auicena es la aue mas caliente de quentas domesticas ay: empero de tal modo escalienta lo enfriado que trae a calentura. Y abaxo dixo, que su carne se detiene en el estomago, y es pesada, especial la carne del ansaron, pero sus alas son ligeras de digestion, y quando la carne de estas aues se

Can. 2. Trata. 2. cap. 42.

digere da mucho mantenimiento. Lo mismo dixo Serapion, por auctoridad de Galeno. La carne del Anadon caliẽta mucho Y dize tambiẽ que tiene mucha humedad y por esso es graue y pesada. Pero aclara el color, y la boz, y engorda y haze aumẽto en el esperma, engẽdra ventosidades. Y porque es blanda y vntuosa es graue para el estomago, da fuerça al cuerpo. La causa de todo esto es, porque es muy humeda a predominio, y dixo Isac. El Anadõ, Anfaron, y Abestruz, son aues mas humedas que quãtas ay, especial si se crian en casa. Y por esso son duras de digestion. Y mucho mas si se crian en lagunas, y por esso son dañosas al estomago y agrauan, y causan putrefacion, por la mucha y superflua humedad. Empero otra cosa se ha de dezir de sus alas, porque son faciles de digestiõ, por su mucho mouimiento. Y ansi en los Gansos, Anadones, no se deuen comer si no las alas, y el pescuezo, porque toda la otra carne, aunque sea de mucho mantenimiento, es mala. Como lo quiso Auicena Y como lo quiso Rasis los quales dizen, que su carne es semejante a la de la oueja, por su mucha humedad. Y dixo Auicena, que

Serap. cap. debat.

Isac die. uniuer. cap. 16.

Auic. 3. primo cap. 2. 3. 7. Ras. lib. 3. ad almã. c. 9

que los higados de estas aues son buenos y suaues y de buen humor, y que por esso suelen detener el fluxo de camaras del higado: como lo dize Rasis. Suelē enfermar los ganſos dende el estio hasta el otoño, y porende en tal tiempo son muy dañosos. Y dizesse que el caldo del ganso es remedio contra el toxico, y ponçoña. Con las enxundias del ansaron se hazen rellenos muy gustosos, y otros guisados que no son de tanto daño como los que se guisan con otros pringues. Deue se la carne de estas aues assar, y no cozer, y echar la mucha sal porque se consuma su superflua humedad como deziamos, que se deuian de cozer las carnes gordas. Finalmē te las carnes delos anadones, y ansarones, son duras de digestion, y causan fiebres, calenturas, por su mucha superflua humidad. Guarden se de comerlas los holgados, y regalados. Los mejores son los chicos y algo crescidos, son muy malos los viejos queden se para los infieles, que los suelen comer salados, y ansi son melancolicos de mal color, de mala costumbre. Solamente se coman sus alas, y sus higados, y la de mas carne, ya digo, es mala, por

Rasis. 4. aphoris.

que tiene gran humedad, y calor causa calentura, sus enxũdias son vtiles a los nieruos, y quitan las manchas de la cara, y es cosa esperimentada que si el anade se entierra, de su carne se haze escuerço, la causa es porque ansi el escuerço como el anade se engendra de vna misma materia que es de agua lluuia. Vrsino.

Buffones gigno putrida tellure sepultus
Humores pluui forte quod ambo sumus.

Y tiene se por cosa de experiencia que si se pone vn anadon sobre el vientre del que padesce dolor de tripas, o colica passion, que la tal passion se passa en el anadon y luego muere, y que el anadon que se cay del pico del milano o de otra aue de rapiña es muy suaue.

De los pollos de las palomas que se dizen palominos.

CAP. XXVIII.

LAS

LAS palomas, vnas son silue stres otras son domesticas. De las domesticas, vnas son criadas en casa, y otras en las torres. Y de estas hemos de tractar aora, porque las montesesoy luestres han se de dexar para los milanos, la razõ es. Porque fuera que son mas duras que la carne de las caseras, y que delas tortolas, y perdizes, son mas difficiles de digestion, y de mas superfluydad. Empero delos palomos domesticos, como lo dixo Isac, deue se dezir, que aunque en comparacion de las anades sean mas subtiles, y mas faciles de digestion. Empero en si absolutamente son duros y difficiles, por la mucha humedad superflua. Especialmente antes que comiençen a bolar. Porque quando ya buelan, entonces son mas tiernos y mas digestibles, q̃ de ninguna edad, porque empieçan a perder la pesadumbre que tienen, y porende su carne es apta a los que tienen flema, y dañosa a los colericos, y a los calientes y humedos. Lo qual quiso Auiçena, pues dixo, en los pollos de las palomas que no comiençan a bolar, ay calor y humedad superflua. Pero los que ya

Gal. in libr. de attenuit. dieta. c. 8.

Auic. 2. canon. 134.

ya buelan son mas leues y de mejor mantenimiento, deuen se de comer con agraz, y culantro, y agro de limones, y deuen se de dar a los que está euacuados por sangrias y a los que estan frios y flacos de luengas enfermedades, assi lo dize Rasis. Y que la su carne es buena para los riñones, y acrescienta el esperma, y la sangre, como lo dize Auerroes. La carne de los palomos tiene humedad superflua, parescese por su pesadumbre y pereza, como tambien su calor, por su velocidad, y presteza de digerir, y por el mucho calor que se siente al tacto, y por esso no es de marauillar si tienen mucha humedad, y mucho calor inflamatiuo causador de calenturas, y por esso como dixo Isac. Los pollos de los palominos tienen mucho calor fuerte, y porende encienden la sangre, mayormente los monteses, porque estos son mas calidos que humidos, por lo qual facilmente se cõuierten, en colera en los que son colericos. Y porende los antiguos, los dauan con agraz y limones, y escarola, y azederas, achicorias. Empero, porque los pollos domesticos criados en casa, son muy superfluos y pesados, pues en ellos pre-

Rasis. 23. cont. c. 703.

Auer. 5. colli.

predomina la humedad, por esso son peo
res q̃ los de mas. Y fue parecer del Galen. *Gale. lib. de*
los palominos de las torres son mejores *attenu. uict.*
que los que estan en casa, y finalmente to *cap. 8.*
das las animales que se exercitan son me-
jores, que las que no se exercitan, y las que
se ceuan con cosas secas, que las que se ce
uan con humedas, y las que respiran en ay
res delgados y tenues que las que respirã *23. continẽ.*
en los contrarios. Y Rasis. Los pollos pa- *cap. 703.*
lomos, son pesados para el estomago, y de *authoritate*
difficil digestion, y que la carne de las pa *Mesue cap.*
lomas es mas caliente que otra qualquier *stomachi.*
carne de aues con su difficultad de dige-
stion, y con su superabundancia de hume
dad, por lo qual muchas vezes presto en-
gendra esquinancia, y fue causa q̃ vn hõ-
bre llamado Califa muriesse, porq̃ comio *Haliab. 5.*
della assada tres vezes en vn dia. Y Haliab *theo. ca. 23.*
bas affirma que la carne de los palominos
es de mucha humedad, y mala sangre, que
se engendra della es caliente y humeda de
muy presta corrupcion, y que engendra
fiebres de sangre. Y por esso dixo Auice- *Auic. 13. 3.*
na. La carne de los palominos es gruessa, *cap. 33.*
detienese mucho en el estomago, por su
mucha superfluydad. Y por esso los dome
sticos

ſticos ſon reprouados, eſpecial los que ſe criã debaxo de ſoterraños, y por eſſo ſe deuẽ dexar. Si no es preparandolos cõ coſas frias y ſecas, y aſſandolos pa preuenir a ſu ſuperflua humidad. Empero los delas torres, o los monteſes, porq̃ ſon magros, ſe deuen cozer. Y eſto es lo que primero ſe deue hazer en quãto a ſu preparacion. Lo ſegundo que ſe ha de hazer, es que quando ſe matan los cortẽ las cabeças, porque tienen propriedad de cauſar dolor de cabeça, eſto dixerõ Raſis, Auenzoar aſsi. Deues conoſcer que en las cabeças de los palominos ay oculta propriedad de cauſar dolor de cabeça, y porende ſe deuen arrojar ſus cabeças con los peſcueços, y aparejando los palominos, de eſta manera ſe haran manjar excellente declinante vn poco a calor. Y dizen de ellos los Philoſophos, que tienen ſu carne admirable propriedad para el dolor de riñones, y para hazer paſſar la ſangre corrumpida que ſe detiene, y eſtas dos coſas ay en ellos admirablemente. Empero no ſe deuen comer los pequeños ſin pluma, porque ſon muy malos. Eſpecial antes que comiençen a bolar por ſu mucho calor y ſuperflua humedad

Raſis. 4. aph.
Auẽz ther. tract. 9. c. 11 & tract. 7. cap. 18.

dad. Por las quales calidades engendran mal nutrimento, son duros de digestion, corrompen el estomago. Y hazen muchos daños. Como lo dixo Isac. Su estiercol especial si es de palomo brauo quita lamparones ansi beuido hecho poluos como puesto por emplasto, quita tambien la piedra de vexiga y riñones, y la sangre de sus alas aprouecha a las cataras, ansi lo canto en su Prosopopeia Iuan Vrsino.

Isa. diet. uniuersis. c. 16.

Hinc cruor aereis roseus qui ducitur alis,
Miram luminibus conciliabit opem.

Empero deuese aduertir que al palomino campesino llama Aristoteles, Liuio, porque es cardeno en su color y tira a negro, tiene los pies colorados, es menor algo qne el de los palomares y de este no tractamos. Ay otro muy grande y dize se Palumbus, y es el torquaz, porque al parescer tiene vn cuello como oro. El casero se dize. Columbus, y en romance duẽdo. Otro se llama en latin, vinago: porq̃ come orujo de vuas, o se mantiene de vides, y este se tiene por el de los palomares y es loado del Galeno, porque el duendo

es

es pessado y duro, el torquaz es montesino, y por esso es mas duro. Empero comiẽdose en inuierno cozido se tiene por gustoso alimento, y aun el duendo nascido por el estio: porque en tal tiempo se haze mas presto para el buelo, y porende mas facil para la digestion, aunque Aristotiles diga, ser mejores los nascidos en la primauera.

De los Pauones y su mala carne.

CAP. XXVIII.

LOS Pauones, como lo dizen los modernos, son calientes y humedos en segundo grado, engendran melancolia, son de difficil digestion como lo dixo Isac. Los quales aunque sean de mas nutrimento que las anades, son empero peores que todas las otras aues, en dificultad de digestion, y dureza, y pesadumbre. Por lo qual ellos, y las gruyas, son yguales en malicia, no deuẽ de comer sino criados en casa, y si fuere inuierno, han de estar muertos

Isac uniuer. diet. ca. 16.

tos de tres dias, si estio de vn dia antes. Y esto, porque su carne este manida y tierna. Y cierto es cosa necessaria, porque la carne del Pauo es dura y de difficil digestiõ como lo dixeron Galeno, Rasis, y Aliabas: el qual despues que vitupero las carnes de las aues de agua, dixo. La carne de la Gruya es mas dura y mas difficil de digestion que todas estas, y ni mas ni menos la del Pauon. Pues luego deuen se huyr sus carnes, o si se comieré esten primero tres dias muertas y cuelguen las en alto y até a sus pies vnas piedras. Y esto no solo se deue hazer en pauos y gruyas, empero y en todas las ḋmas aues, q̃ fuerẽ durasḋ digestiõ. Y ni mas ni menos, en los animales q̃ drupedes, para q̃ sus carnes ansi estẽ mas manidas, y mas tiernas. Deuẽ luego, lo mas q̃ pudieren, los q̃ quieren viuir sanos, y no ser arrebatados subitos de enfermedades guardar se de sus carnes. Pues dixo Auicena que todas las aues grandes que tienen largo cuello como es el pauon, grullo, y el milano, y el palomino, son en sus carnes duras, y que todo lo que engendran en el cuerpo se haze melancolia. Porende aunque sean los pauos escogidos para las me

Ga. 3. de ali. c. 18 & li. de solutione cõtin. Rasis cõ. 22. cap. 487.

Halia. 5. Theo. c. 23. Gal. 7. meodi.

Auic. ca. 2. cap. 146.

ſas de los illuſtres y grandes, tengan por cierto que ſon de vituperable mantenimiento, y reprouados, y deſpreciados de todos los phiſicos ſabios. Empero ſus pollos quando ya tiene pluma y eſtan creſcidos ſon mejores para comerſe y por el dixo Antiphon que ſus plumas eran hermoſas y no ſu cuerpo. Su eſtiercol ſegun dize Plinio aprouecha para la gota y dize que es de tanto prouecho que el miſmo pauon le come porque no aproueche tanto. Y dize mas que quando buela en alto es ſeñal de pluuia y por eſſo dixo Iuan Viſino en ſu proſopopeia.

Linque uiator inter pennis cum ſcandimus altum.
Tranſibit magno non ſine rore dies.

Fue el Pauo tenido en tanta eſtima que ſe cuenta que Marco Aufidio gloton hizo de ſus pauos en vn año ſeſenta mil nũmos, que ſon a nueſtra cuenta, mil y quinientos coronados de oro, como lo refiere Bruyerino Cãpegio en lo de re cibaria.

De las perdizes y ſus utilidades.
CAP. XXIX.

PVES

Ves ya hemos tratado de las aues domesticas, tiẽpo es que digamos algo de las montefes, empeçando den de las perdizes, pues son vnas aues muy alabadas, no solo de los modernos, empero y de los antiguos, y no sin causa, pues son de vn mantenimiento mediocre entre gruesso y delgado, aunque paresce declinar algo a delgado y subtil. Esto se paresce por Isac en las particulares, a donde puso este orden, las estarnas, pollos de perdizes, de gallinas, son entre las aues de mas subtil substancia, y despues de estas aues la perdiz, el faysan, la gallina. A donde puso a la perdiz por de mas tenue substancia q̃ a la gallina, y en tanto grado que dixo en otra parte. Los pollos de las perdizes son subtiles en tercero grado, y las perdizes en segundo, y Auic. affirmo lo mismo diziendo. La carne del cubugi es de las carnes mas subtiles, porque es liuiana, y estriñe, y engorda, y haze augmẽto en el coito, y Auerroes dixo, de las mas loables carnes de las aues son las de las perdizes, y son semejantes alas de las gallinas del desierto

Isac dictis. uniue. dicti. c. 16.

Auic. can. 2. cap. 186.

Cubugi en Arabigo es perdiz.

ſierto, y eſtriñen aſſadas y cozidas. Y Ra-
Raſis.3. ſis la carne de la perdiz eſtriñe el vientre,
Alm.ca.10. y mantiene mucho. Y dixeron los philo-
ſophos, q̃ el potaje de ſus carnes quita la
putrefacion, y las carnes deſecan la hume-
dad, y declinan a frialdad y ſequedad. Eſ-
pecialmente ſon buenas para la corrupciõ
o putrefacion del eſtogamo, ſi ſe cuezen
con çumo de mançanas dulces. Finalmen
te, ſu carne en comparacion es calida y hu
mida, y en comparacion es fria y ſeca. Por
q̃ ſi el macho de las perdizes ſe cõpara cõ
la hẽbra es caliẽte y humido, ſi ſe cõpara al
cuerpo humano, es frio y ſeco aſsi lo dixe
ron todos los ſabios phiſicos, pues por
razon de ſu ſequedad reſtriñe el vientre,
la qual ſequedad es en las perdizes predo
minante. Y aſsi parece por Iſac, que de las
Iſac ibidem. aues las que fueren ſecas de complexion
no ſe deuen comer, ſino quando fuerẽ cria
das en caſa y engordadas, tales ſon las tor
tolas, y las perdizes, y deuen ſe comer (co-
mo el miſmo lo dixo) cozidas y no aſſa-
das, porque con la agua adonde ſe cuezen
ſe tiempla ſu ſequedad, ſino es que acaſo
los que las comen fueren de cuerpos muy
humedos y lubricos, y relaxados, pues en
tal

tal caſo mejores ſon aſſadas. Y porque como dize Platina, la vida delas perdizes ſe pueden prolongar haſta diez y ſeys años. Deue ſe de conſiderar, que no ſe pongan viejas a las meſas de los ſeñores, ſino de edad florida en juuentud. Porque quanquanto fueren de menor edad, tanto es menor ſu ſequedad. Y por el conſiguiente tanto ſeran mas loables y mejores, y por eſſo ſe deuen eſcoger las mas nueuas, y mas gordas, que ſe llaman perdigones. Platina.

Y aunq̃ no pocos ſabios digã que las perdizes no ſe pueden hazer manſas, y poner ſe gordas, por experiencia eſta comproua do lo contrario, porque claramente ſe ve que toman enxundia y gordura por tiempo del grano, y de la fructa. Haſta de edad de vn año ſon muy buenas, y muy tiernas, dende adelante valen poco. Eſta es vna aue muy luxurioſa, y no la ay en todas partes, porque ni ſe halla en Athenas, ni en Boecia ni en Inglaterra, porque ſe aueriguo, que los embaxadores del rey de Inglaterra, quando eſtauan en Francia, lleuaron en jaulas ciertos perdigones y perdizes a Inglaterra, pero luego murieron, y no ſe pudieron conſeruar. En nueſtra Eſ

paña ay muchas, y mas en Francia, adonde se dize auer cierto genero de perdizes, q̃ ellos llaman Griseas, que no tienen el pico ni pies colorados, y son muy preciadas y de mucha suauidad. Y porende en Francia no son tã preciadas las del pico y pies colorados, y menos preciadas las que son blancas, porque tienen vn gusto desgraciado. Y ay authores que dizen, auer perdizes negras. Las perdizes de Italia son muy pequeñas y tienen vn color roxo tyrante anegro: y dizen que ay tierras adõde sus carnes por ser muy duras no se pueden comer. Theophrasto creyo, que en Paphlagonia tienen las perdizes dos coraçones. Hazense cierta salsa para comerlas, de gran suauidad, con la qual aunque sean muy duras se hazẽ muy gustosas. Toman vna cebolla, y cuezen la en agua y añaden vn poco de sal, y vn poco de agraz, o de vinagre, y echan esta salsa sobre la perdiz assada, o sobre la gallina, o capõ, o pollo, y mueue mucho la gana del comer, y despierta la camara, y esto se halla por cosa cierta. Dizen tambien, que si alguno tiene perdida la memoria que se vnte las sienes con la hiel de la perdiz, y que con ella

cobra

cobrara la memoria.

De las estarnas, y de los Faysanes.

CAP. XXX.

AY vn genero de perdizes, las quales tienen los picos y pies colorados, y vulgarmente las llaman codornizes, como en realidad d̃ verdad no lo sean. Porque las codornizes, como veremos despues, son las que dizen ortegas, o gangas, y en Italia Quale y Quaquile, como es parecer de Simõ Ianuẽse, y del Pãdectario, a los quales se deue dar credito, como a varones de excellente doctrina. Y esto se parece, pues a la codorniz llaman los griegos, ortix, que es ortega. Dize se esto a proposito de que las aues llamadas estarnas no son estas ortegas como algunos lo piensan, y parece se claro. Porque la estarna es templada de muy buen nutrimento. Empero la ortega que tambien se llama qualea, es de las peores carnes que ay. Pero que la Estarna no sea la Ortega que llaman Qualea, paresce por el

Simon Ianuẽse Pandecta.

conciliador, pues dixo. Pero porque despues de la estarna añadio el Almansor la Codorniz, es dubda, si por esta entiende la aue perdiz mayor del mismo color en el pico y pies, que la perdiz comun de de leytoso sabor, la qual en lengua Italica se dize coturnix, o codorniz, y si es ansi deuese recebir su parecer: pero si por codorniz entiendē ortega, o quiscula, yo en este caso no lo acepto, como la ortega sea la mas detestable carne de quātas aues ay. Esto es lo que dixo el Conciliador. De lo qual se sigue, que la aue que cōmunmente se dize codorniz es aun mas loable que la perdiz mayor. Emperola estarna que entendio Campegio, no es sino vna aue del tamaño de vn tordo, o mierla, y es negra, con ciertas manchas blancas, e imita las bozes humanas, y no se halla sino por vēdimias porque su proprio pasto es vuas y higos, y por entonces es buena. Empero para que sea mejor ha se de arrojar la cabeça, no es de tan buen alimento como dizen los authores que arriba citamos, y por esso esta estarna de Campegio no es de la que tratamos y por esso dixo el Padubanense Michael, por la estarna se puede

Cōciliador.

de entender, o vna aue grande como ansaron de color cirenicia. La carne de la qual es loable, especial si fuere de edad de juuẽtud, o es vna manera de perdiz pequeña a cerca de los Tudescos, de la qual parece q̃ entendio Moyses quando dixo. *Similiter starnæ non uidentur pro domino nostro, quia uentrem stringunt.* Y esta especie de perdiz menor es, la q̃ se dize estarna, y no la aue q̃ es como ansaron, ni la que es como mierla. Y por esso dixo Isac. Las carnes defectuosas en su calor. Empero conuenibles en tẽperamento, son las de los pollos de las estarnas, y son de presta digestion y faciles de penetrar por las venas, y muy aparejadas para se conuertir en sangre loable Pero porque muy presto se dissueluen y desmuelen, dan poca fuerça a los miẽbros, y por esso son loables para la sanidad, pero no para confortar, y despues dixo. Que las estarnas o sus pollos son en tercero grado en subtileza de substãcia, y por esso dixo Rasis. La carne de la estarna es la mas leue y ligera de quantas carnes se hallan, y mas conuenible para los que en su regimiento vsan de manjares delicados. Despues de esta. Es la carne de la codorniz, que

Isac uuiuer: diet. ca.16.

Ras. li.b.3. ad Almans. cap.10.

que es la perdiz mayor, y esta es segunda en bondad, porque engendra mejor sangre que sus pollos, no tiene sino poca superfluydad, y no es juzgada por muy calida. Empero la carne d̃ la perdiz de la qual tractamos en el capitulo precedente, es de mas gruesso mantenimiento, q̃ la estarna, ni la codorniz, y estriñe el vientre, y da mas nutrimento. Esto dixo Rasis. Empero los fayfanes tienen carne tẽplada, y que mucho mantiene, y que mucho conuiene a los conualescientes, y flacos, y adelgazados, y es media entre la carne del capon, y y la perdiz, como lo dixo Platina. De las quales no hallo entre los antiguos quien hable, sino el Conciliador, que dize. De las aues montesinas, las mejores son los Fayfanes para sanidad y fuerça, y por ventura mas que los Fayfanes domesticos, porque son muy semejantes a las gallinas: y casi de su misma especie. Lo qual parece ser tomado del Rasis, pues dixo. El Fayfan es vn manjar muy conuenible, loable, subtil, semejãte y propinquo a los pollos, conforta a los eticos, y tiene propriedad de esforçar las virtudes de los miẽbros, y prepar a los humores corrup-

Platina.
Concilia.
Concilia.
Ra. 4. aph.

ruptos del estomago. Finalmente no se puede dar otro mantenimiento mejor a los enfermos. Empero cō todo esso no excede ala carne de las gallinas, y capones, porque si vuiesse tanta cantidad de fayſanes como de gallinas en menos serian tenidos: empero hallanse muy raras vezes, y mas en Italia que en otras partes. Y por esso son tan preciados. Estas aues son terrestres, quiero dezir que alçan poco buelo, y andan casi siempre por tierra, y por esso crian pocos, tienen dos corneçuelos como orejas, de pluma: las quales alçan y abaxan.

De las Codornizes, y Tortolas, y de la manera que se deuen preparar sus carnes.

CAP. XXXI.

A Codorniz, que ansi se llama, es vna pequeña aue, respecto de la perdiz, y el Fayſan. La qual es llamada de algunos Ortega, de otros Quaquila, como fue parecer de Simon Ialuense, su complexiō es

es calida en fin del primer grado, y en principio del segũdo, es de mucha humedad, y por esso se corrompe presto. Y porende es vn manjar no conuenible a templados, ni destemplados, es de difficil digestion, y prepara los cuerpos a calenturas, y fiebres, y acrecientalas. Y dixo Platina que sus carnes son de ruyn sabor, y de mal mantenimiento, y por esso dixo el Cõciliador. La Quiscula, q̃ es la Codorniz, es la peor de todas las carnes, entre las aues. Y por esso dixo Auic. q̃ la carne de la Codorniz engẽdra cierto genero de pasmo, que no son tetanos, y no porq̃ come el Elleboro, o Vedegambre, sino porq̃ de su substancia es mala: y Rasis. Yo vi que de la comida de codornizes se espasmo cierta persona, y la causa es porque la codorniz come vedegambre porende solamente se comera la que no come tan mala yerua: en fin la codorniz se deue comer raras vezes porque causa el pasmo y epilepsia, y por esso dixo Isac que por ser de tan ruin nutrimẽto, ni cõuiene a sanos ni a enfermos. Y dize Galeno, que muchos en Tessalia zeurieron de espasmo por comer codornims, y por esta razon fueron vedadas a los Ro-

Concilia.

Auic. 2. cã.

Romanos. Porque segun dize Plinio, sola esta aue y el hombre padescen gota coral. Engorda la codorniz en el estio con el grano, porende en tal tiempo esta mas crescida, caçã se muchos mas machos que hembras, porque como sean muy mas luxuriosos, al son del reclamo se caçan en mucha cantidad engañados con el sonido de la hembra. Las tortolas son calidas y secas en segundo grado, pero con todo esso tienen cierta humedad superflua, las que dellas fueren nueuas y gordas son de buẽ nutrimento. Pero las viejas que son las q̃ passan de vn año son de difficil digestion y de mantenimiento melancholico. En fin de parescer de Galeno e Isac, su carne es media entre la gruessa y subtil y para que se reduzgan en esta mediana deuẽ por lo menos estar muertas de vn dia, porque de este modo seran de facil digestion y de buen nutrimento. Y dixo Auicena, que tienen segundo lugar despues de los palominos, y que tienen virtud de acrescentar la sangre en los flacos. Y dixo Aristoteles q̃ son postrera especie de palominos y nunca parescen sino en estio. Y dixo Rasis, que esfuerçan la virtud retẽtiua, y que declina

Ibidem.

Dietis partic.

14.3.ca.21.

4. Afforis.

declinan vn poco a calor mas que las gallinas monteses, y que tienen admirable propriedad de aguzar el ingenio. Lo mismo dixeron Auerroes y Auic. quando tractan del Duragi, que es la tortola. Y por esso dixo Auice. Caro Duragi in celebro et intellectu augmentum facit. Aunque Simon Ianuense dize, que el Auicena por Duragi entendio el fay san, empero porq̃ esta aue es seca apredominio cõuerna que ante que se coma se crie en casa por algunos dias porque con la humedad del ocio y del ceuo se templara su sequedad, y que la tortola gorda se asse y la magra se cueza, porque con las brasas se secara y enmagrescera mas, y la que se vuiere de assar comase a medio assar con su sangre, porque ansi dara mucho nutrimento alomenos en los robustos y exercitados, engorda esta aue con mijo y trigo, y deleytase mucho en correr, como lo dize Ciceron.

Del Auestruz, y Gruya, y de otras aues aguaticas de carnes duras, y como se hau de preparar.

CAP. XXXII.

LA

LA carne del Aueſtruz, como dize Raſis, ſe juzga por la mas grueſſa de todas las aues y peor, y que mas fatiga el eſtomago. Empero el Galeno dize, que ſus alas no ſon de mal nutrimento, la carne de lo de mas de ſu cuerpo es de mucha ſuperfluydad dura de digeſtion aunque ella digiere el hierro, y dize Atheneo, que vſauã de ſus carnes para combites, los reyes de Perſia, es la mayor de las aues. La carne de la Gruya es fria y ſeca, dura de digeſtiõ en gẽdra mala ſangre, de q̃lquier manera q̃ ſe prepare, agora aſſada, agora cozida, en gẽdra melãcolia, y tiene mas de ſuperfluydad y excremẽto, que de alimento, como lo dixo Platina, y Raſis en otra parte. La carne de la Gruya es muy lacertoſa y neruioſa, y hebroſa, y por eſſo no deue comerſe ſino deſpues de muerta muchos dias y deſpues de aparejada de la manera que diximos de los pauones. Y dizen algunos que ſu hiel es muy marauilloſa para la perleſia, ſi ſe vnta el miembro perlatico con ella, anſi lo affirmo Iuan Vrſino en ſu proſopopeya diziendo de la Gruya.

Raſis. 3 ad alman. c. 10

Ibidẽ li. 23. conti. 70. 3

Felle

Felle tamen paresum sæpe leuare queo.

Come se mejor en inuierno que en otro tiempo, y si se cuelga de vna higuera haze se muy tierna, o si atan a los pies vn canto, sus carnes fiambres de muchos dias se guardã y no son malas. Pero la carne d̃ las cigueñas y cisnes, y otras aues desta manera, las quales se dizen en Griego amphibie, porque viuen en tierra y en agua, aunque lo mas en agua, deuese dezir con Ilac, que no son yguales en bondad cõ las aues que siempre viuen en lugares terrestres. Lo qual quiso el mismo tambien en otra parte. Todas las aues que viuen en lagunas son neruiosas, gruessas, duras de digestion aunque si se digieren dan mucho nutrimẽto y son rezias para dissoluer, o desmoler en los miembros. Por lo qual emos de machinar algunos ingenios para los ablandar, y no se deuen comer de mas que vn año. Destas dixo Auicena, que todas engendran melancholia, y que aunque erã accidentalmente de mucha humedad porque viuen en las lagunas, empero que substancialmente son secas, y por esso la carne de las aues grandes hazen venir quartanas.

Auic. 2. cã. cap. 146.

Desta

Destas y de la carne de los Sisones dize Almansor. Que quãto mas perticipan de color rubicũdo y negro, tanto mas son cercanas a engendrar melancolia. Pero q̃ de las que dellas tienen mal olor engendran peor sangre, y por esso no se deuen comer. El sison piensa ser el llamado en latin Eritacus, y Phenicurus, aunque Plinio dize, q̃ el Phenicuro no se halla sino por estio, y por esso se piensa ser el viccon, es de peor carne, y no se come, llamase ansi porque es verde escuro, tan poco se halla sino en estio y vase por octoño. Tambien la cerceta, o fúlica es aquatica, y no es mala en los mañjares dende las alas arriba. Empero abaxo es mala, mantienesse de espuma de la agua y ay la caçan. Y dixo mas el Almãsor. Que todas las aues que viuen en lagunas, o en rios, engendran mucha copia de superfluydades, y si tienẽ mal olor, se juzgan por mucho peores. Tales se crian en abundancia en todas las partes donde ay mares, y lagunas, y aguas. Pero si algunolas quisiere comer, deuelas de comer de edad florida que no passen de vn año, y deuen estar muertas mas de tres dias, porque sus carnes se tornen mas tiernas y manidas.

Almanz.3.c.10

Ansi lo quisieron, Rasis, Auẽzoar, el qual puso exemplo de las tortolas, anades, gruyas, las quales se deuen primero de manir en el inuierno doze horas, en el estio siete. Empero si fueren aues de agua, deuense manir mas de tres dias, porque su cane se reblandezca, y enternezca. Pues como dixo el mismo, la tal preparacion de estar muertas por espacio de tiempo trae estas vtilidades. Que si fueren de suyo secas, y duras, se paran tiernas, si fueren blandas y muelles, se tornan duras, y si estan crudas en alguna manera se maduran, y desta suerte se dixieren con facilidad. Y por esso es manifiesto, que no nos deuemos de mantener de carne dura y seca, criada en lagunas, si no fuere que primero este manidados, o tres dias, lo qual es parecer de Galeno, el qual dixo, conuiene suspender, por lo menos vn dia, y despues comer las carnes, no solamente de la tortola, empero y de la perdiz, y de todas las otras aues que tienen sequedad moderada. Desto se concluye, que si las perdizes, y tortolas, que son de poca sequedad, se han de manir despues de muertas por lo menos vn dia, q̃ las aues de agua, las quales son mas duras

Auenzoar. Tersir. ca. 1

Gale. bil. de atten. uictu. cad 8.

y gruessas, se deuen manir mas, porque se puedan digerir. Especialmente se deuen mucho mas manir las abutardas, si ay quiẽ las coma, porque son de muy mal mantenimiento y asquoroso, como qualquiera genero de garças, aunque la garça de color ceniziento es mas suaue, la blanca es insuaue y dura, es a manera del onocrotulo, porque recoge en su viẽtre todo genero de pescado, y culebras, y aues, y despues lo buelue a rumear a la boca, como buey porende ellas, y todo genero de garça aquaticas, se deue huyr, como hemos dicho.

Del francolim, gallina campesina y de la Rostrula, y zorzal.

CAP. XXXIII.

EL Francolimes vn aue llamada en latin Atagem: es poco mayor que la perdiz, tiene las alas cortas, y el lomo de diuersos colores, su color por la mayor parte es de barro cozido de los altahares, aunque mas ruffo. Es aue terrestre, de ley tase entre

el poluo, es pesada: y porende se caça con podencos, como la perdiz, y gallina sylue tre y cogujada, su carne es de buen alimen to, facil de se digerir en el estomago. Ay cierta Aue llamada en latin Gallinago, cõ munmente se piensa ser, la gallina campe sina. Es tan grande como vna gallina de las nuestras tiene el mismo color que el francolim, y el pico largo, y porende algu nos la llaman, Rostrula, aunque como des pues veremos, es differente. Corre con mucha ligereza y ama la compañia del hombre, haze su nido en la tierra, y toma se entre los huertos, ay abũdancia de esta aue en muchas partes de Francia, es teni da entre Cortesanos por de muy buen ali mento, en tanto, que la anteponẽ a la per diz. Su carne es blanca y tierna, y de sua ue sabor y por esso es facil de digestion, y engendra buen humor esta aue es ya que se dize vulgarmẽte gallina ciega, porque es de vista escura: empero, como lo dize el Poeta Nemesio, lo que le falta de vista suple con el facto, porque saca los gusanos y lombrizes, de baxo de tierra, ni es la Ro strula, porque esta es mas sylueſtre, y no se halla sino en los montes, algunos la lla-

man

man perdiz rustica, porque tiene color de perdiz, aunque en lo de mas no tiene cosa de perdiz, esta aue no se halla en verano, ni en estio, sino al fin del octoño, y en el inuierno. Quando se come, asasse juntamente con todas sus tripas, y entrañas, y su estiercol, y dizen que, assi es muy gustosa y buena carne. Empero como, aun arrojadas las tripas, y el estiercol, sea de dura digestion (porque es vna carne negra y dura) no se como podra ser buena comida con todas sus superfluydades. Porq̃ Marcial poeta dixo, que entre las aues tenia el principado el zorzal, que el llama Turdus. Y Horacio tambiẽ paresce auer sentido lo mismo. Quiero dezir aqui algo de su nutrimento, fue en otros tiempos tenido en tanto precio, que no se pudo hallar en toda Roma sino en casa d̃ vn cauallero llamado Lucullo, para el gran Pompeyo, y por esso no lo quiso comer, aunque los medicos se lo auian mãdado. Fue vendido en muccho precio porque se dize, auer se vendido, vn par por doze nũmos, q̃ son diez sueldos turonicos. Tiene esta aue en todo el vientre ciertas pintas coloradas y blancas, paresceen en estio

y en tiempo de guindas. Dize el Galeno, ser su carne mas difficil de digestion que la del francolim, y de las perdizes, y fayſanes, pero que ſi ſe digere haze buen mãtenimiẽto, es de grandeza de la Mierla, y la ficedula, aunque ay otra eſpecie de zorzal menor. Haze ſus nidos como las golõdrians con barro en los arboles.

De las carnes de los Zorzales, Mirlas, Gorriones, y de otras aues menudas.

CAP. XXXIIII.

QVERER contar por eſtenſo las naturalezas de todas las aues pequeñitas, y medianas, ſeria empeçar vn largo camino, para no acabar. Por lo qual baſtara tractar de algunas aues pequeñas que communmente ſe veen. Hablando dellas, lo que algunos de los antiguos y modernos dixeron. Pues luego ateniendonos al que deſtas menudencias pareſce q̃ mas largamente hablo, que fue Iſac, diremos conforme a el. *Ficedularum carduallium reliquarũ*

quarumque auium minutarum caro, si pingues sint et iuuenes mo to non nidi ficent, boni alimenti est, absit tamen a patinis nostris passer, qui obnimiam calidita tem mde olet difficulter coquitur, libidinem excitat. &c. Dize assi. La carne de los tordos y siegueros, y otras aues menudas si son gordas, y de buena edad florida, cõ tal que no empiecen a anidar, es de buen nutrimento: empero no este en nuestros platos el pajaro, que se dize gorrion, porque por su mucho calor mantiene mal, digierese con difficultad, y irrita a luxuria. Y algunos Phisicos quisieron, que de las aues mõtesinas tomadas con lazos, o redes, sean mejores, especial las mirlas y zorzales, y que las que dellas fueren mas gordas son mejores, y que las aues menudas declinan a calor y sequedad, y mas a sequedad, y porende sea de poca edad, y fue parescer del Galeno. Que las perdizes, y todos los paxaricos montesinos, son las mejores carnes de las aues, y luego las gallinas, y fayssanes. El qual dicho segũ el Conciliador, se deue entender desta manera. Que alli Galeno entendio por los paxaricos montesses, no los pajaros verdaderos q̃ llaman gorriones, porque estos son calientes y se

Gal. 6. Met. cap. 2

cos hasta la tercera orden, a los quales no solamẽte los modernos, pero los antiguos vituperan pues Haliabas 5. theor. capitulo. 22. Y Isac dixeron, que los paxaros domesticos q̃ son los gorriones, son muy malos, y engendran sangre caliente y seca, y muy mala, y son estreñidos, y encienden la sangre, y son como los palominos montesses, que son de la misma calidad, y corrompen el estomago, conuiertense en colera, y en humos mordaces. Y Auicena dixo, que los tales paxaros son calidissimos, y mueuen a luxuria, por lo qual no viuen mas que vn año. Pues como lo dize Auerroes. La luxuria, y coyto frequente debilita el cuerpo y desminuye y abreuia la vida. Y Aristoteles dixo, q̃ los animales que mucho se exercitan en la luxuria son de mas breue vida, y trae por exemplo a los paxaros que llamamos Gorriones, los quales porque mucho vsan el coyto, no passan de vn año, parece se, porq̃ muy pocos dellos tienen negra la garganta, lo qual es señal que son viejos, pues luego todos se deuen de guardar de comerlos, porque fuera de que son duros de digistion calientã la sangre: y segũ algunos, causan apo-

Haliab. 5. theor. c. 23.

Auic. 2. can. cap. 146

Auerroes super cõ. 156. canticorum Auic.

apoplexia. Empero Galeno dize, que por el otoño adquieren con las vuas y el grano buena carne, y que entonces son de buen alimento tan bueno como el de las mierlas no obstante esto, se halla por experiencia ser malos, y que saben a ratones. Y dizen algunos, que su carne quemada y beuida con agua quita la itericia, y que su estiercol puesto encima del rostro, quita sus manchas, como lo dixo Ioan Vrsino en su prosopopeya.

Stercus item purgat charos lentigine uultus.
Quamuis ictericos sanct & usta caro.

Tambiē la picaça, el graro, q̄ se dize Monedula, porque hurta con su pico oro y plata, y qualquier moneda, y el cernicalo, q̄ dizen, Tinuncalus, y las golondrinas, auiones, vencejos, todas son detestables y malos su mantenimiento, porque comē carnes mortezinas, y cieno y gusanos. Los pollos de algunas de estas aues suelen ser algo gustosos en las mesas de los labradores, especialmente los de la vrraca o picaça. Empero no es razon se dexe de deziralgo del caclillo: del qual dixo Arist.

que tenia delicada carne, y muy ſuaue: es ſemejante en los pies y cabeça al palomino. Aparece a la primauera, y en allegando los dias caniculares, luego ſe eſconde pone ſus hueuos en los nidos agenos eſpecialmente en los nidos de las palomas, y cogujadas. El cuclillo pollo ſe como el ceuo de los otros pollos, hijos del palomo o cogujada, y anſi ſe pone mas gordo que ninguno, y como la aue que cria le ve mas hermoſo que a ſus hijos, luego ſe va a ceuarle primero, y ſe marauilla como aya parido hijo tan hermoſo, y tiene en poco a los ſuyos, comparandolos con el, y conſiente que los conſuma delante de ſi, haſta que ya tomando buelo arrebata tambien ala madre. Ninguna aue ſe compara cõ el en ſuauidad de carne de tal ſuerte, que la carne de las otras aues en comparaciõ parezca de mal mantenimiẽto. Y no ay quiẽ affirme que vio los pollos del cuclillo. Tambien las cogujadas tienẽ en los manjares no pequeño primado, porque vna eſpecie de cogujada que no tiene cucuruchito en la cabeça, y anda en mañadas cõ otras de ſu genero, es de buen alimento, y muy guſtoſo, ſi eſta gorda. Es manjar de in

uier-

uierno, comense estas aues assadas y cozidas, assanse bien lardando las con manteca, o tozino, cuezense con pimienta, clauos, y comense con cierta salsa de canela, que llaman hipocras, es carne de facil digestion, y grata al estomago. Ay en Francia mucha abundancia de estas aues especial en Paris. La otra especie de cogujada que en latin se dize galerita, y tiene vn cucuruchito sobre la cabeça, no es buena para comer, es como carne de gorriõ. Empero aprouecha mucho su carne pa quiẽ tiene passion colica: aplaca mucho el dolor de las tripas, y dizen, que si toman el coraçon de la cogujada, y le traen al cuello metido en oro, o plata preserua de aquesta passion, y ni mas ni menos sus polvos beuidos con vino, y que es cosa experimentada. Esto basta de las aues pequeñas y grandes.

De las partes de los animales exteriores, e interiores.

CAP. XXXV.

En

N vniuersal las partes de los animales se consideran de quatro maneras, o son partes interiores, o exteriores, o son partes postreras, o delanteras, o son partes de la mano derecha, o de la yzquierda, o son partes remotas del coraçon, o vezinas a el. Pues luego a lo primero digamos con Isac que las partes del animal exteriores q̃ son las de afuera en mitad del cuerpo son mejores y mas loables que las interiores. Porque como las exteriores esten mas cercanas a los poros, por los quales sale el sudor y el humo y vapor del cuerpo, mas ligeras se paran, y mas se aliuian, y se hazen mas sabrosas, y mas faciles de digestion, al contrario es de las partes internas. Y luego dize, que por dos razones se hazen mas tiernas y digestibles. La vna por la mucha disolucion de su substancia, que se haze por los poros q̃ estan en ellas. La otra por la confricacion de los huessos que estan junto a ellas. Las partes internas son malas por las contrarias causas, y porque está remotas del cuerpo, adonde estan los poros, por lo qual no

Isac. dietis uniuer. c. 15

se

se pueden purgar y ventilar, de donde se hazen gordas y gruessas, y muy sebosas graues para el estoma, y difficiles de digerir, y porque estan cercanas a las superfluydades de los miembros de adentro, y alas hezes de los intestiuos y tripas, por donde adquieren vna humedad de graue olor y putrefactiua, la qual es causa que se engendre mal mantenimiento. Empero comparando las partes postreras con las delanteras, se ha de dezir, que por tres razones son mejores las delanteras. La primera, porque se mantienen de sangre mas pura y limpia mundificada con el mouimiento del coraçon, y por esso el pecho, y sus partes son de mejor mantenimiento. La segunda es, porque el pecho es ventilado, y mouido siempre con la boz, y respiracion, por lo qual su carne se haze mas lisa, y facil de digestion. La tercera es porq̃ el coraçon esta en el pecho, el qual es la fuente del calor vital, y porende el pecho y sus partes cercanas se hazẽ mas digestibles y mas sabrosas. Y este parescer fue de Rasis, pues dixo. Las partes anteriores, del animal son calidas y mas ligeras, y las posteras son mas frias y mas pesadas. Em Rasis ad Almans. 3. c. 11

pe

pero cōparādo las de tes dieſtras cō las ſi nieſtras, o yzquierdas, ſe deue tener, q̄ las carnes dela parte dieſtra ſon mejores q̄ las de la parte ſinieſtra. La cauſa es porq̄ eſtā mas cercanas a la hiel, y al higado, q̄ es el principio de la virtud natural, y porende ſon mas ligeras y mas faciles de digeſtiō. Empero las carnes dela parte ſinieſtra ſon mas frias y peſadas, porque eſtan mas remotas del higado adonde eſta el calor natural, y porque eſtan mas cercanas albaço que es melancolico y frio, y anſi lo ſintio Auicena. Pues dixo, *& dextra melior eſt, & leuior ſiniſtra.* Empero, ſi ſe cōparan las partes que eſtan arriba junto al coraçon, con las partes de abaxo, que eſtan remotas ſe deue dezir. Que las partes de arriba por eſtar junto a la fuente del calor vital que eſta en el coraçon, y al natural que eſta en el higado ſon mejores, mas leues mas faciles de digeſtion, de mejor ſabor y nutrimento Porq̄ ſe mantienen de ſangre mas pura y menos ſuperflua. Empero los miēbros de abaxo que eſtan junto a la cola por las contrarias razones ſon mas duros mas indigeſtos, menos ſabroſos, por eſtar a lexos del calor natural, y mas cercanos

Auic. 2. canon. c. 146.

a las

a las vias de la camara y vrin, por lo qual se mantienen de sangre mas superflua y gruessa. Porende quanto mas cercanas estuuieren a la cola tanto seran peores, quanto mas arriba mejores.

De los miembros carnosos.

CAP. XXXVI.

ENgañanse los que comprando carne escogen la de mas pulpa y carnosa, dexando la carne cercana a las junturas y huessos. Porque aunque es verdad, que la carne de mucha pulpa con poco huesso o sin el, es vntuosa y mas sabrosa, caliente y humida, es empero menos de loar ꝗ de otra ninguna parte, aunque la comparemos con la que tiene gordura, y pringue, lo qual se prueua por authoridad, y razon. Porque la carne de mas pulpa es la del anca, y la de cerca del riñon, y esta es de menos vtilidad, como lo dixo Auicena, ansi, Las carnes de los hijares y ancas, son peores, que las carnes gruessas, y de

Carne, en q.te ꝗ. del anim.l sea mejor.

Auic. 2. canon. c. 14. 6.

de dificil digeſtion, y no de buen nutrimẽto. La cauſa es, porque las ancas eſtã muy llenas de humedades ſuperſluas, y eſtan mas quietas y ocioſas. Y por eſſo dixo Iſac Las carnes que ſe mueuen y exercitan tienen menos humidad, y ſon mas digeſtibles y guſtoſas. Las que no ſe mueuen y eſtan quietas, ſon peores por la raçon contraria. Y anſi ſon alabadas las carnes de los muſculos, o murezillos, y como ſon las piernas muſlos, porque eſtas carnes ſon humidas entre las duras, y blandas, y ſon templadas en quatro calidades mas que los otros miembros, y mas faciles de digeſtion, y mas preſtas a penetrar, y mas loables para confortar. Y por eſſo dixo Iſac. Las carnes de los murezillos, o muſculos, en eſpecial ſus extremidades, ſon mas loables que los de mas miembros por el mucho y continuo mouimiento. Pues luego quede por concluſion, que aquellas carnes ſe eſcoxan ſobre todas, q̃ ſon de miembros mouibles, templadas entre las grueſſas, y las magras de las partes delanteras, y de hazia la derecha, y no remotas, del coraçon.

Iſac diet. pt.

Iſac. uniue. cap. 16.

de

De las partes de las aues.

CAP. XXXVII.

COMO dize Haliabbas en su Theorica. De todos los miembros de las aues, las alas son las que mas facilmente se digeren, y menos mantienen. Y entre todas las alas especialmẽte son mas loables las delas aues ceuadas y engordadas, y de las aues pequeñas, y ni mas ni menos los cuellos. Y ansi dixo Isac, que los miembros mouibles, siempre son mas tiernos, y mas sabrosos, y mas prestos para la digestion. Como son las alas de las aues, primero de las gallinas, despues de los ansarones, porque con su continuo y mucho mouimiento se expele la superfluydad de los humores. Por lo qual son mas sabrosas y mas digestibles, en especial las de las aues crecidas que ya buelan, son mejores, que de las chicas que estan en los nidos, por su fuerte mouimiento. Ni mas ni menos, los cuellos de las aues son de loables

5. The. c. 23

Isac. de uniuer. ca. 16.

carnes por su mucho mouimiento, como esta ya dicho, y los cuellos de las aues. De este parecer fue Auicena, y Galeno dize.

Auic. 2. cõ. cap. 146. ¶ Gal. 3. de alimẽ. & li. de Euch. & cacho. cap. 4.

Optimæ igitur gallinarum & anserum alæ, sed aliæ anserum partes duræ sunt cocu difficiles & excrementiciæ, præter alas. Y de las partes de las aues no hallo mas que dezir, sino que como diximos en los animales, las partes q̃ dellas fueren exteriores, delanteras, de la parte derecha cercanas al coraçõ, son las mejores, las de mas peores.

De la naturaleza del celebro que llaman sessos, y de sus partes, y como se deua aparejar para comer.

CAP. XXXVII.

COMO lo dixo el Conciliador. El celebro no es otra cosa, sino vna manera de tuetano, o medulla de la cabeça differenciada con quatro ventriculos, cubierta de dos telas llamadas dura, y pia mater, principal authora de sentido, y mouimiento, cuya complexion es fria y humida, y mas humida que fria. Porende es de mantenimiento superfluo,

Diff. 243.

fluo, y viscoso, y daño so, resistiente a la digestion, y que haze ascos, y da fastidio en el estomago, y porende destruye el appetito, y de presto se conuierte en putrefacion, especial si se come en fin de la comida. Y por esso dixo Galeno. Los q̃ quisieren vomitar coman celebro, que son los sesos cõ azeyte en fin de la comida. Y ansi lo quiso Auicena, diziendo. El celebro es frio y humedo, de gruesso succo, q̃ engẽdra flema gruessa, y viscosa, y que quita el appetito. Pues luego, como el celebro sea tan humido, y tan viscoso, o no se comera o si se comiere sera preparado, y con estas condiciones. Que no sea de animal humido de suyo, ni por otra causa accidental, como es de puerco, de cordero, de oueja. Si no que sea de animales secos, como son los celebros de todas las aues que buelan. Porque como dize Isac, sus celebros no son de tanta humedad, y sequedad, como los de los animales terrestres. En especial son los mejores de las Starnas, o perdizes, y los de las gallinas y gallos. Y esto fue el parecer de Auicena, pues dixo. Mejor es son los celebros de las aues, especial de las montesinas que los celebros de to

Auic. 2. cap. cap. 103.

Auic. 2. cap. cap. 103.

dos los animales terrestres, y de los celebros de los animales terrestres, o de quatro pies son los mejores. Primero del carnero, despues del cabrito, y despues del ternero. Lo mismo dixo Galen. Pues luego deuense escoger sobre todos los sesos o celebros de las aues, antes que de los animales quadrupedes. La otra condicion sera, que si se comieren, empiece la comida en ellos, y que primero esten adereçados o guisados, con poco vinagre y pimienta, agengibre, y erua buena, o menta, como lo dixo Isac, en las particulares, y como lo quiso Galeno. *Omne cerebrum cibus est pituitosior crassi succi tarde permeans, sit præparatum cum in seissuis & calefacientibus. &c.* Los sesos de liebres aprouechã para el tẽblor del cuerpo. Los del conejo dañan ala memoria, como lo trae Campegio.

Gal. 3. de al mẽ. ca. 20.

Gal. 3. de alimen. cap. 7.

Del mantenimiento del coraçon.

CAP. XXXVIII.

AVnque el coraçon es el mas nobilissimo miembro del animal fuente, y origẽ del calor natural, y de la virtud vital. Empe-

Empero despues del animal muerto se cõ
puta por via de alimento entre las mas vi
les partes del cuerpo, pues dixo el Conci
liador. Que el coraçon del animal muerto Diff. 24
era frio y seco, contraria complexion, de la
que tenia quando era viuo, alomenos en
quanto a la frialdad. Pues como dixo Ga
leno. Es el principio del calor: y porende
es mas caliente que todos los miembros. 5. De locis affect.
Pues luego: como por via de alimẽto sea
frio, y seco de substancia, y contestura fuer
te, y fibrosa, es duro de digestion, tardo de
penetracion, y que engendra melancho-
lia. Empero si se empieça a digerir da mu-
cho nutrimento, aunque no bueno, ni loa
ble: el qual fue parescer del Galeno. Em-
pero, para que no haga daño deuese co-
mer con cominos, axedrea, y pimiẽta. Co 3. De alim. cap. 12.
mo lo quiso Aliabbas en su Theorica, Y
tambien q̃ sea de animal jouen y no viejo.

De los pulmones, tripas, quajar, uientre, matriz.

CAP. XXXIX.

OS pulmones fuerõ criados para dar ayre al coraçon, porque no se ahogue con el demasiada calor. Sõ frios, y humidos. Acerca de su nutrimento y digestion, ay entre los Physicos difficultad, porque vnos dizen que son de difficil digestion, y poco nutrimẽto, otros que son de facil digestion. Isac dixo. Que eran de facil digestion, y que se detenian poco en el estomago por su ligereza y raridad de sustancia, y porende engendran vn succo conueniente al humor flematico. Y tambien Auicena. Dixo, que su digestion es facil, pero que tienen virtud de restriñir el vientre. Empero Rasis *dixo, pulmo tarde digeritur & parũ nutrit & est frigidus*. Quiere dezir. El pulmon tarde se digere, y poco mãtiene, y es frio. Para concordancia de lo qual se deue considerar. Que quando se dize, los pulmones son difficiles, o faciles de digestion, o esto se dize absolutamente, o respectiue y en comparacion. Si absolutamente, son duros y difficiles de digestion, como lo dixo Rasis. La razon, como lo dixo Paulo Aegineta, porque aunq̃

Isac. in dict. partis.

Auic. 2. cã. c. 573. 3. ad Almans.

aunque de su substancia por ser rara y lige ra, auian de ser de facil digestion, empero porque siempre por su leuedad nadan sobre el estomago, de suerte que el estoma go no los puede abraçar, por esso son de tarda y difficil digestion. Pero respectiue y en comparacion del higado, y baço, son faciles de digestion, y assi se han de enten der Isac, y Auicena. Del qual parecer fue Galeno. El pulmon es de mas facil dige stion que el higado, y baço, y tanto es de mas facil digestion que ellos, quanto es mas raro. Y por esso dixo Rasis, el pulmõ es de mas facil digestion, que el higado y el baço. Por lo qual los menores pulmo nes o liuianos deuen ser de animales nue uos y no viejos, y que sean semejantes a nuestra complexion en su templança, co mo seran los pulmones de los cabritos, terneros puercos, porque estos son mejo res en los de quatro pies. Los de las aues son inutiles porq̃ son como espina, y cue ro delgado. Y aueriguase, que si el higa do, o baço, o pulmon de qualquiera res muerta se pusieren a enxugar y desecar cõ las aruejas (como se ha visto en algunas

Gal. 3 de ali ment. ca. 11. 22. Contin. cap. 344;

partes) que el que lo comiere sin dubda peligrara.

De las intestinos, tripas, quajar, uientre, en quanto alimento.

CAP. XL.

Rasi. 3 cō cap. 671. Gal. libr. de Euchi.

O dixo Rasis el vientre, los intestinos, q̄ llamā tripas. La matriz de los animales quadrupedes, son mas firmes y mas solidas q̄ la carne, y por esto son dificiles de digestion. Y aunque se digieran perfectamente, se engēdra dellos vna sangre no pura y sin bōdad, mas antes se engēdra vn humor de vehemēte frio, el qual para se auer de alterar, requiere luengo tiempo. Empero los vientres, o quajares de los animales de leche (quando se crian) son loables por su humidad y facil digestion. Lo mismo dixo Galeno. *Partes sunt ad coquendum difficiles intestina, uenter, uterus.* Empero los viētres de las aues son mas loables en respecto de los animales pedestres, porque aunque sean dificiles de digestiō, dan mucho y loable nutri

libro, de bono & malo succo.

mento

mento, como lo dixo Isac en las particulares. Adonde tãbien dixo. Que de las aues es mejor el vientre del ansaron, y mas loable por la copia de su humidad, y despues el vientre del pollo. Y tambien Auicena pues dixo. Los vientres de las aues quando se digieren, son de mejor nutrimento q̃ los de los animales. Especialmente de las gallinas y ansarones. Empero deuese notar que las tripas y matriz, son siempre malas en qualquier animal, especial en el pedestre. Pues luego el vientre, la matriz las tripas, y entrañas, son vituperables, como claramente se vee en los authores acotados. Engendran gruessa carne, son difficultosas de digestion, desabridas, engendran mal humor, porque estan juntamente con las hezes y estiercol, y porque estã lexos de los poros del cuero por los quales no puedẽ expellerse su superfluydad. Porende vean quan perniciosos y dañosos son los cuajares que se venden llenos de sangre, y pringue y cebolla para las mesas de los pobres: empero para los que trabajan corporalmente no son tan dañosos.

Auic. cã. 2. c. 237.

AVISO DE

De la naturaleza del higado y bazo, en quanto a su nutrimento.

CAP. XL.

Aui. par. 1. doct. 3. ca. 2

EGVN Auicena el higado es amanera de sangre quaxada, o congelada, por lo qual es el mas gruesso y duro de digestion, de todos los miẽbros: empero despues de digerido haze loable sangre, y de mas nutrimento que la carne magra. Empero el higado de los animales chicos de leche es mejor, y mas si es de gallina ceuada con harina conficionada con leche y higos, el qual parecer es del Gale. pues dize, que todo higado de animales, es de gruesso çumo y tarda penetracion. Aunq̃ en otra parte dixo, q̃ los higados d̃los animales criados cõ higos, es de mejor condicion, y mas loable que todos los higados, y Haliabbas dixo. El higado es de caliente y humida complexion, tiene sabroso gusto. Es empero de çumo gruesso, detiene la digestiõ, y si se digiere da mucho nutrimento al cuerpo, y la sangre que se engen

Gal. 3. de alim. ca. 11.

Hali. 5. the. cap. 22.

engẽdra del es loable: empero el mas loable, y deleytoso higado, es el del ansarou criado a leche y massa. Despues el de la gallina engordada, Y despues el del puerco, de la manera que lo dixo Rasis. Y affirmã algunos que la liebre tiene dos higados. Y ciertos peſces como es la Raya, y que los ratones tienen en ſus higados tantas alas, quantas crecientes tiene la luna ſe halla por experiencia. Y que la ſangre que ſe ſaca del higado del cabron aguza la viſta delos ojos. Y que el higado del anſaron ſacado de ſu cuerpo creſce ſi le echan en leche y miel.

Rasis. lib. 25. contin. cap. 663.

Del baço y ſu naturaleza para lo comer.

CAP. XLI.

L baço, como lo dize Galeno. Es receptaculo de melancholia, y que atrae las hezes de la ſangre. Por lo qual es miembro melancholico, y duro de digeſtiõ engendra humor negro y tardo de penetrar por las venas. Empero el baço del

puer

puerco es el mejor de todos por la rari-
dad y delicadez de su sustancia. Y Auic.
dixo. El baço mejor de los baços es el del
puerco, y con todo esso es de mal nutrimẽ
to. Y Aliabbas dixo, la sangre que se ha-
ze del baço, es mala, y declina a colera ne-
gra. Pero si se toma el baço del puerco no
es tan dañoso, y los baços de los animales
magros son peores que los de los pingues
y gordos. Porende conuiene que el que
los comiere los mezcle con gordura y los
cuezga bien. Todo lo qual es tomado
del Galeno, especialmete en aquel lugar
adonde dize. El baço es sufficientemen-
te melancholico, y de mal humor: empero
en los puercos no es tan malo. Su carne es
mas leue y rara que la del higado, y dizen
los agoreros, que el que comprare baço
para comer, que de luego por el lo que le
pidieren sin recatear.

Auic. 2. cã. c. 621. Alia. 5. theo. cap. 12.

Galeno.

libro de bono & malo succo. ca. 3.

De las turmas de los animales y las ubres y riñones.

CAP. XLIII.

Las

Las turmas de los animales (segun he leydo) son de carne glandulosa blanca, que engendran esperma. Son calientes y humidas, son duras de digestion, de mal mãtenimiẽto, aunque vna vez digeridas son de mucho mantenimiento, excepto las turmas de los gallos, que son de muy loable mantenimiento. En las de los puercos son tanto mejores que las de los otros animales quãto sus carnes son mejores. Esto dixo Galeno, Auicena, y Auerroes, pues dixo, que tanta sangre engendran los compañones de los gallos quanto peso tienẽ. Y la vbre, o teta es vn miembro, o instrumento de engendrar leche que se compone de nieruos, venas, arterias, carne blanca sensible, para que la sangre que por las venas va alli cozieudose mas, se pare blanca y buelua en leche. Sus carnes segun leo de su propria complexion son frias y secas, por la muchedumbre de nieruos. Empero accidentalmente son humidas por la leche que se engendra en ellas. En especial seran tales quando estan las tetas, o vbres, con leche. Son dificultosas de digerir

Gal. 3. ḋali. Auic. 2. canon. c. 7 23. Auer. p. 2. cã. commen 111.

gerir, Empero engendran buen nutrimẽ to, y mucho, y mas digestibles seran quando tienen leche y de mas facil descenso y distribuciõ. Y por esso dixo Rasis la vbre es fria y seca, porque es muy neruiosa si en ella vuiere leche, sera presta de digerir, y de loable sustancia por su templada complexion. Deuese comer con especias, porque no se tarde en el estomago. Lo mismo dixo Galeno antes que todos. Lo mismo Auicena. Las tetas tienen buen nutrimento, y si tienen leche, gruesso. Empeo Ioan Vrsino poeta, y medico singular afirmo que las vbres cõ leche, especial las de la puerca, son deleytosas al gusto, y que mantienen el cuerpo de vn mantenimiento subtil y aguosa. Y porende dixo en sus elegias.

Ra. con. 22 cap. 408.

Ga. 3. de ali.

Auic. 2 can. cap. 146.

Lactea delectant sed aquosis ubera succis
Corpus alunt, Romæ gloria prima suis.

En lo qual se engaño, porque como sean de carne glandulosa y neruiosa, no puedẽ dar mantenimiento aguoso, sino solido, y mucho mas si tienẽ leche. Las moyeras q̃ se hallan en las ceruices y en las tetas o vbres, que son como vellotas, y por esso se dizen glandule son suaues al paladar

y si bien se digieren hazẽ razonable mantenimiento, empero flematico especial si se digieren mal. Los riñones fueron criados para limpiar el suero, o aguanosidad de la sangre, son calientes y secos, y mas secos, son miebros carnosos, y duros, pues dixo Auicena. Que por esso son de poco alimento, porque declinan a sequedad, y dixo que eran de horrible sabor, de dura digestion, de tardo transito. Empero que los mas loables son los del cabrito de leche. La causa de su malicia principal es, porque se mantienen de la gordura que viene con la orina, fuera que de su substãcia son duros y gruessos. Y por esto dixo Haliabbas, que eran malcibo, por la qualidad de la orina.

Auic. 3. can. capit. 18. & cap. 580.

De los ojos y narizes y guarguero, y de las de mas carnes ternillosas, y de la lengua en quanto cumplen por uia de nutrimento.

CAP. XLIII.

LOs ojos se componen de diuersas substancias, como de la anotomia se paresce, porque se compone de pelliculas, o tu-

o tunicas, y de musculos, y de humores, y de gordura. Y porende como dize Isac tienen diuersas cõplexiones y sustancias Porq̃ por parte de sus humores, son de naturaleza de agua. Por parte de su sustãcia gruessa y vntuosa, son calientes y humidos. Por parte de sus tunicas son frios y secos, y por esso dixo, que aunque es verdad, que por parte de su carne musculosa sean faciles de digestion Empero por parte de su gordura tienẽ viscosidad y pesadumbre, e indigestion. Y por esso no se deuen comer sino guisados y preparados con vinagre, sal, perexil, pimienta agengibre, o con cosas semejantes. Lo qual sintio el Galeno pues dixo. *Oculos paucí quidem edeunt, constituũtur enim ex diuersis substantiis.* Quiso dezir, pocos son los que comen ojos, porque se componen de diuersas sustancias. Empero en conclusion dezimos de las narizes, y ansi mismo del Garguero, y orejas y otras carnes ternillosas, que porque se componen de ternillas, las quales son cierta sustancia fria y seca compuesta de neruios y cuero, son difficiles de digestion, y engendran vn humor seco y malo, y que difficultosamẽte se despide

Isac diet. pt.

Gal. libr. de cuchima. & cacho.

ſpide del eſtomago. Eſpecialmente, ſi los tales miembros ternilloſos ſon de animales ſecos, como de cabras y vacas, porque ſe engendra vn humor ſeco, grueſſo, y viſcoſo, ſin gordura, qual ſe engendra de pies y manos. Otra coſa ſeria ſi fueſſen las tales partes ternilloſas de animales de leche y jouenes, porque ſerian de mas loable mãtenimiento, y las ternillas de la ternera deſpiertan mucho el apetito de comer en los enfermos. Empero deuianſe comer con eſpecias y coſas aromaticas, como lo dixo Meſue, hablãdo de la nariz. La cauſa es, porque aunque pareſce que por razon de ſu ſequedad, no ſe auian de comer con eſpecias aromaticas. Empero por razon de ſu xugo grueſſo, y viſcoſo, y de malina naturaleza, deuenſe comer con ellas, porque ſu ſuſtãcia ſe ſubtiliza, y ſu malicia ſe corrige. Y anſi lo quiſo Raſis por autoridad del Meſue. Eſto dixo Iſac en ſus particulares, y Galeno en el lugar allegado. Del cuero deuemos dezir, que como ſea vna ſuſtancia entretexida de neruios y carne, que cubre todo el cuerpo y le ampara y ſeco de grueſſa ſuſtancia, terrena y dura, y porende da mal nutrimento, como

Ra. lib. cõt. 21. ca. 61. & 62.

Can. ca 532 lo dixo Auicena. Que el cuero de los animalitos de leche, es mejor por razon que son humidos. Empero que su nutrimento es poco y viscoso, semejãte al nutrimẽto de los pies. En fin como dixo Rasis mas claramẽte. El cuero causa sangre fria de mucha viscosidad, y haze opilacion, y por esso dixo Isac, que el cuero y narizes y orejas, y toda substãcia de ternilla, se deuia preparar con vinagre, sal, mostaza, alcarauea, pimienta, agengibre, por la razõ dicha: empero deuense guardar de comer estos miembros, los que fueren flematicos melancholicos, y gente gruessa y porende dixo Ioan Vrsino medico y poeta.

3. Ad Alm. cap. 11.

Isac ibidem.

Delectent quamuis udos damnamus o cellos,
Damnamus neruos auriculasque simul.

De la lengua deuemos dezir, que es vn miembro de carne espongiosa, y laxa, en el qual penetran venas y neruios, y finalmente es vna carne musculosa llena de humor aguosso y correntio, de la qual dixo Paulo Aegineta, que era blanda, y de poco nutrimento, y por esso se deue comer con mostaza, como lo dixo Rasis. Empero dixeron Haliabbas, y Isac, que era vn mantenimiento blando, medio entre el gruesso

Rasi 23. cõ. cap. 696.

Haliet. 5. theo. ca. 22.

so y subtil. El qual por razon de su humi dad, es carne laxa, y sin sangre, y porende se deue comer con açafran, agengibre, ore gano, ansi lo quiso Vrsino poeta, pues dixo. 1. Vrsi.

Lingua licet mollis licet et sit sanguinis expers
No lo tamen mensis hanc procul esse meis
Imo placet sed iungue crocos & zinziber acre.

A donde dixo. La lengua aunque sea mo llicie, y sea de poca sangre, no quiero este fuera de mi mesa, pero adereceese con açafran y agengibre, y pimienta y otras especias. La lengua del puerco es tenida en las cozinas por muy alabada, cuezenla, y y otras vezes la asan llena de clauos y canela: y la lengua de vaca bien salada se suele colgar y guardar por muchos dias para despertar la gana de comer y de beuer. Los medicos de Paris suelen dar a los enfermos y conualescientes, la lengua del carnero cozida cō agua y vinagre o agraz y la suelen empanar con clauos, y canela, y pimienta, como lo tray, Bruynerio Campegio Frances.

De la naturaleza de los pies, y cola de los animales en quanto alimento.

CAP. XLIIII.

Vicena dixo que los pies engendran vn humor viſcoſo y no grueſſo, pero es loable y de pocas ſuperfluydades, buenos de digerir, y la ſeñal es, que quando ſe cuezen preſto ſe hinchan, y preſto ſe diſſueluen y reblandeſcen. Pero ſu mantenimiento es poco, engendran ſangre fria y liuiana, y muy mas que la carne. Los pies delanteros, ſon mas loables que los traſſeros por eſtar junto al coraçon, el qual con ſu calor les conſume mas ſus ſuperfluydades. Dan como digo alimento viſcoſo, y no grueſſo, por lo qual preſto decienden del eſtomago por ſu viſcoſidad. Eſto dixo Aliabbas. Deuenſe eſcoger de animales mejores, como de carneros, de puercos, terneros, cabritos, deuenſe preparar con vinagre poco, y açafran, porque ſe conſuma ſu viſcoſidad, y comerſe en la primera meſa: Pero deueſe aduertir que los pies del puerco, tienẽ el primado entre los pies de todas las animalias que ſe comen, como tambiẽ ſus

2. can. c. 555

Haliab. 5. theo. ca. 22. Raſ. 23 cõt. cap. 661

sus carnes, y son mejores que el hozico, y y que el musso porque es todo ternilla. De la cola dixo Rasis, que es de mas solido, y firme mantenimiento que el vientre y tripas, y por esso es de mas dificil digestiõ, y de poco nutrimẽto, pero por su mouimiento, es de poca superfluydad. Y por esso dixeron los modernos, que era de conuenible mantenimiento, por su cõtinuo mouimiento. Empero ser de conuenible mantenimiẽto, no lo conceden muchos de los phisicos, especialmente Isac, que dixo no solamente la cola es indigestible, poco sabrosa, pero y todos los miẽbros que estan junto a ella, por dos razones. La primera, porque estan distantes del coraçon. La segunda, porque esta junto a las vias de las superfluydades de camara y orina, de donde adquiere vna mala qualidad. Y ansi dixo Rasis. La cola es calida, daña el estomago, engendra hastio y colera roxa. Y Galeno conto a la cola entre los miembros de mal xugo, y de dificil digestion. De mas que dixeron los philosophos, que las carnes pilosas no carezcan de veneno, como son las cabeças y colas.

Rasis. 22 cont. c. 327

Isac pa. die.

Rasis. 3 ad Almãs. c. 1. Gal. lib. de euchim. & cacochi.

De la naturaleza de la pringue, y sangre, y tuetanos.

CAP. XLV.

Alm.3.c.17

Ixo Galeno. Toda sangre se digiere con difficultad, especialmẽte si es gruessa y melancholica, qual es la de los buyes. Empero la sangre de los animales monteses, es de mas subtil sustancia, y mas loable, porque no comen mantenimiento mucho, y exercitanse de contino y respiran en ayre subtil y delgado. Y poresso la sangre de la liebre tiene el primado en suauidad y comese guisado con su higado. Por las contrarias razones, es mala la sangre de los animales domesticos, porque comen cosas gruessas en abundãcia, de donde se les atapa los poros y vias y porende se engendran enellos muchas cosas podridas y superfluas, y porque se exercitan poco, y porque respiran en poco ayre y gruesso, y en otra parte todo vso y costumbre de comer sangre se deue euitar

Gal. libr. de atten. uit.

tar y mas en las dietas ſubtiles, y anſi dixo Raſis. Toda ſangre es de difficil digeſtiõ eſpecial la que es grueſſa que declina a colera negra a manera de ſangre de toro y porende ſe deue euitar. Empero la ſangre de las aues no es tan perjudicial, porque la ſangre de gallinas, y palomos, eſpecialmente ſi ſon gordos es ſuaue y de facil digeſtion. De la ſangre del puerco muchos hazen morzillas mezclãdo con ella leche y gordura con ſimiente de hinojo, para en tiempo de inuierno. No ſabiendo quãto daño, y mal ſe ſiga, de la tal comida, y por eſſo la deuẽ euitar todos los hõbres. En eſpecial los holgadas y ocioſos y que no trabajan ni ſe exercitã. De la ſangre del cabron ſe eſcriue que ſi eſtuuiere calido y reciente que rompe y quiebra el diamante y que deshaze el hierro mejor que la lima. De la pringue deuemos dezir con Serapion por autoridad de Galeno, que ſi fuere de animal humido ſe engẽdra gordura, o enxũdia, como en el puerco. Empero ſi fuere en animal ſeco, como en buey, o cabra ſe engẽdra ſebo. Eſto es lo que dixo Haliabas. La complexion de la pringue, que es la enxundia, es calida y hu-

Raſi. 22. del cont. c. 308. ex paulo.

Serapius.

Haliab. 5. theo. c. 22.

humeda. Empero el ſebo es mas caliente, menos humido que la pringue, o enxũdia. Mas anſi la pringue, como el ſebo, ſon flema y humidad ſuperflua, relaxan el eſtomago, preſto ſe alteran dan poco mãtenimiento, engendran ſangre ruyn, y no loable, cauſanſe de la frialdad de las membranas, o paniculos. Porque antes que la gordura ſe congele de la tal frialdad, es como azeyte, y porẽde, como por la frialdad ſe congela y quaja, anſi, por el calor ſe derrite, y reſuelue: por lo qual cerca de los miembros calidos no ſe haze pringue ni ſebo, como junto al coraçon, al higado, a la hiel. De aqui es que anſi la pringue: como el ſebo, es caliente, y humedo, aunque el ſebo es mas caliente que la pringue, o enxundia. Por lo qual dixo Iſac. Que toda la pringue, o ſebo de ſu propriedad es malo al eſtomago, y dañoſo a la digeſtion. Lo primero, porque por ſu leuedad nada en el eſtomago. Lo ſegundo, porque quando ſe junta con otro manjar, el tal manjar quãdo ſe digiere, relaxa las hebras del eſtomago, haze lubrico y correntio, y porende debilita a a la virtud contentiua, y fortifica a la ex

pulſi-

pulsiua, y mas en los estomagos frios por que en los calidos, las cosas vntuosas se conuierten en fumosidades, y colera, cierto el calor del estomago se enciende mas con la pringue y vnto ansi como el fuego exterior, y por esso fue parescer de Isac. La pringue, agora sea carnosa, agora sea sin carne es de poco y mal alimento, engẽdra opilaciones, y ayuda a acrescentar los humores flematicos. Lo mismo dixo Auicena. La pringue y sebo son de mal nutrimento, y poco, leuantan el cibo, y si no fuere en poca cantidad, no son conuenibles. Finalmente, como el mismo lo dize, todas las cosas vntuosas derriban el appetito, y le debilitan, porque le relaxã, y porende corrompẽ los orificios de las venas, por lo qual no se deuen vsar cosas de pringue y mucho menos de sebo, si no es por via de hazer algun guisado en poca quantidad. Empero digamos algo del tuetano del huesso. Digo que es mejor alimento que los sesos, especialmẽte el tuetano de los huessos de la vaca es mejor que ninguno y si se come con berças, o rrepollo es muy suaue, en los animales jouenes se halla de color de sangre: en los viejos blanco

Isac pt. diet.

Auic. canõ cap. 146.

por

porque en tal edad se atray gordura, y no sangre, como lo dize Plinio, los huessos de los puercos tienen poco tuetano. Cresce el tuetano al crescimiento de la luna, y deuemos de entender que la sangre digerida se torna en gordura de los huessos, porque los huessos la digieren con su templado calor.

De la complexion de los hueuos.

CAP. XLVI.

LO que es simiente en los animales pedestres, es hueuo en las aues, porque ansi como la simiente se haze de lo superfluo del alimento de la postrera digestion de los miembros. Ansi ni mas ni menos los hueuos se hazen en las aues, de lo superfluo de la vltima digestion de los miembros. Son los hueuos comunmente reputados, apar de los phisicos por templados y semejantes ala complexion y temperatura humana. Empero esto se deue de entender de sus guiemas, porque son calientes y hu-

y humidas templadamente, y no en exceſſo, y por eſſo ſon muy faciles de digeſtion, y engendran mucho nutrimento loable y ſangre buena, y ſon de facil penetracion. Empero la clara es fria y humida con parte terreſte, y porende es dedificil digeſtion, mantiene poco, y no engẽdra ſangre loable. Son los hueuos mejores los de la perdiz, y de la galliina porq̃ ſon de muy mas facil digeſtion y penetracion, y de preſta conuerſion en loable ſangre, que ningunos de mas fuera de eſto engendran mucha eſperma, y ſon prouocatiuos de coyto, como lo dixo Auicena, y Raſis, y Gale. affirmo, q̃ la clara del hueuo ſe compone de ſubſtãcia de ayre, y de tierra, y agua, como el olio, empero q̃ tiene mas de ſuſtancia de tierra, que el olio, y porẽde q̃ tiene terreſtridad y groſſeza, y viſcoſidad, es difficil de digeſtion. Y por eſſo dixo en otra parte, que las yemas de los hueuos ſe deuẽ dar a los flacos, porque ſu clara es difficil de digeſtion, y contraria a la giema y dize Plinio, y Collumela, que el hueuo redõdo es hembra y el largo es macho: Lo contrario dize Ariſtotiles. Ay tambien hueuos de viento que los ponen

Aui. 2. can. cap. 5.

Galen. 4. de ſimpli.

las

las gallinas ſin ayuntamiento de macho, eſto ſon de ruyn ſabor y muy humedos. Y dizeſe, que por experiencia eſta cõpro uado, que el hueuo mezclado con poluos de encienſo, quita la lagrima del ojo, anſi lo dixo Ioan Vrſino en ſu proſopopeya.

Lippe meis ouis mannam cum polline thuris
Adde nec ex oculis diſluet unda tuis.

Quales ſon los mejores hueuos.

CAP. XLVII.

DOs condiciones requiſitas han de tener los hueuos para ſer buenos y de buen mãtenimiento, y faciles de digeſtion. La primera que ſeã aues eſcogidas y loables, de edad florida, grueſſas, que ſe ayunten con machos. Porẽ de los hueuos de perdizes, y de gallinas, nueuas gordas que ſe ayuntan con gallos, ſon los mejores. Los demas hueuos de las otras aues, no ſon loables, por la mayor parte, porque los hueuos de la Aueſtruz o del ganſo, ſon de mal nutrimento, y de graue olor, de difficil digeſtion. Empero

despues de las perdizes y gallinas, son mejores los delos anades, luego los delos ansares peores los de la Aueſtruz, y peores los del pauon, son demasiadamẽte calidos los de los paxaros. Lo qual dixo Galeno. Los mejores hueuos son los de las gallinas, y ſay ſanes, los peores los de los ansarones y aueſtruzes, ni mas ni menos los de las gallinas viejas, o perdizes viejas, porque son graues y pesados, y de poca humedad. La segunda condicion, que seã rezientes, porque los tales hueuos son de mas abundante calor, parecese por su acceptable olor, y sabor, por lo qual dan buẽ nutrimento, y confortan el calor natural. Los hueuos viejos son muy malos, y engẽdran vna sangre corruptible, porque su calor natural se desminuyo y recibieron vn calor natural del ayre exterior, poren de engendran vnos humores muy faciles a corromperse. Y quanto mas viejos, tanto mas peores, pues dixo Galeno. Los hueuos muy buenos son los muy reziẽtes empero muy malignos los viejos, y los q̃ fueron medios quanto mas se allegaran a los extremos, tanto mas ternan de malicia

Galen. 3. de alim. c. 21.

Gal. de alim. cap. 21.

cia,o bondad. Pues luego concluyamos, que los hueuos de las gallinas rezientes son los mejores, y que los de las otras aues son malos, y aunque los de los anadones, y ansarones tengan alguna bondad, son duros y graues de digerir, y peores los de la aueſtruz, porque son mas duros, de mal nutrimento, y de mal olor. Y muy mas peores que todos los de las aues son los del pauon, y porẽde son indigeſtibles y differentes de la complexion humana. Conseruanse los hueuos frescos por el aduiento, y inuierno en paja, por el estio en saluado, y tienese por cierto, que puestos entre sal se consumen y paran vazios.

Como se deuan cozer los hueuos para que sean conuenibles a la salud.

CAP. XLVIII.

LOS hueuos son templados en calor y humidad, y conuenibles a la humana cõplexion. Los quales, como se puedan preparar en dos maneras, en agua al fuego, o immediatamente

mente sobre el fuego, y desta manera, o en cima de las brasas, o en el rescoldo. Item quando se preparan, o se quedan medio crudos, no mas que escalentados a la lumbre o muy assados, o cozidos, hasta que se paren duros o ni muy duros ni muy blandos, si no medianamente assados, o cozidos, que se dizen hueuos sorbiles, o tremulos. Quanto a lo primero dezimos, q̃ los hueuos cozidos en agua son los mejores, porque en la agua se conserua su humidad, y se hazen mas faciles de digestiõ, y pierden en la agua el graue olor, si alguno tienen, y como los que se cuezẽ se puedan cozer con caxcara, o sin ella los hueuos que se cozierẽ sin caxcara son mas loables, porque se exala su vapor y humo, y se penetran de la agua, por lo qual adquieren vna humidad suaue, y su sustancia se adelgaza y atenua mas, y porende se hazẽ mas feciles de digestion y engendran mas loable sangre. Los que se cuezen cõ caxcara son peores, porque la caxcara detiene sus fumosidades, y los haze ser mas gruessos y que engendran ventosidad y agrauan el estomago, como bien lo dixo Isac. Empero los hueuos asados son mas gruess- Isac. 2. de cap. 27.

gruessos que los cozidos, y de mas dura digestion, porqne en el fuego adquieren calor y sequedad, y porende su humidad natural se consume, especial si se assan debaxo de rescoldo, o ceniza feruiente. Porque como cubiertos no se exalen, ni su olor graue salga a fuera, bueluense peores. Pero si se assan sobre brassas, exalase su olor malo, y sale su vapor y humo, y ansi son mejores que cubiertos y de mejor mãtenimiento. Empero los hueuos medio crudos, o poquito assados, o cozidos, no son de desechar, y dan mucho nutrimento, como lo dixo Serapion, el hueuo medio crudo da mucho mantenimiẽto, y mas que cozido de otra manera. Y ansi dixo Rasis. Los hueuos blandos son prestos para descender, y son conuenibles a los q̃ les salio mucha sangre, y a los que se les disminuyeron las fuerças, empero los hueuos que se cuezen, o assan hasta que se paran duros son difficiles de digestion y de secan, detienense mucho en el estomago, agrauan el vientre y tripas, son de mucho mantenimiento, aunque no bueno, son vẽtosos. Esto dixo Galeno, y Isac. Empero los hueuos tremulos que son medios,

Gleno. 2. de alimẽ. uniu.

entre

entre los duros y los blandos, conuiene a saber, que no estan duros, si no quajados son de muy buen nutrimento, faciles de digerir y de penetrar por las venas, pero no dan tanto nutrimẽto como los duros, son muy medicinales, para la aspereza del pecho y de la caña del pulmon, pues como lo dixo Plinio, estos hueuos tienen virtud de vino y de mãjar y por esso son aptos ꝑa los enfermos. Pues q̃ diremos de los hueuos fritos cõ azeyte, sino q̃ son peores q̃ quãtos ay aparejados đ otra manera, porq̃ luego se conuierte en colera y en humos nidorosos, corrompen todos los demas manjares que hallã el estomago, agrauan el ventriculo, y corrompense presto, engendran hastio, dan gruesso y mal mãtenimiẽto. Esto dixeron Galeno, y Isac. Pero es cosa de aduertir, q̃ la yema del hueuo se quaja cõ el frio, y la clara se haze mas humeda. Al contrario es cõ el calor, pues vemos q̃ la clara se quaja con el fuego, y la guiema no con tanta presteza pues vemos que se sale luego liquida antes que la clara.

Isac. doct. 5 cap. 17.

De *la leche.*

CAP. XLIX

VCHAS gentes vſan de la leche y diuerſas naciones, eſpecialmente, los de Scocia, Frãdes, los Getas a los quales por el mucho vſo de la leche llamã los Griegos Galoctophagos, que quiere dezir, tragadores de leche, y en los Franceſes es muy antiguo ſu vſo, en fin en todas las partes hazia el norte, o ſeptentriõ es ſu vſo muy comun. Y dize el Galeno, q̃ en las naciones a donde ſe vſa mucho el comer de la leche, nunca ay lepra, que el llama elephantiaſi, y que porende los de Scytia nunca tienen lepra: empero que en Alexandria, porque no la vſan, antes comen manjares melancholicos, como ſon lentejas, carnes ſaladas harina cozida, carnes de aſnos ſylueſtres, por eſſo en aquellas partes ay muchos leproſos, porende el Auicena mãdo dar leche a los leproſos. Y ay perſonas que comen leche deſtilada por alquitara, y lo tienen por coſa de grãregalo y delicada. Empero eſta leche hiere

re luego la cabeça. Otros vſan de leche azeda, que ſe dize en Griego, oxigalacte, porque dizen, ſer grato al eſtomago, y q̃ es contra la colera y la haze decendir por camara. Es eſta comida muy vſada entre todas gentes, anſi corteſanas y delicadas, como ruſticos hazen de ella muchos guiſados, ſuelen freyrla con harina muy cernida y hazer natarones. Los cozineros ſuelen con ella y açucar, hazer muchos potajes. Empero quãdo hazen qualquiera de eſtos condimentos hazen los a mãſo fuego y ſiempre los menean con eſpatula, porque no ſe peguen al caço, haſta en tanto que ſe haga vna corteza. Suelen comer eſtos guiſados de leche, y harina, y hueuos, a la poſtre de la meſa. Ay gran abundancia de leche en todas partes, aunq̃ como deſpues veremos, no ay ygual abundancia de leche de cabras en todas partes porque en la Francia lo mas es leche de vacas, y de ouejas, porque ay no ſe crian cabras ſi no cõ trabajo, q̃ no es tierra para ellas. Finalmente la leche, no es otra coſa ſino ſangre ſegũda vez digerida y conuertida en humor blãco en las tetas, es ſemejante en ſu complexion templada a la cõ-

plexion de los cuerpos humanos. Y por ende es para ellos vn conuenible y loable nutrimento. Empero porque los modernos vsando della mal, y de las cosas q̃ della se hazen, como de queso, naçulas, quajada, natas se hã hallado mal, y con muchos ochaques y enfermedades, poresso la han condenado por mal mantenimiento. La qual opinion se deue tener por falsa y erronea, porque como sea nutrimento ordenado de la naturaleza para mantener: es de necessidad bueno y loable, el qual haze sangre en abundancia, y aumenta el celebro, y es muy propinquo para se conuertir en sangre, como lo dixo Auicena en el segundo canon. Adonde aduierte, que aunque la leche sea sangre otra vez cozida, empero en la segunda decoction, o digestiõ, no adquiere mas calor, antes frialdad por la carne glandulosa, fria, y humida de las tetas. Y por esso dixo el conciliador. *Et si lac sit sanguis secundo coctus secunda coctio ei non caliditatem sed potius infert frigiditatem propter mamillarum carnẽ glandulosam, frigidam & humidam.* De donde se saca, q̃ la leche adquiere en las tetas frialdad. Y ansi como el espiritu animal se digiere

Auic. 2. can. cap. 449.

Con. di. 147

giere dos vezes, la vna en el coraçon, la otra en el celebro, ansi la leche se digiere, o cueze dos vezes, vna vez en el higado, y otra en las tetas. Por lo qual la leche fue y es juzgada por fria y humeda, y no por caliente, como lo penso Isac. Y deste parescer fue el Galeno, y Haliabbas, y Rasis ad Almansorem A donde dixo. La leche recien ordeñada, es cercana a temperamẽto, aunque se allegue y decline a frialdad y humidad, porque se da, a los ptysicos, a las toses secas, al ardor de la orina, y tiene marauillosa operacion para los tales accidentes. Las quales propriedades no tuuiera sino fuera fria y humida. Y tambiẽ lo dixo Serapion en el capitulo de prouocantibus lac. Lo qual se prueua tambien ansi, porque la leche tiene tres sustãcias. Vna mantecosa, que es la nata, otra caseosa, de queso, otra sustancia de suero. La sustancia pingue de nata es templada en cumplexion de las quatro qualidades la sustãcia de queso es gruessa y fria, la del suero es fria y humeda, porque es la agua del queso, por lo qual como sea fria por dos partes, resta que la leche es fria y humida. Empero, porque dixe que el suero

Ga. de simp.
Hali. 5. the. cap. 26.
Ra. ad alm. lib. 3. cap. 9.

era frio algunos phificos dixeron ser caliente de la qual opinion paresce auer sido Auicena, y Rasis tambien paresce que lo quiso en el continente. Adonde dixo q̃ no conueniuen las fiebres, pero en otra parte dixo, que era frio. Y el mismo Auicena en otra parte dixo tambien, que el suero era frio. Empero esta contradiciõ se suelta desta manera. Que el suero de su yo es frio, porque es agua del queso. Empero por razon del quajo es calido, porq̃ la flor con que se quaja, la qual es del camaleon que se dize cardo ajongero, que no tiene alcarchofas, es calida, y el suero ansi sacado es calido. Otra cosa sera q̃ndo se quaja el queso cõ oximel, pues entõces el suero que sale del es frio. En fin de tres maneras se quaja la leche o con la yeruade cuajar que es la que diximos, conuiene a saber la flor del cameleonte, o con el quajo del cabrito, o con oximel. Tambien y mucho mas con quajo de liebre. Y dizen algunos que se quaja bien con las tripas del pez llamado Buruyete, y que se haze vn queso muy suaue, y con la leche de la higuera.

Auic. 2. can. lib. 8

Rasis. cõt. 20. & 21.

Aui. 18. ter. cap. de apo. rem.

De la

De la calidad y quantidad del nutrimento que se haze de la leche.

CAP. L.

DE vno de tres animales deue ser la leche escogida, de muger, de borrica, de cabra, qualquiera destas leches si se toma en estomago y cuerpo limpio de malos humores es loable, de muy buen nutrimento, y que fermosea el rostro y cuero, dando buen color, y engorda por su humidad, conuiene a los calientes y secos de su complexiõ, y a los viejos a los ptysicos es muy conuenible, y ansi dixo Galeno, que la leche es solutiua de viẽtre, da mucho alimento, y mantiene bien, conuiertese velozmente en sangre por ser en su substancia y complexion muy cercana a ella, aumenta el celebro y la esperma, como lo dize Rasis y Auicena. La leche y guala y conforma los humores, conforta el cuerpo, y alimpiale. Finalmente, si el cuerpo ẽsta limpio, y la leche se digiere, o cueze, da mucho mantenimiento engendra loable sãgre, augmenta la carne, hu-

5. de sanit. tuend.

Ras. 3. ad al man. ca. 15. Auic. 2. cã. cap. 149.

medece loablemente el cuerpo, enternesce la carne, y haze hermoso el cuero.

De las especies de la leche.

CAP. LI.

ENTRE las leches, la mas templada, y la mejor y mas semejante a la complexion humana. Es la de la muger, despues della la de la borrica. Y despues la de la cabra. Y luego la de la oueja. Y luego la de la vaca. Y luego la de la puerca. Y en general se deue tener esta regla. Que aquella leche de qualquier animal pa ser la mejor y mas escogida, deuetener estas condiciones, el color muy blâco, claro sin amarillez, sin rubor, sin libor buē olor, y suaue q̃ no sea graue ni asquerosa, ni huela a otra cosa, en substancia mediana, quiero dezir, que ni sea gruessa ni delgada, de suerte que si se echa vna gota sobre la vña o vn espejo, se quede acõtinuada, y abaxo ancha y arriba aguda, o apiñada. Su sabor que sea acceptable, sin sabor de sal ni vinagre ni amargor. Sobre

bre todo sea yguál en su corpulencia, y q̃ si se echa sobre cosa tersa y solida, se quede alli fixa, y no se deue tomar luego despues del parto, sino por lo menos despues de quarẽta dias, como lo dixo Haliabbas Y deue de ser rezien ordeñada antes que se altere del calor, o frio exterior, porque es muy facil alterable, deue ser de animales gordos que se apacietã de buenas yeruas, y de edad florida. Y que no aya mucho tiempo que ayan parido. Y ansi dixo Isac, que nadie deurie beuer leche de animal, del qual no sabe q̃ yeruas pasce porq̃ si pasce yeruas menudas rezien nacidas tiernas, mejor leche terna, si pasce yeruas secas estiticas, sera buena para confortar el estomago, y para camaras, como la leche de la cabra, poque pasce extremidades de ramos. Pero sera abominable leche la del animal que pace yeruas purgatiuas venenosas, como lechitrezna, tartagos, toruisco. Hase tambien de considerar el tiẽpo: porque la leche del verano es mas templada, ansi por la templança del tiempo, como por la naturaleza de la leche, pues como no esta junto al parto sera menos superflua, porq̃ por auer ya algunos

Haliabb. 5. theo. c. 25.

dias que passo el parto, aurasse consumido la humidad superflua que quedo del parto, y desecarse ha, y quedara la humedad natural, y substancial. Empero la leche del otoño es gruessa, multiplicatiua de ventosidades, y muy llena de substancia. de queso gruessa, que con difficultad se digiere, cercana a podrecerse. Empero la del principio del estio, es mediana entre gruessa y delgada, ni aguosa, o serosa, ni caseosa. La leche del inuierno es muy mala, es muy gruessa, seca por la distancia del parto. Porende su humedad natural se consumio como lo dixo Auicena. Pues luego para que la leche pueda ser del todo buena, deue tener en si estas condiciones. Empero la que no las tiene es mala, y dañosa, porque si es gruessa, engendra piedra en los riñones, y no es buena para cholera, enciende el estomago, y renes haze ardor de orina, y opilaciones en bazo, y higado, a los que está aparejados para ellas, especialmente si es leche cercana al parto en la postrera parte del estio, o en el otoño, o inuierno, y si es la leche de animales, cuya carne es fetida como de leona, o de perra, o d̃ animal, cuyo parto es largo mas

Auic. 2 can, cap. 449.

que

que el de la muger. Y si la leche fuere azeda como vinagrosa tambiẽ es dañosa sino fuere en los estomagos calidos y colericos, pero en los de mas es mala. Porque como dize Auicena, es fria y seca, inobediente a la digestion, agraua las enzias, daña el estomago. Finalmente engendra humores crudos. Lo mismo dixo Galeno. Y deuese tambien aduertir. Que la leche de la qual hã sacado la nata que se dize leche desnatarada, es fria en demasia, trae y acarrea muchos daños. Y tambien la leche que communmente se vende, porque ha mucho que se ordeño es tambien dañosa, y engendra piedras de riñones, y es gruessa, difficil para digerir, y haze mas nutrimẽto, especial si el estomago esta ocupado. ¶ Esto supuesto, boluamos al principio diziendo. Que la leche de la muger es de mas subtil substancia. y mas propinqua a los cuerpos humanos, y mas templada y de mejor mantenimiento que ninguna otra leche. Y por esso dixo Serapion, q̃ la leche de la muger es mas saludable, especialmente de la sana y moça y no anciana, si no de edad juuenil y hermosa, templada de complexion. Al fin con-

2. can. capi. 60.

Ga. 3 de ali. cap. 15.

Sera. c. leb.

concluye que es mas dulce y de mas nutri mento que toda leche. Esto mismo dixo Galeno, en la cura de la sequedad del ventriculo. Tras la de la muger, es segunda en bondad la leche de la burra, porque esta es la mejor de las de mas. Y ansi lo dixo Galeno en el lugar acotado. Y Auicena en el segundo Canon diziendo, La leche de las burras es menos mãtecosa y de menos nata, es de sustãcia. La leche de las cabras es templada y moderada, entre gruessa y delgada. La de la vaca es muy mãtecosa y gorda. La de la oueja es gruessa mucho. Y por esso dixo Galeno, en la leche de las burras ay demasiado suero, y en la de las camellas, en la de oueja mucho de substancia de queso, y porẽde es gruessa. En la de la vaca, mucho de vntusidad y de mantecosidad. Pero la leche de las cabras, es moderada, y grande mediocridad de substancia, y calidades. Y ansi para los sanos es muy conuenible y mas que ninguna, excepto la de la muger, aunque para los flacos y magros que quieren engordar mejor es la de la vaca, por ser tan mãtecosa, como lo dixo Almansor.

Gal. 7. metho. Auic. 2. canon.

Gale. lib. de euchi. & cacochi.

Ra. 3 ad Almans.

De las

De las obseruancias que deue auer despues de comida la leche, o las cosas de leche.

CAP. LII.

DIXO Auicena. Conuiene que el q̃ come la leche, huelgue despues de la auer comido, porque no se corrompa ni se azede, ni tampoco conuiene dormir sobre ella, ni q̃ resciba otro mãjar. Primero que descienda la leche a las tripas, ni se deue beuer vino porque la altera y la quaja, y la haze penetrar por las venas indigesta, como paresce que lo sientẽ los phisicos modernos, esto es quãto alo primero. Quanto alo segundo, que no es menos necessario que lo primero es que despues que se aya tomado la leche se lauen los dientes, y las enzias con vino, o con aguamiel, o con otras cosas ansi semejantes que alimpian, porque dixo el Galeno. *Noui autem quemdam cui ex lactis usu dentes omnes perierunt, id quod ea de causa contigit multis aliis.* Como si dixera. Conosci a vno, el qual se le perdieron los dientes por el mucho

cã. 2 c. 444

Gal. 5 de sanit. tuend.

cho vso q la leche, cosa que a otros mu-
dictis part. chos acaescio. La causa, como dixo Isac,
es porque como engendra en las enzias
relaxacion, y las empodresce, porque rela
xadas presto se empodrecen. Porende ne
cessario es, que se laue la boca con agua-
miel, o con vino, o con oximiel. Lo qual
Ga. 3 de ali. mando tambien el Galeno. Porque lauan
cap, 14. do las enzias cõ estas cosas, sale a fuera la
viscosidad, o superfluydad que se quedo
entre los dientes la qual causa relaxaciõ
y putrefacion. Y porende dixo Auicena.
La leche daña a los diẽtes, corroelos y ho
Auic. ibid. radalos, y consumelos, y relaxa las enzias,
Porẽde lauese la boca cõ vino, o oximiel.
Y no solamente se entiende esto de la le-
che, mas empero y de las cosas que se con
ficionan della, porq̃ despues de comidas
se apegan a los diẽtes y se hazẽ vnas visco
sidades y podredũbres fetidas q̃ corrom-
pen, relaxan las enzias, dan mal olor a la
boca. Conuiene pues que se laue luego
cõ alguna de las cosas que auemos dicho

De los daños que se siguen del continuo y frequente uso de la leche.

CAP LIII.

Aun-

AVNQVE tomada la leche en conuenible cantidad y no siempre no pueda dañar en manera alguna, mas antes aprouechar, pues tomada desta manera, como lo dize Isac, engendra loable sangre, humedece el viẽtre, ayuda los pulmones y vexiga, engorda el cuerpo, clarifica el color, y haze otros muchos prouechos. Empero el cõtinuo vso della, en especial tomãdo se en mucha copia y abũdancia, haze y causa muchos daños y peligros, y esto mas por parte de quiẽ lo toma que no por parte della. Por parte de quiẽ lo toma, porque no tiene el estomago y venas limpias de superfluydades, ni de malos humores. Por lo qual allende que daña tanto a los dientes como auemos dicho, no es bueno para las entrañas. Aunque la leche de cabras no sea tan dañosa, offende las tripas y humedesce las, y las relaxa. Por lo qual los que tienen el vientre, estomago tripas, debiles y flacos, no vsen ansi della, como los demas hombres, ni tampoco vsen della los que tienen las venas angostas, y estrechas, especialmente si son viejos, y frios,

Isac ibidem,

y frios, porque les causara opilaciones, assi en baço, como en higado, como en las venas miseraycas: y por la misma razon causara piedra en los riñones, especial si la tal leche es gruessa, como lo dixo Haliabas. La leche en la qual ay cierta substãcia de quajar y cõgelar, es mala, porque la tal substancia engendra opilaciones en baço y higado, y piedra en riñones y vexiga. Y mucho mas obrara esto si se comiere mezclada con otros manjares gruessos. Y tambien como dixo Auicena. Es mala para los neruios, y para sus enfermedades, especial si fueren frias y flematicas. Haze tambien escuridad en los ojos, y aun muchas vezes calenturas. Por lo qual, no cõuiene acostumbrar leche, ni tomarlo, sino con estomago vazio y limpio de malos humores, y sea de alimañas sanas, y no mucha ni continuo. Es conuenible a los ya varones de edad madura, y a los viejos de complexion caliente y seca, y no flematicos, ni que tengã el estomago lleno de malos humores cachochimicos, sino limpio, menos conuiene a los mancebos, porque en ellos se conuierte en colera, por el calor mordaz que en ellos ay. Ni tampoco a los fema

Hali. 5. the. cap. 26.

Auic. ibidẽ.

flematicos y frios de estomago, porque no es bastante su calor a conuertir la leche en sangre conuenible. Ni conuiene a los que tienen los hijares hinchados de ventosidad, o aparejados para ello, como lo dixo Geleno. Finalmẽte si la leche no se digiere en el estomago se conuierte en vno de dos, o en azedia, si el estomago es frio o en fumosidad y amargor, si fuere calido. Lo qual acaece quando el estomago esta frio por flema que ay en el, o quando esta calido por colera, porq̃ si el estomago fuesse calido de su complexiõ, entonces conueniale. Por lo qual no conuiene sino en estomagos limpios, y vazios de malos humores. Esto sintio auicena en el 2. canon. cap. 444. Esto Isac en los vniuersales capitulo. 17.

Gal. 5. de sanit. tuend.

Auic. 2. ca. 444.

Isa. die. uni. cap. 17.

Como se deua preparar la leche.

CAP. LIIII.

COMO del tomar la leche en desmoderada quantidad, y sin razon o tiempo, se sigan muchos daños, y nocumen-

tos, porque engeneral tomada desta manera aggraua la naturaleza, haze daño en estomago y cabeça, por esso con seguridad auemos de empeçar en poco y paulatinamente yr a mayor quãtidad, segun que el estomago lo requiera. Y por esso conuiene que la leche se tome rezien ordeñada de la teta, porque assi es mas dulçe, de mas nutrimento, mas liquido, mas facil de se conuertir en sangre. La razon es, porque la leche es muy facil de se alterar, y corrõper por la delicadez de su substancia, parece por experiencia, pues tan presto se azeda. Porende si la tal leche se tomare an si, no se quajara. Especialmente conuerna reciente si fuere gruessa. Tomada de otra manera, luego se quajara, y hara pesadumbre en el estomago y ahogamiento en la garganta, como lo dixo Isac, y Galeno. Y deuese tomar en ayunas de mañana, y no se deue tomar otro manjar hasta que se aya digerido, y descendido a las tripas, no se deue comer con cosas azedas, ni con pesces, porque se engeendrara lepra, y otras nfe rmedades.

Isac. di. uni. cap. 17. Gal. 7. met. & lib. de epich. & cat.

De la

De la leche quajada y naçulas, natas naterones, requesones.

CAP. LV.

ODAS las cosas hechas de leche son dañosas, y mucho hierran los nobles y grandes en las comer, especialmente comiendo las tales viandas a la postre de otros manjares, no sabiendo que comiendo las ansi corrompen y alteran los manjares que primero tomaron por muy buenos que sean: Porende dixo Platina. La leche quajada, que se llama requesones, o naçulas, o natas, o quajada se deue comer al principio de la mesa, porque despues de la comida, o luego se empodrece y corrompe, o haze descender el manjar crudo e indigesto. Y allende que haze granedad y pesadumbre en el estomago, embia humos a la cabeça, donde procede ahogamiẽto, angustia, es duro de digestion, y peor que otra ninguna leche, engendra gruessos humores, haze hastio, y camaras deliẽteria, como lo dixo Isac. Y tambien Rasis *Isaac dl. ms. ad cap. 37.*

Rasis. 3. ad Alm. cap. 15 ad Almansor adonde dixo. La leche quajada da hastio, es graue y pesada, y no mueue el apetito, como es el queso fresco. Empero dela nata, o manteca que diremos, sino que es en la leche la parte mas vntuosa, y mas caliente y humeda y de mas nutrimento que la parte de queso, como lo dize Isac en la doctrina quinta. Suele hazer se aquesta nata de la frialdad de partes de noche, conuiene a saber, es aquella parte q̃ nada por encima de la leche, y por esso se llama nata, y es vna cosa muy preciada de los golosos y comedores, no sabiendo q̃ aunq̃ es gustosa y suaue al paladar, empero que relaxa las hebras y instrumentos del estomago, y que porque es de la calidad y substancia del ayre, anda nadando sobre los de mas manjares, como el azeyte sobre la agua, por lo qual se pega en los manjares vna viscosidad, dela qual los mãjares se hazen mas gruessos y deleznables y porende presto descienden del estomago a las tripas, antes que se digieren. Y como sea caliente y humeda, y mollificatiua, no es approuada de los physicos por via de mantenimiento, porque sobre manera relaxa el estomago. Y ansi dixo Rasis.

Isac doct. 5.

Auic. 2. cã. cap. 115.

Rasis. 3. ad Alm. ca. 15

Buti-

Butirum etiam coctum stomachum dibilitat, & dura mollificat. Por lo qual se deuen guardar de lla en especial los flematicos y personas gruessas, porque engorda mucho. Y porē de los muy magros podran vsar della al principio dela comida cō mas seguridad. Delos requesones ay poco escripto delos antiguos, pues tambien son comprehendidos debaxo de la leche quajada sin sal. Delos quales dixo Auicena. *Recocta minus est nociua stomacho quam caseus nouus.* Quiere dezir. El requeson menos dañoso es para el estomago, que el queso fresco. Y por esso dixo. *Quando ex colatur lactis aquositas remanet coagulatiua substantia quæ uocatur in nostro uulgari, recocta &c.* Quiere dezir. Quādo se cuela la agua dela leche, que es el suero, queda en el coladero vna substancia quajada y condensada, con el frio, sin quajo, ni cosa otra que lo quaje, que en nuestro vulgar se llama recocta, o requeson. Esta tal substancia mantiene el cuerpo de vn mantenimiento bueno y conueniblе especialmente si les echan açucar. Es vtil a los hombres de estomago caliente, y a los que padescen camaras de cholera. En especial si los tales requesones son de

Auic. can. 2 cap. 128.

Alia. 5. the. cap. 26.

leche de vaca, porque son saludables alos hombres sanos. Empero no se digieren en estomagos frios. Lo mismo sintio Rasis. Adonde dixo. Massal, que se expone recocta, o requeson. Enfria fuertemente, reprime, y amansa la sed, y tiempla la cholera. Empero es malo para enfermedades de frio, y para los neruios. Esto dixo Rasis, de donde se infiere contra Platina, que los requesones son frios y humedos.

Ra. 3. Alm. cap. 15.

Erron. Platina.

Del queso reziente.

CAP. LVI.

EL queso reziente tiene muchas differencias, porque vno es reziẽte, otro es añejo Otro es medio, entre el reziente y el añexo. De lo reziente. Vnoes sin sal. Otro salado Item ay muchas differencias en los quesos por parte de la leche. Pues vno es queso de leche de ouejas. Otro de leche de cabras. Otro de vacas. En quanto a las calidades auemos de dezir cõforme a Auicena, que el queso fresco y sin sal, es frio y humido engra

Aui. 2. can. cap. 128.

engrado tercero y nutritiuo, y que biē engorda, empero dize que es dañoso para el estomago. En lo qual paresce contradezir a los mas physicos, a Dioscorides Galeno. Pues dixeron. El queso fresco y sin sal que se dize oxigalactino, es el mejor de los quesos, porque es muy deleytoso para el gusto, y no es dañoso al estomago, es mas facil de digestion, y presto para penetrar empero no es de mal xugo. Y por esso el Galeno, dixo en otra parte. Todos los quesos son de mal nutrimento y xugo, sino los rezientes, porque no son de mal xugo en los cuerpos calientes q̄ bien lo digieren, y porende no es conuenible a los frios. Pues boluiendo al proposito. El queso fresco sin sal, no es malo para el estomago, aunque lo contrario dixo Auicena, antes es conuenible, con tal que el estomago no sea frio de complexion, o de humores que corran a el. La causa, por la qual se mouio Auicena a dezir que era dañoso para el estomago, es, porque penso q̄ era frio y humido en tercero grado. En lo qual tambiē se engaño, mouido por la mucha copia de suero que tiene el tal queso fresco: por el qual es de mas nutrimento,

Dioscorid. Ga. 3. de ali. cap. 16.

Li. de bono & malo suc.

Auic. 2. cā. cap. 128.

y humedece las tripas y estomago, pues dixo Isac. El queso reziente es menos caliẽte y agudo que los de mas. Y porende es cercano a ser frio y humedo en primer orden. Y ansi se han de entender todos los authores que dixeron q̃ el queso era frio y humido, como Auerroes, y Almansor. Finalmente, como lo dize Serapion. El queso reziente sin sal quando se como es nutritiuo, y bueno para el estomago, y de buen sabor, q̃ facilmente passa a las venas y miembros, acrecienta y engruessa la carne, ablanda el vientre templadamẽte. Empero ha se de tener obseruãcia que sea verdaderamente reziente, y no de muchos dias, porq̃ el queso que no tiene sal muy presto se buelue azedo. Empero ay algunos physicos que dizen, que el queso fresco de poquita sal, que es mas loable que no el por salar. De lo qual fue author Isac y Auicena en el segundo canon, adonde dixo. El queso salado, no añejo, es mas presto de digestion, que el no salado, y desciende mas velozmente, y porende no es tan daños o al estomago frio, como el reziente, que en ninguna manera tiene sal, y por esso se deue vsar mas que otro ningun

Isac doct. 1.

Auer. 5 col. Ra. ad alm. 3. cap. 15.

Isac. di. uni. cap. 16.

Auic. 2. cã. cap. eodem.

gun queso. Empero deuemos de guardar, que no sea muy salado, porque se haze seco y muerde el estomago, y enciende la sangre especialmẽte si se hizo cõ quajo pues todo quajo, es mordaz y đscatiuo, mayormente si es de liebre porque este calienta de masiadamente y causa en el queso vna qualidad que resquema el gusto lo qual no haze la flor del cardo axonjero o de la alcarchofa. Pues luego, tengasse por conclusion que el queso reziente vn poco salado, es loable, como no tenga tanto de frialdad, y humedad quanto tiene el reziẽte q̃ no tiene sal, ni tanto de calor y sequedad como el salado absolutamente, y q̃ no se coma sobre repleciõ, como lo quiso Hypocrates. Pues hablando del queso dixo. *pessimum est repletos ipsum inter potum bedere.* Quiere dezir. Es cosa muy mala los que estan llenos, comer el queso entre la beuida.

Hyp. lib. de ratione uictus in acu.

Del queso fresco salado, y añejo.

CAP. LVII.

Ansi

ANSI como es muy encomẽdado el queso fresco acerca delos antiguos: ansi ni mas ni menos por la mayor parte es detestado y abominado el queso añejo, aũque no tenga sal, y el queso fresco notablemente salado, porque el queso añejo engendra humores gruessos melancholicos y enciende la sangre, porq̃ es caliente y seco, y muy mas seco q̃ caliente, y porende se cõuierte en humos cholericos por dos razones: y porq̃ se quedo en el cierta vntuosidad y grossura sin ningũa humedad de suero, pues se cõsumio porlos muchos dias, y porque adquirio cierta agudez q̃ resquema por razon del quajo y de la sal. Tiene tambien otro daño manifiesto, que engendra piedras en la vexiga y riñones, especialmente si tras el se comen cosas diutericas y abridoras, y esto no sin causa sufficiente. Porque como engendre gruessos humoree cõ calor no pequeño, que son las causas principales de engẽdrar piedra, y los tales humores seãlleuados por las cosas abridoras y diutericas a los riñones y vexiga, siguese claramente, q̃ se engendra piedra, o humores viscosos gruessos

que

que detengã la orina. Engendra mala san
gre, es difficil de digestion, haze ardor de
orina, y quanto mas fuere cercano a lo
nueuo, tanto sera mejor, quãto mas remo-
to, tanto peor. En esto han conuenido to
dos los phisicos, especial Galeno pues di
xo. El queso mucho tiempo guardado *Ga. 3. de ali.*
causa sequia, y es peor de digestion, y de *cap. 16.*
peor xugo que otro ninguno, porque el
tal xugo es causador de piedra en los riño
nes. Pero de quentos meses se puede de-
zir añexo? no lo puedo hallar de ningun
author, sino que comunmente se dize añe
jo el queso que passa de seys meses, y den-
de seys meses en abaxo, aun retiene nom
bre de queso nueuo, lo añejo dura hasta
quatro años dende ay en adelante no se
puede comer, pero es remedio contra lõ-
brizes y contra peste, y contra ponçoña.
Pues luego el queso añejo es dañoso y malo
ni mas ni menos el queso fresco salado es
malo. Como dize Isac, el queso q̃ tiene mu
cha sal, se haze seco, muerde el estomago
enciẽde la sangre. Y Auic. El queso salado *Auic. 2. cõ.*
es malo para el estomago, y porẽde causa *cap. 128.*
melancholia. La causa es, porq̃ es salado.
Pues luego guardemonos assi de lo añejo,
como

como de lo nueuo ſalado en demaſia, por q̃ ninguna coſa buena tienẽ, ni para la digeſtion, ni para la orina, ni para relaxar el vientre, ni para buen mantenimiento. Eſto dixeron Auerroes, Raſis, Hypocrates.

Auer. 5. colli.
Raſis. 5. ad Almã. Hip. lib. de alim.

Qual ſea mejor queſo.

CAP. XLVIII.

SEGVN que he leydo, el queſo que es medianero entre lo reciẽte y añejo, que ſe dize nueuo, es bueno y loable para la ſalud, y mientras mas ſe allegare a alguno de los extremos ſera peor, como lo dixo Iſac en las vniuerſales, y particulares dietas: y anſi dixo mas abaxo. El queſo blando y molle, es mejor que lo duro, y el eſpongioſo lleno de ojos mejor que lo eſpeſo. Finalmente, el queſo que no es muy lento para partir, ni que muy preſto ſe parte, ſino que es medio, eſte es el mejor, y el que ſe haze de leche vn poco azeda, o azetoſa. Como lo dixeron Auicena, Raſis, Auerroes. Empero entre

Auic. 2. cãcap. 128.
Auer. 5. col. Roſ. lib. 21. cont. ca. 23.

entre las especies de los quesos el mejor es el ouejuno, especialmente el que se haze en Mayo, porque en este tiempo es la leche mejor q̃ en otro ningun tiempo, y es mejor que el queso de vacas, aunque este queso es mas gruesso y de mas nutrimento. Empero lo ouejuno es mas suaue, y de mejor olor, y sabor, y mas conuenible al gusto. Aunque algunos buenos fistores de queso dizen, que se haze vn queso el mas suaue al gusto de quantos ay, de dos partes de leche de ouejas, y vna de leche de vacas. Empero el queso de cabras que vulgarmente se dize, cabruno, es el peor de todos, no ostante que se haga de mejor y mas templada leche. La causa es porque luego se deseca demasiado y se parte mas presto, aunque lo rezien hecho es loable, y de buen nutrimento. Empero para mayor cumplimiento desta doctrina, tres reglas se deuen poner para que se pueda comer el queso sin que haga daño del parescer de los authores. La primera regla, que no coma con cosas diureticas abridoras como con perexil, apio, hinojo, pimienta, o con otras especias, con las quales y queso, suelen hazer quesadillas, o otros mãjares de-

sta

ſta manera, porque las tales eſpecias abri doras hazen yr el queſo indigeſto, antes de tiempo a los riñones, y vexiga a hazer piedras, y opilaciones en baço y higado. Como lo dixo Auicena. La ſegunda regla es, que no ſe coma ſino poca quantidad y no mucha, porque ſiendo en mucha, (como adõde no ſe come otra coſa) haze opilaciones en higado y baço, piedra en los riñones, humores grueſſos y flematicos. Com lo dixo Galeno. La tercera, que no ſe coma ſino deſpues de cena, o comida, quiero dezir, deſpues de los otros manjares, porque anſi conforta la boca del eſtomago y quita el haſtio que ſuele quedar dela vntuoſidad y groſſura de los manjares. Finalmente como ſe eſcriue ad Almãſorẽ, es ſello del eſtomago, quita el aſco de los manjares grueſſos y vntuoſos, y dizen que aprouecha para la cabeça. Pero ha ſe de aduertir que el regueldo del queſo que ſe comio es indicio de ſu bondad, o malicia, porque el queſo que dexo guſto o ſabor en la boca por notable tiempo es ſeñal q̃ fue malo, q̃ y no ſe digerio, el q̃ de preſto ſe paſſo ſu guſto es mejor, pues es indicio que preſto ſe digirio. Son muy ala-

Auic. ibidẽ,

Gale. lib. de ſolu. cont.

Raſ. ad almanſ. 3.

alabados los quesos de Saboya, hazen los quadrados, cõ facilidad se derriten al fuego. Tambien los de Cerdeña, y los de Milã y los de Maiorca, porque son pingues, y gruessos. Son tambien muy afamados los de Parma y Lombardia, de Aragon, y de Nauarra, aqui en nuestro reyno de Toledo alaban el queso de Pinto, y de Peñafiel Empero los que hemos dicho de reynos estraños son muy faciles de se derretir, y deshazer en la boca, como si fuesse manteca.

Que trata en comun de los peſces de ſus daños y provechos.

CAP. LIX.

ER muy antiguo el vso del comer peſces, Ariſtoteles lo refiere, pues tan amplamente trata de todo genero de peſcados por perſuaſion de Alexãdro magno ſu diſcipulo el qual tuuo por gran regalo la comida de los peſcados, y no ſolamente Ariſtoteles, empero otros muchos

eſcri

escriuieron de los pesces, como Ateneo, Mnesistaro Atteniense, Teophrasto Eliano, Oppiano, y en nuestros tiempos Rondoleto varon de mucha doctrina esto entre los Griegos y Latinos. Entre los Arabes Auicena, Rasis Isac finalmente fue su vso tan commun y tan extimada comida, que Hircio dio seys mil morenas para vn combite a Cesar. Y querer contar la gran abundancia que en nuestros tiempos ay đ piscinas seria empeçar y no acabar. Pues luego segun dixo Auerroes. La sangre que se engendra de los pesces, es de muy presta corrupcion, y por esso no es marauilla si de su continuo vso acaezcan muchas dolencias. La causa es como lo dize Haliabas y Isac en sus particulares porque son de complexion fria, y mucho mas humida, por lo qual son aptos a se corrōper muy ayna. Y ansi dixo Auicena. Todo pez es frio y humedo. Y mas abaxo dixo. Engēdra flema aguosa, relaxa los neruios y no conuiene sino en estomago caliente en demasia, y la sangre que del se engēdra en el cuerpo declina, a sutileza. Pues luego tengamos por conclusion, que como los pesces sean frios y muy humidos, estā

Auic. 2. cā. cap. 60.

muy

muy remotos de la bondad de las carnes y de su complexion. Por la qual no conuienen sino a estomagos calientes, y secos especialmente en tiempos y regiones calientes. Y que son muy dañosos para los hombres, y humedos, y muy carnosos. En especial a los que son de neruios mollificados y relaxados, como son los perlaticos, en tiempo de inuierno, o en tierra humida y fria, porque naturalmente entonces enfrian el estomago. Pero conuienē a los q̃ tienen mucha colera, y a los q̃ viuen en tierras calientes, y a los que estan enel estio, multiplican la esperma, y confortan los miembros de la generacion, como lo dixo Rasis. Empero su nutrimento es poco, y desciende presto del estomago: Lo qual se verifica delos peces del rio, porq̃ los marinos tarde descienden, y son faciles de digestion, y de passar por las venas, como lo dixo Isac. Finalmente ellos mantienem poco, y se desmuelen muy presto, y dan poca fuerça al cuerpo, engendran muchas superfluydades y flemas. y causan sequia, y son difficiles de digestion.

Rasis 22. cont. 423.

Isac. di. uni. cap. 59.

De los peſces marinos.

Y CAP

CAP LX.

Ali.3.c.24. lib. de bono & moloju co.

COMO dize el Galeno. Los pesces muertos, o fetidos de mal olor, son muy malos y detestables: tienen grave olor, y son de mal mantenimiento, y son al gusto insuaues. Y poren de aqui no ay mas que tratar dellos, sino de los viuos, y no solamente de qualesquier viuos, sino de los marinos. Porque los pesces son en tres differencias. Vnos son marinos. Otros son delos rios. Otros de aguas mezcladas de la mar y de rios. Delos quales los marinos puros son los mejores. Tras estos vienen en bondad los q̃ son de aguas de mar y de rio. Y despues tras estos los de los rios. Agora no trataremos sino delos pesces que puramente son marinos. Y estos tambien son en dos differencias: porque vnos son de alta mar criados en arenas y piedra. Otros son de las orillas de la mar de junto a las riberas nacidos en aguas someras. Pues tengase por conclusion. Que los pesces marinos son los mejores de quantos ay. Y delos

mari-

marinos ſon los mejores los que nacen en alta mar, por ſer criados entre piedras y arenas, que ſon los mas aprouados de todos. Porque como anden entre piedras y arenas, ſon exercitados, y de muy menos humidades, y ſuperfluydades. De mas q̃ por ſer marinos criados en aguas ſaladas, por la tal ſal ſe conſume mucho de ſus ſuperfluydades y no ſon tan frios y humidos por eſta razon, como los de los rios. Porende ſon mucho mejores, y mas guſtoſos, mas templados, y conuenibles a la naturaleza humana. Engendran ſangre templada, y abundancia de eſperma, no ſon d̃xugo grueſſo, ſino antes ſubtil, y no deſcienden preſto del eſtomago. Y anſi lo dixeron Auerroes. Haliabbas. Y Auicena. Y Iſac en las vniuerſales dixo. Los peſces marinos, ſon mas calidos y menos humidos, y menos viſcoſos: porque la ſalebroſidad de las aguas, adonde habitan, los calienta y corta y conſume ſus humidades, y groſſeza. Y por eſſo ſu gordura es menor que de los de mas. Y dixo mas adelante, que ſon de menos graue olor y faciles de de digeſtion. Empero, que mantienen menos, y que preſto ſe hazen ſangre, y pre-

Auero. ſup. cã. cap. 28. Halia. 5. theo. c. 25. Auic. canõ. 2. cap. 550. Iſaac di. uni cap. 59.

sto se desmuelen y deshazen y se tardan mas enel estomago, y que con el continuo mouimiento de las arenas y piedras se hazen mas tiernos, y mas blandos. Lo qual confirmo Galeno en lo de alimentis. Empero los pesces marinos, de la agua de la mar somera, que es mas cenagosa, no son tales: por causa de la corrupcion de la tierra: y por la suziedad, e immundicie. Empero los pesces criados en aguas mezcladas de rios, y de mar, no son tales: aunque mejores que de aguas puras de rio, como es parecer de Galeno. La razon es, porque por la salebrosidad de las aguas marinas que se mezclan, se consume parte de su humedad, y su frialdad se tiempla: son por la mayor parte marinos la aurata llamada doradilla. El pagro, los atunes los congrios, las rayas.

Gal. 3. alimen. cap. 24.

Galen. lib. de bono & malo succo. cap. 17.

De los pesces de los rios, y quales sean los mejores.

CAP. LXI.

LOS pesces de los rios, como auemos dicho, en comparacion de los de la mar son malos y duros de digestion, y q̃ presto deciende de

Isac. doct. 4. cap. 59.

del estomago, porque por razon de las aguas frias y humidas se hazen mas gruessos, y mas gordos, y mas viscosos, aunque son de mas nutrimento. Empero los pesces de los rios grandes que corren con grãde, e impetuoso y continuo fluxo, q̃ estan apartados de las ciudades, son mucho mejores que los de mas pesces de rios, porque con el tal impetu se exercitan mas y se sacuden de sus superfluydades, hazen se con tal mouimiento mucho mas tiernos, y mas faciles de digestion, y de distribucion, en especial si se mueuen y andan sobre piedras o sobre arenas, porque en tal caso seran como los de la mar. Y aun mas bondad ternan si son de rios someros, que estan junto a tierra de aguas claras y liquidas: Porque como se sacudan y golpeen en la tierra seran mas enxutos de humidades, y seran da carnes menos gruessas, y por la claridad del agua ternan carne mas lisa y subtil, y de menos excrementos: mayormente si estan puestos hazia el viento Septentrional, que se dize cierço: porque con el mouimiento de los tales vientos, la agua se mueue impetuosamente, y la agua mouida rebuelue y sacude a los pesces

por donde crian menos de viſcoſidades y ſuperfluydades, y ſe hazen mas tiernos y menos grueſſos: y porẽ de ſon faciles de digeſtion. Por las cauſas contrarias ſeran peores, y de mas mal nutrimento. Primeramente, ſi ſon de rios que eſtan apar de ciudades, porque como echen en ellos las ſuperfluydades y ſuziedades de las ciudades, hazenſe grueſſos y viſcoſos, y poren de difficultoſamente ſe digierẽ, y preſto ſe paſſan del eſtomago. Lo ſegundo, ſi ſon de rios pequeños, o de eſtãques y lagunas, cuyas aguas, o poco corrẽ, o ſe eſtan quietas: porque como no ſe exerciten, ſino q̃ ſe eſten en occio y ſoſiego, hazenſe de mal ſabor y olor: porque ſe hinchẽ de viſcoſidad, y humedad, y de ſuziedad, como no ſe ſacudã: en eſpecial ſi las tales aguas no tienen arenas ni piedras, ſino cieno y lodo. Lo miſmo ſe dira de los peſces que eſtan muy hondos que no les toca el viento, o ya que les toque, eſtan opueſtos al Auſtral, o abrego: porque como ſea viento humido, hazelos muy llenos de humores, y atapales los poros. Porende menos ſe tranſpiran, y como poreſto ſe hagã mas humidos y mas viſcoſos, ſon peores de dige-

digerir, y engendran vans flemas muy gruessas. De aqui se concluye que en tiempo de tempestades, y vientos grandes, y mouimientos de las aguas, son mucho mejores los peces, y de mejor alimento que quando las aguas estã quietas y sosegadas lo qual sintieron Galeno, y Auicena. Tengamos pues por conclusiõ; que los peces de los rios caudalosos de continuo fluxo y corriente de aguas claras pedregosas y arenisças, someras o puestas al cierço apartadas de las ciudades, son los mejores los contrarios son peores. Estos tales son los que conuienen a las complexiones calientes, y a los mancebos, y a los eticos, en tierras calientes y secas, y en los estios, a los contrarios son dañosos. Suelense criar en los rios las carpas, los carpiones, las truchas, los salmones, los barbos, los burulletes, las anguillas, especialmente el albur, el saualo, y el besugo, y el sollo, q̃ algunos llaman la vallena mansa tiene gran valor, la coruina en Guadalquiuir, el salmon en Marsella, el sollo en Canaria, son tambiẽ muy alabados los peces de Tajo por las arenas de oro.

Auic. 2. canõ c. 550.

De los peſces de las lagunas, y eſtanques.

CAP. LXII.

MVCHO haze al caſo para la bondad de los peſces, ſaber de q̃ aguas ſon, y de que ſe ha mantenido. Porque los peſces de aguas claras corrientes, y que ſe apacientan de buenas yeruas y de rayzes, ſon mejores. Los contrarios ſon malos y por eſſo los peſces de las lagunas, y eſtanques, y charcos, ſon malos y abominables: porque como los tales no ſe puedan mantener ſino de cieno y barro, y ſuciedad: ſon de grauc olor, de mal xugo, engẽdrã gruſſo mantenimiento, deciendẽ preſto del eſtomago, ſon hediendos, y por eſſo no ſe deuen de comer. Al contrario ſeria ſi fueſſen de aguas claras y no turbias, ni eſpeſſas, y que ſe mantuuieſſe de rayzes y yeruas, y grano, porque ſerian de mejor mantenimiento y mas tierno. Y no puede ſer que en aguas detenidas y quietas aya tales peſces: porque como no ſe mue-

uẽ

uē, de necessidad han de hazerse gruessos y turbios y henchir se de ouas, y de vescosidades. Delas quales cosas, como se mātēgā, los pesces han de ser de mal mantenimiento, de mal xugo. Y ansi lo dixo Haliabbas. E Isac en los vniuersales, pues dixo, que en los estanques la mucha viscosidad atapa los poros de los pesces, porēde no se transpiran ni ventilan del viento, y se hazen de carne medio podrida, y relaxada, y gruessa. Y dixo mas, que en los charcos, o estanques, o lagunas, adonde entrā rios, y la mar esta lexos, se hazen mejores pesces, q̄ en las lagunas cercanas a la mar adonde no entran rios. Porque entrando los rios en las tales lagunas, o estānques. lauan se los pesces de sus superfluydades y sacuden se mas. Empero como conoscerēmos, de que pasto se mantienē los pesces, digo q̄ se conoscerā, o por relaciō de los pescadores, a los quales en este caso creeremos, o abriēdoles las tripas y viendo lo que tienen de dentro. Como lo dixo Auicena. Empero deue se notar que como aya pesces que comen carnes como son atunes, y delphines, y los dentoles esturianos y mullos son de muy gruesso alimen-

Hal. 5. the. cap. 25.
Isaac. die. uni. cap. co.
Auic. 2. canō c. 5. 10.

to aunque si vna vez se digieren dan fuerça y firmeza sino que en los mas de estos ay venenosidad. Son muy alabadas las truchas del lago beñaco en el campo de Verona y las tincas del lago pedeluco y del celano, los burgetes del lago Ruscillon y del lago Brachiano y las anguillas del lago hidrio a la halda de las Alpes, y los pesces de las lagunas de Mantua.

De las condiciones de los pesces, si deuen ser grandes, o pequeños, o medianos, o gordos, o flacos.

CAP. LXIII.

OS pesees, ni deuen ser grandes, ni pequeños, sino moderados, ni magros, ni gordos, sino medianos, porque los chicos presto se corrompen, y presto se desmuelen y resueluē. Los grandes como sean gruessos, viscosos, tarde se digieren y presto abaxan del estomago. Los medianos entre grandes y pequeños, son de carne loable, porque no son faciles de se corromper, y resoluer, ni son viscosos y

gruessos demasiadepara ser difficiles de digestion, como lo dixo Isac. ni deuen ser magros ni gruessos, sino medios, porque los magres son de poco mantenimiento duros de digestiõ, de mal sabor. Los gruessos y gordos son por su vntuosidad duros de digestion, engendran flema, y sangre serosa, e ichores, abaxan presto del estomago. Pues luego seran medios que ni seã gruessos ni magros, sino en media manera, porque ansi seran de buen xugo, y faciles de digestion. Pero deuese notar segun Auicena. Que los pesces de duras y firmes, y tiessas carnes, son mejores quando son pequeños. Pero los que de su naturaleza son de blandas carnes, y laxas, que dizen mollicias, son mejores quãdo son grãdes. Porque en los de carnes tiessas tiemplasse la sequedad de su complexion con la humidad de su edad tierna, en los muelles y laxos, quando son grandes la sequedad de su edad, con la humedad de su complexion. Porẽde, como lo dixo Ausonio poeta. El barbo miẽtras mayores, es d̃ mejor carne, como se nota en este su verso. *Raros exerces barbaria tatus. Tu melior peiore ano.*

Aui. 2. canõ cap. 550.

Tu

Tu eres mejor en tu peor edad de vejez empero como dizen los phisicos. En general los pesces medianos, entre duros y laxos son los mejores, y q̃ los pesces d̃ rios grandes, q̃ son de carnes tiessas, duras, con viscosidad son malos y no tales, como los que dizẽ de piedras. Empero que los que fuerẽ tiessos, duros sin viscosidad, son loables y buenos. Llaman se tales los pesces que presto se parten y no hazen correa, porque no tienen mucha humidad ni superfluydad. Tales son los pesces llamados Carpas, Carpiones y Lucios que se dizen Buruietes, Doradillas, Scharos, Truchas, Reos, Bermejuelas, tambiẽ el Besugo que se piẽsa ser, el Pagrus, porque son faciles de partir, y no tienen demasiada gordura. Por el contrario las Anguillas y las Tencas, o Tinchas, Lampreas, son de mala carne, porque son duras y viscosas, correosas, difficiles de partir. Ansi que los pesces medianos engrãdezza en grossura, tiessos, y no correosos al partir son los mejores, como lo dixieron Galeno, y Rasis y Auicenna en el segundo canon, cap. 550.

Gal. 3. de ali. & libr. de euch. & cachoch.

De los pesces de escamas.

CAP.

CAP. LXIIII.

TODOS los peſces que tienen eſcamas, ſon de mejor nutriméto que no los que no las tienen. Eſpecialmente los que las tienen mayores, y en mas quantidad, y los que viuen entre piedras y arenas. La razon es, porque todas ſus ſuperfluydades y humores aquoſos ſe van en el nutrimento y ſubſtancia de eſcamas. Y anſi ſe quedan con poca humidad y ſuperfluydad, porẽ de quedan mejores, y de mejor y facil digeſtion. Y ni mas ni menos, los peſcados de muchas eſquinas ſon mejores, por la miſma razon. Porende ſe ſigue, que como los peſcados de la mar ſean de mas eſquinas y de muchas mas eſcamas, y mayores que los de los rios, que ſon mejores. Porque como digo, ſus ſuperfluos humores ſe van en la ſubſtancia de las eſcamas como vemos en los animales terreſtres, q̃ tienen pelos y cuernos, pues la ſuperfluydad de la tercera digeſtion de los miembros

Iſac en las pticulares.

Raſis. 4. aphor.

bros se va en cuernos, y en pelos. Ansi ni mas ni menos se deue dezir de los pescados, mayormente de las colas, y la carne de junto a las alas y espina de en medio, por el mouimiento continuo, por el qual se purgan y euacuan sus superfluydades. En particular se tiene por singular alimento, la cabeça del sollo, y el paladar de la tinca, y las tripas del scaro: dizẽ ser muy preciadas, y el vientre del salmon, y el higado de la Raya, la hijada del atũ, los lomos de las morenas, y de las lampreas, los hueuos del esturiõ o sollo, y se suelẽ traer salados. Pues luego boluiendo a lo que antes deziamos: todo pescado que tiene escamas es mejor, mas sabroso, mas tierno, y solido, sin viscosidad que otro ninguno, porque es de menos superfluydad y humidad, como son los pescados llamados Scardulas, Ereginas, Vesugos, Atunes, Sabalos. Empero las Anguillas, Lampreas, y Tinchas, son peores, por no tener ansi eschamas. Deuen tambien en el color ser como plateados, porque los de color negro o colorado, o los que tienen color de pauon, que tienen vnas manchas negras y amarillas, naturalmente se deuẽ huyr, por

que

que engēdrā apostemas en los miembros interiores y punturas en las tripas, y opilaciones: engendran mala sangre. Por lo qual las anguillas por su negrura se deuē desechar. Ansi dixo Galeno. La anguilla no es buena en todo, aunque sea de buena agua, quanto mas si fuere de agua encenagada. Por la misma razon son malos, aunque no tanto los pulpos, xibias, como lo dixo Galeno en lo de alimentis capitulo de polipo & sepia.

De bono & malo succo.

Como se deuan preparar los peſces, o peſcados.

CAP. LXV.

DE tres maneras se suelen preparar los peſces, o assando se, o coziendo se, o friendo se. En comun los peſces cozidos en agua son mejores, porque con el tal cozimiento, se lauan y quitan sus superfluydades y viscosidades, y se penetran, y hazen mas tiernos y friables y mas faciles de digestiō. Alomenos son conuenibles a las naturalezas calientes y secas. Empero para las frias y humida

dades deuense dar cozidos en vino fuerte, con pimienta, agengibre, mostaza. A las humedas naturalezas, dēse assados, y adobados con vinagre, pimienta, oregano especialmente las sardinas frescas y el pulpo, porque por su humedad conuienen assarse. A las secas, dense cozidos con sal, eneldo: ansi lo dixo Isac. Los peces fritos son peores de quantos ay, porque no solamente se retienen su viscosidad, empero adquieren mas por el azeyte adōde se frien, y por esso son peores q̄ los que se preparan de otra manera: allende que en demasia reblandescen el vientre, aunque son mas conuenibles a los rezios de estomago. Empero los assados son de mas nutrimento y de mas tardo descenso. Lo cōtrario obran los peces cozidos, especialsi se cuezen en vino con sal y puerros. Pues desta manera descienden presto, y son de menos nutrimento. Esta es la mejor preparacion de los peces duros y no viscosos: porque los viscosos primero que se cuezgan se deuen poner en rescoldo, como lo dixo Isac en sus particulares. Traē se por exēplo las anguillas Lāpreas, que se dizen Lamprete, y las Morenas que se

Isac. di. uni. cap. 61.

dizē

dizen Murene: y las Tinchas que se dizē Phycides en Griego, y en Latin Merulæ las quales comunmente se dizen Merlos: entre los quales se cuentan tambien los Tordos marinos, porque ansi el Merlo, como el Tordo tienē las escamas verdes, pero el Merlo las tiene mas anchas, y segū Plinio anda entre las piedras. De los q̄les dize Ouidio. *Auratis Murena notis Merulæ que uirentes.* Empero los duros y no viscosos, son el Carpion, la Carpa, y de mejor nutrimento es el Carpion, porque la Carpa viue entre cieno. El Burujute q̄ se dize Lucius. El Mero, que segun algunos se dize Murgil, y en Griego Cephalus: porque tienen gran cabeça, aunque no me determino que el Mero sea el Mugil marino, digo marino, porque el Mugil comū, es el Albur de los rios, paresce segun la descripcion de Rondoleto en parte ser especie de Assello, en parte el Attillo, y no es desemejāte del Acipenser, pescado acerca de los antiguos muy preciado. Pero que sea lo vno, que sea lo otro, el es muy preciado, de buen nutrimento. El Escaro, Doradilla, que se dize Aurata, el Sollo que acerca de algunos se dize Lunus, empero

creese ser el Silurus, y reputase por el estu rion que es el Helope de Plinio. El Salmõ el Lenguado, que se dize Solea. La Ostia que se dize Ostrea, el Cõgrio que se dize Conger, el Rodauayo, que se dize Rombus, y el Salmonete que se dize Mullus la Coruina que se dize Coracinus, el Espadarte que se dize Gladius, el Aleche que se dize Scombrus, la Percamarina que es de buen nutrimẽto. El Reo, el qual como algunos piẽsan, no es la Bermeja, porque la Bermeja es vn pequeño pez, y el Reo es grande y semeja ala trucha, y es de mucha suauidad y de buen nutrimento. De los mas trata Plinio en el. 9. de su historia natural. Y ha se de aduertir, que entre estos pescados ay differencias en su bondad y malicia, porque el Salmonete que se dize Mullus, haze daño alos que tienen los nerui os flacos y debiles y a los ojos. Y el Espadarte es mas duro de digestion y mas gruesso mucho que los d̃ mas, por ser pez de mayor grandeza que todos los dichos. Y por esso dixo Vrsino hábiando del Salmonete, o mullo.

Eleg. II. *Quamuis per placcat neruis fert plurima damna.*
Mullus, luminibus sæpe nocere solet.

Pero

Pero antes que pongan acozerse en el caldero: primeramente cuezga la agua o vino en el caldero con sus especias y yeruas, y despues quando ya este hiruiendo la agua o vino, se pongan los pesces en el, porque desta manera se haran los pesces mas sabrosos, y mas digestibles y mejores: deuen ser los pesces rezien sacados de la agua, y rezien muertos: porque de otra manera presto se corrompen en el estomago. Y deue se aduertir que algunos pesces son de mejor alimento quando estan preñados y porende el Horacio dixo que la morena es mejor quando esta preñada q̃ despues del parto y el mugil empero el lobo marino, y el sollo es malo en su preñez. Saty. 8.

De los pescados salados, y galapagos, tortugas, caracoles.

CAP. LXVI.

LOS pesces, o pescados salados, segũ q̃ cuẽta Haliabbas son calientes y secos, porende son conuenibles en complexiones frias y humidas, empero en poca cantidad, y

comidos cō cosas vntuosas, y esto por dos causas. La primera porque presto descienden del estomago y no hagan sequia. La otra, porque no se corrompan facilmēte, tornandose en malos humores: y ansi seran conuenibles a los que tienen flemas y humidades. Empero malos a los melācholicos, y colericos adustos. Aūque deue se notar, que de los pescados, los que fueren blandos y molles, agora sean de poco humor, agora de mucho, no seran buenos para salar, y si dellos algunos son para ello, estos seran los blandos de poco humor. Quales son tambien los pescados, o pesces viscosos de poco humor, pues son buenos para se salar: y en este lugar se puede desatar cierta contradicion de Galeno y Auicena, porque el Galeno enel tercero de alimentis, quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, los quales fuessen mas tiempo salados, empero Auicena en su segundo canon, paresce dezir lo contrario, pues quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, que menos tiempo estuuiessen salados. La qual contradiciō se salua desta manera. Que quando dixo aquello Galeno, entendio lo de los peces visco-

Auic. 2. canō. c. 55.

viſcoſos, y de tiernas carnes, de los quales yua tratado: y es verdad que eſtos ſon mejores quando eſtan ſalados de dias. Empero Auicena ſintio aquello de los peſces ſalados que ſon duros, y eſtos mientras fueren de menos dias pueſtos en ſal ſon mejores, y miẽtras de mas dias peores: porque con la ſal ſe paran mas duros, y mas ſecos. Eſto ſe pareſce a la clara del lib. acotado. Y porende el Aſſello, que en Griego ſe dize Onagro, y vulgarmente peſcado eecial de cordel, mientras mas ha que ſe ſalo mejor es. Lo miſmo ſe dira de la ſardina, que en latin ſe dize Halee o de la ſarda. Lo miſmo del atũ de vn año llamado en latin Pelamis. Lo miſmo de la mielga. La qual aun que es ventoſa, es de buẽ nutrimento mejor que el tollo, el qual es de difficil digeſtion, y de mal mantenimiento. Tambien los Salmones y el Sabalo, que ſe dize Lacia, y en Venecia Cupea, no Clupea, porque eſte es vn pez tan pequeño, que ſe mete viuo en el guarguero del eſturion, o Sollo y le deſangra, como lo dize Plinio. Y el bonillo y arenque, el qual ſe dize acerca de algunos Mena. Pues todos eſtos quanto ha mas que ſe ſalaron, tanto ſon

9. naturalis hiſtor.

mejores. Digo en cõparaciõ dellos, quãdo son reziẽ salados, porq̃ claro esta q̃ no tienen cõparaciõ cõ los frescos sin sal. Empero el lobo marino, que se dize Phoca y el Delphino, Dragon, Vallena, y la Orca q̃ es especie de Vallena, y viene salada de Bretaña, y los atunes grandes, y de dias, quanto mas ha que se salaron, tanto son peores. Pues al fin son de mal xugo, especial el Leon y liebre marina, porque no carecen de ponçoña, porque si viuiendo dañan con el tacto, tambien dañarã muertos. Deue se tambien notar, que ansi los vnos como los otros, como sean salados, son malos, de poco nutrimẽto, sino fuere por via de medicina, pues cierto son buenos para cortar flema, para vomitar, y quãto mas viejos fueren en su sal, tãto seran mas calientes y secos. Empero los mas loables son los que se echan en escaueche que tenga buena parte de vinagre, como lo dixo Rasis. Los Galapagos, Cangrejos, Tortugas, y todos los que tienen conchas de la misma manera, aunque son vn poco de su naturaleza salados, por lo qual relaxan el viẽtre, son juzgados por frios y humidos, Porque vemos que son cõuenibles a los pti-

conti. 24, cap. 423.

ptiſicos y eticos, y a los que tienen calen
turas de muchos dias. Su carne es difficil
de digeſtion, dura, engēdra flemas y grueſ
ſos humores, concilia ſueño, y por eſta cau
ſa tan bien ſon juzgados por frios. Empe
ro los Aſtacos que ſe dizen Camarones
marinos, y los cangrejos, o galapagos ma
rinos ſon de menos frialdad y humidad,
por las aguas ſaladas: y porende no ſon tā
difficiles de digeſtion. Finalmēte ſon da-
ñoſos para el eſtomaga y para ſus tunicas
neruioſas, y por razon de ſu ſalebroſidad
relaxan el eſtomago, y mucho mas los ma
rinos. Eſto dixo Auic. Raſis, y Aliab. Toda
carne de Cāgrejos es en ſu ſabor ſalada, y *Ani. 2. can.*
porende haze a la naturaleza correntia, y *c. 151. Raſis*
es dura de digeſtiō, y el q̄ dellos es de me- *libr. 22.*
nos ſabor ſalado es mas muſculoſo, y mas *c. 394. Ha-*
duro, y mas reſiſtente a la digeſtion. De *lia. 5. theo*
los caracoles que ſe dizen Natex y ay grā *cap. 25.*
abundancia en el mar de Venecia y xibias
y ranas, y animalejos de conchas, poco ſe
halla eſcripto entre los autores, y no ſe
mas que dezir, ſino que de pareſcer de Co
rona florida, ſon de poco mantenimien-
to y ruyn, y ſolo inuentados por manjar

de golosos, y no por via de sanidad, y por esso ay dellos poco escripto. Aunq̃ Galeno en lo de Euchimia dixo. *Ostreæ item buccine, purpuræ, crassi admodum sunt succi, atque omnia deniq;, quæ dura texta integũtur. &c.* Quiere decir, que las Ostias animalicos de cõchas, y las bozinas, y purpuras, son de gruesso xugo. Y finalmente, todas las que se cubren de conchas. Empero el calamar, que en latin se dize Loligo, suele se comer crudo, empero es muy duro de digestion. Cozido, facil, y mejore es el loligo o calamar semejante a la xibia llamase calamar porque es como vna escriuania de caxas y tiutero y quando se cueze sale de ella vn humor negro. Las Ostias si son traydas del profundo del mar, porque estas son mas friables y tiernas y mas faciles de digestion. Las Someras son de muy gruesso xugo, pero tienen se por mejores quando se sacan en el crecimiento de la luna. Ansi lo dixo el poeta Vrsino, diziẽdo en sus elegias.

Galeno. lib. de euchi

Ostrea non damno ponto deducta profundo,
Cum crescunt triuie lumina magna deæ.

Y segũ Galeno son de mejor carne que ningun pescado de concha y son tenidas

por

por muy delicada comida y ablãdã el viẽtre. Entre las quales se cuentã tambiẽ las Telinas, que llama Dioscorides, y vulgarmente Alemejas, el qual es vn manjar ordinario en algunas partes, mueuen mucho a luxuria y son gustosas y suaues aunque de poco alimẽto. Tambien se cuenta entre los pesces de conchas la Langosta, pez no despreciado ni de mal alimento pues se pone en mesas de grandes y tiene en si cosas notables en sus cuernos y espinaço armado de espinas para se detener y pelear. Teme mucho al pulpo y huye dl es semejante al Astaco es muy grato al gusto por el octoño. Especialmente si se toma en la cresciente de la luna, es mas facil de digestion que ningun otro pescado de cõchas come se mejor assado que cozido. Llamãle en Griego carabos este es el pez con que Tiberio Cesar rascuño la cara del pescador que se le presento.

De las condiciones que se deuen guardar en el comer de los pescados, o pesces.

CAP. LXVII.

Ocho

CHO reglas se deuen guardar en el comer de los pesces, o pescados, porque no hagan daño. La primera, que su comida no sea continua por el mantenimiento ruyn que tienen, y por los daños que accarrean. La segunda, que los pesces que se vuieren de comer, sean los mas escogidos, y mas loables, tales son los que no fueren viscosos, ni gruessos, ni de mal olor, ni que presto se corrōpā, y q̄ no seā tomados en lagunas y estanques, o en aguas de pozos, o adōde se echā suziedades, o en cieno, o en aguas en las quales nacen malas yeruas, y que no sean grandes en demasia, sino que en todo sean medianos, que tengan duras y tiessas carnes, que facilmente se partan, y q̄ sean delos q̄ tienen escamas de aquellos miēbros q̄ en ellos mas se exercitan y mueuē como se ha platicado. Ansi lo dixo. Rasis a Almansor. La tercera, que en todas maneras nos guardemos de la leche de los pescados, porque es muy mala y corrompe el manjar que esta enel estomago, y en ella se podresce facilmete. La quarta cōdicion, que nos guardemos de pesces

fri-

fritos y fiambres, en especial si se han puesto en lugar humido y lleno de agua porq̃ acarrea malos accidentes, como lo dixo Rasis, pues suelẽ acarrear todos aquellos daños que suelen prouenir de comer hongos. Los quales daños son squinancia, colica passiõ, angustia, difficultad de resuello, agonia, simcopasudor, frio, y algunas vezes muerte repentina, como lo dixo el mismo Rasis. Item que no se guardẽ en vasos de alambre, o de alçofar porque se hazen veneno mortifero, como lo dixo el autor de las pandectas. Los peces se deuen comer calientes, y no frios. La quinta condicion, que los peces assados, o fritos que se cubrẽ porque no se enfrien, son tambiẽ muy dañosos, porque aquella exalacion y vapor detenido, acarrea vomito, fluxo de vientre, passion colerica, ascos, y aun algunas vezes matan, alomenos hazen faltar el sentido por mas de vn dia. La sexta condicion. Los peces, o pescados no se coman despues de fuertes exercicios, porque facilmente se corromperan, y corromperan ansi mismo los buenos humores q̃ hallaren en las venas, como lo dixo Auicena. Y como lo dixo Galeno en el tercero

Ras. 8. ad Almanso. c. 27.

Idem c. 25.

Auic. 3. pri. doct. 2. c. 7.

ro de alimentis. La ſeptima condicion, q̃ no ſe coman cõ leche, porque acarrearan lepra y ſarna, y otras enfermedades deſta ſuerte, como lo dixo. Auice. La octaua, q̃ quando ſe comieren peſces o qualquier genero de peſcado que tuuiere hueuos ſe arroxen los hueuos, porque ſon vna comida de mucho peligro y daño, porque como dize. Ariſtoteles, los hueuos en los peſces ſon como el ſebo en los animales ſanguineos, ha ſe de entender en quãto a ſu ruyn nutrimẽto, pues en quanto toca a lo demas, ſon muy peores porq̃ tienen venenoſidad de la q̃l careſce el ſebo eſpecialmente nos hemos de guardar de los tales hueuos por el mes de Mayo pues de comer ſemejantes hueuos ſe han viſto muchas vezes muertes repentinas, yo vi por experiencia y por oydas que no pocas perperſonas padeſcieron agonias mortales y ſincopas de auer comido peſces con ſus hueuos, y no ſe eſcaparon ſino por camaras y vomitos echando tan maluados hueuos, alomenos los de los barbos y peſces de lagunas y eſtanches ſon muy peores, q̃ de otro qualquier peſcado. Empero ſon encomendados los hueuos del eſturion, q̃

Auic. ibidẽ.

lla

llamamos sollo. Llaman los en otras partes Cãiarias, comẽse crudos espesanlos y hazen los de grandeza notable, traen los en cubetas. Tambien acerca de algunos son encomendados los huevos del Lupo pez, y del capiton, y de los carpiones, y sabalos, por el mes de Iunio. Empero yo tẽgo por mejor q̃ se arrojen, y por cosa mas segura, aunque sean mas alabados de los comedores.

De los pesces mas usuales y de sus prouechos en quãto a su alimento.

CAP. LXVIII.

EL pescado llamado cecial se piẽsa ser el que dixo Galeno Asellus, y es de tã buẽ mantenimiento que el mismo Galeno le daua cozido a los q̃ padesciã calentura llama se Assello, porque tiene el color pardo como de asno. Ay muchas differencias del asello, el principal es el quella mamos cecial de cordel salado trayte de Escocia, y Ingalaterra es muy alabado, y muy com

mun

mun para los ayunos de la christiandad, llaman le en Francia, Merluz, o Merlo, ay otra especie del asello, que communmente llamamos truchuela, es tambien pardo, auuque tiene ciertas pintillas que tiran (sino me engaño,) ablancas, y este de que es reziente del mar es suaue y delicado, y facil de digerir, aunque no se admite en mesas de cortesanos: porque es manjar vulgar. Ay otra especie de asello, que llamamos abadejo, y machallan, este es de carne viscosa pegajosa, es para las mesa delos pobres, es dificil de digestion, llamase en el vulgar de Francia Golua. Tambien la mielga es pescado en estas partes tenido por suaue, y de facil digestion piensan ser la Galaxia del Galeno, es de blanda carne delicada, y de facil digestion. Es cierta especie de Galeon llamado Achantias, porque tiene vna aguja larga, comese cozido y frito, y es suaue al gusto: llamase otra especie Arterias, porque tiene ciertas manchitas blancas, como lentejas, y es mas duro y gruesso de digestion que el que se dize mielga, y galaxia. Esta segunda especie se piensa ser el Tollo, es difficil de digestion y ventoso. Tambien es vn manjar com-

commun y vulgar la ſardina, la qual ſi es freſca ſe tiene por tan guſtoſo alimento como la trucha, trayſe ſalada, y es muy humida, y por eſſo es mejor aſſada, que cozida, ni que preparado de otra manera, piẽſan ſer la que dizẽ en Griego y Latin Mena. Es de mejor alimento quando eſta llena de hueuos, mueue mucho a camaras, y por ende las llaman algunos cacarolas. La miſma propriedad tienen los arenques, porque ſon de la miſma eſpecie, ſon muy buenas las freſcas de Galicia, traenſe para nueſtras partes ſaladas, y en eſcaueche. Empero ſuelen prouocar a vomito, y embian vn humo malo a la cabeça, el qual cauſa dolor de cabeça mordicatiuo, engendra flema ſalada, y ſarna, y lepra: Empero ſi ſe come en eſcaueche de mucha miel y vinagre corrige ſe mucho. Tambiẽ el congrio eſ peſcado muy vſual, anſi freſco, como ſalado, dize Galeno, ſer de dura carne y difficil de digeſtion, es peſcado ternilloſo, y halla ſe de tan gran cuerpo que apenas ſe puede traer en vn carro come carnes humanas, y otras qualeſquier, es largo y redondo es de mal mantenimiento, ſi ſe come contino cauſa lepra, y apoſtemas

gruef

gruessas,y melancholicas no le comen sino los Españoles,quando esta seco salado se suele cozer con garbanços y puerros,y castañas secas,haze se de gruesso nutrimẽto,y si se digiere da mucho, pero no bueno,porque es ventoso, haze ascos en el estomago,y regueldos,empero corrige se con la salsa que le hazen de vinagre y pan y garbanços majados con especias. El sollo,como diximos,es pez de gruesso mantenimiento,tiene su carne sabor de ternera,pero es muy ventoso,su continua comida causa colica passion, es para mesas de grandes su higado,dizen,ser muy preciado,el Atun,es puerco marino, segun algunos, porque se mantienen de vellota como el terrestre,y de carnes y de otros pescados, es de carne suaue y gruesa, de que es de vn año o poco menos se dize palomida,y en Latin pelamis,y en esta edad es de muy suaue carne,y es de mesas de principes,de que es viejo es de muy mala carne,y viciosa causa punturas en las tripas, trayse salado por el estio, ay gran abundãcia en España enel estrecho de Gibraltar, y en las columnas.Tambien se vsa mucho entre señores y grãdes la comida del pez

Empe

Emperador, que por otro nombre se dize espadarte porque tiene enel hozico vn guesso o ternilla a manera de espada este pescado aunque al comer es suaue, es difficil de digestion, aunque despues de digerido da mucho nutrimẽto, halla se de tãta grãdeza q̃ algunas vezes no se puede lleuar en vn carro. Ay otro pescado comun que dizen, sabalo, y en otras partes saboga, piensa ser la clupea de Plinio, llama se en latin Alosa, tiene el lomo verdinegro, y lo de mas de color de plata, haze mucho estallido al tiempo que se frie, y salta de la sarten, tiene infinitas espinas, y porende es carne peligrosa al tiẽpo del comerse, es mejor el del rio y mas sabroso que el del mar, toma se gran copia a la primauera, ay gran copia en Leon de Francia, enel Rio Araris, suele se traer salado y abierto, al principio del estio, y llaman le sabalo de Azamor es muy esquinoso, como digo y causa esquinancia si se come mucho del causa sequia, es de mal mantenimiento, aunque el pequeño y fresco, que llaman saboga es suaue, y facil de digestion, el vesugo es tenido en España en el ayuno del uiento por vn pescado muy preciado, es

de muy ſuaue carne traeſſe de Laredo para lo de mas de Eſpaña por el inuierno cõ difficultad ſe halla, que peſcado ſea acerca de los antiguos, algunos ay que piẽſan ſer la Aterina, empero es manifieſto engaño, porque la Aterina es mucho menor aũ que tiene ſu figura, otros pienſan ſer el lauarono de Italia, y tãbiẽ ſe engañan, porq̃ el lauarono tiene mucho mayor la cabeça y de hueſſos mas duros, otros pienſan ſer cierta eſpecie de Gauia de carne blanca, y tambien ſe engañan de manifieſto, como en el vno y el otro peſcado ſe parece. Otros pienſan ſer el pagrus, y los que lo piẽſan no ſe engañan mucho, y porende en cierto capitulo paſado, yo afirme que era el pagrus con todo eſſo pienſo auerme engañado, porque el pagrus es algo differẽte, aunque tan ſemejante que ſe trae entre los veſugos, y ſe cuenta por tal. Otros piẽſan que es el peſcado llamado lucerna, y vulgarmente vellugo, porque vellamente reluze de noche, y anſi en Eſpaña corruptamente le dizen beſugo. Yo a la verdad ambiguo anſi en la opiniõ que haſta ahora he tenido como en las de mas, pienſo ſer el peſcado que en Griego ſe dize

Eri-

Erithrino y en latin Rubellius, y porende en la marina le dizẽ. Rosella, y este mismo se llama por diuersos nõbres como quiera que sea es de buen nutrimento y suaue desata el vientre y mas si esta en escabeche por ser de carne seca (quiero dezir sin gordura) semecha con tozino y ansi se pone mas suaue al gusto es dañoso para la tosse y asma, porque es flematico y de gruessa substancia especialmente mechado con tozino, en este pescado no se halla macho ni hembra porque todos tienen hueuos. Ay otro pescado que se dize Melua toma se copiosamente en Murcia es de carne muy viscosa y pegajosa en tãto grado que con ningun adobo ni sal se quita su vescosidad, sus tripas y entrañas son temidas por regalada comida, lo de mas es mantenimiento muy commun de jornaleros y segadores, es muy semejante en su figura al pescado llamado Bonito, pero en gusto y qualidad, y en Sbia muy differente tiene vna propriedad que por qualquiera parte que le abrã por pequeño que sea el agujero, por ay se va todo poco a poco, sinque quede carne ni huesso, como quien pinça vn cuero, Hazia el mar occeano ay ciertas

issas que se dizen Moluas por la abundancia que en ellas ay de este pescado.

La boga, segũ delphilo, es como vna sardina grata al paladar, cozida es de facil digestiõ, llamãla en Venecia borca y booba, empero assada y cozida es de muy suaue alimento, y mas gustoso, puede se dar cozida con mucha seguridad alos que tienẽ calenturas, la trucha se piẽsa ser el pez llamado de Ausonio poeta selar, porque dize, que tiene ciertas betas colorados, como las vemos en nuestras truchas, aunq̃ (como dize Campegio) se hallan truchas de mãchas negras, empero su carne es por la mayor parte blanca, aunque muchas vezes se halla tenerla colorada, como el salmon, y a esta llamã trucha salmonada, porque es media entre la trucha dela carne blanca, y el salmõ, hallanse en los rios y en los arroyos de España, y en muchas partes de Francia, y de Italia, es de excellentissimo mantenimiento, y de tanto gusto que no es menester salsa para las comer, la mas salubre comida es quando las cuezen con vinagre, fritas pierden mucho de su gracia, empero suelen se echar en pan para guardar se muchos dias, hallan se truchas

de

de differentes maneras, porque en algunas partes se hallan con dientes, como lo escriue Aeliano, y en otras, sin dientes, como en nuestras partes, porque es vn pescado muy manso y que no tiene otra defensa sino saltar y esconderse en cauernas y agujeros, adonde se toma, y dize Campegio, que se dizen truchas porque se metē y esconden en agujeros, que en Francia llaman trotos. El salmon, segū algunos, es la trucha del mar es tenido cōmūmēte, por el mejor pescado q̄ ay en mar, y en rios, y ansi lo quiso Massario, empero ser esto error, y no pequeño, todos los medicos lo affirman, porq̄ su carne es de diffiicil digestiō, y muy greuessa y vētosa, porq̄ se ha visto por experiencia muchos que le hāvsado, auer muerto y peligrado de colica passiō empero en los que fueren robustos, y de estomagos rezios hazese buen mantenimiento, en los que fueren flacos, gruesso y ventoso, su cabeça es tenida por mantenimiento preciado de señores, si la cuezen en vino con clauos, pimienta, agengibre, canela, suelen guardar le hecho pedaços y frito redondeado de clauos, tambien en sal, para los ayunos de la quaresma, des-

pierta mucho la gana de comer, y haze muy gustosa la beuida, si estuuiere rezien salado, es mejor salmon el que se toma en los rios, (pues es cierto que salta del mar en los rios) q̃ no el que se toma en el mar. Tambiẽ el burugete llamado en latin Lucius, porque se sustenta de lodo es vsual mantenimiento en muchas partes, adonay rios, es su carne dura de digestion, y de mal nutrimento, porque come cieno, y es tã goloso, que se auerigua comer se los anadones que nadan en los estanques adõ de esta, come se los pesces pequeños, aunque seã de su genero, y las ranas, y por esso donde este pescado abunda no ay ranas el burugete de mayor cuerpo es tenido por mejor comida que el menor, tiene la cabeça muy estendida por la agua, y siempre tiene la boca abierta, y llena de diẽtes suelẽ comer le cozido y adereçado, cõ mãteca y mostaza, y tambiẽ frito cõ pebre es muy gustoso, si le sajan y echan dentro de las sajaduras manteca de vacas derretida. Ay gran abundancia en Ingalaterra, adõ de se cuenta vna marauilla de ellos y es, que los tenderos o pescadores que los vẽden los abren el vientre para que vean su

gordu-

gordura, y si acaso no los venden les tornan a echar ansi abiertos en la agua y tornã a rebiuir, porque su llaga luego se suelda. Tienen sus entrañas gran propriedad de cuajar la leche, y dizen, que es muy gustoso el queso q̃ se haze con ellas. La Anguilla segun dize Aristoteles, no se engẽdra sino que es vn pescado que nasce de los lodos y limo de los estanques, y ansi en las anguillas no ay macho ni hembra, porque ni nasce por parto, ni de hueuos. Alguno s quieren dezir que las anguillas se ayuntan con las culebras, y que porende son venenosas, y Plinio dize, que las anguillas se rascan y refriegan cõ las peñas, y que del cuero que salta de ellas se engendran anguillas. Halla se por experiencia, que biuen fuera de las aguas, y no siempre, sino quando anda cierço: mantienen se de lodo y de cieno, y comen ranas, y carne, son muy malas las de los estanques, y las de los rios, no son buenas porque aunque su carne es muy blanda y dulce, es muy glutisa y viscosa, y tray muerte repentina porque, como por su dulçura se dexa comer mucho mata de presto, y esta comprouado por la experiencia de los medicos,

que ſu carne cauſa piedra de riñones ; y de vexiga y gota artetica, preparâſe de diuerſas maneras, quitado el cuero ſe cuezẽ en vino, y en agua cõ pimienta agengibre, canela açafran, otras ay que no les quitan el cuero ſino deſpues de cozidas, otras las aſſan en parrillas, empero las anguillas mayores mejor ſe adereçan aſſandoſe en vn aſador, y comen las con ajos y azeyte, empero las anguillas que paſſan del rio ala mar ſon mejores porque eſtas tales anguillas ſe corrigen con la agua dela mar, y ſeles quita ſu malicia, y venenoſidad. Tambien la lamprea es vn mantenimiento tã preciado en las meſas delos Illuſtres que no ſera razon paſſar ſin dezir ſe algo de ſu carne, eſte peſcado es ſuaue al guſto a la fin del inuierno y principio del verano y no al fin quando entra el eſtio porque entonce eſta muy duro por razõ de cierta cuerda, o ternilla q̃ ſe ha endurecido en ſu lomo por aquel tiempo, dexemos de traer las opiniones de los muy eruditos ſi ſea la muſtella o comadreja marina, o ſea ſanguiſuela muy creſcida, porque tiene la boca muy hueca a manera de ſanguiſuela, o ſi ſea la morena, o ſi ſea anguilla,

guilla o si sea el pez, llamado remora que detiene los nauios, como lo penso Oppiano, porque seria largo de contar, solamente digamos que las lampreas tienen catorze agujeros sin aletas por donde respiran siete de cada parte quales ningun otro pescado tiene. Finalmẽte la lamprea es suaue al gusto en la primauera quando es quaresma, empero su alimento es muy viscoso, como el de la anguilla, y duro y mas vale el guisado con que se come que no ellas, porque si a los cueros adereçassẽ con tantas especias y adobos se podrian comer, de donde se paresce quan malo es su alimẽto pues ha menester tanto aparato para que se coma, muchos las comẽ assadas en assador cõ çumo de limones, otros echadas en pan con el liquor, que de ellas sale, y con especias se haze vn manjar tan gustoso que al sabor meten en su cuerpo enfermedad y muerte. Ay tambien ciertos peces muy pequeños que llaman lampreas empero estos nunca crescen sino q̃ se quedan pequeños, y con estos suelen lãprear los capones, y los cabritos quando los assan, haziẽdo ciertos agujeros en sus carnes y metiendo en ellos aquellos pes-

ces pequeños. Empero nadie comio carne lampreada de esta manera, que no sintiesse gran fatiga en su estomago. El mero es vno delos mas preciados pescados que se ponen en las mesas de los señores, pero tambien es difficil hallar como le llamen los antiguos. Finalmente por euitar prolixidad: el es vna especie del pescado llamado mugil o capiton, porque tiene grã cabeça: la qual esconde huyendo de su enemigo teniendo todo lo de mas del cuerpo a fuera y como se halle Marino, y de rios, es muy differente el vno del otro, porque, segun algunos, el mugil del rio es el albur llamado en latin alburnos, y este es muy inferior en bondad y suauidad de carne al mugil del mar, que pienso ser el mero, tiene pocas y pequeñas espinas y como tenga carnes gordas, y magras, el que fuere de carnes magras es mas suaue y mejor, y muy mas delicado al gusto porque el de carnes gruessas y pingues no es tan gustoso, ni tan bueno. Antes por el contrario causa muchas crudezas y malos humores porende se deue preparar con oregano. El Mero reciẽ salado es mejor que el fresco, finalmente, es de car-
ne

ne ſuaue y facil de digeſtion, aunque en los que no eſtan vſados ale comer cauſa aſcos enel eſtomago, y regueldos, ſu cuajar aſſado dizen que reſtituye la gana del comer perdida, como el dela gallina, ſus hueuos ſon muy preciados, y los guardan por grã regalo, empero adereçan los primero con poca ſal y vinagre, el pulpo tambien viene a nueſtras partes por tiẽpo de quareſma: llamaſe anſi por la muchedumbre que tiene de pies los quales por la mayor parte ſon ocho alcabo de los quales tiene cierta concauidad con la qual arrebata tã firmemente que no dexa lo que anſi arrebata: haze mencion deſte peſcado, Ariſto teles, y Aeliano: comeſe aſſado y cozido, y mejor es cozido en agua y en ſu tincta y de eſta manera relaxa mucho el vientre, aſſado es duro de digeſtion deueſe primeró açotar con vnas vergas muchas vezes: no ay peſcado que tanto mueua a luxuria como eſte. En fin ſu carne es dura de digeſtiõ empero ſi ſe dixere da mucho y firme mãtenimiento, trayſe de Venecia, y de Eſclauonia ſalado. Traenſe tambien por gran regalo a eſtas partes vnos peſcados llamados en Eſpaña lenguados y azedias, los lẽ

gua-

guados se dizen en latin buglosum, y solea, porque tienen figura de vna suela de çapato, es semejante al pez llamado paxaro, y es mas suaue y mejor que el paxaro, es tenido por manjar de principes, blando y muy delicado, su carne es firme y blãca, trayse de lexanas partes y conserua se por mucho tiẽpo: trayse del mar de Narbona, tiene alguna vescosidad: empero pierdese en su adobo, suelese freyr, y comer con çumo de limones. Ay otro genero de buglosso llamado azedia, es tambien de suaue carne, aunque no tanto como el lenguado: llamã le en Narbona prepeyre aunque en esto no ay pequeña dificultad, porque otros dizen que es cierta especie de paxaro pez que en Francia dizen Flex, que es de blanca carne y blanda, Empero vemos que la azedia tiene carne dura y blanca, y porende paresce ser la otra especie de lenguado que llamã en Francia pela, es menor que el lenguado, y se dize soleola, mueue mucho el appetito por cierta azedia que tiene del adobo, aunque es duro de digestiõ, y suele causar en las mugeres mal de madre, la dorada pez es muy preciado, como su nombre lo demuestra

en

en noblece la mesa a dōde se pone por ser tan gusto y preciado que segun Eupoti, se vēdia por grā precio, hallase tā grāde como vn cobdo, y la menor de vn palmo, la grāde no es de tā buē alimēto, es pescado sabrosissimo, y muy agradable al paladar, mantiene mucho, es muy excellēte la que se toma en el Oceano. Suele se salar y guardar se, en algunas partes se cueze en vino aguado con passas y pimienta, en otras partes se assa en parrillas y añaden sobre ella manteca de vacas, y azeyte, empero la salada pierde mucho de su gracia. La xibia el pescado calamar, son de facil digestion, y suaues y mas la xibia que el calamar, el qual se come con vn humor q̄ echa de si como tincta, y es suaue y mueue mucho a camara, llaman le los Franceses caseron, y dizen, que la xibia haze pingar las almorranas. La coruina llama se en latin coracinus: halla se de vn cobdo en grandeza, segū dize Ateneo es gruesso y de mucho alimento y no malo y que facilmente se digiere, ay otro pez llamado cueruo semejante al vesugo, empero no es de tanta suauidad. Aunque Ambrosio en su Hexameron dize, ser muy tierno, piensa ser el pam-

pampano, ſuelen ſe guardar hechos troços en vinagre y pimiẽta, las ramas no ſon reſcebidas de los labradores, porque dizen que ſe ajuntan con los ſapos. Solianſe comer ſolas las ancas, y ya ſe comẽ todas † fritas con harina, y echando ſobre ellas vn poco de apio, ſon muy ſuaues. Empero cozidas y deſpues cõ pimienta ſon de ſuaue y buen nutrimento, y no es maravilla, que comamos ranas, pues los Romanos aora comen vnos guſanos que dizen coſſos. Los quales ſe hallan entre las cortezas delos arboles. Las ranas comidas ſon contra ponçoña, y contra hechizos ſi ſe cuezẽ con azeyte y ſal.

† quitada la cabeça, entrañas, y pies. Pimienta, y perejil cozidas cõ agua, ſal, azeite, y perejil, y despues ſe cuelan y ſe pimienta encima.

Fin del ſegundo libro.

LIBRO TERCERO, DE AVISO de Sanidad, que trata de las ortalizas, legumbres.

De la ortaliza, y como las cosas de ortaliza se deuan conocer en sus calidades.

CAP. Primero.

COMO muchas vezes vsemos de ortalizas, ansi en ensaladas, como enteras, y cortadas, pareciome poner algunas reglas, por las quales vēgamos en noticia dellas para ver las que son dañosas, y las que son vtiles y prouechosas. Y porque esto no se puede saber sin que primero conozcamos sus calidades, sera bueno poner algunas reglas pa saber quales ortalizas sean calientes, quales frias. Pues luego para conocer que son las qualidades que predominan enlas tales ortalizas, diremos. Que aquellas tienē mas calor, las quales puestas al olfacto echan

echan de si vn olor bueno o agudo, como lo dixo Auicena en los Canticos. Adonde dixo, q̃ se juzga qualquiera flor, o qualquiera cosa aromatica, por caliente en el olor agudo, exceptas estas cinco cosas, Arrayhan, Sauze, Nenufar, Rosas, Violetas, Sandalos, Alcanfor, Camphora, porq̃ estas, aunque son olorosas, son frias. Todas las demas cosas olorosas son calientes, y por esso dixo en otra parte. No ay olores agudos sino en substancia caliente porque como lo dixo Galeno. Ninguna cosa es de olor, sino la q̃ es de substancia caliente, porq̃ por la mayor parte echa de si vapor mas que otra cosa alguna. Y por esso dixo Aristoteles. El olor es cierto calor, y las cosas de buen olor son calientes, y porende liuianas, y por esta via podremos conocer las cosas calientes y las frias porque si las calientes fuerẽ olorosas, las frias no ternan olor, alomenos que sea agudo. La segũda via para conocer las qualidades, es por el gusto. Porque si la ortaliza fuere al gusto desabrida, como es la lechuga, la calabaça diremos con osadia ser fria, pues como lo dize Galeno. Toda cosa đ sabor de agua es fria, pero si fuere dul

Auic. in cãticis. text. cõmẽta. 122.

Auic. 2. can. cap. 3.

Gal. 4. de simplic.

Arist. 12. pro. pro. 31

Gal. Ibidem

ce,es caliente y humida con ygual grado, anſi como lo dixo Auicena. Si fuere amarga,es caliente y ſeca en tercero grado. Pero ſi fuere ſalada es caliente y ſeca en ſu ſegundo grado. Pero ſi fuere de vn ſabor agudo, o mordaz que reſquema como el ajo,y la pimienta es caliẽte y ſeca en quarto grado.Lo miſmo diremos de las coſas, frias,porque ſi fueren azedas de ſabor de vinagre,diremos que ſon frias y ſecas en ſegundo grado: pero ſi fueren de ſabor adſtrigente auſtero,diremos que ſon frias y ſecas en tercero grado,pues luego por el olor y por el ſabor vernemos en conoſcimiento de la complexiõ de las ortalizas, aunque tambien por otras coſas ſe puedẽ conoſcer,pero principalmente por el guſto y olfacto.

Auic.2.cant. cap.3.

Que las coſas de ortaliza no ſon buen mantenimiento,en eſpecial ſi ſon ſilueſtres.

CAP. II.

Onoſcidas las calidades delas coſas de ortaliza, facilmente podra cada vno ſaber qual genero de ortaliza le conuenga y qual no,ſupueſto que el vſo

continuo de ortaliza no es conuenible para la salud del cuerpo humano, antes por el contrario es malo, porque como dize Auerroes. Todas las yeruas de su naturaleza inclinan a engendrar humores melancolicos, excepto la lechuga, borraja, lēgua de buey, escarola, achicoria. Por lo qual, como el dize no conuiene por via de mantenimiento, sino por via de medicina, para refrescar y humedecer, en especial en tiempo de estio en tierras calietes. Como en tiempo de inuierno cosas de ortalizas calietes: pues Auicena dixo. Que el conseruador de la sanidad estudie en no dar mantenimientos medecinales, como son cosas de ortaliza, y fructa verde, y otras ansi, Porque si fueren de substancia subtil, engendran sangre subtil, y queman la, si fueren de substancia gruessa, engendran flema, y humores que agrauā la virtud. E tambien Galeno dize, ningun genero de ortaliza es de buen mantenimiento. Lo qual tambien aprouo enel libro de los alimentos, a donde hablādo de la lechuga dixo conuiene saber de todos los generos de ortaliza engendrase poquita sangre, y de ruin mantenimiento, empe-

Auer. 5. coll.

Auic. 3. pri. docto. 2. c. 7

Gale. lib. de euchimia et cacoch.

Ali. 3. c. 38.

empero dla lechuga ni se engẽdra mucha ni mala sangre ni absolutamente loable: Empero haziendo comparacion de las ortalizas domesticas, q̃ son las de los huertos o huertas, a las silvestres que nascen en los campos y mõtañas, hemos de dezir con Isac, Que las yeruas nascidas en lugares vmbrios y humidos son mas faciles de digestiõ, y mas faciles de penetrar, por las venas, aunque por su mucha humidad son tardas de se assimilar a los miẽbros, engendran sangre subtil y aguosa de poco y no loable mantenimiento, Empero las yeruas silvestres son al contrario, porque son duras y difficiles de digestion, y de penetrar, Pero son mas prestas para se assimilar a los miembros y de peor nutrimento o mantenimiento, y assi lo dixo el Galeno. Todas las ortalizas silvestres son vltimadamente de mal xugo, y puso por exemplo la lechuga câpesina, y de la misma manera son muy malas todas rayzes de las ortalizas, y rauanos y ajos. Porloqual todo genero de ortaliza, especial de la campesina, se deue dexar porque es mala para la sanidad, loqual se deue entẽder por via de mantenimiento, quando quere-

dieti. uniuẽ. cap. 12.

Gal. libr. de cuchi. et cacochi.

remos restaurar o reparar los miembros resolutos y desustanciados, porque en tal caso serian cosas de ortalizas dañosas de poco y mal mantenimiento. Otra cosa seria en tiempo de enfermedad, como si vuiesse fiebres, porque entonces por via de medicina conuernian lechugas, escarolas achicorias, o frutas como granadas mançanas, o quando por mucho calor quisiessemos refrescar, por el contrario en enfermedades, y disposiciones frias se deuria hazer.

De los grados de las medicinas a donde se trata de las ensaladas.

CAP. III.

PORQVE muchas vezes hemos hecho mēciō de los grados de las medicinas. Pues vnas son calientes, o frias en primer grado. Otras en segundo. Otras en tercero. Otras en quarto. Aquella yerua o medicina se dira caliente en primer grado q̄ es obscuramente caliente de suer

te, que notablemente no saca el cuerpo, fuera de su natural complexion a le alterar en calor. Como podemos poner por exemplo a la mançanilla. Empero aquella yerua o medicina sera caliente en segũdo grado, quando notablemente, calienta de suerte que el cuerpo sienta de la tal yerua o medicina algun calor. Como es el hinojo. Empero aquella yerua o medicina se dira caliente en tercero grado, quando de tal suerte calienta a nuestro cuerpo que le haze enfermar, o le haze auer demasiado calor: como es la mostaza y pimiẽta. Empero aquella yerua o medicina se dira en quarto grado caliente, la qual ya quema y adure, o mata al que la toma. Lo mismo se dira de las medicinas frias. Vengamos pues aora a los mantenimientos medicinales, y pongamos exemplo en la ensalada, la qual en latin se dize Acetaria, es cierta mistura que se haze de yeruas diuersas crudas con azeyte y vinagre y sal. Tiene esta manera de comida mucha gracia y autoridad por todo el año, especialmente en la primauera quando empieça la quaresma porque en ningun otro tiẽpo es tan agradable, come se al principio

de los manjares para despertar la gana de comer, y para refrescar el calor, y porende se deue comer en poca quantidad y cō moderacion, porque de otra via, digo haziendo comida en tal manjar, causar se hā muchas enfermedades y daños en el cuerpo humano, porque cierto no se deuē poner en las mesas por razon de mantenimiento, antes por razon de remedio medicinal, como hemos dicho, porq̄ es cierto que comiendo ensaladas desmoderadamente se congela en el estomago vn çumo verde: el qual causa aquella maligna colera llamada porracea, que es como color de puerro, qual vemos que se echa por vomito, la qual colera no se engendrara de carnes, ni pescados, ni de pan, ni de otro mātenimiento semejante. Y ansi segun trae Campegio, se engendraua mucha lepra en las regiones de Egypto, por comer mucha diuersidad de ortalizas, por ser vna tierra tan fertil. Mas empero no traygamos exemplos de tierras lexanas, si no vēgamos a nuestras tierras, en las quales por experiencia vemos que los que hazē comida de ensaladas y ortalizas tienen en sus gestos y caras mas diuersos colores q̄

el

el arco celestial, y esto no lo digo, por quitar el vso de las ensaladas, sino para que en ellas se ponga moderacion, y que se haga de ortaliças calientes y frias, para que las vnas se tiemplen con las otras. Ansi como haziendo ensalada de lechugas, y de mastuerço, o sino poniẽdo en lugar del mastuerço, poca cebolla con mucha mayor parte de lechuga, o de escarola. Los flacos de estomago, y viejos deuen comer la ensalada cozida cõ poco vinagre, y muy aguado y con azucar. Las ensaladas del inuierno deuen ser de berros, escarolas, borrajas, guardãdo siempre de echar muy poquita çebolla, y puerro, y rauano, porque si echan en notable cantidad causarã en los cuerpos fiebres y pestilenciales enfermedades.

Que tracta de las azederas, y apio, de sus daños y prouechos.

CAP. IIII.

VES luego vengamos a ver uas particulares, que se comẽ y venga primero la azedera, que se dize oxalis, en latin acetosa, esta es fria en primer

grado, y seca en segundo, reprimela colera estriñe el vientre, mata la sed, como lo dize Auicena y Rasis. Y porende conuiene al fluxo de vientre y dissenterias. Ay otra especie que se dize romaza semejãte a la acelga la qual adereçada como la acelga es mas suaue; cozida ablãda el vientre da gana de comer, ansi de la romaza como de la azedera se haze salsa para los manjares como del agraz y su çumo no tiene menor gracia que el agraz en tiempo del verano y del estio: de ellas cozidas y de las alcaparas se haze ensalada para despertar la gana de comer. El Apio es caliente en primero grado y seco en el segundo, como lo dixo Auicena. Esta yerua resuelue vẽtosidades, abre opilaciones, aplaca dolores, prouoca vrina y sudor. Empero por via de mantenimiento es mala yerua porque daña al estomago, mueue gota coral, incita a luxuria, haze apostemas, y pustulas, en la cria o criatura que esta en el vientre, disminuye y mengua la leche que tiene la muger en las tetas. Porque irita a coito y luxuria. Y tambien esto dixo Isac, y Rasis y Auicena. La razon porque causa gota coral y daña al estomago y a la madre,

Auic. 2. cã. cap. 4

Ras. 3. ad Almãs. c. 18.

Aui. 2. cã. c. 56. Ras. 23. cõt. c. 608.

dre,es,como lo dize,Isac, porque abre camino para que los humores y superfluydades corran a la cabeça, y al estomago a la matriz,porlo qual se engañan los que dizen que conuiene al estomago, tiene empero virtud de quitar el mal olor ala boca.Especialmente quãdo es de vino, o de comida de ajos.Esta yerua es muy conueble para guisados ,porque es grata al paladar aunque no al estomago, porque haze buen sabor en las carnes ansi cozidas como assadas mueue orina y quiebra la piedra de vexiga y riñones.

Rasi. Auic. ibidem.

Del basilicon mayor y menor,que se dize albahaca.

CAP. IIII.

Porque algunos suelẽ echar albahaca en las ensaladas,tẽgo por biẽ de escreuir algo della.En quãto tengo entẽdido el basilicon mayor(del qual aora tratamos)que en nuestro comũ hablar español se dize albahaca, de las hojas anchas,es caliente en segundo grado,y seca en primero, como lo dixo.Isac por

Gale. lib. de morbo & syn. authoridad del Mesue en las particulares y Galeno pues dixo. Que el basilicon, engendraua roxa colera, tiene facultad de mouer ventosidades y de engēdrar leche, es de difficil digestion, y haze obscuridad en la vista, engendra sangre melancolica, como lo dixo Auicena. Empero el basilicon menor, que se dize gariofilato, es caliente y seco en segūdo grado, como lo dixo Auerroes: cōuiene para el salto del coraçon, abre las vias del celebro, alegra, vale contra almorranas y melancholia, Empero dixo Rasis que el Albetarogi, q̄ es el Basilicon menor acarreaua dolor de cabeça, y que deseca la leche y esperma, y dixo Serapion, que conuenia para el estomago y higado frio y para el coraçō por via de remedio, porque por via de nutrimento es malo, de mal mantenimiento, dificil de digestiō, como lo dixo Rasis por lo qual no aconsejo a nadie le coma en ensaladas, ni por si. Aunque Galeno, y los de mas Griegos parezcan en alguna cosa contradezir a estos Arabes, porque dizen ser contrario al estomago, especialmente Crysippo, que dixo causar tristeza lo

Can. 2. c. 16

Auer. 5 col.

Rasi. cōt. 22 cap. 534.

Ibidem.

lo qual se deue entender del Basilicon mayor.

De las acelgas que se dizen betæ en latin, delas borrajas lengua de buey.

CAP. V.

EGVN Rasis, dos especies ay de acelgas. Vna cuyo verdor tyra vn poco a negro, y esta restriñe el viẽtre. Y otra cuya verdor tyra a blanco, y esta relaxa el vientre, la vna especie, y la otra es mala segun el mismo, son calientes y secas en segundo grado, aunque Auerroes: y Haliabas, dizen, que engendran humores gruessos viscosos y flemáticos, y Galeno, dixo que es mala para el estomago, y que relaxa el vientre por la virtud de sal que tiene. Y que su mantenimiento es poco, como de las otras ortalizas. Y que es mas apta que la malua para las opilaciones, especial si se come con mostaza. Y que es buena para los que tienen baço. La borraja y lengua de buey son buenos alimentos, segun

Rasf. 22. cõt cap. 426
Auer. 5 col.
Hal. 5. the.

gun Galeno. Es caliente y humeda en primero grado, y porende echada en vino, da alegria, y conuiene para la tosse, conuiene a melancolia a tristeza, alegra el coraçon. Podemos vsar destas yeruas con seguridad en ensaladas, son sus virtudes tã conoscidas que no ay que tratar dellas.

De las berças y su nutrimento.

CAP. VI.

LAS verças son de tres maneras, vna verça es inuerniza q̃ tiene las hojas blãcas, y apiñadas jũtas vnas enzima de otras, y esta se dize en Italia capucio, otra es veraniega, la qual tiene las hojas apartadas, y derramadas, suelese llamar yãta, Otra ay redonda que se dize repollo, esta es de estio y como qualquiera dellas es fria y seca, y porende engendra melancholia y humores gruessos, aunque no resquema: porende se tiene en las cozinas por mejor q̃ qualquier genero de verça, porque sus pẽcas son mas dulces y mas tiernas, y antigua

guamente se llamo Sabellico, y aunque es verdad que es mas gustosa q̃ ninguna verça y suaue: empero es mas dificil de digestion. Empero la verça o llanta es mas mordaz y aguda, prouoca a vrina y relaxa el vientre si se cueze simplemente: Empero cozida dos vezes, o muy recozida, detiene camaras la causa es, porque se compone de dos substancias, de substancia subtil de fuego, la qual esta en la parte interior, y de substancia gruessa y terrestre la qual esta en la parte superficial de a fuera. Y porẽde coziendo se simple y moderamente, como por la tal decoccion, no se resueluan las partes subtiles de fuego, relaxa el vientre y mueue a vrina. Empero coziendo se mucho o dos vezes, como se resueluan y gasten las partes subtiles y queden las gruessas y terrestres, estriñe el vientre y detiene camaras: y mientra mas se cueze, mas se haze estreñida: porende mal hazẽ en estos tiẽpos de cozer mucho las verças porque allende q̃ hazen el caldo mas gruesso o espesso detienẽ la camara. Finalmente qualquier genero de berça se deue comer desta manera, deue se pri-primero partir y dispues poner se en agua

muy

muy calida y sacarse della y cozerse con carne gorda de carnero y tozino pimienta culantro, cominos ajos. Porque preparandose ansi se quita mucho de su malicia, como lo afirmo Auicena diziendo. El nutrimento de las coles es poco y mas humedo que el de las latejas, y la sangre que dellas se engendra es mala, empero quando se cuezen con carnes gordas o con gallina se tornan algo buenas: Son malas para el estomago, y de tarda digestion engruessan la sangre, hinchen de ventosidad hasta el pecho, hazen el cuerpo doloriosso. Especialmente el repollo es de mas gruesso nutrimento por ser cerrado y no ventilarse del ayre. Y porende es de mas superfluydades, y fue sentencia de Almãsor, Que cierto genero de verça que se dize imperial, es caliente y seca, engendra malos sueños y colera retostada. Empero las verças deuense comer de parte de inuierno, y cozienddose poco, quitan la embriaguez, porque desseca los vapores, como lo afirmo el Galeno. Y aun porque haze yr la parte gruessa del vino a los intestinos, y la parte subtil por vrina, lo qual haze segun la substãcia de fuego enitrosa

Auic. 2. can. cap. 143.

Almans. 3. cap. 28.

Galen. 2. de com. local.

que

que tiene. Y porende no embriagara. Y por esso dixo el Italiano en su perque.

Le caule tutte fa colera negra,
El peto alarga le fa mal somniare,
El uentre moue le fa desembriare.

De la Endiuia, y de una especie suya que se dize Achicoria, y escarola, y de la Ajongera.

CAP. VII.

LA Endiuia, segun dize Auerroes en el quinto de su colliget, es en dos maneras. Vna es domestica. Y otra es campestre. Esta es fria y seca, y llamase Achicoria. La domestica es tambiē fria, y mas humida. La domestica es tambien en dos maneras, porque vna es del inuierno, y otra es del estio. La del inuierno se dize Escarola, es fria en fin del primer grado, y tan poco seca, que dizē algunos que es humeda. Es la Escarola de poco amargor, y desabrida por el tiempo y frialdad, humidad q̄ le causa el inuierno quando se eria. Empero tiene vn poco de sabor

estip

estiptico, por donde parece ser seca. La endiuia domestica del estio tiene mas notable amargor, es fria y seca en primer grado, aunque algo mas seca, y porende engẽgra peor sangre. Finalmente la endiuia domestica, que es la escarola, es mas fria y humeda en comparacion de la sylueſtre y su amargor se haze mayor en el estio, y declina a vn poco de calor. Tiene virtud de abrir opilaciones de higado, y venas, y de todos los miembros interiores, aplaca el feruor de la colera, conforta el estomago y es vno de los remedios para el calor del estomago, y higado, y no es malo para la frialdad de estos miembros, como lo dize Galeno. Finalmente la escarola tiene casi las mismas propriedades que la lechuga, ella en inuierno y la lechuga en estio: Y la ajongera llamada sonchos en verano, la qual si es tierna, no es mala hortaliza para ensalada, y Galeno, y Paulo, la ponen por buena hortaliza: engordan con ella los conejos, y refresca, y es como la escarola en su templança, si no que es mas estiptica. Empero la endiuia campestre q̃ se llama achicorea, es fria en primer grado, y seca en principio del segundo grado, tiene

Gal. 8. de cõpos. local.

tiene mas virtud para confortar el estomago que no la domestica, su çumo beuido tiene gran prerogatiua para la mordedura del alacran, y tambien ella majada y puesta encima de la mordedura, como lo dixo el Galeno, y como de ella escriuio Rasis. Y tienen algunas señoras illustres por cosa cierta que beuiendo el çumo de la achicoria se haze el rostro mas alegre y colorado. *Rasis.23. cõt.c.814.*

De la oruga, y hinojo.

CAP. VIII.

LA oruga, segun dize Aliabbas, es caliente en tercero grado y humida en primero. Aunque segun sentencia de Isac en sus particulares, y Almansor, es caliẽte en segũdo, y humida en primero. En gendra mucha esperma, e irrita a luxuria, haze dolor de cabeça, prouoca orina, relaxa el vientre, leuãta ventosidad, es de tarda digestion, conuiene mas a los frios que a los calientes, haze erection en la ver *Rasis ad Almans.ca.18.*

ga. Por lo qual el que quisiere tener accesso con muger coma la sola. El que no, coma la con lechugas, o achicoria, o escarola. Alomenos coma estas ortalizas despues de la auer comido, como lo dixo el Galeno. Y como lo dixo Almansor en el lugar acotado, lo mismo dixo Paulo Egineta, an si. *Eruca calida est genitale semen producit, libidinē excitat, atque eam doloris capitis speciem quam cephaleam uocant.* La causa porque excita coito y leuanta ventosidad, es porque su calor es mayor, que su humedad. Finalmente, haze abundar la leche, y esperma. Empero destruye la digestion, y aprieta el viētre. Huyan de ella los religiosos y clerigos porque (segū se experimenta) prouoca mucho a luxuria: quede se para los desposados impotentes: de ella hecha salsa con miel y miga de pā se puede vsar en las comidas de pescados especialmente del Atun, y ansi sera gran irritamento para la generacion. El hinojo y el apio, y la oruga son de mal nutrimento, a lomenos el hinojo, si se come mucho del porque aunque es verdad que abre las opilaciones del higado y baço y venas y prouoca vrina, y haze abundar la leche, y aclara

Ga. 2. de alimentis.

Paul. egine. lib. 1.

la

la vista, Empero engendra poca sangre y subtileza la demasiadamente haze colera roxa. Y si mucho mas se vsa, colera adusta, Y finalmente por su continuo vso resoluiendo lo subtil del humor, dexalo mas crasso, y gruesso y acostumbrandolo ansi engendra piedra en riñones y vexiga. La causa es porque lleua los humores gruessos y viscosos, e indigestos a los riñones y venas vreteras, y vexiga. Y aunque de su yo es prouocatiuo de vrina, casualmẽte, y de per accidens es causa de piedra, por lleuar consigo el xugo gruesso a las tales partes, y con su calor resoluiendo lo subtil y dexando lo mas gruesso. Esto dixo el Galeno, en el libro de solutione cont. es caliẽte en tercero grado, y secó en segundo, segun que lo dixo Auerroes. Causa buen olor en la boca, y mas quando su simiente estaverde, hay vna especie de hinojo que se dize dulce y este es mas salubre, su simiente hecha poluos, y puesta sobre las peras o mançanas asadas, o sobre los duraznos, y melocotones los haze muy suaues, y quita sus daños. Auc. 5. col.

De las lechugas.

CAP. IX.

SI entre las ortalizas ay cosa de buen nutrimento, y aprouada. Es la lechuga, la qual es fria y humida, en el principio del segundo grado, como lo dixo Auerroes: aunque Haliabbas y Auicena. Dixieron que era fria y humida en lo postrero del segundo grado. Y ansi lo quiso sentir Paulo Egineta. Engendra mas loable sangre que otra ninguna ortaliza, como lo significo Auic. pues dixo, q̃ la lechuga cozida, o por lauar, es la mejor. Porq̃ quando se laua adquiere vna ventosidad, como todas las demas ortalizas frias quando se lauan, y que ansi la cozida, como la por lauar: concilia sueño, quita las vigilias, cõuiene al ardor del sol, a la alienaciõ del juyzio, quita la ictericia y el ardor d̃l estomago, y porẽde dixo Isac. Sõ loables las lechugas en hazer buena sangre, porq̃ engendrã vna sangre, cercana

5. col Hali. 5 The. Au. 2 can. ca. 452 Paul. lib. 1. cap. 74. Auic. ibidẽ.

na ala natural mejor q̃ todas las d̃ mas yer uas, ansi en quãtidad como en qualidad, y sino se laua cõ agua es mejor: porq̃ la agua la añade humidad. Digere se presto, puoca orina, aplaca las vascas, o acrimonias del estomago: las quales prouienen de colera, quita el dolor de cabeça q̃ prouiene de colera, es mejor cozida que cruda, acrescienta la leche en quantidad y qualidad por la buena sangre que engendra. Comida sobre los manjares quita la embriaguez, cozida y hecha ensalada es de mucho prouecho en tiempo y tierras calientes y segun Plinio, da gana de comer. Antiguamente no las comiã, porque deziã que la Diosa Venus escondio debaxo de sus hojas a Adonis despues de muerto, sus tallos en conserua son muy vtiles contra el calor del estomago y para conciliar sueño. Pero quando ya la lechuga tiene leche, y se ha parado dura y estitica, haze se amarga y abridora, engendra mala sangre. Y porende haze obscuridad en los ojos, disminuye la esperma, debilita el calor natural, como lo dixo Rasis, y Galeno. En fin debilita la vista, enfria el cuerpo, haze le perezoso, daña a los intestinos, quita el 3. ad Alim. cap. 38.

apetito de la luxuria porẽde se deue vsar con moderacion, y no de continuo, aora sea la lechuga sin leche, aora ya de leche. Empero como segun Theophrasto aya tres especies de lechugas vna de tallo ancho, y otra de redondo, y otra repolluda semejante a cardo esta postrera se tiene por mejor: ha se traydo de Granada, a nuestras partes, y es muy tierna y suaue, otros ponen el genero de lechugas, segun su color, porque vnas son blancas, y estas son las mejores. Tienen muchas hojas y gran çumo. Empero las negras y coloradas, son peores amargas, y tienen mucha leche, porende causan sueño.

De la melissa, que uulgarmente se llama torongil, y de la menta, que se llama yerua buena.

CAP. X.

Hercul. ca. de melan.

LA melissa o torongil segun dize Herculano en el capitulo de melancolia sobre el letificante de Almansor, es caliente y seca en el segundo

gra

grado, y ayuda a la digestion, quita el singulto, o sollipo: da buen olor a la boca, conforta el coraçon, incita el apetito, cõuiene a todas las enfermedades de flema, y melancolia, quita las ventosidades: por lo qual muy bien se puede echar en ensaladas, especialmente en las de lechugas, escarolas, y de las mas yeruas frias. La mẽta quasi tiene las mismas virtudes de confortar el estomago, de mouer el apetito, irrita a luxuria, corrige la putrefactiõ de los humores, tiene austeridad, y aromaticidad, y porende es muy buena para confortar, y segun Auicena: es de su naturaleza caliente, y seca, en segundo grado, por lo qual como dize Serapion, se come bien juntamente con los manjares. Segũ Galeno y Aetio incita a luxuria, por vn poco que tiene de ventosidad, lo contrario quiso Aristoteles, en sus problemas. Y Plinio dixo, que dada con agua miel refrena la luxuria, y detiene la generacion, porque dize que congela los miembros genitales, ansi en hẽbras como en machos Es muy buena cõ leche para que no se quaje en el estomago.

Auic. 2. can. c. 496.

Del mastuerço, perexil y uerdolaga, berros mostaza.

CAP. XI.

EL mastuerço, segũ algunos es caliente y seco en quarto grado. Lo qual dixerõ por su acrimonia, y mordicacion desmedida. Empero deuese creer con Auicena, que es caliente y seco hasta el tercero grado. Alimpia los pulmones, conuiene al asma y a la grosseza del baço. Empero por la vehemencia de su mordicacion es dañoso para el estomago: aunq̃ haga y mueua el apetito, augmenta la luxuria, y vale para muchas enfermedades, resuelue las ventosidades: empero detiene la digestiõ y da dolor de cabeça por los humores q̃ leuanta con su excessiuo calor, tiene fuerça de expeler lombrizes, como lo affirmo Rasis. Dexese para los flematicos, para las mugeres frias en tiempo de inuierno. Pero guardense del los calientes de higado, y los colericos, en especial en tiempo de

Aui. 2. can. c. 510.

Ras. 23. continen.

de calor, porq̃ les mouera inflammacion y calentura. Y dixeron Galeno, y Aetio, que comiendose con pan se tiene por mãtenimiento (aunque ruyn.) Y Xenophon dixo. Que los Persianos no comian otra cosa con pan sino masturço verde. Dasse a los niños para echar las lombrizes. El perexil tiene la misma propriedad que el apio, porq̃ es vna de sus especies, y por esso no ay que dezir del, sino que como dize Auicena en el segundo canon e Isac en sus particulares. Es caliente y seco en fin del tercero grado, y porende es diuretico prouoca orina y sudores, incita la sangre menstrual detenida, resuelue ventosidades, mundifica el higado y madre, abre sus opilaciones y cura sus apostemas. Empero no se deue comer por via de mãjar, porque es difficil de digestiõ, y de mal xugo, suele se hazer del salsa con vinagre y miga de pan para mouer el appetito de los que no pueden comer las carnes gruessas, empero deue se echar en poca cantidad, porque no lleue los manjares indigestos por las venas, sino solamente en cantidad que pueda mouer al gusto. Finalmente, como lo dize Paulo. El apio y sus especies: el ma

Paul. lib. 1. c. de olerib.

ſtuerço, la aluahaca que el llama ocimo, la moſtaza, ſon calientes y ſecas y mordaces en eſpecial el maſtuerço, ſon difficiles de digeſtion y para el eſtomago deſconuenibles, y de mal xugo. La verdolaga, ſegun que dize Auerroes, es fria y humida en tercero grado, y humida en el ſegũdo, la qual aunque como lo dize Auicena, por via de nutrimento lo tiene poco y no loable. Empero por via de medicina reſiſte a la colera, conuiene a la inflamacion del eſtomago, y del higado, detiene el vomito de colera, deſminuye el apetito, y quita el deſſeo del coito. Finalmente lo dixo el Galeno. La verdolaga en quanto manjar es de poco alimento, y eſſe que tiene, es humido y viſcoſo y frio, ſana la dentera. Anſi que por razon de ſu intenſa frialdad, ſe deue mezclar con ortalizas calientes, como con çebollas, y puerros, no ſe deue comer ſola, los berros llamados, lauer, ſe comen crudos y cozidos con vinagre, azeyte, y ſal, ſon calientes en el grado del apio y tienẽ las miſmas propriedades: pero mas debilmente como lo dize Plinio, hazen ſalir las piedras de la vexiga para la qual ſon y tiles: naſcen dentro de las aguas, deuen

Aue. 5. col. Auic. 2. cã. cap. 538.

Galen. 2. de alimentis.

ſe

se comer con escarolas y lechugas sin cebo lla. La mostaza como lo dize Auicena, Es caliente y seca hasta en quarto grado, y porẽde adelgaza la flema conuiene al dolor de las junturas, y a la sciatica, alimpia las humedades de la cabeça, beuiendo se con agua miel quita la antigua aspereza de la caña de los pulmones, deshaze el baço, mueue sequia, irrita a luxuria. Especial si se toma en ayunas con vino. Tãbiẽ haze muy buen estomago, y porẽde conuiene mas por via de remedio medicinal que no por mantenimiento. Empero suele se hazer con ella y miel y vinagre y miga de pã cierta salsa, que se dize mostaza, para comer carnes gruessas y difficiles de digestion como son las de vacas, porque adelgaza y corta su grossura, y mueue el apetito, quita la malicia de la gordura de las carnes, y sus ascos; ayuda a la segunda digestion, haze yr los manjares al lugar de la digestion. Empero los que tuuieren la vista de los ojos flaca o bota huyan de ella como del demonio, porque luego se sube a lo alto de la cabeça a los ojos y narizes quita se su acrimonia, poniendo la en mosto el ostoño y haziendo de ella vnas

Auic. 2. can. cap. 678.

boli

bolitas, y por esso la llaman mostaza en lugar adonde se siẽbra nũca del todo se puede librar de ella que no nazca.

De las espinacas, armuelles, bledos, cardillos, hortigas, mercuriales.

CAP. XII.

LAS espinacas, segun que he leydo son templadas en calor y frialdad, aunque humidas en segundo grado. Ansi lo dixeron Haliabbas, y Auicena, y Auerroes. Son buenas y templadas, valen mucho para pecho, estomago y higado, humedescẽ el vientre, tienen virtud de alimpiar y delauar, y segun Rasis, son frias y humidas en primer grado: por lo qual ablandan el pecho y el vientre. Y segun Auicena son de mucha cantidad de humor, pero de poco nutrimento. Lo mismo se deue dezir de los armuelles, que se dizen atriplices. Y de los bledos, estas tres hortalizas se guisan de vna misma manera, aunque de las espinacas se hazen mas guisados o friendolas

Hali. 5. the.
Auic. 2. can cap. 159.
Auer. 5. col.
Hal. 22. cõt.
Aui. 4. par. cap. 1.

dolas con azeyte, y echando poco vinagre, y pimienta, y canela, otros las cuezen con mucho azeyte, y despues echan agraz o vinagre, o çumo de lima y sal.

Vsase tambien en Castilla comer cierto genero de yerua espinosa llamada communmente cardillos, comese en quaresma guisada con agua y azeyte y poco vinagre y sal y especias y luego como entra el carnal cozida con carnes. Esta yerba se piensa ser el cardo que Dioscorides llama sylibo y lata espina, es semejante al cãmeleon blanco, porque no solo en las hojas, empero y en sus pẽcas y rayz, es mas blanco que otro ningun cardo porende la llaman cardo lechero: dizẽ la los arabes hacubal, caroege comese estando tierna, ala primauera cresce alas orillas de las viñas y sembrados, de que esta crescida no se puede comer, y entonce la quentã por cardo asinino, y por que no se conozca la traẽ mondada de las hojas. Finalmente estos cardillos son gratos al estomago, y cozidos cõ carnero y tozino y carnes gruessas son de muy buen nutrimẽto, y son tambuenos que dize Campegio, la naturaleza a verlos dotado de espinas, porque fuessen

guar-

guardados para el gusto y mantenimiẽto del hombre, como todas las de mas yeruas espinosas, exceta la alcarchofa, que es de mal nutrimento, los cardillos son frios en primero grado y templados en sequedad y humedad, abren la gana del comer y porque son vn poco estreñidos conuiene su çumo beuido contra todo fluxo de sangre, como el de la alba espina, y son semejantes a ella en sus operaciones, y por ende tienen virtud de abrir. Suelen echar leche en el caldo adonde se cuezen y son ansi muy gustosos y gratos al estomago, pero malos para los riñones, porque quajan la leche, y la lleuan a los riñones, adonde se causa piedra. Tambien en muchas partes comen hortigas cozidas, y esparragadas con azeyte y vinagre, y azucar: y tãbien cozidas con carnero y tozino, porq̃ ablandan el vientre, y mueuen camara. Especialmente tienen esta virtud si se cuezẽ con caracoles. Y dize Paulo, que se cuentan entre las yeruas que mantienen. Los mercuriales tienen la misma propriedad si se cuezen, ansi por si, como con carnes aora sean los mercuriales hembras, aora sean machos. Empero son mas prouocati
uos

uos de camara que no las ortigas. Y segun Hipocrates, tiene gran prerogatiua contra el mal de madre, de qualquiera causa que se leuante, comiendose cozidos con agua y azeyte en mucha cantidad. *Lib. de morbis mulieb-*

De los esparragos, y lupulos.

CAP. XIII.

Los esparragos como lo dixeron Galeno, y Auerroes, y Paulo y Aestio. Son templados, aunque declinan vn poco a calor. *Auer. 5 col. Gal. 6. fin.* Lo qual se paresce por vn poco de amargor que tienen. Pero quita se el amargor con el cozimiento. Tienen virtud especialmente su simiente y rayz de quitar opilaciones de riñones, y si fueren soteños son mas tẽplados que los silueſtres, que llaman hormigueros, y porende engendrã esperma: son conuenibles para el estomago, prouocan orina. Pero el silueſtre, es mas caliente y seco, y cuela mas presto. Finalmente, como lo dize el Galeno. Aprouamos los es- *Galen. 2. de Aliment.*

parra-

parragos por via de remedio medicinal, pero no por via de mantenimiento, porque si alguno tienen es poco y no de buen xugo, empero cozidos y preparados con vinagre, azeyte, y sal, son muy buenos para el estomago, y deleytoso al gusto. Los lupios, o lupolos se aparejan de la misma manera. Manardo tiene contra quasi los mas medicos que son calientes: empero communmente son tenidos por templados, y que declinan a frios, hazesse en Alemania y Flandes dellos la cerueza.

De las rayzes de las yeruas, a donde se declaran sus facultades, y del ajo, y cebollas.

CAP. XIII.

EL Galeno en el segũdo lib. de alimentorũ facultatibus, reprehendio a Menesiteo, porque dixo, que todas las rayzes de las yeruas eran indigestibles y perturbatiuas, y llenas de humedades indigestas: porque como las hojas y ramas se sustenten de las humedades que estan en las rayzes, necessariamẽte ha de

de auer en ellas mucha copia de humedades indigestas y crudas. Y porende son por la mayor parte d̃ mal nutrimẽto. Por lo qual el Galeno no tuuo mucha razon de reprehender al Menesitheo. Y no basta dezir que la humedad que es atrayda alas Rayzes se va toda en nutrimẽto de las hojas y ramas, y que por esso las rayzes no seran malas por razon de las tales humedades, pues se consumen en las hojas, y ramas, como en los cieruos se van sus superfluydades en el nutrimento de los cuernos. Porque como siempre las hojas y ramas de las yeruas se sustenten del humor de las rayzes, necessariamente ha de auer humor superfluo e indigesto en ellas, por lo qual seran de mantenimiento vituperable por la mayor parte. Ansi se saca del mismo Galeno en el libro de attenuante victu, adonde dixo en vna palabra. Vniuersalmente las rayzes de las yeruas ser muy sospechosas por ser indigestibles, y que por esso no se deuen tomar por via de mantenimiento, sino por via de remedio medicinal. Excepto sino fuessen las rayzes caliẽtes, como ajos y cebollas, porque como sean tan calidas, no admiten las su-

Gale. lib. de atenu. uict.

perſluas humidades, tanto como las de mas rayzes. Y pues hezimos mencion de los ajos, dezimos con Auicena que ſon calientes y ſecos dende el tercero grado, haſta el quarto, y que por via de mantenimiento no conuienen, en eſpecial a los calientes de complexion, porque dañan a la viſta, deſecando ſus tunicas, dã dolor de cabeça, encienden la colera, turban la viſta, dañan los oydos, y los pulmones, y las rẽnes. Y ſi a caſo ay alguna dolencia antigua en los miembros, reſucitan la: empero clarifican lo boz aplacan la toſſe antigua, valen contra ventoſidad, contra el oluido, contra la aſma, aprouechan al baço, y al dolor de los hijares quando viene de frio, alançan lombrizes, multiplicã la eſperma, mueuen a luxuria pierden mucho de ſu fortaleza y malicia, ſi ſe aſſan o cuezen, y ſegun Plinio cozidos ſon mucho mejores, ſuelẽ aſſar las piernas del carnero cõ ellos, en la olla de carnes grueſſas cauſan muy buen ſabor y adelgazã las carnes y el caldo, y mucho corrigẽ la malicia de los peſcados freſcos ſi ſe cuezẽ cõ ellos y con ſal, deſpiertan la gana del comer en poca quantidad, y ſegun Galeno no cauſan

Auic. 1. can. cap. 15.

Gal. 12. methe. cap. 8.

ſan ſequia, como la çebolla, dañan a las al morranas, al tenaſmon al fluxo de vientre a las ſecas, y lamparones, alos eticos, a las preñadas, a las que criã: Empero aprouechan mucho ſi ſe comen de parte de inuierno, porque calientan las frialdades, cortan los humores grueſſos y viſcoſos. Lleuados por la mar ſon gran remedio cõtra los turbiones de las aguas, y porende los Athenienſes lleuã por el mar gran copia dellos. Por el contrario ſon malos en tiempo de eſtio, porque hazen en las tripas vnos dolores mordaces. Eſto dixo Rafis. Por authoridad de Hipocrates en el libro de ptiſana, y por authoridad del Galeno, quitan la fuerça a la piedra iman, ſi la juntan con ellos.

Raſi. lib. 21. cont. c. 180.
Gal. 6. epid.

De las cebollas.

CAP. XIIII.

E leydo que las cebollas aſcalonias ſon las mejores de todas, empero porq̃ no vienen a nueſtras partes, no ay para que tratar dellas, ſino

de las que comunmente tenemos: entre las quales las que fueren coloradas y dulces son mejores para el estomago, pero las que requeman, digeren mejor la comida, y multiplican su mantenimiento, aunque no es bueno ni loable, especial si son crudas, y quando no se digeren, hinchan y hazen viento, y son pungitiuas, y porende mueuen a luxuria. Empero su mucho y frequente vso daña a los nieruos, por lo qual se deuen preparar, como lo dize el Galen. Desta manera, hazerlas cozer dos vezes, y deuense comer con vinagre, azeyte, y sal, y ansi se paran mas gustosas, y hinchan menos, mantienen mas, son mas faciles de digestion, multiplican esperma, y hazen prōptos a luxuria, y tambien mueuen apetito. Empero son dificiles de digestiō y de mal nutrimento, por esso dixo Gal. q̃ engēdrā humor gruesso, viscoso, duro de digestiō. Porq̃ puesto caso que son calientes y secas en quarto grado, como lo dixo Haliab. Tienen empero vna humidad superflua, y ventosidad, con la qual irritan a luxuria. Empero Auicena dixo que eran calientes en tercero, con vna humedad superflua, y dixo mas que la çebolla mas lar

Gal. 2. de ali

Gal. 6. de sump.

Haliab. 5. Theori.

Auic. 2. can. cap. 123.

ga,es mas acre, y la colorada mas que la blanca,y la seca mas que la verde,y la cruda mas que la assada. Es vna de las cosas que hazen soda,que es dolor de cabeça,y sueño profundo. Y empecen al entendimiento,porque con su calor leuantan los vapores y humores gruessos al celebro adonde hazen y causan subet,y segun claramente escriuio Rasis y porende son muy dañosas para los estudiantes y letrados engendran flema y humores gruessos, y quando se digeren,prouocan sueño e irritã a vrinar:y dize Rasis q̃ las çebollas sean de poca crimonia,y que primero se lauen con agua y sal,y despues con vinagre fuerte,y assi cessara su acrimonia. Despues de las auer comido,se deue comer de vn pepino o cohombro,porq̃ por ellos se prohibe y detiene que su vapor calido suba a la cabeça. Son saludables en los caldos que se hazen de legumbres cõuiene a saber de hauas,lentejas,arucjas, garuãços,ansi añejas como verdes,porque les quitan la vẽtosidad y adelgazan su gruesso xugo. Finalmente mueuen mucho el apetito del comer guisan se con ellas muchos manjares carnes, pescados hueuos:hazen de su

3. ad Almo.

Rasi. ad Almanso.

çumo y agua, y sal, salsa para comer perdizes y gallinas, y otras carnes. Las çebolletas llamadas Getiũ son mejores para ensaladas, y para comer pescados salados y vaca fiambre los hueuos fritos con ellas no son dañosos.

De los nabos, y çanahorias, y riponces.

CAP. XV.

ALmansor y Haliabas dixeron, q̃ los nabos eran caliẽtes y humidos, aunque causan hinchimiento de ventosidad, y groseza de humores, y por esso mãtienen mucho, acrescientan la esperma, prouocan vrina, ablanda el pecho y garganta aspera, calientan los riñones y vexiga por la virtud que tienen de penetrar, y adelgazar, tienen admirable propriedad de clarificar la vista, como lo dixo Auerroes

lib. 3. c. 17.

Ay tres especies, vno es nabo redondo, y otro es nabo largo, empero ventrudo y gordo por arriba, Otro es nabo largo delgado y gualmente, y no ventrudo. A este

5. Collig.

llama

llama Theophrasto hembra, y Galeno, y y los de mas medicos Griegos bunias, y napus, al nauo redondo, y al largo y ventrudo llaman rapum, y Theophrasto nauo macho. La tercera especie de nauo que es la hembra es mas suaue, y mas tierno nauo y mas oloroso, y ayuda mas al pecho que los de mas, porque los otros dos primeros nauos son de mas gruesso xugo, y mas ventosos El redondo del todo mantiene mas, y es mas ventoso, y potende prouoca a luxuria, si se cueze dos vezes hazese mediano mantenimiento, pierde mucha parte de su ventosidad, hazese mas dixestible: empero si no se cueze mas que vna vez, causa muchas ventosidades y opilaciones, en las venas, causa regueldos, pues luego deuese cozer en dos aguas, en la segunda agua echen especias calientes y ansi se hara buen mantenimiento, en especial si se cueze con carnes gruessas, Como lo dixo Rasis, por authoridad del Galeno. Y como lo dixo Paulo en su primer libro. *Bunias quidem, aut rapasi bis coquantur ō minus reliquis oleribus aunt.* Son mas agradables los nabos cogidos de muchos dias que no los recien sacados y verdes, puedē

Galen. 2. de Alimen.

Ras. 22. cā. cap. 445.

conseruar mucho tiempo debaxo de tierra, hazense grandes y crecidos cō el yelo, y frio, especialmente si se sotierran en bodegas de vino, y con sal, segun Plinio es la mejor cosecha que ay despues de pan y vino. Traense de las Indias vnos nabos, o rayzes largas y gruessas a manera de nabos que llamā batatas, cuezen las con carnes como nabos, y son tiernas y gustosas. Tienē el sabor de castañas cozidas, y assan se como castañas, y puestas en vino son de tan buen mantenimiēto y gustoso, como las castañas assadas, y aun mas suaues, aunque por ser rayzes no huyen el vicio de ser ventosas y mucho mas lo son comiendose crudas. Deuense comer en moderada cantidad, porque de otra manera se hazē indigestibles. Esta es la rayz que comia Curio emperador Romano, es muy pectoral, si despues de cozida poluorean sobre ella açucar.

De las çanaorias que en latin se dizen pastinace, dezimos con Paulo, que mantienen menos que los nabos, y que son calientes y aromaticas, y que mueuen vrina. Empero vsando mal dellas, quiero dezir por via de alimento, son dificiles de digestiō

geſtion. Cauſan humores viſcoſos ſegun la razon comũ de las de mas rayzes. Eſto dixo paulo. Pero Raſis, y Dioſc. dizẽ q̃ la cenahoria es calida, y humeda en ſegũdo grado, y q̃ tiene acrimonia: mueue la regla de las mugeres, prouoca a luxuria, y hincha, y haze viento. Pero la que es mas ſilueſtre y no de regadio no hincha, y tiene las de mas virtudes que la de regadio, y es de mejor nutrimento. Empero deue ſe lauar dos vezes, anſi la vna como la otra, ſon de mal nutrimento, de menor que el de los nabos, de difficil digeſtion. En conſerua de miel ſe haze mas calida y menos ventoſa y de poca humidad: tiene mayor virtud de engendrar eſperma, e irritar a luxuria, como lo dixeron Haliabas, y Iſac en ſus particulares. Y aunque ay tres eſpecies de ellas blancas, coloradas, negras, todas tienen las miſmas propriedades aũ que mas intenſamente las negras por ſer mas ſylueſtres, comen ſe de muchas maneras cozidas y fritas, y deſpues echan vna ſobrehuſa de agua y vinagre y miel y eſpecias. Ay vna rayz chica a manera de nabo, que ſe dize riponce: el qual ſe come cozido en enſalada por la primauera, es apeti *Hal. 5. Tha.*

toso y no tan ventoso como el nabo y por su poco estriñimiento conforta.

De los Rauanos, y puerros, y chirinias.

CAP. XVI.

EL Rauano segun que escriuio Galeno a Paterniano, si se come en ayunas por via de preseruacion, o antidoto, es gran socorro para conseruaciõ de la sanidad y para defensa del cuerpo empero hincha y causa regueldos hidiondos y porende no se deue tomar sino por via de remedio medicinal en poca cantidad. Empero no por via de mantenimiento, porque, de esta manera engendra en las tripas torsiones, ventosidades. Es vituperable para el estomago, lo qual se paresce por el regueldo fetido que engendra. Lo qual es muy feo e incomportable en Francia, aunque sea entre gente muy rustica, en España no se tiene el regoldar por cosa torpe en combites, quita se el regueldo comiendo con el aze y tunas partidas. Dixeron algunas que el Rauano ayuda a la digestiõ

gestion. Pero como el no se digera, mal hara digerir los otros manjares, aunque si esta cozido es de mas nutrimento q̃ quando esta crudo. Su mantenimiento es poco y flematico, es facil de se corromper, multiplica piojos, daña a la cabeça, y a los dientes, y paladar, y a los ojos, aũque si su agua se destila sobre ellos, los alimpia. El rauano q̃ fuere delgado y se trasluze es el mejor para comer, y porque no cause aquellos regueldos fetidos coma se despues, oregano o tomillo salsero, o hysopillo, o caldo de azeytunas adobado cõ estas yerbas, y las azeytunas. Comido antes de los manjares los haze nadar, porque los alça en el estomago, y los detiene que no desciendan al lugar de la digestion, y porende es causa de vomito, en especial si ay en el estomago ventosidad. Empero comido despues de los manjares, no haze tanta vẽtosidad, desciende abaxo por su grauedad, haze yr los manjares al hondon del estomago, que es el lugar de la digestion, y digerese deuidamente, y porende consorta la segunda digestion. Por lo qual los que quisieren vomitar deuen le tomar primero que ningũ manjar. Y los que quierẽ

con

confortar la segunda y tercera digestion deuen le comer despues de los manjares. Porque allende que con su gruesso xugo, haze yr el manjar abaxo con su calor, ayuda y conforta la digestion. Aunque segũ el Galeno se deue comer antes de los manjares, en lo qual cõtradize a la experiẽcia y a la vniuersidad de los medicos. Empero en otra parte se declaro como veremos. Segun Auerroes, y Haliabas. Es caliente en tercero grado y seco en segundo agraua la cabeça, empero clarifica la boz, como lo dizo Auerroes, prouoca vrina, y despues de los manjares, ablanda el vientre. Pues luego deuen se comer por via de nutrimento, despues de los manjares, como lo dixo Galeno, por via de medicina antes de los manjares. Esto affirmaron Rasis, e Isac, Haliabbas, y Auicena. Crece tanto con el frio que se haze tamaño como vn niño. Ay tres generos de rauano vno de hojas crespas, y otro de hojas lisas, y otro siluestre que se dize Armoracia y es mas calido. El puerro segun Auicena es caliente en tercero grado y seco en segundo, aunque el que no es de regadio, Es, mas caliente y seco y porende es

Auer. 7. col. Hal. 5. The.

Gal. li. 2. de atenui. uict. Rasis. 3. ad. Al. c. 18. Auic. 2. can. c. 576.

es peor que el de los huertos, tiene virtud de matar las lombrizes, alançar las pero da dolor de cabeça, haze imaginar y ver sueños malos, corrompe las enzias, y los dientes, daña a la vista. Es malo para el estomago, es ventoso. Empero cozido en dos aguas, pierde todos estos daños, y no es vētoso, quita los regueldos azedos o las azedias, del estomago. Finalmēte pronoca vrina, y la sangre mēstrual detenida. Aprouecha para las almorranas comiendole cozido, o puniēdole majado encima de ellas por via de emplastro. Irrita a luxuria. Tiene cierto estrimento por el qual detiene el flnxo de sangre de las narizes. Y finalmente, quādo se toma por via de manjar es inutil, Daña al estomago, y a los nieruos por su requemazon. Tambien engendra vna fumosidad negra a manera de melancholia, e porende haze yengendra sueños muy espantosos, daña a los maniacos: e por esso se deuē comer luego tras el vnas verdolagas o lechugas o achicorias, porque se tiemple su color, e acrimonia. Empero comiendose crudo alimpia las artrias de gruessos humores, Abre las opilaciones del higado. Su çumo mez

Auer. 2. cā. c. 544.

clado

clado con azeyte rosado, y enciesso, detiene la sangre de narizes. Mojado crudo puesto sobre mordedura de Biuora o de serpiente, aprouecha mucho, Empero cozido y mezclado con azeyte de alegria y de almendras, incita a luxuria, humedesce el vientre, vale contra la passion colica, de gruessos humores. Finalmente cozido con miel alimpia los pulmones y su caña empeçe a la vexiga vlcerada, Vsando del mucho, se escuresce la vista, y se daña el estomago. Esto dixo Rasis e Isac en sus particulares. Comen se tambien en mesas esplendidas vnas rayzitas llamadas chiriuias y en latin siser, nascen en lugares frios, segun Dioscorides, y Plinio. Son gratas al estomago, y paladar: no ay rayz mas gustosa que ella, assamola Tiberio Cesar, comiendola siempre y mandandola traer de Alemania, calienta y es vn poco amarga y algo estreñida. Aunque dize Campegio, no tener estreñimiento: mueue gana de comer, y quita el hastio, es aromatica y mueue orina. Los mas eruditos dizen que por esso son gratas al estomago, porq̃ nadie acostumbro a comer tres chiriuias juntas.

Raſ. 3. ad Almanſo. c. 12. & 20. cõti. c. 684.

Del

Del cardo de comer, y de la alcarchofa.

CAP. XVII.

ALgunos ha auido que confunden el cardo comũ que comemos, con el cardo que lleua las arcachofas, empero muy a la clara se engañan porque el cardo commun que comemos, es aquel al qual assi Griegos como Latinos llaman Scolimos, y al cardo de las alcarchofas llaman en el vno idioma, y en el otro cinara, por el calor de ceniza que tiene, parecese claramente ser nuestro comũ cardo, el scolimos, y no el llamado cinara, porque Paulo Agineta, hablando del dixo, que el cardo scolimos y otras yeruas espinosas aprouechan al estomago, excepta la cinara. Lo mismo dixo Actio hablãdo del scolimo, y de la cinera. Finalmente conuinieron en esto, que el cardo llamado scholimo, era conuenible y grato al estomago, y que la cinera le ofendia, y el mismo Paulo dixo, que el cardo llamado scolimos, era caliente y seco, en segundo do grado, y que cozido en vino mouia libe

lib. 1.

lib. 7.

beralmente las vrinas hidiondas, y que emendaua el mal olor de los ſobacos, y de todo el cuerpo, y en el otro lugar, que la cinara era dura de digeſtion, y de malino xugo. Por lo qual como nueſtro cardo de comer ſea grato al guſto, conuenible al eſtomago, y al higado, y riñones, facil de digeſtion, y incite el apetito, y ſea de loable mantenimiento, y abra toda ſuerte de opilacion y prouoque a vrina, hallamos ſer el cardo llamado ſcolimos. Y como por el contrario veamos, q̃ la alcarchofa engendra mal humor, y altera el higado, y cauſa eſcoriacion de riñones, aprieta el paladar, y la lengua, y es contraria a los pulmones y garganta (aunque quaja la leche, como la flor delos de mas cardos) hallamos que es la cinara, la qual es caliente y ſeca en tercero grado. Finalmẽte el cardo de comer prouoca vrina, y porque es vn poco ventoſo, juntamente con ſer caliente, irrita a luxuria, tiene ſubſtancia terreſtre, y por eſſo tiene ſabor eſtiptico, haze la lengua aſpera, y daña a los pulmones, y pecho. Eſpecialmente ſu cima, que es mas aſpera y dura de digeſtion y mas ventoſa. Empero todos eſtos vicios ſe quitã a los cardos

lib. 1.

coziẽ-

coziendolos, y hazen se mas loable mantenimiento. Empero comiendo se sobre los otros manjares los hazē descendir presto al lugar de la digestion, y los ayudan a digerir, lo vno por su xugo acerbo, y estiptico y gruesso, y lo otro por su calor y sequedad. Paran se muy tiernos y blancos, soterrandolos por el octoño que llaman aporcados. Ay dos maneras de ellos vnos son blancos, y otros son colorados, y estos son mas gustosos y mas tiernos q̄ los blancos, y los blancos muy espinosos son amargos y mas calidos, no se pueden comer.

De las semillas y legumbres que son para comer.

CAP. XVIII.

LAS Legumbres, o semillas que son para comer, no deuen ser muy nueuas ni muy viejas, sino que sean algo viejas. Porq̄ las legūbres nueuas, quiero dezir, de seys meses atras, son gruessas y viscosas, duras de digestion, empero si vna vez

se digeren dan mucho nutrimento, y no se disueluē ni desmuelē facilmente de los miembros. Ni tan poco deuen ser muy viejas, quiero dezir de vn año o mas, porque entōces se ha consumido su humidad. Lo qual claramente se paresce quando echadas en la agua, no se reblandescen y hinchan sino que aunque mucho se detengan en ella, se estan duras como de antes. Y aunque las tales legumbres sean nueuas, si tampoco se reblandescen en la agua, sino que se estan de la misma manera duras es señal que son malas, porque se da a entender, que tienen vn humor gruesso y tenaz, al qual no pudo su virtud domar ni digerir. Lo qual pocas vezes acaescio en las legumbres nueuas sino en las reuegidas, porque les falto su humidad natural. Pero en las legumbres medias entre las nueuas y las viejas, que hā passado de seys o siete meses, es otra cosa: porque tales legumbres son de mejor nutrimento, que otras algunas, y son mas faciles de digestion, y no son rebeldes para se desmoler y disoluer de los miembros, son mas idoneas para la conseruacion de la sanidad. que no para confortar los miembros. Y

echa

echadas a remojar en agua se hinchan y relentescen, porque esta es vna prueua cierta vniuersal en todas las semillas y legumbres. Ansi dixo Galeno. Que todos los frutos o legumbres, o semillas secas, que se comen, si echadas en agua por espacio de tiempo no se hinchan, y no se paran blãdas, sino que se tienen su primera dureza, son las peores de todas ansi en indicio, como en digestion. Empero las que se hã al cõtrario son las mejores. Pues luego aquellas semillas o legumbres que echadas en agua o cozidas, facilmente se relentescen, y no son de mal sabor, ni de mal olor, son las mejores, las que faltã en alguna destas condiciones son las peores. Empero echãdo en la olla a donde se cuezen vn poco de mostaza luego se reblandecen y abren, aunque seã añejas. Suelese preguntar que es la causa, porque los que pretẽden guardar castidad huyen de comer legumbres, como garuanços, hauas, lentejas, y sus semejantes. Algunos dizen que porque Pythagoras huye de las hauas por tener alguna semejança con el miembro humano, y que huye del garuanço, porque en Griego le llamã Erebynto y lathiro nombres

Gal. libr. de bono et malo succo.

deduzidos de lethe, y erebo, que significan muerte e infierno. Empero como por su mucha ventosidad prouoque aluxuria porende huyen de ella los castos.

De la naturaleza de los garuanços en quanto toca a mantenimiento:

CAP. XIX.

LOS garuanços segun Auicena y Theophrasto, tienen dos substancias, las quales se differenciã y apartan, quando se cuezen, la vna es nitrosa o salada, con la qual ablandan, y mueuẽ a camara, la otra es dulce con la qual incitan a vrina, y porende ay entre los phisicos contiẽda sobre sus calidades, porque Auerroes dixo, que eran templadamente calientes y humedos, y Rasis en el continẽte, por authoridad del hijo de Mesue dixo, eran calientes en segundo grado y humedos en la mitad del primero. Empero Auicena dixo. Que el garuanço era caliẽte y seco, y que el negro era de mas fortaleça, y tambien Haliabbas dixo. Que el garuã

Aue. 5 col. Rasi. lib. 12. contin.

Auic. 2. canon. 132

Hali. 5. thorica cap. 15.

garuanço era caliente y ſeco. Empero que tenia cierta humedad y ventoſidad, por la qual cria eſperma, incita a luxuria, y haze leche: para concordancia deſtos auctores ſe deue dezir, Que como el garuanço tenga dos ſubſtãcias, ſegun que hemos dicho por la ſubſtancia de ſal que tiene, es caliente y ſeco: empero por la ſubſtancia aerea y dulce que tiene es caliente y humido, y anſi ſe deue de dezir y declarar. Y por eſſo dixo Haliabbas, que era caliente y ſeco. Empero que alcançaua vna humedad ſuperflua y accidental, ſu caldo mandan comer los medicos, empero no el garuanço. Suelen le cozer con agua y ſal, y mucho azeyte, y poquito vinagre, pero ha đ eſtar primero en remojo vna noche y mas. Finalmente el garuanço, para ſer bueno, no ha de ſer reziente, porque engendra mucha ſuperfluydad, ſino como de ſeys meſes poco mas, tiene mucho nutrimẽto, y mas que las hauas, es duro de digeſtion ſi primero no eſta infundido en agua. Es ventoſo, haze buen color en el cuero. Y eſto porque aguza el calor natural, y porende haze vn eſpiritu ventoſo, que cauſa luzio eterſo el cuero, y mueue a luxuria, y haze

enel cuerpo dela manera q̃ la leuadura en la masa. Porq̃ ansi como la leuaduradilata y haze crecer la massa, ansi el garuãço comido dilata y hincha a la carne, y la carne ansi hinchada, hinche y enllena mas el cuerpo, por donde se haze mas hermoso el rostro. Es vn mantenimiento bueno para reparar y restaurar los pulmones, mueue camara, y vrina, y alimpia el cuerpo. Su cozimiento quiebra la piedra en los riñones. Porque el garuanço es abridor, y desopila mucho, irrita a luxuria, por tres causas, conuiene a saber, por su calor y humedad, item por su ventosidad, item por su mucho nutrimento. Todas estas cosas obra cõ mayor efficacia el garuanço prieto. Empero aunque sea de mucho nutrimento no es loable. Ansi lo dixeron Galeno, Rasis y Auicena y Auerroes en los lugares acotados. Empero deuẽ se huyr los verdes como cosa muy perjudicial porque son indigestibles, fritos con azeyte son menos ventosos que cozidos y de alimẽto menos gruesso si se guisan con rayzes de perexil deshazen marauillosamẽte las piedras de los riñones.

De las

De las hauas y sus propriedades y nutrimento.

CAP. XX.

Egun que dize el Galeno. Las hauas no serian de mal nutrimento sino fuessen ventosas, porque es tanta su ventosidad que por ningun correctiuo se puede quitar del todo. Y ansi dixo el mismo. Que aunque se cuezan las hauas tres dias no perderan su ventosidad. Por lo qual se paresce ser de su natural complexion y porende dixo Auenzoar. Que aunque en todas las de mas semillas se quite la ventosidad por cozimiento. En solas las hauas no ha lugar. Porque aũque mas se cuezan no la perderan. Empero ya que del todo no la pierdan, pueden perder buena parte de ella. Especialmente si se caezen con pimienta, sal, orẽgano, tomillo, salsero, o si se frien, o si se cuezen muchas vezes y sin corteza. Porque en la corteza ay gran parte de ventosidad. Son ventosas como digo, engendra gruessos humores,

Gal. libr. de attenu.

lib. de regimine uictus.

Auen. The.

y melancholicos, hazen daño al celebro, porque causan sueños horribles, y temerosos, son como leuadura de las comidas que estan en el estomago, porque las fermenta y haze crecer son templadas en calor y frialdad. Empero las que no son verdes enxugan y desecan declinan vn poco a calor segun Auerroes. Pero segun Auicena. Declinan a frialdad. Empero tienen vna humedad no poca superflua, especialmente las verdes, porq̃ estas son frias y humedas, ansi lo dixo Galeno, engendran flema gruessa acrescientan dolor de cabeça, e imaginaciones a los que tienen la imaginatiua estragada. Empero las verdes son mas ventosas, engendran humores crudos, augmentan flema en las tripas y estomago y mucha ventosidad. Empero las secas, tienẽ menos ventosidad, y segũ los mas phisicos, tiran a frias. Empero segun Paulo, parece que quiere sean calientes pues dixo. *Fabæ lenes sunt inflant, & abstergunt, atque egyptia faba calidior est nostra & superfluitates relinquit multas.* Dize que las hauas son blandas y hinchã y alimpian, y que la haua Egypcia, es mas cálida que la nuestra, y que engendra muchas superfluy

Auer. 5. col. A. uic. 2. ca. cap. 245.

Gal. libr. de atte. uictu.

Paul. lib. 1. cap. 29.

dades

dades. Finalmẽte ſon malas para los que ſon tentados de colica ventoſa, o para los que padeſcen ruptura, ſon de difficil digeſtion y tardas de deſcendir, cozidas y majadas pueſtas por emplaſtro, maduran apoſtemas y ſi ſe cuezen con ſus caxcaras en vinagre, ſon buenas para camaras de ſangre, y vomito. Y dize ſe, q̃ ſi las gallinas ſe apaſcientan dellas ſe les quiebran los hueuos. Las mejores ſon las mas luẽgas y no redõdas y las q̃ no eſtã horadadas, y las q̃ ſon ſecas y no verdes, como lo dixo Aui. Empero en eſtos tiempos no ſe comẽ ſino las hauas verdes: tienenſe por mantenimiento muy guſtoſo ala entrada del eſtio. Friendolas con azeyte y adereçandolas hazenſe duras de cozer ſi las dexã al frio de noche, porque con el frio ſe eſpeſſan y hazen duras. Engendrã carne eſpongioſa y rara, porque ellas ſon de rara y liuiana ſubſtancia entorpecen el ingenio, y por eſſo las vedaua Pytagoras, y Varro eſcriue. Que los ſacerdotes huyã de las hauas, porque dizien que en ſu flor ſe hallan ciertas lettras de triſteza y lloro. Bueluenſe de blancas coloradas, y negras al guiſado de ellos llamauan antiguamente, conchis.

De las lentejas, y sus daños, en uia de manjar.

CAP. XX.

SOBRE la complexion de la lenteja he visto varias y diuersas opiniones, porque Hipocrates en el sexto de sus epidemias, la colloco entre los mantenimientos mas frios que ay. Diziendo, *Frigidissimus cibus lens, milium, cucurbita.* Y Haliabas dixo. La lenteja, es fria en segundo grado, y seca en el tercero. Galeno empero sobre Hipocrates en el texto acotado, dixo, que la lenteja era de diuersas substancias, conuiene a saber, de substancia de tierra, e porende enfria e desecay por esta qualidad, aprieta, y constipa. Es tambien de substancia que ablanda y relaxa el vientre, que es contraria a la primera, lo qual haze por la substancia de fuego q̃ tiene. Prueualo porque puesta por via de emplastro en alguna apostema, tiene virtud de repeller o repercutir, lo qual haze con frialdad, tiene virtud de madurar lo qual no podria hazer sino con calor.

Hip. 6. epi. 5. theo. ori.

Gal. ibidem com. 5.

lor. Porende concluye, que ni se puede dezir absolutamente fria, ni absolutamente caliente, y dixo, que aquel texto no era de Hipocrates sino de otro. A esta opinion pareseio allegarse Auicena, y truxo la opinion del Galeno. Tambien pareseio que se allego a esta Auerroes. Pues dixo, que las lentejas eran templadas en calor y secas. Y tambien Isac en las particulares pues dixo, que bien mirada la naturaleza de la lenteja era compuesta, de dos contrarias qualidades. La vna estaua en la corteza, y la otra dentro en el meollo. Y que segun la corteza tiene agudez y era calida, y por esto relaxaua el vientre. Y que segun el meollo de dentro era adstrigente confortatiua de estomago y tripas, y que porende vale a las camaras diarreas y de colera. Finalmente como lo dize Paulo es de mal mantenimiento, causa melancholia, aprieta el vientre. Especial si se cueze dos vezes. Empero que su cozimiento cõ azeyte y vinagre y sal (que se dize Garo o oxigaro apar de los latinos y Griegos) relaxa el vientre, mitiga la inflamacion de la sangre. Empero de tal manera la espesa que la haze que no corra por las venas,

Auic. cã. 2. cap. 449.

Aue. 5. col.

Paulus lib. 8. cap. 79.

caua-

causa sueños malos, engendra mania, que es locura vehemente, causada de colera adusta, causa cancer, lepra, elefantiasi, haze daño a la vista, escureciendo la, y a los nieruos, por su demasiada exiccaciõ, causa opilaciones en higado y baço y venas, aprieta el vientre, hinche de ventosidades, es mala para el estomago, difficil de digestion, y mucho peor si se come con su corteza, como lo dixo Hippocrates. *Lens adstringit & turbationem inducit si cum cortice, sumãtur.* Quiere dezir, que si la lenteja se come con su corteza haze turbaciõ en el sentido, y aprieta porque hinche el celebro de vn humo gruesso, y melancholico. Es mas dañosa que ninguna semilla, detiene el ordinario de las mugeres, engrosando su sangre, y apretando las venas detiene la vrina, priua del apetito de coito. Esto dixeron Auerroes, Auicena, y Rasis. Empero la que se vuiere de comer en defecto de manjares, o en enfermedades de sangre (pues dizen algunos phisicos que en ellas conuiene) se deue escoger la que fuere biẽ madura blanca ancha, la qual si cayere en agua no la tiña, deuen se echar a vna medida de lantejas nueue de agua, y cozer se mu-

Hip. libr. de uictu. acuto.

ibidem.

Ra. 22. conti. ca. 509.

mucho,como lo quiso Auicena. Y deuēse cozer quitada la corteza, y deuen gastar dos aguas, de suerte que primero cueza vna agua,y verter aquella,y echar otra de nueuo, y ansi se ponen mejores, y mas faciles de digestion. En especial si se guisan con vinagre,oregano,pimiēta, y erua buena,cominos,azeyte de almendras,o de alegria, como lo quiso el author de la corona florida.Empero algunos phisicos dizen que pierden su malicia si se cuezen cō buenas carnes,y no saladas conuienē mas a los que son de complexion humida, y a los que tienen muchos humores: empero son muy malas para los secos y calurosos, y ala vista de sus ojos.

De la ceuada,y ordiate,y como se deua hazer y preparar.

CAP. XXI.

LA ceuada, segun Auicena es fria y seca en primer grado, lo mismo dixo Isac en sus particulares, aūque Haliabas dixo, que era fria en primer grado, e seca en segū do,

do, Pero cierto es que no viene en tanta se quedad, Paulo Agineta en su primer libro dixo, que tenia virtud de refrescar, e mũdificar, y que hecha ptisana (que quiere dezir ordiate) humedesce, empero tostada y hecha harina deseca, es mũdificatiua, y cuela ligeramente, y su nutrimẽto es menor que el del trigo, Su agua resfria e humedesce, y porende conuiene en febres, o calenturas, nudre e mantiene mas naturalmente, que no las hauas, ni el arroz, aũque accidentalmente mas mantienen las hauas, y el arroz, como lo quiso Ruffo, La razõ es, porque como la ceuada tẽga mas de meollo, y de sustancia natural y no superfiua ni ventosa, mas manterna que el arroz, y que las hauas, en quanto es de si, pero porque se digere presto, y facilmente, y se disuelue presto de los miembros, y ligeramẽte cuela, por esso es de menor nutrimento que las hauas, y arroz, Porque estas legumbres se detienen mas en el estomago y cuelan tarde y difficultosamente se desmuelen de los miembros, y por esta razon se dizen que accidantalmente mantienen mas. Es la ceuada vn poco ventosa, y porende dixo Resis y Almansor. Que offen-

Paul. lib. 1. cap. 78.

cap. 2.

offendia a los que suelen padescer vento sidades, o enfermedades frias, y colica passion. Y que conuenia a los que padescian por calor; a los que querian desminuir sus carnes por ser gordos, haze se de ella aql excelente cibo medicinal que Hyppocrates llama, pty sana, y nosotros ordiate, tã celebrado del Hyppocrates en el libro q̃ intitulo de vitu acuctorum, y de Galeno en sus libros, adonde ensalçaron sobre todas las semillas el ordiate para enfermedades agudas. De la qual dixeron, que para ser perfecta auia de ser viscosa, lisa, apiñada, o junta, y gual, y molle, o blanda, deleznable, de vna humedad, templada. En comun ansi para sanos como para enfermos se deue preparar de esta manera. Deue se la ceuada de remojar muy bien, y despues refregar se, hasta que se quite la corteza, y luego a vna parte d̃ ceuada se echẽ diez de agua y cueza todo hasta q̃ se quede en vna parte de diez, y despues cuelese y dese a beuer. Vale esta beuida mucho para conseruar la sanidad, y para refrescar y humedescer el cuerpo. Y si quisieremos refrescar mas añadamos vn poco de vinagre. Y si el que lo vuiere de tomar fue

Hip. lib. de uictu acuto. Gal. libr. de euchi, & de simp.

re

re de complexion muy caliente añada vn poco de simiente de adormideras blancas. Este ordiate es muy sano para el celebro, clarifica la vista, engendra muy perfecta sangre, y mantiene tanto como qualquier pan. Suelese cozer tambien con rayzes de hinojo, y apio, y otras rayzes diureticas, para los que tienen opilaciones. Y si quisieremos juntamente refrescar y relaxar el vientre, echese con el vn poco de manna, o de xaraue de nueue infusiones, o d̃ violetas q̃ es mas d̃licado. Segũ Paulo, a vna parte d̃ ceuada añadẽ quinze de agua y vn poco de azeyte despues de heruir vn poco de vinagre. Empero despues de perfectamente cozido y colado echa vn poco de sal muy molida. Y Galeno añade puerro, y eneldo. Empero la primera es mas vsual, segun la communidad de los phisicos. Empero porque entre los medicos muy eruditos ay differencias sobre si el ordiate tan celebrado de los antiguos es de la ceuada que aora vsamos o no por esso no es el ordiate en nuestros tiempos tan celebrado, y por esso en su lugar vsamos de otros alimentos semejantes su bõdad porque se ponen muchos generos de

ceua

ceuada, porque ay ceuada de que en su espiga tiene muchas carreras llamada de Columella hexasticon, otro de quatro carreras, y otro de dos carreras que llama Columel. disticho, y como sea ansi no sabemos de qual genero de estas ceuadas se hazia aquella tan celebrada phthisana. Cresce el grano dela ceuada en el alholi si se coge con sazon como lo dize Columella.

De las aruejas en quanto al mantenimiento.

CAP. XXII

LAS Aruejas, que en latin se dizen Pisa, segun el Galeno, tienen alguna semejança con las hauas empero no son tan ventosas, ni tienen virtud de mundificar como ellas, y porende son mas tardas de digerir que las hauas. Los aruejones, que se dizen Robeliæ, y Cicerculæ y Vicia en latin. Sõ menores que las aruejas, y no diffieren en otra cosa, porque ansi la vna semilla como la otra, son frias y secas, y engendran mala

sangre y dañan a los nieruos, y son vento
3. ad Almã. sas, como lo dixo Rasis. Empero cozidas pierden la ventosidad y parte de su malicia. Especialmente si se mondan de su corteza, porque entonces engendran loable mantenimiento, conuienen en estio, y en lugares calientes. Su cozimiento ansi como el de la haua, vale para la tosse y romadizo, y dolor de pecho. Y si fueren cozidas con ceuada, o con bledos, valen contra calenturas de colera y sangre, especial si añaden verdolagas, y çumo de granadas agradulces. De estas semillas ay muchas especies, mayormẽte de las aruejas, pissas, porque vnas son blancas otras son coloradas otras roxas. De las blancas vnas son muy redondas otras no tan redondas sino algo anchas como apiñadas, cozidas con el lardo del tozino que no sea ranzio son muy suaues y para mesas de principes. Empero para que mantengan no se deuẽ cozer del todo, y ay aguas en las quales no se puedẽ cozer. Muchos las guisan jũ juntamente con sus vaynillas otros sin ellas: son mejores verdes, como se comen aora y no duras crian mucho gorgojo, y porende pierden de su bondad.

Del

Del arroz, en quanto cibo.

CAP. XXIII.

EL Arroz, al qual los Barbaros llamã Risum, y los Latinos Oriza. Segun Auerroes, es templado en calor y frio, lo mismo quiso Rasis. Empero dixeron, que era seco, y Auicena dixo, el Arroz es caliente y seco, y su sequedad es mas manifiesta que su calor. Y por esso dixo Isac en sus particulares dietas, que era caliente en primer grado y seco en segundo, segun Paulo Es difficil de digestion, mantiene poco y aprieta el vientre, Empero segun Auicena es de mucho mantenimiento, y si se cueze con leche, e azeyte de almẽdras da mayor nutrimento y mejor, y quitasele su sequedad, y astriciõ, En especial si la noche passada ha estado en remojo d̃ agua de saluados, Acrecienta la esperma, con la agua de su cozimiẽto se quita la sarna, y comezon, y se alimpia el cuero, vale contra los que tienen enel estomago y tripas vascas, y torsiones. Cozido entero sin partir,

5. Collig. Rasis. 3. ad Alm. ca. 2. Auic. 2. cã. cap. 569. Paulo. lib. 1 cap. 78. Auic. ibidẽ.

vale para las camaras llamadas diarrhæas y colericas, es dañoso para los que son tentados de colica, y no desciende del estomago facilmente, sino es que se aya cozido con alguna cosa vntuosa, como con leche comun, o de almẽdras en especial, si despues se echa açucar, enciende a los que son de complexion colericos, y calientes, y porende se deue mas seguramente dar a los que son frios. Esto dixeron Auicena, y Rasis y Isac, y Auerroes, y Galeno, Empero para que mãtenga, deue primero lauarse y estar en remojo, y despues cozerse cõ leche, Ansi lo quisieron todos los Sabios phisicos, ponen algunos dos generos de arroz vno algo roxo, y otro blanco, al qual en algunas partes llaman ceuada de Galacia. Este es el que tenemos y vsamos del qual vsan todos: especialmente en cõbites. Ponese a cozer con carnes gruessas, y con gallinas, y llaman le arroz con grassa, y echando vn poco de azafran lo ponẽ al principio del comer, communmente se adereça con leche de cabras, o con leche de almendras, para los dias de ayuno, y segun Celso es de buẽ mantenimiento. Vsase poco en Italia y mucho en España.

ibidem.

Galeno. 8. de Aliment.

Ay

Ay gran abundancia dello en Indias a dõ de hazen de ello vna beuida que emborracha mas que vino: porque le preparan con muchas especias, y açucar, y hazen pã dello, y tienen lo por mejor que a nuestro pan.

Del farro y almidon.

CAP. XXIIII.

EL farro, que communmente vsamos, parece ser hecho de ceuada. Y aunque en el nombre parezca ser el far de los Latinos es differẽte en parte, digo en parte, porque este farro que vsamos es cosa artificial, porque se haze de ceuada, o de la espelta, o de trigo como despues veremos. Empero el far de los antiguos paresce ser grano de pan llamado espelta: empero en parte se puede tomar por el far, porque muchos y muy autenticos authores dizen, que el far es cosa artificial hecha de trigo o de espelta, o de ceuada, y dizen, que deue ser trasluciente, y y duro, y firme, y que no se quiebre de pre

sto, puedese hazer de todo genero de gra no de que se haga pan, mayormente de la rea, la qual es nuestra espelta, de que antiguamente se hazia la alica, de ay venimos a coniecturar, que nuestro farro es la alica delos antiguos llamada en Griego chō dios, porende Palladio en su libro tercero de re rustica, enseño a hazer la alica de la ceuada que estuuiesse en manojos, y no vuiesse perdido su verdor, tostādola primero en horno, y despues quebrantando la y guardarla cō vn poco de sal, de donde claramente se parece, que la alica de los antiguos es nuestro farro. Thomas Linacro excellente traductor de Galeno, dixo. Que el chondro era el farro artificial, Y ya tenemos que el chondro delos Griegos es la alica de los latinos, y porende se concluye, que la alica de los antiguos latinos es nuestro farro, bien veo que los authores vnas vezes llaman ala alica grano de pan, otras vezes cosa hecha de grano, ora sea del espelta, aora de ceuada, como quiera que sea, el buen farro deue ser gruesso, y reciente, y plano medio, entre espesso y raro, y entre blanco y colorado, calido y tēplado, en sequedad y humedad: es de mu-
cho

cho nutrimento, esto es lo q̃ el Auic. dixo del farro, del qual dixo Rasis, por authoridad de Dioscor que el farro al qual llama grano de pan quebrãtado, mantiene mas que el almidon, y engorda, engendra humor gruesso, y viscoso y ventoso, y dize q̃ se deue cozer sobre brassas de carbon, de uesse guisar, cõ azeyte de almendras dulçes y sal, y con açucar, y ansi se quita su vẽtosidad y viscosidad, y deciẽde presto del estomago. Finalmẽte nuestro farro como se haga de ceuada, y veamos que haze mucho prouecho a los flacos, y enfermos. Coziendose con leche de almendras, y con azucar es muy sano, mantiene muy bien, humedesce, y desciẽde facilmẽte del estomago: y por esso dixo Plinio, que no ay dubda, sino que la alica, que es nuestro farro, es muy vtil, aora se de con agua miel, aora se de en potaje, como hemos dicho. Cã. 2. c. 20l.
Y porque dixo auer tres maneras de este farro, vno chico, y otro mediano, que el llama secundario, y otro grande, el qual haze ventaja en blancura. Este es el mejor a nuestro parecer, y dize Plinio, q̃ se deue el grano quebrãtar en pila de madera, para que el farro salga mejor. Este grano

quiere Plinio, sea la espelta. Empero como lo hemos traydo de Palladio, y lo quiso Rasis en el lugar alegado, puedese hazer de espelta, y de ceuada, y de otro qualquier grano de pan. En fin el tiene, segun experimẽtamos, todas las propriedades del ordiate que llamo Hippocrates granoso y no colado y Auicena Ristordei suelen algunos echar greda con el farro para que se conserue: empero haze se pestilencial, y que lo mezclen, Plinio lo affirma, el almidon se dize de Amilum, vocablo latino que significa hecho sin moler Caton quiere se haga de candeal, Plinio, y los de mas, de trigo, y mejor del trimessino, de aqui sacamos que es muy bueno del chamorro. Dioscorides dixo q̃ era aprouadissimo lo de Egypto, y de Candia, Plinio, lo de la Isla de Chio, en algunas cozinas lo guisan con leche y açucar. Empero sera muy viscoso y malo, para los riñones y dize Galeno, que es ygual en bondad a los muy delicados panes, dize que en fria y deseca moderadamente, y que es de buẽ nutrimento, ha de ser muy blanco, y liuiano, y liso, ygual, ablãda el pecho aspero, es bueno para la tosse con açucar, y para qualquier

Raſ. 21 con. cap. 189.

quier corrimiento, Paulo dize, que se de ue hazer por los caniculares, Plinio affirmo, que dañaria a la vista de los ojos.

Fin del segundo libro.

LIBRO TERCERO DE AVISO de Sanidad. Que tracta de las fructas.

De las fructas, que no se deuen comer por razon de su poco nutrimento.

CAP. Primero.

PORQVE del mucho vso de comer fructas suelen los hombres venir en agudas y mortales enfermedades, dando se a ellas desmoderadamẽte y sin freno, tengo por bien en este tratado dezir, por authoridad de doctos varones, quan poco y malo sea su mantenimiento, y quãdo conuengan comer se, y de que manera, y a quienes dañan, y porque no viuimos para comer, sino que comemos para viuir, y no podemos viuir sin que nuestro cuerpo se repàre, y restaure de lo que de su substãcia sea resoluido, y perdido, pues de otra

otra manera nueſtro humido radical ſe agotaria, y gaſtaria del calor natural, y exterior, y porende nueſtra vida ſe abreuiaria. Y como la tal reparacion y reſtauracion ſe aya de hazer con buenos mantenimientos, y de mucho nutrimento, y los generos de fructa no ſean tales. Pues como dize Galeno, vniuerſalmente conuiene ſaber que todos los fructos dan humido y delgado mantenimiento fluxible, q̃ preſto ſe deſtribuye por todo el cuerpo, y preſto ſe diſsuelue, e Iſac. Todas las fructas mantienen poco, y ſon de mal nutrimento. Sigue ſe que con ellas no ſe podra reparar ni reſtaurar lo q̃ ſe diſsoluio, pues requiere que en ſu lugar, ſe reponga mantenimiento, no fuxible, y correntio como el de las fructas, ſino ſolido y macizo, y bueno. Y porende dixo Raſis. Las ortalizas y fructas enllenan el vientre con poco mantenimiento, y engẽdran en el cuerpo crudos y malos humores, y en el libro de ſu continẽ. dixo, breue ſera la vida de aquel que ſe mantiene de manjares de poca ſubſtancia, como ſon los de ortalizas, y de fructas de corteza dura. Anſi que como las fructas ſean de poco mantenimien

Galen. 2. de alim.

Iſa. die. uni. cap. 26.

Raſis. 6. al alm. & 25. continent.

to

to y ruyn, no pueden ſino engendrar poca ſangre, y ruyn humor porque como dize ſant Hieronymo ſobre el Euangeliſta Matheo. *Neque enim fieri poteſt ut ex malo bonum, aut ex bono oriatur malum.* No puede ſer que de lo malo nazca bueno, ni d̃ lo bueno malo. Y porende no podra ſer que de las fructas ſe haga buena ſangre, ni buen humor digo tomando las por via de comida, y ſuſtento principal, porque de comer las anſi, ſe ſeguiran (como dixe) no pequeñas, antes muy peligroſas enfermedades, y porrende ſon ſabios los que vſan dellas poco, y mas ſabios los que muy poquitas vezes, y ſapientiſsimos los que nunca vſarẽ dellas.

Hier. ſuper Math.

Como las frutas no ſe deuen comer por razon de ſu particular nutrimento e de algunos notables.

CAP. II.

Iximos arriba, que las frutas no ſe deuan comer por via de mantenimiento, Lo vno porque el que tienen es poco, porque ſon tiernas y blandas preſtas para

ſe

se disoluer de los miẽbros, Lo otro, porque es malo, La causa de su malicia es porque son faciles de se corromper y podrir. Por loqual aunque las tales frutas sean de mucho nutrimento, por razon de su malicia se deuen desechar, porque traen a los hombres en fiebres y en otras dolencias, y enfermedades diuersas, y poresso dixo Rasis. Digo que la mayor parte de las frutas es, para vso de medicinas, y porende su frequente e continua comida, corrõpe la sangre, y ansi Auicena dixo, de ellas, los q̃ vsaren mucho de tales mantenimientos, conuiene a saber de frutas, son prestos y aparejados para caer en calẽturas, y en otra parte dixo. La mucha aguosidad de la sangre causada de comida de fructas aguosas haze putrefaciõ en el cuerpo. Y por el mismo caso la muchedumbre de humor crudo prepara a calenturas y corrupciõ, qual es el humor que se engendra de cohõbros y pepinos, y peras, y de sus semejantes. Y por esso dixo Isac. Todas las fructas engẽdran mal mantenimiento, porque quando se digieren la sangre que dellas se haze esta muy propinqua a putrefaction. De donde prouiene, que las fructas hinchan

Rasis li. 25 cont. cap. 1

Aui. 3. pri. doct. 2. ca. 7

Isac doct. 5. cap. 26.

yen-

y engendran gruesso humor, y si no se digeren, se bueluen en mala qualidad, en especial, si se comē despues del manjar. Como son las fructas que el Galeno nombra horarias, que son las que se maduran en mitad de los caniculares, las quales facilmēte se corrompen, como es la calabaça, el melon, las moras, los priscos, los durazños, de los quales aunque sean faciles de digerir, se engendra de dentro de las venas vn humor maligno, el qual por luengo tiempo escondido viene en corrupciō y causa fiebres y calenturas de malina naturaleza, como el mismo lo dixo en el libro de Euchimia, Por lo qual deuense todos guardar, en especial los mocitos, destas tales fructas, mayormēte si son las horarias, como melones, y moras, y durazños, y cohōbros, y pepinos, y mucho mas en tiempo de oć oño, como lo escriuieron Rasis, Auicena. Son especialmente malas las fructas para los estudiantes, y para los que son flacos y achacosos, de la cabeça, porque hinchen de vapor la cabeça, Y porende sus sentidos se embotan y perturbā y las obras del entendimiento se impidē. Porque no ay cosa que tanto vapor engē dre

Ga. 2. de ali.

Ras. 4 ad alm ca. 26.

Aui. 3. pri. doct. 5. ca. 1.

dre como la fructa, especial la del estio llamada oraria, como lo dixo Auicena. Y para concluyr razones, no ay cosa que mas haga para la conseruacion de la sanidad que dexar las fructas, como cosa humeda y corruptible, y allegarse a loables mãtenimientos.

Aui. 13. ter. tract. 1. c. 16

A quales hombres menos dañen las fructas y aquien mas, y en que tiempo se deuan comer.

CAP. III.

POR QVE como dize Ysidoro. Summa miseria y desuentura es no saber adonde vas. Tengo por bien en este capitulo declarar, a quien seã las fructas mas dañosas, y aquien menos, porque nadie por ignorancia cayga en peligro, y porque se sepa, quien puede comer las fructas con mas seguridad, y quiẽ con temor. Y por esso se deue dezir con Auicena. Que las fructas no son conuenibles para los hombres delicados y holgados, que viuen en regalo y sosiego ni para los viejos, ni muchachos o niños. Ni final-

Aui. 3. pri. doct. 2. ca. 7

nalmente para la gente que no trabaja, ni se exercitan por dos razones. La vna por que en razon de mantenimiento a ninguno aprouechan, antes dañan. La otra por que especialmente en gente de esta manera, se hazen veneno, y ponçoña, que congela y sobre manera enfria, matando los cuerpos por diuersas vias y maneras. Por que como hinchen, y enllenen el cuerpo de sangre aguosa, y fluxible, y de crudezas como las tales superfluy dades y aguanosi dades, no se resueluan cõ trabajos ni exercicios, bueluen se por discurso de tiempo enel estomago y venas, en vna colera por racea, y eruginosa, como de color de cardenillo, la qual trae accidentes mortales y frenesias. Como muy bien lo dixo el Galeno en el sexto de las Epidimias, adonde dixo, que la colera, eruginosa, engendrada de muchos dias por los malos alimentos, quando empareja con el coraçon, en quatro dias mata, como de antes no mostrasse malicia ni daño alguno, y traxo por comparacion la mordedura del perro rauioso. Empero aunque es verdad que la comida de las fructas siempre cõsigo tray ga daño (pues no es otra cosa su manteni-
mien-

miento, ſino vn çumo aguanoſo y vna ſu perfluydad humoral que hinche la ſangre de humidades, y crudezas y haze ebullicion, y eferuencia en el cuerpo, cercana para engendrar fiebres y calenturas,) cierto para eſtomagos y cuerpos caliẽtes y ſecos y para gente trabajada, y exercitada, y para mancebos y colericos, y para canſados de caminos, ſon conuenibles, porque con ſu çumo ſe refreſcan, y ſu ſequedad ſe tiẽpla, y para de preſente dan grã refrigerio y aliuio al cuerpo. Digo de preſente, porque ſi deſpues de comer las tales fructas, (como ſon aluarcoques, durazños, priſcos, peras, melones, pepinos, cohombros) no tornan a ſe exercitar para reſoluer y gaſtar la ſuperfluydad aguoſa que ſe engendro de las tales frutas, como ſe guardey eſte en las venas, ſin ſe conſumir, verna deſpues ha hazer fiebres y diuerſas enfermedades. Anſi lo dixo Auicena. Empero es muy vtil y neceſſaria, la comida de las tales fructas para los que antes y deſpues ſe exercitan y trabajan. Anſi lo dixo Iſac. Conuiene en todo tiempo que los que comẽ las frutas ſe guarden dellas como de malos manjares, ſino fuere quando

Auic. ibid. Iſac dic. un. cap. 21.

ha precedido grã trabajo, o de camino lar go, o de mucho calor, porque en tal tiem po es necessario, que la sequedad se tiem ple y el calor se refrigere. Porque auien do sequedad y calor, bueno es dar fructas humedas, como moras, ciruelas, vuas, hi gos, priscos, pepinos, cohombros. Ni con uiene enfriarse por defuera, ni lauarse mu chas vezes, ni tomar nieue, pues el que no tiene costũbre de vsar nieue, deue huyr della. Porque aunque los jouenes y mance bos de presente no sientã el daño de la nie ue, empero poco a poco se va haziendo grande, cierto saliendo de la edad juueuil y entrando en mas edad, caen en muchas y diuersas enfermedades, que son incura bles, y por luengo tiempo insisten en las junturas haziendo gota, y en los nieruos haziendo perlesia, y espasmos. Boluiẽdo pues a lo de las frutas que no las coman si no los que trabajan, como lo dixeron, Ra sis, y Gal. Ha se tambien de aduertir q̃ las tales fructas no se comã despues de otros mãjares, sino antes y al principio, sino fue re que las tales fructas sean Estipticas y a cerbas, o agrias, o azedas. Las quales se de tengã y retarden en el estomago, pues en tal

Rasis. 4. ad Alm. cap. 4

Galen. 2. de aliment.

tal caſo ſe deuerã comer a la poſtre de los manjares. Tales fructas ſon membrillos, mançanas azedas, peras, anſi lo quiſo el Galeno, diziendo. Conuiene tener en la memoria, como precepto comun en todo que todas las coſas que fueren de mal xugo humidas y deleznables, que facilmente ſe van, ſe coman primero, que las otras coſas, porque deſta ſuerte ligeramẽte deſcienden y abren camino y via, para las demas comidas: empero tomandoſe ala poſtre, corrompen a los manjares que hallã en el eſtomago. Y tengaſe auiſo, que deſpues que las tales fructas ayan deſcendido, comã luego tras ellas otro mãjar, porque ſi a caſo ſe comen deſpues de otro mãjar corromperle han, y hazer le han deſcendir indigeſto a las tripas, y venas miſeraycas. *ibidem.*

A donde ſe mueſtra que fructas principalmente ſe deuen euitar, y ſi conuenga beuer uino o agua tras ellas.

CAP. IIII.

Diximos que cõuenia comer las fructas verdes, o humidas, a los jouenes o mancebos, a los trabajadores, a los exercitados, especialmente en el estio, y no en otro tiempo y antes de otro manjar. Empero hase de aduertir, que esto no se deue entender de todas fructas, sino solamente de las domesticas, y no silueſtres. Y de las domesticas, no de todas sino de las loables y mejores, de las de blanda y tierna corteza, de las perfectamente maduras, y no de las mas. Ansi lo quiso el Galeno. De las fructas menos molestan las que ablandan el vientre, como son las moras, las ciruelas, las guindas los higos. Empero, las que son tardas de descendir son peores que todas. Especialmente si son duras para los cuerpos, porque no se deue gustar destas, pero deuen se gustar las que son buenas para poder se guardar, como son las peras, las vuas, los membrillos. Finalmente las fructas domesticas que tienen la corteza blanda y delgada, son las mas loables, porque la corteza delgadita y blanda de muestra que su sustacia es delgada y humida y liuiana, y pra

Gale lib. de atten. uictu

sta

sta para penetrar por las venas, y obedien te a la naturaleza. Y porende dixo, que los higos son la mas loable fructa de quã tas tienen corteza, y las vuas tienen segũ do lugar despues de los higos si estan biẽ maduras, y las fructas sylvestres, o las domesticas no maduras no se deuen comer, porq̃ todas son estipticas, frias, de gruesso xugo, difficiles de digestion, tardas de penetrar por las venas, y que hazen mucha tardança en el estomago: especialmẽ te las fructas que estan por madurar, o las q̃ se maduran antes de tiempo entre paja, o de otra manera. Porq̃ ansi estas fructas como las silvestres, aunque esten bien ma duras no se deuen comer, no solo delos oc ciosos y regalados, empero ni aun de los exercitados y trabajadores, porque son de malino y detestable nutrimento. Ni mas ni menos se deuẽ mucho huyr las fru ctas venenadas que estan carcomidas de gusanos, porque son mortales, y emponço ñadas, y el menor daño que hazen es corromper, y inficionar la sangre, y hazer fie bres mortales, como lo dixo Rasis. Pues luego deuemonos guardar de todo gene ro de fructas que no esten muy bien ma- *Ras. lib. 1. aphoris.*

duras en ſus arboles, y eſcogerlas muy biẽ maduras en ſus arboles que ſe puedẽ guardar por todo el inuierno haſta la primauera. Porque es aueriguado que las fructas no ſe pueden madurar bien ſino con el calor del ſol, como lo dixo Ptholomeo, y el Galeno. Ha ſe tambien de aduertir, que ni antes del comer de las fructas, ni luego de ſpues, ni con ellas, no ſe coma otro manjar, porque no ſe corrompa y empodrezca, ſino que acabãdo de comer la fructa humida aya mouimiento de andar, o paſſear haſta que la fructa vaya a baxo, y entonces ſe puede comer otro manjar. Porque de otra manera mezcladas con los otros manjares traeran grande daño en las venas. Empero ſi vuiere ſed deſpues de comer las tales frutas no ſe deue beuer vino en mucha cantidad, como quando ſe beue por via de nutrimẽto y beuida, ſino en poca cãtidad, y puro, y eſto por via de remedio medecinal, porque como dize Galeno. Eſte tal vino tomado anſi puro en poca cantidad, es cauſa que la tal fructa ſe digiera bien, y no la lleua indigeſta y cruda por las venas. Mas antes primero q̃ ſe deſtribuya por las venas, ya la ha digerido,

Ptho. 1. quadri partit cap. 4.

Gal. 2. cõmẽ. fructa. acut.

o co-

o cozido. Esto se deue entender quando la fructa es fria y humeda, y el estomago no es calido, tales son melones, pepinos, ciruelas, priscos. De otra manera, si la fructa es caliente y seca, y el estomago es caliente, deuese beuer agua tras ella. Dixe q̃ el vino que se deuia beuer tras la fructa fria, y humeda, auia de ser poco, puro, fuerte, bueno, y odorifero, porque si fuesse mucho aguado, que se tome por via de beuida, en tal caso mezclandose con el xugo dela tal fructa, haria muy mala sangre, y el vino lleuaria al xugo de la fructa, hasta las extremas partes del cuerpo, especial si la tal beuida fuesse tras melones, y ansi dixo el Galeno. Que el tal vino beuido tras la fructa, haze vna mezcla, la qual guardada por largo tiempo en las venas, hara venir en corrupcion, y en fiebres, y calenturas de mala costumbre. *Gal. 2. de ali c. de cucum.*

Dela Alcaparra.

CAP. V.

AS alcaparras, ansi en sus hojas, rayzes, cortezas, y ramas, como en su fruto, son muy vtiles en la medicina, empero aqui solamente hareмos mencion de los frutos. De las quales dize Auicena, que son calientes y secas en segundo grado. Empero Auerroes, dixo que eran calientes en segundo grado, y secas en tercero, por que dixo que eran de sustancia de tierra, y de sustãcia adusta, ignea y subtil, lo qual se parece por su amargor señalado. No vienen à nuestras partes sino saladas, y por en de las comemos ante de los manjares adereças con azeyte y vinagre, y primero cozidas en agua. Son de poco nutrimento. Empero las verdes y por salar y sus tallos de la misma manera aparejados, Son de mucho mas nutrimento, son mundificatiuas, aperitiuas, y resolutiuas, cozidas, son para contra todas las enfermedades de baço, ansi comidas, como puestas por emplastro, euacuan melancolia y humores gruessos, por camara y por la vrina. Prouocã el ordinario de las mugeres, son fuertes y de muy delgada sustancia: conuienen para des-

Aui. 2. canõ c. 42. Auer. 5. collig.

despertar la gana del comer, confortan el estomago si se comen cozidas y adereçadas con vinagre. Porque todas las cosas adereçadas con vinagre adquieren mucha subtileza, y refrescan el higado. Las que se comen sin adereçar son dañosas al estomago: ansi lo dixo Rasis. Y Dioscorides. Son malas por via de nutrimẽto: porque causan sangre colerica y negra, hieren y dañan los neruios del estomago: pero pierden esto en su cozimiento. Esto dixo Isac: y todo lo sobredicho Galeno: y Paulo. Auicena, Auerroes. Rasis, Isac en los lugares allegados.

Ra. 23 cõ. c. 664. Dios. lib. 2. c. 165.

dietis. part. Paul. lib. 1.

De los melones, y de sus qualidades, en quanto manjar.

CAP. VI.

LOS melones, segun Galeno, son en dos maneras. Los vnos se llaman, segun el pepones, y segun los barbaros batheca, o anguria, que nosotros dezimos Badea. Los otros llama el Galeno, Melopepones, y haze distincto

capit. de los vnos y de los otros. Estos de quiē primero Galeno haze mencion, que se dizen Bathechas, o Badeas, llaman tambien los barbaros melones indicos, o Sarracenicos, los quales son grandes, y tienen la caxcara verde, y la carne blanca, y la simiente negra, son frios segū el mismo, y muy humidos. Auicena, dixo, que eran frios en el principio del segundo grado, engendran y causan passion colerica, que es vomitos y camaras, prouocan vrina y mucho mas su simiente aprouechan mucho para piedra de riñones. Empero, quando se corrompen en el estomago, se bueluen en naturaleza de veneno y ponçoña, y porende conuienē que luego como agrauan se saquen con presteza, con todo esso no son faciles de corrupcion, y son vtiles a los caluros os de estomago, y a los que padescen fiebres por razon de su frialdad amatan la sed, y humedescen mucho, engendran flema, y humores gruessos, resisten a los humores mordaces del estomago y higado, engendran sangre aguosa. Porende se corrige si es colerica. Y tienen se en parte para los ardores por mejores q̄ las cosas acetosas, o azedas, porque las co

Aui. 2. can. cap. 93.

sas

ſas azedas,como el oximel, o xaraue de azederas,enmagreſcen el cuerpo,y deſecã, y no humedeſcen. Y aũ a caſo hazen excoriaciõ en las tripas,que es diſenteria, etenaſmõ, y por adſtricion que tienen ſe cauſa atapamiento y opilacion, ſi fueren azedas y eſtipticas. Pero las coſas frias y humidas deſabridas,que ſon de delgada ſuſtancia y dulces, como ſon las naranjas dulces, y eſtas badeas,engendran enel cuerpo vn xugo aguoſo, y ſubtil, que corrige la acrimonia de la ſangre colerica que eſta en las venas quando ſe mezcla con ellas. Finalmente enfrian mas que todos los generos de melones, y ſon mas duros de ſe alterar en el eſtomogo: no ſe deuẽ comer con otro manjar,porque le corromperan. Deuenſe de comer primero q̃ el manjar,y no deſpues: porque ſi deſpues de comer de tal ſuerte le pueden corromper: que ſe tornen veneno. Son en quanto alimento totalmente de mal xugo,frio,y humedo, que mueue vomitos, y ſi no ſe digiere, cauſa fluxo colerico,ſu ſimiente mueue vrina quebranta la piedra de los riñones,y mundifica con vehemencia,como lo dixo Paulo. El otro genero de melones que llama

Paul. lib. 1. cap. 80.

ma el Galeno Melopepones: entienden se que los que aca dezimos romanos, y no castellanos, los quales el no conocio, y es la razon, porque hablando el de los melopepones, dixo. Que no mouian tanto la vrina, como los pepones, o badeas, y que no eran tan humidos. En fin, segun lo que dize, le haze ser no poco semejante a la Badea: porque el ser mas, o menos humida, no le varia de su semejança. Y poren de Isac dixo, que los melones del estio, q̃ son los que dizen los Griegos Melopepones. Son en dos maneras, vnos son redondos. Y otros son largos. Y ansi el vno como el otro son frios y humidos en la mitad del segundo grado. Y dixo mas, que el redondo, que es el que llamamos Castellano es d̃ xugo mas gruesso y mas dulçe, y q̃ por ser de xugo gruesso se haze redõdo porque apesgaua tanto a vna parte como a otra, y que era mas dañoso que el luẽgo. Y que el melon luengo era de xugo mas aguoso y delgado, y que como fuesse d̃ naturaleza de agua corria abaxo mas q̃ arriba, y que ansi se hazia luengo. Y que este era mejor que el redondo, aunque no de tanto sabor, antes desabrido poco menos

que

que la Badea. Por lo qual, como en humidad y desabor se allegue mucho mas a la Badea, que el Galeno llama, Pepon, y sea de mucha humidad, poca menor que la Badea, siguese que es el Melopepon de Galeno. Porque el Melon Castellano en comparacion del Romano y de la Badea, si es bueno, es de mucho menor humidad, y aguosidad, y es muy mas solido y duro de digestion, aunque tambien prouoca a vrina. Este es mi parescer, digalo que quisiere Laguna. Empero ansi el redõdo, como el largo, quiero dezir, ansi el Romano, como el Castellano, son frios y humidos y mundificatiuos, y su carne se conuierte en el humor que halla en el estomago, y no es facil de digestion. En fin son dañosos para el estomago, y mucho mas el Castellano, ablandan, y mollifican le sus neruios, y hazen le correntio. Son malos para los achacosos de passion colica, empero buenos para los calientes de higado. Los melones Castellanos engruessan mas la sangre y detienen se mas, son mas difficiles de digestion, pero por su humidad grande mueuen a vrina, y alimpian mucho, y deslauan, lo qual hazẽ los melones

roma

romanos, cõ mas presteza, y vehemencia. Finalmente, ansi los vnos como los otros son de poco mantenimiento, y si quando empieçã a agrauar y dar pesadumbre en el viẽtre, no se socoren cõ algo, hazense veneno y ponçoña, Y los q̃ son castellanos, q̃ son mas dulces, y porẽ de menos frios, declinan mas a colera, y los demas aflemma los quales con mas efficacia, matan la sequia y humedescen y mueuen vrina. Pero para euitar los daños que hazen, deue se comer tras ellos agengibre, encienso, almaciga, hinojo, anis, sal, con ellos o pimiẽta, si los que los vuieren comido, fueren frios de estomago: empero si fueren caliẽtes, tomen vn poco de çumo de granadas, o oximel, esto dixo Rasis, Auicena, y Galeno, en los lugares alegados, deuense comer, mucho antes que los otros mãjares. Y para que no hagan tanto daño, haze mucho al caso comer buenos alimentos tras ellos, porque de otra manera luego causan vomitos en las partes a donde se vsan mucho comer no hazen tanto daño como adonde no se vsan tanto, exemplo tenemos del Papa Paulo segundo que murio de comida de melon, y el Papa Clemente.

Ra. 3. ad Almã. c. 20. & can. 25. c. 1.

De la

De la calabaça, y su nutrimento.

CAP. VII.

EGVN Auicena. La calabaça es fria y humeda en segundo grado, y cozida es de algun mantenimiento y sustentacion, si se digiere: porque si no se digiere, luego se corrompe, como lo suele padecer quando se junta en el estomago con algũ mal humor, el mantenimiento que engendra es como agua, o como el de las moras. Empero hazese loable si se cueze con mẽbrillos, o con çumo de granadas, o de agraz, o con azeyte de almendras. Dezien de presto del estomago por causa d̃ su mucha humidad. Engendra humor flematico y poresso no es cõuenible para los flematicos, ni melancholicos. Pero es bueno para los colericos y sanguinos, aũque mejor para los colericos. Es como materia de los alimẽtos, porq̃ ella de si no da sino vn mãtenimiento de vna sustancia simple y semejante toda en si. Y si se junta con otra qual- *Aui. canõ. 2 ca. 179.*

qualquiera cosa, da el alimento de aquella cosa con quien se junta. Porque si se come con mostaza, engendra vn humor mordaz con calor manifiesto. Si con sal engẽdra humor salado. Si con çumo de membrillos, engendra humor acerbo y estiptico. Es dañosa para el estomago y tripas, y para los achacosos de passiõ colica, especial si se come cruda, porque causara ascos, vomitos, y vn humor de agua y delgado. Puede se dar a los flematicos cozida cõ pimiẽta, apio, yerua buena, mostaza, y oregano, comida sin estas cosas, destruye el apetito y relaxa el estomago, mata la sed, y el ardor d̃ higado y estomago. Y si se come muy amenudo cria tenasmõ, como lo dize Rasis, Empero corrigir se ha si se frie y adereza cõ especias, vinagre, y para ser menos humida. Si vna vez se corrõpe el estomago haze se de muy mal mãtenimiẽto y hazese tarda de descendir y engendra vn humor desabrido. Todo esto dixeron, Auicena, Auerroes, Rasis. Ay otro genero de calabaças que se dizen de la India, de figura de melon, y estas son de carne mas solida y firme y dura de digestion, de xugo gruesso, y que difficultosamente se ablanda

Tenasmõ. es puxo. Rasi. aphori.

Auic. ibidẽ. Auer. 5. colli. Ras. 3. ad Alm. c. 18

da, ſino con mucho cozimiento, y con todo eſto ſon de mal mantenimiento, enfriã y humedecen, y no tienen facultad de mouer camara, porque no ſon mundificatiuas, guardã ſe por todo el inuierno, y tambien las otras hechas ruedas.

De los pepinos y cohombros, y de ſus propriedades para ſe comer.

CAP. VIII.

SEGVN eſcriue Raſis por authoridad de Bimaſui, anſi los cohombros como los pepinos ſon frios y humidos en ſegundo grado caſi al fin pues dixo. Los cohombros y los pepinos ſon frios y humidos del ſegundo grado. Empero el pepino es peor que el cohombro, porque engendra en el eſtomago vn humor grueſſo y viſcoſo: el qual procede crudo por las venas, del qual ſi redunda ſe hazen fiebres cronicas: quiere dezir, de largos dias, y no prouocan tanto la vrina como los melones, y preſto ſe corrompen en el eſtomago, porende los que le comen *Raſi. 23 cõ. cap. 611.*

deuen luego tras el comer vna semilla que dizen Ameos, que es como alcarauea, cõ tal que el estomago no este inflamado. Y finalmente dize, es vtil al estomago caliẽ
Ra.4.aph. te. Esto dixo Rasis, en lo qual conforma con todos los que del pepino escriuierõ. Y Galeno y los de mas Griegos no hazẽ mencion sino del pepino, al qual llaman Cucumer, o Cucumis, porque el cohombro en pocas partes se halla sino en España. Quieren algunos dezir, que el cohombro aya nacido del pepino, porque guiando al pepino por vna caña oradada se hizo cohombro, de la simiente del qual se hizierõ los cohombros. Es el cohombro frio y humedo en segundo grado, es mas loable que el pepino, por su tortuosidad le llamarõ cohombro de culebra, porque esta torcido y largo a manera de culebra. Es mas loable que el pepino, porque como se estiende y cresce en mayor longura es mas exercitado y menos humedo, y porende mueue menos vrina que el pepino: porque el pepino es mas pesado al estomago, por ser mas frio, conuiene a saber, en tercero grado, y es mas dañoso a las hebras y neruios del estomago, y porque es mas humido mueue mas la vrina. Empero
el

el cohombro, aunque es dañoso al estomago, y si halla algun manjar crudo en el estomago le conserua, ansi en su crudeza, y no le dexa digerir. Empero con todo esto no es tan danoso como los melones, porque el cohombro y aun el pepino solamente resisten a la virtud digestiua, y offendē al estomago. Empero los melones relaxā la substancia del estomago, y conuiertense en humores venenosos, los quales hieren al estomago. Esto se entiende quando los melones no se digeren como deuen en el estomago, porque si bien se digerē mejor humor crian en el estomago, que los cohombros, porq̄ el cohombro es de gruesso xugo, cercano a flema vitrea. Finalmente, porque los cohombros son menos humidos que los pepinos, porende menos mueuen vrina, empero mejor mantienen que los pepinos, los quales sino se digieren se bueluen en humores cercanos a veneno. Llaman a los cohōbros Cucumeres, y a los pepinos Citrulli, porque despues de perfectamente maduros son amarillos como cidras. Empero Paulo quiere que mueua mas la vrina el cohōbro que el melon contra Gal. y los de mas, y deue se ad-

uertir nadie los coma hasta hartura por que se hara veneno frio Delphilo sobre Atheneo quiso que los cohombros no se coman al principio dela comida si al principio no a la postre porque dize que causara vomitos como el rauano porque luego sube arriba, empero esto es contra medicina y es adagio antiguo que no coman cohombros sino las texederas dio Aristoteles la razõ porque son desuergonçadas y luxuriosas y que con el cohombro se tiẽpla su ardor: el olor del cohombro vale cõtra el desmayo de coraçon.

De los hongos, y setas, y de su malicioso nutrimento.

CAP. IX.

LOS hongos son flegun de los arboles y vicio de la tierra y segun Dioscorides, en su libro quarto, son en dos maneras. Vnos son mortiferos, y otros no mortiferos, podemos romancear, que vnos son hongos que

que son los malos, y otros son los que llaman vulgarmente, xetas que son los hongos mas sanos: y a estos pienso se semejã a los boletos: estos son mas olorosos y mas enxutos, blancos por arriba, negros tirantes a roxo por abaxo, pequeños y apiñados: los quales nacen por Abril en los prados con las primeras aguas. Los mortiferos se paran de mil colores en cortandolos. De estos son los que nacen junto a donde ay escorias de hierro, o junto al hierro, y porende son como de color de cardenillo por abaxo, y los que nacen junto a cosas de estiercol y podredumbre, y los que nacen a par de animalejos ponçoñosos, y los que nacen a par de las oliuas, porque de la oliua se les pega mucha vescosidad gruessa: y finalmente los que nacen junto a muladares que llaman cagada de lobo y los que dizẽ porcales muy cercanos a veneno. Todos engendra apoplexia y espasmos, sincopas, matan de presto, traen ahogamiento. Pero es socorro contra ellos el estiercol de la gallina beuido con vinagre o oximel con calamento, que es la yerua nieta. Los que se dizen xetas son de menos daño y no mortiferos. Especialmente

los que nacen junto a robles, a cipreses, y pinos, y mejores las de juto a castaños. Empero ansi los vnos como los otros son muy malos, frios y humidos, en fin del tercero grado: engendran mal humor, y gruesso, son dificiles de digestion, causan vomitos y camaras, ahogan si se comen muchos, porque comidos, como vna esponga se hinchan en el estomago y impapan de los humores que estan en el estomago, y a par, y ansi hinchados vienen a comprimir los pulmones y ahogar. Empero corrigese su malicia si se cuezen primero en vna agua, y despues los estruyan, y los tornan a cozer en otra, guisandolos con pimienta, canela, claos, agengibre, oregano, especias olorosas, Comase despues dellas albahaca capesina, peras o los pimpollos del peral hechos ceniza, beuase tras ellas vino puro, no por via de beuida sino por via de correctiuo, Porque beuiendo por via de beuida en cantidad aguado, lleua el humor de los hongos hasta las postreras partes del cuerpo, como lo dixo Auicena es muy alabada contra ellos la radicula que se dize lanaria. Finalmente, despues destos y de los mortiferos, se tome el mi-

Aui. 2. canõ cap. 275.

el mitridato, la atrica, la cōfection de las tres pimientas, el diacimino, como lo dixo Rasis. Tambien es bueno comer tras ellos el mastiranto. Finalmente nos guardemos de los mejores, porque son muy dañosos, y peligrosos, porque como dixo el Galeno. Yo vi a ciertas personas q̄ murieron de comer hongos. Los que dizen beletos son los muy alabados, de los antiguos cō los quales Agripina mato a Claudio Cesar. Estos nasce en gran copia en Genoua, nasce apiñados como vn hueuo porque encima esta vna como guiema de hueuo encaxada en vna caxital que es como clara de hueuo: estos son los que dize Galeno se hā de comer y no otros hōgos. Ay muchos de ellos: vnos dizen Amanitas, y otros Romanitas, traelos a muchas partes en escaueche y en sal, echandos en agua para que se quite la sal, despues los frien y aderezan con pimienta y otras especias.

Rd. 22. con tin. c. 584.

Gale. lib. de euchimia.

De las turmas de tierra, y de sus qualidades, en quanto son manjar.

CAP. X.

Omo lo dize el Galeno. Todas las cosas nacidas sin sabor, o sin alguna acrimonia al gusto, y finalmente sin sabor alguno, naturalmẽte son peores que todas las de mas cosas de comer, como son los hongos y las turmas de tierra, por la malignidad de la tierra adõde nascen, y por el mal humor de q̃ se criã, Aunque como lo dize Rasis. Los hongos son mucho peores q̃ las turmas, porque si las turmas primero se cuezen en vna agua, y despues se guisan con sal y azeyte y especias, no son mal nutrimento, como lo dixo Galeno. Que aunq̃ son de gruesso xugo, empero no son de mal nutrimento aunque Marcial dixo que los boletos son mas preciados que las turmas pues dixo. *Tubera boletis poma secunda sumus.* Nascen con las tempestades del octoño, y con los truenos son mejores y mas tiernos por el verano, nacen en lugares secos y matorrales. No tienen sabor, y son duras de digestion, y la empiden, agrauan el estomago, causan perlesia, y apoplexia, detienen la vrina, hazen mal de riñones, engendran flema gruessa, causan passion, colica, por que

Rasi ad Almanso c.18.

Gale lib. de [illegible] cibi.

q̃ son frias y gruessas. Las mejores turmas son las blancas como arenosas que no tienen mal olor, y mejores son las humidas que las secas, deuense mondar con cuchillo, y guisarse como hemos dicho. Las peores son las gruessas nacidas en mala tierra, debaxo de arboles. Y las que son negras las quales se hallan tã grandes como melocotones parescẽ se de natura de tierra porque comiendolas se ha hallado vna moneda dentro cierta tierra se buelue en si misma y se haze vna redondez que es turma. El vino puro beuido tras ellas es muy buena atriaca. Son de sustancia de tierra y de agua, y tienen vn poco de sustancia tenue de ayre, como lo dixo Auicanc. *Aui. 2. canõ cap. 692.*

De las Verengenas, y de mal mantenimiento que causan.

CAP. XI.

NO hallo entre los authores Griegos quien haga mencion de la verengena, porque aunque algunos quieren dezir que es aquella especie de Mandragora que

Dios.4.lib. Dioscorides en su quarto libro llama Morion, que en Latin se declara. *Malum insanum.* Que quiere dezir Mançana loca, por que tiene vn sabor desgraciado y loco. Empero en su discripcion no conuiene cõ la verengena. Llaman la los Arabes Melõgia, y Melongena. Trata della Auicena. Y dize, que la yerengena es apredominio caliente y seca en segundo grado. Lo qual dize que se parece por el sabor amargo y agudo que tiene. Dize que engendra melancholia y opilaciones, y que corrompe el color, porque ennegresce el cuero, y haze el color cetrino y engendra paño, y apostemas, y bothor, haze cancer y lepra, opila higado, y baço, empero si se cueze en vinagre. Dize que deshaze opilaciones, engendra y multiplica melancholia, y dolor de cabeça. Cozida en azeyte ablanda el vientre, pero en vinagre le estriñe, empero Auerroes dize, que es materia de manjares, y que se guisan con ella muy delicados mãjares, y q̃ coziendose en dos aguas, en el primero cozimiento cõ sola agua, la qual se deue echar, y en el segundo cozimiento con agua y carnes se hazen mejores y mas gustosas. Y que ansi se haze vn man

Auic.lib.2. tract.2.ca. 4,8.

Auc.5.colli

mantenimiento templado, porque por el primer cozimiento se quita su amargor y acrimonia. Por el segundo se tiempla su sequedad, digo en el cozimiento que se haze con las carnes. De donde se parece quanto erro Laguna sobre Dioscorides diziendo. Que la verengena era fria y humida. Iuntamente con ser calida y seca, es no poco esliptica, pero pierde esta eslipticidad con la carne. De donde se collige, que tiene sustancia ignea y terrestre, y por ende engendra gruesso xugo y melancholico, corrigense sus vicios si se cuoze con agraz y membrillos, y con el çumo de granadas agrias, o con vinagre. Finalmente las verengenas guisadas con clauos, pimienta, y otras especias calientes, se acrescientan su acrimonia, y se hazen mas secas de lo que son. Pero con la salsa que se haze de mostaza y vinagre se corrigen mejor. Sō muy perniciosas y mortales hechas en caçuela con pan y queso y especias calientes, porque fuera de que se hazen de gruesissimo xugo, y mas mordaces, detiene se en ellas su maligno vapor. Por ende se tornan de naturaleza de veneno. Empero que la verengena sea la que los Arabes

dizen

dizen Melongena, claramente se paresce
Serap. por sus dichos. Especial que Serapion ha
blando de la Melongena dixo. *Melongeni fructus sunt oblongi medii inter rubedinem & nigredinem, & inueniuntur ex eis citrine & albæ.* Que quiere dezir. Las Melongenas son vnos fructos luengos medios entre negro y colorado, y hallan se dellas algunas como citrinas y blancas, la qual descripcion conuiene a nuestras verengenas proprissima
moyses. mente y mas abaxo dixo por authoridad de Rabbi Moyses que son buenas para los vomitos y ascos, y que son peores de quãtas fructas ay.

De las fructas uerdes, y secas, de las de delgada, y de las de dura corteza.

CAP. XII.

OMO dize el summo y bienauenturado Põtifice Gregorio. Cierto es cosa dura, que aquel que no sabe tener regla ni moderacion en su vida, se haga juez de la vida

da agena. Esto digo lo por muchos phy ficos que ay muy sabios y preminẽtes pro fessores de la medicina, los quales, como si fuessen niños, cada dia vsan de muy malas frutas en mucha cãtidad en su destruy cion y gran peligro de sus personas, y quieren despues parescer muy conuenibles y acordados doctores para la salud de los otros. Emperoquiero aqui en este presen te tractado hazer de reglado & moderado physico. y dezir, que ansi como las frutas humidas son desconuenibles y no pertenescientes a los que tienen complexion fria y flematica, mucho mas que a los colericos. Ansi de la misma manera deuemos dezir d las frutas secas, las quales son mas conuenibles para los flematicos y humidos, que no para los secos y aridos. Lo mismo se deue entender del estomago, porque los que tienen frio y humido no son tanto offendidos de las frutas calientes y secas, quanto de las frias y humidas. Porque como dize Aristoteles en el libro de generacione y corrupcione, mas facil es el transito en las cosas que guardan entre si Symbolo, o semejança, porque mas presto se enciende el fuego en las cosas secas y ca-

Arist lib. de gene. & cor

y calidas que no en las humidas: y ansi de la misma manera, las fructas secas, como son las almendras, y las auellanas, y nuezes, las quales tienen vna vntuosidad como de azeyte, facilmente se conuierten en estomago caliente en colera y humos, y porende no conuienen tanto a los colericos quanto a los frios y flematicos, como por el contrario. Las frutas humidas y recien maduras, mas conuenibles son a los colericos que a los flematicos. Y por esso dixo Auicena. *Conuersio in genere proporcionali, est facilior conuersione ad contrariũ.* Quiere en summa dezir. Que mas ayna se conuierte y muda vna cosa en su semejante, que no en su cõtrario, porque mas presto se conuierte la fruta fria y humeda en flema, que no en colera en el estomago, de la misma manera frio y humido. Y porende como se paresce por autoridad de Isac. Las frutas que son de duras y gruessas y secas cortezas, son peores, que las frutas q̃ tienen blandas y tiernas cortezas, porq̃ la dureza y grosseza de cortezas arguyen vna sustancia gruessa y terrestre, dura de digestion, y presta para se conuertir en humos en estomago vazio, y seco de comple

Aui. 2. pri c de signis cõplexio.

Isa die uni. cap. 25.

xiõ

xion y en estomago lleno de manjares, y frio en ventosidad y corrupciõ. Y despues mas abaxo dixo. Toda fruta que es de gruessa y terrestre corteza, naturalmente no carece de sustancia vntuosa y azeytosa, y la sustãcia vntuosa y azeytosa, es muy facil, y presta de su natural inclinacion, ha se conuertir en colera y corrupcion y humos y en generos de veneno, y porẽde concluyo consecutiuamente. De las frutas las que tienen cortezas duras y secas son de peor nutrimento, como son las almendras, nuezes, auellanas, y otras muchas suertes de frutas de caxcara semejantes, en especial si fueren siluestres. Porque estas son mas secas y mas duras de digestion. Pues luego tambien se sigue desto, que quanto mas añexas fueren estas frutas secas, tanto mas son peores, porque mientras mas se añejan mas azeytosas se hazẽ, como se ve claramẽte en las almendras y nuezes y piñones y alfocigos, que se dizen fisticos, las quales frutas mientras mas se añexan, mas se paran ranciosas. Y porende en estomago caliente, son reputadas por muy peruersas, ansi como las frutas humidas y frias, como son pepinos y melones, son sospechosas en estoma

gos

gos frios y humidos, y aun del todo se vẽ dan. Y porende cada qual examine la cõ plexion de su estomago, si es seca, o hume da para vsar de frutas secas, o humedas segun que su estomago lo requiere. Esto basta para en general para la consideracion de las frutas.

De las almendras: por razon de alimento.

CAP. XIII.

2. de alimẽ. c.27.

DIZE el Galeno. Que las almendras totalmente carescen de qualidad estiptica, porque preualesce en ellas la qualidad de alimpiar y atenuar, por la qual se purgan las entrañas, ayudan arrancar los humores del pecho y pulmones, son buenas para ayudar a hazer camara, dan poco sustento al cuerpo, pero bueno. Las que son dulces son templadas en la calor y humidas, son de suaue sabor, tienen muchas y buenas propriedades, acrescientan la sustancia del celebro, hazen sueño suaue, alimpia las vias d̃ la vrina, son muy con-

conuenibles para los que ſon enxutos y magros, por ſu mucha vntuoſidad y azeyte ſe tornan ranciosas, y ſon tardas de digeſtion, ſon de dura y grueſſa ſuſtancia, no ſon dañoſas al eſtomago: como lo ſon las nuezes, ni tan vntuoſas, tardan ſe en el eſtomago, pero ſi ſe tomã con açucar deſcienden cõ preſteza: augmentan el eſperma, e lincitan a luxuria, comiendo ſe con la corteza de dentro conuienen al dolor de la boca, engordã, abren opilaciones de higado, y baço y de las venas, alimpian el eſtomago. Con ſu leche ſe hazen las almẽdradas para las recien paridas y ſin ella no ſe puede hazer el ordiate en eſte tiempo ni el farro, haze ſe con ella el manjar blanco a la poſtre de la meſa ſe ponen toſtadas y ſon aprouadas. Las amargas no ſon para comer empero comidas ante de la beuida quita la embriaguez y eſta comprouado por experiencia q̃ el q̃ comiere cinco almendras amargas ante de comer no ſe embriagara. Matan alos gatos y zorros ſi los dã el çumo y leche de eſtas almendras. To do eſto dixeron Auerroes, Auicena, Plutarco, Cheroneo, Raſis. El qual dixo que eran calientes y humidas en primer gra-

Auer. 5 col. Auic. 2. cã. cap. 58 Raſis. 3. almã. ca. 20.

do, y secas en el segundo, como lo dixo Auicena. Verdes antes que echen corteza, cozidas confortan las enzias, y refrescan el estomago.

De las auellanas, y de su nutrimento.

CAP. XIIII.

Rasis. 3. ad Almã. c. 29. & 4. apho rism.

ENtre Rasis, y Auicena se leuanta vna contradicion sobre las auellanas, porque el vno dixo que eran malas para el estomago y higado, y que engendran malos humores, y el otro que fue Auicena dixo, que eran amigas del estomago y de vltimada ayuda, y que eran muy buenas para todo genero de higados. Y finalmente que eran de buen nutrimẽto, a los quales no se halla salida, para auerlos de concordar, sino que Rasis esta mal interpretado, y que en lo Arauigo, no se halla que dixesse tal, porque la sentencia del Auicena, es mas conforme a razon y concuerda mas con otros physicos: a lo menos en quanto toca a que son de bueno

Auic. 93. c. 20. & 21.

no y mucho nutrimento, porque son de gruessa substancia, como lo dixo Haliabbas enel quinto d̃ su theorica, y Isac en sus particulares. Aunque Paulo dixo que eran menos conuenibles para el estomago que las nuezes. Y Actio dixo que eran yguales a las nuezes, y despues de viejas ser muy desgraciadas en quanto a alimento. Finalmente como lo dize Auicena. La substancia gruessa de tierra de las auellanas, es mayor q̃ la terrestridad delas nuezes, porque son mas pesadas y macizas, y no tan azeytosas, y vntuosas, son de tarda digestion. La naturaleza y complexiõ delas quales tira a vna vntuosidad, y a vna poca de sequedad. Engendranse dellas cõlera, y ay en ellas mas estriñimiento, que en las nuezes, engendran ventosidad en las tripas y dolor de cabeça, y si se comen cõ pimienta, maduran el romadizo, En fin con agua miel, son buenas para el pecho, o si se comen majadas con miel socorren a la tose antigua: ayudan a arrancar de los pulmones, son mas tardas de digestiõ que las nuezes, mueuen vomito por su vntuosidad, son buenas contra veneno, y contra mordeduras de animalejos reptiles, espe-

Hal. 5. The. cap. 19.
Isac. die. pt.
Pau. lib. 1. cap. 89.
Auic. 2. cã. cap. 43.

cial con higos y ruda, son mas vẽtosas si se comen sin mondar, Empero mondadas son mas faciles de digestion, socorrẽ muy presto a la tose si se assan con pimienta. Finalmente, como lo dixo Rasis. No son tan calientes como las nuezes, y segun dixo Haliabbas. Son calientes y secas con vna sequedad terrestre con poca vntuosidad. Y segun Isac en los particulares, son mas frias y estriñidas que las nuezes, son tardas de digestion. Y segun Plinio engordan tãto que no se puede creer. Tostadas son menos sanas: ay las de dos maneras: porque vnas son grandes y muy redondas y tienẽ el ollejo blanco llaman la sabinas. Otras son largas y tienen el hollejo de dẽtro colorado, đ q̃ estã medio maduras son muy gratas al paladar. Tienen en latin muchos nombres, vnos las llaman auellanæ, de aluellino lugar dela campania, y otros ponticas, porque ay gran abundancia en el ponto, y otros prænestinas. Y dizese que el año que ay grã cosecha dellas es año de muchas bodas: y por esso dizen que el auellano es dedicado a bodas.

Ibidem.

Hal. 5. the.

De las

De las castañas, y de su nutrimento y de su preparacion.

CAP. XV.

LAS castañas, segun Isac en sus particulares dietas, son calientes enel medio del primer grado, y secas en el segũdo. De la qual opiniõ paresce auer sido Auicena. Pues dixo. *In castanea parum est caliditatis propter sui dulcedinem & in ipsa est absterſio & inflatio in uẽtre inferiore & stipticitas. &c.* En lo qual vino a dezir, que eran calientes por su dulçura y que tenian ventosidad y estipticidad, o estreñimiento, y por esso dixo, que se parecian ser calidas por su dulçura que tienen, y ser secas por su adstrictiõ, o estiptidad, las quales en comparacion de las bellotas son mas faciles de digestion, y de mas nutrimento, y no son muy dañosas para la tose de flema, y no son muy estipticas, ni muy abridoras, pero no se deuen comer a menudo, porque dadas a comer muchas vezes, causan ventosidad y dolor de cabe

ça, por la difficultad de su digestion, y por el humo encerrado en su ventriculo. Empero quitar se han estos daños, y no seran mas esliptícas, si se assan, porque se haran mas raras, las quales templaran la sequedad del pecho, especial si se echan en agua caliente hiruiendo, porque se templara su complexion con la humidad y blandura de la agua, y por esso seran de buen mantenimiento. Empero los colericos deuen las comer con açucar, los flematicos con miel, detienen los vomitos y ascos, y con fortã el estomago ayuno. Y por esso dixo Galeno, que las castañas son agradables y suaues y mejor se digieren, y no son de mal mantenimiento. Antes dixo mas abaxo. Los frutos que se toman de los arboles son quasi todos de mal xugo, y mantenimiento, excepto las castañas, porque si se digieren bien en el estomago, mantienen bien, y no son de mal nutrimento. Y en otra parte dixo, q̃ era vn grano el mas admirable de los granos, en tanto que se allega en bondad a la miga del pan. Conuiene a la humidad del estomago, y a las dissenterias o camaras de sangre. Empero en otro lugar dixo, q̃ cuedas son maligNas

Gale lib. de cacho.

Gale. lib. de alim. med.

nas, pero menos malas assadas, o cozidas. En conclusion para que no aya dubda en sumantenimiento, ni en su daño, se deuen comer despues de la cena, o comida cõ açucar, assadas, o cozidas, y en poca quantidad. Ansi lo dixo largamente el Galeno porque si se comen en notable quantidad haran grandissimo daño en el estomago y cabeça, causaran regueldos malos y fumosos, corromperan la comida del estomago. Por su estipticidad, y ventosidad, y grosseza, y su dureza de digestiõ causan colica passion y piedra de riñones y vexiga opilaciones, Auerroes dixo, que erã frias y humidas en primero grado: y Haliabbas, que eran templadas en frialdad y humidad, y que dissoluien la difficultad de la vrina. Empero mas me allego al Auicena, e Isac, que mejor lo dixeron. Segun Plinio ay ocho maneras de castañas: empero communmente vnas llaman regoldanas que no se pueden facilmente mondar de su hollejo. Y otras se dizen enxertas porque se enxieren facilmente se mondã de su hollejo. Y estas son las mas loables y tiernas para mesas de señores a la postre suelen las secar y mondar y tostar al fue-

Gale. lib. de euch. et cac.

Aue. 5. col. Hali. 5. the.

go, y llaman las opiladas cozidas cõ azeyte y agua y especias son enquaresma buen nutrimento suelen hazer de ellas harina y vsar la como pan en ayunos.

De las nuezes, y de su nutrimento.

CAP. XVI.

COMO escriue el Galeno. La nuez es mas azeytosa que la auellana, participa vn poco de qualidad estiptica: la qual qualidad por discurso de tiempo se marchita, passandose su substancia en naturaleza de azeyte, por donde del todo se torna inutil, y inepta para comer. Y mas luego dixo, que las nuezes rezientes y humidas, son mas aptas para ablandar el vientre, y las secas menos. Sõ segun dize Auerroes, calientes y secas en el segundo grado, como lo dixo Auicena causan dolor de cabeça, son de difficil digestion, y malas para el estomago. Las rezientes y maduras son mejores para el estomago, y de menor daño, y no son desconuenibles, sino solamente al estomago cali

2. de alimẽ.

Aue 5. coll.

Auic. 2. ca. cap. 502.

caliente. Su comida frequente causa echar las lombrizes y gusanos: hazen perlesia en la lengua. Comidas en ayunas con higos y ruda, son atriaca contra veneno. De llas y cebollas assadas y sal se conficiona emplasto muy vtil contra la mordedura de perro rauioso, y de otros animales. Las rezientes tienen poco calor y mucha humidad, y tienē poca vntuosidad y mucha austeridad y mientras mas añejas, se hazē mas vntuosas y azeytosas: porēde no son de comer. Las que mas se allegan a las reziētes son mejores, las que mas añejas peores, porque se tornā mas azeytosas, y por ende son mas dañosas al estomago, pues se consume mas su humidad, y crece su vntuosidad, como lo dixo Isac en sus dietas particulares. Conuierten se facilmente en colera, especial las añejas: porque su azey se enciende en el estomago colerico. No son de tanto nutrimento como las auellanas, porque son mas raras y huecas, y tienen mas azeyte y vntuosidad. Porende son muy contrarias a las hebras y contextura del estomago, pues le relaxan, sino es quando el estomago fuere templado en calor y frio, porque en tal estomago son *Isa. die. par.*

buen mantenimiento, empero muy malo en el caliẽte, como hemos dicho, porq̃ causan en el vstiõ, y se tornã colera y leuantã humos, por donde viene dolor de cabeça, quita se les este daño si las mudã, y ponẽ toda vna noche a remojo en agua caliẽte, porq̃ ansi rescibẽ humidad de la agua, y se hazen como verdes. Son dañosas para la tose. Y si se comen con vinagre se corrige su malicia: las verdes en conserua de miel y especias, y cosas aromaticas, son vtiles para el estomago, y consumen sus humidades, y son calientes y secas por sus especias. Concluymos desto q̃ son malas para los de complexion caliente, y que con mas seguridad las pueden comer los viejos y flematiços, en especial en tiempo de inuierno. Son remedio medicinal para la comida de los peces porque consumen sus viscosidades y flemas y tienen occulta propriedad contra pescados y ponçoña, mitigan la acrimonia de los ajos y cebollas.

De los piñones.

CAP

CAP. XVII.

LAS piñas que lleuan los piñones, son de dos manjares, porque son vnas de piñones grandes, y otras de pequeños, a las de los pequeños llaman algunos physicos, machos porque son mas calientes, y secos, y mas medicinales. Tienen el grano triangular, y de mas dura corteza, y el meollo mas agudo. A las de los granos grandes llaman feminas, y son de mas nutrimento que las delos pequeños. En fin los piñones tienen gruesso y loable nutrimento. Son vtiles a los que tienen collegida materia en los pulmones, a los asmaticos de antigua tose, y para el tremor, acrescientan el esperma. Son templados en calor y frialdad, y augmentan la humidad, maduran, ablandan, resueluen, especialmente los recientes. Son de substancia de resina y porende muerden el estomago, sino se infundeu primero en agua, y entonces son mejores, y mas gratos al estomago. Los calientes de complexion coman los con açucar, y los frios

cõ

con miel, limpian las superfluydades de riñones y vexiga, y confortan estos miembros. Y tiemplan la sequia: como lo dixeron, Plinio, y Dioscorides, y dize Rasis. Que tiene sus granos admirable propriedad en pecho y riñones, y q̃ abren las opilaciones de las venas, y ansi los piñones grandes, como los pequeños, son calientes en fin del segundo grado, y secos en principio del primero, con todo esso por la substancia de agua que tienen, participan de humidad. Y por esso dixo Rasis, q̃ que erã calientes y humedos, son dañosos para los colericos, y calientes de complexion. Por lo qual, como vn hombre ya viejo colerico, casado con vna muger moça, quisiesse acrecentar el apetito de engendrar, y ouiesse oydo dezir que los piñones acrecentauan el esperma, y incitauan a luxuria, empeço a vsar dellos en mucha copia continuamente, de lo qual se le empeçaron a acrecentar muchos humores colericos, y empeçose a encender tanto, que a breues dias murio de vna fiebre muy aguda. Lo sobredicho affirmo Auicena, y Auerroes en el quinto de su colliget, y Isac, en las dietas particulares. Menesiteo di-

Ra. 3 ad al. cap. 20.

Ra. 4. aph.

Auic. 2. can. cap. 108

xo,

xo, que engordan y porende se dan a los ptysicos.

De los alphocigos, que se dizen en latin fistici, y pistacie, y de su nutrimento.

CAP. XVIII.

EN la complexion de los alfocigos se adelanto demasiadamente Auicena diziendo, q̃ los alfocigos erã de mas fuerte calor que las nuezes y almendras, y que eran calientes en fin del segundo grado con alguna humidad. Empero Haliab. dixo, q̃ eran tẽpladas en calor y humidad. Isac quiso, q̃ fuessen caliẽtes en medio del segũdo grado y secos. Lo qual paresce mas cõforme al Gal. pues dixo q̃ participauan de qualidad, amarga, y estiptica, aromatizante, y porende son cõfortatiuos del higado, y abrẽ los caños del nutrimento y manjar, y las cõstipaciones, alimpiã pecho, y el pulmon, y beuidos cõ vino, son vtiles contra ponçoña. Y por esso dixo Auerroes, que eran calientes y secos templadamente, y que a tota sustancia, confortan el higado y estomago, abrẽ opila

Auic. 2. cã. cap. 276.

Hal. 5. theo. cap. 19

Gal. 2. d̃ ali. cap. 28

Ave. 5. col.

opilaciones d̃ higado y venas, y ni estriñen ni ablandan el vientre, prohibẽ los ascos del estomago, y confortan su orificio, son de poco nutrimento. Y dixo Paulo que en librar la opilacion del higado eran de mas poder que las almendras. En fin como dize Plinio tienẽ los mismos effectos que los piñones y dize que el primero q̃ los truxo a España fue flaco Pompeyo.

Paul. lib. 1 cap. 81

De los datiles, que se dizẽ en Latin Palmule y Phenices, y de sus especies y qualidades en quanto alimento y de los palmitos.

CAP. XIX.

2 de Alim.

LOS datiles, segun Galeno, son en dos maneras. Vnos son estreñidos y secos, que se dizen Aegypcios. Otros blandos, y humidos y dulces, que en Griego dizen Cariotes, a los quales llama el Serapion Rorab. Y dize que estos por su dulçura los llaman Zucharinos, quiere dezir, de sabor de açucar. Y dize, que estos son menos calientes, y que ablandan el vientre, y son lentiuos, y re

y rectifican el estomago. Finalmente son vn genero de datiles que traen de Berberia, que en nuestro comun hablar se dizē Tamares, son menores que los datiles cō munes, y son mas blandos, y mas dulces, y tiernos. Ansi los vnos como los otros son calientes y humidos en segundo grado, como lo dixo Isac. Engendran gruessa sangre, son difficiles de digestion, y cō todo esso son mas digestibles que los higos passados, y mas abridores. Pero a los que vsan dellos les acontesce opilacion, y constipacion, y tumor en higado y baço. Son dañosos para los dientes y enzias, porque las relaxan: y por ende conuiene que despues de comer los, se lauen las enzias con algun lauatorio mundificatiuo. Crian almorranas, crian apostema en el higado, como lo dixo Haliabbas, causan dolor en el estomago y cabeça. Finalmente engendrā vn gruesso mantenimiēto viscoso y algo vntuoso, opilan higado y baço, y offenden los, son dañosos para el estomago caliente, y hazen squinancia, como lo dixo el Serapiō en el capitulo Rorab, por autoridad de Rasis: y como dize el Galeno. Todos son de difficil digestion, dan dolor

Isac in part.

Hal. 5. theo. cap. 19.

Galen. 1. de ali. c. 24.

dolor de cabeça, si como el dize se toman en abundancia. Lo mismo dixo Paulo, empero segun en las regiones que nacen, hazen diuersas operaciones, porque los de tierras calientes, son de menos nutrimento, y muy dulces, y viscosos, presto se digeren y humedescen el vientre, y constipã y opilan mas el higado y baço que los demas, y daña mas la cabeça. Los de tierras frias mantienen menos que todos, y por su indigestion, y crudeza decienden tarde del estomago, y por su estreñimiẽto duran mas empero confortan el estomago mas que ningunos: los que son de tierras medianas en frio y calor, aũque esten perfectamente maduros no se pueden conseruar, porque les falta sequedad por causa de humor superfluo, del qual hinchen todo el cuerpo y causan humores crudos q̃ son materia de fiebres cronicas, y de dias y de ciciones, y calenturas, difficiles de quitarse. Estos vicios tienen mucho mas los verdes y rezientes, que los curados y añejos. Comen se tambien los meollos de las palmas que llamamos palmitos, y en otras partes celebros, porque sacado este meollo, se seca el arbol, empero aunque son

Paul. lib. cap. 81.

son suaues, hieren la cabeça y dañan la.

De las cerezas y guindas.

CAP. XX.

Aleno, haze mencion de dos especies de cerezas: vnas dize que son como las moras sin ninguna adstricion, y dize, que son como las çarçamoras, y poren de no trata dellas cosa alguna, sino que las remite al capitulo de las moras y çarçamoras. Empero Serapion haze mencion de tres especies, vnas dize que son dulces, y otras ponticas estreñidas, y otras azedas. Las dulces dize que descieden presto del estomago, y son poco vtiles para el, a estas llamamos propriamẽte cerezas. Las estreñidas que tambien se dizen ponticas, o austeras, es vna suerte de guidas, que metidas en la boca luego dã dentera. Estas son demasiadamente agrias y asperas, son mas vtiles al estomago que las cerezas, porq̃ estriñen el vientre, y las otras le relaxã, y por esso son contrarias a ellas. La tercera especie dellas, que son las azedas, son las

Gal. 2. de alimento.

Serapi.

guindas comunes, estas dessecan mas que las ponticas, y son inscisiuas, son vtiles al estomago flematico lleno de superfluydades, porque las cortã y dessecan, mas que las segundas, que se dizẽ ponticas por su mucho estipticidad, porque como dize Rasis. El sabor azedo mas deseca, que el põtico y estreñido, y ansi cõpara las guindas a las granadas agrias. No se halla entre los autores la complexion de cerezas, y guindas. El autor de corono florida, dize, que las cerezas son frias y humidas, y mas humidas que frias. Empero si se toma el parescer del gusto, declinã vn poco acalor, parescese por su dulçura. Empero son de mas humidad superflua pues vemos que muy presto se corrompen y podrecẽ. Las guindas son frias y secas, y algo adstringentes: digo las comunes y ordinarias, porq̃ las silueſtres q̃ son las põticas, son muy estreñidas ansi las vnas, como las otras se deuen comer para refrescar antes de los manjares. Cuentã se en esta tercera differencia de guindas las que dizen garrouales estas son negras y tambien estreñidas, y son mayores que las communes, llama las Plinio duracinas suelen se hazer tã

Ras. 13. cõ. cap. 67.

gran

grandes como las de mas cenas o endrinas maduran muy tarde y son muy preciadas tienen vn sabor vinoso muy gracioso no son tan secas como las communes, si se comen en ayunas, con el rocio dizen, que desatan tanto el estomago, que quitan la gota.

De las moras, y de su naturaleza en quanto a mantenimiento.

CAP. XXI.

LAS moras se deuen considerar en dos maneras, o quando no estan bien maduras, o quando estan biẽ y perfectamente maduras. Las que no estan bien maduras, que son las azedas, son frias y secas como lo dize Isac en sus particulares, tienen facultad de estreñir y confortar el estomago y vientre, y porende valen contra dissenteria y camaras, especial si despues desecadas al sol las dan hechas poluos principalmente conuienen a camaras colericas. Las maduras perfectamente q̃ *Isac. in die. particu.*

ſon dulces, declinan a calor y humidad, y mucho mas a humidad. Eſtas ſi preſto ſe deſpiden del eſtomago, relaxan el vientre, y mueuen vrina, empero ſi hallan algun manjar enel eſtomago, y ſe detienen con el tal manjar, conuiertēſe en corrupcion, y hazen daño al eſtamago y ala cabeça, Empero ſi ſe toman eſtando el eſtomago vazio de manjares, entonces bien ſe digieren, pero mantienen poco, y refreſcadas en nieue, o en agua fria, enfrian demaſiado, quitan la ſequia, y amatan el encendimiento dela calentura, ſegun Raſis, ſon templadamente calientes y hazen haſtio en el eſtomago: pero las azedas por madurar, reſtriñen la ſangre con gran vehemencia, y las bien maduras comidas en ayunas decienden preſto del eſtomago, y deſembaraçan el vientre y tripas, para q̃ entren los otros manjares. Y ſi tomadas en ayunas no decienden, ſino que ſe detienen humedecen, y no resfrian, ſino fueſſe que ſe comieſſen resfriadas en nieue, o agua. Finalmente comiendoſe en ayunas, deſcienden preſto del eſtomago, prouocan a vrina, engendran buen humor. Empero, ſi aũ q̃ ſe tomen en ayunas, hallan en el eſtomago

Galenus.
Dioſcori.
Raſ. 3 ad Almanſo.

go alguna ſuperfluydad fria y flemmatica, engendrã ruyn humor, y preſto ſe corrompen, Son vtiles al eſtomago colerico y caliente. La cauſa de deſcendir preſto del eſtomago, es ſu mucha humidad mezclada con azedia. Como lo dixo Auicena el qual las comparo a los higos, Aprouechan tanto a los gotoſos, que dixo Atheneo, por authoridad de Pythermo hiſtoriador que en ſu tierra vuo tan gran peſte de gota, porque en veynte años no ſe cogieron moras, que haſta las ouejas la padeſcieron, y no ſolamente todo eſtado de hombres. Aui. 2. canõ

De las çarçamoras y de las freſas.

CAP. XXII.

LAs moras que naſcen en las çarças las quales porende llamamos çarçamoras deuen ſe dexar a las aues, ſon de poco nutrimento, y ſolamẽte ſe deuen comer por el buen olor que dexan en la boca, pienſan ſer la fructa del arbol que llamo Dioſcorides Rubuſidea ſon de ſu

naturaleza calientes y humedas en primer grado, ablandan el vientre si se comē al principio, las fresas nascen de vna mata pequeña, que paresce al pentaphilon, que nosotros llamamos cinco en hoja, porque es semejante a esta yerua, llaman se en latin flagra, nascen como la flor de la mançanilla y despues aquella cabeçuela se viene a madurar y hazer fructa: nacen al principio del estio juntamente con las cerezas, es fructa de mugeres suelen las cozer en leche y echar las vn poluo de açucar y son ansi suaues, otros los echan vn rocio de vino y açucar, y son mejores de esta manera. Otros las comen como las traen de los huertos, tienen cierto sabor muy donzel, y suaue, y aunque nascen extendidas por tierra no seles pega ponçoña de los animalejos y garrapatas y lagartos, ni escuerços, ni alguno por comer las le vino daño de ponçoña, ni de peste, hā se de comer al principio de los manjares, y no despues, como muchos lo acostumbrā, porque como ablandan el vientre y refresquen, y humedezcan, harian daño ala digestion de los manjares, por su frescura y humedad, son buenas para los colericos, para

ra los que tienen el estomago caluroso, mitigan la sequia han se de comer en poca quantidad, porque se corrempen facilmẽte en el estomago: ienen cierto xugo vinoso con vn poco de estriñimiento, y vn suaue olor. En fin mantienen muy poco, y no ay para que en comendar las mucho, pues luego vienen las cerezas y guindas.

De los higos rezientes y de su naturaleza en uia de nutrimento.

CAP. XXIII.

LAS higueras suelen lleuar dos fructos, y en algunas partes tres, Dizẽ algunos, que las primeras higueras fuerõ en Sicilia, sembradas por los Titanes gigantes, porque Oxilon engendro en su hermana Hamadriada la higuera. En fin como lo dize Paulo Aegineta, Los higos y las vuas tienẽ principal alabãça entre las fructas del otoño, porque su xugo es de menor malicia, y mantienen mas, empero los higos *lib. 1. c. 8. 1*

ſon de mejor jugo que las vuas. Y dixo el Geleno, que el higo verde en el eſtio, y el paſſado en inuierno, tienen el primado: Enfin mantienen mas, relaxan el vientre y mueuen vrina, purgan los riñones, eſpecial los higos que eſtan bien maduros, entre los quales dize Auicena, que es mejor el blanco, deſpues el colorado, deſpues el negro. Empero ſi el negro es grande y redondo, que llaman godon, o donigal, tiene tãto primado como el blãco. Enfin los peores higos ſon los ſylueſtres de tierras no labradas. Y mientras mas perfectamente eſtuuierẽ maduros, mas ſon mejores, y mas adelantados para no dañar, ſon humidos, y vn poco calientes, o como lo dize Aliabbas. Son calientes en primer grado, y humidos en ſegundo. Proſiguio Auicena diziendo. Tienen mucho de naturaleza de agua. Y mas dixo, que eran de mas nutrimento que todas las fructas, y que ſi fructa auia que no dañaſſe eran ellos, eſpecial ſi eſtauan muy maduros, y que hazẽ ſudar y expellẽ las ſuperfluydades al cuerpo, y que mitigan la ſed, y amatan el calor por ſu aguoſidad, y que ſon malos para el eſtomago, pero buenos para los riñones, y

Gal. 5. de ſani. tuend.

Aui. 2. canõ c. 283.

5. theo.

y ve-

y vexiga. Lo qual affirmo Galeno, en el 2.de Aliment. adōde dixo. Que con todo esso erã dañosos para la inflamaciõ de baço y higado, hinchen de ventosidad, y son lenitiuos, y no engendran mal humor. Dizen algunos que causan sarna y comezon, y piojos. Comidos a medio dia, o ensiesta causan calẽturas y enfermedades: son muy sanos comidos en ensalada los higos de tierras frias son muy dañosos y maduran muy tarde, hizieron mal ala salud de muchos. En fin dixo Galeno, que no pudieron del todo huyr alguna malicia por ser fruta de otoño. Engordan mucho ellos y las vuas lo qual se paresce en las guardas de las viñas, porque en espacio de dos meses que maduran las frutas, se paran bien gordos de comer higos y vuas, y interpuniendo poco pan. Empero la gordura q̃ dan no es maciça, como la q̃ dan las carnes, sino vna gordura laxa y vana, y sophistica, la qual como presto se causa, presto se ensuelue y deshaze. Isac, considero al higo en tres maneras, en la corteza, en la semilla, en la carne. Y dixo, que su semilla era como tierra, o arena sin ningun nutrimento, y que su corteza es seca como cue

Ga.2.de ali.

Isac. de uniuers.c.26.

ro, y porende dura de digestion. Empero que su carne es de bueno y mucho alimento, y que relaxa el vientre. Esto todo se entiende de los higos rezientes bien maduros, porque de los passados que se dizen carice, haremos por si capitulo, los primeros higos del verano que dezimos brebas segun Hyppocrates son muy dañosos por que son de mucho xugo superfluo parece se porque luego se corrompen y ahilan deuen se comer pocos y recien cogidos.

Hippo. lib. 2. de dieta.

De los higos passados, y de su nutrimento.

CAP. XXIIII

Auic 2. can. c. 283.

Auic. 2. can. c. 233.

EL higo passado, segun dize Auicena, es caliẽte en primer grado y subtil, o como dize Isac en sus particulares, seco en medio del primer grado, es como dize el Auice. en sus effectos loable aunque dize q̃ no engendra buena sangre, sino es comiendose con nuezes, o con almendras, porque ansi se haze buen mãtenimiento, y mejor con nuezes que con almendras: Mundifica y alimpia con vehemen-

hemencia, madura y resuelue. Y el higo que fuere de mas carne, mejor madura los carbunclos, su cozimiento es vtil para las las apostemas de la garganta, empero daña a las apostemas de higado, y baço. Por su dulcedumbre es conuenible para el pecho y caña de los pulmones, y para toses antiguas, y no es malo para el estomago, como el verde, antes le alimpia de sus superfluydades si se come en ayunas. Es admirable para abrir las vias y caños por do va el mantenimiento, es en su substancia subtil, y tiene virtud de cortar y diuidir, calienta y haze sequia y conuiertese en colera. Empero mantiene mas que otra qualquiera fruta, y tiene menos ventosidad: y si se topa en el estomago con humores superfluos: haze se duro de digestion, y corrompe se, y engendra ventosidades y mala sangre. Pero si por el contrario halla en el estomago buenos humores y loables, digere se facilmente, haze buena sangre, y alimpia el cuerpo de malos humores, prouoca a vrina, alimpia los pulmones y riñones, y la vexiga sino esta vlcerada: porque si esta vlcerada, sera malo para ella, y para qualquier miẽbro vlcerado, por la leche

que

que en si tiene occultamente, como lo affirmo Auicena, No es libre de ventosidad y si se come con manjares gruessos, haze mucho daño, y engendra muy gruesso humor, y porende se deue comer en ayunas, el que fuere flematico, coma despues de los higos, pimienta, alcarauea, y cominos. El colerico çumo de granadas agrias si se cueze con el hysopo, quita la antigua tose, y alimpia el pecho, es conglutinatiuo, cõuiene a asma, e hydropesia, relaxa el vientre: Y aunque conuiene al corrimiẽto del pecho, empero no al del estomago y tripas, como lo dixo Rasis. Finalmente como lo dixo el Galeno, Hazese de buen mantenimiento si se come con nuezes, o con almendras antes de otro manjar en ayunas, y en poca quantidad. Por esso dixo Horacio. *Et nux ornabat mensas cum duplice ficu.* Son muy loados los de Murcia en España, y los de Marsella en Francia, y los de Genoua, porque son gruessos y muy anchos.

Auic. 7. 3. tract. c. 12.

Rasis. 21. cont. c. 175. Gal. lib. de bono & malo suco Horatio.

De las uuas y su naturaleza en quanto a su nutrimento.

CAP.

CAP. XXV

LAs vuas ſe conſideran de muchas maneras: en quãto a ſu ſuſtancia, en quanto a ſu color, en quanto a ſu ſabor, en quanto a ſus partes, en quanto a la ora de ſu collecion, o de quando ſe cogieron, en quanto a ſu maduracion. Si ſe conſideran en quanto a ſu ſuſtancia. Digo ſegun Iſac. Y ſegun Galeno que las vuas de mucha carne y poco xugo, ſon de mas nutrimento, y mas duras, las de mucho xugo y poca carne, no ſon de tanto nutrimento, pero tienen le mas loable, y ſon mas faciles de digeſtiõ. Y por ende las vuas q̃ dizen aluillas, o verdejas, ſon de mas loable mantenimiento, y mas faciles de digerir, que las jaenes, o negras, pero no de tanto nutrimento, ſi ſe conſideran en quanto a ſu ſabor, porq̃ las que ſon de vn grueſſo y dulce ſabor, ſon mas caliẽtes: y porende mueuẽ mayor ſequia y engendran grueſſo humor, digeren ſe con mas difficultad, hazen ventoſidad y ruydo en las tripas, y opilaciones en baço y higa

Iſa. di. uni. c. 27. Gal. 2. de ali.

higado. Las que tienen el ſabor dulce y delgado, ſon tãbien calientes y humidas, y de mas facil de digeſtion, y ablandan el viẽtre, como lo dixo Galeno. Y dixo mas, que las que ſon aſperas al guſto, azedas, auſteras, quales ſon las vuas de los parrales y viñas por labrar, ſon de mas frio xugo, y porende ſon dañoſas, no ſolo en no ablandar el vientre, empero en dar poco nutrimento, y ſer tardas en penetrar. Las de vn ſabor como de agua y ſubtil, tienen vn çumo frio, y mas facil de digerir confortatiuo de eſtomago, y que amata la ſed conuienen a los que ſon de complexiones templadas, y hazen ſalir la colera. Tales ſon las vuas llamadas verdejas, y torronteſes, y quanto al calor dixo Auicena, q̃ la vua blanca es mas loable que la negra. *Ceteris paribus.* Porque como dize Iſac en los lugares acotados. La blanca mantiene cõpreſteza, digereſe con facilidad, conforta el eſtomago, prouoca a vrina. Empero la vua negra es difficil de digeſtion, confortа el eſtomago, no prouoca vrina. Empero ſi bien ſe digiere da mucho nutrimento, ſacadas las que dizen Caſtellanas, que ſe digieren preſto y ablandan. Las vuas ro-

Auic. 2. can. c. 731.

xas y coloradas, tienen el medio, porque ni son tan faciles de digestion, como las blancas llamadas aluillas, y verdejas, ni tan difficiles como las negras, dixe aluillas, porque las blancas llamadas jaenes, son difficiles y duras, mas que las roxas, llamadas arixes, y mas q̃ algunas negras. Si se consideran en quanto a sus partes y qualidades, digo con Auicena en el lugar alegado: que la corteza dela vua es de buẽ nutrimento, y que conforta mucho el cuerpo, y que es semejante al nutrimento del higo, y que las vuas que tienen la corteza o hollejo subtil descienden con mas presteza, y son menos ventosas, las que tienẽ el hollejo gruesso son al contrario. Finalmente, como dixo Aliabbas. Las vuas que son de delgado hollejo, y de mucho xugo aguoso, son mas loables: y dixo, Que el hollejo de las vuas, y sus granillos detienẽ la digestiõ, y el descenso abaxo: y q̃ porẽde quãdo se comen se deuen echar de la boca. Si se consideran en quãto a su colectiõ se deue dezir conforme al Auicena en el lugar alegado, que las vuas cogidas de dos o tres dias, son mejores, que las que se cogen luego en la hora, porque las luego *Halia. theo.*

cogi

cogidas ſon muy ventoſas, y que las vuas colgadas quando no eſtan deſecadas, ſino arrugadas, ſon las mejores, eſtas ſon las dl inuierno. Porque las que allegan al verano, ya ſon inutiles, y ſin prouecho. Dixe q̃ eran mejores las colgadas que no eſtan ſecas ſino algo arrugadas, porque no tienen ya ventoſidad, y ſe conſumio ſu ſuperflua humidad, y porende quedaron perfectas ſi ſe conſideran en quanto a la maduraciõ claro eſta, que las mas maduras ſon mas ſanas: y por eſta miſma razon las colgadas ſon mas ſanas que ningunas, ſi ſe colgarõ maduras, como lo affirmo el Gale. Pues luego eſcojanſe las mejores y echenſe de la boca ſus hollejos. Conſeruanſe colgadas adonde ay graneros, porque cõ el polvo ſe detienen. Y ſi les ponen pez en el pezon quando eſtan en la vid, ſe conſeruan todo el año. Tambien ſe conſeruan en hollas nueuas atapadas, y metidas en moſto: y guardan ſu verdor, pero ſon muy dañoſas a la cabeça.

Gal. libr. de euch. sach.

De las paſſas y ſu nutrimento.

CAP. XXVI.

DIZE

DIZE Galeno en el de cõ positione secũdum locos, que la passa tiene vna semejança substancial con el higado, y que porende le cõforta. Y por esso dixo Auicena. La vua passada, es amiga del higado, y del estomago, es buena para el dolor de las tripas, conuiene a renes y vexiga. Lo mismo dixo Rasis. Finalmente como sea o dulce, o austera. La dulce es caliente y humida mas que la austera, y es media en ablandar y apretar, la qual si halla malos humores los tiempla, o aplaca las vascas y mordicaciones del estomago mitiga, la tose, vale al ardor del pecho y pulmon, alimpia los riñones y vexiga. Y dize Isac cõtra todos los demas, que es dañosa al higado y baço, que tienen xugos gruessos. Empero, que la austera no mantiene tanto como la dulce mas tiene menos, y es mas fria q̃ la dulce, y menos humida, especial si es blanca: y porende conforta el estomago, y amata el calor, aprieta el vientre. Y dixo mas que la passa sin granillos es vtil al pecho y pulmones y riñones. Empero que dañ al higado y baço si tiene dureza. Pero

Gal. 8. de cõ posi. l.
Auic. 2. cã. cap. 231.
Rasis. 4, aphor.

que comida con sus granillos, conforta al estomago y higado, y baço: especial si tiene agro, y poca carne y granillos grãdes. En fin como lo dize el Galeno. Las austeras passas son frias en su complexion, como las dulces son calientes, y que las austeras, confortan el estomago, y aprietan el vientre. Tienen gran primado las de España y las de Damasco las quales tienen vnos granillos grãdes y firmes y estas son muy suaues. Empero las que dizen de Corinthio lleuan el primado, son chicas y sin crujo son de gran suauidad y sabor, final mente segun que fueren las vuas seran las passas que hazen de ellas.

Galen. 2. de alimen.

De las ciruelas, y sus propriedades para las comer

CAP. XXVII.

Ioscorides en el libro primero dixo que las ciruelas damascenas restreñian el vientre, en lo qual no solamente paresce auer contradicho al Galeno. Empero a todos los demas, especial a Paulo Aegineta pues hablando de-

llas

llas dixo, q̃ agora crudas, agora cozidas, relaxan el vientre. Lo qual prouiene como lo dixo Isac por razõ de su viscosidad y humidad. Ay muchas differencias dellas: empero todas se reduzen en dos, en ciruelas blancas, y en ciruelas negras, entrambas quando estan maduras, son frias y humidas, como lo testifica bien Auerroes. Frias en el principio del segũdo grado, y humidas en fin del tercero, como lo dize Auicena. Las vnas y las otras mantienen poco. Las que son blancas (debaxo de las quales se entienden las de monje, las çaragocis, las redondas que dizen de cebolla, y otras amarillas, largas y chicas, y otras que dizẽ de san miguel, porque maduran por aquel tiempo segun) Isac. Son difficiles de digestiõ, dañosas para el estomago, relaxan poco las quales no se deuẽ comer sino quando estan bien maduras y grandes, con todo esso no pierden su malicia. Las negras, debaxo de las quales entran las damacenas, endrinas, en comun si estan biẽ maduras, son dulces menos frias que las blancas, humedescen el vientre, y relaxan le, echan fuera la colera, pero si se vsan mucho dañan al estomago. Las que

Auer5. col.

Auic. 2. cã. cap. 536.

Isac. die. pt.

ſon por madurar duras, auſteras, verdes, ſon muy dañoſas, no mantienen, fatigan el eſtomago. Las coloradas que llaman chauacanas, ſon mas frias y humidas que las negras, y no tanto como las blancas, ni, tan difficiles. Las mejores ciruelas de todas, ſon como digo las negras đ mucha carne, de ſutil corteza, agras, y auſteras vn poco, y que ſe comã ante de los de mas manjares, y eſto ha de ſer comun entre todo genero de ciruelas. Porq̃ no dañen, de uẽbeuer tras ellas vino añejo, o aloxa Eſto deuen hazer los frios de eſtomago, y flematicos, porq̃ los colericos y calidos de complexion, no tienen para que. Sõ muy corruptiuas, y ſegun el Galeno. No ſe deue luego tras ellas comer otro mãjar, porque lo lleuan luego tras ſi. Enfin ſon mejores las damacenas, y deſpues las endrinas.

Gal. 2. alim.

De las mançanas y ſu naturaleza en mantener.

CAP. XXVIII.

Entra

Ntre las mançanas tambiẽ ay muchas differencias, pues vnas son dulces que declinan a calor, y son de tẽplada humidad. A estas llama el Auicena Alcemia, que son las camuesas, y tienen ventosidad alguna, empero como dize Isac, tienen naturaza de agua, y porende son apre dominio frias: y dize que son buenas para confortar el estomago, y refrescarle, y que son malas para las camaras de colera, llamanse capendula y melimella: porque tienẽ vn sabor dulce como miel. Sõ đ muy buen sabor y olor su corteza echada en las brasas causa vn olor muy confortatiuo y es antidoto contra pestilencia: y echadas entre la ropa causan en ella buen olor y preseruan de polilla. Tienen diuersos colores porq̃ vnas son coloradas, otras blancas, otras amarillas y roxas: ay otras mançanas redondas, son de arboles que crescen poco y se dizen peros de eneldo: Las quales dizẽ auerse traydo de Egypto. Son dulces y estreñidas y porende vtiles al estomago dizense Epiroticas. Ay otras que son muy aguanosas y desabridas, y

estas son peores que todas, y son de complexion frias y humidas, ni tienen dulçura ni agrura, engendran gruessos y flematicos humores, y no confortan el estomago, porque no tienen estipticidad, como lo dixo Auicena, quales son las del verano y las inuernizas, no tienen nutrimento. Ay otras que son austeras y azedas, cuya sustancia es de tierras frias y secas, conuenibles para estomagos calientes, y humidos. Las quales aunque confortan el estomago y tripas, engendran gruesso y duro humor, son difficiles de digestion, son tardas de passar por las venas, causan ventosidad, dañan los neruios. Empero assadas son mucho mejores comidas antes y despues de los manjares: porque ansi cõfortan el estomago y echan lo malo y nociuo del, todas tienen virtud de confortar los miembros principales en especial el coraçon, y por su olor, confortan el celebro con su gruesso humor dañan la segũda y tercera digestion, y dizen los sabios Auenzoar, y Auerroes, que pueden engẽdrar ptifica, porque su ventosidad es de tan maligna naturaleza, que caua y ara las arterias de los pulmones. Y ha se hallado por

cã. c. 564.

Aue 5. col.

por experiencia en algunas personas que de solo olor les han venido en fluxo de sangre de narizes como lo tray Bruyero en lo de recibaria. En conclusion confortã el coraçon y estomago, y si se assan pierden todos sus daños. Las que son por madurar, son duras como madera, dan dolor de estomago, son causa de engendrar fiebres largas, indissolubles, su çumo no passa por las venas, tienen mala naturaleza, contra los neruios. Ay dos differẽcias de estas azedas austeras, mas son grandes, y coloradas, que se dizen de Naxara, Otras pequeñas que se dizen rumis. Estas maduran mas presto. Comen las a medio madurar las mugeres, y los niños: porende causan dolencias incurables, beuã tras ellas vino puro en poca cantidad, y maxquen lignaloe los que fueren flematicos. Ay otras que se dizen peros, llaman los en latin melapia, porque son largas como peras: no son de tãta malicia como las otras mançanas azedas.

De las peras, y sus propriedades en quanto nutrimento.

CAP. XXIX.

LAS peras, como lo testifica el Galeno. No son de vna complexiõ, ni yguales: porque vnas son como de naturaleza de tierra duras y austeras y estreñidas, otras son d̃ naturaleza de agua dulces. Lo mismo dixo Auice. diziendo. En las peras ay naturaleza de tierra y de agua. Finalmente, vnas son austeras que se dizen estreñidas, otras dulces, otras desabridas. Las austeras, o estreñidas q̃ son las silueſtres, o las por madurar pues ansi vnas como otras son estreñidas son frias y secas, como lo dize Auer. son duras, gruessas, terrestres, cõpuestas de substãcia aerea y terrestre. Estas no son vtiles ni de buen sabor, mantienen poco y no tanto como las dulces, prouocan a hazer camara, y confortan las tripas y estomago si se toman despues de los manjares, detienen el vomito de colera, pero por su aspereza y austeridad dañan a los neruios del estomago, por lo qual es menester buscar ingenio para que se paren blandas y pierdan

Auic. 2. can. cap. 540.

Aue. 5 coll.

su

su aspereza. Conuiene a saber, que se cuezgan, o se pongan colgadas al vapor de la agua que hierue, o se embueluan en massa, o estopas y se assen, o se echen hechas pedaços en miel. Empero si estan bien maduras no son tan frias y secas, engendran en el estomago loable humor, y mejor q̃ los membrillos, como lo dize Isac en sus particulares. Si en ayunas se toman, especial las por madurar, engendran passion, colica, si se comen hasta hartar, y son dañosas al estomago, como lo dixo Dioscorides, no tomandose por via de medicina, sino por gula, porque por via de medicina, o remedio para confortar, mejor se toman en ayunas, que no despues de comer porque despues de comer son mas laxatiuas y comprimen las partes superiores del estomago, y enflaquecen la virtud retentriz de abaxo, y esto es comun a todas las peras. Las dulces son compuestas de sustancia de agua, y de ayre, son mas subtiles, y mas templadas y mantienen mas, y porende dañan menos al estomago. Son estipticas algo, empero no tãto como las por madurar, o siluestres, ni han menester preparar se ansi: Empero las que son dul-

Isac. die. pt.

ces mucho que ſon como dize Auicen. en el lugar acotado, a manera de agua de açucar congelada, las quales dize que en ſu tierra ſe llaman. Senabruti, que ſon grãdes y muy redondas de corteza ſutil. Son templadas, y menos frias que ningunas: y porende calientes. Acreſcientan la digeſtiõ, ſon para los eſtomagos frios y ſecos. Ay otras de mucha ſuſtãcia d̃ aguas, frias y humidas, deſabridas ſon peores que ningunas, laborioſas para el eſtomago. En cõcluyſion, todas las peras eſtriñen el vientre, engendran colica, dañan a las tripas, al longaon, y recto en teſtino, como lo dixo Raſis, y porende ſe deue beuer tras ellas aguamiel con pimienta y canela, o aloxa, y los hongos cozidos cõ ellas, pierden de ſu malicia, como lo dixo Auicena. Deſpues del manjar hazen venir camaras ſon muy eſcogidas las que ſe dizen moxcateles, como ſon en nueſtra tierra las de ſant Sylueſtre, tras ellas las vinoſas. Porque ay dos differencias de ellas vnas ſon pequeñas las quales maduran al principio del eſtio y llaman ſe cermeñas eſtas paſſan preſto y conſeruã ſe poco, las de mas que ſon las grandes ſe conſeruan mas. Las cermeñas,

Ra. 46. aph

meñas, son de muy gustoso sabor y olor son algo mayores que las moxcateles y bien maduras son como las que dize el Auicena y Senabruti y tienen sus propriedadse.

De los aluarcoques, llamados en Latin præcoces, y de las aluerchigas llamadas en Latin poma Armeniaca, y de sus prouechos.

CAP. XXX.

LOS barbaros debaxo deste nombre Chrisomela, cōfunden en si los aluarcoques, que en Latin pienso se llamā præcoces, y las aluerchigas, que pienso se dizen en latin armeniaca precocia. Empero ni al aluarco que, ni ala aluerchiga, le conuiene este nōbre, porque segun que se interpreta este nombre Chrisomela, quiere dezir mançana dorada, o de oro, el qual nombre, segū he leydo, es de cierto genero de membrillo muy loable, chico y oloroso. Dexado pues esto a parte, dezimos, que ansi los aluarcoques, que tambien se dizē

en

en latin bericoca, y abricoccia, como las aluerchigas se llamã precoces, porque es vna fructa mas temprana q̃ ay entre el genero de mançanas, porq̃ precox, significa cosa temprana, o cosa madura temprano. Pues en cõmun pienso, q̃ los barbaros interpretãdo a los Arabes dixerõ a la aluerchiga chrisomela. Prueuolo, porq̃ el interprete de Rasis dixo. *Chrisomela frigida & humida sunt in medio tertii & assimilantur persicis, &c.* Las Chrisomelas son frias y humidas en medio del tercero grado, y parecẽse alos duraznos priscos, por lo qual se cõsta, que entiende por las aluerchigas, porque cierto en su figura y sabor, color, parescen a los duraznos, aunq̃ son menores. Y en otra parte mas arriba dixo el mismo. *Præcoqui meliores sunt pro stomacho persicis.* Quiso dezir, que los aruarcoques son mejores para el estomago que los priscos, o duraznos, De donde consta por la diuersidad de los nõbres: que vnos son los que se dizen, precoces apar de los barbaros, y estos se interpretan los aluarcoques, y otros los que se dizen Chrisomelas, que son las aluerchigas. Acerca de los Latinos ay poma Precocia, y ay, poma Armeniaca, y ya

Rasis. 33. cont. c. 742

con

consta, que la poma precocia se dizen los aluarcoques, y que por la Armeniaca no tenemos que entender sino las aluerchigas. Y hablando el Galeno en el de alimentis de entrambas frutas dixo. *Præcocia tamen armeniacis præstant.* Quiso dezir, que los aluarcoques son mejores que las aluerchigas. Pues en aquel capitulo no va hablando sino de la fruta mas temprana, entre el linage de mançanas: empero sino se confunden los nombres. Auicena dixo, que las Armenias eran las mejores, y no les vinia tan presto la azedia ni la corrupcion, entēdio a mi ver, de las aluerchigas, pues esta claro que no les viene azedia y corrupcion tan presto como a los aluarcoques, sacase por lo menos desto, que las que se dizen Armeniacas, son las aluerchigas. Finalmente, ansi los aluarcoques como las aluerchigas differen poco, y quasi son de vna misma qualidad. Porque segun Auicena, e Isac en sus particulares, son frias y humidas en segundo grado, facilmēte se corrompen, engendran flema gruessa y viscosa, en la concauidad del higado y baço, y porende son causa de calēturas. y son vna fruta de todas maneras malina, y deuen se comer

Auic. 2. cā. cap. 147.

Auic. ibidē.

comer en ayunas al principio de los man jares, porque al cabo nadan encima de la comida, y presto hazen hazedias y corrup cion. Y si del todo se corrompen, engendran humor venenoso hinchan mucho. Cōuienen empero para la roxa colera, sino que amatan el calor natural del estomago y le debilitan, hinchen la sangre de agua, e ichores, y son para el estomago algo mejores que los duraznos y priscos, como lo dixo Galeno. Despues de secos infundidos pertenescen a las fiebres agudas. Empero las aluerchigas no se corrompen ni azedan en el estomago tanto como los aluarcoques, como lo dixo Auicena. Corrigense los daños ansi de las aluerchigas como de los aluarcoques, si tras ellas se toma almaciga, y anis, en quātidad de vna dragma, y beuer luego vnos tragos de vino puro, o de miua de membrillos. Alfin concluyo Rasis, en el lugar allegado, que creya, que no se halla fructa que mas enfrie que ellos, de los quales dixo Paulo. *Præcocia & rhodacina & armeniaca per sicis meliora sunt, neque enim accejcunt neque similiter corrumpuntur, ac sunt etiam delectabiliora.* Quiere dezir. Los aluarcoques, aluerchi-

Gal. 2. de alimentis

Auic. ibidē.

Rasis. ibidē

Paul. lib. 1.

gas

gas, son mejores que los duraznos priscos y no se azedan ni corrompen tanto, y son mas deleytosas al gusto, confortan el coraçon. Guardense dellas las mugeres, los flacos de estomago, los frios, los que suelen tener dolor de tripas y riñones, y de hijada.

De los duraznos, y priscos, y de sus propriedades en quanto alimento.

CAP. XXXI.

LOS duraznos y los priscos differen poco en sus calidades, y en su substancia, y nutrimento, porque ansi los vnos como los otros son frios y humedos, y engendrã flema. Empero como dize Haliab. El q̃ es tierno y blando, q̃ se saca de su huesso, o cuexco, sin dexar en el carne q̃ es el prisco, mas presto se digiere, y mas presto deciẽde del estomago, empero el que tiene su carne apegada al cuexco que no se puede del todo desasir del, q̃ es el durazno. Este tal es de dura sustancia, y es mas gruesso y difficil digestion, y de-

Hal. 5. the. cap. 19.

destos duraznos ay dos differencias, porque vnos son grandes y blancos, y bellosos de poco color, y otros son pequeños, lisos, roxos cetrinos. Los primeros son dulces y agros de mas humidad y viscosidad, y porende se cõuierten en flema gruessa y viscosa, y en corrupcion. Parecese claramente su corrupcion, porque si los horadan con hierro y los ponen dende a vn poco a las narizes, se siente de vn olor de podredumbre y corrupcion. Empero los que dellos fueren menores, son mas olorosos, y mas remotos de corrupcion. Finalmente tienen admirable propriedad para quitar, el hedor de la boca que prouiene del estomago, y los que dellos son por madurar, estriñen el vientre, y los q̃ estan maduros, ablandan el vientre, especialmẽte los priscos, y deuẽse comer en ayunas, porque despues del manjar nadan, sobre el: y se corrompen. Empero antes del mãjar son faciles de digestion, y los que son secos que llaman orejones son tardos de digestion, y no son de buen nutrimento, pero los maduros y humedos mueuen el appetito, son vtiles para el estomago, caliente, valen contra la sequia, e inflamacion

cion del estomago, amatan el calor natural, quitan se sus daños y vicios beuiendo tras ellos aloxa o aguamiel cozida, y comiendo agengibre y miel. Los duraznos adobados en conserua de miel, son vtiles para los pulmones, porque por la miel en que estan se quita su grosseza, y segun dize Isac en sus particulares, son frios y humidos en segundo grado, y son muy semejantes a las aluerchigas, que el llama Christomella. Deue se beuer tras ellos vino puro, quando no vuiere a la mano aloxa: valen contra el dolor del coraçon, y de la boca del estomago, que se dize Cardiaca passion. En fin tienen vn señalado y singular prouecho, que es enmendar el hedor dela boca, como lo dixeron Auerroes, y Auenzoar en su Thersis. Todo lo sobredicho affirmaron Auicena, y Galeno dizese por eruditos varones que estas frutas en Persia son veneno y que aca y en Egypto son de comer. Esto paresce auer dicho Galeno pues dixo q̃ el arbor Persiaca en Persia es mortal: traspuesta en Egypto no ser mortal aũque otros sabios dizen q̃ aquel arbol no es el durazno, sino vn arbol como peral y que lleua vna fructa como pe-

Isa. die par.

Auer. 5. col.
Aui. 2. can.
Ga. 2. de ali.

ra. Empero cõ cuexco dentro. Delos melocotones no hallo autor que hable, sino q̃ son cierto genero de duraznos compuestos de sustancia de agua y de tierra, y porende son frios y no tanto humidos como los duraznos, por la sustancia terrea y seca que tienen en si mezclada, y por esso no son tan faciles de corrupcion, y son mas confortatiuos del coraçon y estomago y tripas, y finalmente son no poco estipticos por donde les viene aquella virtud de confortar por su olor: dan fuerça al celebro, y enmiendan el mal olor de la boca mas que los duraznos. Empero son de mas gruesso xugo, y mas difficiles de digestion, no se deuen comer sino en ayunas, y tomar tras ellos agẽgibre, canela, y beuer vino puro añejo, tomados despues de otros manjares los corrompen y hazen descendir con presteza, y si no descienden cõ ellos sino que se detienẽ, se tornan veneno, y causan calenturas cronicas. Empero quitan se le estos daños si se assan y comẽ con açucar, y ansi son faciles de digestion y muy conortosos para los miẽbros principales. En conserua con miel son muy pectorales, y su gruesso xugo, se adelgaza, y

son

ſon de buen nutrimento, y muy conforta tiuos, en eſpecial ſi ſe aderezan con eſpecias. Algunos dizen que ſe engendran de enxerirſe el membrillo con el durazno, y que porende tienen propriedad del vno y del otro, y que del membrillo, toma la auſteridad y ponticidad, y color, y del durazno lo de mas. Empero no he hallado a hombre que tal enxerto aya hecho, ni que aunque le haga ſalga con el effecto ni he oydo dezir a nadie q̃ tal ſe halle por eſperiencia, ſino que es vn arbol por ſi, de genero de duraznos, eſpecialmente que ſe tiene por regla que para enxerir vn arbol en otro deuen los arboles tener en ſi alguna affinidad, o proporcion para que prendã pues dize Ariſtoteles, que es mas facil el tranſito entre los que guardan ſymbolo, o ſemejança, q̃ no donde no ſe guarda, porẽde, como el durazno ſea fruta de cuexco, y no el membrillo, no ſe halla entre ellos eſſa ſemejança ni affinidad para que prenda el vno en el otro. Son los melocotones, o generos de duraznos, entre ſi differentes, pues vnos ſon blancos otros verdes de color de yerua, otros colorados otros negros que ſon enxeridos (ſegũ al-

gunos)en moral,madurã por el otoño, comense mondados, y echados en vino puro: Empero no son seguros, porq̃ aquel dañoso xugo,es con mucha presteza,trayndo por todo el cuerpo.Plinio dize,que todo genero de durazno es vtil al estomago.

De los membrillos, y de su naturaleza para se comer.

CAP. XXXII.

LOS membrillos, como lo dize Auerroes en el quinto d̃ su colliget, son de mas gruessa sustancia, y mas estipticos que las peras, y porende son mas frios y en su olor ay admirable propriedad, contra todas las passiones del coraçon. Los que son azedos y austeros, son frios en el fin del primer grado, y secos en el principio del segundo, como lo dixo Auicena. Empero los que son dulces son de sustancia de agua y en complexiõ tem-

2.canõ. 6.

templados declinantes algo a calor, y por esso resfrian poco, y porende no confortan tanto el estomago como los primeros. Y no conuienen al estomago caliẽte, ni a los vomitos ni camaras de colera. Pero los membrillos desabridos ni azedos, ni dulces son los peores de todos, porque son frios q̃ humidos, y mas frios que humidos, y no confortan el estomago como los de mas, ni dañan al calor como los azedos, ni mantienen como los dulces, sino que engendran vn humor flematico y crudo, como muy biẽ lo distinguio Isac en sus particulares dietas, si se comẽ antes del manjar: confortan el estomago y tripas, y detienen y aprietan, y reprimen el fluxo de colera y el vomito, especialmẽte los azedos y estipticos, mayormente sino se toma manjar hasta que se ayan bien digerido: Empero comidos despues de otros manjares mueuen mucho a camara, y hazen descendir los manjares antes que se digieran. Comiendo los muy amenudo offenden los neruios, y causan passion colica, tienen sobre todas las frutas mayor austeridad, y causan mayor detencion. Si se comen como digo en ayunas amansan *Isac. di par.*

la ſed y la borrachez. Suelen hazer podre dumbre en las tripas, pero quitan ſe ſus vicios ſi ſe comen aſſados, y deuē ſe aſſar, ſegun dize Auicena. Deſta manera. Han ſe primero de ſacar ſus pepitas y poner den tro miel, y embarrarſe por de fuera, y poner ſe en el reſcoldo viuo. Comidos deſta manera en ayunas, o al principio de los manjares, tienen todas las vtilidades dichas, y no offenden a los neruios, ni ceuſan colica. Y fuera deſto dizen que mue-
Raſ. cōt. 22. uen vrina, como lo dixo Raſis haze ſe de
cap. 384. ellos aquella conſerua tan commun que ſe dize carne de membrillos conforta mucho el eſtomago en ayunas, da gana de comer eſpecialmente ſi ſe haze con açucar, conforta el celebro y coraçon. Ay otro genero de mēbrillo pequeño llaman le Chriſomela es de color de oro, llama le Theophraſto y Plinio eſtrutio y algunos no le cuentan por membrillo: empero es lo. Y dize Paulo que conforta mas que todo el eſtomago y tripas: y dize que refrena la colera y que alegra el coraçō como lo dixo Pſello es de mayor olor que los de mas membrillos.

De las

De las granadas, y de su naturaleza, en quanto alimento.

CAP. XXXIII.

AS granadas ansi agrias como dulces, segun dize el Galeno, dan poco alito al cuerpo: y porende dize, que nũca las comamos por razon de mantenimiẽto, sino por razon de remedio medicinal, especialmẽte si son agrias, pues destas no se ha de vsar sino para aplacar el calor del estomago y higado. Cierto las dulces son blandas y engendran buenos humores, y expellen los humores podridos del orifico del estomago, y dan apetito de comer, segun que lo dixo Rasis. Son frias y humidas en el primer lugar, como lo dixo Auicena. Ablandan el pecho y confortan le, conuienen al tremor del coraçon, y alimpian la boca del estomago. Son conuenibles al estomago por la estiticidad subtil que tienen: empero suelen dañar a los que tienen calenturas, no refrescan y ha-

2. de alimẽ

Raſ. 4. aphor. Aui. 2. can. cap 320.

zen inflamacion y ſequia: y porende no conuienen a perſonas calientes, Mueuen vrina, aunque no tanto como las agrias: finalmente agras y dulces. Son mundificatiuas, y eſtipticas, quiero dezir, que alimpian y eſtreñen. Empero las agrias tienen eſta propriedad mas que las dulces. Las q̃ el Auicena llama Muza, que ſon agradulces, ſon (ſegun el dize) mas juuatiuas para el eſtomago, que los membrillos y mançanas, pero que ſu grano es malo. Entiende ſe la cibera. Y dixo mas, que las agrias ſon aſperas para el pecho, y que las agradulces que llama Muza, ſon vtiles para ſu inflamacion, y que las agras dañan el eſtomago: y que los granos de las granadas ſon malos para el, y que es mejor que el que tiene calentura los chupe deſpues del mãjar, porque el humo y vapor de los manjares no ſuba a la cabeça, que no permitir ſuban las malas materias de abaxo para arriba, prouocan la vrina mas que las dulces. Empero dañan al eſtomago y tripas. Las granadas agras dulces, ſon para las fiebres agudas, e inflamacion de eſtomago, y porende dixo Auicena. Las fructas deſſecadas de los que tienen calentura de colera

Auic. ibidẽ.

Aui 4. pri. tra. 2. c. 39.

colera ſon las granadas dulces y Muzas, que ſon agradulces, y las ciruelas. La cauſa aſsigna Auerroes, porque en los granos de las granadas ſe halla vna propriedad de reſiſtir a la putrefacion: y porque el mãjar no ſe conuierta en humos malos. En concluſion las azedas ſon de ſu natural propriedad dañoſas para el eſtomago, ſon aſperas para el pecho, refreſcã el eſtomago y higado, y propriamente al higado, y amatando el calor de la colera y ſangre, refrenan la calentura y vomito. Son de fuerte eſtreñimiento y auſteridad en tãto grado, que ſi ſe ponen en los manjares, detienen q̃ las ſuperfluydades no vẽgã al eſtomago y tripas. Y ſu cozimiẽto es vtil a las vlceras delos inteſtinos, y para el manar de las humidades antiguas de la matriz. Son frias y ſecas en el ſegundo grado como lo dixo Auicena. Algunos phyſicos mandan echar las en agua muy calida y echar encima poluos de anis, porque dizen ſer ventoſas. Empero es engaño manifieſto en las agradulces como ſean de Sbia y penetrante inciſsiua como xaraue acetoſo no pueden ſer ventoſas como toda ventoſidad ſe cauſe en materia craſſa,

Aue. 7. coll. c. de ſyncop.

y no ay author que tal diga, este engaño nace de que como ellas conforten mucho el calor, y el calor ansi confortado expela la ventosidad que ay en el vientre y ellas tambien comprimiedo expellan, por esso dizẽ ser ventosas porque de la misma manera podriamos dezir que son ventosos los mirobalanos y qualquiera purga, porque si fueran ventosas no fueran tan medicinales y fueran como cerezas bien es verdad que comiendolas en mucha cãtidad podrian causar ventosidad no por Sbia sino por su frialdad.

De las açufeyfas, llamadas en Latin iuiubæ, y delos nespilos, y de sus propriedades para quanto hazen al caso para la sanidad.

CAP. XXXIIII.

LAS açufeyfas como lo dize Auicena. Son frias en el primer grado, y templadas en sequedad y humidad, a la qual declinan: y dixo dellas el Galeno, que no hallaua enellas obra para la conseruacion dela sanidad ni para quitar la

Auic. 2. can. c. 370.

la enfermedad. Son malas para el estomago, de difficil digestion, y poco nutrimento, pero son vtiles para el pecho y pulmones. Empero quando estã estipticas y por madurar, aplacan la acrimonia de la sangre, y quando allegan a maduracion, ablãdan y humedescen la aspereza del pecho y pulmones engendran flema: y porende huyan dellas los de fria complexiõ, y de frio estomago, engruessan la sangre, y hazen la viscosa. Todo lo sobredicho affirmaron Auice. Paulo Aeginetá, Rasis, Isac en sus particulares. Los Nespilos, como lo dixo Isac, son frios y secos en primer lugar, cõfortan el estomago, quitan el vomito y camaras colericas, y dize que prouocan a vrina, mantienen poco, y engendran gruessos xugos, y son mejores para antes del manjar que para despues. Empero Auicena, dixo que detenian todo fluxo, y que causan dolor de cabeça mas que otras ningunas fructas, y que son malas para el estomago, y que detenian y restriñen la vrina, al qual parescer mas me allego. Llaman al nespilo Tricoctum, porque tienen tres guessos, reprimẽ la colera, cõuienen a estomagos calientes, dan fuerça al

Auic. ibidẽ. Rasis. 2. ad Alma. c. 20.

Aui. 2. can. cap. 757.

al vientre y estomago: y porende se deuē vsar mas por via de remedio medecinal, que no de alimento, como lo dixo el Galeno. Sacanse destos authores dos contradiciones. La primera que dixo Isac que mueuen vrina, y Auicena que la detienē. La segunda que dixo Auicena que eran malas para el estomago, y Galeno que le confortauā, y Serapiō dixo que eran buenos para el estomago: yo quiero mas creer al Galeno. Ay otro genero de Nespilos que llamā azaroles, son como mançanitas pequeñas coloradas, tienen los mismos effectos, y son los nespilos de Dioscorides. Finalmente estriñen y detienen qualquier purgacion. Maduranse en paja despues de cogidos en el arbol. Hazense mayores enxiriēdolos en membrillo, suelense hazer de buen nutrimento cozidos en vino.

Ga.7.de. sim.

De las algarrouas, o garrouas, y de las seluas.

CAP. XXXV.

LAs algarrouas llamadas en latin silique, y segū los Arabes xilocharata y carubia, es vn fructo que ay en Italia, y Balencia, de longura de vn de-

dedo y tangordo como el dedo pulgar, Dize Plinio de esta fructa, que es como castaña saluo, q̃ su corteza se come: la qual no es otra cosa, sino madera. Lo mismo dixo Isac en sus dietas, quiero dezir, que es como madera. Empero que las verdes son mejores, y mas saludables, pero dañosas para el estomago, y que mueuen camaras. Empero que las secas, son de secatiuas y estreñidas. Galeno las abomina y dize, q̃ nunca vinierã a nuestras partes, Aecio dize, que tienen alguna semejança con las cerezas, Porque tienen vn poco de dulçura, y que las recientes a blandan el vientre, y las secas le estriñen. En fin segun. Galeno, y Paulo, son de mal nutrimento, y poco, y como madera, y de difficil digestion, porque quando se añejan y hazen secas pierden aquella poca de humidad que tienen y tornanse de naturaleza de tierra, y de madera: es mantenimiento y golosina de mugeres y de niños. Empero aunque es verdad, que los authores dizen de ellas todo esto, esta por experiencia cognosci do algo en contrario, porque aueriguadamente hemos visto, que comiendo las algarrouas ante de los manjares hazen el

vie-

vientre humedo y mueuen mucho a camaras, porque he visto, que muchos niños y mugeres que las comẽ ante de cenar, o de comer, se van de camaras, y en estas tierras, adonde no las ay, sino muy añejas y secas porende es cosa de admiracion, que digan los authores lo contrario. Empero deue se dezir, que las algarrouas quanto es de suyo, son estreñidas, empero acciden talmente mueuen camara exprimiendo, y apretando, como los mirabolanos. De las seruas pone Plinio muchas differencias vnas, dize, ser redondas como mançanas, otras a husadas, como peras, o cermeñas. Otras llama onates que son las que se venden y otras torminales que hazen ruydo de tripas dize, que todas son semejantes a mançanas, y que tienen vn sabor vinoso exceptas las que el llama onatas. Tienen en medicina prouecho, porque estriñen el vientre maranillosamente. Especialmẽte ante de su perfecta maduracion. Las torminales son las que alcãçamos, y despues de maduras son suaues, segun dize el Galeno, Segun Rasis, son frias y estriñen mucho y reprimen la colera, y no se vsen para comer.

De los

De los limones y naranjas, y de su naturaleza para los manjares.

CAP. XXXVI.

DE los limones ay pocos que hablen, empero diremos dellos lo que se puede por autoridad y esperiencia hallar. De los quales dixo el autor de las pandetas. Que su azetosidad es fria y seca, como todas las demas cosas azedas, y que el xaraue q̃ se haze dellos vale contra fiebres pestilenciales, fiebres malignas de tauardillo, y que su olor conforta al coraçon, tienen mucho çumo azedo, apto para salsas, y tã bien se come aparejado con sal. Es su çumo frio en segundo grado, es sutil, penetratiuo que corta los humores gruessos, y mueue el appetito, conforta al estomago, por la sequedad que tiene de vn poco de sustancia de tierra, por la qual engendran melancholia, y constriñen el viẽtre: y por ende se saca que son estipticos y estreñidos. Son de poco nutrimento y gruesso, y desmi-

desminuyen la carne, y sangre, y hazen los cuerpos magros. Son buenos por via de salsa, y no para todos estomagos, sino para los calidos sin appetito. Ay tambiē otra suerte de limones dulces, los quales aunque por su dulçura declinan a calor, empero son de qualidad y naturaleza de agua, frios y humidos. Las cortezas de llos, ansi d̄ los dulces, como de los agrios, son agudas al gusto, aromaticas, desecan en grado primero, son calidas, porque se vee claramente que resqueman vn poco. Laguna dize que son muy templadas en calor y frialdad, y aunque ayudan a digerir, son difficiles de digestion, el çumo de los agrios quita los barros, y qualesquier manchas del rostro, beuido mata las lombrizes del cuerpo, deshaze las piedras de los riñores y purgalas. Las Naranjas, que llaman los praticos, arancia, o aurancia, o malamedica, son endos maneras, dulces. y agrias. Las dulces son de naturaleza y sustancia de agua, y porende son frias y humidas, aunque declinan a color: y porende son dulces, no son tā dañosas al estomago como las agrias ansi las vnas como las otras se traen de Valēcia y de Mur
cia

cia y de la Vera de Plasencia son mejores las de Valencia especialmente las agrias porq̃ tienen vn gusto humoso, o de guindas no muerden tanto el estomago como las de otras partes mayormente si les echã vn poluo de açucar, empero no puede huyr del todo el vicio de las agrias. Dañan al estomago frio, pero no al caliente y colerico: quitan la acrimonia de la colera, aunque su corteza en conserua de açucar o miel, cõforta al estomago, su çumo muerde el estomago, y agraua la cabeça: los que son amigos dellas, escojan las mas colora das y lisas, de mas gruessa corteza, porque estas son las mas maduras, y mas dulces, y quemenos dañan al estomago. Deuen se guardar de comer muchas dellas, porque offenden el estomago, como sea impossible que dexen de tener agro. Pero corrigẽ se con açucar.

En donde se muestra la naturaleza y propriedad, y ayuda de la cidra, y de sus partes.

CAP. XXXVII.

OR este nombre de cidra en general los authores antiguos, ansi Griegos como Latinos entendierõ no solo nuestras cidras: empero naranjas, y limones, y toronjas: y todo genero de limon que seria largo contar, conuiene a saber, limas, limones, ponciles, que son vnas limas pequeñitas, muy apetitosas, y de mas delicado çumo, que las limas ni limones, y q̃ esto sea verdad, dan testimonio Theophrasto, Plinio, Atenæo, Virgilio, que a todo este genero llaman citrium y malum medicum, porque dize se truxeron de Media, y Persia, pues luego la sidra que tambien se dize ponceria, pues es de color de cera. Tiene quatro differentes partes, corteza, carne, azedo, semilla: de todas estas trataremos por su orden. La corteza, como dize Auicena, en el 2. Canõ. ca. 120. Es caliente en primer grado, y seca en fin del
2. cã. c. 120. segundo, y segun Galeno, deseca no con poca agudeza: y porende es seca en tercero grado, y templada en frio y calor aunq̃ declina vn poco a calor, quando esta colorada, es olorosa y es difficil de digestion

por

por su dureza y sequedad: y si se pusiesse en los manjares ayudaria a la digestion como las de mas cosas colientes, y quando se toma en poca quãtidad cõforta el estomago. Ansi lo quiso el Galeno, diziendo que si se pone en conserua en poca quantidad, conforta el estomago, y en mucha le agraua, porque es de dura digestion, es resolutiua como su semilla, y si se pone entre paños, o sedas, preserua de pulilla, y su olor retifica la peste y corrupcion del ayre, y su cozimiento haze buen olor, y detiene el vomito, y mueue appetito, y tiene virtud de quitar veneno, y confortar el caraçon como lo dixo Rasis, y Auicena. Y dixo: su carne blanca, es caliente y humida en primer grado, y que segun algunos era mas fria q̃ humida: y ansi lo quiso Rasis por autoridad de Aben Mesue, diziendo, que la carne blanca de la cidra era fria y humida en primer grado, y mas fria que humida, y que se detiene enel estomago, y es de tarda digestion. Empero, como lo dize Auicena: tiene fuerça de hinchar, y porende es mala para el estomago, y es de tarda digestion: y es cõtraria al pecho. Y por esso, dize que se deue comer cõ cier

Gale. lib. de solutione cõti.

Rasis. 4. aphor. 1bi.

to correctiuo, que el llama Almuri, que es ſalmuera: y ni mas ni menos con miel, porque anſi es mas ſaludable, y reſcibe mejor la digeſtion, ſino ſe come en mucha quantidad. Y no comiendoſe anſi, cauſa tambiẽ colica. Enfin, es dura y maciça, y porende haziẽdo della comida, ſe digere cõ dificultad, y paſſa tarde del eſtomago, y engendra humores grueſſos y frios: como, lo afirmo Iſac en ſus particulares, y Raſis en el miſmo lugar allegado arriba. Empero, ſu azedo de la cidra es frio y ſeco en tercero grado, (y ſegun dize Iſac) en ſegundo. Es eſtreñido, o eſtitico, y refrena mucho la roxa colera, aplaca el tremor del coraçõ que prouiene de calor, es buen mantenimiento para los pulmones y garganta, cõuiene a las camaras colericas, tiene virtud inciſiua que adelgaza y refreſca: porende mitiga el calor del higado, y confortа el eſtomago, porque mueue el apetito, ſocorre perfectamente a la ſequia, y quita la triſteza y paſsion de coraçon: eſtriñe las camaras. Eſto dixeron Raſis, Iſac, Galeno Empero ſu ſemilla (como ay lo dize Auicena) es caliente en primer grado, y ſeca en el ſegũdo. Es cõuenible para las almorranas

Raſi. Ibidẽ. Iſac. dietis. partic. Gale. lib. de ſolutione cõtinua.

nas tomada con vino y miel y agua caliente, particularmente resiste a la mordedura del alacran (vntãdo por defuera) a qualquiera venenosidad, relaxa el vientre, y su cozimiento da buen olor, y beuido es bueno contra qualquier ponçoña. Finalmente conuiene que la cidra se coma por si sin manjar alguno, ni antes ni despues, ni mezclado hasta tanto que se aya digerido: Y si se come despues de otro manjar haze indigestion, y en conserua conforta el estomago y coraçon, y causa buena digestion y buen olor de boca: lo qual se deue entender tomandolo en moderada cantidad, porque de otra mrnera agrauaria, como lo dixo Mesue en la distinction. 5. de su Grabatin.

Mesue dist. 5. Grabadin

De las azeytunas y de su propriedad para se comer.

CAP. XXXVIII.

Las azeytunas, segun Dioscorides. Son de tres maneras, vnas llamo colymbades, q̃ dixo ser buenas pa las quemaduras, y que con salmuera confirman los dientes, y

Diosco. lib. 1. cap. 118.

apretauan las enzias. Y otras dixo que eran rojas, y estas dixo que eran vtiles al estomago, y dificiles para las tripas. Otras dixo que eran negras perfectamente maduras, contrarias al estomago, y que causan dolor de cabeça. Paul. dixo, que las azeytunas eran de dos maneras, vnas dixo que se llamauan Drupas, y que eran agenas e inconuenibles para el estomago, y de gruesso xugo. Otras dixo que eran Colimbades: las quales guardadas en salmuera, o en sal, y agua, y comidas al principio de la comida mouian la gana del comer, y hazian venir camara, especial si estauan adobadas con vinagre, y miel, o con solo vinagre. Lo mismo quiso dezir Galeno. Donde hizo differēcia entre las azeytunas caducas, o caydas, que son las q̄ de maduras se caen de los arboles: y entre las llamadas Colymbades o Halmadas, de las quales dize, q̄ comidas ante delos mājares mueuen camara: especial comidas con garo o salmuera. Las caducas o caydas dize que tienen mucho azeyte, Y las colymbades mucho xugo styptico y poco azeyte. Venidos alo que dize Isac, y los de mas Arabes es, que las azeytunas se de uen

Paul. lib. 1. c. 81.

Galen. 2. de alim.

uen considerar de tres differencias. Vnas son verdes, y por madurar, austeras, o estriñidas: y a estas llaman azeytunas de agua y estas dizẽ q̃ son de substãcia de tierra, porque estriñen mucho, y no tienen casi nada de azeyte. Destas dixo Rasis, que eran calientes y secas, y que comidas ante del manjar, mouian a camara, y confortauã la boca del estomago. Y estas son a mi parecer las que los Griegos dizen Colimbades, pues son las no maduras, que el Galeno differencio de las caydas, y bien maduras que tienen mucho azeyte, las quales son calientes y humidas templadamẽte, como lo dixo Auicena. Las azeytunas por madurar, o no maduras eran frias, y las maduras eran calientes. Pero ha se de aduertir, que como las azeytunas verdes pueden estar adouadas, o por adobar, las que estan adobadas, especialmente con vinagre y miel, o con salmuera se dizen las Colymbades, y mueuen camara por la irritacion que en si tienen del adobo, pues siempre se preparan con sal. Destas dize Isac en sus particulares, que encienden la sangre, y muerdẽ los neruios del estomago, y que son difficiles de dige

Ras. 3. ad al manso. c. 59

Auic. 2. cd. cap. 529.

ſtion por la mucha groſſeza de ſu xugo, y por ſu dureza, y que tienen poco nutrimento. Y por ſu adobio de ſal, dixo Raſis, que eran calientes: Empero de ſuyo ſon frias y ſecas, y por razon de no eſtar maduras. Y anſi tambien lo dixo el Auicena en el lugar allegado: y porende las verdes que no eſtan adobadas que ſon frias y ſecas, ſon las que llama el Paulo Druppas, que ſon las mas innutiles para el eſtomago, y ſon las que perfectamente llamã los Barbaros azeytunas de agua, porque ningun azeyte tienen, por lo qual no mantienen nada. Empero las adobadas que llamamos, Colymbades, ſi eſtan preparadas con vinagre, como lo dize Iſac, ſon mas ſutiles de ſuſtancia, y reprimen y refrenan la colera: mueuen apetito, eſpecial ſi ſe comen, como el dize, en medio de la comida y ſi ſe digieren dan buen nutrimento, confortan el eſtomago, ſobre todas las azeytunas, Empero las que ſon maduras, ſon en dos differencias, porque o no eſtan perfectamente maduras, o eſtan del todo maduras, las que perfectamente no lo eſtan, que ſon las bermejas, que llamo Dioſcorides Flauas, o Iacintinas, no ſon tã dañoſas

co-

como las negras, por tener poco azeyte y poco estreñimiento, y porende confortan razonablemente el estomago, y hazen en el cuerpo vn humor roxo de su color, como las negras le hazen negro. Y ansi dixo el Galeno que las azeytunas roxas hazen vn humor como hiema de hueuo, las negras que son las perfectamente maduras, se bueluen con presteza en corrompimiẽto, relaxan el estomago, humedescen el vientre, son calientes, y templadas en sequedad y humidad, como lo dixo Isac alli. Y mas parescen humedas, porque tienen mucho azeyte, y porende tienen mucho nutrimento y gruesso, difficil de digestion, aunque facil para mouer camara, La difficultad de su digestion les prouiene del azeyte, el qual haze nadar la comida en lo mas alto del estomago, y no la dexa descendir al lugar de la digestion. La facilidad de mouer camara les viene por causa del azeyte que haze al estomago humedo y deleznable, por lo qual antes que el manjar se digiera y cueza desciende abaxo a las tripas, y porende en comparacion de las de mas son vituperadas: y si estan adobadas con sal se tornan colera, por-

que ſu azeyte preſto ſe inflamma y enciende, Al fin como lo dize el Galeno, dan dolor de cabeça. Eſtas ſon las azeytunas que los Arabes dixeron de azeyte. Y las no maduras llamaron de agua, no porque ſean de ſubſtancia de agua, que antes ſon de tierra, ſino porque tienen poco azeyte. Las Colymbades que ſon las no maduras empero adobadas, aunque ſon por madurar, toda via tienen alguna mas maduracion que las perfectamente verdes, y porende tienen algun azeyte, por el qual mantienen aunque poco, como lo dixo Galeno en el lugar allegado, al principio tienen eſtas vna propriedad que echadas en agua abaxan y ſuben, y por eſſo ſe llaman Colymbades, lo qual les prouiene por lo poco que tienen de azeyte, el qual cauſa no deſciendan del todo. Empero las muy verdes como ſean todas de ſubſtancia de tierra, luego abaxan, y las muy maduras como tengan mucho azeyte y poco de ſubſtancia de tierra nadan ſobre el agua, ſino fuere en caſo que eſten muy mojadas, o llenas de tierra. Son muy eſcogidas las que traen de Seuilla y Cordoua por ſer ſuaues y de mucha carne. Traẽ las

de

de Syria poco mayores q̃ alcaparras son para mesas de grãdes señores, porque son de mucha suauidad, paresce de los dichos de los autores que se deuen comer al principio de la mesa. Empero aora siempre se comen a la postre, las caducas que dizen motaraues, siempre se deuẽ comer al principio, porque a la postre corromperã los mãjares, las de mas se puedẽ comer al principo, y a la postre, por diuersas razones, al principio, para mouer camaras, y dar apetito, ala postre, para cõfortar el estomago, y quitar el asco de la carne, y por esso dixo Martial.

Inchoat atque eadem finit oliua dapes.

LIBRO QVARTO, DE AVISO DE ſanidad, delos manjares, y guiſados, y confituras.

En el qual ſe enſeña a conoſcer la naturaleza y uirtud y propriedad de los manjares compueſtos, como de enſaladas, ſabores, mixturas, ſalſas, paſteles, guiſados, caçuelas, para que no dañen a la ſalud.

CAP. I.

Latina es el que muy diffuſſamente tracta, de todos los generos de manjares, compueſtos, y porque ſeria coſa de nunca acabar de contar por eſtenſo todas maneras de guiſados, potajes, porque ſon infinitos, ſegun las coſtumbres delas familias, regiones delas caſas, delas ciudades, porende es mejor reduzirlo a ciertas reglas generales, por las quales qualquiera pueda venir en conocimiento de la virtud

tud, y operacion de qualquier manjar cõpuesto. Y porque para venir en conoscimiento del compuesto es menester saber todos los simples que entran enel, conuiene a saber, que calidad tenga cada vno, y en que cãtidad se deua poner, y de que virtud sea, y que operacion tenga, y que grado, y que prouecho, y que daño, y finalmẽte que complexion resulte de su composicion, es menester escudriñarlo con diligẽcia y cuydado, porque si el manjar compuesto se constituyesse de tres partes, de cosas frias, las quales dañan al estomago, y de vna parte de cosas calientes, que son conuenibles para el, en proporcionales grados: porque de esta manera la mayor parte es de cosas frias, no ay que dubdar sino que todo el compuesto saldria frio, y porende dañoso al estomago, como claramente se paresce. Empero si las cosas calientes que entran en el manjar compuesto fuessen mas que las frias, o de mas intenso y fuerte calor, de suerte que mucho sobrepujassen a las frias, ciertamente todo el manjar compuesto saldria caliente, y tal se nõbraria, Como dado caso que las cosas calientes que entrã en el tal mã-

jar

jar compuesto fuessen tales en el tercero o quarto grado, aũque en la copia quiero dezir, en numero, o muchedumbre excediessen las frias, pero no en fortaleza de frialdad, tal manjar compuesto se nombraria caliente y no frio. Lo que hemos dicho de los manjares frios y calientes, lo mismo se deue dezir de los secos y humedos, y lo mismo de los que dañan a algun miẽbro, y de los que le ayudan y aprouechan. Porque si de las cosas de comer que entrã en algun manjar, la mayor parte es dañosa, y la menor vtil y prouechosa, todo el manjar compuesto sera dañoso. Empero por el contrario sera prouechoso y desta manera y via, qualquiera terna algũ conocimiento, para saber qual sea la naturaleza, la complexion, la propriedad, la obra y effecto, de qualquier ensalada, guisado, de qualesquier sabores, y mezclas, y salsas, y pepitorias, pasteles, y que seã sus prouechos y vtilidades, y que sean sus daños. Si bien lo ponderã todo, y ansi conoscera que manjares seran saludables, y que manjares causaran enfermedad, y como se deuen corregir y refrenar sus excessos, puniendo y mezclando cosas contrarias, las qua-

quales puedan refrenar la excessiua qualidad de los tales manjares. Pero quales deuan ser las cosas que corrijan y tiemplen y refrenen los excessos, diremos adelante, y no trataremos de todas, sino delas cosas mas vsadas y mas familiares, de las quales cada dia tractamos, con las quales los muy diestros cozineros suelen guisar y retificar y corregir los manjares a sus señores, y por esso se suelē llamar los tales manjares guisados. De los quales vnos son calientes, otros son frios, otros son desecatiuos, otros son abridores, y otros son estreñidos, y otros subtiles. Y de la misma manera otros son estomatichos, o aptos para el estomago, otros para el higado, otros para el coraçō, otros son liquidos, otros espesos, y secos. Agora empecemos de los liquidos y humidos.

De las salsas, y de la salsa llamada de los antiguos Garo, y Muria, que es salmuera.

CAP. II.

Escri

Salsas — Differ.ª delly

AVISO DE

Scriuen los Griegos, los Athenienses, auer sido tan curiosos de salsas, y guisados, que por auer sido Cherophilo grã artifice dellas hizieron a sus hijos señores de la ciudad, adonde nascieron. Empieçãse las comidas dende las salsas, porque mueuen mucho el apetito del comer y causan gana de beuer. Y ay en general dos maneras de salsas. La vna para comer las carnes magras. Otra para comer las carnes gruessas, a las primeras salsas. Llaman Cybia a las otras Melaudria. Las primeras, como se parece delo que escriuio Plinio, se hazian de las pelamidas, o palomidas hechas traças. Las segundas de los Atunes, tambien despedaçados. La salsa que antiguamente llamauan Muria, y Garo, indifferentemente se hazia de vn pez llamado Garo, como lo cuenta Plinio, piensan communmente que este pesce es la anchoua: la qual tiene la hiel en la cabeça. Tomauan pues la anchoua, y quitauan la la cabeça, y tripas, y higado, y lo de mas poniã lo en sal hasta que se ensoluia toda, y a esta llamauan garro, y salmuria. Otros dizen

que

que esta salmuera, se haze de vn pez pequeñito llamado Apira, y Aplira porque se engendra del limo de la tierra con la agua lluuia, es el pesce llamado communmente Merlando, otros tomauan aqueste pez pequeño aora fuesse el merlãdo, aora fuesse la anchoua, y echauã le en azeyte, y vinagre, y apio, o perexil, y despues coziã le en vn caço hasta que se deshazia, y este era el Garo y Murio. Algunos le hazian del pesce llamado Atherina que es como vn besuguito pequeño, empero esta salmuria era inutil, porque este pescado no se pudia ensoluer como el Garo o anchoua, ni tampoco se podia hazer de sardinas porque tienen muchas escamas, en otras partes le hazen del lupo pez, lo qual tambien quiso Plinio, otros como lo quiso Martial, de la leche o del atun, a esta Muria llamauan aleche, porque se hazia muy bien del, porque este peze llamado en latin escombrus, tiene la carne pingue y tierna: la qual se aparta muy presto de la esquena, y no es esquamoso finalmente la salsa no es sana, porque abure la sangre causa colera, daña a los riñones y vexiga, aunque es cierto que quita la flema apegada al esto-

mago, porque la enxuga mueue enlos viejos apetito de engendrar por su encendimiento. Esta salsa muria tiene gran primado contra ponçoña, y contra mordeduras de perros rauiosos, y de animales ponçoñosos, ansi beuida como puesta en la mordedura. Y escriue Estrabō que en nuestra España especial en la Andaluzia se hazen muy buenas salmurias, o salmueras, (q̄ ansi se romancea, la muria) y Plinio escriue. Que en la Isla scōbraria se llama ansi por las muchas salsas que ay se haziā del Aleche, que llaman escombrus. Algunos alaban mucho la salmuera, que se haze de la coruina. Y deuese aduertir que las salsas çufren muy poco coziuiento, porque si se detienen en el fuego, hazense mucho mas espesas, y calidas, y amargas porque se ensuelue lo subtil y humido, y queda lo terrestre quemado, y ansi amarga. Y porende se escriue, que Augusto Cesar dize. Estas cosas mas presto se cuezen, que vna salsa.

De las gorduras y enxundias, y pringues, y de la manera como se deuen usar en los guisados.

CAP.

CAP. III.

LOS condimentos, o adobos delos manjares ſon de diuerſas maneras. Porque vnos ſon liquores, y otros ſon eſpecies oloroſas, como canela y açafran, &c. Primero tratare mos delos cōdimētos, o adobos q̃ ſon humidos y liquidos, y diremos con Iſac en ſus particulares dietas, que delas coſas de pringue ſolamēte auemos de vſar por via de condimento, y de preparacion, para guiſar los manjares, para que tengan guſto y ſabor, porq̃ ningun genero de pringue aora ſea carnoſa, aora ſea pura pringue ſin carne, es buena para comer ſino muy mala, porque como el dize la pringue y vncto mantienen poco y mal, y por ende no ſe deuen dar para comer por ſi, ſi no ſolamente para cō ello guiſar los otros manjares. Pues anſi la pringue como el vnto hinchan el eſtomago, y le hartan preſto, y corrompē qualquier manjar que hallan en el eſtomago, y aſsi ſon dañoſas coſas para el, y para ſu digeſtion, pues nadā

Dietis ueni. cap. 28.

ſobre las otras comidas, y las engrueſſan, y relaxan las hebras del eſtomago, y las hazen viſcoſas y deleznables. De donde ſe ſigue, que ſu virtud retenedora o retentriz ſe debilita y falta, y ſu virtud expultrixo alãçadora ſe fortifica. De ay prouiene la Lienteria q̃ ſon camaras del manjar miſmo indigeſto. Y eſto ſe entiende que obran en eſtomagos frios, porque en los calientes, y conuierten ſe en humos y en colera. Deue ſe tambien de aduertir, que tal es la pringue, o gordura en ſu complexion qual es la carne del animal cuya es, anſi que es proporcionada al animal del qual ſe ſaca. Y porende del animal caliente ſe ſaca la pringue, o enxundia caliente. Del humido humida. Y quanto mas el animal excediere en alguna, o algunas qualidades, tanto ſu enxundia, o pringue ſubira ſobre el tẽperamento, o complexion.

Iſac dietis. part. c. 29. Pues luego como lo dize Iſac. La pringue del puerco es mas humida ſin calor manifieſto, q̃ todas las de mas pringues, y gorduras. Anſi como la enxundia, o pringue del leon es mas caliente, y menos humida que todas las de mas. Empero la pringue y gordura de la vaca, o buey, es mediana

entre

entre la del puerco, y la del leon, y es mas seca que la gordura dela cabra, y la dela cabra es mas seca que la del puerco. Enfin la dela vaca, y cabra, es mas gruessa, y mas de substancia de tierra que ningunas. Y las enxundias, y pringues, delos gallos, y anades, son de mas subtil substãcia que otras ningunas, y son de mayor calor y sequedad que las del puerco. Y hablando en general. Todas las pringues y enxundias delos animales campesinos son de mayor agudez y calor, y de mas fuerte sequedad que las pringues delos animales domesticos y caseros. Todas las enxundias, y pringues de las aues, especial de las que buelã son de mas subtil, y delgada substãcia, que de todas las de mas enxundias. La razon porque tienen mucho de substancia de ayre. Toda enxũdia, o pringue de macho, es mas caliente y seca, que la de la hembra, en su linage. Y porende la pringue y enxũdia dela vaca, y cabra, es de menos agudez y calor, que la del buey y cabron. Y ten toda enxundia de animal de leche, o de animal que ha poco que se desteto, es de mucha humidad: empero de calor templado. Toda enxundia de animal crecido y jouẽ

es mas caliente y seca que el de leche y pequeño. Y ten toda gordura, o enxundia de animal viejo es mas caliente que de otra edad, y menos humida, y este es el parecer de Galeno. En conclusion tal sera la pringue, qual fuere el animal de donde se saca. De la qual no se deue vsar por via de mantenimiento, sino por via de condimento, para guisar otras comidas. Especialmente se deuen guisar con enxundias, las carnes frias y secas, pues todas las enxundias, y pringues son calientes y humedas. Aunq̃ el Galeno en vna parte aya dicho, q̃ son frias, y en otra calientes. Todo lo sobredicho dixo Isac en las vniuersales, y particulares dietas.

Galen. 4. de simp. medi.

Que carnes se deuan guisar con enxundias.

De la manteca de uacas, que en latin se dize, Butirum, y del azeyte, de oliuas, y de sus propriedades.

CAP. IIII.

EN muchas partes y regiones vsan de la manteca de las vacas en lugar de azeyte. Y no solamente en estos tiempos, pero en los mucho antepassados,

ſados,como leemos en Plutarcho en la vida de Iulio Ceſar. El qual como cenaſſe en Milan en caſa de Valerio Leon,le fuerõ pueſtos vnos eſparragos,ſobre los quales le echaron en lugar de azeyte,manteca de vacas,y dize que ceno muy a ſu guſto: y reprehendio a ſus caualleros, porque tuuieron aquello por coſa aſqueroſa. Vſan della muchos de los vulgares, y aun de los principales como por manjar bueno, y aun le alaban por vn muy buen alimẽto, como no lo ſea. Pues dize el Auicena que es caliente y humida, y porende calienta y relaxa,y ablanda,y en eſtomagos calientes facilmente ſe haze colera. La cauſa es, porque es coſa vntuoſa y ſutil de naturaleza de ayre, y que facilmente ſe inflama,y por eſſo no conuiene por via de nutrimẽto,ſino por via de medicina. Pues tomando ſe con almendras,y açucar, vale mucho para ablandar el pecho, y para madurar la tos,y tambien vale para con ella hazer guiſados en lugar de azeyte y pringue,y ſi ſe guiſa el manjar cõ ella ſera muy vtil a los enfermos del pecho: empero es muy dañoſa a los que ſon humidos de cõplexion,como lo dixo Raſis. El azeyte ſe

Aui.2.can cap.114

Ra.22.cõt. cap.72.

gun dize Auerroes, ca si es nueuo, dulce y de oliua, es de mucho nutrimento, y es tẽplado, sino que declina vn poco a calor, engorda el higado, y acrescienta le su substancia, y porcude en nuestras tierras no cozemos las carnes sino con el. Empero Auicena dixo que el mejor azeyte era el Omphancino que es hecho de azeytunas por madurar: del qual dize que es frio y seco en el primer grado. Y el azeyte de azeytunas muy maduras en estremo, moderadamente caliente y que declina a humedad, y dixo el Galeno que era materia de otras medicinas, y que con las frias en fria, y con las calientes calienta, y que es compuesto de sustancia de ayre, y de tierra y de agua. Y asi como las de mas cosas vntuosas derrueca el apetito de comer, y debilitale, relaxa y corrompe los orificios de las venas, humedesce el vientre por su vntuosidad y viscosidad. Y el que es Omphancino, o alomenos tiene alguna stypticidad es mejor, y conforta el estomago, y es mejor para comer que ningun azeyte, como lo dixo Dioscorides. Y como lo dixo Auicena. Empero el azeyte anejo es mas dañoso, y se conuierte facilmente

Auic. 2. can. cap. 929

Galen. 2. de simp. med.

Auic. Ibid.

mente en malos humores. En fin todo genero de azeytes es caliente y relaxa y debilita la fuerça de los neruios, como lo dixo Rasis. Deuemos vsar del por via de cõdimento, para guisar otras comidas y mãjares. Ras. 3. ad Alm. ca. 23.

Del uinagre y de sus prouechos y daños

CAP. V.

EL vinagre, segun dixo Rasis por authoridad de Dioscorides, es frio y seco y styptico y vtil para el estomago, y prouoca el appetito, refresca, subtiliza los humores gruessos, desseca el cuerpo, aplaca la sed, resfria y tiempla la colera. Y dixo el hijo de Messue, que enfria en grado primero, y desseca entercero, enmagrece y destruye la virtud, y disminuye el esperma, aunque es frio: tiene tambien no poco calor, lo qual se parece por su Acrimonia y agudez, es dañoso para los melancholicos, y para los neruios. Y porende empece al estomago frio, y a la matriz, y a los miembros neruiosos, y su continuo Ra. 21. con. cap. 304.

vso daña al higado por lo qual causa hidropesia, enfria prestamente y penetra todos los miembros, haze crecer la melãcholia con su ebullicion, empero ayuda a la digestion, y muchas vezes dado caliente aprouecha contra las medicinas mortiferas y venenosas. Y vsando del en los mãjares aprouecha mucho para en tiẽpo de peste como lo dixo Auicena, es mas cõtrario a las mugeres que a los varones aplaca se la fortaleza del vinagre echando en el pã tostado o vn poco đ vino: haz se muy suaue coziẽdo en el passas las matronas echã en el rosas, o flores de sauco o clauellinas y han le ansi muy suaue y oloroso y grato al gusto, los delicados echan açucar en el por el estio para comer las ensaladas, aguza se mas su fortaleza si le mezclan pimiẽta clauos, gengibre, y ay algunos que dizẽ que con sal se mitiga su fortaleza es bueno para en tiempo de peste es ayuda para los q̃ caminan largo para las malas aguas para contra toda ponçoña.

Del agraz o de su çumo, y de sus propriedades.

CAP. VI.

El

LAgraz no differe poco del vinagre, aunque parezca que son muy semejantes, porque en el vinagre juntamente con la azedia ay vna acrimonia y resquemazon, lo qual se causa del calor accidental y no natural, causado por su putrefaction y corrupcion, pues se haze del vino corrupto y putrefacto, y porende el calor que tiene es accidental y no natural. Empero enel agraz no ay calor accidētal ni preternatural, pues no se engēdra por corrupcion, ni es sutil en su sustancia, como el vinagre y su frialdad es mas debil, y no se mezcla cō el calor estraño, y por esso es mas vtil y juuatiuo que el vinagre, especialmente para los que tienen inflammacion en el mirrac, y vientre, o para los que en tales partes sienten mucho calor y fuego. Porq̄ la frialdad del agraz es sin molestia, y no fatigosa, ni corruptiua, ni enel ay calor mordaz estraño, como en el vinagre, el qual como diximos, aūque sea frio tiene buena parte de calor accidētal mordaz. Empero el agraz, ni es mordaz, ni tan azedo, y es styptico y austero. Y porende

es

es conuenible para el fuego, y calor adherente del vientre, y no el vinagre. Finalmente como lo dize Galeno. El çumo del agraz enfria cumplidamente, y porende es conuenible con estremada ayuda a la inflamaciõ y fuego, y por esso se pone biẽ sobre la boca del estomago, y sobre todo el vientre, y sobre qualquier miembro q̃ tiene necessidad de refrescarse, Enfin concluye, que es bueno para inflammaciones para los colericos y sanguinos, para los calientes de complexion, deuese poner sobre los manjares calientes en tiempo de estio, pues dixo Auicena, que los palominos se deuian comer calientes con agraz. Lo qual no solo entẽdio de los palominos empero y de las de mas cosas calientes en demasia, y que no se deuia echar de la misma manera sobre peces, como muchos lo suelẽ hazer, porque son frios por la agua donde se crian. Empero que los que quisiessen echar agraz, sobre los peces y sobre otros manjares frios, le deuẽ de echar desta manera. Deuen primero cozer el agraz, y no en olla, o vaso de alambre, o metal, sino en olla de barro, o de piedra con canela, clauos, pimienta, açafran, y otras

Aui. 2. can. c. de palumbis.

tras especias semejantes, las quales domẽ y tiemplen su frialdad. De aqui se saca por corrolario, que el agraz no estan peligroso como el vinagre, y porende puedẽ las mugeres y flematicos vsar del con mas seguridad que no del vinagre. Dize Dioscorides, que su çumo se deue sacar de vuas por madurar antes que nazca la estrella dicho Canicula, y se deue poner al sol en vn vaso cubierto, y este es el agraz mas frio y seco, y mas estiptico. Otros ay que no guardan cosa destas sino que le sacan de vuas que estan medio maduras. Este agraz no es de qualidad tan frio, ni tan estiptico, y es mas cõuenible para los estomagos flacos. En fin segun de la vua que es, y segun el tiempo en que se saca, tiene diuersos effectos, porque aquel agraz es mas aprouado que tira vn poco a citrino y colorado: puede se conseruar mucho tiempo en ollas de barro, o de piedra, o en redomas de vidrio, y poner lo al sol hasta que hierua algo: despues puniendo vn poco de sal se cõserua hasta otro año, pues de esta manera no se engendrarã gusanos. Dize tambien Campegio que del çumo del alcacel recien nascido o poco crecido

mez-

mezclãdo vn poco de vinagre o de agraz, y clauos, y canela, o agẽgibre, se haze al fuego vna muy gustosa y saludable salsa para comer gallinas, o ternera, o cabrito, o carnero, y que es especial para los pies de puerco.

Salsa gustosa.

De la miel y su naturaleza, y que complexiones conuenga, y a quien sea dañosa.

CAP. VII.

LA miel, segun dize Auicena, no es otra cosa sino vn rocio occulto que cay sobre las flores, y sobre otras yeruas, el qual rocio cogen las abejas. Empero esto fue tomado del Galeno, en lo de alimentis dõde dize: la miel se engendra sobre las hojas de las plantas, y ni es el çumo dellas, ni el fructo, ni parte, sino es del mismo genero del rocio. Empero ni es cõtinua con el, ni copioso como el, es caliente y seca, como lo dixo Auer. Y como lo dixo Auic. Es muy mũdificatiua, e incisiua, y hazeyr por los poros del cuerpo la copia de los malos

Auic. cã. 2. cap. 497.

Auer. 5. col.

Auic. ibidẽ.

malos humores q̃ estan encerrados adentro, despide las suziedades que estan en las venas. Estorua la putrefacion y corrupcion de la carne. La mejor es aquella que es perfectamente dulce, de buē olor, y que declina a vna Acrimonia y agudez, que pica al gusto, y que tira a roxa, o que es de color de paja, y que ni es sutil ni viscosa, y que no se corte, sino que continue su hilo quando corre, y es mejor la del verano, y no tal la del estio, y muy mala la del inuierno. Abre los orificios delas venas, es manjar conuenible para los viejos, para los frios de complexiō, para los flacos, en los quales causa buena sangre, destruye la flema, y consumela. Empero es dañosa para los mancebos, para los colericos, para los que padescen calentura, para los caliētes de complexion, porq̃ causa en ellos incēdio, y hazese colera y calenturas agudas, especial en tiempo de estio, causa vn humor muy amargo, y parecese por experiēcia: porque si la allegan al fuego en notable espacio se torna de sabor amargo, y si esta crudo sin despumar, causa vētosidad y relaxa el vientre, augmenta la aspereza del pecho por su acrimonia, prouoca a vomito

mito y camara, como lo dixeron Auicena y Isac en sus particulares. Empero cozida y despumada, tiene mas acrimonia, y pica mas el gusto que la cruda, y no causa ventosidad, ni relaxa el vientre, antes le estriñe, especialmente a los flemmaticos. Y da mucho nutrimento, cozida con suficiente copia de aguas, es mas delgada y mas humida, y no pica el gusto, ni es ventosa, ni prouoca a vomito, penetra presto por los cuerpos de los que la comen, ablandan la aspereza del pecho, mueue vrina. Esto dixeron Auicena, Auerroes, Galeno, Isac, en los lugares allegados, mayormente Galeno. Hazense de ella el dia de oy muchos guisados, muchas maneras de frito de sarten y alaxu, y turron, que en latin llaman belleria y en griego estragema: finalmente los regalos despues de la vianda, o manjar en tiempo de inuierno, y segun escriue Atheneo eran principal comida de los Persas.

Del açucar y de sus propriedades.

CAP. VIII.

El

EL açucar es caliente y humido en el primer grado, y segun algunos humido en medio del primer grado, como lo dixo Auicena es de menos calor que la miel, y mundifica menos, y no tiene aquella agudez al gusto que la miel, y quanto fuere mas colorado, tanto es mas caliẽte, y por el contrario, quanto mas blanco, tanto menos es caliente, y este es el açucar que se dize a par de los medicos Tabarzet, y este açucar es el mas preciado en vniuersal. Todo açucar es caliente en fin del primer grado y humido en el mismo, pero el açucar mas añejo es mas seco, y quanto mas añejo se haze, tanto mas se consume su humidad, y se deseca. Ablanda, es lenitiuo, mundificatiuo, lauatiuo, subtiliatiuo y no es inferior a la miel en alimpiar, y mũdificar, y mientras mas se añeja, tanto mas se subtiliza no causa sequia como la miel, conuiene al estomago, y aliampiale por la virtud absterstiua que tiene. Empero empece y daña a los que tienen colera en el estomago, porque con su dulçura la irrita. Y dixo Rasis por authoridad de Bimmasui, que el açucar negro, o colorado es

Auic. 2. cã. cap. 497.

Rasis. 3. ad almãs.

caliente y humedo y que el anexo es caliẽte y seco, y que es bueno para las ventosidades del estomago, y que si se toma con azeyte de almendras es vtil para la colica passion, y para la flema del estomago, y que causa sequia. Pues luego tengase por conclusion, que los mancebos y jouenes y coliricos, huyan de açucar bermejo o negro, y de las confituras y cõseruas hechas con el. Pero vsen de açucar blanco lo mas que se pudiere hallar, y de las conseruas, y confituras hechas con el, porque es mas fresco y mejor, si el que huuiere de vsarlo no es frio o flematico, como son las mugeres: y en inuierno, y en tierra fria. Y dizen algunos phisicos, que el açucar desopila el higado, como lo dixo Auicena. Tengase tambien por conclusion, que las conseruas, confituras, composiciones hechas de açucar, mientras fueren de mejor, y mas blãco açucar, tãto seran mejores y menos dañosas, aunque las tales composiciones cuesten al doblar, que las que se hazen cõ açucar moreno, o roxo, porque muchos engañan en esto a muchos en buen mercado, como le acontescio a vn vezino mio muy gran regaton, y muy rico, el qual como

Auic. 2. cã. cap. 251.

mo hiziesse vnas bodas de vna hija suya, fue a Toledo, y hincho vn caxon de todo genero de confituras, porque a su parecer le costaron barato: y como boluiesse a su casa dixo. Ves aqui hija que cosa es comprar bien, y entenderse bien con Toledanos, mira que traygo aqui por obra de sesenta reales, y abriendo el caxon, no hallo de toda la confitura sino vna harina molida y desmenuzada, sin almirez Parose el viejo muy auergonçado, y conocido su auaricia, se empeço amaldezir. Hazese con el azucar el dia de oy con la flor de la harina de Candeal, y con piñones, alfocigos, almendras, auellanas, diuersas maneras de panificios de diuersos sabores, y de diuersas figuras: porque hazen tortadas en las quales algunas vezes ponen guindas, otras vezes diuersas yeruas, algunas vezes añadiendo leche, otras vezes sin leche. Hazen aquel panificio tan nombrado, y commun que se dizen maçapanes de de hueuos, leche, flor de la harina: las quales mixtiones turban el estomago, porque lo dulce se buelue colera, lo azedo y frio flemma. Viene a nuestras partes gran copia de cosas hechas de açucar de la

Isla de la Mardera adonde ay gran cosecha de açucar: finalmente casi no ay manjar adonde no se eche açucar.

CAP. IX.

Del arrope que en latin se dize Sapa, y del uino cozido, que los Barbaros dizen, Rob uini.

AL Arrope llaman los barbaros Rob, y los Latinos carenũ y Sapa, haze se del mosto cozido hasta que se haga espeso, porque ay quiẽ diga, que quando el mosto se cueze hasta que se gaste la tercera parte, se llame Carenum, quando hasta la mitad, Rob uini, en latin, *de frutum, & uinum coctũ.* Quando hasta que se haga espesso, a Sapa, que es el arrope. Finalmente el arrope, es lo que dizen Carenum, y Sapa, como se piensa es caliente y seco en segundo grado, porque aunque por su cozimiento adquiera vn calor accidental, empero resuelue se no pequeña porcion del calor natural suyo, es de dura digestion gruesso, y vẽtoso, y si se digiere da mucho nutrimen

to

to, es vtil a los que tienen passion en el pecho y pulmones, y a los que tienen vlceras, o llagas en los riñones, y vexiga, es mundificatiuo y consolidatiuo, puesto en emplasto con saluados y sal es mitigatiuo de dolor, y madura las apostemas, vsase muy biẽ del para dar sabor y dulçor a los de mas manjares, echando lo en poca quãtidad, y mezclandole con agraz, o vinagre, porque se tiemple su calor, porque tambien el agraz, o vinagre pierdan de su frialdad. Finalmẽte, deue se vsar por via đ cõdimẽto para dar sabor a otros mãjares, y no por comida, porq̃ como dize el Gal. daña al higado y baço, ansi por su dulçura, porq̃ todo dulce opila, como por su gruesso nutrimento. Y porende opila higado y baço alomenos, es dañoso para las oppilaciones destos miembros que prouienen de humores gruessos y porende se deuen guardar del los achacosos de opilaciones, de higado y baço. Todo lo sobredicho dixerõ Galeno, e Isac al fin de sus dietas particulares. Dixe que lo dezia el Galeno, porque lo que dize del vino dúlce, se entiende con mayor razon del arrope. Pues si como el dize, el vino dulce por ser

Emplasto đ arrope para las apostemas.

Ga. 3. uictus accuto.

dulce y de gruessa sustancia opila el higado, mucho mas lo hara el arrope pues es mas gruesso y mas dulce.

De la sal, de su naturaleza y propriedad para dañar, o aprouechar.

CAP. X.

A sal, segun lo dize el Galeno en el libro de vsu respirationis, por authoridad de Aristoteles no es otra cosa sino vn cierto genero de tierra encendida: empero no se halla adonde diga tal el Aristoteles, aunque claramente se saca de su doctrina, en el libro de sensu & sensibili, y del segundo de los Meteuros. Tiene primado entre todos los condimentos para dar sabor alos mãjares, segun Auicena, es caliente y seca, en segundo grado, y quanto mas es amarga, tanto es mas caliente, segũ Isac, en sus particulares. Tiene dos propriedades. La vna propriedad es para hazer colar, y para diuidir y cortar: La otra propriedad para

ra vñir y estreñir, o apretar, y por esso la sal deseca hasta en tercero grado, ansi por la propriedad de colar y cortar, como por la de juntar y apretar. Es de dos maneras. Porque vna es sal de la mar, o marina, y otra es sal metallica, que dizen sal pedres. o sal piedra. Otra añide el Galeno, la qual se haze en muchos lugares, quando las aguas vn poco saladas se desecan. Y este genero de sal es el que communmente se haze en salinas, que son vnas lagunas, en las quales la agua marina se deseca en tiẽpo de estio. Desta dize Galeno, que mundifica mas, y que estriñe y aprieta menos. Empero dize, que la sal pedres que el llama salfossilis, y algunos sal Metallica que aprieta, y condensa mas, y aun es la mas excellente sal de todas, especial la que carece de chinas y es clara y lisa, y y gual. La sal marina, o de las salinas no es tal, empero la q̃ fuere algo roxa es la mejor, porq̃ la blãca muchas vezes sale amarga como se vee por experiencia, sino es la que por cozimiento se purifica, porque en tal caso la que sale mas alba y blãca es la mejor. Finalmente en vniuersal, da a los mãjares sabor y la humidad que halla, la junta y

estriñe y conserua, quitael hastio de los manjares, aguza la gana del comer, deseca la humidad dl cuerpo, preserua de corrupcion, derrite los humores elados y espessados, es vtil para el cuerpo flematico: pero q̃ma la sangre del q̃ mucho la vsa, debilita la vista, desminuye la esperma, engendra comezon y sarna, alimpia y aprieta, mezcla se bien en los manjares frios, y mudaseles su naturaleza en calientes y secos. Y porende es buena en los manjares frios y humidos: y conuiene en las carnes muy gordas, como lo dize Isac. Y dize mas que la carne muy gruessa no se deue comer sino assada y con mucha sal, y que los muy gordos, y gruessos manjares, y los desabridos se deuen adobar con mucha sal, en especial si los que los han de comer fueren flematicos, o viejos, como lo dixo el Galeno. Empero los mancebos, los colericos, los magros de pocas carnes, se guarden como del enemigo del superbo vso de la sal, y de cosas saladas en especial en tiempo del estio. Es tan necessaria a la vida humana, que segun dize Plinio, es su elemento de tal suerte que naturalmente a qualquier hombre gracioso dizen que es vna sal,

Gal. 5. de sanit. tuend.

ſal,en algunas partes adonde no ay mas que pan,le comen con ſal. Tiene gran prerogatiua para conſeruar los dientes ſi en ayunas lo tienen debaxo la lengua haſta que ſe deſſia. Los que no comen ſal en los manjares les hiede el aliento,y porende dizen que a los Iudios les hiede el aliento. Dixe al principio,que dizia Galeno en el de vſu reſpirationis , que la ſal era tierra encendida , entiende ſe en el libro eſpurio,que a el ſe le atribuyo,porq̃ en el libro ligitimo ſuyo de vſu reſpirationis,no trata della.

Del anis, y del eneldo, y de ſus propriedades por uia de condimento para guiſar manjares.

CAP. XI

Ale. dixo. El anis en ſu agudez,o acrimonia, es cercano a las medicinas que reſqueman,o adurẽ,y es en tercero grado de ſequedad, y de la miſma manera en calor. Y porẽde como el dize,prouoca a vrina,aunque Auicena dixo,que era calien- *Galen.6. de ſimp.med.* *Auic. 2. cã cap.1.*

te en ſegundo grado, y ſeco en tercero, es abridor con eſtipticidad, y aplaca el dolor, reſuelue vẽtoſidades. Prouoca y aumẽta la leche, quita la ſequia de los hidropicos: como dixo Auicena y Raſis por autoridad de Dioſcorides en el ſu continente. Es vtil a las opilaciones del baço y higado, mundifica, y alimpia la madre de ſus ſuperfluydades blancas, irrita a luxuria, a lança a fuera la ponçoña beuida. En fin es de ſuſtancia de fuego, la qual predomina ſobre ello, y pareſceſe por la agudez de ſu guſto, y ſu poquito de dulçara, prouoca a vrina y a ſudor comido en ayunas quita el hedor de la boca. Y ſegun algunos haze el roſtro de moço con açucar, y del ſe haze la grajea la qual deſpues de los manjares dexa vn buen olor: pueſto en pan le da mucha gracia y olor, los ſyrios guiſan con el las calauaças cozidas con vinagre. El eneldo es de ſu complexion caliente entre el ſegundo y tercero grado, y ſeco entre el primero y ſegundo, es maturatiuo de humores frios, aplaca el dolor, es reſolutiuo de ventoſidades, prouoca ſueño, y ſi ſe come contino, enflaqueſce la viſta, haze abundar la leche, ſi ſe come enel caldo ablan-

Auic. ibidẽ. Raſ. 2. cõti. cap. 130.

ablanda el vientre, es dañoso para el estomago, causa vomitos y ascos (como lo dixerō Galeno, Isac) y porende no es bueno para adereçar los otros manjares, sino que es puro medicinal.

Del culantro, y de su naturaleza y propriedad para condimentos, o guisados.

CAP. XII.

EN el libro de simplicium facultatibus reprehende el Galeno a Dioscorides, porque dixo, que siendo el culantro frio resoluia los lamparones, porque dize que es imposible que con su frialdad ensuelua y consuma los lamparones, pues no ay cosa fria que esto pueda hazer. Empero si el mirara y considerara lo que el mismo dixo del culantro en el mismo capitulo, por ventura se detuuiera en reprehenderlo. Porque segun el mismo lo dixo, el culantro es compuesto de contrarias virtudes, porque tiene substancia de fuego, lo qual se parece por su amargor y substancia de tierra: lo qual

se

ſe parece por ſu eſtipticidad, o eſtreñimiento, y no tiene poca ſubſtancia de agua, por lo qual cauſa algun eſtupor, o adormeſcimiento. Anſi que ſiendo eſto verdad, como el Galeno lo dize, poſsible ſera que ſegun la ſuſtancia ſutil, profunda y penetrante, reſuelue los lãparones, y no ſegun la ſuſtancia fria de tierra y de agua. No ſe pudo detener el hombre amigo de reprehẽder de morder a otro. Dixo tambien que era caliente apredominio: y pro uolo, porque dixo que era amargo, como aya coſas algunas frias: empero amargas, como es la achicoria, la roſa, y finalmente el apio. Y porẽde no ſolo fue contra Dioſcorides, empero caſi cõtra toda la caterua de los medicos. Pues tambien lo dixo Ra ſis anſi: El culãtro verde es frio, y no ſe đue comer đl mucho, acaſoa carreara muerte. Tomado en poca quantidad, haze el effecto de la lechuga, y no humedeſce. De dõde ſe ſaca que es frio y ſeco, tambien ſe ſaca eſto del Paulo Aegineta. Pues dize, que cauſa ronquedad, y perturba el ſentido ſemejantemente que ſe perturba a los borrachos, y porende mando dar contra el, vino puro con axenxos. Deſto ſe ſaca

Raſis. 3. ad alm. c. 19.

Paul. lib. 5.

cla

claramente de su parescer que es frio. Empero Auerroes dixo que era caliente en primer grado, y Auicena dize, El culantro segun algunos es frio en fin del primer grado, y seco en el segundo: Empero a mi parecer es seco y declina vn poco a calor, en lo qual quiso excusar al Galeno Finalmente tiene estipticidad y estupor, que es adormescimiento, y tiene propiedad d̃ detener los vapores no suban a la cabeça, y porende se pone en los mãjares de los epileticos quiero dezir, delos que padescẽ gota coral, por humos, y vapores que suben a la cabeça, Es vtil para la pertuiba cion del celebro, o escotomia causada por los humos colericos que suben del estomago, su continuo vso causa obscuridad en la vista, es cõuenible al temblor del coraçon de causa caliente, es tardo de digestion, empero conforta el estomago caliẽte, aplaca la azedia q̃ se haze despues del manjar, y su simiente seca, doma el apetito dela luxuria, y la erecion de verga, deseca la esperma segun Dioscorides, con harina de hauas deshaze los lamparones. Todo lo dicho dize Auicena, en el lugar allegado, y Isac dixo, en sus particulares die

Auer. 5. col. Auicena. 2. cap. 144.

Escotomia es perturbacion del sentido, que paresce andar ala redonda

dietas, q̃ cõcilia sueño despues de comer. Hazese muy saludable para la cabeça y estomago si le tiemplan en vinagre, y despues le tuestan, y le confitan con açucar. Llaman le culantro preparado.

De la canela, y de su naturaleza y propriedad, para usar della en guisados.

CAP. XIII.

LA canela que se dize commũmente cinamomum, tiene substancia subtil, y delgada de naturaleza de fuego, de la qual procede aquel aromatico olor que tiene. Es tambien de substancia alguna de tierra, dela qual procede aquella stipticidad que tiene, y no carece de substancia y naturaleza de ayre: lo qual se parece por su leuedad. Y segun Paulo en su septimo libro, es de vltima, y perfecta subtileza, y delicadez en substancia, pero no es vltimadamente caliente, sino hasta en tercero grado, y no ay medicina ni droga q̃ caliẽte y de se que cõ tanta delicadez y subtileza de substancia como ella. Lo mis

mo

mo dixo el Galeno. En fin ella es vna de las medicinas en las quales se hallan olor aromatico, estipticidad, acrimonia, y tiene tan notable complexion que fortifica todos los miembros, segun Auicena. Su calor es puro y sin mezcla, y allega al tercero grado. Y ni mas ni menos su sequedad es aperitiua, attractiua, corrige toda corrupcion y podredumbre y materias saniosas de los humores, es subtil a la escuridad de los ojos, ansi comida como puesta por collirio, conuiene para la tosse, alimpia el pecho, abre las opilaciones del higado confortale. Y ni mas nimenos al estomago, y deseca su humidad. Es conuenible alas mordeduras delos animales põçoñosos, prouoca vrina, ayuda a la digestion, alança la ventosidad, añade esperma aguza la vista delos ojos si estan escurecidos, por algunas humidades, deseca la humedad del estomago y cabeça, y porende deuemos vsar della para guisar los manjares, especialmente si son frios y humidos superfluamente, y si son dañosos para el estomago y cabeça, porque sera muy buen correctiuo para les quitar esta malicia. De la India de Quito se trae cierto genero de

7. de simpl.

Aui. 2 can. cap. 128.

cane

canela muy differente en figura de la nuestra, aunque en la fragrancia y sabor, y effecto es la misma, es cierto fructo de arbol como laurel es a manera de hongo, porq̃ tiene vna copita como sombrero tiene los mismos effectos que la nuestra. Vale mucho para la malicia d̃las malas aguas y contra peste.

Del açafran, y de sus propriedades y naturaleza.

CAP. XIIII.

L açafran segũ escriue Paulo Aegineta, es caliente en segundo grado, y seco en el primero. Lo mismo dixeron Auerroes, y Auicena, y segun Galeno, su calor es mayor que su estipticidad, o austeridad. Tiene vna propriedad que no haze en el humor alteracion antes le conserua en su qualidad, corrige lo corrupto, conserua las entrañas, o miembros interiores, causa buẽ color, alegra el coraçon. Pero causa dolor de cabeça, prouoca a sueño, escurece los sentidos, causa alegria, aun

aunque mueue aſcos porque es contrario a la acetoſidad que haze apetito al eſtomago: pero conforta el higado, y eſtomago, porq̃ es eſtiptico, y es bueno para el baço, irrita a luxuria, mueue vrina, y beuido con vino cozido quita la borrachez como lo dixo Raſis, por autoridad de Dioſcorides. En fin como lo dixo Galen. en el açafran ay eſtipticidad por la parte de tierra que tiene, y como juntamente caliente, ayuda a digerir, y eſtriñe, quita la facultad de la reſpiracion, y es malo para el celebro, y tiene propriedad para, q̃ ſe apreſſure el parto en tanto grado, que dixo Cõſtantino que el lo auia experimẽtado muchas vezes en mugeres de parto, y que luego endando ſelo en quãtidad de dos drac mas, hazia venir la cria en la miſma hora. En cõcluſion no ſe deue vſar del para guiſar los manjares ſino en poca quantidad, porque quita la gana del comer, como lo dixo Raſis por autoridad de Bimſaui, y como lo dixo Alcanzi. Haze daño a la cabeça, como lo dixo Galen. y daña la viſta. En eſpecial haze daño a los colericos, a los exercitados, a los trabajadores, y mas en tierra caliente en el eſtio, porque encie

Raſi. 22. cõ cap. 354.

Gal. 2. de cõpoſit. ſecundum locos.

de mucho. Deue se aduertir, que aunque es verdad, que vsando del en mucha quantidad, causa ascos, y quita appetito. Pero en poca quantidad con otras especias aromaticas, antes mueue gana de comer, como se vee por experiencia en los guisados.

Delos Clauos, y Ganga, y cominos, alcarauea, en quãto toca a guisar las comidas cõ ellos para que no hagan daño.

CAP. XV.

Algunos vsan del comino en sus guisados, y les haze buẽ estomago, es caliente y seco en tercero grado, y tiene estipticidad, como dize Dioscorides: que el comino molido y amassado con harina de hauas, y con passas, es bueno para la hinchazon de los compañones: dize que muda el color del cuerpo y le torna amarillo como tambien lo dixo. Plinio, aplicado con vinagre, detiene el demasiado fluxo de sangre, no es bueno para guisados, aunque muchos de los vulga-

Diosc. lib. 3.

vulgares le vſan. Porque para delicados eſtomagos es de horrible guſto, y ſabor, y porende los nobles, nunca vſan del, ſino los labradores y ruſticos, Del qual y los ajos hazen vna ſalſa, llamada ajocomino, muy dañoſa para la cabeça y higado, y riñones. Eſpecial ſi los que la vſan ſon colericos, y caliẽtes, quema la ſangre enciende la colera, empero aprouecha ſi ſe come maxcado con vnos tragos de vino puro, deſpues de auer comido duraznos o melocotones, o priſcos, o melones. Y eſto ſe ha de entender en eſtomagos frios y flematicos. La alcarauea es caliente y ſeca en el miſmo grado, pero es muy mas grata al guſto y eſtomago, y mezclaſe en los manjares, como lo dixo Dioſcorides. Dioſc. ibidẽ
Reſuelue ventoſidades, ayuda a la digeſtion. Enfin tiene las propriedades de los cominos, ſino que es mas agradable al paladar. Llamanla en latin Carui. Los gario filos que llamamos clauos, ſon calientes y ſecos en ſegundo grado, y allegan a calẽtar en tercero, como lo dixo Auerroes confortan los miembros principales, valen contra paſsiones frias aprietan el viẽtre, confortan la virtud digeſtiua, como Aue. 5. col

lo dize el Galeno. Ni mas ni menos el esto mago y higado, y dan buen olor, son vtiles para el vomito y ascos, como lo dixo Auicena. Son vtiles para guisar manjares frios y humedos, porque les dan buen olor, pero deuense echar en poca cantidad porque en mucha hazen amargar, causan demasiado calor, deuense dar a los frios y flematicos en inuierno atrauesados en las lenguas de vacas y en sus vbres y en los higados de terneras dan muy buen gusto, y corrigen su grosura, son muy buenos para poner en conserua de peras, y de membrillos y duraznos, causan buen olor de boca. Tambien entre señores vsan guisar manjares con vna rayz llamada Galanga, la qual es tan gruessa como canela, y su corteza es colorada, y de dentro poluorosa, traese de Scitia, es caliente y seca en segundo, segun Auicena, y Isac, caliente y seca en grado tercero, es de sustancia subtil resolutiua de ventosidades, da buen olor en la boca conuiene el dolor de los riñones, engendra esperma poderosamente y teniendose della vn pedaço en la boca, causa erection en la verga. Y dixo Aben Mesue que conuiene para la substancia del

Auic. 2. can. cap. 318.

Mesue.

del estomago, confortale, ayuda a la digestion, conuiene a los flematicos, a las humidades del estomago, a las azedias y regueldos azedos, ala retencion de la vrina como lo dixo Rasis; Pues luego deue su poluo echarse en los guisados de los manjares frios, como lo diximos de los clauos sino vuiere temor del estimulo de la luxuria. *Rasis. 4. aphor.*

De la nuez moxcada, pimienta, agengibre, y de sus propriedades, para guisar.

CAP. XVI.

LA nuez moxcada, como lo dize Auicena, es calida, y seca en fin dl segũdo grado, tiene estipticidad, cõforta el estomago y higado y baço, al qual adelgaza prouoca vrina, es buena y vtil para los flẽmaticos y melancholicos, esfuerça la boca del estomago, causa olor d̃ boca detiene el vomito, aprieta y estriñe el vientre. La mejor es la colorada, gruessa, pesada: la peor es la negra, liuiana, seca ablanda la aposte *Auic. 2. can. cap. 503.*

Mesue. ma dura del higado. Aben Mesue dixo, q̃ era caliente y seca entercero grado: y que es buena para el estomago y higado frios: empero no para los colericos y calientes: los quales se guarden del frequente vso della, porque causara inflamacion en el higado y baço, y causara itericia. De la pimiẽta dizen algunos, que como sea de tres especies, luenga, blanca, negra. La luenga es el razimillo donde esta la pimienta, que por aca se vsa: el qual si se coge antes que los granos maduren y se hagan grandes, es la pimienta luenga, y esta es caliente y humida, porque es la verde quando empieça a nascer el fructo: empero ya quando el grano se haze grande, pero no esta maduro sino por madurar. Se dize la pimienta blanca, porque es deste color hasta que madure. Empero quando esta ya madura, entonces es negra, y dizese pimiẽta negra, y esta es la vsual que tenemos. Deste parecer fue Auerroes, y Auicena, por autoridad de Galeno. En general la pimienta es caliẽte y seca en medio del quarto grado, como lo dize Auicena, y no ay cosa que se le yguale en calentar los neruios y musculos, mueue apetito, y ayuda al do-

Auer. 5. col.
Auic. 2. cã.
cap 553.

dolor del vientre, y ala ventosidad. Empero la pimienta blanca es mas conuenible al estomago, y le conforta con mas fortaleza. La pimienta luenga especialmente la que traen de Veragua, y de tierra firme porque esta tiene mejor gusto y pica mas. Haze descendir presto el manjar al lugar de la digestion, y deseca con leuedad, consume la esperma, y ansi la blanca como luēga augmentan el desseo de la luxuria, porque tienē cierta humidad superflua. Finalmente la pimienta vale para la tose antigua de humores gruessos, alimpia el pecho, y estomago, y pulmones de flemmas gruessa, prouoca a vrina, y fue sentēcia de Rasis. Que ansi como la pimienta haze vrinar, assi el agengibre mueue a camara. Pero segun el Galeno. La pimienta blanca es mas confortatiua del estomago que la negra. Finalmente ayuda a digerir la comida, alimpia, atray, deseca, y es dañosa para personas calientes, y colericas. Y affirmo Rasis, que la pimienta luenga era caliente y humida, deue se entender de vna humidad accidētal que tienē de ser cogida verdeantes que crezca. Lo qual es mas verdad en la pimienta que dizen de Indias

Rasis. 4. aphoris.

Gal. li. 4. de sanit. tuend.

Rasis. 22. cont. c. 577

pues tiene cierta humedad accidētal esta se pone en los xardines es muy hermosa en su color y mueue mas el appetito que es otra pimiēta es fructo largo y roxo de figura pyramidal, piensan los labradores q̄ refresca y porende la vsan en el estio, el qual error se deue mucho euitar. Tēga se pues por conclusion, que en tiempo de in uierno en personas frias: y echada en man jares frios y humidos, es muy conuenible para guisados, salsas: especialmente cōuie ne a hōbres gordos y flematicos, q̄ estā lle nos de humores gruessos viscosos y frios causados por razon de indigestion. El agengibre que en latin se llama Zinziber: es semejante en su operacion, a la pimien ta, ansi en no obrar sino permutandose y actuandose por el calor de nuestro cuer- po, como por ayudar tambien ala digestiō
Aue. 5. col. y calētar, y ponerse en los guisados frios y humidos. Empero como lo dize Auer- roes, no calienta tan prestamente como la pimienta: porque aunque sea caliente en tercero grado, tiene mucha stipticidad y humidad, y porende muchas vezes se carcome y pudre, la qual humidad aunq̄ al sentido no parezca, empero esta en el

ocul-

occultamente: porque claramente tiene
ſequedad y calor en tercero grado, como
lo dixo Iſac en ſus particulares, ſegũ Aui
cena. Es caliente en fin del tercero y ſeco
en el ſegundo. Y dize q̃ por la humidad q̃
alcança es mas durable ſu calor que no el
dela pimiẽta: Es lenitiuo dela naturaleza
y reſolutiuo de vẽtoſidad, es vtil a la frial
dad del eſtomago y higado. Eſpecialmen
te ſi eſta rehumedeſcido de comer fructas
humidas y verdes, como de melones, pe-
pinos, duraznos: irrita a luxuria, humede
ce el vientre, ayuda a la digeſtion, y rega-
la al cuerpo. Echado en guiſados vale a la
eſcuridad delos ojos: es vtil a las opilacio
nes del higado que vienen por frialdad y
humidad. Empero adereçado con miel
pierde ſu humidad y es caliente y ſeco: ſo
lamente porque la miel le quita ſu humi-
dad: y anſi prouoca mas a luxuria, acreſciẽ
ta el calor del eſtomago cõuiene para vie
jos y flematicos vſando del en manjares:
y cõ uiene para las azedias del eſtomago,
y para ſu ruyn digeſtion y mollificacion,
como lo dize Meſue en ſu quarta diſtin-
ction, haze preſto paſſar el manjar al higa
do y cuerpo: y pareſce que ſu poluo es cõ

Auic. 2. can. cap. 240.

Meſ. 4. diſt.

uenible para los guisados de cosas frias y gruessas.

Que trata del sabor y qualidad de los manjares, y quantas uezes se ha de comer en el dia.

CAP. XVII.

EN los manjares se deuen considerar tres cosas, substancia, qualidad, quantidad. En quanto toca a la substancia se consideran tambien en tres maneras, porque o son gruessos, o subtiles, o medianos. Los gruessos conuieuen a los exercitados, y hombres robustos, y de complexion calida, dañan a los holgados y regalados, a los frios y poco calidos: tales manjares son las carnes de las vacas, cabras, liebres, puercos, entre pesces atun, sabalo, congrio. En las semillas, lentejas, vellotas, castañas, hauas, hongos, o setas, hueuos duros, o fritos, pan medio cozido, o recozido, datiles, todo genero de sesos, leche recozida, queso añejo, higado de carnero, o cabron: todos estos alimentos son de

de gruesso mantenimiento, los quales en hõbres holgados y flacos, causan opilaciones, humores gruessos destruyen la sanidad. Empero en los robustos y exercitados augmentã la fuerça, dan mucho alimto especialmente en inuierno, porque se recoge el calor adentro. Empero los alimentos subtiles causan lo contrario, porque conseruan la sanidad, empero mantienen poco, dan poca fuerça, tales son, pollos, pesces pequeños, huenos blandos, lechugas, manos de cabrito. Los mejores matenimientos de todos, son los medianos entre los gruessos, y los subtiles: quales son gallinas, faysanes, capones, perdizes, pichones, tortolas, çorzales, cabritos mierlas, peces de entre piedras, como son, truchas, reos, bermejuelas, pan bien sazonado, higados de ansarones, y de pollos, vuas, y higos bien maduros, Entre las ortalizas, esparragos, escarolas, todo genero de vino clarete y no muy anejo, todas estas cosas son de sustancia mediana, y engendran buena sangre y buen nutrimento. En conclusion, los mantenimientos subtiles son conuenibles alos flacos a las mugeres delicadas, a los holgados y

daño

dañoſos, a los trabajadores, a los exercita dos, a los robuſtos y varoniles. Los medianos ſon conuenibles a los muy templa dos, a los que ſe exercitã por ſu paſſatiem po, y no ſe fatigan. Eſto dixo el Galeno enel libro de ſolutione continua, Iſac Haliabbas. Auicena. En quãto a la qualidad que huygamos de los mantenimientos ca lidos, eſpecial en eſtio, en complexion ca liente en tierra caliẽte, pero no en inuier no en complexiõ fria, en tierra fria. Tambien nos hemos de guardar de comer las viandas muy calidas reziẽ caſadas del fue go, empero no hemos de entẽder q̃ ſe coman tibias ſino calidas, y no exceſsiuamẽ te: porque los alimentos tibios mollificanyrelaxan el eſtomago, como lo dixeron Galeno Auicena. Ni tampoco ſe deuẽ dar frios, porque la frialdad es muy contraria a nueſtra naturaleza, como lo dixo el Galeno, y Hippocrates en el quinto de ſus aphoriſmos. Y Iſac. Ni deuen ſer muy humidos ſino templadamente, ſino fueſſe en naturalezas muy ſecas, ni deuẽſer muy ſecos, porque como dize Iſac. Los alimen tos ſecos ſon muy malos, porq̃ juntamen te con ſer duras de digeſtion, hazẽ mã teni-

Gal. libr. de ſolutio.
Iſac. di. uni. cap. 8.
Ha. 5. theo. cap. 14.
Aui. 3 part. doct. 2. ca. 7

Galen. 2. ad gla.
Auice. 1. 4. cap. 26.
Hip. 5. aph.
Iſac die. uni. cap. 5.

tenimiento seco, Porq̃ como dize el Gale. Todas las cosas secas consumen la humidad de la sangre, y la enguessan. Enfin conuienen solamente por via de medicina para los que son superfluamente humidos, por lo qual el alimento frio se deue corregir con el caliente, y el humido con el seco, y por el contrario al reues, porque los alimentos destemplados, sino se corrigẽ causan enfermedad y acabã. Y porẽde dixo Auicena. *Frigidum nutriens sicut cucumer, &c.* El mantenimiento frio, como es el cohombro y calabaça, tiemplese con su contrario como con ajos y puerros. Y dixo mas abajo, aquien dañan las cosas dulces beua cosas azedas, y al contrario: y por esso dixo en los canticos. Los manjares se deuen mezclar los humidos con los secos los dulces con estipticos, o con los azedos. Y si por caso fuere alguna cosa sebosa y gruessa, mezclase con ella sal, o pimienta o especias, porq̃ se subtilize su grosseza. Y por esso dixo Isac. La carne que de su complexion fuere calida, comase con çumo de naranjas, y limones, y con agraz, si fuere seca comase con vinagre, mezclado con çumo de calabaças, o lechugas. Finalmen

Ga. 5 de sim.

Aui. 3. par. doct. 2. c. 7.

Aui p. 2. cã te. tex. 19.

Aui. cã. p. 2. textu. 19.

Isac. die. pa. c. 14.

mente el melancholico, vse de cosas calidas y humidas, el colerico, de cosas frias y humidas, el flematico de cosas calientes y secas, el sanguinos de templadas, segun el excesso de la complexion de cada vno, como lo dixo el Galeno. En quanto toca a la quantidad, digamos con el ecclesiastic. *Propter crapulam multi obierunt qui autem abstinens est adijciet uitam.* Por la mucha repleccion muchos murieron, pero el templado y abstinente añadira dias de vida. Lo mismo dixo Auicena, y Galeno. *Redundantias morbus sequitur.* De las redundãcias se sigue la enfermedad. Finalmente, como lo dixo Galeno. Deue obseruar moderacion en los manjares, de suerte que se haga medida cõ la virtud digestiua. Porque aunque el manjar sea bueno en si conuenible al cuerpo, empero por su copia debilita la digestiua, y estomago, y por esso engendrar se ha de mal mantenimiento, causa de varios males: porque ansi como con el mucho azeyte se mata la llama, ansi con la repleccion se ahoga el calor natural. Empero como lo dize el Galeno. La quantidad medida y considerada que a cada vno conuiene, ni se puede dezir con lengua ni escreuir

Gal. 2. de sanitat. tuen.

Aui. 3. par. doct. 2. c. 7.

Gal. 2. aph.

Gale. lib. de solut. cõti.

Galen. 2. de simp. med.

uir con pluma, ſino por ſola experiencia. La ſeñal que el manjar recebido en el eſtomago, es commenſurado y proporcionado con ſu virtud digeſtiua, es como dize Auicena, que el tal manjar no cauſe peſadumbre, ni nade, ni mueua aſcos, ni cauſe appetito canino, ni pereza, ni poco ſueño, ni que aya regueldos con los quales ſe ſienta ſu ſabor, qualquiera accidente que deſtos aya, es ſeñal que el mantenimiento no ha ſido proporcionado con la virtud digeſtiua. Empero el Galen. dixo que era muy difficultoſo y quaſi impoſsible, q̃ el manjar nunca haga peſadumbre y graueza en el eſtomago rezio. Empero vengamos a dezir de las vezes que ſe deue comer al dia. Y dezimos ſegun toda la caterua de los medicos, que en eſto ſe deue obſeruar la coſtumbre que cada vno ha tenido. Porque como dize Hyppocrates, los que acoſtumbraron a comer dos vezes al dia eſtos tales ſino vuieren comido a ſu hora, ſe han mal, pueden poco, y eſtan timidos, quiere dezir, que aborrecẽ hazer, lo que ſuelen, y eſtan perezoſos para qualquiera obra tornan ſe cardiacos, quiere dezir ſegun Galeno, en el Comaque ſienten

Auic. 1. par. doct. 2. c. 7.

Ga. 1. ad gla.

Hipp. lib. de uict. acuto.

Gal. ibi. cõt.

ten vascas en la boca del estomago. Y la razon, porque sube luego mucha colera a ella. Finalmente las hezes del vientre se les secã y assan por el mucho calor, y el cuerpo se les seca y enciende, y a algunos les amarga la boca, los ojos se les çumen y las sienes les pulsan, las extremidades se les enfria: porq̃ el calor se sube al estomago. Todos estos inconuenientes pone Hipocrates y Galeno en los que no comen a su hora. Entiendese quando se estã por comer hasta muy tarde. Cõ todo esso Auer. dize. Que a los templados y bien acomplixionados conuiene comer en dos dias tres vezes. Lo mismo dixo Auicena. *Ex uicibus satiãtis comestionis est, ut homo una die semel & alterabis, mane scilicet & uespere comedat.* Quiso dezir, las vezes de la comida que satisfaze, son comer vn dia vna vez, y otro dia dos. La razon que da Auerroes es, porque la digestion tercera no se acaba si no en diez y ocho horas, y esta claro q̃ la manera mas saludable de dar a comer es quando ya esta acabada perfectamente la digestion del manjar q̃ primero se comio. Pero al fin todos conuienẽ en que se guarde la costumbre, porque si alguno por el con

Auer. 5. col.

Aui. 2. p. cãtico. com. 12

contrario, teniendo costumbre de comer vna vez al dia comiere dos, le vernan tambien muchos daños, porque le sobreuerna cansancio o lassitud, pereza, pesadumbre, flaqueza, por causa que el estomago trabajara mas que suele. Empero el que tiene debil la digestiua, o fuere viejo, deue comer dos vezes, o tres al dia: y pocas vezes le acaezca comer vna vez sola, como lo dixo el Galeno, quinto de sanitate en la historia de Antiocho medico.

Que alimentos se deuan comer primero, y quales a la postre de la mesa, y como la diuersidad de los manjares hagan daño.

CAP. XVIII.

Omo dize Boecio. *Diuersa cibaria non nutrient*. Quiso dezir: que diuersos manjares no mantienen. La causa es porque no solamente no se digeren en el estomago. Empero en muchos se corrompen y se suelen conuertir en malos y perniciosos humores, y la corrupcion de los humores es

origen y madre de enfermedades y males largos, como lo dixo muy bien Auicena. Lo qual considero el Sapientissimo Rey. Pues dixo en el fin del capitulo veynte y siete de su ecclesiastico.

Aui. p. quatract. 3. c. 2.

Salomon.

¶ *Noli auidus esse in omni epulatione & nõ te effundas super omnẽ escã, in multis enim escis est infirmitas.* Quiso dezir No quieras ser cobdicioso en toda comida, y no te derrames sobre todo manjar, porque en los muchos manjares esta la enfermedad, y por esso dixo Horacio.

Nempe immacrescunt epulæ sine fine petitæ.

Y por la misma razon exclama Lucano en el quarto de su Farsalia diziendo.

O prodiga rerum.
Luxuries paruo nunquam gaudere paratu.
Et quæsitorum terra pelagoque ciborum
Ambitiosa fames & lautæ gloria mensæ
Discite quam paruo liceat producere uitam.
Et quantum natura petat.

O prodigalidad de las cosas nunca gozarse, ni contentarse de poco apparato, o hambre llena de hambicion, y gloria de esplandida mesa. Deprended cõ quan poco sea licito alargar la vida, y quanto deman-

mande la naturaleza.

Y por esso dixo el Galeno. Que la diuersidad de las cosas que se comẽ, especialmente quando las tales cosas no son semejantes en sus virtudes, causa desassosiego, en el estomago. Y Rasis en el. 25 de su cõtinẽte dixo. El tiẽpo de la comida no deue ser largo, y tardo, multiplicandose maneras de mãjares en el, como el primer mãjar sea en su digestion diuerso del que se dio al fin, porque quando el vno se empiença a digerir, el otro que viene despues no ha empeçado a digerir se, y ansi se impiden y estoruan el vno al otro, y se mezcla lo indigesto y crudo con lo digesto y cozido. Pues luego los manjares sean simples y pocos, y no diuersos de diuersas naturalezas, porque se puedã digerir, y no se estorue el vno al otro, como se hazen en los vãquetes de los señores en los quales ay diuersos manjares y muy diuersos guisados de animales differentes, y diuersamente aparejados: y despues mezclan peses, y cosas de leche y frutas, y despues mezclan conseruas para su presta, y veloz corrupcion y muerte. Pero porque los señores y grandes por ningunas persuasiones quie

Gal. com. 3. uictus accu.
Raſ. 25 cõt.

ren dexar la diuersidad de los manjares, ansi porque les paresceria que perderian su nobleza y riqueza, como por la frequēcia de los huespedes que vienen a sus casas. Por esso sera bien enseñarlos como deuan comer tales diuersos manjares cō menor daño: y esto se hara si guardaren ordē en comer los. Porque aunque es verdad que el orden no quite los daños de la tal diuersidad, ayuda empero mucho para q̄ no dañen tanto. Pues luego sea regla general, que los alimentos de mas facil digestiō y mas humidos, y mas leues se tomen y comā al principio, y despues los mas gruessos y mas tardos y difficiles de digerir, porque desta manera el manjar que fuere liuiano, y facil, se digerira mas presto y no sera detenido, mas antes hara camino para que el mas gruesso passe al lugar de la digestion. Empero, si por el contrario primero se come el alimento gruesso, y de difficil digestion, Estoruar se ha el descenso del mas subtil y facil, y lubrico, el qual nadara sobre el gruesso y tardo, y escalentar se ha con el calor del gruesso, y porende se corrompera y conuertira en humos y colera, y dañara al otro alimēto mas gruesso,

y cau-

y causarse ha azedia y regueldos y vomitos. Empero no obstãte todo esto, q̃ es sentencia de todos saca se de la doctrina del Galeno en el libro de solutione continua que quando en vna comida aya manjares de presta digestion, y otras de tarda, que primero se coman los de tarda digestion, que los de facil. La causa es, porque tomãdo se ansi, los gruessos y tardos yran primero al fondon del estomago, que es mas calido, por ser mas carnoso, y alli se digeriran bien. Pero los manjares mas faciles y leues estaran mas arriba en la boca del estomago, que es mas fria por ser mas neruiosa, y como sean faciles con poco calor se digeriran. Ansi lo quiso Auicena. Conuiene a saber que el manjar liuiano se tomasse antes q̃ al gruesso, porque no lleue indigesto al gruesso alos intestinos. Pero respondese a esto, que quãdo se dize que el manjar mas facil se tome primero, que el mas difficil: deuese entẽder, quando entre el facil y el difficil, no ay proporcion, como es entre la carne, y el queso añejo, porque como el queso sea mas facil de digestion que la carne, ha se de comer a la postre. Otra cosa seria si hi-

Gal. li de solutio. cont.

Aui. 3. pri. doct. 2. c. 6.

zieſſemos comparacion entre las coſas q̃ tienen proporcion en ſubſtancia, como entre el tozino y el carnero, entre la ternera y el cabrito: porque por la razon dicha: primero ſe comera la ternera, que el cabrito, y primero el tozino, q̃ el carnero anſi ſe entendera Auicena quando dixo. *Sanitatis conſeruator non primo comedere debet cibum labilem ita ut poſt ipſum, cibum fortem & durũ ſumat quoniam cum ipſo ſubtili labetur groſſum non tam integre digeſtum quantum debebat.* De aqui ſe ſaca, que porque ſera muy difficultoſo conocer la differencia puntual que ay entre el grueſſo, y el ſubtil, ſera mejor que no ſe pongan en vna meſa, y en eſto concordaron, Galeno, y Iſac en ſus dietas.

Aui. 3. 1. do. 2. c. 6.

Fin del libro Quarto.

LIBRO QVINTO, QVE TRATA como sea necessario el beuer de los generos de los vinos y aguas, y otras beuidas.

Del *beuer, y como sea necessario.*

CAP. Primero.

COMO el manjar sea de suyo gruesso, y porende tardo, para poder passar por las venas y partes dl cuerpo, fue necessario se le mezclasse alguna cosa, con la qual se hiziesse liquido y fluxible para que facilmente passasse por las venas. Y esta cosa que le facilita y haze ansi prompta para penetrar, no es otra cosa sino la beuida: y porende fue necessario beuer siempre quando comemos: sino fuesse quando el manjar de suyo

fuesse tã liquido y fluxible, que no huuiesse necessidad de beuer. Lo qual acaece pocas vezes como de suyo sea de sustancia delgada y tenue, facil para penetrar. Y no solamente es necessario para que haga al manjar liquido prompto para yr por las venas. Empero, y tambien porque humedezca el cuerpo y hincha las partes vazias y euacuadas de las humidades sustanciales que se consumieron y enfoluieron. Finalmente attenua y subtileza el manjar para que cuele a todas partes, y hazele liquido a manera de ptisana, o ordiate, y este se dize Chilo el qual como dize Auicena. Es vna sustancia liquida semejante en su espessura a la Ptisana que es ordiate, el qual se confige de la comida y beuida, quando se mezclan. Por manera que primero ay permistion, o adunacion, la qual se ordena para la digestion, o coction, y la digestion se ordena para la nutriciõ, y la nutricion para la cõseruacion de la salud, como es cõclusion de todos los medicos. Y la permistion, o mezcla, mejor se haze quando se come y beue juntamente. Empero aunque es verdad que el beuer es necessario y vtil, empero muchas vezes accidẽ tal-

Aui. can. 1. fen. 1.

talmẽte es causa de muerte y enfermedad quando se tomare en quantidad desmoderada, y indebita. Por lo qual de oy mas trataremos quales, y quantas cosas, se ayan de guardar para que el beuer no haga daño, para q̃ cada qual sin medico pueda por si conseruar la sanidad.

Si sea util y prouechoso beuer en ayunas, o no.

CAP. II.

Vnque el beuer es vna cosa vtil y necessaria para la conseruacion de la vida, y para la sanidad, empero muchas vezes tomado en hora incompetente, y no deuida, se haze muy dañoso, y mortal. Y es precepto vniuersal de los medicos que no se beua en ayunas estãdo el estomago vazio de manjares. Entiendese esto por via de beuida y no de remedio medicinal. O quando la costumbre fuere en contrario. Porque como dize el Conciliador. Algunas vezes cumple, ante del manjar beuer vn poco de vino, quando los humo *Conciliat. differe. 118.*

res del vientre fueren frios, y entonces cõ uiene vino añejo, porque admirablemente conforta al estomago, y altera los humores frios como si fuesse xaraue confortatiuo. Y ay tambien caso que en ayunas se beue agua, por via de remedio medicinal, conuiene a saber, quando pretendemos amansar y aplacar el fuego del estomago, y su excessiuo ardor. Ni mas ni menos quando ay costumbre de beuer en ayunas, vemos por experiencia que muchos se hallan bien, porq̃ como dize Auicena. *Vsus sunt rex extra rationem existentes.* Quiere dezir. Las costumbres y vsos son cosas fuera de razon. Porque vemos algunos que luego como amanesce se van a las tauernas por la maluada costumbre que tienen, y beuen sin auer comido, y se hallã sin daño. Empero muchas vezes estos tales mueren repentinamente con su mala costumbre. Pues luego no se deue beuer en ayunas, como lo dixo Auicena, y Galeno. Sobre aquel Aphorisf. *Famem uini puri potio soluit.* Y Rasis, Porque si lo que en ayunas se beue es agua, haze gran impedimento al calor del estomago, porque le amata y offende y destruye la digestion, y haze da

Aui. 3. pri.

Aui. 3. 1. doct. 2. c. 8.

Gal 2. aph.

Rasis. 4. al Almans.

ño

ño a los neruios, especialmẽte despues de los baños, y exercicios, y mas si fuere vino puro, porque sube al celebro, perturba el sentido, y la razon, daña los neruios, causa espasmos, y mucho mas en tiempo de enfermedad, o en tiempo caliente. Porque el vino tiene poder de herir los neruios, y dañarlos, como lo dixo Auerroes en el comento de los canticos.

Auer. com. 34. canticorum. par. 2

Si despues de comer, passadas dos o tres horas auiendo sed conuenga beuer, o no.

CAP. III.

A beuida se tome, y deue tomar por dos causas, o para mezclar el manja en el estomago, como es la beuida que se toma en la comida. O para que despues ya del mãjar digesto le destribuya y haga passar por las venas y por todas las partes del cuerpo, y por esta causa se deue beuer despues d̃ comer, quãdo ya el manjar esta digesto y aya descendido al hondon del vientre, y intestinos,

por

porque entõce la parte superior del esto mago esta descargada y aliuianada por la perfecta digestion que se hizo en el, despues se haze enel higado, y no es menester que la segunda digestion que se haze en el higado este perfecta para beuer sino la del estomago, como bien lo dixo el Con ciliador. Y en este caso se puede beuer a plazer lo q̃ da la gana, como lo dixo Auicena, y Galeno y Rasis. Porque de otra maneca la beuida antes que el manjar este digesto enel estomago, y antes que aya descendido, hara apartar del estomogo la comida, y despegarla ha y hazerla ha nadar, si fuere en quantidad. Y como la comida, o mãjar este despegado del estomago, no se digerira ni hara nutrimento, sino quedarse ha indigesto y crudo, por razon de la humidad dela beuida que esta entre el estomago y la comida. Y aunque mucho acose la sequia despues de comer, antes de la perfecta digestion, no se deue beuer vino ni agua en cantidad, sino chupando, o como mamando vn poco, o abrir la boca al ayre fresco, o enjuagarse. Ansi lo dixo Galeno. Ansi lo dixo Auicena. Y aun dixo mas, que si la sed fuere vrgente, y no se pueda

Cõcilia. ibi. Aui. ter. 1. doct. 2. c. 7. Gale. lib. de solutione cõtinua. Rasi. 25. cõtinenti. c. 1.

Gal. 7 Met. Aui. 3. prt. doct. 2. cap. 7 et 8.

pueda hazer otra cosa, que se beua en vna redoma, o vaso de muy angosto orificio. Y dixo que para la tal sed mendosa y falsa que se causa de mucha comida y embriaguez, no ay coso mejor para la aplacar como dormir, porque en el sueño, el calor reconcentrado y metido adentro, resuelue los vapores y materias que son causa de la tal sequia. En fin concluye, que en tal caso se beua chupãdo poquito a poquito y la tal beuida sea de agua adõde aya esta do a remojar vn poco de pan o açucar o chupando de vna naranja o granada o oroçuz o vn poco de manteca de vacas porque de otra manera fuera delas causas allegadas, hara que el manjar indigesto vaya por las venas y haga heredar corrupciones y opilaciones. Empero si aguardan a beuer despues que el manjar este digesto y aya descendido, siguense muchos prouechos. Conuiene asaber, que la tal beuida ayuda a descendir el manjar, sutilizale para que penetre y passe hasta las venas pequeñas.

Hipp. in aphorismis.

Si se deue beuer despues del exercicio y trabajo, o si se deua beuer despues de algunos manjares.

CAP.

CAP. IIII.

NSi como despues del exercicio, y trabajo y acto venereo, y vaño, no cumple luego inmediatamente comer ansi ni mas ni menos, no conuiene beber. La causa es como lo dixo Aristoteles. Porque el que ha trabajado o exercitadose, aun no se ha sosegado, ni las superfluydades remouidas y agitadas son expellidas, ni apartadas. Cierto conuiene, que el que despues del exercicio, o trabajo, o cuyto, ouiere de comer o beuer, que primero se sosiegue, porque las superfluydades remouidas con el exercicio y mouimiento, se acaben de puargar y expeller, porque entonces el calor natural esta derramado por todas las partes del cuerpo, y como este ansi desuñido y desparzido no puede digerir el manjar, y porende conuiene esperar a que se recoxga al estomago y vientre, pues desta manera, la comida y beuida se digirira y conuerna en buen nutrimento. De otra manera

Ari. 1. pro. 30. & 28.

se

se boluera en la naturaleza de las superfluydades que se purgan. Y no obsta dezir que ya no ay exercicio ni mouimiẽto, porque del mouimiento passado, estan todos los miembros alterados y bullendo, aunque parezcã estar quietos. Empero passado vn buen rato o espacio de tiempo, se puede comer y beuer a plazer, y no qualquier beuida y comida, sino que sea buena y loable. Assi lo dixo Galeno, y Auicena dize. Que despues de trabaxo y exercicio no se coman pesces, porque se corromperan, y dañaran a los de mas manjares en el estomago. Y dixo mas, que no coman fructas verdes ni secas, porque aunque paresce que al presente regalan y refrescan con su aguanosidad y humedad, despues causan corrupciones y putrefaciones, lo mismo se entiende dela beuida, Y principalmente se deue aduertir, q̃ no se beua vino sobre malos manjares, sino fuesse para corregir y rectificar la malicia y vicio dellos, pero en tal caso deue se tomar puro en poca cantidad, la causa es, porque beuido sobre los malos manjares, haze los correr y penetrar hasta las extremas partes del cuerpo. Especialmente beuido

Gal. 3. de sanit. tuen.
Aui. 1. doct. 2. cap. 7.

uido ſobre la comida de los melones y pepinos. Y ni mas ni menos, hazegran daño beuido ſobre manjares agudos y caltẽtes, como ſon ajos y cebollas, y otras coſas ſemejantes, lo vno porque como eſtas comidas ſean de mal xugo con el vino penetran por todas las partes del cuerpo, y cõ ſu mal mantenimiento, dañan mucho, lo otro porque como ſean manjares calientes en demaſia, y el vino tambien lo ſea, cauſaſe muy grandiſsimo ardor y inflamacion en todo el cuerpo, y fiebres calenturas, de humores corruptos, en los que tienen muy muchos y defferentes humores aparejados para ellas, y en los que no cauſan diſpoſicion propinqua para calenturas por lo qual concluymos. Que ſobre tales manjares no ſe deue beuer vino ſino agua, o vino muy debil, que ſea de naturaleza de agua, porque eſtas tales beuidas quitan y tiemplan el exceſiuo calor de los tales manjares agudos y calientes y por eſſo mando Ariſtoteles que ſobre las frutas calientes ſe beua agua, y ſobre las frias vino bueno y poco, por cauſa de rectificacion como lo dixo Auicena en los canticos.

Ariſtote. 2. prob. 82.
Aui. 2. par. cant. tex. conẽto. 34

De

De los daños que se siguen de la demasiada beuida del uino.

CAP. V.

Vchos son los daños que se siguē del demasiado beuer del vino, porque no solo causa males enel cuerpo, empero y en las costūbres, y porende dixo el venerable Beda. *Nō enim decet uino in quo est luxuria, inebriari eum qui musto spirituali desiderat impleri.* Quiere dezir, no cūple ni es licito a ql q̄ desea henchirse del mosto del Spiritu sancto, embriagarse de vino, en el qual esta la luxuria. Y por esso dixo muy bien Isac en sus particulares dietas, si el vino se beue como conuiene moderadamente, causa muchos prouechos en el cuerpo, empero si se beue hasta embriaguez, engēdrara y causara muchos daños contrarios, Porque la embriaguez amata la lumbre de la anima racional, y con ella se conforta la potencia bestial, y porende el cuerpo se queda a manera de vn nauio en mitad de la mar, sin goruernador, o como es

Isac diet. pt.

quadron de gente de guerra sin capitan. Y por esso la embriaguez prueua cosas dignas de reprouarse, y alaba lo que se deue vituperar, y esto causa en los prudentes y sabios. Porq̃ en los locos y tontos o ignorantes, causa furor, causa hablar cosas sin tiento y razon, con yra, y odio, y rencor, y soberuia, compelle los andar y mudarse de lugar en lugar. Y finalmente haze los caer en adulterios en homecidios en furias y en otros vicios. Y porende los que quieren conseruar su familia, conuiene se guarden del demasiado beuer por lo qual dixo Platon, hablando de la beuida de vino. Yo approuaria la ley de los Cartaginenses, mas no la de los de Creta y Lacedemonia, conuiene a saber, que ninguno ose beuer vino en qualquier tiempo de guerra, sino que en tal tiempo beua agua. Y dixo mas que mientras los juezes vsan su officio, no beuan vino ni en summa todos aquellos que deuen determinar, algun negocio, y todos los capitanes, gouernadores, marineros, se deuen guardar de vino como de enemigo, sino es por occasion de enfermedad. Antiguamente en los combites a los tiempos del beuer se

encom-

encomendauan a Iupiter de esta manera. En la primera taça de vino que era para a matar la sequia, llamauan a Iupiter Olimpico. En la segunda taça llamauan a los dioses, porque era para deleyte y alegria. En la tercera, porq̃ se tenia insania y desuario llamauan a Iupiter, librador, y amparador, como lo toco el Galeno, Y lo truxo Diodoro Sicul. Finalmẽte la mucha beuida de vino, causa corrupcion en el Iuyzio, debilitacion en las virtudes animales, repleciõ al calor natural, ahoga y enfriale, y porende causa apoplexia, perlesia, stupor, spasmo, tremor, corrõpe la cõplexion del celebro, y en algunos estomagos, engẽdra colera, y en otros acedia, daña a los neruios. Empero si alguno cansado y desecado de algun luengo camino y trabajo, quisiere beuer en abundancia, pare satisfazer su apetito, deue comer poco. Ansi dixo Auicena. Que el tal no se hincha de comida, ni coma cosas diureticas, o abrideras, ni cosas dulces, sino que coma cosas gruessas y vntuosas, o cosas de pringue o carne lardada, migas de pã mojadas en caldo gordo, y porque no se puede poner regla cierta de la cantidad, que

Gale. lib. 1. de facu. nat. Diod. lib. 5. cap. 10. rerum antiq.

Auicena. 3. 1. doct. 2. c. 8

acada qual conuiene beuer. Tengase por regla que no se beua tanta cantidad de vino, q̃ nade sobre el estomago, o le agraue, ni haga ruydo, como lo dixo Auic. y Ras. Empero si acaeciere la tal replecion agrauante de vino, hagase vomito, o beuã tras ello agua miel, y hagan luego vomito, y la uense la boca con vinagre y miel, y la cara con agua fria, principalmente el flaco de celebro no lo beua, sino muy aguado. En fin el que se hinchere de vino, haga vomitos cõ mucha presteza, y si no pudiere vomitar beua agua tras ello, especialmente con miel, vse despues de comer membrillos, o su carne en conserua, y si vuiere hecho algun daño en el estomago, o celebro, y le vuiere calentado muy demasiadamente, tomese luego simiente de arrayhan tostada, o otra cosa alguna estreñida o mordaz, y vañese luego en vna tina. Esto aconsejo Auicena.

Aui. 13. 3. tractat. 1. cap. 29. Rasis. 4. Alman. c. 5.

ibidem.

De la agua o uino en friada con nieue, o de otra manera, y de sus daños.

CAP. VI.

NO

NO solo en estos nuestros tiẽpos ha mucho preualescido el vso del beuer con nieue, o arrimando la beuida a la nieue, o echando la misma nieue dentro de la beuida, empero y en los antiguos, pues dixo Galeno que el dio agua resfriada, con nieue como suelẽ aparejarla en Roma. De los que echan dentro de la beuida nieue, no ay que tractar de ellos pues en buen romance tragan la muerte dulce, y sino lo sintieren de presente, sentirlo han si lo acostumbran adelante, no despues de muchos meses. Pues es cierto que es ponçoña fria en quarto grado, porque como este del ynuierno passado retenida en lugares frijssimos y vmbrios, donde no da sol, hazese vn misto pernicioso de intentissima y venenosa frialdad. Empero vengamos a tractar delos que beuen frio, arrimado a nieue, y dezimos que segun la authoridad de los antiguos, es vna cosa peligrosa para la salud, porque aunque es verdad que en los mancebos carnosos no paresce hazer daño, sino prouecho, especial en tiempo de estio, porque paresce que tiempla

Gal. 7. Meth. c. 4.

el excesiuo calor, y que reprime la colera. Empero como diremos luego, es tan dañoso a los neruios y pecho, que adelante haze mucho daño, especialmente en la vejez, porque acarreara dolencias incurables, y que por muy largo tiempo les duren en los miembros principales y interiores. Finalmente les hara gran daño en los miembros frios y debiles. Ansi lo sintio y affirmo Isac y Auicena diziendo. Cõplexionibus temperatis aqua conuenientior est quæ frigiditatis fortitudine temperata existit, & cuius infrigidatio cum niue de foris, non fit, quoniam in niue mala huiusmodi dispositio existit, quod ex ea resoluitur neruis & membris anhelitus nocumentum facit, & omnibus interioribus, neque tolerat eam nisi vehementer sanguineus, & tamen si non alicui nocumentum fecerit ilicò secudum longitudinem dierum faciet, & cum in annis processerit. Dize ansi. Que la agua templada, que no es de fuerte frialdad, es mas conuenible a las complexiones templadas. Y finalmente dize, que aquella agua conuiene la frialdad, de la qual no le prouiene de fuera por parte de la nieue, por que

Isac. in die uniuer. c. 11.

Auic. 3. 1. c. 8. doct. 2.

Isac. dietis uniu. cap. 11

que la que es enfriada en nieue, es de vna mala disposicion y manera, porque haze daño a los nieruos, y a los miembros de la respiracion què es el pecho y pulmon, y a todos los miembros interiores, y no puede tolerar la tal beuida, sino el que es fuertemente sanguino, y sino hiziere luego de presente daño en algunos, hazerlo ha en largo processo de tiempo. Esto es lo que dixo muy bien Auicena. Lo mismo dixo Isac en las particulares dietas diziẽdo, que la agua frigidissima es muy dañosa a los neruios del pecho, y hiere las tripas, y causa dolor enel vientre y apretamiento enel pecho, y en todos los instrumentos de la respiracion, y haze rompimiento en las venas, y si mucho se acostũbrare, verna spasmo, gota coral, apoplexia y adormecimiẽto en los miẽbros. Lo mismo dixo Rasis ansi. *Summo opere cauẽdum est, ne aquam niuis bibant*. Quiere dezir summamente se deue huyr el beuer agua de nieue especialmente si el que la beue es de higado y estomago frio, ò de muy flaca complesion, y de poco espiritu. Lo mismo dixo muy biẽ Hippocrates. Ansi. Frigidum conuulsiones, tethanos facit, &c. Y en otra

Isac die. pa.

Ras. 4.
Alman. c. 5.

Hippo. 5.
apho. 17.

parte. Frigidum inimicum neruis ossibus &c. Y enel mismo libro. Frigida velut vix & glacies pectori est inimica. Lo mismo dixo el Galeno enlos comentarios. Que de toda cosa fria viene daño alos neruios. Empero el que lo quisiere vsar, deue ser moço de mucha corpulencia muy sanguino y colorado de fuerte apetitiua, y que beua de ella en menos cantidad de lo ordinario, y despues de manjares calientes, y vse luego tras ella aloxa o agua miel, y coma gragea de anis o canelones, o el mismo anis o la canela. Pero Galeno enel methodo, hablando de la flaqueza del estomago por causa calida dixo, que fue aliuiada muchas vezes con agua enfriada en nieue y cõ frutas frias enfriadas de la misma manera. Cõ todo esso, su continuo vso es muy peligroso porque esto que dize el Gal. es por via de remidio. Y a empero el vino enfriado con nieue no es de tãto perjuyzio y daño. Especialmente si el tal vino es roxo añejo fuerte rezio, porque con su calor se tiempla la frialdad de la nieue, y cõ la subtileza de su sustãcia resiste a la congelacion y condensacion della ansi lo quiso el Galeno. *Porro aquæ uicia dependent omnia*

Gal. 5. aph. 24. & 2. de Victu acutorum.

Gal. 7 Met.

omnia ex eius frigiditate, cuius culpa & moratur in precordiis diutissime, fluctationes excitat, inflactũ ueritur, uẽtriculi robur disoluit, ut deinde deterius conquat, sed ne digerendo per corpus alimentum uidetur aliquid conducere, quibus sane uicijs uinum cõtrarias uices obtinet. Dize en conclusion, que como los daños que causa la agua, todos prouengan de su frialdad, porq̃ por esta causa se detiene en las tripas y causa ventosidad, y enflaquece la fuerça del estomago, para que no pueda digerir, y enfin dize que aun ni es prouechosa para la distribucion del alimento por todo el cuerpo, pero que el vino obra todo lo contrario. De donde secollige, que no es la misma razõ en la agua enfriada con nieue como el vino. Aunque no caresce de daños. En especial en tiempo de inuierno en los flacos y viejos, y frios y delgados, pero en los demas es mas conuenible en tiempo de estio. Ibidem.

De los uinos en general.

CAP. VII.

N los vinos se consideran seys cosas, liquor, o sustancia, virtud, olor, sabor, color, complexion. En quanto a la complexion dezimos en general, que el vino es caliente y humedo, excepto quando es de quatro años, o mas, porque en tal caso es caliente y seco, ansi como lo dixo el conciliador por autoridad de Aristoteles en el vndecimo de las problemas. En general los que fueren de menor edad de diez y ocho años, no lo deuen beuer, porque es añadir fuego a fuego, empero los mancebos, pueden beuerlo con templança, esto quiso el Galeno. Porque dize que hinche la cabeça de humos vaporosos. Lo mismo dixo Auerros. Einalmente como lo dixo Hyppocrates Adonde ay temor de dolor de cabeça, y de lesion o daño delos sentidos, se vede el vso del vino. Pero deuese dar agua en su lugar o vn vino muy delgado y flaco de color de la palma, y sin olor, en fin q̃ sea como agua en su sustancia, y este tal vino conuerna a los flacos. Y deuese aduertir que aunque es verdad, que alos viejos ya decrepitos,

Cõc. dis. 70.
Arist. 11. pro. 36.
Gal. 1. et. 5. d̃ sanit. uend.
Aue. 5. coll.
Hipp. 3. de Vitu acuto.

tos, conuenga el vino, y les ſea muy vtil en quanto toca para la confortacion de ſus cuerpos y de ſu calor natural, y para deſpedir las ſuperfluydades de ſus humores, y dixo Galeno que el mayor prouecho que haze en los viejos, eſcalentarles todos ſus miembros: pero no ſuffren toda la fortaleza del vino, tābien como los muy jouenes, o varones, por razon de la flaqueza de ſu cabaça y de ſus neruios, y porende ſe concluye, que el vino conuiene a los viejos por razon de remedio medicinal, porque el calor del vino repugna ala frialdad de ſu complexion. Empero conuiene a los mancebos por razon de alimento, porque la naturaleza del vino es ſemejante y conforme a ſu naturaleza. Y porende conuiene a los viejos guardar ſe del demaſiado beuer de vino, porq̃ facilmente les herira la cabeça, y nieruos, por donde les verna perleſia eſpaſmo, gota artetica, porque a ellos no les conuiene ſino por remedio y medicina de ſu flaqueza, y no por via de alimento, como lo dixo Iſac en ſus particulares dietas. Empero querer aqui contar las vtilidades del vino, ſera coſa larga por ſer muchas.

Gal. 5. de ſanit. tuend.

Pues

Pues como dize Rufo, por el se fortifican todas las virtudes del cuerpo, animal vital natural, augmenta buena y loable sangre por la semejanza que tiene cõ ella, da buen sabor a los manjares, mueue gana de comer, irrita aluxuria, conforta el estomago, y ayudale a retener el manjar, y a expeller las hezes, corrobora todas las actiones del anima y cuerpo. Parescese por experiencia, porque de tristes haze alegres, y muda el vicio de la anima en virtud, porque beuiendose moderadamente (que ansi se deue entender) conuierte la crueldad en piedad, la auaricia en largueza, la soberuia en humildad, la pereza en solicitud, el temor en ossadia, el callar en facundia, la torpeza de ingenio en habilidad y astucia. Finalmente concluyo Horatio por dicho de otros. *Nulla ualere diu, nec uiuere carmina possunt quæ scribuntur aquæ potoribus &c.* Que ningunos metros de los que beuen agua pueden valer ni viuir mucho. Y Enio el padre de los poetas nunca yua a cantar las armas sino bien beuido. Pues luego como lo dize Isac en sus particulares dietas. El vino abraça las virtudes del cuerpo y del anima, porque esfuer

ça

ça anſi las vnas como las otras, beuiendo ſe moderadamente. Y dixo mas, que los antiguos compararon al vino a la atriaca magna, porque hallaron por experiencia que era ſocorredor y ayudador de las coſas contrarias, porque calienta lo frio, y y enfria lo caliente, humedece lo ſeco, y de ſeca lo humido. Empero haze eſtas obras por diuerſas maneras, porque calienta y deſeca de ſu natural propriedad, empero enfria y humedece accidentalmente: por q̃ con la ſubtileza de ſu ſuſtancia trae cõſigo la agua q̃ ſe le mezcla por todas las partes del cuerpo: cõ la qual ſe enfrian y rehumedecen. Finalmente tiene eſta prerogatiua ſobre todas las coſas de mantenimiẽto, que con mayor preſteza y facilidad ſe conuierte en ſangre y alimento, como lo dixo el Galeno.

Del uino aguado, y del uino de color, y ſubſtancia de agua, y finalmente del uino blanco.

CAP. VIII.

El

EL vino aguado, la mitad de vino, y la mitad de agua, mundifica, o limpia, laua, conforta, haze sudar copiosamente especialmēte si el tal vino es blāco y delgado y sutil, como lo dize Auicenna mas la sequia q̄ el agua sola, o el vino por si, como lo quiso el Gal. Empero como el dize en otra parte debilita el estomago aunq̄ beuido en poca quantidad, es cōuenible para el estomago desecado. Y en otra parte dixo que, reblādesce el estomago y le enflaquece, y que engendra y causa ventosidad en el. Y ansi como el vino puro causa pulsaciones en las sienes y pesadumbre en la cabeça y sequia. Ansi el vino aguado amata la sequia por su frialdad y humidad, y los que fueren de flaco y frio estomago, o higado no deuen beuerlo ansi aguado, sino dexarlo para los que son mas fuertes de estomago y higado, y estos pueden vsar del por via de medicina con mas seguridad en tiempo y tierra calientes, especial si son de edad de jouentud, de buena corpulencia, de officio trabajoso, acostumbrados alo beuer aguado. Empero los flacos y frios de estomago y hi

Auicc. l. 4. trac. 2. c. 39 Galen. 1. de sim. & 2. uict. acuto.

higado de edad de viejo de delgada y ſub
til corpulencia de vida holgada y no aco
ſtumbrados a lo beuer tan aguado, hallar
ſe han mal con ello, porque aliende de o-
tros daños mas preſto ſe embriagaran con
ello. Porque la ſubtileza de la agua que tie
ne mezclada le haze mas penetrar y ſubir
que ſi eſtuuieſſe puro. Eſto dixo lo Auice
na, y Ariſtoteles. Finalmente conuiene en
tiempo de eſtio, porque refreſca y hume
deſce como hemos dicho. Empero tracte
mos del vino aguoſo, ſubtil, claro, que al
guſto mueſtra poca fuerça, al qual llama el
Galeno. Oligophorõ, eſte es vn vino que
a los que tienen fiebres, o enfermedades
que no ſon agudas, ſe puede dar mas ſe-
guramente que agua. Y en las agudas
deſpues de la euacuacion vniuerſal de
todo el cuerpo, en la declinacion ſe pue-
de dar ſin peligro, Eſpecialmẽte ſi es agua
do, porque refreſca y humedece y mueue
ſudor y vrina ayuda a la virtud expultrix
o alimpiadora. Y los medicos deuen vſar
de eſte tal vino, y dar lo a los enfermos cõ
mas ſeguridad que agua, porq̃ no derroca
rian el apetito, antes confortarian el eſto
mago y higado, y facilmente penetra por
las

Auicena. 3. 1. doct. 2.
Ariſ. 3. par. prob. 3.
Gale. lib. de cuch. cach.

las venas y no tiẽta la cabeça, como otros vinos, y es de muy poco nutrimento, y de que se mezcla con agua luego pierde su fuerça. Es bueno para cõciliar sueño, y ayuda a digerir los humores medio crudos. En fin el conuiene sin peligro en fiebres y en personas colericas despues de la digestion, y en las agudas en la declinacion, despues de la euacuacion vniuersal. Esto dixo el Galeno, y Auicena, y Isac en las dietas particulares. En conclusion este vino blanco de color de agua subtil de poca fuerça claro conuiene mas por via de remedio medicinal q̃ no por via de alimẽto tal vino se parece ser el q̃ dizẽ de Ciudad Real, alomeno el perfecto, y aun el vino de Lillo, y el de Orgaz, y Yeuenes, el de Robledillo, En fin el vino hecho de vuas verdexas que otros llaman terrronteses, porque este tal es vtil a los calientes, y colericos, y a los calurosos en tiempo de estio, y en tierra caliente: el qual vino deue ser de vn año, poco mas, y no puede durar mucho, porque presto se azeda. Y ansi el Galeno, alaba y aprueua el vino que prestose azeda para ayudar a dixerir los humores crudos. Cuentase tambien el vino

Gale. lib. attributo d̃ urinis & 3. d̃ uict. accu.

Auice. 1. 4. trac. 1. c. 39

Gal. 4. de sanita. tuend.

vino roxo, o rubio, o cetrino en el numero o especie de vino blanco, a este vino tienen todos los auctores por rezio y fuerte, especialmente el Galeno, nombra al tal vino falerno, y al aguoso en Asia Titacazeno. Y aora en Italia el que llaman sabino Gaurano. El Toscano, q̃ los antiguos llamauan Amineo, tales son los vinos que apenas passan de quatro meses en esta tierra, porque luego pierden su valor y no pueden sufrir luenga nauegacion. Empero aca en nuestras tierras de Castilla, es differente, porque los vinos blancos, roxos, o rubios de arenas se hallan por experiencia ser suaues y delgados y que no hieren la cabeça, antes se halla que tienen las propriedades y virtudes del vino aguoso que Galeno llama Oligo foron, excepto en quanto al color y facilmente se azedan, que no es pequeño indicio de su suauidad y flaqueza, como lo dixo el Galeno, antes por el contrario hallamos por experiencia que los vinos de esta tierra muy diafanos y transparentes de color de agua, se hallan por la mayor parte ser muy rezios, los quales aunque de presente parescen suaues dende apoco hieren la

Gal. 5. desi. & 3. victus accu.

Idem. 4. de sani. tuen.

cabeça, y nieruos, y embriagã con mucha facilidad, tal vino se halla q̃ es el de Sant Martin y de otras partes. Empero aunque sea ansi y parezca en algunas partes de España no tener certidũbre, esta propriedad de los vinos rubios. Empero por la mayor parte es cierta regla. Porque este vino que ansi paresce rubio adquiere tal color de la caxca, adonde hierue pues si se pusiesse sin caxca como en commun se haze en todas partes saldria como el oligoforon del Galeno. Este vino ansi rubio se haze en algunos pueblos del reyno de Toledo adonde hierue con su caxca. Y ansi digamos con Haliabbas, que el vino rubio que se haze sin caxca el color como de açafran, es de mas fuerte calor y de mas robusta agudez, y q̃ mas presto passa por los miembros, y causa colera, y dolor de cabeça. Y no solo haze esto en los que tienẽ calentura, empero y en los sanos, este tal vino es poderoso y oloroso. Lo mesmo dixo Isac en sus particulares dietas, adonde dixo, que hazia heruir los humores, y que embiaua humos a la cabeça, y que daña al celebro, y hiere los sentidos, y porende conuiene que se guarden del los calientes

Isac. di. par.

lientes y colericos, ſino fuere muy aguado, porque ſi ſe beue ſufficientemente aguado, ſegun que conuiene a la edad y tiempo y region y coſtumbre, diuidir ſe han cō el los humores grueſſos alimpiarſe han las vias de las venas de corrupcion, y clarifica la ſangre. Eſpecialmente conuiene a viejos, porque corrige ſu frialdad, y mientras menos, aguado eſtuuiere es mejor para ellos pues conforta ſu calor y reſuelue la copia de ſus ſuperfluydades. De aqui ſe concluye que qualquiera vino rezio agora ſea rubio, o roxo, agora ſea aguoſo en ſu color empero fuerte, como diximos del vino de ſant Martin, agora ſea la maluaſia, o vino de los montes, no ſe beua ſino muy aguado, o por via de remedio para diuidir y enſoluerlos humores grueſſos y flematicos, eſpecial le beueran en inuierno y en poca quantidad. Y deue ſe tābien aduertir que muchas vezes el vino delgado de color de agua por diſcurſo de tiempo ſe torna roxo y eſte es el de fuerte calor: tal vino ſe dize antiguamēte el phalerno, y molites, y lesbro.

De los uinos tintos claretes, y de los escuros, gruessos, turbios, y no turbios.

CAP. IX.

LOS vinos tintos claretes, como escriue Haliabas, son de fuerte calor y sequedad, passan presto abaxo del estomago engendran buena sangre confortan el calor natural, si se dan en conuenible cantidad, y por esso dixo el Galen. en los afforismos, sobre aquel texto, famen vini potio, &c. El vino gruesso y el colorado, o clarete, es de mas nutrimento que todos los de mas: y en el libro de vinis. Los vinos claretes son conuenibles para la nutricion, especial si son dulces, empero dexando lo que dize el Galeno, en el lib. de solutio. contin. y en el de alimentis, pongamos el orden de Isac, pues dixo. El vino roxo de vuas negras. Y el rubio de color de oro de vuas blãcas, son los vinos mas calientes porq̃ su calor es en grado tercero, y està en medio de los extremos y gualmente. Empero

Hal. 5. the. cap. 30.

Gal. 2. aph.

Gal. lib. de solut. cont. et 3. d̃ alim.

Isac dietis uniuer.

pero el rubeo que es el clarete, es cercano a estos en su grosseza y dureza: y porende es de mas nutrimento que todos, excepto el tinto obscuro: Empero prouoca poco a vrinar y sube tarde a la cabeça y emborracha tarde, empero si vna vez empieça a embriagar, causa vna borrachez difficil de quitar se. Tal vino se nos muestra el q̃ dizen de Yllana, porque es de fuerte calor, y presto passa d̃l estomago a las tripas. Empero de los vinos tintos ay dos differencias, porque vnos son tintos gruessos no turbios, otros gruessos y turbios, los que son gruessos empero no turbios, son mas aptos para mantener: y porende dixo Auicena. Que el vino tinto gruesso y turbio daña a la vista y se deue huyr del todo. Empero el gruesso no turbio, no se deue vituperar, porque es mas apto para la nutricion, y Galeno dixo que el tal vino es cercano en su sustentamiento a la carne del puerco, y porende es bueno para los mancebos antes de comer. Empero para los viejos no es conuenible, ni despues, ni antes de comer, porque causa enellos opilaciones en los riñones y piedra en la vexiga, por el defecto de su calor natural, espe

Auic. 3. ter. tractad. 4. cap. 4.

cialmente causara esto si es dulce y estreñido en los que tienen poco calor y abundan de superfluydades. Finalmente como lo dixo Isac, todo vino tinto es gruesso de naturaleza de tierra y agua y mientras mas tuuiere de tierra, mas gruesso y turbio sera, es contrario al aguoso y subtil de difficil digestion, tardo de passar por las venas, agraua el estomago, engendra sangre gruessa y fecosa, sube tarde a la cabeça, y vna vez subido causa borrachez difficultosa y indissoluble. Empero como lo dize Auicena. Es de mas nutrimento que ninguno, haze declinar los humores al contrario de la causa o occasion que tray desfallescimiento por resolucion, y reuoca y buelue el spiritu en su substancia y vigor. Saquese de esto por conclusion, que todos los vinos tintos se deuen huyr, porq̃ son de mal xugo y humor y gruesso, y que tarde se distribuyen y tardamente corren, y se detienen, especial si son estreñidos e insuaues, como lo dixo el Galeno en el. 4. de sanitate tuenda, empero que los tintos que fueren suaues, y no estreñidos ni turbios, no se deuen huyr, sino es de los viejos, y de los que tienen poco calor,

Auice. 9. 3. tra. 2. ca. 8.

Gal. 4. de sani. tuen.

ſor, y eſtan aparejados a opilaciones de higado y baço y riñones.

Del uino dulce, agora ſea blanco, agora ſea tinto.

CAP. X.

EL vino dulce ſegun que ſe lee en diuerſos auctores, eſpecialmente e nel Galeno. Es dañoſo para los que tienen o temẽ opilaciones de higado y baço y riñones, y los que temen piedra de vexiga, eſpecialmẽte es dañoſo para opilacion de baço, deſpues de la del higado, y aunque es verdad, que el vino dulce de ſuyo por ſer dulce, es muy conuenible para la naturaleza humana, y que es atraydo con gran preſteza del higado, por cauſa de ſu dulçura, como lo dixo Auicena. Empero accidentalmente es muy dañoſo por ſu groſſeza y dulçura, por las quales coſas cauſa, como diximos, opilaciones y atapamientos en los miembros que hemos dicho. Empero dize el miſmo Auicena anſi como el vino dulce cauſa opilaciones en el higado, anſi abre opilaciones en los pulmones, de ſuerte que es bueno para los

Gal. 2. uict. accu.

Aui. 14. 3. cap. 19.

Auic. de cima. 3. tra. 1. cap. 6.

pulmones y para el pecho y tose, y para el dolor de costado en la declinacion, aunque se deue de huyr adonde ay fiebre y calentura y sequia, porque la acrescienta y desseca la humedad de la saliua y la engruessa y apegasse y espessase en la boca y daña los pulmones: y hazese colera, como lo dixo Geleno, y en el libro de vinis, dixo, que los vinos dulces no son conuenibles para la roxa colera: porque todas las cosas dulces son materia de la colera. Empero es conuenible, como diximos para dolencias de pecho y pulmones, y como dize Isac en sus particulares, es caliente en segundo grado y seco en primero con alguna humedad relaxa el vientre, porque en toda cosa dulce ay virtud de relaxar y de hazer calor. Porende se deue beuer al principio de la comida, y porende antiguamẽte se beuia al principio de la mesa el vino llamado Thereo y scibellite, y dize el Galeno que no se halla vino dulce blanco, ni dulce de delgada substancia empero aunque es verdad lo segũdo no es verdad lo primero digo porque ay vino dulce blanco y gruesso aunque no de delgada substancia.

Gal. 3. de victu accuto.

Del

Del uino stiptico subtil que dizen agrestino, y del austero y pontico en fin de los uinos estreñidos.

CAP. XI.

Y vn genero de vinos de vuas agrestes o por madurar, que se llama agrestino, acerca de los barbaros, es vn vino blãco stiptico y subtil: del qual haze Galeno mencion en el de victu accutorum, al qual llamo austero medianamente que es el estiptico, y este no mueue orinas, y conuiene a los corrimientos, y no es caliente como alli lo dize el Galeno, antes conuiene a fiebres ephimeras y a inflammaciones de higado, como lo dize Auicena, conuiene a la sequia, dase en lugar de agua, conforta el estomago y tripas, no sufre agua, porque le hara perder su virtud, haze distribuyr el manjar, es de menos calor de todos los vinos. El vino que se dize absolutamente austero, este no estriñe fuertemente sino con moderacion: empero mucho mas que el estiptico del qual hezi-

Gal. 3. de uictu. acc. cõt. 3. & 4. Auic. 3. 1. doctri. 2. c. 8.

mos agora mencion, como lo dize el Gale no. Que no es de tan mal nutrimento, como el Acerbo o pōtico, del qual haremos abaxo mencion, porque conforta el estomago y tripas, y conuiene a los de complexion caliente especialmente si es blanco: porque este resfria mucho. Empero el pōtico que se dize apar de Galeno, acerbo es muy estreñido, es vino muy gruesso de mal mantenimiento, duro de digestiō, no prouoca vrina, estriñe y aprieta el viētre, sube tarde a la cabeça, empero conforta el estomago y celebro, es vtil para los que beuen malas aguas, las quales por su malicia descolorecā las caras, y para los que beuen muy frio y de nieue. Finalmēte ningū genero de estos vinos cōuiene por via de beuida nutrimental sino por via de remedio medecinal, para confortar los miembros interiores, y para detener fluxos y corrimientos.

Gal. ibid. & lib. de euch. & cachoch.

Gal. 3. de ui ctu. accut.

Isac in par.

Del uino aromatico oloroso, y del uino de mal olor y de sus daños.

CAP. XII.

Como

Omo dize el Galeno de mejor mãtenimiẽto son los vinos aromaticos y olorosos, sino que hieren la cabeça. Empero para mouer vrina, son mejores los agusos y sutiles, y no tocan la cabeça, porende conuiene huyr en todo caso de los vinos gruessos y ludiondos, estreñidos insuaues al gusto, porque estos vinos de horrible olor, por su pesadumbre y pessimo olor, dañan al celebro, y agrauan y hieren el sentido, y offenden mucho las telas de los sesos, y engendran vna maligna sangre, especial, si son vinos estreñidos. Empero el vino oloroso aromatico, aunque hiere la cabeça con presteza, alimpia la sangre de corrupcion, alegra el coraçon, y confortale, engendra buena sangre, clarificala, corrige la podredumbre, mueue apeptito de comer, es de veloz y presta penetracion, y mientras mas oloroso y aromatico y de mejor sabor, tanto sera mejor, con tal que la suauidad del olor no le venga por parte de fuera. Conuiene a saber, por la vasija en que esta, especial, si la tal vasija tiene al

Gale. lib. de bono & malo succo.

miz-

mizcle, porque causara mucho dolor de cabeça. Esto se entiende, quando despues del vino ya hecho le aromatizan con cosas olorosas. Otra cosa es quãdo se cuezey cõficiona en vasijas lauadas cõ cosas olorosas. En fin como dize el Auice. Conuiene que el conseruador de la sanidad beua vino de buẽ olor, y quãto el vino fuere de mejor olor y de mejor sabor, sera mejor. Y que en general conuiene para el higado excepto sino fuere demasiadamente calido: y que el vino de olor siempre alegra y echa fuera la tristeza. Empero que el vino sin olor, ni aromaticidad es de ruyn nutrimento, no clarifica la sangre, ni conforta el coraçõ, ni causa alegria, aumenta los humores gruessos, y los humos, y porende causa tristeza y descontento tarde, causa embriaguez, empero despues de causada condifficultad se desata.

Auic. 3. 1. do. 2. ca. 7.

Del uino nueuo y de sus daños y a quienes haze mas daño.

CAP. XIII.

El

L vino nueuo que ha poco que se saco del lagar y se assento, tray muchos daños y males. Porque como su parte gruessa y terrestre, no aya descendido, ni la parte de ayre subtil y humida no se aya exhalado y subido a su lugar de arriba, esta turbio, y secoso, y gruesso, y tiene poco calor, y mucha humidad, gruessa y viscosa, por lo qual dixo Isac, que el vino nueuo es caliente en primero grado, y porende declina a frialdad y humedad, por lo qual es mas indigestible y gruesso, y de mas nutrimento que ninguno, engendra y causa muchas ventosidades en el viẽtre y tripas, acarrea sueños horribles, engendra mucha copia de esperma, y porende incita mucho a luxuria. Y por esso dixo Auicena, si ay cosa que tenga propriedad de engendrar esperma es el vino nueuo. Tiene tambien otro daño grande, que causa opilaciones, especialmẽte en los caños de la vrina, y como dixeron Auicena y Galeno. Cõuiene huyr del vino añejo en demasia y del vino nueuo, porque ansi el vno como el otro engẽdra sangre feculẽta turbia gruess-

Isac. di. par.

Auic. 20. 3. trac. 1. c. 37

Gale. lib. de bono & malo succo.

gruessa, obscura y vaporosa. El muy añejo, calentando demasiadamente y leuantãdo vapores gruessos. El nueuo, porq̃ al cõtrario no caliẽta nada. Y porende no se haze asiento ni apartamiẽto de lo gruesso y turbio, y de lo liquido y delgado. Empero aquel vino se dira nueuo, que es rezien assentado, y que ha poco que se hizo. Por el contrario añexo se dira el de siete años, y es caliente en tercero grado. El que no es nueuo ni añexo, sino mediano. El comũ es el que va de dos años para quatro, y este es caliente en segundo grado. Aunque en esta tierra el vino de ocho meses, y de vn año no es nueuo. Y el de año y medio o de dos es añexo. Y aũ mas lo qero restriñir q̃ el vino q̃ ya esta clarificado liqdo y puro y no turbio. Y a se tiene por vino añexo, a lo menos no por nueuo. Y ay naturalezas de vinos que presto se aclaran, y de que son ansi nueuos aclarados y puros y drafanos son mejores que de que se añexan, como son algunos vinos de los montes de Toledo, y del principio de la mancha. Y estos son los que facilmente se azedan, y no los reprobo el Galeno. Finalmente el vino que ya esta muy bien apurado y muy

Gal. 4. de sanitate tuend.

muy aclarado, y que ha heruido sufficientemente, es bueno, El cõtrario que es nueuo es muy malo, y es causa de muchos daños, especial si con esto es dulce, es muy dañoso a personas frias y humedas. Y sea regla general, q̃ quanto el vino fuere mas calido, menos es humedo, y menos tiene de superfluydad, el que fuere menos calido mas sera humedo y mas terna d̃ superfluydad. Vn prouecho solo tiene el vino nueuo que relaxa el vientre y mueue a camara, y si deste prouecho se priua tengase por vino pernicioso y mortal. Fuera de estos daños, suele el vino nueuo, causar camaras de sangre: las quales vienen por debilitacion del higado que se dizen en latin. Disenteria hepatica.

Del uino añejo.

CAP. XIIII.

Nsi como no aprouamos el vino nueuo por bueno, ansi ni al añejo. Digo añejo el q̃ passa de quatro o cinco años, que este es en esta tierra muy añejo. Digo esto,

esto, porq̃ comunmẽte llamamos vino añe jo al q̃ no es nueuo: porq̃ ansi le llamamos al de ocho meses, y de vn año, y de año y medio, y de dos años, Y estos vinos en rea lidad de verdad no son añejos sino medios entre los añejos y nueuos. Y de estos no tractamos agora, sino de los que passan de quatro años y cinco, y este tal vino segun dize Auicena. Es como cosa medicinal y de poco nutrimento causa los daños mismos que el vino nueuo, porque haze impedimento en el higado y causa disenteria hepatica, por la inflamacion que haze y beuiendo se poco de ello es vtil a las enfermedades de los nieruos. Empero si mucho se beue es muy dañoso a los nieruos especial a los que son flacos y debiles de neruios subtileza el vapor, y humores gruessos, calienta y deseca en grado tercero, hiere el sentido y celebro, y daña mucho a sus telillas, sube se presto a la cabeça y al fin quita el sueño y mata, como lo tray el Gale. en la historia del Grammatico. El qual de vna beuida de vino puro añejo quedo perpetuamente sin sueño, y al fin murio con fiebre y de suario. Empero es bueno tomando se en mediana cantidad para

Auic. 3. 1. doct. 2. c. 8.

Gal. 2. de locis affectis.

para los frios y humidos, para los que tienen copia de humores crudos y frios. Como lo dixo Galeno en el libro attributo de vinis, perturba los sentidos, y haze daño para la luxuria, porque deseca y resuelue el humor seminal: empero conforta la virtud expulsoria. Concluyese de aqui, que el vino bueno es de media edad entre el nueuo y añejo de sustancia diafano trãsparente, claro, blanco, que tire vn poco a roxo, de suaue olor al gusto ni agro, ni dulce, ni amargo, ni que resqueme, ni sea como agua, sino de mediana fuerça, ni de sabor estreñido, tal vino suele ser el de vn año o poco mas.

De los uinos segundos llamados uinos de despensa y delos uinos artificiales.

CAP. XV.

AY vnos vinos que se dizen en latin vina secundaria, y en Griego deutera. Caton y Plinio los llaman Lora, estos vinos son de jornaleros para labrar las viñas a la primauera y

para la familia en inuierno, llamamos los vinos de despensa, ay tres maneras de estos vinos, porque vnos se hazen con los escobos y granujo de las vuas en los quales algunos echan mucha agua y otros menos segun que lo quieren hazer, este es vn vino llamado agua d̃ escobos para los miserables y mendigos: empero quando este vino de escobos es mas fino y mas rezio, que el primero, beue se con mucha gracia entre algunos del pueblo y entre criados de señores, otro vino de despensa ay de las hezes que se llama husillo quando la primera caxca se esprime, ninguno de estos vinos puede durar vn año, porq̃ luego se corrompe. Aunque columela dezia que su tio hizo este vino de escobos con agua muy añeja y que le duro dos años, y que estaua bueno, y ay algunos que dizen que estos vinos no hazen daño a los gotosos porque ni dañan a las jũturas, ni a los neruios como los vinos que se aguan en copas: empero el vino de escobos, que se haze con mucha o poca agua, es (por razõ de la agua, y de la vua fresca) muy frio y humedo, mantiene muy poco, o no nada, no tiene valor sino luego como se assienta,

por

porque muy presto se haila el vino de caxca, por razon del peçon y hollejo dela vua es muy estiptico, y estreñido, y porende, como se detēga embia muchos humos ala cabeça, haze dolores de costado, litargias pleuripulmonias, es muy peligroso, ay tā bien ciertos vinos, que se hazen artificialmente, como vinos que dizen, cozidos q̄ los hazen con especias, de los quales tractaremos despues. Ay otros vinos, que llaman carraspadas que se hazen para las familias de vuas no perfectamente maduras, y otro vino que llaman raspasso, y tā bien otros vinos, que llaman remostados, que se hazen del vino añejo, azedo, o de poca fuerça, suelen lo hazer de esta manera, toman las vuas mas sanas y enteras que ay, y si algunas ay malas arrojan las, y despues echanlas en vna vasija, algunas vezes cō orujos, otras vezes sin ellos, y despues echā sobre ellas el mosto mejor y mas preciado que ay, y dexan las heruir, y despues de consumido este mosto, echan luego encima el vino añejo azedo, o corrompido, o flaco, si este vino remostado se haze biē tiene muy buen gusto, y no es tan dañoso como lo nueuo, escriue Bruyero que vsan

de este vino los Cardenales en Roma y q̃ lo tienen por mucho regalo.

Del sitio que han de tener los uinos y de sus adobos.

CAP. XVI.

QVE los vinos se hagan buenos o malos segun el lugar a donde se ponen, esta aueriguado, y porende algunos dixeron como fue Plinio, que las bodegas deuen tener ventanas al çierço, que el llama Aquilon, y que de esta manera se conseruan mas los vinos. Galeno dixo, que en Asia ponen al contrario, conuiene asaber que las bodegas tengan las ventanas a Abrigo o al solano, porque dize, que de esta manera muy mas presto se haze el vino, y se madura mas ayna. Empero dexando las opiniones de diuersos authores, pues cada vno habla cõforme alo que en su tierra ve que acaesce en commun, los vinos flacos y de debil substancia se conseruan mejor con el viento frio, y con los lugares frios,

frios, y en soterraños, los vinos recios y fuertes en lugares calidos, y puestos hazia el oriente, y medio dia, y este es el parescer de todos los sabios que escriuieron. Empero en nuestra tierra de Castilla, y en la mayor parte de España, siempre vemos que qualquier genero de vino se conserua con el frio, y se azeda con el calor, y mucho mas el vino flaco que llaman tierno, porque el calor aueriguadamente desuanesce el vino y le haze de poca fuerça porque consume de presto su natural humedad y cõsumida luego se en azeda, y porẽ de vemos que los vinos se conseruan en inuierno, y se azedan enel estio, alomenos los vinos tiernos y de substancia delicada, porque los vinos rezios y fuertes, se conseruan años aunque su corupcion mas presto les verna por el estio, que no por el inuierno por la razõ que hemos dado. Vna cosa se deue aduertir y es, que el vino de substancia delicada, si passa por el estio y otoño, y no se azeda, se conserua bueno por largo tiempo, y que el vino rezio y fuerte, no se azeda sino es despues de mucho tiempo y esto por no tener cuido para que se conserue. Este vino

ſuele ſer el vino de cuerpo, blanco, aſpe-
ro, el qual traydo por nauegacion de vna
parte a otra ſe haze muy excellente. Y de
mucha ſubſtancia empero el vino ſin cuer
po, y flaco con el mouimiẽto luego ſe aze-
da, deuen los vinos enchir las vaſijas, por
que de otra manera luego ſe azedan con el
calor del ayre que entra, y deuen eſtar ata
pados no ſolamente con atapador de ma
dera o cuero ſino echando tambien pez o
yeſſo. Y en Francia, ſegun eſcriue Buyero
Campegio, arena o tierra. Empero deueſe
aduertir, que los vinos no tengan adouo,
porque como dize el Plinio, mucho me-
jor es el vino ſimple ſin mixtura y muy
mas ſano, porque para conſeruacion del
vino, hazen diuerſos adouos en muchas
partes, vnos echan yeſſo, otros cal, otros
ceniza de ſarmientos, otros reſina, y otros
marmol molido, otros pez, y cierto, que
e conſerua el ſabor con eſtas coſas. Empe
o haze daño el vino adobado, para la ca-
ça y nieruos, el mejor adouo es el de la
y mas ſincero. Y ſegũ eſcriue Colume-
ſal cozida o agua de la mar corrige
o la groſſura y viſcoſidad del vino
dize, que le da buen olor pe-
ro

ro deue se cozer la agua marina.

De las aguas y quales sean mejores para beuer.

CAP. XVII.

LA agua, segun que leemos en los autores, especialmẽte en Auicena no es mantenimiento ni puede mantener sino solamẽte es vehiculo o guia del mantenimiento quiero dezir que tiene officio de hazer passar el manjar, por todas las partes del cuerpo. Y porẽde dixo el Galeno. La agua no es manjar ni alimento, sino composicion del manjar, o que entra en la composicion del manjar. La razon es porque ni en potencia propinqua ni en potencia remota se puede conuertir en sangre, ni assimilarse a miembros: es fria y humida y segun dize el Gal. la agua es mas humida q̃ fria, porq̃ siempre se halla humida, pues muchas vezes esta caliente y hiruiendo, empero no por esso pierde su humidad. Es necessaria en dos maneras. La primera manera porque lleua la comi

Auic. 2. 1. doct. 2. c. 9.

Gal. 2. de uictu accuto.

Galen. 1. de sim. facult.

da por todo el cuerpo con su sutileza y li quor, y dissuelue y adelgaza el manjar pa ra que pueda passar y penetrar por las ve nas y todas las de mas partes del cuerpo. La segunda manera es necessaria: porque refresca y humedece: y porẽde refrena el demasiado encendimiento del calor estra ño, y no natural y tiempla la agudez del natural, y aplaca la sequia que se causa del tal encendimiento, y desata y deshaze los humos que se leuantan junto al co raçon, y conforta el calor natural con su actiuidad. La qual para ser buena deue tener dos conditiones, vna condicion de parte de su substancia y essencia. Y otra condicion de parte del lugar de donde mana. De parte de su essencia, deue ser clara y trasparente diafana sin sabor, sin olor, sin color, subtil y liuiana: de manera que aquella agua que tuuiere estas condi ciones sera la mejor, la que menos tuuiere dellas sera la peor. Conuiene principalmente, que el agua para ser buena sea en si muy clara y diafana, porque la que fuere turbia como la de los rios que corren jun to a las ciudades y poblados, es en gran manera muy mala, dañosa y ponçoñosa a

la

la vida humana. Esta tal conuiene que no tenga sabor, sino que sea al gusto simplicissima, y insipida, conuiene que no tenga en si ningun olor ni hedor, sino que carezca de todo olor bueno o malo, conuiene que no tenga de si color, sino que sea del color del lugar donde esta. En fin su color natural, sea como de vidro muy luzido y trasparēte. Conuiene tambien que sea subtil y liuiana, por manera que la agua que mas liuiana fuere, essa sea la mejor como lo dixo Hip. Finalmente aquella es la mejor agua que con mas presteza resci be la impression del ayre exterior (conuiene a saber) la que mas presto se enfria o calienta, como lo dixo Hippocrates. Y para saber qual agua sea mas subtil y liuiana no se ha de hazer esta experiencia deuese tomar vn lienço viejo, y partirse en dos partes yguales, de suerte que no pese mas la vna parte que la otra, mojēse los dos paños, o liēços partidos, el vno en vna agua, y el otro en otra agua differente y cuelguēse los dos lienços partidos, en vn mismo tiempo y en vn mismo lugar, y el paño que mas presto se secare y enxugare, essa agua es la mas subtil y mejor. Porque la agua

Hip. apho.

Hip. 5. aph. 27.

puesta en peso no haze fe, pues se ha experimentado que pesando la mas mala agua q̃ ay con la mejor tanto peso tiene la vna como la otra, porque aunque Hyppoc. dixo que la mejor agua era muy liuiana, entiende se que no haga pesadumbre en el estomago como la mala. La otra condiciõ que ha de tener el agua, es de parte del lugar de donde nace, o por donde viene: porque la que nace enfrente del Oriente, y se allega o ladea hazia el Septẽtriõ, de suerte q̃ el viento euro, o solano y el Cierço la menean y soplen, sera la mejor. La q̃ nasce enfrẽte del medio dia, es la peor. Y la q̃ nasce enfrente de Septentrion, que es hazia cierço, es mediana en bondad, como lo dixo Hyppocrates. Demas de esto, la que fuere de fuentes, es mejor que ninguna (conuiene a saber) que la de los rios, de lagunas, de estanques, de pozos, de cisternas. Y no deue ser de qualesquier fuentes sino de las fuentes arenisças y llenas de guijas muy luzias y limpias, o por tierra muy limpia y sin viscosidad. Y mejor es la que viene por tierra limpia y simple, que no la que viene por piedras y peñas. Finalmente, como lo dezen Auicena y Galeno deue

Hip. lib. de aere et aqua

Gal. 1. de sanitate tuen. Auic. 2. 1. cap. 16.

deue estar descubierta al sol y al viento. Y dixeron mas, que la agua que passa por lodo es mejor que la que passa por peñas. La razon es porque el lodo alimpia ala agua y la laua de todas sus superfluydades, y de las cosas que se mezclaron con ella y la cuela, empero las piedras y peñas no hazen este effecto, deuese entender, quando el tal lodo no sea cieno hidiondo ni visco so, sino arenisco, o negro simple, hallamos por experiencia que los q̃ beuen ruynes aguas se hazen papudos y de dos baruas y los dientes dorados o de mal color tosigosos y roncos, y dizen algunos doctores que los ajos son gran socorro contra las malas aguas, y que por esso es muy bueno lleuar ajos en los nauios.

De las aguas lluuias, y de rios y pozos, y estanques, y de sus propriedades para se beuer.

CAP. XVIII.

DESPVES de las aguas de las fuentes, son mejores segun leemos las aguas pluuias o llouedizas. Y porẽde llac en las particulares dictas

tas, encomendo las aguas de los rios despues delas aguas pluuias, y Auicena dixo que de las aguas mas loables son las lloue dizas, especial las que se recogen en tiempo de estio, y que vienen con truenos y relãpagos. Y dixo mas abaxo que son aguas conuenibles y que no les falta condicion para ser escogidas. Lo mismo dixo Hyp. Empero Galen. hablando del, apomeli, reprouo la agua lluuia: pero entiende se para la composiciõ del apomeli, aunque la aprouo para la agua miel q̃ se dize mulsa. Finalmente de suyo son muy buenas porque se engendran del vapor subtil de las aguas de los rios y de otras cosas humedas, el qual vapor se alça a la media regiõ del ayre por el calor del sol. Empero con la frialdad del ayre se espesa en nuue, y caehecho vna agua de muy subtil y delicada substancia, y porende se corrompe y hiede mas presto, y no es esto señal de mala agua sino de buena: pues si con presteza se corrompe, es porque es tan delgada y subtil, y porque es tan facil de corrupcion es mala para los que suelen presto caer en fiebres o calenturas de humores podridos, como lo dixo Rasis, y segun el y otros

Auic. 2. do. cap. 16.

Hip. lib. de aere & aquis.

Gal. 4. de sanitate tuen.

Rasis. 3. ad Auic. ca. 4.

otros por la misma razon daña al pecho y enronquece la voz, especialmẽte si la tal agua se mezcla con cosas malas, las quales le causan mal olor. Empero por esso las aguas pluuias, tienen tan presto mal olor y se corrompen porque son congregadas de diuersas aguas y diuersas substancias humedas. Tras estas en bondad son segundas las de los rios, conuiene a saber aquellas aguas de rios que estan mas remotas de los pueblos y ciudades y mas allegadas a su origen, donde nascen. Y las q̃ corrẽ por arenas y piedras. Y mejores las que corren por piedres, porque salen mas sacudidas, y con el golpear se adelgazã aun que para que salga mas limpia mejor es q̃ corra por barro arenisco que no por piedras. Empero las aguas de rios que estan junto a ciudades son muy malas, especial despues de auer llouido, porque se enturbian y paran vermejas, la causa porque son malas, es porque echan en ellas cosas mortezinas e hidiondas, y lauan todos los paños suzios y echan muchas superfluydades, y porende se deuen huyr. Finalmente son aguas gruessas y turbias porque tienen ensi mezclada mu-

cha

cha tierra y arena, y porende son causa de opilaciones en higado y baço y riñones y de piedra de vexiga, ansi lo dixo Rasis, y Haliabas. Empero si para beuer no se hallare otra agua beuase con poluos de bolarmenico, o de espodio, si los que vuierē de beuer las tales aguas fueren colericos y moços de calida complexion. Empero si fueren viejos o frios flematicos, beuan la con almendras dulces y con harina de trigo, como lo mando Isac en las particulares dietas. Empero tambien sera vtil beuer las tales aguas con vino blanco delgado muy aclarado. O cuelese por vn colādero de harina de tortas mojado, como lo dixo Rasis. Empero para si no se puedē hallar otras aguas sino turbias se pone vna manera para las clarificar. Tomē vna mecha grande torcida de lana, y la vna extremida de esta mecha cayga en vn vaso del agua, y la otra extremidad en vn vaso vazio, y ansi poco apoco se destilara la agua clarificada en el vaso vazio. Tras las aguas de los rios son malas las aguas de los pozos, y las q̄ vienen debaxo de tierra por alcaduces, especial si los tales alcaduces son de plomo, porque toman la mala

Rasis. 3. ad Alm. c. 4. Hal. 5. the.

Rasis. 6. ad cap. 12

qua-

qualidad del plomo, y causan camaras de sangre, como dize Auicena. Porque dize, que las aguas de los pozos y de los alcaduces son vnas aguas muy estrechadas, y que por largo tiempo han adquirido vna substancia de tierra gruessa, y que porẽde no es possible sino que tienen ensi corrupcion y putrefacion. En fin como lo dize Auicena, las aguas que no corren sino que se estan quietas, no son vtiles al estomago y mas abaxo. *Cum aqua non currit proculdubio, &c.* Quiere dezir, como la agua no corra, sin dubda ay en ella alguna pesadumbre. Y aun a caso en muchas aguas, ansi de esta manera detenidas, ay alguna estiptitidad y se conuierte para escalentar, y por ende no son vtiles para los que tienen fiebres, o calenturas, ni para los que abundan de colera. Esto dixo Auicena, por lo qual las aguas de los algibes ni de las cisternas, aunque sean de aguas llouedizas, no son conuenibles, porque como lo dize Isac como se detengan por mucho tiempo resciben vna mala qualidad y humosidad de la tierra, aunque communmente se alabẽ las tales aguas, y las aprueuen muchos medicos, los queles verdaderamen

Anic. 2. 1. doc. 2. c. 16

Isac. dic. pt.

ramente no lo ſon porque no difieren de los vulgares, pues no mandan dar otras aguas ſino la d los algibes y ciſternas a los que tienen calenturas, lo qual mandan ignorantemente, porque ni leen los libros, ni los auctores, y no leen mas de ciertas receptas que hallan eſcriptas los quales ni quieren ſer medicos, mas de por ganar, y anſi mas ſe dan a eſtudiar palabras y cautelas para poder atraer los enfermos a ſi, que para curar los. Digo pues que ſi leyeſſen lo que el Auicena dize, y todos los de mas auctores, no mandarian beuer las tales aguas a los que padeſcen calenturas. Por la miſma razon ſon muy malas las aguas de los eſtãques, y mucho peores que ningunas, como lo dixo Auicena, y Raſis, porque ſe detiene mas que ninguna agua y eſta mas ſin mouimiento y ſe eſta quietamente en ſus manantiales, y porende es peor que la de los pozos acreſcienta el baço, augmenta las calenturas de humores, podridos porque eſta en agujeros de tierras podridas y hidiondas, mana con muy lento mouimiento, al fin cauſa opilaciones en hígado y baço y colera roxa como lo dixo el Galeno en el libro de bonitate aque

Raſis. 3. ad alman.

Gale. lib. de bonit. aque.

aque.

De la agua caliente y tibia, y dela cozida.

CAP. XIX.

OMO todos los extremos sean viciosos, la agua, actualmente calida es mala, assi como la muy fria actualmente. Por manera q̃ no se sigue que por que la agua muy fria es mala, por esso la muy caliente es buena, sino que ansi la vna como la otra es mala, y no solamẽte es mala la agua caliẽte actualmete. Empero y la que es caliente en virtud como la agua salada, o la agua aluminosa. Digamos pues del agua actualmente calida, que no es conuenible antes es dañosa, como lo dixo Auicena. *Aqua calida digestionem corrumpit, facit natare cibum neque illico extinguit sitim, &c.* Dize la agua calida corrompe la digestion, haze nadar la comida y no mata luego la sequia, y algunas vezes acarrea hipodresia y hetica, y cõsume el cuerpo. Y dixo mas abaxo, que quan-

Auic. 2. 1. doct. 2. c. 16

do esta tibia causa ascos, empero quando estuuiere calida, y si se beuiere en ayunas laua el estomago, y relaxa el viẽtre, y que es malo beuerla de contino, porque debilita la virtud, pero la que estuuiere muy calida muchas vezes resuelue la colica passion, y quita la ventosidad del baço. Empero la tiula no se deue beuer, porque resuelue la virtud dl estomago ansi como la fria la estriñe. Esto dixo Auicena y por esso dixo el Galeno, que toda cosa tibia es relaxadora y desata el vientre, y porende la agua se deue beuer moderadamente fria.

Auic. 1. 4. cap. 26.

Galen 1. ad Glauconẽ.

Empero por via de remedio medicinal, suele conuenir la caliente en los vomitos de colera, y en la gota artetica, pero su vso no due ser frequẽte, ni mas ni menos se deuen huyr las aguas saladas, porque hazẽ enmagrescer y desecan. Y aunque al principio parece que hazen correr el vientre por la virtud que tienen de raer las tripas y estomago, despues al cabo aprietan el vientre por su natural sequedad, corrompen la sangre, causan sarna y comezõ, como lo dixo Auicena. Tambien son malas las aguas aluminosas, porque detienẽ las reglas de las mugeres, y las almorranas

Auic. 2. 1.

nas

nas, y presto causan fiebres y calenturas en los calidos y colericos. Tan poco se deuen beuer aguas azeradas, sino por via de remedio para detener fluxo de camaras, o sangre, y para los que tienen baço. Empero el agua cozida, y despues enfriada, es vtil, porque como dize Auicena, la decoction corrige y retifica la malicia de la agua, porque le quita la espessura que tiene por razon del frio, y la haze penetrar, y finalmẽte la torna mas clara y pura, porque haze descendir las cosas gruessas y terrestres que tiene mezcladas. La agua que se ha de cozer para los enfermos, ha de ser, la de fuẽte, o cisterna, o rio, porque la del pozo ha se de huyr como mala. Finalmente el cozimiento aclara y purifica la agua, resuelue la vento sidad, haze descendir al suelo de la vasija las cosas gruessas y terrestres. Y porende, como lo dixo Galeno, deue despues de cozida poner se a resfriar y reposar, para que poco a poco desciendan las cosas gruessas y terrestres. Gal. 6. Epi.

De algunas marauillas de aguas.

CAP. XX.

Y tantos y tan admirables effectos de aguas, que seria cosa muy larga contarlos, ansi por experiencia, como lo que esta escripto de los authores, por experiēcia. Porque vemos muchas fuentes tener ꝓpriedad de quebrātar piedras d riñones y vexiga. Y otras de quitar gota. Otras de sanar hidropicos. Otras de desmoler y digerir con gran facilidad la comida. Contar emparticular de cada vna de estas fuetes, seria cosa larga por authoridades. Pues dize Varron doctissimo que en Cilicia vuo antiguamēte fuēte de vino jūto a vn pueblo llamado. Niseo. Y en la Isla de Ceo, auer cierta fuente que haze alos que beuen della torpes y botos de entēdimiēto. Y que ay otra fuente en la Isla de Chio, que quita el juyzio a los que la beuen. De donde se collige que no solamēte ay borrachos de vino sino tambien de agua. Y que ay cierta agua llamada Clitoria la qual dizen quitar la borrachez, y que quiē biniere de ella nūca se embeodara. Y que esto es cosa muy aueriguada por muchos historiadores y poetas. Y Aristoteles y

Theo-

Theofrasto, cuentan, que ay aguas que mudan los colores de los ganados, Porque dizen que en los Thurios ay vna fuente llamada Crathis. La qual haze blancos alos que la beuen, como tambien se vee en la agua de tajo quando no se mezcla con otro rio, pues vemos claramente en Toledo, que buelue blancos a los que la beuen. Y que ay otra fuente que se dize Sabaris: la qual buelue negros a los que la beuen, como lo vemos en España en algunos rios Cuentase tambien que ay vn rio llamado Erithris, q̃ causa muchos cabellos aquien beue su agua, y que ay vna fuente cerca de Ergauis, la qual es de sabor azedo y haze beodos a los que la beuen, qual se puede pensar ser cierta fuẽte en almagro: laqual es de sabor azedo aunque no oygo que embriague. Y segun escriuen Plinio, y Vitruuio, los Trezenios por la mayor parte son gotosos por el vicio y culpa de las aguas. Porque, como dize Ateneo, es vna agua de mucho cuerpo, y pesada y graue. Ay tambien en Beotiados memorables fuentes: la vna de las quales causa oluido, y la otra causa gran memoria. Cuentan tambien que ay vna fuente en Aphrica,

llamada Zame, la qual haze las vozes claras y delgadas y muy entonadas, y esto affirman muy doctos varones, y que ay aguas que hazen a varones y mugeres impotentes: y aguas que los hazen muy fecũdos y aptos ala generacion. Y que ay fuentes en Saboya las quales cõ sus aguas buelven a los hombres y mugeres de gran papo de baxo la barba: y que ay fuentes que causan amor, y fuentes que causan odio, como escriue Plinio, de cierta fuente que ay cerca de Cizica, la qual se dize fuente de Cupido, y que el rio Gallo causa furor alos que le beuen

De la aloxa, cerueza y sidro, clarea.

CAP. XXI.

LA aloxa es cierto genero de agua miel que se haze con especias caliẽtes, beuese en tiempo de estio, porque dizen que refresca, y no se engañan mucho en ello, porque annque sea verdad que por parte de las especias

cias y la miel calienta, empero por la mucha porcion de agua refresca, y las especias hazen penetrar la agua por todo el cuerpo, porque abren los caños y poros del cuerpo, y ansi casualmēte y de per accidens refrescan, aunque de suyo calienten. Y hallase por experiēcia en la aloxa. Y ansi el Gal. hablādo del apomeli, q̄ es como aloxa hecho d̄ agua y de la miel, q̄ sale por cozimiēto d̄ los panares, dixo. *Apomeli optimū tota estate bibitur refrigerātis uice.* Dixo q̄ a-q̄lla manera d̄ aloxa, q̄ se dize apomeli, se beue por el estio para refrescar, de aqui se infiere, que es constumbre antigua beuer en el estio la aloxa para refrescar, porque como dize el mismo. Muchas cosas ay que de suyo son dañosas para alguna enfermedad, empero causalmente hazen prouecho. Como quando en la frenesia se pone el defensiuo de azeyte rosado y vinagre, siendo el vinagre tan mordaz y dañoso para qualquiera inflamacion, empero dize que porque es subtil y apetitiuo haze prouecho, porque haze que el azeyte rosado penetre hasta el celebro y sus tunicas, y ansi vulgarmente se dize, especial entre labradores y rusticos, y aun entre otras per

Gal. 4. de sanit. tuend.

Gal. 2. de cōpositione secundū locos

ſonas de mas quilates, que el ajo calienta en inuierno, y refreſca en el eſtio, y que lo hallan por experiencia, lo qual aun no carece de razon y auctoridad, porque como dize el Galeno ſobre aquel texto que comiença. *Humorem alium non prodeum deuntem educere. &c.* Aſsi como el golpe de la agua fria ſana al tetano, o eſpaſmo q̃ es vna enfermedad fria por cauſa de reuocar adẽtro el calor natural, anſi de la miſma manera ay otras coſas calientes, las quales aunque de ſuyo ſean caliẽtes, empero refreſcã accidentalmente, porque deſpiden y hazen euaporar a fuera el vapor fogoſo. Entre las quales coſas calidas ſe puede poner por exemplo el ajo, pues comido por eſtio en cuerpos robuſtos haze euaporar y ſalir a fuera el calor fuerte del eſtio. Por lo qual dixo el Gale. que no cauſa ſequia porende no ſe deue tener en poco el pareſcer de muchos, ſino conſiderarlo. Pues luego boluiendo a lo del agua miel de eſpecias que ſe dize aloxa, deziamos ſegun comunmente ſe experimenta, que refreſca en el eſtio, anſi porque con ſus eſpecias calientes haze ſalir a fuera el calor del eſtio, como porque tiene mucha porcion de

Gal. 6. Epi. com. 2.

Gal. 12. metheo. cap. 8.

đ agua: la q̃l es lleuada por todo el cuerpo por sus especias. Empero entiende se en cuerpos libres de opilaciones y sanos, y mas en flematicos, y frios, y viejos, que en colericos, y calientes, y moços, engendra ventosidad aunque poca, y por razon de las especias y miel acrescẽta la colera. La clarea que en latin se dize. *Vinum mulsum*, y en griego ænomeli, segũ Dioscorides, haze se de vino añejo y austero, y de muy buena miel, hincha algun tanto, prouoca vrina, y por esso es dañosa beuida despues de los manjares. Haze se con dos partes de vino, y vna de miel, y pone se al fuego hasta q̃ alce heruor, y luego se guarda en otros vasos, da buen mantenimiento al cuerpo differe del vino llamado hyppocras, porque este se prepara con açucar, y el otro cõ miel, aunque assi el vno como el otro lleua canela. Aunque ay otra beuida que tambien se dize hyppocras, haze se como la q̃ hemos dicho sino q̃ lleua leche, y porende es perjudicial y muy inutil: suele se beuer en ayunas. En fin como lo dize el Galeno todo vino hecho con miel es muy conuenible a los viejos, especial si ay sospecha de piedra de riñones y vexiga, y de gota

Gal. 5. de sanit. tuenda.

artetica. Cerueza no es como algunos piẽ
ſan, la que Dioſcorides llama zytho, que
es cierto breuaje que ſe haze de ceueda, y
algunas vezes de trigo, mas es cierta po-
cion que ſe haze algunas vezes de miel, y
eſta tal cerueza hincha y opila higado y
baço. Otras vezes ſe haze de paſſas, y eſta
aſsienta el eſtomago. Otras vezes de hi-
gos, y eſta hincha y eſpele los humores
y otras de datiles, y eſta engẽdra humores
grueſſos y muchos, offende el ſentido y en
ciende los humores, y eſtas ſon las mane-
ras de la cerueza. Porque, el zitho, antes
ſe cuenta entre los vinos, y haze ſe como
digo, vnas vezes đ ceuada, y otras vezes đ
trigo, cuezeſe con flores de lupulos, y por
ende cauſa piedra en riñones y vexiga,
porque como el cozimiento del grano
ſea grueſſo, y el lupulo ſea abridor, pe-
netra haſta los riñones y vexiga, adon-
de cauſa piedra. Embriaga, daña a la cabe-
ça, engẽdra viento, y vicioſos humores, y
lepra, pareſceſe la cerueza no ſer el zitho
de Dioſcorides, por lo que dixo el Italia-
no en ſu perque anſi.

La ceruoſa del mele y inflatiua
Ventoſa melza y fegato opila

Ma

Ma de vua passa el estomaco resila
Defichi ensia y cazza via gli humori
De datari fa humori multo grossi
La mēte offende y gli humori si farossi
Vin fatti de gran dorgio non son boni
Fan mali humori y son a pardir dure
Restringen el fegato y petrasano pure.

Empero la beuida llamada sidra, que se haze de mançanas en Vizcaya, refresca sobre manera: empero es muy ventosa, ay otros generos de beuidas dulces, como vinos que dizen cazidos, maluasia, empero todos se reduzen al genero de vinos dulces, de los quales diximos arriba.

Que se deua hazer despues de comer, o beuer, para que la comida, y beuida se digiera.

CAP. XXII.

O basta comer el manjar y colar la beuida, sino que es necessario que despues de comido y beuido se digiera, por manera que la digestion se ordena para la

la nutricion, y la nutricion para la vida, porque como lo dize Galeno, no se haze distribucion por todo el cuerpo, porque la comida y beuida se cuele por la gula al estomago, sino por la digestiõ que se obra en el estomago y higado. Y porende con todo estudio y diligencia se deue procurar que la digestion se haga y se perficione. Por lo qual despues de comer y beuer deuemos andar y passearnos vn poco, hasta en tanto que la comida descienda al lugar de la digestion y despues de auer descendido, no se deue andar mas sino estar con quietud y sossiego, porque la quiete y sossiegue, es causa que el calor natural se recoxa de a fuera para dentro, y se obre muy bien la digestion y por esso dixo Auicena. *Cibus indiget quiete & somno usque quo bona fiat digestio.* Quiere dezir, el manjar tiene necessidad de quiete y sueño, hasta que se haga buena digestion, pero que luego despues de la comida se aya de hazer algun mouimiẽto, el mismo Auicena lo mando y Rasis en el continente a donde dixo, *Dixit, Trabi, post cibum deues ambulare per cẽtum passus, &c.* Quiere dezir despues del mãjar deue andar cien passos, y has de declinarte

Gale. 5. metheo.

Aui. 13. tra. 3. ca. 1.

Auic. 3. 1. doct. 2. c. 7. Ras 25. cõ. cap. 1,

te hazia el lado yzquierdo, euitando despues de comer el vaño, la caualleria. Porque el fuerte mouimiento despues del mãjar, y los accidẽtes del animo, y el estudio, hazen y causan putrefacion y corrupciõ. Finalmente el mouimiento pequeño despues del manjar conforta el estomago sobre la digestiõ prouoca orina, mueue a camara, y haze que el hombre tenga apetito de cenar como lo dixo Rasis por authoridad de Rufo. Lo mismo dixo Galen. ansi. *Cæterum ante cibum quidem pluribus de ambulationibus & utendum, post acceptum uero cibum breuibus & lentis.* Quiso dezir antes de la comida o manjar, deuemos vsar mucho passeo, empero despues hemos de vsar de poquito passeo y liento, o perezoso y quieto. Lo mismo dixo en otra parte, ansi. *Si caput sit repletum sue correndum de ambulationibus maxime ante cibum, nil uetat quin & post cibum, cæterum has quidem lentas esse oportet illas his celeriores.*

Raſ ibidẽ
Gal. li. 2. d comp. secundum loco

Idẽ. 6. de sanit. tuenda

Qual sea mas tolerable la hambre, o la sed.

CAP. XXIII.

Aun-

AVnque parezca que la ſed es mas difficil de ſufrir que la hambre: empero por muchos exemplos ſe ha viſto que antes mueren de hambre que de ſed, porque para la hambre ay termino conſtituydo, y no para la ſed, porque la ſed con la paciencia y el ſuffrimiento ſe aplaca, y no la hambre: pues dizen q̃ haſta ſiete dias a todo ternino puede vn hombre eſtar ſin comer. Aunque ſe ha viſto hõbre auer ſufrido hãbre haſta onze dias. Y otros morir al tercero y quarto dia, como ſe eſcriue de Põponio Atico, el q̃l ſe mato con hambre de quatro dias. Empero ha auido muy muchos que han ſuffrido la ſed quatro y cinco dias, ſin de trimẽto, y eſto eſta comprouado por experiencia de muchos que han ſufrido ſequia por largo tiempo, y deſpues por la coſtumbre luenga auer ſe contentado con poca beuida. Y ha ſe viſto de hydropico, q̃ ſufrio la ſed mucho tiempo y deſpues de ſano beuia muy poco. De aqui ſe ſaca, quanto puede la coſtumbre. Muchas coſas ſe cuentan que ſe hizieron por la gran fuerça y vehemẽcia de la ſed pues ſe eſcriue, que el Rey

Lyſima

Lysimacho peleando contra los Scytas, por pura sequia se dio a su exercito. Y despues que beuio agua fria, dixo, o buenos Dioses, que de felicidad he perdido por tan breue deleyte. Tambien se cuenta por cosa cierta, que vna donzella en Alemania viuio sin comer y beuer veynte años. Tiene se por prouerbio que todos los beuedores de vino tienen podridos los pulmones y assadura, lo qual se ha visto abriẽdo los despues de muertos, y porende se tiene por cierto, que la sequia desmoderada y intolerable prouiene de mucho calor de los pulmones, porque hallamos por experiencia que los animales que tienen pequeños pulmones, y no tienen sangre no tienen sequia. Y unque se cuenta que por sed se han dado muchas ciudades fuertes, y inexpugnables: Empero mas se cuẽta que se han dado por hambre, porende se concluye, que mucho mas presto mata la hambre, que la sed. Y ansi esta concluydo por los mas authores, que los animales duran mas con sed, que con hambre, y esta es experiencia auerguada.

Fin del Quinto libro.

TRACTADO DEL VSO DE LAS mugeres, y como sea dañoso, y como prouechoso, y que cosas se ayan de hazer para la tentacion de la carne, y del sueño, y vaños.

En el qual se declara, que cosa sea el coyto, o acto uenereo, y si la delectacion del tal acto sea mayor en la muger que en el uaron.

CAP. Primero.

VCHOS aura que me quieran reprehender de deshonesto y torpe, porque quiero tractar de esta materia. Empero como dize Aristotiles en los topicos, cosa es de locura y temeridad cõgoxarse el hombre, porque qualquiera affirme lo que es contrario a los dichos delos

ſabios, eſpecialmente contra lo que es natural, y para algunos neceſſario, Anſi que como del tal acto ſe ſigua no pequeña vtilidad, vſando ſe bien como deue para la ſalud del cuerpo y conſeruacion de la generacion, parecióme no dexar de dezir y tractar algo dello. Y digo, ſegun el Conciliador que el coyto, o obra de engendrar, no es otra coſa ſino vn ayuntamiento del macho y hembra, en los miembros de la generacion, con el qual ſe expelle lo ſuperflo de la poſtrera digeſtion, ordenado para la conſeruacion del indiuiduo y eſpecie, y como el fin deſte acto ſea en dos maneras. El vno y mas principal para la generacion y multiplicacion del linage. Y el otro neceſſario para la ſalud del cuerpo y gouernacion y regimiento del. No tractaremos del, ſino en quanto toca para eſte ſegundo fin o intento, aunque acerca de algunos, y de muchos ſu fin no ſea ſino para ſola la delectacion y deleyte de la tal obra. Empero porque eſta delectacion, no es ſino para que mediante ella ſe cõtinue la generacion, y no para que ſea, ſin por eſſo no tractaremos de ello ſino en quanto toca para la gouernacion y ſalud del

Concilia. diferen. 124.

cuer

cuerpo: el qual sea honesto y concedido de los catholicos, el qual es necesserio entre marido y muger, Y ha se de aduertir q̃ en el excesso que se haze en esta obra de generacion se cometen muy grandes y graues errores, ansi en el cuerpo, como en la anima. Porque muchos no saben en quantos discremines y peligos caygã los que arrienda suelta se dan a esta delectacion, lo qual entenderan si del todo leyeren este mi tractado, si tienen cuydado y auiso de procurar mas de la salud de su anima y cuerpo, que no de su vehemente delectacion, aunque sea de muy hermosa muger, la qual por auentura es insaciable, como las de mas mugeres, las quales naturalmente son de apetito insaciable. Pues, como dize Salamon en el treynta y nueue de sus prouerbios, tres cosas son, que nunca se hartan. La boca del infierno. La vulua. El fuego. El qual parescer fue de Aristoteles especialmente son de apetito insaciable. Las donzellas que estan en su iuuentud, la causa es, porque tienen los orificios angostos y estrechos, mas que las de mayor edad, y tienen menos humidad: la qual como sea compelida a salir con la

Aris. 4 problema. 26.

fricacion del coyto, y por ser poca no salga, mas antes se quede en los orificios, y vias de la matriz, es necessario que se enfrie y quiera ser expelida, y alançada otra vez, por lo qual ay gran apetito de mas fricacion para que salga fuera, y sea expelida, y porende no ay para que alguno cõtienda, y porfie con ellas para poderlas satisfazer y vencer, porque son de apetito insaciable, y mas luxuriosas que los varones. Y por esso dixo Ouidio en el libro de arte amandi.

Mollibus in pratis admugit fæmina tauro
Fæmina cornipedi semper adhinnitequo
Mitior in nobis nec tam furiosa libido est
Legitimum finem flamma uirilis habet.

Dize, que en los blandos prados la vaca con su bramido llama al toro, y que la yegua siempre llama al cauallo con su relincho, empero que en nosotros es mas mite la luxuria, y no tan furiosa, y que el encendimiento de luxuria tiene fin y termino en el varon, empero no en la muger.

Auicen. 21. Este parescer fue de Auice. adonde dize. *Multiplicatur delectatio mulierum in coitu super delecta-*

lectationem uirorum, &c. Dize, que en el coyto o ayuntamiento venereo se augmenta el apetito y delectaciõ de las mugere mas que en los varones, ansi por la fricacion que haze el varon, como por el mouimiẽto de la matriz, lo mismo dizen Aristoteles, y Haliabas. Empero es opinion de algunos, que el apetito o luxuria de las mugeres es mayor extensiuamente, y que en los varones es mayor intensiuamente. *Arist. 6. de animalibus. Hal. 5. the.*

Quieren dezir por mas claros terminos, que la lectacion de las mugeres, dura mas tiempo que en los varones, empero que no es de tanta vehemencia y encendimiento. Al contrario en los varones, pues el apetito se les acaba presto, y dura menos que en las mugeres. Empero que en el tiempo que son tentados, tienen mayor furia y encendimiento. Pero que sea lo vno, que sea lo otro, no deuen los varones porfiar en satisfazer y vencer los apetitos de las tales mugeres, sino quiere incurrir en diuersas enfermedades. Especialmente si los varones de su naturaleza no son abiles, y aptos para la tal obra, como despues diremos.

En el qual se declaran las utilidades y prouechos que se siguen del moderado ayuntamiento con las mugeres, y de los daños y males que se siguen de dexar la tal obra, a los que estan acostumbrados a ella.

CAP. II.

N este capitulo no vengã los religiosos y castos, por dos razones. La vna porq̃ no son acostumbrados al ayuntamiento delas mugeres. La otra porque son templados, y ayunan, y se guardan de cosas que promueuen a luxuria, especialmẽte se guardan del vino, enel qual como lo dize el Apostol, esta luxuria, Porque esto que escreuimos en este capitulo, es para los que vsan de vino copiosamente, para los que comen muchos y delicados manjares, y vsan de cosas que irritan a luxuria. Y finalmente, para los que estan acostumbrados al tal exercicio de luxuria, porq̃ si estos tales dexaren esta costumbre, y jũtamente no dexaren la vida, ociosa y holgada, y los manjares muchos y gustosos,

entiẽ

entiendan que les succederan todos los
daños que escriuio Haliabbas, que si esta superfluydad de simiente se dexa acrescẽtar en los vasos seminarios, y no se expelle y alança por coyto, ni la naturaleza la pudiere expellir causar se ha en los tales lugares hinchazon, pesadumbre en todo el cuerpo, y muchas vezes la tal superfluydad detenida se escalentara mucho dẽtro en sus vasos, y se causara fiebre o calentura, porque los miembros genitales y sus cercanos se encenderan, o excalentaran cõtinuamente hasta que el calor allegue al coraçon, y algunas vezes el vapor de la tal superfluydad, sube hasta el celebro a donde engendra muy malas enfermedadades, y dixo mas abaxo, q̃ si el q̃ es acostũbrado, dexare el tal ayuntamiẽto, se le hara el sentido voto y entorpescido, y el ingenio y entẽdimiẽto se le ofuscara y succederle ha pesadumbre de cabeça, escurescerse le ha la vista, desminuyr se le ha la gana del comer, y algunas vezes se le mudara su natural complexion, y de subir se el vapor del esperma a la cabeça se causara melancolia mania, parar se le ha el cuerpo frio, y muchas vezes le sucedera temblor

Haliab. 5. Theo. c. 36.

en los hijares, difficultad de Anhelito, y muchas vezes Escotomia y a caso, como dixo Haliabas Rodoan, la tal superfluydad de esperma se torna veneno, o ponçona, biuorezna, como acaesce a las biudas, y a muchos varones que lo dexaron los quales murieron repentinamente. Lo mismo dixo Auicena, y en los canticos dixo. *Coitus comendatur iuuenibus quatenus per eum a nocumentis perniciosis liberantur.* Lo mismo Galeno el qual encomendo mucho la expulsion de la tal superfluydad, porque dize, que por el se escaparan de muy fuertes enfermedades, adonde dixo, que conocio a muchos, los quales por apartar se del tal acto se enfriaron e incurrierõ en gran tristeza, y en estraños pensamientos (entiende se de los que primero lo acostumbraron) y truxo por exemplo a Diogenes el qual no quiso muger alguna por deleyte ni contento sino por conseruacion de su salud. Porende como lo affirma Almanso. El coyto moderado descarga y aliuiana el cuerpo repleto, alegra el animo, aplaca la yra, quita pensamietos, aliuia la cabeça y los sentidos, lo mismo dixo Aristoteles, y Auerroes, y Galeno, el qual es sobre todos

Auic. 1. ter. tract. 5. c. 8

Gal. 6. de locis affectis.

Alm. lib. 4. cap. 6.

Aris. 3. pro ber. 1.

Auer. 5. col.

Gal. 6. de sanit. tuenda.

dos pues dixo, que en las disposiciones de mucha y calida simiente, no conuiene del todo apartarse del coyto. Empero no es licito esto para los catholicos que no son casados, y por esso dixo el Apostol. 1. ad chorinthios. *Qui non se continent nubant.* Quiere dezir, que los que no pueden ser continentes y castos que se casen. Empero los que no quieren casarse. O los que no lo pueden hazer, como son los sacerdotes y religiosos, pueden muy bien guardarse sin offensa de su salud, huyendo y apartandose de las cosas que irritan a luxuria. las quales diremos en los capitulos que se siguen.

De los daños y males del superflo uso del cuyto y luxuria.

CAP. III.

MVCHO mayores son los daños y nocumentos del superfluo vso de la luxuria q̃ prouechos del moderado vso de ella, porque aunque como arriba diximos, el vso moderado del tal

exercio sea aprouado para conseruacion del cuerpo robusto y juuenil empero si se haze desmoderadamente y con mucha frequencia es de estable vicio y costumbre, porque no solo es obra dañosa, para algunas partes del cuerpo, empero tambien para todo el cuerpo en vniuersal, primeramente haze daño a la vista, ansi como el demasiado vino, lo qual dixeron Auicena, Rasis, y Aristoteles. Haze tambien daño a los neruios y al estomago, y a las mugeres que han malparido, o hecho aborto, y a los que tienen dolor en las ancas, como lo dixo Aristoteles, y Auicena, en otra parte. Porque todos pusieron por muy buen remedio dexar las mugeres para la flaqueza dl estomago, pues dixo Aristoteles. Que el demasiado coyto enfria el estomago, y le deseca. Finalmente abreuia la vida: lo qual como dize Aristoteles se parece por los gorriones, los quales el frequente vso de la luxuria biuē poco tiempo, pues no viuen mas de vn año, lo qual se parece, porque son muy pocos los gorriones que tienen negro el papo, pues la tal negregura es señal de vejez en ellos. Porque como dize Arist. 4. prob. 21

Auic. 3. c. 4 Rasis. 4. ad Alm. ca. 16. Aris. 4. problema. 2.

Arist. ibidē. Auicen. 13. 3 cap. ulti. 1. tract.

Aris. 4. problema. 4.

Aris. 4. problema. 21.

Los

Los q̃ mucho se dã a este deleyte y vicio se ensueluen y se tornan flacos, y caen en varias enfermedades y dolores, enfriaseles el cuerpo, mortificaseles la virtud y el calor natural. La causa es porq̃ por la tal obra se euacua el mantenimiento y sustancia delos miembros, q̃ se dize postrera digestion, pues al gusto de la tal delectaciõ se derrama no poca copia de los espiritus vitales y naturales. Finalmente haze incurrir en etica, porque la euacuacion que se haze por coyto, no es de la manera de las de mas euacuaciones que se hazen por sudor, o orina, o escopedina, o sus semejantes. Si no es vna euacuacion de pura substancia y de alimento vltimado y loable de los miembros. Finalmente la tal humedad de esperma es de la mas clara y pura sangre de las arterias de la qual se alientan los miẽbros principales. Por lo qual los que vsan demasiadamente este acto y exercicio, salẽ descoloridos y flacos, mas que si quarenta vezes se sacassen otra tanta cantidad de sangre, como lo dize Halia bas. Por lo qual los que tienen mugeres muy hermosas, guardense y aduierta quãto pueden errar si se dan a ellas en demasia, *Hali. 5. the cap. 36.*

Hip.6.aph. Gal.in com. Rasis.lib.diuisionum capit.120.

sia, porque a bien librar vernan en la vejez a tener gota artetica, perlesia, mal de neruios, como dixeron Hippo. y Galeno y Rasis.

En el qual se demuestra que tiempo del año sea daño so para el coyto, y a que cõplexiones mas dañe.

CAP IIII.

Hal. 5. the.

COMO dixo Haliabas todos los hõbres de fria y seca complexion, en especial si tienen los compañones o testiculos de esta complexion, y los melancolicos magros, secos, flacos, delgados, de vn color verde y blanco, o de vn color encẽdido, como de açafrã, son ineptos inhabiles para el coyto. Porque todos los de esta suerte tienen poca simiente, y si se dan al tal acto se debilitaran, y su calor natural se apocara, y sus neruios se relaxaran, y les sobreuerna temblor, y dolor en el coraçon, defecto de gana de comer, gota artetica, passion de pecho, y pulmones, y si mucho le vsaren cõ

sumir

ſumirſe han, y vernales eſpaſmo. Finalmẽ te ſe haran viejos antes de tiempo. Lo qual dixo Auicena anſi. *Coytus nequaquam conceditur macris, ſenibus, aut debilibus.* Lo miſmo dixo Auerroes. Y Raſis afirmo, que todos los magros ſe guarden del coyto, como del enemigo. Y los que ſon conualeſcientes de enfermedad. Los de neruios flacos, y los que tienen flaqueza de eſtomago. Y los que tienen poca gana de comer. Y los que tienen piedra de vexiga y riñones, Eſpecialmente ſe deuen guardar del en tiempo del otoño, porque es tiempo deſigual, y que declina a ſequedad y frialdad, y es tiempo mortal, como lo dixo Galeno en los aphoriſmos, y Ariſtoteles, en el principio de ſus problemas. Semejantemente ſe deuen guardar, en el eſtio, aunque no tanto como en el octoño. Empero mas oſadamente le pueden vſar en el inuierno, y verano; porque en tal tiempo las fuerças corporales eſtan mas robuſtas. Y entre las complexiones, mas facilmente que todos toleran el coyto, los hombres templados que declinan a caliẽtes y humidos. Y tras eſto los humedos y los flematicos, pero muy mal los ſecos.

Aui. cantic. commen. 19
Auer. 5 col.
Raſis. 4. ad Alm. c. 17
Gal. 3. aph. 23.
Ariſ. 1. problem. 27.

Ymu

Y mucho peor los secos y frios.

A que complexiones y naturalezas de hombres mas conuengan el coyto moderado, y a quien menos haga daño el desmoderado, y desordenado, y que hombres sean aptos para casados, y que hombres no.

CAP. V.

Porque no pocos hombres, los quales a su parescer erã robustos y biẽ acõplexionados para el debito quotidiano, empero despues de casados dẽde a pocos dias por el quotidiano vso de la luxuria perdieron el color y se enflaquescieron y tornaron magros, y enfermaron, y no pocos murieron. Por euitar no les vengan y acaezcan estos daños, e inconuenientes, tengo por bien de poner ciertos auisos, para que de oy mas no incurran en ellos, y para que entre si tomen parescer si se podran casar sin detrimento de su salud, y para q̃ no se engañen pensando que son fuertes y bastantes para este quotidiano debito.

Pues

Pues sea el primero auiso, que todos aquellos que fuerē de cuerpos robustos y gruessos, y de mucha sangre y que tienen venas anchas, y que son colorados, o de color rubicundo, y que tienen muchos pelos y vello, y que son calientes y humidos, todos estos son abiles y promptos al coyto. Y por el consiguiente para ser casados. Como le dixo Galeno, y Aristoteles. La razō es porque son de mucha simiente. El segūdo auiso es de parte de la edad, porque aquellos son aptos mas que ningunos que fueren mancebos o jouenes de veynte y cinco años hasta treynta y cinco, y aun hasta quarenta. Porque los moços de veynte y cinco años en abaxo son menos aptos para ello, porque aun no han crescido ni embarnecido todo lo que deuen, y son diminutos, y flacos. Ni mas ni menos no son bastantes para ello, los que son de quarenta años en arriba, que es la edad de consistencia. Y mucho menos en la vejez, que es desde cinquenta y cinco años. Por lo qual desuarian los viejos en se casar, porque toman mugeres para otros, como lo dixo Aliabbas. Y aunque el demasiado coyto daña a los machos, no empero a las

Gal. 6. de sanitate tuen.

Ari. 4. proble. 27.

Hal. 5. theo. cap. 36.

las hembras, ſino muy poco, porque en la tal obra trabajan poco. Finalmente el coyto es conuenible a los mancebos dende los veynte y cinco años, haſta los quarenta, y que ſean varones de carnes grueſſas, y de vn color roxo eſcuro, porque eſte tal color ſignifica predominio de buena ſangre y abundante. Porque el varon que es de vn color roxo claro ſignifica abundancia de ſangre ſubtil y delgada, y a eſte tal no es tan conuenible, el coyto come al roxo eſcuro. Pero a los que ſon de vn color blanco, no les conuiene el coyto ni el caſamiento, porque la blancura ſignifica auer poca ſangre y mucha frialdad, como lo dize Auicena. Tampoco les conuiene a los citrinos, aũque a eſtos mas que a los blancos, porque tienen calor y colera. Al fuſco o negro no le conuiene tampoco, la cauſa ſegun Auicena es, porque el tal calor ſignifica vehemente frialdad por la qual ſe deſminuye mucho la ſangre y ſe congela, y anſi aquella poca ſangre congelada, tira a negro, y muda el color del cuero. Finalmente, el que fuere roxo eſcuro, que llamamos colorado, es mas apto para el tal acto. Y no tanto el roxo claro

A ui. 2. pri. doct. 3. c. 3.

que

que llamamos bermejo. El blanco y el negro son de mucho peligro para la tal obra de engendrar. Empero como dize Galeno. Despues del exercicio, o trabajo, se deue dar a beuer, y comer, despues se deue dormir, y despues del sueño se deue vsar el coyto. Gal. 2. de sanitate tuen.

En que tiempo del año, y en que hora mas conuenga el debito, o coyto.

CAP. VI.

A LOS mancebos y bien fornidos y colorados, como diximos, conuiene el coyto, o debito, y no en todas horas, ni en todos tiempos. Porque ansi como el Octoño por ser tiempo desigual declinante a seco y frio, es dañoso para el tal exercicio Venereo. Ansi por el contrario, el verano es tiempo idoneo y conuenible para ello, a lomenos es menos dañoso para los que lo exercitan desmoderadamente, o para los flacos y secos. Porque segun Hypocrates, el verano es vn tiem- Hip. 3. aph.

po muy saluberrimo y no mortifero. Y Galeno en el commentario dixo, que era el mas sano de todos los tiempos, porque es mas templado. Y en el primero de temperamentis dixo, que errauan los que dizian que el verano era tiempo caliente y humido, pues es tiempo templado. Empero en otro lugar dixo, que era caliente y humedo, como es la sangre en nosotros. Lo mismo dixo Aristotiles, ansi q̃ en este tiempo se acrecentaua el calor natural, y las operaciones naturales eran mas perfectas y robustas. Empero el Conciliador conciliando estos lugares dixo, en la diferencia.66. Que el verano comparado a nuestros cuerpos es templado, empero comparado a los otros tiempos, es caliente y humedo. Pues boluiendo a lo que tratauamos, en el verano cõuiene mas el coyto que en otro tiempo, porque en este tiẽpo la fuerça del cuerpo es mas robusta, y el calor mas templado. Y tambien conuiene biẽ en el inuierno, como lo dixo Gal. y Auicena. Porque en este tiempo, el calor natural se encierra adẽtro, y se vñe y ayunta, por lo qual la digestion se obra muy bien, y por ende apetesce mas el alimento, como

Ari. 4. proble. 31.

Aui. 2. pri.

como lo dixo Gale. enel primero de los Aphorismos. Por el contrario no conuiene en el estio, antes es muy dañoso, por auer poco calor natural, y estar las fuerças flacas y disoluidas por el mucho calor circunstante, y poresso se deuen guardar en este tiempo del tal exercicio venereo. Empero las mugeres mas se encienden en luxuria en este tiempo, y le pueden exercitar con poca offensa suya, como lo dixo Hesiodo, en sus ergis ansi. *Gal. 1. aph.*

Flagranti temporis æstu.
Fœmineo uenus est usu magis effera sexu.
Mitior illa uiris, & sæpe excita relanguet.

Y en tanto grado no les daña que aya dicho Hyppocrates, que si muchas vezes se ayuntaren al varon, mas valdran en su salud, Y por contrario se offenderan mas los varones. Pues dize Plinio en su natural hystoria, auer muerto repentinamente dos varones patricios, o hidalgos enel acto de la luxuria. La razon es, porque los varones tienen los testiculos o compañones pendientes, los quales cõ el calor del estio se enflaquescen y resueluen en su vir *Hyp. lib. de seminegenitali. libr. 7.*

tud, especialmẽte, que en respecto de los de las mugeres son mas calidos y secos, y ayuntado vn calor a otro, haze mayor resolucion. Empero las mugeres tienen los testiculos adentro, y su virtud no se resuelue ni enflaquece, antes se fortifica mas porque se vñe y encierra mas adentro, y por esso tienen mas fortaleza en el coyto en tiempo de estio. Al contrario es en el inuierno, porque como las hembras sean frias y humedas, con la frialdad del tiempo se enflaquesce y resuelue su virtud genital, y su apetito se desminuye, y en los varones se fortifica. Esta tal obra es muy mas dañosa en el octoño, por ser como diximos arriba tiempo seco y frio. Empero en quãto toca a la hora del dia, se deue de zir del tal acto lo que de los exercicios, pues no conuiene immediatamente despues de replecion, ni de euaquaciõ, ni en ayunas, como lo dixo Aliabbas, en su Theorica. Porq̃ si se vsare immediatamente despues de replection, se seguira gota arteti ca, dolor de muslos, opilaciones, generaciones de humores gruessos y crudos. Y finalmente hidropesia, asma, temblor de todo el cuerpo, como lo dize Auic. Halia

Alib. 7. the. cap. 36.

Auicantic. lib. 1. fen. 1.

liabbas en el lugar allegado. Empero si se haze en ayunas, o con hambre, o despues de alguna euacuaciõ, como de sangria, o de fluxo de vientre, a despues de sudores, O al tiempo que tiene de hazer camara, O vrina, O despues de vaños, O trabajos, o tristeza, O despues de algun gran cuydado, o despues de velar: y mucho peor despues de vomitos. Porque si despues de alguna euacuacion destas se hiziere el tal exercicio venereo. El calor natural se enfriara y mortificara, y la gana del, comer se desminuyra, la vista se escurezera, los ojos se sumiran, y algunas vezes acaeceran desfallescimientos y espasmos. Finalmẽte es peor despues de euacuacion, o en ayunas, que despues de replecion, y peor estãdo frios, que estando calientes, y peor estando desecados, que estando humedescidos, aunque en ninguna destas destemplãças conuenga, como lo dixo Galeno. Empero conuerna como lo dixo Auicena. Antes de la hora de la euacuacion de las superfluydades. Lo qual se deue entender antes que llegue la hora, en la qual se deuen expeller las superfluydades del vientre y vexiga, porque quando viene la ga-

Ga. 3. tegni.
Auicena. 3. cap. 10.

na de hazer camara o de vrinar, ya ha passado la hora del coyto. Lo qual se paresce por lo que el mismo Auicena en el mismo lugar dixo. *Et oportet ne coitus fiat necessitate fecis aut mingendi mota, neq; cũ est exercicio, & motu, neque post fortem animalem passionem.* Finalmente conuerna la tal obra de Venus, quãdo y al tiempo que la comida descendiere del estomago al ventriculo, y quando se acabare de hazer la primera y segunda digestion, y quando la tercera que esta en las venas este medio cumplida, como lo dixo Auicena, cumple se la primera y segunda digestion, y empieça se la tercera comunmmente despues del primer sueño de la noche, como lo dixo Galeno en el segundo de sanitate tuenda. *Venus quæ somnũ sequi debet &c.*

Auic. ibidẽ cap. 2.

Auic. ibidẽ

De que cosas se deuen guardar los religiosos y varones que quieren guardar la castidad.

CAP. VII.

Porque muchos religiosos, y sacerdotes, puedan con facilidad sin molestia alcançar perfectamente su intencion de guardar castidad, y porque

por

por causa de no saber quales cosas seã las que promueuẽ, e irritã a luxuria, y quales las que mortifiquen y desminuyan esta cõcupiscencia tẽgo por biẽ en este capitulo, poner por resolucion las cosas de que se han de guardar, o las que deuen elegir. Pues luego los que quisieren, o desseareu guardarse del coyto, y luxuria, deuen euitar, y quitar las causas que la irritan y promueuen, pues de otra manera puestas las causas que lo mueuan, e irritan de necessidad se ha d̃ seguir effecto. Las causas principales que irritan a luxuria son. La primera ventosidad, o flatuosidad, la qual causa erection. La segũda es, la superfluydad de la simiente, la qual incita, y fuertemente promueue a ser despedida y alança da sin detenimiento alguno, especialmente, si la tal superfluydad es mucha en cantidad porque destas dos causas se manifiesta la tentacion y desseo de luxuria. Lo qual como lo vea el demonio, pone en el pensamiẽto cosas torpes, acresciẽta el desseo de las mugeres, y otras cosas abominables a los religiosos. Esta tentacion a comete muchas vezes a muchos, corrompe a los flacos, y los mas fuertes y bien armados

dos, y q̃ varonilmente resistẽ apenas, y cõ difficultad se escapã. Lo qual no acaesceria sino admitiessẽ aq̃llas dos causas, cõuiene a saber Vẽtosidad y simiẽte. Empero algunos redarguyrã diziẽdo. Que el engendrarse ventosidad y simiẽte, no es en nuestra mano, pues no podemos impedir y estoruar a la naturaleza, para que no obre sus effectos. Porque pongamos por caso, que Clodio tiene los riñones caliẽtes, y los testiculos, o cõpañones de la tal suerte, que atraen mucha sangre y la conficionan y bueluen en simiente, como podra este tal impedir y estoruar la generacion de ventosidad y de simiente? A lo qual se puede responder, que aquel tal calor de los riñones y testiculos, agora sea natural agora sea accidental, se puede refrenar y mitigar cõ cosas frias ansi puestas por de fuera, como tomadas por dedentro, especialmente estando el de cubito, o postura hazia arriba, que se dize supino de cubito, y en romance comun echar se papo arriba, y la blandura y delicadez de la cama, y el calor. Pero quales cosas frias conuengã lo dira el medico escogido segun su sabiduria, porque applicara cosas frias, segun

la

la complexion y calor de cada vno, y segũ la propriedad y disposicion de su cuerpo. Comunmente, como lo dixo Galeno. Conuiene exercitar se en las partes de arriba, quiere dezir que se exerciten los braços y se refrieguen, y despues del vaño se vnten los lomos con azeyte omphancino y de membrillos, o rosado añadiẽdoles vn poco de cera, porque no se corran, y despues de ansi quajados lauarlos con çumo de alguna yerua fria, como es de Siempreuiua, de yerua Mora, de Zaragatona, del abrojo, del Poligono, de la verdolaga, y por esso sera bien quando la majan echar vnas gotas de agua. Despues de vntados con este encerado, pongan encima hojas de ruda, o de agnocasto: enfria tambien los lomos sin daño el cozimiẽto de linueso. Y dixo q̃ a vn hõbre del pueblo q̃ sintia grã tẽtaciõ de la carne le mãdo poner vna plancha de plomo sobre los lomos, y se le quitaron las tentaciones de la luxuria. Y q̃ se guarde del çumo de la Mãdragora, y adormideras, y de dormir sobre ellas, y q̃ aprouecha mucho para esta tentacion dormir sobre rosas. Esto todo dixo el Galeno en el lugar allegado. Pues

Gal. 6. de sanitate tuen.

luego, los que padeſcieren ſemejante tentacion, vſen de regimiento templado, el qual pueda diſminuyr, y a pocar la ſangre caliente y aguda, diſminuirſe ha la ſangre euitando la ſuperfluydad de mãjares, porque como dixo Ariſto. En la replecion

Ari. 10. pro lic. 47.

conſiſte la luxuria, eſpecial ſi la tal replecion fuere de buenos manjares. Mayormente ſi de ſuyo ſon multiplicatiuos de eſperma, como ſon las carnes de palominos, de los gorriones, del cabrito, y ſus ſemejantes. Y porende dixo Auicen. Los

Auice. 20. 3. cap. 21.

mejores manjares para multiplicar eſperma, ſon las carnes del cabrito macho y gordo, y la carne de oueja, y los garuanços, y cebollas, y tambien huevos freſcos tremulos, y peces guiſados, y preparados con eſpecias aromaticas, como agengibre, pimienta, galanga, y coſas ventoſas. La razon deſto pone el Galeno, en las medicinas ſimples, adonde dixo. Las coſas que

Galen. 5. de mpli.

prouocan a eſperma, ſon las coſas que abren y penetran el calor, de las quales es de tal manera, que no deſeca. Deſta manera ſon las eſpecias aromaticas que hemos dicho, y porende prouocan y llaman la luxuria, y de la miſma manera prouocan a luxuria, las cebollas, las hauas, los garuan

ços,

ços la heruala que se dize Enula, pero estas cosas mueuen luxuria, porque multiplican ventosidad. Tambien el anis, el hinojo, verde y no seco, las almendras, las auellanas multiplican esperma, y el vino fuerte y dulce, en el qual esta la luxuria, como lo dize sant Pablo, y Aristoteles, en los Problemas, dixo. *Vinum uenereos facit.* Y Ouidio en el de remedio amoris. *Vina parant animos Veneri. &c.* Tambien se euiten las yeruas calientes, como la oruga. La menta oyerua buena, y Auicena dixo. Las cosas que ayudan al coyto, son los mijares calientes y agudos y ventosos, como son los garuanços, las vuas, las yemas de los hueuos, el vino nueuo, el qual tiene propriedad de multiplicar esperma.

Ari. 3. problem. 1.

Aui. ca. 36. fen. 20.

Que es lo que deuen hazer los que quieren no ser molestados, ni fuertemente tentados de la carne.

CAP VI.

A diximos arriba, y en el Cap. passado, q̃ cosas deuen obseruar los que quisierẽ conseguir y alcançar el voto de castidad, y entre las cosas que contamos, pusimos

por

por mas principal que vuiesse abstinencia de manjar y beuida, porque no se engendrasse superfluydad de esperma, porq̃ la esperma no es otra cosa sino lo superfluo de la quarta digestion: la qual se haze y effectua, quando el cibo, o nutrimento se desparze derrama delas venas enlos miembros despues de ya cumplida la tercera digestion. En fin, es vn humor cercano acierta cosa quajada y congelada de la qual se mantienen los miembros solidos, como lo dixo Auicena: la qual humedad spermatica se secara y consumira con el ayuno, y la hambre. Las quales cosas debilitan el cuerpo. Y ni mas ni menos se consumira conel trabajo fuerte. Por el contrario se multiplicara y crecera con la ociosidad y vida holgada de continuo, como lo canto Ouidio poeta singular en su primer libro de remedio amoris diziendo.

Auicena.20 3.cap.3.

Ergo ubi uisus eris nostra medicabilis arte.
Fac mouitis fugias ocia prima meis.
Hæc ut ames faciunt, hæc, quæ, fecere tuentur.
Hæc sunt iucundi causa cibusque mali
Ocia si tollas periere cupidinis arma.

Con-

Contempteque iacent & sine luce faces.
Quam platanus riuo gandeat, quam populus unda
Et quam limosa canna palustris humo.
Tam uenus ocia amat, &c.

Dize, Quãdo te pareciere que por nuestra arte te puedes remediar, procura te amonesto, de euitar la occiosidad, porque la occiosidad es causa que ames, y te substentara en el amor que te causo, porque esta, y el manjar demasiado, son causa de aquel agradable mal de amor. Y si quitares y euitares la occiosidad, pereceran las armas del dios cupido, y sus llamas caerã menospreciadas y sin resplandor. Porque ansi como el platano se goza con el rio, y el alamo con las ondas, y las cañas lagunaras con el barro mojado, ansi ni mas ni menos la luxuria, o venus ama la occiosidad.

Pues luego los que quisieren no ser fatigados de la luxuria, esten en continuo exercicio, y acuerdense que han de morir, y piensen en las penas del infierno, hiriẽdo su cuerpo, como lo hazia sant Hieronymo, y otros sanctos, pues con estos remedios no se sentira tentacion, o ya que se sienta, sera muy mas pequeña, como lo di-

Auic.20.3. a. de Aluiniati. xo Auicena. La cura que conuiene, es d aquello que quebranta su desseo, y apetito, como es la tristeza, la hambre, el velar, las carceles, las heridas, y golpes, porque estos son mucho mejores remedios que no las medicinas que resueluen y desecan o mitigan tal encendimiento, quales son la simiente del agno casto, y de la ruda, de los cominos, y de otras cosas semejantes, que calientan y secan, o quales son el culantro, la cauphora, las quales mitigan el heruor de la luxuria enfriando y congelando el calor natural. Porque aunque estas cosas sean remedios para el heruor de la luxuria, empero son por otra parte dañosas para la salud corporal, porque las vnas desecan demasiado, y las otras mortificâ el calor natural. Allẽde de este el remedio que se da para la luxuria de andar los pies descalços, dormir sobre cosas frias y humedas, es vn remedio muy pernicioso y peligroso para la salud corporal, y muy perjudicial para la vida.

Que tracta de los baños que cosa sean, que condiciones ha de guardar el que uiere de entrar en el baño.

CAP.

CAP. IX.

PORque muchos tienen costumbre de se vañar, y en muchas tierras ay costumbre ordinaria de vaños, quiero en este capitulo tractar algo de ellos, porque el que esta acostumbrado a ellos es le muy necessario y vtil continuarlos. Pues digo que el vaño segun el Conciliador, no es otra cosa sino vn cuerpo liquido subtil que occurre y cerca a la redonda todo el cuerpo, y le altera. Y ay tres differencias del, porque vno es el vaño del ayre que llamamos estufa. Otro es el vaño de agua caliente y tibia. Otro es el vaño de agua fria. No tractaremos agora sino del vaño de agua, y primero del de agua caliente. Del qual ay muchas vtilidades y prouechos si fuere de costumbre y se aplicare deuidamente, como deue por ende dixo Auicen. los prouechos que obra el vaño, son conciliar sueño, abrir, raer, digerir, resoluer, atraer el mantenimiento, o nutrimento a la superficie del cuero, quitar la suziedad e immundicia del cuero. Y final-

Conci. differencia. 128.

Auice. 3. 1. doct. 2. c. 5.

finalmente alimpiar le, renouar y humedecer el cuerpo, abrir los poros, desminuyr la replecion, resoluer la ventosidad, adelgazar y subtilizar los humores, aplacar los dolores, estreñir el vientre, quitar el cansancio, y preparar el cuerpo para los manjares, como lo dixeron Haliabbas, y Auicena, y Auerroes en los canticos. Finalmente se deuen guardar y obseruar ocho condiciones para que el vaño haga todas estas vtilidades. La primera es como lo dize Hypocrates, que el que vuiere de entrar en el vaño, ha de ser sano y acostũbrado a el, porque si el tal le dexare offender sea. La segunda condicion que ninguno que estuuiere repleto (quiero dezir lleno de muchos humores) entre en el, ni el que estuuiere cachochimico, quiero dezir lleno de corrupciones y superfluydades viciosas, porque con el vaño no se alteren los humores y causen enfermedad. Porque como dize Auicena. El vaño suele hazer que los humores bullan y se mueuan y se derramen por el cuerpo. Finalmẽte, como dize Haliabas, muchas vezes los humores malos y viciosos que estan en algũ miembro, con el vaño se derriten y corren y se

Hal. 5. the. cap. 13. Auic. Auer. canticor. cõ. 152. & 6. colli. Hip. 2. mict. accuto.

Auice. 4. 1. cap. 17. Hal. ibidem.

yse jntan con los buen os humores, y los inficionan y dañan. Y por ende vienen muchas enfermedades. Por lo qual estando el cuerpo lleno, o vicioso, no se deue vañar hasta que los tales humores se digieran y euacuen. Tambien lo dixo el Galeno. La tercera cõdicion que ha de guardar el que se vaña, es acerca de la hora del vaño, porque ninguno se deue vañar antes del exercicio acostumbrado, como lo dixo Halias. Porque como, el dize, el vaño antes del exercicio, embia las superfluydades del mãjar a los miembros indigestas y crudas, derrite los humores y superfluydades y haze las correr a los miembros adonde causa enfermedades. La quarta condicion es, es que el vaño sea antes de comer y de beuer, porque si despues de comer y beuer se hiziere henchir se ha el cuerpo y la cabeça de vapores y superfluydades del manjar, porque las atrayra a fuera a la superficie del cuero, y causara opilaciones, la causa es porque se atrayra el manjar indigesto y crudo del estomago y higado a los de mas miembros, como lo dixo Galeno, y Auicena, ansi. *Qui sanitatem uult conseruare balneum ingredi debet postquam digestũ est*

Gal. 5. Metheodi. 1. de arte cur. ad Glauco.

Hali. ibid ẽ.

Galen. 3. de uict. accu.

Auice. 7. Tra. 4. c. 2.

quod est in stomacho, & hepate, &c. Dize q̃ el q̃ quisiere cõseruar su salud, deue entrar en el vaño despues que estuuiere digerido el manjar en el estomago y higado. Empero no por esso se ha de pensar q̃ quando ouiere allegado la hora del comer o de la hambre, entonces se deua hazer el vaño, mas antes esta hora es tambien prohibida, ansi como en el exercicio, el qual tãpoco se deue hazer al tiempo de la hambre, como lo dixo Auicen en el lugar allegado, pues dixo, quando los que estan ayunos y vazios entran en el vaño con vehemencia se desecan y enmagrescen y enflaquescen. La.5.condicion es, q̃ en el vaño ni coman ni beuan, aunque muchos hagan al contrario, lo qual amonesto Hyppocrates, porque no se siguan los daños dichos en la.4.condicion. La sexta condicion es acerca de la tardança o espacio de tiempo que se ha de estar en el vaño, pues no ha de auer en el luenga tardança, porque se resolueran y debilitarã las fuerças y se moueran sudores y algunas vezes acaescera sincopi, que es desmayo o fallesciminnto, porque se calentara el coraçon demasiadamente, de donde sucedera tal desmayo, co-

Hip. 3. uict. acuto.

como lo dixo Auice. En fin la mucha tardança en el vaño debilita el coraçon causa desfallecimiento y ascos y remueue los humores, y aparejalos a corrupcion y hazelos declinar alos vasos de los miembros flacos en las superficie, de los quales causara apostemas y tumores, como lodixo el mismo. La.7.condicion sera del termino y espacio q̃ sea de estar en el vaño, el qual sera hasta que el cuerpo se empiece a hinchar y augmentar y se empiece a deshinchar, como el mismo lo dixo. La octaua condicion, es acerca de lo que se hara despues del vaño, y es que luego immediatamente, despues del vaño no se beua cosa actualmente fria ni en el mismo vaño, porque entõces estan abiertos los poros del cuerpo, y por esso penetrara la frialdad, hasta lo intimo del cuerpo, y hasta los miẽbros principales cuyas virtudes destruyra. Y ni mas ni menos se deue guardar de cosa muy calida en excesso, porq̃ ay gran rezelo, que el tal calor penetre presto a los miẽbros principales y cause Phtisica, y etica, como el mismo lo dixo ansi, q̃ en saliẽdo del se cubran la cabeça y todo el cuerpo, porque no les haga daño el frio,

Auicen.2.1. doct. 2.c.19

Auicen.3.1. doct.2.ca.5. Idem.13.3. tractado. 4 cap.10.

Auicen.2.1.

especial si es inuierno, y dixo. Que el que es hombre gordo no coma luego despues del vaño, sino que se espere vn poco, y luego duerma vn rato. Estas condiciones deuen guardar los que se quisieren vañar, porque de otra manera mas daño se haran que prouecho.

Del uaño de agua fria y de sus utilidades, y prouechos, y quienes se ayan de uañar en el, y en que tiempo y hora.

CAP. IX.

HANSE de guardar tantas condiciones en el vaño de agua fria, que tengo por mejor que nadie vse del, porque si puntualmente no se guardare esto que hemos de dezir, muchos cayran en enfermedades y dolencias graues y diuturnas. Por lo qual, o lo dexen del todo, o guarden estas reglas que aqui se escriuen. Dezimos pues que la agua fria, en la qual se deue hazer el vaño, no ha de ser muy fria, sino medianamēte, porque la muy fria no pue-

puede hazerlo que la moderada, que es refrescar y humedescer, y no elar y congelar. Y el que vuiere de entrar en tal vaño ha de ser vn hombre de buen regimiento en su comida, y no daue estar alterado del dia o de la noche de antes, ni ha de estar tristesino alegre, no deue ser viejo ni muchacho, alomenos no abaxe de catorze años, que es la mitad del quarto septennio como lo dixo Gale. La raxon es porque dize, que les detiene no crezcan, ni ha de ser flaco, o de pocas carnes, porq̃ les penetrara presto el frio del vaño, hasta los miẽbros principales, y su calor natural se les mortificara. Enfin para que no dañe deue de ser de veynte y cinco años de cuerpo bien fornido y carnoso, y deuese vañar en tiempo de estio en dia muy calido que no sea ventoso, y en la hora del dia mas caliente q̃ es el medio dia. Y no deue ser despues de acto venereo, ni despues de trabajo, ni despues de vigilias, ni despues de vomitos, ni despues de se auer purgado, y deue primero vsar de fricaciones igualmẽte por todo el cuerpo, las quales se hagan cõlienços asperos, y despues se deue vntar con azeyte, y despues se deue exercitar cõ

Gal. 3. de sanitat. tuen.

ſus exercicios acoſtumbrados y gualmente, y luego de repente deue entrar en el vaño de agua templadamente fria cõ el qual ſe refreſcara y humedeſcera, y ſe calientara juntamente, aunque eſto ſera accidentalmente porque atapando los poros hara huyr el calor adentro. Por lo qual ſi como dezimos, el que ſe vañare fuere carnoſo y mancebo, el tal vaño frio le ayudara a la digeſtiõ, aunque ſe haga luego deſpues de comer, porque el calor natural ahuyẽtado adentro ſe fortificara, y ſe esforçara la virtud de los miembros, como lo dixo Haliabbas. Finalmente primero ſe deue refregar con lienços, y deſpues cõ azeyte, y deſpues ſe exercite mucho mas velozmente que antes y deſpues entre en el vaño de agua fria templadamente y no tibia ni elada, porque la vna resfria demaſiado, y offende al que no eſta acoſtumbrado, y la otra no repercute el calor. En ſaliendo del tal vaño deueſe refregar con azeyte muchas vezes, haſta que el cuerpo entre en calor, y luego deue comer mas, que beuer, porq̃ de tal vaño mas apeteſcen y mas digieren, y menos ſequia han, y como dize Auicena, ha de hazerſe el vaño de agua fria

Hali. 5. the. cap. 13.

Auic. 3. 1. doct. 2. c. 6.

fria, porq̃ ansi se tornarã los miembros de fuera mas rezios, y tornara el cuero mas espeso y duro para resistir sin offensa a las cosas exteriores. Deue el que vuiere de vañarse, entrar de repente en el vaño, en vn momento para que ygualmente se remojen todos los miembros, porque si entrare poco a poco causarse ha rigor y frio, y deue estar tanto el vaño quanto lo pudiere sufrir antes que venga algun rigor, o antes que se espeluzne, y en saliendo del vaño se deue refregar todo con muchas manos vntadas de azeyte, y ha se de refregar hasta que el cuero se pare caliente, y han le de dar mas a comer de lo acostumbrado y menos a beuer, porque en el vaño frio mas gana ay de comer que de beuer, y mas se digiere despues a la mañana bueluan a su exercicio acostumbrado, esto dixo Galeno y Auicena en los lugares allegados.

Que cosa sea sueño, y como sea necessario y dende procede, y como conuenga para bondad de digestion.

CAP. VIII.

Porque, como dize Galen. en el.2. de causis pulsuum, si del sueño se quitare esta vtilidad que es ayudar a la digestion por causa del calor natural, recōcentrado y vñido adentro en muy poco differira de la muerte, porque tiene todas las operaciones semejantes del muerto, que es no ver ni oyr, ni sentir, ni mouerse, y por esso allego a Homero que dixo, que el sueño es hermano de la muerte, lo mismo dixo Virgilio en el sexto de su Aeneyda, ansi.

Est consanguineus lethi sopor, E Ouidio.
Stulte quid est somnus gelidæ nisi mortis imago.

Pues luego, como es opinion de Aristoteles en el libro de somno et vigilia, y de todos los medicos, el sueño no es otra cosa, sino vna reciprocacion o reuocaciō del calor natural, y de los spiritus vitales adentro para que se digiera o cueza el mājar en el estomago juntamente con vna quiete, o cesacion del sentimiento y mouimiento del animal por la impotencia, o passion del principio del sentir y mouer,

que

que es el primer ſenſsitiuo, o celebro como lo dixo Galeno del pareſcer de Ariſt. Finalmente enel ſueño, huelga la virtud animal q̃ es la q̃ ſiẽte y mueue, y confortaſe la natural q̃ es la q̃ haze la digeſtiõ y nutricion, como lo dixo el Gale. es neceſſario para la reſtauracion de los ſpiritus vitales y animales, y del calor natural, las quales coſas ſe diffundieron y derramaron por el cuerpo a las partes de a fuera. Porq̃ por el mucho exercicio no pereciesſen, y porende no faltaſſe la vida, fue neceſſario ſolamẽte obrar ſe el calor natural, acerca de la digeſtion del manjar. Finalmente es holgãça dl cuerpo fatigado y de los ſentidos, y eſta es la cauſa final del ſueño. La cauſa efficiẽte, es el calor natural q̃ eſta en el coraçon, y la formal es la reuocaciõ del calor y eſpiritus vitales a las partes de dẽtro, la material es vapor que ſube de los manjares y humores al celebro el qual ſe condenſa y resfria dela frialdad del celebro y ſe haze graue y peſado, y cayendo a baxo cauſa q̃ el calor de los miẽbros principales ſe meta adentro.

Galen. 3. de morbo & Synthoma.

Idem. 4. de morbo & Synthoma.

Quales sean las utilidades y prouechos del sueño templado y de sus daños quando es desmoderado y superfluo.

CAP. XI.

A diximos, que enel sueño descansaua la virtud animal a cerca de su sentido y mouimiento, y que solamente obraua el calor natural en el ventriculo acerca de la digestiõ del m[illegible]ar, y que estas eran las principales vt[illegible]ilidades del sueño. Dezimos pues tambien, que allende desto, si el sueño fuere templado, caliẽta y humedece, especialmente muy conuenible a los viejos, porque cõserua en ellos su humidad, quita el trabajo, y cansancio del cuerpo, y de la anima porque haze el entendimiento subtil, y aclara la razon y la memoria cuezense en el las crudezas, e indigestion es del estomago, mitiga y aplaca el dolor de los miẽbros, reblandesce y regala los miembros desecados con la vigilia y cuydado. Ayu-

da al ſueño el eſpacio de la noche y ſu eſcuridad, para que ſe cumpla la digeſtiõ, porque eſtas dos coſas ayudan aque el ſueño ſe haga mas profundo, y que el calor natural ſe fortifique mas. Eſto dixeron Galeno, Raſis, y Auerroes. Finalmente el ſueño ſe deue hazer deſpues de comer y beuer, y deſpues que los manjares han deſcendido al fondon del vientre, para que mejor y mas perfectamente ſe haga la digeſtion, por la qual la virtud animal ſe repare, y el calor natural ſe fortifique, la comida y beuida ſe conuiertan en ſangre, y no ſe corrompan. Empero ſi el ſueño fuere exceſsiuo y ſuperfluo, humedece y resfria d̃maſiado el cuerpo, y augmẽta la flema, enflaquece el calor natural, eſpecialmente ſi ſe hizo eſtando el cuerpo vazio, haze botos los ſentidos, cauſa enfermedades frias y romadizo, y peſadũbre de cabeça, eſpecialmente a medio dia, porque corrompe la memoria, hazeſe el cuerpo perezoſo y peſado para el mouimiento, hincheſe la cabeça d̃ humores, relẽtece ſe la vida, y haze ſe tenebroſa, y amata ſe el calor natural como el fuego en la ceniza. Finalmente haze el cuerpo y cabeça peſſados. Anſi

Gale. lib. de ſolutione cõtinua.
Raſis. 4. ad Alm. cap. 3. & 25. cont. cap. 1.
Aue. 5. col.

lo

Rasis 4. ad alm. cap. 3. Auc. 2. cāt. com. 28 & 6. colliget.

lo dixeron Rasis, y Auerroes.

A que hora se deue dormir, y en que disposicion, de cuerpo, y sobre que parte del cuerpo.

CAP. XII.

EL sueño no se deue hazer, en qualquiera disposicion de cuerpo, ni qualquiera hora, porque no sobre eua cuacion en ayunas, o despues de exercicio, o vaño. La razon es, porque se disminuyra el calor natural, y se enfriara, y enmagrescera el cuerpo, porque como el calor natural no halle manjar en que obrar para hazer su digestion, conuertir se ha sobre la sangre y la carne, y consumirlo ha, y porende los que son de estomago calido, y no han comido ni desayunado se a visperas, se paran flacos y magros y calidos. Finalmente, como lo dixo Rasis en su continēt por authoridad de Rufo. Si el sueño largo se sigue despues del manjar, acrescentara el calor natural, y engordara el cuerpo, empero si se sigue despues del exercicio, o del

Rasis l. 25. cap. 3.

odel vaño, o de la euaquacion, y en ſuma en la diſpoſicion de cuerpo que no tomo manjar, diſminuyrſe ha el calor natural, y el cuerpo ſe debilitara, aunque no hara tā to daño en los cuerpos frios y humedos, o flemmaticos. Empero ya que el ſueño no ſe haga bien, ſino deſpues del manjar no ſe deue entender luego, e immediatamen te, ſino deſpues que el cibo, o manjar aya deſcendido del eſtomago al vientre inferior, y ſe aya ay ſoſſegado, y la ventoſidad y peſabumbre ſe ayan diſminuydo, y claramente ſe ſienta que el manjar y beuida, ſe ayan çabullido, lo qual ſi ſe tardare, cōuerna antes del ſueño andar vnos paſſos pocos y tardos haſta que el manjar deſciēda. Eſto dixo Raſis, ad Almanſ. y Auicena. Adonde dixo. *Neque illico poſt cibum aſſumptum dormiendum antequam deſcenderit cibus ad fundum ſtomachi.* Eſpecialmente daña el tal ſueño a los que tienen corta y flaca viſta, como el miſmo lo dixo. Pues luego ni conuiene en ayunas, ni luego immediatamente deſpues de replecion. Empero en quanto ala hora del dormir dezimos, que no cōuiene a medio dia deſpues de comer ſino vuiere encontrario coſtumbre, porque

Raſis. 4. a Alm. cap. 3 Auic. 3. 1. doct. 2. ca. 7 Auic. 3. 3. tract. 1. c. 5

Ibidem. que como dixo Auicena. *In die dormire malũ est. &c.* Dize, dormir de dia es malo, por que engẽdra enfermedades de humedad y romadizos, corrompe el calor, engendra baço, relaxa los neruios, causa pereza, debilita el apetito, engendra apostemas, y muchas vezes calenturas, dize mas que el sueño de medio dia daña mucho, especialmente a la memoria, y mucho mas si se haze sobre repleciõ. La causa dẽllo asigno Rasis por auctoridad de Paulo, porq̃ en el sueño de medio dia no ay bastante espacio de tiempo, para poderse cũplir la digestion, y todas las vezes que se interrõpe el sueño antes del cũplimiẽto de la digestion, siguense regueldos azedos, y repiecion del estomago. Y en summa se restara vna indisposion luenga, y llena de pesadumbre. Finalmente segun de lo dicho se collige, La hora idonea para dormir, es despues de cena, y no despues de comida a medio dia, que se dize, prandio y no luego despues de cena, sino despues de auer el manjar descendido al fondon del estomago, y despues de auer passeado suauemẽte, como asaz diximos arriba. Empero para lo q̃ toca sobre qual lado se deue

Idẽ. 1. terc. trac. 3. c. 14

Ra. 25. cõt. cap. 3.

ue dormir, deuemos dezir, que como aya muchas maneras de dormir conuiene a saber, boca abaxo. O inclinado, boca arriba sobre el espinazo que se dize, de cubito supino, sobre vno de los lados, la cabeça en alto, como es quando, es la cabecera alta, o en silla: Aquella manera de dormir sera la mejor que empiece del lado derecho, y despues sobre el yzquierdo, o siniestro hasta que se acabe la digestion, y que despues de acabada se torne al lado derecho, de suerte que en el sueño no aya mas que tres mouimientos, porque si mas en el huuiere, e-estoruar se ha la digestion natural, y el mãjar se bolcara y reboluera de vna parte a otra, y sentirse hã vẽtosidades y ruydo en el vientre como lo dixo Auicena. Porque como dize el mismo en otra parte. El dormir sobre el lado siniestro, es de gran vtilidad para acabar la digestion. La causa es, porque desta manera el higado abraça y comprehende al estomago. Empero el sueño sobre el lado derecho, es causa que el manjar descienda con velocidad. Finalmẽte como lo dize el Conciliador. El que tuuiere el viẽtre humido y deleznable, duerma sobre el lado siniestro, o yzquierdo. Si

Auic. 3. 3. doct. 2. ca. 9
Idem. 13. 3 tract. 3. c. 5.
Conc. diffe. 123.

la

la tuuiere estreñido, duerma sobre el derecho. Y el que fuere de higado caliente, deue guardarse de dormir sobre el lado derecho. Y el que fuere de estomago frio, se deue guardar de dormir sobre el lado yzquierdo. En suma se deue empeçar el sueño sobre el lado derecho, y se deue acabar en el yzquierdo, o siniestro: ansi lo escriuio Aristoteles a Alexandro Magno, diziendo. *Dormi temperate primo super latus dextrum una hora deinde super sinistrum, & illic perfice dormitionem.* Y para que mejor se haga la digestion, deue el hombre dormir cubierto cõ mucha ropa, y tener la cabecera alta, especialmente si el manjar no ha descendido de la boca del estomago, porque si la cabeça esta alta, y lo de mas del cuerpo baxo mas presto se despediran las superfluydades. Y no es malo, como lo dixo Auicena, que se empiece el dormir sobre el lado yzquierdo, porque ansi se traera gran ayuda a los sanos para que se haga la digestion, porque ansi se comprehendera y determina y acrescentara el calor natural: Empero es cosa muy perniciosa y dañosa domir sobre el espinazo, papo arriba, especialmente a los que suelen padescer epilepsia, que es

Auic. Ibidẽ.

es gota coral, o a los que suelen padescer incubo, que es pesadilla, o apoplexia. Finalmente es vn decubito muy malo que engendra aquellas enfermedades, y mas frenesia, y catarros, y toses: y lo mas cierto es causarse pesadilla. La causa es porque enel tal decubito se inclinan las superfluydades y humores a la parte posterior, y se detienen ay y hinchen los ventriculos del celebro, y no se despiden por sus canales acostumbradas, las quales estan en las partes delanteras, como son las narizes, el paladar, los ojos. Esto dixeron Auicena, Rasis, el vno en la 3. del. 1. doct. 2. cap. 9. el otro en el. 25. de su cōt. cap. 3.

EPIGRAMMA MEDICAMENTI
Cathartici Doctoris, Francisci Nuñecii Coriani, ad Serenissimum & Catholicũ Regem Philippum.

¶ Inuentum præsens morbis compluribus aptum
Auscultare uelis, magne Philippe, meum.
Quod licet exiguum fuerit gestamine rerum
Est uirtute potens in medicando malis.
Naribus atque ori gratum minimeque molestum
Euacuat succos cum leuitate malos
Sanguinis omne serum bilemq; expurgat utramque
Viscera confirmat tristitia sensa leuat.
Febribus & morbo thoracis conuenit omni
Renibus atque utero fert properanter opem
Dissipat obscure flatus, educit ichores.
Atque hilares agros euacuando facit.
Mellis arundinei, dauunique interpretis herbæ
Succorum libras sex cape lance pare
Succorumque duas persarum aduinge rosarum
Sanguine quas tinxit cæsus Adonis apro.
Et florum bellæ, cum bos apparuit, Io
Adiicias quantum bis manus una capit.
Et centum insignis quæ mittit pruna Damascus.
Qualia producit nunc Tagus adde libens
Hæc simul immisce Vulcano & decoque donec
Ex toto subsit porcio dimidia.
Quæ colo transfunde aliaque in uase receptam.
Obserua plures optime Burge dies.

Su

Su romance en sonetos.

¶ Gran Rey Philippo sacro y poderoso
ten por bien de escuchar attentamente
este compuesto mio prouechoso
para muchas dolencias, y clemente:
el qual aunque no sea copioso
en las cosas que lleua, ciertamente
para quitar el mal es valeroso,
segun se experimenta entre la gente.

Siendo apazible al gusto y al olfato
sin pesadumbre alguna, sin malicia,
saca el humor maligno, y el ingrato
de dentro de las venas sin porfia:
suele tambien sacar de rato en rato
la colera y triste melancholia,
para males de pechos es muy apto,
para fiebres que vemos cada dia.

Descarga los riñones con presteza,
y tambien la matriz, expelle el viento
del cuerpo con acculta subtileza,
el suero de la sangre y corrimiento.
Toma vna espesa miel que se desteza
de vnas preciadas cañas, y con tiento,
pesa tres libras della con presteza,
pues seran menester para mi intento.

Toma ansi mismo al tãto de los çumos
de la yerua que el dios Nieto de Atlante,

interprete hallo, dos de los çumos
de la rosa de Persia rubicante,
con la sangre de Adonis, por sus humos
muerto en el bosque moço, y biẽ andante
sino que siendo tierno por los duros
montes, acometio la fiera errante.

Vn par de puños toma por entero
de las flores de Isis la graciosa.
quando en vaca tornada fue primero
por Iupiter, temiendo a su celosa
muger, y hermana, y a su rigor fiero,
cien ciruelas tambien de la abundosa
Damasco añadiras, si bien pondero,
es facil de hazer, no graue cosa.

Estas cosas no mas en vno ayunta,
y en manso fuego puestas, cuezan tanto,
que la mitad se gaste en ygual punta,
Despues lo cuela junto, y guarda quanto
el espacio de vn año, se barrunta.

GLOSA.

ANdromacho, y Philon, y Damocrates y otros muchos antiguos y celebres medicos escriuieron sus antidotos, y medicamentos en metros. Andromacho intitulo la composicion de su theriaca a Cesar

ſar Neron en verſo elegiaco, Philon Tharſenſe ſu antidoto llamado de ſu nombre Philonio en el miſmo verſo. Damocrates deſcriuio en verſo iambico, la yerua llamada Iberis, que es admirable para la gota artetica. Y eſto miſmo hizieron lo por dos razones. Lo vno, porque mejor ſe encomendaſſe a la memoria. Lo otro porq̃ nadie pudieſſe añadir, ni quitar, por las quales razones quiſe componer en verſo elegiaco eſta confection hecha a manera de porcion, o xarabe, en la qual experimente auer todas las operaciones que eſtan deſcriptas en el verſo. Eſpecial viq̃ purgaua el ſuero de la ſangre, y los ichores que ſon ciertos humores ſubtiles mordaces y corroſiuos. Por lo qual es cierto que mundifica la ſangre y la purga, la qual virtud prouiene de los mercuriales, de los quales dize Dioſcorides que alimpian la ſangre y la purgan. Digo pues, que ſe tomen ſeys libras de la miel que ſe deſteza, o deſtila de vnas cañas preciadas, quiero dezir, el açucar pues ſe ſaca con artificio de aq̃llas preciadas cañas, ni es mal vocablo deſtezar, pues como dezimos atezar, o que alguno tiene atezado el roſtro, por

el contrario dezimos destezar, o que vno tiene destezado el rostro, que es derretido, o enflaquecido. Ansi dezimos, la miel que se desteza, o derrite de las cañas, y que se tome otro tãto, quiero dezir, otras seys libras delos çumos dela yerua que el dios Nieto de Atlãte, interprete delos dioses hallo, el qual se finge ser Mercurio, quiero dezir delos mercuriales, los quales hallo Mercurio, y porende se dizen mercuriales. Y tomarã dos libras dl çumo delas rosas Persicas, que vulgarmente dezimos de Alexãdria, las quales segun dizen y fingen los poetas, fueron teñidas con la sangre de Adonis, el qual digo que fue muerto por sus humos, porque tuuo demasiada osadia, pues siẽdo niño acometio a vn puerco en el bosque, del qual fue muerto, dize, que fuera bien andante, sino acometiera a aquella fiera, pues era amado de la Deesa Venus. Dos puños tambien de las flores Isis, quiero dezir de las Violetas, las quales se dizen de Isis, o porque se llamã en Griego Ion, del qual nõbre se dixo Isis primero y antes q̃ fuesse a Aegypto, o porque quando Iupiter fue tornada en no uilla, se apareciẽto de la violeta, pues fingẽ

los

los poetas, que Io hija de Inacho, por su hermosura fue amada de Iuppiter, el qual la violo y comprimio, y porque no fuesse el adulterio conoscido de su muger y hermana Iuno, la conuertio en vaca y que Iuno sospechando lo, embio a Argos para que la de tuuiesse y guardasse, lo qual sabido por Iupiter embio a Mercurio para q̃ se la quitasse a Argos, y que Mercurio por quitarse la le mato, y fuesse con la vaca huyedo a Aegypto, adonde Io, se conuertio en su propria figura, y entonces se llamo Isis, y quedo por ydolo en aquella tierra. Dize tambien que se tomen cien ciruelas de la abundosa Damasco, que son las que se dizen Damascenas, y que todo esto se mezcle y junte en vno y se ponga a fuego manso, y cueza hasta que se gaste y consuma la mitad de los çumos, y despues se cuele y se conserue en vn vaso por espacio de vn año poco mas, o menos, Pues barrũtar en Español, no es otra cosa sino acertar poco mas, o menos, por conjectura, danse del comunmente, quatro onças y media, y cinco, segun la edad y complexion y virtud de cada vno, puede darse sin preparacion alguna de xaraues, con solo buen re-

gimiento, es esta que se sigue la recepta.

De açucar muy blanco. De çumo de Mercuriales, de cada cosa seys libras.
De çumo de rosas de Alexandria. lib. 2
De las flores de Violetas. Dos puños.
De ciruelas Damascenas, en num. ciẽto.
Cueza todo hasta que se gastẽ la mitad de los çumos, y cuelese, y guardese.

Deo gracias.

TABLA

Libro Segundo.

cap

sangre

cap.

Libro Tercero.

Libro Tercero

cap.

Libro Quarto.

cap.

Libro Quinto.

cap.

Tractado del vso de las mugeres.

cap.

Impresso en Medina del campo por Francisco del Canto. Año de M. D. Lxxxvj