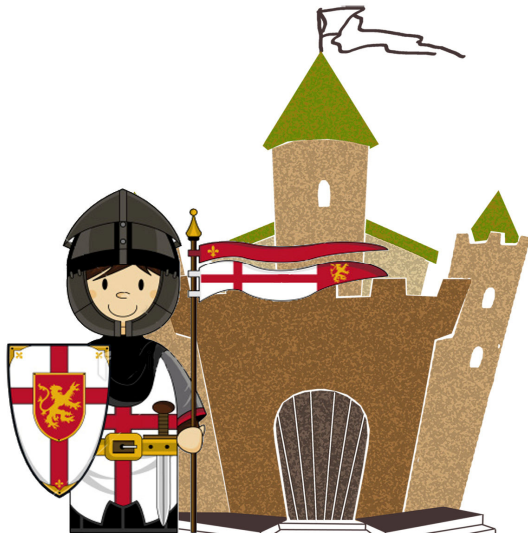




*Jornada gastronómica Medieval
28 de febrero de 2013
Menú alumnos*



Ensalada Doña Jimena

Sopa castellana

Caldereta de cerdo

Cuajada con miel

La Gastronomía en la Edad Media

La sociedad medieval comía generalmente de dos veces al día: El almuerzo, cercano a la hora del mediodía y una merienda ligera.

La comida medieval era ingerida principalmente por ayuda de cucharas estando la otra mano sin otro cubierto. Antes de la comida y tras el transcurso de la misma se ofrecía a los asistentes palanganas con agua y unas toallas para que se adecentaran la cara y las manos, limpiándolas

Las carnes más populares eran el cerdo y el pollo. El cereal se consumía sobretodo en forma de pan, los granos que empleaban para hacerlo eran centeno, cebada, mijo y avena.

Una de las fuentes más importantes de proteína eran legumbres como los garbanzos, habas y guisantes.

La fruta era muy consumida y las verduras se empleaban casi siempre para potajes.