

# Índice

INTRODUCCIÓN . . . . .	9
CAPÍTULO I. VIEJOS Y NUEVOS ALIMENTOS Y SABORES . . . . . 15	
El pan, «sustento común de los hombres» . . . . .	15
El vino «más puro y regalado» . . . . .	27
«La carne, carne cría» . . . . .	40
«Después de Dios, la olla» . . . . .	61
Días de pescado . . . . .	70
Ensaladas, gazpachos y potajes . . . . .	89
Entre el aceite y el tocino . . . . .	105
Sabores, aromas y colores . . . . .	112
La magia del dulce . . . . .	120
Productos americanos: de exóticos a cotidianos . . . . .	129
El triunfo del tomate . . . . .	133
La patata, un nuevo maná . . . . .	138
CAPÍTULO II. COMER EN PALACIO . . . . . 149	
La cocina francesa en la corte española . . . . .	149
Los productos de la mesa regia . . . . .	151
Los platos y menús reales . . . . .	157
Felipe V: comer a la francesa . . . . .	166
Fernando VI: continuidad y economía . . . . .	169
Carlos III: «comía bien» . . . . .	171
Carlos IV: una nueva cocina española . . . . .	179
El cuerno de la abundancia . . . . .	188

Los invitados del rey . . . . .	202
Los «Oficios de Boca» en la corte española. . . . .	213
CAPÍTULO III. LA COCINA RELIGIOSA . . . . .	227
Ayunos y abstinencias . . . . .	227
Cocina monástica: los benedictinos . . . . .	231
Cocina conventual: los capuchinos. . . . .	247
El ritual del refectorio . . . . .	257
Haciendo cuentas. . . . .	271
Tentaciones irresistibles. . . . .	275
CAPÍTULO IV. COCINAS Y MESAS COTIDIANAS. . . . .	289
Aprender a comer bien . . . . .	289
Comer en Madrid, comer en Barcelona . . . . .	304
Una mesa familiar . . . . .	311
Comer en los pueblos. . . . .	320
El hambre y los hambrientos . . . . .	328
Cocina española frente a cocina francesa . . . . .	338
Cocineros y libros de cocina . . . . .	342
CAPÍTULO V. EL PLACER DE COMER, EL PLACER DE VIVIR. . . . .	363
Banquetes de boda . . . . .	363
Tiempos de festines y convites. . . . .	373
La pasión del chocolate . . . . .	383
Los «refrescos» . . . . .	393
La nueva moda del café . . . . .	399
Los cafés: conversación y entretenimiento . . . . .	404
CAPÍTULO VI. COCINAS Y MESAS DE PASO. . . . .	425
La aventura de comer en el camino. . . . .	425
Itinerarios y precios . . . . .	434
Extraños compañeros de mesa . . . . .	445
Posadas y mesones . . . . .	450
BIBLIOGRAFÍA . . . . .	463
ÍNDICE DE RECETAS . . . . .	475