

VISITA NOVA À HISTÓRIA ANTIGA DAS HORAS DE COMER

Lima Reis JP

lima.reis@netcabo.pt

O nosso conhecimento sobre os horários das refeições praticados pelos portugueses, desde a fundação da nacionalidade até ao final do reinado de D. Dinis, é muito limitado por falta de documentação capaz de satisfazer a nossa curiosidade e, portanto, tudo que possamos escrever sobre o assunto não passará de mera conjectura. Só a partir do início do século XIV, mais precisamente desde que D. Afonso IV subiu ao trono, ficamos a saber, através da sua Pragmática, redigida com a finalidade de pôr cobro ao esbanjamento causado pela prática de repetidos excessos alimentares levada a cabo pelos seus súbditos mais afortunados, que as refeições principais para os ricos eram duas: o jantar e a ceia, correspondentes respectivamente ao almoço e jantar do nosso dia a dia actual. Contudo, essa caracterização, feita com propósito legislativo, está longe de eliminar a coexistência de outras designações para as mesmas refeições ou desautorizar a presença de comeres intercalares inominados que surgiriam mediante os impulsos do apetite, a conveniência pessoal e razões sociais.

Assim, Martim Soares, trovador contemporâneo de D. Sancho II, numa das trovas de que temos registo, afirma: *“E pois, quando me vejo em meu lazer, merendo logo; e pois vou mia via”*. Graça Lopes, na sua edição das Cantigas de Escárnio e Maldizer, admite esta merenda como sinónimo do almoço actual e, portanto, do jantar da época. Como veremos, esta equivalência, era igualmente aceite por Raphael Bluteau de que adiante falaremos.

Por outro lado, o cronista Fernão Lopes, através de relatos que nos servem de exemplo, descreve-nos momentos de lazer, não coincidentes com os das refeições fixadas e nomeadas, durante os quais eram consumidos alimentos. Porém, no que respeita à composição dessas pequenas refeições entremeadas, não permite grandes voos ao nosso imaginário posto que nos repete serem constituídas apenas por vinho e fruta. Na crónica de D. Pedro, por exemplo, descreve-nos o rei Justiceiro, exausto depois de uma noite de folgança, a chegar ao paço e a procurar, dessa maneira, recuperar do esforço dispendido e, num outro episódio, este ocorrido no reinado de D. Fernando, ficamos a saber pelo registo do cronista que, a convite de sua prima Isabel, *“àquela sesta veio o conde de Barcelos”* e *“naquele dia à tarde, depois de terem dançado”, “serviram-se de vinho e de fruta”*. Portanto, refeições casuais em momentos distintos, sem designações específicas, uma nocturna, ditada por necessidade individual resultante do esforço dispendido, outra, à tarde, com o objectivo de promover convívio social.

Noutros momentos da nossa história voltarão a surgir referências a elas nas descrições deste ou de outros cronistas. No reinado de D. João I aparecem enriquecidas com confeitos e, no de D. Manuel, para confraternização de nobres, cavaleiros e fidalgos que frequentavam a corte, descrevem-se como compostas por frutos frescos e de conserva acompanhados por confeitos da Madeira. Contudo, nunca os seus autores lhes atribuem qualquer designativo que viesse a possibilitar estabelecer paralelo com refeições actuais o que nos sugere que não tinham horário pré-definido, eram de carácter incidental e, por isso, não careciam de nome próprio.

D. Duarte, no Leal Conselheiro, escrito entre 1435 e 1438, estabelece horários precisos aos comeres principais. Na sua época o jantar ocorria cerca do meio-dia e a ceia tinha lugar às sete ou oito da tarde. Senão vejamos, *“Olbe bem que, se jantar muito, que ceie temperadamente, pondo entre um comer e outro VII ou VIII horas”*. E, mais adiante, *“Se por andar caminho ou algum outro trabalho passar muito a bora de comer, assim que seja uma hora ou duas depois meio-dia, coma temperadamente sobre o pouco, e no outro comer se pode entregar. E assim se faça na ceia, porque uma das cousas que muito estorvam o estômago e todo o corpo é sobre grande trabalho, passando as horas do jantar ou da ceia, a uma vez comer muito. E se jantar assim tarde e vir que come muito, escuse a ceia, ou seja tão pouca que não possa empachar”*. Também parece claro pela leitura do texto que as refeições, intercalares ou substitutivas, por razão de atraso fortuito ou ocupação impeditiva, deveriam ser, no seu entender, caso houvesse necessidade

delas, parcimoniosas e portanto pouco diferentes das que descrevemos. Por outras palavras, na prática o almoço e o jantar pontificavam, eram marcos de referência na vida quotidiana das gentes do século XV e era sobretudo nessas refeições que se deviam entregar à satisfação das suas necessidades alimentares.

Tal como D. Duarte, o poeta Luís Anriques, que sabemos ter participado na conquista de Azamor em 1513 e se encontra representado no Cancioneiro Geral de 1516, mantém, a propósito das suas preferências culinárias, o registo de duas refeições principais: “*Mas é certo que daria do /seu muito por acabar /almôndegas ao jantar /e cear /este manjar cada dia*”.

Garcia de Resende (1470-1536) dá-nos exemplo semelhante, também em verso, e deixa confirmados apenas dois tempos básicos para restauração: “*Tereis, senhor, ò jantar /vaca magra sem toucinbo, /com seu quartilho de vinbo, /com que possais jarrear, /e não me chamar mesquinbo. /À ceia da vaca fria, /rabão, queijo, e salada, /é comer que o corpo cria: /o mais é velbacaria, /e fazenda mal gastada*”.

Contudo, a leitura da obra do seu contemporâneo Gil Vicente (1465-1536) demonstra claramente que, na época em que ambos viveram, outras refeições haveria que a sua não contempla. Assim, Gil Vicente, utiliza os termos almoço e merenda, este já referido, como designativos possíveis de repastos diferentes dos já consagrados desde o século XIII e, um pouco mais tarde, Jorge Ferreira de Vasconcelos (1515-1585?) na sua obra *Comédia Eufrosina*, datada de 1555, também recorre à designação almoço para caracterizar uma refeição da sua heroína.

Na Tragicomédia Pastoral da Serra da Estrela, representada em 1527, Gil Vicente, ao versejar os desejos do ermitão revela-nos que: “*À ceia e jantar perdiz, /ao almoço moxama /e vinbo do seu matiz*”. O almoço surge-nos aqui, indubitavelmente, como refeição adicional, porém, é impossível temporizá-la, não só porque o autor é omissivo no que respeita à hora a que seria tomada, mas também porque, dada a natureza da sua composição – peixe seco salgado acompanhado de vinho – não é fácil estabelecer-lhe paralelo com qualquer das refeições intercalares actuais.

Jorge Ferreira de Vasconcelos, na obra que citamos, datada de 1555, levanta a ponta do véu e permite-nos, através do diálogo entre Eufrosina e Sílvia de Souza, estabelecer com alguma precisão o momento do dia em que tinha lugar. Diz Sílvia: “*Quereis senhora que vamos sábado muito cedo a nossa Senhora da Esperança?*”, dirá a protagonista logo adiante, “*eu vos direi como será, farei que me dói a cabeça, e que me prometi lá em romaria, e meteremos minba ama por rogador, e vós, e ela ordenareis o almoço*”.

O almoço seria, portanto, uma refeição tomada pela manhã, e, se atentarmos no que ficou registado no Livro da cozinha de El-Rei (1524) como dotação alimentar atribuída ao Infante D. Luís: “*item, seis galinbas assadas e uma cozida e outra para almoçar que foi fora*”, bem podemos concluir que tinha composição variável, pois tanto poderia ser moxama, como frango cozinhado e que, durante o século XVI, esta refeição já estava introduzida nos hábitos alimentares dos portugueses, se não com regularidade, pelo menos com carácter esporádico.

Gil Vicente, como vimos, deixou também escrita a palavra merenda. No Clérigo da Beira, Duarte, um dos personagens, afirma: “*Porque é certo que eu vos vi /Levar já a merenda à vinha*”. Fica assim enumerada uma hipotética quarta refeição, e, como almoço era forçosamente distinto do jantar e da ceia visto que as três refeições são mencionadas conjuntamente ao enumerar os desejos do ermitão, a merenda, levada a quem trabalhava na vinha, tanto podia ser, por razões de ofício, uma versão aligeirada do jantar, como uma refeição ao meio da tarde ou antes do sol posto.

Raphael Bluteau, autor do Vocabulário de Português que começou a editar-se em 1712 e em cuja dedicatória lembra a D. João V que se trata de um trabalho de recolha feito ao longo de trinta anos, diz-nos com precisão que merenda é “*comida entre dia*”, “*o que se come entre o jantar & a ceia*”. Contudo, esclarece “*que antigamente se chamava merenda, o que se comia pelo meio-dia, que era pouca coisa, esperando comer a propósito para a ceia*”. Mais adiante, citando os “*Etimológicos*”, explica que “*esta comida foi chamada Merenda, como quem dissera, Meridiana*”, e prossegue acrescentando que “*querem outros que Merenda venha de Mereri porque era comida, que se tomava depois de a ter merecido, trabalhando até ao meio-dia*”.

Não sabemos a dimensão cronológica do “*antigamente*” usado pelo dicionarista nas suas considerações sobre a origem da palavra merenda, mas quer-nos parecer que autoriza fazê-la equivaler a jantar na interpretação da trova de Martim Soares. Também na obra de Gil Vicente, considerando que ele foi um dos autores que Bluteau estudou e acatando a sua sugestão, a merenda referida poderia, sem grande esforço de imaginação, designar um pequeno e merecido repasto depois do trabalho feito na vinha.

D. Francisco Manuel de Melo, já a usa com o significado que lhe viria a ser atribuído em 1712. Diz-nos o escritor da Carta de Guia de Casados (1650) que “*a gente de não grandes pensamentos, nada tanto a satisfaz*”.

como o bom pasto, que é felicidade, ou trabalho que padecem duas vezes ao dia” mantendo assim o registo de duas refeições principais. Porém, adiante, acaba por nos revelar que “*uma coisa que antigamente entre as amigas se chamava púcaro de água, passou a ser merenda, e de merenda a banquete*”. E, se atendermos à contextualização e à descrição que nos faz da sua composição, “*um bom prato de cidrão mole, com que, apesar da sua careza, a mulher servia de ordinário nestes seus convites*”, somos levados a supor que se tratava de uma refeição tomada durante a tarde. De resto, novamente Bluteau, elucida-nos que púcaro de água “*também se chama um comer, que não é jantar, nem ceia*” e cita como referência Domingos Rodrigues (1637-1719). O facto é que o autor da Arte de Cozinha nos fala “*De um comer, que não seja jantar, nem púcaro de água mas comer para uma jornada*” sugerindo que as duas refeições apareceriam por essa ordem e que o copioso repasto que nos detalha sob tão extenso título serviria para as substituir e prolongar o ágape até à ceia.

Este púcaro de água a que se referem os autores citados parece-nos evidente tratar-se do avô ortográfico daquilo que hoje designamos por copo de água e que António de Moraes Silva (1755-1824) dicionarizou como “pequena refeição” com que se pretende obsequiar alguém numa ocasião festiva. O tempo e as modas encarregaram-se de orientar a sua evolução no sentido que D. Francisco Manuel de Melo descreve com ironia, isto é, passou de merenda modesta a banquete de facto.

Em 1715, Francisco Borges Henriques, provavelmente cozinheiro de uma casa senhorial, deixou manuscrito a propósito do uso do café (Códice 7376 da Biblioteca Nacional) que este se deve tomar “*pela manhã de almoço em jejum sobre alguma coisa com uma fatia de pão com manteiga e depois de jantar duas xícaras passado quatro horas e o café com leite é só para as manhãs e de noite tira o sono*”. Apesar do português embrulhado é possível entender que o almoço que sugere é a primeira refeição do dia e que poderia ser, tal como hoje acontece, café com leite e pão torrado com manteiga.

Raphael Bluteau esclarece, se dúvidas restassem, que almoço é o que se come pela manhã, ceia é a comida da noite e, como vimos, merenda é o que se come entre o jantar e a ceia, permitindo-nos estabelecer com algum rigor os horários aproximados das quatro refeições principais. Portanto, podemos concluir que no final do século XVII e no princípio do século XVIII, não só essas refeições estavam perfeitamente individualizadas, como também se encontravam sugeridos os tempos próprios para as tomar.

Contudo, como revela Francisco da Fonseca Henriques (1665-1731) na sua obra Âncora da Saúde, as refeições de instituição mais recente não eram prática geral: “*A maior parte dos homens come ao jantar, e à ceia; e é o que basta para conservação da natureza, e nutrição do corpo. Outros também almoçam e merendam. A hora de jantar deve ser das onze até ao meio-dia; e a da ceia das nove até às dez da noite*”.

O autor, médico de D. João V e responsável pelo apego do monarca aos tratamentos termiais, deixa-nos assim bem claro o que se passava no seu tempo mas, com sarcasmo, não se coíbe de nos demonstrar que, aquilo que recomenda e tem como mais saudável, está longe de ser prática generalizada: “*Os cavalheiros, a quem sempre amanhece mais tarde, almoçam pelas onze horas, jantam pelas duas da tarde, merendam quando a outra gente ceia, e vêm a ceiar pela meia-noite. Mas assim com esta ordenada desordem, com que foram nutridos, e criados, se acham muito bem; que são grandes os privilégios da criação, e os poderes do costume*”.

Apesar da crítica implícita ao desregramento ordenado dos afortunados, logo temperada com a desculpabilização elegante a que a nobreza obrigava, os maus costumes mantinham-se e o almoço pelas duas horas era ainda prática corrente nos tempos de Nicolau Tolentino (1740-1811) como se pode comprovar no fragmento de uma poesia em que o autor espera ver repetida a dádiva de um seu benfeitor: “*Em soando as duas horas /Sabei que esta cara minhã /Tem longos, ávidos olbos, /Fitos na vossa cozinhã*”.

No que respeitava aos trabalhadores, a quádrupla ingestão diária que Francisco Henriques estabelece como norma para todas as classes sociais, estava perfeitamente justificada: “*Os rústicos, que trabalham, e se exercitam muito, comem, e bebem largamente quatro vezes no dia sem ofensa; nem poderiam trabalhar muito, se não comessem tanto*”.

Contudo, ao analisar de um modo geral o ritmo das refeições, segue de perto os sábios avisos de El-rei D. Duarte no Leal Conselheiro e não se furta a duas advertências: “*uma é, que aos almoços, e merendas se tome tão pouco alimento, que não sirva de embaraço para jantar, e ceiar às horas costumadas. A outra é, que ninguém coma, enquanto sentir, que o estômago não tem cozido o alimento antecedente*”. Como Bluteau, deixa bem explícito nas suas recomendações que o almoço antecede o jantar, assim como a merenda antecede a ceia, e acrescenta que a abundância das refeições interpoladas deve pesar na decisão sobre volume e qualidade do que se haverá de comer na refeição seguinte.

Mais adiante vai precisar o seu pensamento sobre a quantidade do que se ingere nas refeições principais afirmando que “*sem embargo de razões tão válidas, nem dizemos, que o jantar baja de ser maior que a ceia, nem que a ceia baja de ser maior que o jantar. O que julgamos é, que não excedendo os limites da moderação, não importa que a ceia seja maior do que o jantar, nem que este seja mais largo que a ceia*”, isto é, o importante é o comedimento e este deve ser a regra.

Frei João de Mansilha (1711-1780), com a cumplicidade do Marquês de Pombal, tentou pôr cobro aos desmandos do clero no que respeitava ao consumo alimentar excessivo resultante da não observância de normas impeditivas do gravoso pecado da gula. Assim, o dominicano, como pode verificar-se em carta escrita em 1775 à Madre Priora do Real Mosteiro de Jesus da cidade de Aveiro, ordenava que as refeições diárias deveriam ser apenas duas, jantar e ceia, e indicava detalhadamente os géneros alimentares que, ao longo do ano, as deviam compor em dias normais e de abstinência. E, como estava com a mão na massa, aproveitava para proibir fabrico de doces para comércio ou favorecimento. O rigor e temperança que requeria das religiosas tê-lo-á levado a limitar o número de refeições e, porque não lhes determina horário, depreende-se que deveriam seguir o que era usual na época.

Claro que a sobriedade imposta na correspondência de João de Mansilha, quer através da fixação de ementas, quer da limitação do número de refeições permitidas, tinha como alvo exclusivo a prática alimentar conventual, porque, para cá dos muros dos mosteiros, continuavam a manter-se os costumes descritos alguns anos antes por Fonseca Henriques e seguidos pelo próprio Marquês. Basta lembrar que, durante o reinado de D. José e por determinação oficial do seu primeiro-ministro, os meninos do Real Colégio dos Nobres tinham direito a quatro refeições. O almoço era constituído por biscoitos com pão torrado, manteiga e, em alternância, café ou chá com leite. Às sextas-feiras a ementa sofisticava-se e havia chocolate com leite e pão-de-ló. A merenda era de meio pão com queijo ou duas frutas da quadra.

Se atentarmos na composição deste almoço dos meninos e o compararmos com o sugerido por Borges Henriques, verificamos que, em poucas dezenas de anos, o que hoje chamamos pequeno-almoço, apelidamos de “continental” e ainda merece a escolha de uma grande parte da população do nosso país, parece ter começado a individualizar-se como escolha possível para gente de posses a partir da alvorada do século XVIII e ter chegado incólume aos dias de hoje.

Já no final do século, Bocage (1765-1805), não se dispensou de nos legar ao sabor da métrica a sua cadência alimentar: “*De cerúleo gabão não bem coberto, /Passeia em Santarém chuchado moço, /Mantido às vezes de sucinto almoço, /De ceia casual, jantar incerto*”. A merenda ausente não coube na poesia por razões económicas óbvias e, pela ditadura da rima, trocaram de posição jantar e ceia.

A entrada no século XIX faz-se assim, independentemente do horário variável com a classe social e obrigações laborais, com quatro refeições bem definidas. A primeira, depois de acordar, chamavam-lhe almoço; a segunda, entre o meio-dia e as duas da tarde conforme a hora da primeira, tinha o nome de jantar; a terceira, a meio da tarde, era a merenda, cuja ocorrência era também determinada pela da refeição anterior e, finalmente, a ceia que sobrevinha entre as oito e a meia-noite.

O avanço progressivo dos horários primordiais, arrastou consigo as denominações registadas em épocas anteriores, de modo que, no século XX, o almoço passou a ter lugar entre o meio dia e a uma hora da tarde, o jantar aproximou-se das oito, atirou a ceia para horas tardias e ditou que se tornasse facultativa. Criava-se assim a necessidade de que o almoço antigo fosse rebaptizado e, talvez para caracterizar a sua modéstia, o nome de pequeno-almoço veio a calhar embora primeiro almoço fosse muito mais elucidativo.

Difícil é perceber qual a razão lexical que levou a crismar a velha merenda com o nome britânico de lanche obrigando a que a designação, tanto século em voga, perdesse o lugar que adquirira e passasse a designar, para a maioria, uma comida que se leva na mão como recurso alimentar para utilizar consoante as necessidades. Lembremos a propósito que, na primeira metade do século XX, essa comida de emergência era levada em cestos apropriados para o fim em vista que davam pelo nome de merendeiros. Palavra que, diga-se, originalmente designava pãezinhos de fabrico caseiro feitos para as crianças e que, muito provavelmente, se destinavam a alimentá-las durante a tarde.

A necessidade de estrangeirismos renovadores que, muitas vezes a despropósito, entendemos necessários para caracterização de novas formas de alimentação trouxe-nos, no final do século passado, a adopção de pelo menos dois termos que não podemos ignorar e que constituirão matéria de debate para os historiadores do futuro. Um é “snack”, que teria sido utilíssimo a Fernão Lopes para denominar os comeres intercalares das personagens que descreve nas suas crónicas porque não lhe ocorreu, ou não estava em uso, o designativo de bucha. Outro é bufete, uma espécie de púcaro de água vistoso e cronometrado que, envolvendo o conceito recente de auto-abastecimento, pode substituir qualquer das refeições que o tempo consagrou e acabará por

erodir. Possibilita a libertação das paixões da alma permitindo competição cerrada pelo melhor bocado entre convivas aguerridos e subtrai em despesa com pessoal de serviço o que raramente investe na qualidade do que oferece.

REFERÊNCIAS

1. António de Morais Silva. Dicionário Compacto da Língua Portuguesa. Editorial Confluência Lda; 7a Edição, 1992.
2. Bocage. Poesias. Círculo de Leitores, Lda; 1974.
3. Domingos Rodrigues. Arte de Cozinha. Prólogo, leitura, notas e glossário de Maria da Graça Pericão e Maria Isabel Faria. INCM; 1987.
4. Fernão Lopes. Crónicas. Campo das Letras; 2007.
5. Frei João de Mansilha. A História Escandalosa dos Conventos. Vega; 1983.
6. Francisco da Fonseca Henriques. Âncora Medicinal. Oficina da Música; 1730.
7. Francisco Manuel de Melo. Carta de Guia de Casados. Editorial Verbo; S/D.
8. Graça Videira Lopes. Cantigas de Escárnio e Maldizer. Editorial Estampa; 2002.
9. Gil Vicente. Obras de Gil Vicente. Ed. Lello & Irmão; 1965.
10. José Pedro de Lima Reis. Algumas Notas para a História da Alimentação em Portugal. Campo das Letras; 2007.
11. José Pedro de Lima Reis. As refeições e os seus horários desde a fundação da nacionalidade. *Endo* 2009 3:3-5.
12. José Pedro de Lima Reis. Comer no século XVIII, segundo Francisco da Fonseca Henriques. *Alim Hum.* 2009 15:3-8.
13. Maria José Azevedo Santos. Jantar e Cear na Corte de D. João III. Câmara Municipal de Vila do Conde; 2002.
14. Nicolau Tolentino de Almeida. Obras Completas. Castro, Irmão & Ca; 1861.
15. Raphael Bluteau. Vocabulário Portuguez & Latino. Lisboa: Oficina de Pascoal da Sylva, Impresor de Sua Magestade; MDCCXVI.
16. Roby Amorim. Da mão à Boca. Edições Salamandra; 1987.
17. Isabel M. R. Mendes Drumond Braga. Do primeiro almoço à ceia. Colares Editora; 2004.