

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

***PROSIT!* UNA PROPUESTA DIDÁCTICA SOBRE
ALIMENTACIÓN Y COCINA ROMANAS BASADA
EN EL ABP**

AUTORA: ISABEL PASTOR COBAS

TUTORA ACADÉMICA: VICTORIA RECIO MUÑOZ

MÁSTER EN PROFESOR DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
OBLIGATORIA Y BACHILLERATO, FORMACIÓN PROFESIONAL Y
ENSEÑANZA DE IDIOMAS

ESPECIALIDAD EN LATÍN Y GRIEGO

CURSO ACADÉMICO 2020-2021

RESUMEN

Presentamos una propuesta didáctica sobre la alimentación y cocina romanas basada en el Aprendizaje Basado en Proyectos para Latín de 4º de ESO. Es interdisciplinar porque participan los alumnos de la asignatura optativa Cultura Científica. Está acompañada de un breve análisis de las fuentes clásicas latinas que hacen referencia a los temas más importantes y representativos de la alimentación y cocina romanas, así como de una explicación somera de la metodología empleada, el ABP.

PALABRAS CLAVE

Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), propuesta didáctica, alimentación romana, cocina romana, Latín, Cultura Científica, Educación Secundaria Obligatoria.

ABSTRACT

We present a didactic proposal on Roman food and cuisine based on Project-Based Learning and targeted to 4th ESO students of Latin. It is interdisciplinary because it involves the participation of students from the optional subject Scientific Culture. It is accompanied by a brief analysis of classical Latin quotations that refer to the most important and representative topics of Roman food and cuisine, as well as a concise explanation of the methodology used, the PBL.

KEYWORDS

Project-Based Learning (PBL), didactic proposal, Roman food, Roman cuisine, Latin, Scientific Culture, Compulsory Secondary Education.

ÍNDICE

Resumen y palabras clave.....	3
I. INTRODUCCIÓN.....	7
II. BREVE REPASO A LAS FUENTES LATINAS SOBRE LA ALIMENTACIÓN Y COCINA ROMANAS.....	13
2.1. Cereales.....	13
2.2. Legumbres, frutas y verduras.....	15
2.3. Dulces.....	17
2.4. Carne: consumo porcino.....	21
2.5. Condimentos.....	27
2.6. Las tres comidas: frugalidad y excesos.....	29
2.7. Una dieta especial: la dieta de los gladiadores.....	35
III. EL ABP COMO METODOLOGÍA DIDÁCTICA.....	39
3.1. El ABP, un poco de historia.....	40
3.2. Qué es y en qué consiste el ABP.....	41
3.3. Objetivos del ABP.....	42
3.4. Beneficios y dificultades del ABP.....	43
IV. PROPUESTA DIDÁCTICA: “ <i>PROSIT!</i> UN RECORRIDO CULINARIO A TRAVÉS DE LOS 5 SENTIDOS”.....	49
4.1. Contexto.....	49
4.2. Fase 1: selección temática.....	51
4.3. Fase 2: análisis de contenidos.....	59
4.4. Fase 3: análisis didáctico.....	60
4.5. Fase 4: diseño didáctico.....	63
4.6. Fase 5: difusión del producto final.....	74
4.7. Fase 6: evaluación.....	75
4.8. Atención a la diversidad.....	83
V. CONCLUSIONES.....	85
VI. BIBLIOGRAFÍA.....	87
VII. ANEXOS.....	93

I. INTRODUCCIÓN

Justificación

Presentamos este Trabajo de Fin de Máster como requisito previo para la obtención del título del Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.

El trabajo consiste en una propuesta didáctica sobre la alimentación y cocina romanas basada en el Aprendizaje Basado en Proyectos —a partir de ahora ABP— para Latín de 4º de ESO. Esta propuesta didáctica, que hemos titulado “*Prosit!* Un recorrido culinario a través de los 5 sentidos” es interdisciplinar porque participan los alumnos de la asignatura optativa Cultura Científica. El proyecto en cuestión tiene como producto final un museo interactivo con actividades elaboradas por los propios alumnos. Su carácter interactivo se explica porque hay salas en las que los visitantes utilizarán los 5 sentidos: el oído, pues podrán oír audios y vídeos explicativos; la vista, pues podrán ver murales y vídeos explicativos y leer recetas; el gusto, pues podrán degustar recetas romanas; el olfato, pues podrán realizar una cata a ciegas de algunas de las especias más consumidas por los romanos; y el tacto, pues podrán colocar en una pirámide alimenticia unas tarjetas con los nombres de los alimentos según consideren.

La elección de este tema parte de una motivación personal: trabajar la aplicación didáctica de la alimentación y cocina romanas. Asimismo, durante las prácticas del máster en el IES Vega del Pirón (Carbonero el Mayor) expliqué a los alumnos de 4º de ESO este tema. Aunque ya intuía que era un tema atractivo para ellos, ya que tiene relación directa con la actualidad y su entorno próximo, reforcé la idea de enfocar mi trabajo sobre ello al ver el nivel de interés y motivación que mostraron los alumnos y la forma en que disfrutaron durante las sesiones en que expuse este tema.

Además, considero que tratar la vida cotidiana, en general, y la cocina, en particular, es muy importante y adecuado al nivel: en primer lugar, porque en cursos más avanzados se dedica menos tiempo al bloque de cultura y civilización; en segundo lugar, porque los conocimientos que adquieren sobre la alimentación de los romanos en la Antigüedad pueden servirles para comprender la alimentación y las formas tradicionales de cocinar y conservar los alimentos que aún perduran en la actualidad. Es también una manera de analizar las semejanzas y diferencias entre algunas dietas del pasado y las existentes hoy en día. Y, por último, y no menos relevante, el hecho de analizar las

costumbres culinarias romanas, así como leer y cocinar ellos mismos recetas antiguas contribuye a acercar al alumnado adolescente a un mundo que les es a veces muy distante.

Igualmente, el entorno del centro en el que he contextualizado mi trabajo y sus propias características presentaban unos aspectos muy favorables a la temática del trabajo. El centro escolar IES Vega del Pirón está situado en un entorno donde predominan las actividades agrícolas y ganaderas, industrias alimenticias y cárnicas. Además, el centro cuenta con el Sello de “Vida Saludable” y su respectivo programa con diferentes líneas de actuación, entre las que está la alimentación saludable. El Sello de “Vida Saludable” es un distintivo público que el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte otorga a aquellos centros que promueven el desarrollo de prácticas de vida saludable y una educación física que permite el correcto desarrollo de los alumnos tanto a nivel personal como social.

Asimismo, hemos elegido la metodología ABP porque viene avalada por la propia legislación vigente:

En el anexo I.A. titulado “Principios metodológicos de la etapa” de la Orden EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León, se establece lo siguiente:

Los procesos de enseñanza y aprendizaje deben proporcionar al alumno un conocimiento sólido de los contenidos, al mismo tiempo que propiciar el desarrollo de hábitos intelectuales propios del pensamiento abstracto, tales como la observación, el análisis, la interpretación, la investigación, la capacidad creativa, la comprensión y expresión y el sentido crítico, y la capacidad para resolver problemas y aplicar los conocimientos adquiridos en diversidad de contextos, dentro y fuera del aula, que garanticen la adquisición de las competencias y la efectividad de los aprendizajes.

Todos estos hábitos intelectuales del pensamiento abstracto, como veremos más adelante, se trabajan en el proyecto que hemos diseñado a través de las diferentes tareas que culminan en un producto final.

Asimismo, la ley respalda y recomienda la introducción del trabajo por proyectos para fomentar el aprendizaje por competencias y potenciar el aprendizaje autónomo del alumno:

La metodología, por tanto, ha de estar orientada a potenciar el aprendizaje por competencias por lo que será activa y participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el aprendizaje colaborativo, la búsqueda selectiva de información y, finalmente, la aplicación de los aprendido a nuevas situaciones. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación. En esta línea, el trabajo por proyectos es especialmente relevante.

Objetivos del TFM

Los objetivos que se pretende lograr con este trabajo son los siguientes:

- ❖ Buscar y analizar las fuentes latinas que hagan referencia a determinados temas sobre la alimentación y cocina romanas en época clásica.
- ❖ Seleccionar los textos con los que van a trabajar los alumnos.
- ❖ Profundizar en la metodología del ABP.
- ❖ Utilizar el ABP, una metodología activa, dentro de las asignaturas de Latín y Cultura Científica de 4º de ESO.
- ❖ Elaborar una propuesta didáctica sobre la alimentación y cocina romanas integrada en un proyecto interdisciplinar, en el que estén involucrados los alumnos de Latín y Cultura Científica de 4º de ESO, teniendo en cuenta los contenidos, objetivos, estándares de aprendizaje y criterios de evaluación de ambas asignaturas.
- ❖ Integrar contenidos de los bloques de morfología, sintaxis y léxico con el de cultura y civilización en un mismo proyecto, facilitando así el aprendizaje conjunto de los contenidos.
- ❖ Diseñar y proponer un proyecto atendiendo al entorno y las características del centro escolar donde se va a desarrollar.
- ❖ Crear actividades que cumplan con el currículo y que a la vez resulten atractivas y motivadoras a los alumnos.
- ❖ Aprender la influencia que ha tenido la alimentación y la forma de cocinar de los romanos en nuestra cocina actual.

- ❖ Elaborar una evaluación acorde a la metodología empleada.
- ❖ Mejorar el conocimiento y el uso responsable de las TIC.

Metodología

En primer lugar, barajamos varias metodologías activas para tratar este tema. Finalmente, nos decantamos por el ABP pues creímos que era el más adecuado por varias razones: mediante el ABP los alumnos pueden leer, investigar, analizar, desarrollar su capacidad crítica, sacar conclusiones; comparar lo leído con lo investigado; discernir entre fuentes fiables y no fiables; desarrollar su autonomía y responsabilidad individual y grupal; divulgar lo aprendido y celebrar el aprendizaje, aspecto muy importante dentro del ABP, como más adelante veremos.

Una vez elegida la metodología, estructuramos el trabajo en tres bloques.

En primer lugar, decidimos hacer un breve repaso, y no un análisis en detalle, a las fuentes clásicas latinas más destacables para disponer de la documentación textual del proyecto didáctico.

Dado que la información que se encuentra en los autores latinos es muy extensa, hemos buscado referencias únicamente a una serie de temas, pues nos parecían los más representativos y, al mismo tiempo, atractivos para nuestros alumnos.

Los temas son: cereales; legumbres, frutas y verduras; consumo porcino; dulces; condimentos; las comidas diarias (*ientaculum*, *prandium* y *cena*); frugalidad y excesos; la dieta de los gladiadores.

Para buscar la información sobre los temas elegidos, hemos partido principalmente de los siguientes trabajos: el libro *L'alimentation et la cuisine à Rome* de Jacques André; *La cocina del imperio romano y su historia* de Longinos Luis Benavides-Barajas; *Culinary aspects of ancient Rome: ars cibaria* de Almudena Villegas Becerril; el capítulo “Los placeres de la buena mesa en Roma” de Mercedes Montero Montero en el libro *Ars Vivendi. La buena vida en Grecia y Roma* y el capítulo “La gastronomía en Roma” de José A. Sánchez Marín del libro *En Grecia y Roma VI: más gentes y más cosas*.

Asimismo, hemos tomado los textos latinos de las ediciones críticas más usadas como Les Belles Lettres u Oxford. Además, hemos incluido las traducciones al castellano, buscando que fueran lo más actuales posibles, pues estas traducciones son los textos con

los que van a trabajar los alumnos y, por tanto, deben ser adecuados a su nivel. En aquellos autores que no existe traducción castellana hemos incorporado la nuestra.

En segundo lugar, hemos explicado de manera sucinta la metodología elegida, el ABP: su historia, qué es y en qué consiste. Asimismo, hemos analizado las características más importantes, los objetivos que pretende, los beneficios y las dificultades que comporta.

Por último, hemos descrito la propuesta didáctica: “*Prosit! Un recorrido culinario a través de los 5 sentidos*”. Hemos diseñado el proyecto siguiendo las siguientes fases: selección temática, análisis de contenido, análisis didáctico, diseño didáctico, difusión del producto final y evaluación.

Para la consecución del proyecto, hemos creado tareas que contribuyen a que los alumnos desarrollen todas las competencias que aparecen en la legislación: iniciales y de conocimientos previos; de contenido, búsqueda y análisis de la información (fuentes primarias y blogs de internet); de comparación y síntesis de la información; de análisis y traducción de textos; actividades de gramática y de léxico; de conclusión y producción (vídeos, recetas, folletos, audios, murales, etc.); de exposición oral; de difusión en “la celebración del aprendizaje”; y de evaluación (diario de clase, rutinas de pensamiento, rúbricas, dianas y un cuestionario).

Por otro lado, la temática de las actividades se ha elegido teniendo en cuenta: que traten los aspectos y temas más importantes y destacables de la alimentación y cocina romanas; el entorno del centro, de ahí, que haya una actividad dedicada únicamente al cerdo y al consumo porcino; y que sean compatibles y complementarias entre ambas asignaturas, por ejemplo, la actividad sobre la dieta de los gladiadores y de los deportistas actuales o el cuestionario sobre (falsos) mitos acerca de la alimentación romana.

Las herramientas que me han ayudado a crear el proyecto han sido: el libro *Aprendo porque quiero: el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), paso a paso*, de Juan José Vergara Ramírez; el libro *Trabajo por proyectos en el aula: descripción, investigación y experiencias* de Francisco José Pozuelos Estrada; los blogs de *Abemus in cena* y *De re coquinaria* para seleccionar parte de las recetas y las siguientes aplicaciones web: *Rubistar* para crear la rúbrica de la exposición oral; *Mentimeter*, para elaborar la rutina de pensamiento inicial; *Canva*, para diseñar el folleto informativo del museo; y *Quizizz*, para elaborar el cuestionario sobre léxico.

II. BREVE REPASO A LAS FUENTES LATINAS SOBRE LA ALIMENTACIÓN Y COCINA ROMANAS

Son numerosos los autores latinos que mencionan en sus obras aspectos relacionados con la alimentación y la cocina romanas. Por eso, este apartado no constituye un análisis en detalle de todas las fuentes sobre la alimentación y la cocina romanas, sino que es un breve repaso a las fuentes clásicas más destacables sobre el tema en cuestión, y que además nos servirán para el proyecto didáctico. De esta forma buscamos referencias a los siguientes temas, pues son parte de los contenidos que se van a incluir en el proyecto y sobre los que van a tener que investigar los alumnos. Dichos temas son: cereales; legumbres, frutas y verduras; consumo porcino; dulces; condimentos; las comidas diarias (*ientaculum*, *prandium* y *cena*); frugalidad y excesos; una dieta especial: la dieta de los gladiadores.

2.1. Cereales

Los romanos eran esencialmente “comedores de gachas”. El pan fue una incorporación de origen griego posterior como cuenta Plinio el Viejo (23-79 d. C.):

Pistores Romae non fuere ad Persicum usque bellum annis ab urbe condita super DLXXX. Ipsi panem faciebant Quirites, mulierumque id opus maxime erat, sicut etiam nunc in plurimis gentium. (PLIN. *Nat.* 18, XXVIII).

No había panaderos en Roma hasta la guerra contra el rey Perseo, más de 580 años tras la fundación de la ciudad¹. Los antiguos romanos solían hacer su propio pan, siendo una ocupación que se atribuía a las mujeres, como es el caso en muchas naciones todavía hoy².

Aunque ya en el siglo I d. C, si no antes, el pan ya se había asentado como un alimento básico, como refleja la expresión *panem et circenses* en la *Sátira X*, 81 de Juvenal (60-128 d. C):

Iam pridem, ex quo suffragia nulli uendimus, effudit curas; nam qui dabat olim imperium, fascas, legiones, omnia, nunc se continet atque duas tantum res anxius optat, panem et circenses. (IVV. 10, 81).

¹ En torno al siglo II a. C.

² Las traducciones son de la autora del trabajo salvo que se indique lo contrario.

Hace ya tiempo, desde que a nadie vendemos votos, se ha librado este pueblo de responsabilidades. Y es que el que otorgaba antaño generalatos, insignias, legiones, todo, ahora se retrae y ansioso no pide más que dos cosas: pan y carreras³.

Las gachas o *puls* eran la base de la alimentación de los romanos durante los primeros tiempos, sobre todo de las clases populares, pues eran fáciles de elaborar y además eran baratas⁴. Las gachas se hacían mezclando cualquier tipo de cereal, aunque principalmente se empleaba el trigo, o legumbres con harina cocida en agua y sal.

Por su parte, Catón el Viejo (234 a. C.-149 a. C.) menciona unas “gachas a la cartaginesa” cuya preparación explica así:

Pulsem Punicam sic coquito: libram alicae in aquam indito, facito uti bene madeat: id infundito in alveum purum; eo casei recentis p.III, mellis p.s, ouum unum, omnia una bene permisceto, ita inscipio in aulam nouam. (CATO. *Agr.* 85).

Cuece como sigue las gachas a la cartaginesa: pon en agua una libra de espelta, haz que se empape bien; échala en un recipiente limpio; añade en él tres libras de queso fresco, media libra de miel y un huevo, mezcla bien todo ello junto y échalo a una olla nueva⁵.

Plauto (254 a. C.-184 a. C.) en varias de sus comedias emplea el compuesto *multiphagones* o *multipagus* “comedores de gachas” para referirse a los romanos, no sin cierta mofa: “non enim haec multiphagus opifex opera fecit barbarus” (PLAUT. *Most.* 828), ‘esto no lo ha trabajado un obrero extranjero⁶, de esos que no comen más que gachas’⁷; “Plautus patruus multiphagones”, (PLAUT. *Poen.* 54), ‘Plauto de la estirpe de los puchófagos’⁸.

Siglos después será Plinio quien confirme esta idea: “Pulte autem, non pane uixisse longo tempore Romanos manifestum” (PLIN. *Nat.* 18, XIX).

Tal y como hemos mencionado, en los primeros tiempos el pan no se consumía, pero cuando se incorporó a la alimentación se conformó como un alimento esencial. De

³ Citamos la traducción de Francisco Socas. Cf. Juvenal (2010) 283.

⁴ Sobre los distintos tipos de gachas, su importancia como símbolo de austeridad y las fuentes que nos hablan de ellas, véase: <https://abemus-incena.blogspot.com/2021/04/comedores-de-puls-multiphagones.html> Fecha de consulta: 26/05/2021.

⁵ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 119.

⁶ Se refiere a los romanos.

⁷ Citamos la traducción de Mercedes González-Haba. Cf. Plauto (1996) 404.

⁸ Citamos la traducción de Mercedes González-Haba. Cf. Plauto (2002) 25.

hecho, llegaron a existir 23 tipos de panes, que dependiendo de la cantidad de harina, el tipo de cocción, la forma, etc., recibían un nombre u otro⁹.

Así Plauto habla con exageración de un pan de tres pies: “comesse panem tris pedes latum potes” (PLAUT. *Bacch.* 580-581). Plinio, a su vez, menciona un pan lujoso, el *artolaganus* que se elaboraba con miel, vino, leche, aceite, fruta escarchada y pimienta: “ut ostrearii, alias a deliciis, ut artolagani” (PLIN. *Nat.* 18, XXVII)¹⁰.

Y Catón es quien nos describe cómo hacer pan:

Panem depsticium sic facito: manus mortariumque bene lauato; farinam in mortarium indito, aquae paulatim addito subigitoque pulchre; ubi bene subegeris, defingito coquitoque sub testu. (CATO. *Agr.* 74).

Haz de la siguiente manera el pan amasado: lava bien las manos y el mortero; echa harina en él, añade poco a poco pequeñas cantidades de agua y amásalo bien; cuando lo hayas amasado bien, dale forma y cuécelo bajo una teja¹¹.

Uno de los panes preferidos por sus efectos laxantes es el *autopyrus* (del griego *αὐτόπυρος*), un tipo de pan semejante a nuestro pan integral. Así lo expresa uno de los invitados a la cena de Trimalción: “panem autopyrum de suo sibi, quem ego malo quam candidum; et uires facit, et cum mea re caussa facio, non ploro” (PETRON. 66, 2), ‘y pan integral hecho en casa—yo lo prefiero al blanco porque da mucha energía y cuando hago mis necesidades no lloro’¹². Este tipo de pan también se empleaba en medicina, pues Celso (2,18) y Plinio (*Nat.* 22, LXVIII) lo mencionan, aunque Plinio se refiere a él únicamente como un pan *fermentatus*. Curiosamente, hoy día los nutricionistas recomiendan este pan integral frente al blanco o candeal, el más valorado en la medicina medieval y renacentista y el que consumían las clases elevadas.

2.2. Legumbres, frutas y verduras

Si bien es cierto que los romanos se alimentaban sobre todo de cereales, las legumbres ocupaban un lugar importante en su dieta, además al ser baratas eran accesibles a todos los bolsillos. Principalmente consumían: altramuces (*lupinus*), garbanzos (*cicer*), guisantes (*pisum*), habas (*faba*), judías (*phaselus*) y lentejas (*lenticula/lens*).

⁹ SÁNCHEZ MARÍN (2017) 336.

¹⁰ MONTERO MONTERO (2006) 173.

¹¹ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 110.

¹² Citamos la traducción de Carmen Codoñer Merino. Cf. Petronio (1996) 151.

Las habas eran las más apreciadas entre las legumbres, incluso se utilizaban como regalo en las Saturnales¹³. Así lo narra Marcial (40-104 d. C):

Omnia misisti mihi Saturnalibus, Vmber,/ munera, contulerant quae tibi quinque dies:/ bis senos triplices et dentiscalpia septem; / his comes accessit spongea, mappa, calix,/ semodiusque fabae cum uimine Picenarum/ et Laletanae nigra lagona sapae (...). (MART. *Epigr.* 7, 53).

Por las Saturnales me enviaste, Umbro, cuantos/ presentes te trajeron aquellos cinco días:/ doce trípticos y siete palillos,/ acompañados de una esponja, una servilleta, una copa,/ medio modio de habas con un cesto de olivas picenas/ y una jarra negra con mosto de Laletania (...)¹⁴.

Asimismo, consumían fruta de temporada y verduras. Entre los romanos una de las frutas más consumidas eran las manzanas. Las cenas solían empezarse con huevos, y acabarse con frutas, entre otras, las manzanas. Así lo constata Horacio (65 a. C-8 a. C) en sus *Sátiras* quien utiliza la expresión *Ab ouo usque ad mala*: ‘desde el huevo’, el elemento principal de los entrantes, ‘hasta la fruta¹⁵’:

Si collibuisset, ab ouo usque ad mala citaret ‘Io Bacchae’ modo summa uoce, modo hac, resonat quae chordis quattuor ima. (HOR. *Sat.* 1, 3).

Pero metiéndosele en la cabeza, no cesaba de tararear la canción de Baco, ya en el tono más agudo, ya en el más grave del tetracordio, desde el principio hasta los postres¹⁶ del banquete¹⁷.

Los romanos conocían más de treinta variedades de manzanas¹⁸. Este fruto recibía el nombre de *malum*, aunque también se utilizaba para referirse a otras frutas carnosas con hueso en el interior: *malum persicum* (el melocotón), *malum granatum* (la granada), *malum cotoneum* o *cytonium/cydonium* (el membrillo), *malum praecocum* o *armeniacum* (el albaricoque). Una de las manzanas más famosas eran las *mala Matiana*, que deben su nombre a la persona que creó esta especie nueva, un cierto *Caius Matius*, un caballero de la época de Augusto¹⁹.

¹³ Sobre las legumbres, véase: <http://abemus-incena.blogspot.com/2014/02/las-legumbres-en-las-mesas-romanas.html> Fecha de consulta: 24/06/2021.

¹⁴ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 330.

¹⁵ Téngase en cuenta que *malum* significaba tanto “manzana” como “fruto”.

¹⁶ “Ad mala” en este contexto significa “hasta la fruta”, por tanto, “hasta los postres”.

¹⁷ Citamos la traducción de José Luis Moralejo. Cf. Horacio (2010) 37.

¹⁸ ANDRÉ (1981) 75.

¹⁹ MONTERO MONTERO (2006) 178.

Entre las verduras, las cebollas (*caepa*) y los puerros (*porrum*) fueron las más consumidas, seguidas de la col (*brassica*), los cardos (*carduus*) y las acelgas (*beta*)²⁰. La col, una de las verduras que no tenía cabida en los grandes banquetes, pues era demasiado común, destacaba por sus propiedades contra la borrachera y la resaca. Así lo indica Catón:

Si uoles in conuiuio multum bibere cenareque libenter, ante cenam esto crudam quantum uoles ex aceto, et item ubi cenaueris, comesto aliqua V folia: reddet te quasi nihil ederis, bibesque quantum uoles. (CATO. *Agr.* 156).

Si quieres beber mucho en un banquete y comer a gusto, cómela cruda, sacada del vinagre, antes de comer en la cantidad que quieras; y también, una vez que hayas comido, come unas cinco hojas: te dejará como si no hubieras comido nada y podrás beber cuanto quieras²¹.

Una escena que refleja bien que los romanos tomaban mucha verdura y que utilizaban muchas especias, la encontramos en *Pseudolus*. En esta comedia de Plauto hay una escena protagonizada por un cocinero que hace una crítica a sus compañeros de profesión por elaborar platos solo con verduras y muchas capas de especias como si fueran vacas²², una burla que bien podría escucharse hoy en día contra ciertas posturas veganas o vegetarianas:

Non ego item cenam condio ut alii coqui, qui mihi condita prata in patinis proferunt, boues qui conuiuas faciunt herbasque oggerunt, eas herbas herbis aliis porro condiunt: indunt coriandrum, feniculum, alium, atrum holus, apponunt rumicem, brassicam, betam, blitum, eo laserpici libram pondo diluont, teritur sinapis scelera, quae illis qui terunt prius quam triuerunt oculi ut exillent facit. (PLAVT. *Ps.* III, 2, 811-818).

Y es que yo no preparo la cena como otros cocineros, que te sirven un prado de especias en el plato, que toman a los comensales por bueyes y les hacen comer montañas de hierbas, hierbas que a su vez condimentaban con otras hierbas. Echan en la comida cilantro, hinojo, ajo, perejil; añaden acedera, repollo, acelgas y bledos. Y en esta ensalada disuelven un kilo de laserpicio. Y machacan la maldita mostaza, que a quienes la machacan, antes de terminar de machacarla, hace brotar buenas lágrimas de sus ojos²³.

2.3. Dulces

²⁰ VILLEGAS BECERRIL (2003) 16.

²¹ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 184.

²² MONTERO MONTERO (2006) 170.

²³ Citamos la traducción de José Román Bravo. Cf. Plauto (2012) 882.

Existe gran variedad de dulces, aunque hasta el siglo II a. C no se estableció una clara diferencia entre los productos de pastelería y los de panadería. De hecho, se utilizaba el mismo término *pistor*, *-oris* para referirse tanto a molinero, como a panadero y repostero. Los postres dulces²⁴ recibían el nombre de *bellaria* al menos hasta Varrón (116 a. C.- 27 a. C.) y se tomaban principalmente en la *secunda mensa*, aunque también podían consumirse fuera de ella²⁵.

Sin embargo, en uno de los *Epigramas* de Marcial ya encontramos una referencia a la figura del repostero o confitero con el término *pistor dulciarius*, que recibían distintos nombres dependiendo del pastel que prepararan: “Pistor Dulciarius. Mille tibi dulces operum manus ista figuras/ extruet: huic uni parca laborat apis” (MART. *Epigr.* 14, 222), ‘Confitero. Esta mano prepara mil figuras de dulces para ti: solo para él trabaja la ahorrativa abeja’²⁶.

Los romanos tenían una forma peculiar de elaborar los pasteles. Catón en la receta del *libum*, un dulce similar a nuestros bizcochos o al *panettone* italiano y que originalmente fue una ofrenda votiva en los sacrificios a los dioses²⁷, explica que este dulce se elaboraba con harina, queso y huevo²⁸.

Libum hoc modo facito: caesi p. II bene disterat in mortario: ubi bene distriuerit, farinae siligineae libram aut, si uoles tenerius esse, selibram similaginis eodem indito permiscetoque cum caseo bene; ouum unum addito et una permisceto bene; inde panem facito, folia subdito, in foco caldo sub testu coquito leniter. (CATO. *Agr.* 75).

Haz el pastel del siguiente modo: que se machaquen bien dos libras de queso en un mortero; una vez que se haya machacado bien, echa en él una libra de harina de siligo o, si quieres que quede más blando, echa solo media libra de flor de harina y mézclala bien con el queso; añade un huevo y mezcla bien todo; haz con ello un pan, ponle hojas debajo y cuécelo suavemente al calor de un fuego bajo una teja²⁹.

En cuanto a los ingredientes, los romanos utilizaban principalmente: harina, queso y miel como edulcorante.

²⁴ Dentro de los postres dulces se incluía todo lo que se consumía de postre: fruta, dulces, nueces, vino dulce, etc.

²⁵ ANDRÉ (1981) 214.

²⁶ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 624.

²⁷ ANDRÉ (1981) 214.

²⁸ Sobre la pastelería romana, véase: <https://gladiatrixenlaarena.blogspot.com/2016/10/pasteleria-romana-pastillariorum.html> Fecha de consulta: 08/06/2021.

²⁹ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 111.

Otro de los dulces famosos es la denominada *placenta*. La *placenta* era un dulce, aunque servía para designar cualquier tipo de pastel³⁰. Estaba formado por varias tortas rellenas con queso, miel y hierbas o frutas. Varios autores mencionan este dulce, pero es Catón quien dejó escrita una receta para elaborar la *placenta*:

Placentam sic facito: (...) uideto ut bene et otiose percoquas, aperito, dum inspicias, bis aut ter; ubi cocta erit, eximito et melle unguito. Haec erit placenta semodialis. (CATO. Agr. 76).

Haz la placenta de la siguiente manera: (...) atiende a cocerla bien y con tiempo, abre dos o tres veces solo el tiempo necesario para realizar una observación; cuando esté cocida, sácala y úntala con miel. Esta será una placenta de medio³¹ modio³².

Con la misma masa de la placenta o una muy parecida se hacían distintos tipos de bollos: *sprira*, *scriblita*, *encytus* y *spaerita*.

La *sprira* se hacía con una pasta parecida a la de la placenta, elaborada en forma de trenza y endulzada con miel; la *scriblita* era una especie de placenta sin miel; el *encytus* está hecho con una masa de harina, sémola y queso que se cuece en una jarra de barro que hay que romperla para sacar el bollo; y, la *spaerita* era un bollo de pasta de queso y miel sobre un fondo de tarta³³. Las recetas para elaborar estos bollos son las siguientes:

Spiram sic facito: quantum uoles pro ratione, ita uti placenta fit, eadem omnia facito, nisi alio modo fingito: in solo tracta cum melle oblinito bene; inde tamquam restim tractes facito, ita inponito in solo, simplicibus completo bene arte; cetera omnia, quasi placentam facias, facito coquitoque. (CATO. Agr. 77).

Haz la espira del modo siguiente: en proporción con la cantidad que quieras, haz todo de la misma manera que se hace la placenta, pero moldéala de forma distinta: sobre la base del pastel unta bien de miel las capas de la masa; a partir de ahí manéjalas como si se tratara de un cordón, así colócalas sobre la base, recúbrelas bien, apretando, de espiras sencillas; haz todo lo demás y cuécela como si fueras a hacer placenta³⁴.

Scriblitam sic facito: in balteo, tractis, caseo ad eundem modum facito uti placentam, sine melle. (CATO. Agr. 78).

³⁰ SÁNCHEZ MARÍN (2017) 335.

³¹ El semimodio equivale a medio galón, es decir, unos 2 litros.

³² Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 111 y 113.

³³ ANDRÉ (1981) 213-214.

³⁴ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 113.

Haz la escriblita del siguiente modo: en cuanto a la base, a las capas de la masa, al queso hazla del mismo modo que la placenta, pero sin miel³⁵.

Erneum [placentum] tamquam placentam: eadem omnia indito quae in placentam; id permisceto in alueo, id indito in irneam fictilem, eam demittito in aulam aheneam aquae calidae plenam; ita coquito ad ignem; ubi coctum erit, irneam confringito, ita ponito. (CATO. *Agr.* 81).

Haz el erneo como la placenta: utiliza los mismos ingredientes que para la placenta; mézclalos en un recipiente, ponlos en un cántaro de barro, introdúcelo en una olla de cobre llena de agua caliente; y cuécelo así al fuego; cuando esté cocido, rompe la jarra de barro y sírvelo³⁶.

Spaeritam sic facito ita uti spiram, nisi sic fingito: de tractis, caseo, melle spaeras pugnum altas facito; eas in solo componito densas, eodem modo componito atque spiram itemque coquito. (CATO. *Agr.* 82).

Haz la esperita de la misma manera que la espira, pero fórmala así: haz con las capas de masa, el queso y la miel unas bolas del espesor de un puño; colócalas sobre la base muy juntas, configúralas de la misma forma que la espira y cuécelas igual³⁷.

Además de pasteles y bollos, también sabemos que existían los *crustula* o galletas. Horacio indica que algunos maestros permisivos (*blandi*) atraían a los niños dándoles estos *crustula* en el desayuno, pues consideraban que eran buenos para que aprendieran bien³⁸: “quid uetat? Ut pueris olim dant crustula blandi doctores, elementa uelint ut discere prima” (HOR. *Ser.* 1,1, 25-26).

Asimismo, conocemos más recetas de dulces a través del libro VII de *De re coquinaria*, el recetario por excelencia de la gastronomía romana atribuido a Apicio (14-38 d.C.). Algunas de ellas son: *dulcia domestica* (dulces caseros), *aliter dulcia* (dulces), *dulcia piperata* (dulces con pimienta), *ova spongia ex lacte* (tortilla de leche), *aliter dulcia* (torrijas), *tyropatina* (flan), *melcas* (leche coagulada), etc.

Dulcia domestica (Receta de dátiles rellenos):

³⁵ Ibid. 114.

³⁶ Ibid. 115.

³⁷ Ibid. 115 y 116.

³⁸ Sobre el desayuno romano, véase: <http://abemus-incena.blogspot.com/2017/09/ientaculum-desayuno-frugal-la-romana.html> Fecha de consulta: 25/05/2021.

Dulcia domestica. Palmulas uel dactylos excepto semine, nuce uel nucleis uel pipere trito infercies. Sale foris contingis, frigus in melle cocto, et inferes. (APIC. 7, 13, 1).

Dulces caseros. Sacar el hueso de unos dátiles, rellenar de nueces, piñones o de pimienta molida. Envolverlos con sal, freírlos en un recipiente con miel cocida, y servir³⁹.

Aliter dulcia (Receta de Torrijas):

Aliter dulcia: siligineos rasos frangis, et buccellas maiores facies: in lacte infundis frigus et in oleo, mel superfundis et inferes. (APIC. 7, 13, 3).

Otra receta: romper los panes de trigo blando en trozos bastante grandes del tamaño de un bocado: báñalos en leche y fríelos en aceite, úntalos en miel y servir.

Tyropatina (Receta de Flan):

Tyropatinam: accipies lac, aduersus quod patinam aestimabis; temperabis lac cum melle quasi ad lactantia; oua quinque ad sextarium mittis, si ad herminam, oua tria; in lacte dissoluis ita ut unum corpus facias; in cumana colas et igni lento coques; cum duxerit ad se, piper adspargis et inferes. (APIC. 7, 13, 7).

Flan: poner leche en un plato en la cantidad proporcional al tamaño de este; mezclar la miel con la leche, igual que se hace con todos los dulces hechos con leche; echar cinco huevos para un sextario⁴⁰, tres para una hemina⁴¹; batirlos con leche hasta que esté completamente mezclada; pasar por el tamiz dentro de una sartén y cocer a fuego lento; cuando haya cuajado, espolvorear pimienta y servir.

2.4. Carne: consumo porcino

Como hemos visto, los romanos se alimentaban principalmente de cereales, legumbres, frutas y verduras. Consumían poca carne, sobre todo las clases populares, pero entre la carne que tomaban, destacaba la de cerdo. Ovidio (43 a. C.-17 d. C.) en su obra *Fastos* en el capítulo VI, dedicado a la diosa Juno (patrona del mes de junio), primero explica el origen del nombre del mes, luego el origen de las fiestas y las comidas especiales que se hacen cada día en honor a la diosa. Entonces, ante la pregunta “¿por qué se come tocino grasiento aquellas calendas, y por qué se mezclan habas con espelta

³⁹ Citamos la traducción de Bárbara Pastor Artigues. Cf. Apicio (1987) 62.

⁴⁰ Aproximadamente medio litro.

⁴¹ Aproximadamente el equivalente a un vaso.

caliente?”, explica que en los primeros tiempos no se comía ni pescado, ni ostras y espelta en vez de trigo, sin embargo, la carne de cerdo contaba con gran estima⁴². Así lo cuenta:

Pinguia cur illis gustentur larda Kalendis mixtaque cum calido sit faba farre rogas? Prisca dea est, aliturque cibis quibus ante solebat, nec petit adscitas luxuriosa dapes. Piscis adhuc illi populo sine fraude natabat, ostreaque in conchis tuta fuere suis, nec Latinum norat quam praebet Ionia diues nec quae Pygmaeo sanguine gaudet auis. Et praeter pennas nihil in pauone placebat, nec tellus captas miserat arte feras. Sus erat in pretio, caesa sue festa colebant; terra fabas tantum duraque farra dabat. (OV. *Fast.* 6, 177-180).

¿Me preguntas por qué se come tocino grasiento aquellas calendas, y por qué mezclan habas con espelta caliente? Ella es una diosa antigua y se alimenta con la comida que acostumbraba antes, y no es golosa como para desear manjares de importación. El pez nadaba con aquellas gentes todavía sin temor al anzuelo y las ostras estaban seguras dentro de su concha. El Lacio no conocía las aves que suministra la rica Jonia ni el pájaro que se deleita con la sangre pigmea. Y del pavo real no agradaban más que las plumas, y la tierra no había enviado antes los animales capturados. El cerdo estaba en estima: las fiestas las celebraban con matanza de cerdos; la tierra solo daba habas y espelta dura⁴³.

Otro de los motivos por los que sabemos que el cerdo era muy apreciado es porque contaba con casi cincuenta sabores según Plinio (PLIN. *Nat.* 8, LXXVII): “neque alio ex animalium numerosior materia ganeae: quinquaginta prope sapes, cum ceteris singuli”.

No olvidemos que el cerdo formaba parte de un tipo de sacrificio animal muy importante en la religión romana: los *suovetaurilia*. Con el nombre de *suovetaurilia*, se conocía en Roma el sacrificio combinado de un cerdo (*sus*), una oveja (*ovis*) y un buey (*taurus*), que eran los principales animales del campesino. Se efectuaba en determinadas fiestas agrícolas celebradas en mayo⁴⁴, como las *Ambarvalia* “la procesión en torno a los campos”. Como bien indica el nombre, esta procesión era un ritual de purificación de los campos del territorio romano⁴⁵, pues los tres animales iban rodeando las lindes de Roma⁴⁶.

El cerdo era un animal muy apreciado en los banquetes, pues según Varrón: “suillum pecus donatum ab natura dicunt [iis] ad epulandum. Itaque iis animam datam esse proinde ac salem, quae seruet carnem” (VARRO. *Rust.* 2, 4), ‘se dice que el ganado

⁴² MONTERO MONTERO (2006) 177.

⁴³ Citamos la traducción de Bartolomé Segura Ramos. Cf. Ovidio (1988) 207.

⁴⁴ HOWATSON (1999) 679.

⁴⁵ La descripción de la celebración de este ritual nos ha llegado a través de Catón el Viejo, en su obra *De re rustica*, 141.

⁴⁶ HOWATSON (1999) 45.

de cerdo lo ha ofrecido la naturaleza para el banquete, y que por ello se les dio la vida y de la misma manera la sal para conservar la carne'⁴⁷.

La naturaleza les había concedido el cerdo para estas comidas y sal para conservar su carne. Catón el Viejo dedica su último capítulo a la salazón de los jamones:

Salsura pernarum ofellae Puteolanae. Pernas sallire sic oportet in dolio aut in seria: cum pernas emeris, ungulas earum praecidito; salis romaniensis moliti in singulas semodios; in fundo dolii aut seriae sale sternito, deinde pernam ponito, cutis deorsum spectet; sale obruito totam; deinde alteram insuper ponito, eodem modo obruito; cauto ne caro carnem tangat (...) tertio die demito, perunguito oleo et aceto conmixto, suspendito in carnario: nec tinia nec uermes tangent. (CATO. *Agr.* 162).

Salazón de jamones y de trozo de carne de Puzol. Es preciso salar los jamones en una tinaja o en una olla de barro: cuando compres los jamones, córtales las pezuñas; para cada uno medio modio⁴⁸ de sal romana molida; en el fondo de la tinaja o de la olla extiende una capa de sal, a continuación pon un jamón, que la piel mire hacia abajo; recúbrela todo de sal; después pon un segundo jamón encima y recúbrela de la misma manera; cuida de que no se toque carne con carne (...) el tercer día retíralos, úntalos bien con una mezcla de aceite y de vinagre y cuélgalos en la despensa de la carne: ni la polilla ni los gusanos los tocarán⁴⁹.

Para ello, primero había que realizar la matanza, Columela (4-70 d. C) describe los pasos previos y el modo de salar los jamones. Columela, a diferencia de Catón, aconseja que la carne se enjuague con agua dulce, que se limpie después poco a poco y que se cuelgue la carne en la despensa, pero sin untarla con ningún producto. Además, tiene en cuenta la temperatura del lugar y la fase de la luna a la hora de tener más o menos días la carne en salazón:

De sucidia et salsura facienda. Omne pecus et praecipue suem pridie quam occidatur potionem prohiberi oportet, quo sit caro siccior; nam si beberit, plus umoris salsura habebit; ergo sitientem cum occideris, bene exossato; nam ea res minus tiniosam et magis durabilem salsuram facit (...) Quod si serenitas fuerit his diebus quibus perfricatur caro, patieris eam sale consparsam esse VIII diebus; at si nubilum aut pluuiam, undecima uel duodecima die ad lacum salsuram deferri oportebit et salem prius excuti, deinde aqua dulci diligenter elui, necubi sal inhaereat, et paulum adsiccata in carnario suspendi, quo modicus fumus perueniat, qui, si quid umoris adhuc continetur, siccare eum possit. Haec salsura luna

⁴⁷ Citamos la traducción de José Ignacio Cubero Salmerón. Cf. Varrón (2010) 167-168.

⁴⁸ Un modio era una medida que utilizaron los romanos y equivaldría a 8,75 litros.

⁴⁹ Citamos la traducción de Amelia Castresana. Cf. Catón (2009) 196-197.

decescente maxime per brumam, sed etiam mense Februario ante Idus commode fiet. (COLUM. 12, 55).

La matanza y salazón de cerdos. Conviene no dejar beber a un animal el día antes de matarlo, y sobre todo al cerdo, para que su carne esté más seca; pues si bebe estará más húmeda la cecina. Por consiguiente, después de haberlo matado cuando tenga sed, lo deshuesarás bien; pues esto hace la cecina menos defectuosa y más duradera (...) Y si el tiempo está sereno durante aquellos días en que se frota la carne, se le dejará en sal nueve días; pero si está nubloso o de lluvias, convendrá llevar la carne salada a la laguna a los once o doce días, sacudirle la sal antes, en seguida lavarla⁵⁰ con cuidado, de suerte que en ninguna parte quede sal pegada, y después de haberla secado un poco, colgarla en la despensa de un gancho, donde llegue algún humo que acabe de secar la humedad que pueda quedarle. Esta salazón podrá hacerse cómodamente en la menguante de la luna, principalmente en el solsticio de invierno, pero aun también en el del mes de febrero.

En el mismo capítulo ofrece otra segunda forma de hacer la salazón:

Est et illa salsura, quae etiam locis calidis omni tempore anni potest usurpari, cum ab aqua pridie sues prohibitae sunt: postero die mactantur et uel aqua candente uel ex tenuibus lignis flammula facta glabrata (nam utroque modo pili detrahuntur) caro in libraria frusta conciditur. Deinde in seria substernitur sal coctus et modice, ut supra diximus, infractus; deinde offulae carnis spisse componuntur et alternis sal ingeritur. Sed cum ad fauces seriae peruentum est, sale reliqua pars repletur et inpositis ponderibus uas contegitur, eaque caro semper consumatur: tamquam salsamentum in muria sua permanent. (COLUM. 12, 55).

Hay también otro modo de salar el tocino que se puede usar, aunque sea en los países cálidos, en cualquier tiempo del año, y es de la siguiente forma: después de no haber dejado a los cerdos que beban un día, se matan al siguiente, y se pelan con agua caliente, o a la llama de leña menuda (pues de ambos modos se les quita los pelos), se parte el tocino en pedazos de a libra, después se pone en una tinaja una capa de sal tostada, pero quebrantada ligeramente, como hemos dicho anteriormente: en seguida, se colocan los pedacitos de carne apretados unos con otros y se les echa sal, de suerte, que se hagan capas alternativas de esta y de aquellos. Pero habiendo llegado a la parte superior de la tinaja, se acaba de llenar de sal y se comprime el tocino con pesos que servirán de carga: y este o la carne se conserva siempre y permanece en su salmuera, como el pescado prensado.

⁵⁰ Enjuagarla con agua dulce.

Una vez realizada la matanza, otra forma de conservar la carne era en embutido. Plauto indica en *Menaechmi* una serie de alimentos considerados muy apetitosos que toman en el *prandium* y que son de origen porcino (mollejas, tocino jamonero y cabezas de cerdo):

MEN: Iube igitur tribus nobis apud te prandium accurarier, atque aliquid scitamentorum de foro opsonarier; glandionidam suillam, laridum pernonidam, aut sincipitamenta porcina aut aliquid ad eum modum, madida quae mihi adposita in mensam miluinam suggerant; atque actutum. (PLAUT. *Men.* 209-213).

MEN: Haz entonces preparar en tu casa un almuerzo para los tres y comprar en el mercado cosas apetitosas; molleja porcina, tocino jamonero, cabezas de cerdo o algo por el estilo, que, puestas a la mesa bien en su punto, me den un hambre canina: pero en seguida⁵¹.

Del mismo modo, Petronio (ca. 27- ca. 66 d. C.) menciona estos embutidos en el pantagruélico banquete de Trimalción en el *Satiricón*: “Habuimus tamen in primo porcum botulo coronatum et circa sangunculum et gizeria optime facta et certe betam” (PETRON. 66, 2), ‘empezamos por un cerdo coronado con salchichas, a su alrededor había morcillas, y también mollejas muy bien preparadas y naturalmente acelgas’⁵².

Más aún, los jamones de la Iberia eran ya muy conocidos en Roma capital, como así nos informa Marcial en el epigrama 54 dentro del libro XIII⁵³: “Perna. Cerretana mihi fiat uel missa licebit/ de Menapis: lauti de petasone uorent” (MART. *Epigr.* 13, 54), ‘Jamón. Que tenga yo una pata cerretana⁵⁴ o una venida/ de los menapios⁵⁵: que los ricos devoren jamón⁵⁶ sin curar’⁵⁷.

⁵¹ Citamos la traducción de Mercedes González-Haba. Cf. Plauto (1996) 164.

⁵² Citamos la traducción de Lisardo Rubio Fernández. Cf. Petronio (1978) 97.

⁵³ El libro XIII (*Xenia*) junto con el XIV (*Apophoreta*) son los llamados libros de los “regalos”. En ambos libros aparecen poemas que acompañaban a los objetos que se regalaban los romanos con ocasión de las fiestas de las Saturnales. Los regalos del libro XIII eran productos perecederos (comestibles y bebidas); y, los del libro XIV eran productos no perecederos (‘bienes muebles’ como: tablillas de diferentes materiales, cajas, juegos, etc.). En el libro XIII los regalos están organizados según su aparición en un banquete y en el libro XIV son fruto de un sorteo que se hacía entre los invitados a la casa. Cf. MUÑOZ JIMÉNEZ (1996) 138-146.

⁵⁴ Son los habitantes de la actual Cerdeña, en la zona del Pirineo catalán.

⁵⁵ Los menapios vivían en la zona actual de Bélgica. Tanto el jamón de la Cerdeña como el de Bélgica eran de la mejor clase.

⁵⁶ En este epigrama y en el siguiente, el 55, se comparan la *perna* y el *petaso*. La *perna* estaría curada (salada o ahumada), en oposición al *petaso*, jamón fresco. Montero (2005) 220 n. 62 los traduce como “jamón” y “lacón” respectivamente. Asimismo, André en *L’Alimentation et la cuisine à Rome*, 142 n. 115 menciona que la diferencia estaría en que el *petaso* se come fresco.

⁵⁷ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 570.

Dentro de este libro, otros de los productos de lujo y apreciados eran las ubres de cerda: “Sumen. Esse putes nondum sumen: sic ubere largo/ et fluit uiuo lacte papilla tumet” (MART. *Epigr.* 13, 44), ‘Mama de cerda. Puedes pensar que aún no soy mama cocinada: de esta generosa ubre/ tanto rezuma el pezón y se hincha de leche auténtica’⁵⁸.

Y las vulvas de cerda, sobre todo de una cerda preñada: “Volua. Te fortasse magis capiat de uirgine porca/ me materna graui de sue uolua capit” (MART. *Epigr.* 13, 56), ‘Vulva de cerda. A ti tal vez te conquistaste más la de una puerca sin cubrir/ a mí la vulva maternal de una cerda preñada’⁵⁹.

Asimismo, Apicio en el libro VII de *De re coquinaria* ofrece cinco recetas para cocinar *uuluae steriles*, cuatro de ellas cocinadas con especias y otra asada:

1. “Vuluae steriles: laser Cyrenaicum uel Parthicum, aceto et liquamine temperato adpones” (APIC. 7, 1), ‘Vulvas. Amalgamar láser de Cirene o de Partia con vinagre y *garum*’⁶⁰.

2. “In uulua sterili: piper, apii semen, mentam, siccam, laseris radicem, mel, acetum et liquamen” (APIC. 7, 2), ‘Otra receta de vulvas. Pimienta, apio en grano, menta seca, raíz de láser, miel, vinagre y *garum*’⁶¹.

3. “Vuluae steriles: piper, liquamine, lasere Parthico adponis” (APIC. 7, 3), ‘Otra. Pimienta, *garum* y láser de Partia’⁶².

4. “Vuluae steriles: piper, liquamine et condito modico adponis” (APIC. 7, 4), ‘Otra de vulvas. Pimienta, *garum* y un poco de vino aromático’⁶³.

5. “Vuluam ut tostam facias, in cantabro inuolue et postea in muriam mitte et sic coque” (APIC. 7, 6), ‘Vulva asada. Envolverla en salvado y ponerla en salmuera y poner a cocer’⁶⁴.

Los romanos tenían una forma muy peculiar de cocinar el cerdo, pues media parte lo cocían y la otra mitad lo asaban, aunque también utilizaban otras técnicas como: horneado, guisado, asado, rellenos y cosidos con un tipo de grapas especiales, ahumado,

⁵⁸ Ibid. 568.

⁵⁹ Ibid. 570.

⁶⁰ Citamos la traducción de Bárbara Pastor Artigues. Cf. Apicio (1987) 56.

⁶¹ Ibidem.

⁶² Ibidem.

⁶³ Ibidem.

⁶⁴ Ibidem.

a la sal o en salsa. Apicio recoge 27 recetas para cocinar el cochinillo y 16 para el cerdo⁶⁵. Algunas de ellas son las siguientes: *porcellum Coriandratum* (cochinillo al cilantro), *porcellum Oenococtum* (cochinillo cocinado en vino), *porcellum Assum* (cochinillo asado), *porcellum Oxyzomum* (cochinillo con salsa picante), *porcellum assum tractomellium* (lechón asado y relleno con hojaldre y miel), etc.⁶⁶. Igualmente, Apicio ofrece en el libro VII recetas para cocinar: *uuluae steriles*, *callum*, *libelli*, *coticulae et ungelae* (vulvas, callos, hocicos, manos y pies de cerdo).

2.5. Condimentos

Los romanos utilizaban salsas en abundancia así como una gran variedad de especias y hierbas aromáticas para condimentar los platos⁶⁷, prueba de ello lo vemos en *De re coquinaria*, donde cuesta encontrar alguna receta que no lleve especias o salsas. La cocina romana utilizaba tal número de especias, que si quisiéramos reproducir sus recetas, tendríamos que sustituir algunas de ellas, ya que muchas ya no se utilizan en la cocina (lentisco, ligústico, émula, etc.) o han desaparecido, como es el caso del silfio⁶⁸.

Algunas de las hierbas aromáticas y especias más usadas fueron: ajedrea (*satureja*), ajo (*allium*), albahaca (*ocimum*), apio (*apium*), azafrán (*crocus*), canela (*cinnamomum*), cilantro (*coriandrum*), comino (*cuminum*), eneldo (*anetum*), hinojo (*feniculum*), ligústico (*ligusticum*), mejorana (*maiorana*), menta (*menta*), mostaza (*sinapi*), orégano (*origanum*), perejil (*petroselinum*), pimienta (*piper*), rúcula (*eruca*), ruda (*ruta*), salvia (*salvia*), tomillo (*thymum*), etc. Además, usaban del aceite de oliva (*oleum*), vinagre (*acetum*), sal (*sal*) y miel (*mel*) muy usados en la actualidad.

Dos especias muy apreciadas en la gastronomía romana y también en la medicina fueron el silfio o laserpicio, hoy en día desaparecido, y la asafétida. La asafétida es de la familia del hinojo, tiene un sabor muy potente y era muy parecida al silfio, por lo que probablemente lo sustituyó cuando desapareció⁶⁹.

⁶⁵ Sobre las diferentes formas de cocinar el cerdo, véase: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/2006/07/porcellus.html> Fecha de consulta: 10/06/2021.

⁶⁶ BENAVIDES-BARAJAS (2000) 161.

⁶⁷ Ibid. 99.

⁶⁸ Sobre las especias en la cocina romana, véase: <https://abemus-incena.blogspot.com/search?q=especias> Fecha de consulta: 01/06/2021.

⁶⁹ O' CONNELL (2016) 234-236.

Aunque en la actualidad es imposible conocer las diferencias entre *silphium*, *laser*, *laser uiuum* y *laseris radicem*, puede que correspondan a la planta, la resina (*laserspicium* o *laserpicium*), la hoja fresca y la raíz respectivamente⁷⁰.

El laserpicio se extinguió en la época de Nerón por razones que desconocemos. Plinio indica que esta especia era muy cara y de uso medicinal:

Ab his proximum dicitur auctoritate clarissimum laserpicium, quod Graeci silphion uocant, in Cyrenaica prouincia repertum. Cuis sucus laser uocatur, magnificum in usu medicamentisque et ad pondus argentei denarii repensum. Multis iam annis in ea terra non inuenitur, quoniam publicani, qui pascua conducunt, maius ita lucrum sentientes depopulantur pecorum pabulo. Unus omnino caulis nostra memoria repertus Neroni principi missus est. (PLIN. *Nat.* 19, XV).

Como resultado de ello hablaremos sobre *Laserpitium*, famosa planta, que los griegos llamaban *silphion*, encontrada en la Cirenaica. Su jugo, llamado láser, es de gran importancia para el uso cotidiano y para la preparación de medicamentos y se vende al precio de un denario de plata. Desde hace muchos años no se encuentra en esa región, porque los recaudadores de impuestos, que alquilaban los pastos, pensaron que obtendrían una mayor ganancia si los utilizaban para el ganado, y al hacerlo los arrasaron. En mi época solo se encontró un tallo en total, que fue enviado al emperador Nerón.

Otra especia muy usada en la cocina romana y que ya no se utiliza es el ligústico o también llamado apio de monte, perteneciente a la familia de las apiáceas.

Las recetas de Apicio son un buen ejemplo del uso de las especias en la cocina. He aquí un ejemplo de una receta de cardos:

Aliter cardus. Rutam, mentam, coriandrum, feniculum, omnia uiridia teres. Adde piper, ligusticum, mel, liquamen et oleum. (APIC. 3, 19).

Otra receta de cardos. Picar las siguientes hierbas, frescas todas ellas: ruda, menta, coriandro, hinojo. Añadir pimienta, ligústico, miel, *garum* y aceite⁷¹.

Otra receta en la que se utilizan las especias para condimentar es la siguiente:

Aliter cucurbitas frictas tritas. Piper, ligusticum, cuminum, origanum, cepam, uinum, liquamen et oleum. Amulo obligabis in patina et inferes. (APIC. 3, 4).

⁷⁰ DEL RE (2006) 284.

⁷¹ Citamos la traducción de Bárbara Pastor Artigues. Cf. Apicio (1987) 27.

Receta de calabaza frita en puré. Pimienta, ligústico, comino, orégano, cebolla, vino, *garum* y aceite. Envolverlo todo con espelta en la cacerola y servir⁷².

No obstante, las especias también se utilizaban para aromatizar vinos y como ingredientes medicinales.

La salsa por excelencia era el *garum*⁷³. El *garum* era una salsa hecha a base de vísceras de pescado (sobre todo de caballas) maceradas con sal, que se solía conservar en un *urceus*, un tipo de jarra usado para esto. Ya se consumía en Grecia hacia el siglo V a. C., pero posteriormente los romanos lo adoptaron y se convirtió en un producto muy codiciado y lujoso (*munera cara*)⁷⁴ como indica Marcial: “Garum sociarum. Expirantis ad huc scombri de sanguine primo/ accipe fastosum, munera cara, garum” (MART. *Epigr.* 13, 102), ‘Garo de los socios. Recibe este garo soberbio de la primera sangre/ de una caballa aún agonizante, regalo de gran precioso’⁷⁵.

El *garum* también podía recibir el nombre de *liquamen*. Por ejemplo, Apicio en *De re coquinaria* utiliza en todas las recetas *liquamen*, excepto en una de ellas, la siguiente: “Fungi farnei: elixi, calidi, exsiccati in garo, piper accipiuntur, ita ut piper cum liquamine teras” (APIC.7, 13), ‘Champiñones de Fresno: cocidos con agua, calientes, escurridos, se toman con *garum* y pimienta, es decir, se pica junto a la pimienta y el *garum*’⁷⁶.

Existían tres variedades más de *garum*, que Apicio recoge. Estas eran: *oenogarum*, un *garum* con vino; *oxygarum*, considerada muy digestiva, era una mezcla de *garum* con vinagre; y, *oxyporum*, una salsa hecha con vinagre o pimienta, o con los dos productos⁷⁷.

2.6. Las tres comidas: frugalidad y excesos

⁷² Ibid. 23.

⁷³ En el año 2007 unos arqueólogos españoles de la Universidad de Cádiz: Álvaro y Fina García (estudiantes de doctorado), Ana Roldán (enóloga y profesora), Víctor Palacios (ingeniero químico), Enrique García Vargas (lingüista) y Darío Bernal (arqueólogo) trabajando en la tienda de *garum* encontrada en Pompeya, encontraron unas ánforas con *garum* perfectamente conservado. Desde ese momento se propusieron investigar los restos para saber cuál era la receta original y así reproducirla. Una vez que lo consiguieron crearon la empresa “*Flor de Garum, Gastronomía, Historia e Innovación, S.L.*” donde comercializan con la receta recuperada.

⁷⁴ Sobre el *garum*, véase “Garum, liquamen, allec, muria. De los nombres del *garum*”. Disponible en: <http://abemus-incena.blogspot.com/2015/05/garum-liquamen-allec-muria-de-los.html> Fecha de consulta: 03/06/2021.

⁷⁵ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 579.

⁷⁶ Citamos la traducción de Bárbara Pastor Artigues. Cf. Apicio (1987) 64.

⁷⁷ VILLEGAS BECERRIL (2021) 226.

Los romanos hacían tres comidas: *ientaculum* (desayuno), *prandium* (comida) y *cena* (cena).

Sin embargo, no todos los romanos disfrutaban de esas comidas en las mismas condiciones. Muchos romanos se alimentaban de comidas frugales (*frugalis*, *-e*, significa que se alimenta a base de los frutos de la tierra [*frux*, *frugis*]).

Sobre el desayuno, Almudena Villegas menciona que no constituía en sí una comida, sino que era un pequeño refrigerio que aportaba la energía suficiente para empezar el día, excepto para los niños que sí desayunaban. Incluso los panaderos les preparaban bollos o panecillos especiales⁷⁸: “Adipata. Surgite: iam uendit pueris ientacula pistor/ cristataeque sonant undique lucis aues” (MART. *Epigr.* 14, 223), ‘Buñuelos’⁷⁹. Levantaos: ya el panadero está vendiendo los desayunos a los niños/ y las crestadas aves por doquier anuncian el día’⁸⁰.

Algunos de los autores que describen un desayuno frugal son Marcial y Apuleyo (ca. 125 d. C.-ca. 180 d. C.). Ambos autores mencionan como alimento principal el queso⁸¹. Marcial lo describe así: “Caseus Vestinus⁸². Si sine carne uoles ientacula sumere frugi/ haec tibi Vestino de grege massa uenit” (MART. *Epigr.* 13, 31), ‘Queso de los vestinos. Si quieres tomar un desayuno frugal sin carne/ ten este trozo que viene de un rebaño vestino’⁸³.

Por su parte, Apuleyo⁸⁴ en *El Asno de Oro* también nos describe un desayuno frugal, en este caso no solo queso, sino también pan: “ ‘En «inquam» paratum tibi adest ientaculum’, et cum dicto manticam meam humero exuo, caseum cum pane propere ei porrigo, et «Iuxta platanum istam residamus» aio” (APVL. *Met.* I, 18, 8), ‘Toma aquí tienes a punto el desayuno —le digo descolgando la alforja de mi espalda; le ofrezco rápidamente pan con queso, y añadido—: Sentémonos junto a este plátano’⁸⁵.

⁷⁸ Ibid. 258.

⁷⁹ Según la nota 203 de la traducción de Enrique Montero Cartelle (2005) de la página 285, se estaría hablando de unos bollos dulces fritos en grasa.

⁸⁰ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 625.

⁸¹ Sobre los desayunos frugales, véase: <http://abemus-incena.blogspot.com/2017/09/ientaculum-desayuno-frugal-la-romana.html> Fecha de consulta: 25/05/2021.

⁸² Los vestinos eran un pueblo de Italia central.

⁸³ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 566.

⁸⁴ VILLEGAS BECERRIL (2021) 318.

⁸⁵ Citamos la traducción de Lisardo Rubio Fernández. Cf. Apuleyo (1983) 50.

En cuanto al *prandium*, que solía ser una comida frugal, rápida y sencilla, uno de los autores que hace referencia a ella es Séneca (4 a. C.- 65 d. C.). En la *Epístola* 83 indica que va a tomar pan seco en un almuerzo sin sentarse a la mesa y sin la necesidad de lavarse después las manos: “Panis deinde siccus et sine mensa prandium, post quod non sunt laundae manus” (SEN. *Epist.* 83,6). En general, se comía fuera de casa, sobre todo las clases menos pudientes, pues muchos no disponían de cocinas e iban a las *tabernae* o *thermopolia*, unos lugares de venta de ‘comida rápida’ de aquella época.

Por último, un ejemplo de una *cena* sencilla nos la describe Marcial⁸⁶, donde también vemos otros elementos de la cena como: la invitación, la hora en la que tenía lugar y los alimentos:

Cenabis belle, Iuli Cerialis, apud me;
 Conditio est melior si tibi nulla, ueni.
 Octauam poteris seruare; lauabimur una:
 scis quam sint Stephani balnea iuncta mihi.
 Prima tibi dabitur uentri lactuca mouendo
 utilis et porris fila resecta suis,
 mox uetus et tenui maior cordyla lacerto,
 sed quam cum rutae frondibus oua tegant;
 altera non deerunt tenui uersata fauilla
 et Velabrensi massa coacta foco
 et quae Picenum senserunt frigus oliuae.
 Haec satis in gustu. Cetera nosse cupis?
 Mentiar, ut uenias: pisces, conchylia, sumen,
 et chortis saturas atque paludis aues,
 quae nec Stella solet rara nisi ponere cena.
 Plus ego polliceor: nil recitabo tibi,
 ipse tuos nobis relegas licet usque Gigantas,
 rura uel aeterno próxima Vergilio. (MAR.
Epigr. 11, 52)
 Cenarás bien, Julio Cerial, en mi casa.

Si no tienes otro compromiso mejor, ve.
 Puedes reservar la hora octava; nos
 bañaremos juntos:
 sabes lo cerca que están los baños de
 Estéfano de mi casa.
 Se te dará de entrante lechuga, útil para
 activar la digestión,
 y unas tiras cortadas de sus puerros,
 luego un atuncito viejo, más grande que una
 caballa canija
 pero cubierto con huevos y hojas de ruda;
 no faltarán otros huevos cocinados en una
 brasa ligera
 ni quesos cuajados en el fuego del Velabro,
 ni aceitunas que sintieron el frío de Piceno.
 Suficiente para el aperitivo. ¿Deseas saber el
 resto?
 Te mentiré para que vengas: pescado,
 marisco, mama de cerda
 y aves cebadas de corral y de charca,

⁸⁶ VILLEGAS BECERRIL (2021) 262.

que no Estela suele poner, salvo en cenas selectas.

Te prometo todavía más: no te recitaré nada, aunque me releas tus *Gigantes* enteros

o tus *Campos* cercanos al inmortal Virgilio⁸⁷.

Sin embargo, frente a estos desayunos, comidas y cenas sencillas estaban los grandes banquetes que podían durar hasta el amanecer, como el de Trimalción, el banquete por excelencia en el que prima la teatralidad y la exageración⁸⁸. Este banquete refleja cómo Trimalción se jacta delante de sus invitados de toda su riqueza. En esta cena en la que aparecen los tres platos de los que constaba el banquete: *gustatio*, *prima mensa* y *secunda mensa*, Trimalción ofrece a sus invitados numerosos y variados platos para impresionarlos, usando incluso trampantojos, igual que se hace ahora:

Interim gustantibus adhuc nobis, repositorium allatum est cum corbe. In quo gallina erat lignea patentibus in orbem alis, quales esses solent quae incubant oua. Accessere continuo duo serui, et symphonia strepente scrutari paleam coeperunt, erutaque subinde pauonina oua diuisere conuiuis. Conuertit ad hanc scaenam Trimalchio uultum, et “Amici!” ait, “Pauonis oua gallinae iussi supponi, et mehercules timeo ne iam concepta sint! Temptemus tamen, si adhuc sorbilia sunt”. Accipimus nos cochlearia non minus selibras pendentia, ouaque —ex farina pingui figurata— pertundimus. Ego quidem paene proieci partem meam, nam uidebatur mihi iam in pullum coisse. Deinde, ut audiui ueterem conuiuiam: “Hic nescio quid boni debet esse”, persecutes putamen manu, pinguissimam ficedulam inueni piperato uitello circumdata. (PETRON. 33, 3-8).

Todavía en pleno paladeo del aperitivo, se había ido sirviendo un bandejón con una canasta encima. En la canasta había una gallina de madera con las alas abiertas en círculo, tal como suelen estar cuando incuban los huevos. Al punto se aproximaron dos esclavos y, en medio de una melodía ensordecedora, empezaron a escarbar en la paja, y sacando de allí unos huevos de pavo, los distribuyeron a los invitados. Dirigió Trimalción su mirada a la escena y dijo—“Amigos míos, ordené que se le pusieran a la gallinas unos huevos de pavo para que los incubara; y, por cierto, me temo que estén ya empollados. De cualquier modo, veamos si se pueden sorber todavía. Cogimos una cucharilla que pesaba no menos de media libra y golpeamos los huevos que eran de pasta. Por cierto yo estuve a punto de tirar el que me había tocado, porque me pareció que tenía el pollo ya formado. Después, cuando oí a un

⁸⁷ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 500.

⁸⁸ VILLEGAS BECERRIL (2021) 262.

invitado veterano: “algo bueno debe de haber aquí”, continué descascarillándolo y me encontré con una oropéndola⁸⁹ gordísima rebozada con yema de huevo a la pimienta⁹⁰.

Asimismo, podemos observar la opulencia de los platos, en este caso los de la *gustatio*:

Allata est tamen gustatio ualde lauta; nam iam omnes discubuerant praeter ipsum Trimalchionem, cui locus nouo more primus seruabatur. Ceterum in promulsidari asellus erat Corinthius cum bisaccio positus, qui habebat oliuas in altera parte albas, in altera nigras. Tegebant asellum duae lances, in quarum marginibus nomen Trimalchionis inscriptum erat et argenti pondus. Ponticuli etiam ferruminati sustinebant glires melle ac papauere sparsos. Fuerunt et tomacula supra craticulam argenteam feruentia posita et infra craticulam Syriaca pruna cum granis Punicis mali. (PETRON. 31, 8-11).

Se nos sirvieron aperitivos muy abundantes; todos estaban a la mesa, a excepción de Trimalción, al que se le reservaba el lugar de honor siguiendo una moda revolucionaria. Y bien, en la bandeja de entremeses había un burrito, en bronce de Corinto, con sus alforjas, llevaba aceitunas verdes en un lado, en el otro negras. Ocultaban el burrito dos fuentes en cuyo borde estaba grabado el nombre de Trimalción y la ley del metal. Además, unos puentecillos soldados sostenían unos lirones aderezados con miel y adormidera. Había también salchichas todavía ardiendo colocadas sobre una parrilla de plata y debajo de la parrilla ciruelas rojas de Siria y granos de mingrana⁹¹.

Por último, dentro de la celebración de los banquetes vamos a destacar dos aspectos que pueden llamar la atención de los alumnos: el uso de las servilletas (*mappae* o *lintea*) y el hecho de mezclar el vino con agua.

Sobre las servilletas, sabemos que se utilizaba para guardar los alimentos que sobraban, una especie de táper actual, que eran de uso común.

Es Petronio en el *Satiricón* quien nos indica este uso de las servilletas en distintos fragmentos:

Rati ergo sacrum esse fericulum tam religioso apparatu perfusum, consurreximus altius et “Augusto, patri patriae, feliciter” diximus. Quibusdam tamen etiam post hanc uenerationem poma rapientibus, et ipsi mappas impleuimus, ego praecipue, qui nullo satis amplo munere putabam me onerare Gitonis sinum (...) Circa cicer et lupinum, caluae

⁸⁹ Es un tipo de ave de plumaje amarillo.

⁹⁰ Citamos la traducción de Carmen Codoñer Merino. Cf. Petronio (1996) 98-99

⁹¹ Ibid. 96-97.

arbitratu, et mala singula —Ego tamen duo sustuli et ecce in mappa alligata habeo; nam si aliquid muneris meo uernulae non tulero, habebo conuicium. (PETRON. 60 y 66).

Pensando entonces que un plato rociado por tan respetable elemento tenía sentido sacro, nos pusimos todos en pie y dijimos en voz alta: “¡Próspera vida a Augusto, padre de la patria!”. Sin embargo, como algunas personas, incluso después de esta señal de respeto, se lanzaron sobre las frutas, también nosotros llenamos las servilletas, sobre todo yo, que pensaba que no había regalo lo bastante bueno con que colmar los bolsillos de Gitón (...) Para picar, garbanzos y altramuces, nueces a voluntad y una manzana por persona. Pero yo me cogí dos y las traigo aquí liadas en la servilleta; y es que, si no le llevo un regalo a mi muchachito, tendré una bronca⁹².

Asimismo, las servilletas eran un bien muy apreciado por los romanos, pues incluso se ofrecían como regalo. Catulo describe que unos amigos le habían regalado un pañuelo o servilleta (*linteum*) de gran valor sentimental para él y, por eso, iba a castigar al ladrón si no se lo devolvía ya que lo consideraban una falta muy grave:

Marrucine Asini, manu sinistra/ Non belle uteris in ioco atque uino;/ Tollis lintea neglegentiorum./ Hoc salsum esse putas? fugit te, inepte;/ Quamuis sordida res et inuenusta est./ Non credis mihi? crede Pollioni./ Fratri, qui tua furta uel talento/ Mutari uelit; est enim leporum/ Dissertus puer ac facetiarum./ Quare aut hendecasyllabos trecentos/ Exspecta aut mihi linteum remitte;/ Quod me non mouet aestimatione,/ Verum est mnemosynum mei sodalis./ Nam sudaria Saetaba ex Hiberis/ Miserunt mihi muneri Fabullus/ Et Veranius; haec amem necesse est/ Vt Veraniolum meum et Fabullum. (CATVLL. 12).

Asino Marrucino, de tu mano izquierda/ no haces un uso correcto: en medio de las bromas del vino/ robas los pañuelos de los más distraídos./ ¿Crees que esto tiene gracia? Se te borra la razón, imbécil./ No hay nada más sórdido y grosero./ ¿No me crees? Cree a tu hermano Polión,/ que está dispuesto a cambiar tus robos por un talento,/ pues es un joven repleto de todos los encantos y de todas las gracias./ Así que o espera trecientos endecasílabos/ o devuélveme el pañuelo,/ que no me interesa por su valor,/ sino por ser recuerdo de un amigo./ Pues me enviaron de regalo de Iberia/ unos paños de Játiva Fabulo/ y Veranio. Es forzoso que/ yo los quiera como a mis amigos Veranio y Fabulo⁹³.

En la actualidad el vino se mezcla con gaseosa, con limón o coca cola tanto para endulzarlo como para rebajar su graduación alcohólica. En cambio, los romanos lo mezclaban con miel —este vino recibía el nombre de *mulsum*— y se solía tomar en la

⁹² Citamos la traducción de Carmen Codoñer Merino. Cf. Petronio (1996) 143 y 152.

⁹³ Citamos la traducción de Arturo Soler Ruíz. Cf. Catulo (1993) 75-76.

*gustatio*⁹⁴; o con agua, que podía ser caliente (MART. *Epigr.* 1, 11) o con nieve, más propia de la mesa de los ricos: “(...) et faciant nigras nostra Falerna niues” (MAR. *Epigr.* 9, 22), ‘(...) y mis vinos de Falerno ennegrezcan la nieve’⁹⁵.

El mezclar el vino con agua era muy común. Algunos taberneros intentaban engañar a los clientes aguando demasiado los vinos⁹⁶. Así lo refleja Marcial en este epigrama satírico: “Continuis uexata madet uindemia nimbis: / non potes, ut cupias, uendere, copo, merum” (MAR. *Epigr.* 1, 56), ‘Empapado está el viñedo sacudido por continuos chaparrones/ no puedes, por más que lo desees, vender, tabernero, vino puro’⁹⁷.

2.7. Una dieta especial: la dieta de los gladiadores

Los gladiadores tenían una dieta muy estricta que podemos comparar a la de los deportistas de hoy en día. El lema de los gladiadores a la hora de comer era: “cantidad sobre calidad”, pues se alimentaban con grandes cantidades de comida, pero poco variada⁹⁸. Principalmente tomaban proteínas procedentes de la carne para aumentar la fuerza y la masa muscular; hidratos de carbono procedentes de las legumbres (sobre todo alubias) y de los cereales (cebada principalmente) para aumentar la masa corporal; y calcio procedente de las infusiones de cenizas para fortalecer los huesos⁹⁹.

Uno de sus platos favoritos era la *sagina*, gachas abundantes en carbohidratos. Según el médico Galeno (129- ca. 201 d. C.), quien comenzó su carrera atendiendo a los gladiadores de un *ludus*, las alubias ayudaban también a que creciera su musculatura, por eso eran la base de su alimentación¹⁰⁰. Así lo afirma Galeno en su obra *De alimentorum facultatibus*:

De fabis (...) plurimo sane hoc edulio gladiatores quotidie apud nos utuntur, corporis habitu carne non densa nec consticta cuiusmodi est suilla implentes, sed quodammodo fungosiore. (GALEN. *Alim. Fac.* 1, 19 [K. 6, 529¹⁰¹]).

⁹⁴ VILLEGAS BECERRIL (2021) 264.

⁹⁵ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 391.

⁹⁶ MARINA SAÉZ (1991) 131.

⁹⁷ Citamos la traducción de Rosario Moreno Soldevila y Alberto Marina Castillo. Cf. Marcial (2019) 106.

⁹⁸ MATYSZAK (2012) 67.

⁹⁹ Sobre la dieta de los gladiadores, véase: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/2012/05/cibus-gladiatorum-dieta-de-los.html> Fecha de consulta: 20/06/2021.

¹⁰⁰ KNAPP (2011) 328.

¹⁰¹ El texto original de Galeno está en griego, pero lo citamos en latín a partir de la traducción incluida en la edición de Kühn.

Sobre las alubias (...) los gladiadores conmigo consumen una gran cantidad de este alimento cada día, cuando se quiere que la constitución de sus cuerpos no sea de carne densa y compacta, al igual que la del cerdo, sino más esponjosa¹⁰².

Plinio el Viejo explica que a los gladiadores se les llamaba *hordearii* (“comedores de cebada”): “Antiquissimum in cibis hordeum, sicut Atheniensium ritu Menandro auctore apparet et gladiatorum cognomine, qui hordearii uocabantur” (PLIN. *Nat.* 18, XIV), ‘La cebada es el alimento más antiguo, según afirma el autor Menandro en la ceremonia ateniense y en el nombre de los gladiadores, que son llamados «comedores de cebada»’.

Asimismo, comían abundante fruta y verdura lo más fresca posible. El hecho de tener una dieta rica en verduras y carbohidratos suponía un bajo nivel de calcio. Por eso, al igual que hoy en día es necesario tomar calcio para fortalecer los huesos, los gladiadores también necesitaban tomarlo para evitar la rotura en los golpes. Como nos transmite Plinio, los gladiadores tomaban infusiones de ceniza (*cinis lixivus*) de hueso y de madera¹⁰³:

Ad conuolsa interiora uiscera aut contusa, M. Varro—ipsis enim uerbis eius utar— “Pyxis sit, inquit, focus. Inde enim cinis lixiuus potus medetur. Licet uidere gladiatores, cum deluserunt, hac iuuari potione”. (PLIN. *Nat.* 36, LXIX).

Para convulsiones o contusiones de las vísceras, dice M. Varrón, —por usar sus propias palabras— “que el fuego sea un recipiente medicinal”. Bebe una infusión hecha de cenizas mezcladas con la bebida. Se puede ver cómo los gladiadores después de un combate son ayudados por esta bebida.

Para alejarse de esa monotonía, la noche anterior al espectáculo tenía lugar la *cena libera*, un banquete que el público podía observar y donde podía ver al gladiador por el que iba a apostar. Era un acto promocional como el que hacen los deportistas en la actualidad al dar una rueda de prensa previa.

La actitud de los gladiadores variaba en esta celebración, pue para algunos esta cena podía ser la última. Unos se mostraban disciplinados y pensaban en su familia y en sus

¹⁰²Traducción tomada del blog “De re coquinaria”. Disponible en: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/2012/05/cibus-gladiatorum-dieta-de-los.html>

¹⁰³ Sobre la dieta de los gladiadores, véase: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/2012/05/cibus-gladiatorum-dieta-de-los.html> Fecha de consulta: 03/06/2021.

posiciones. En cambio, otros comían sin límite, viviendo el momento sin pensar en el día siguiente¹⁰⁴.

¹⁰⁴ KNAPP (2011) 314-315.

III. EL ABP COMO METODOLOGÍA DIDÁCTICA

El ABP forma parte del aprendizaje activo junto con otras propuestas metodológicas como la *Flipped Classroom*, Aprendizaje Basado en Problemas¹⁰⁵, Aprendizaje por Descubrimiento o el Aprendizaje Basado en Retos, entre otras. En estas metodologías el alumno se sitúa como centro del proceso de aprendizaje, puesto que se convierte en el protagonista.

Si pensamos en tres aspectos que definan y caractericen a la enseñanza tradicional se nos viene rápidamente a la mente: explicación teórica del profesor, práctica de lo explicado y memorización para reproducirlo en el examen¹⁰⁶. Con el empleo de estas nuevas metodologías no se pretende enseñar solo de una forma y dejar de lado la enseñanza tradicional, sino que ambas son compatibles y se pueden intercalar o combinar. De esta forma los alumnos conocerán diferentes modelos didácticos y los profesores podrán hacer uso de cada una de ellas dependiendo de los contenidos, de los intereses y capacidades de los alumnos de ese nivel, etc. El ABP es además una metodología muy útil para elaborar un proyecto de centro o para celebrar un día o una semana especial como el día del agua, el día de la mujer, la semana del libro, etc.

Conviene señalar que tanto en las metodologías activas como en la enseñanza tradicional podemos encontrar puntos comunes, como es el caso de la memoria. La memoria es fundamental para poder llevar a cabo proyectos, tareas o ejercicios pues es necesaria para poder retener algunos conocimientos básicos. Por ello, en estos modelos de enseñanza activa “aprender” es una modalidad de “hacer”, pero sin olvidar la memoria.

Ahora bien, aprender no es solo hacer o memorizar, sino también es “definir”, “describir”, “enunciar”, “explicar”, “demostrar”, “aplicar”, “practicar”, “analizar”, “diseñar”, “crear” y “evaluar”, todas ellas acciones básicas para el desarrollo cognitivo de los alumnos. Además, los estudios demuestran que 10 días después de todas estas acciones, se pueda recordar el 90% de lo experimentado y realizado¹⁰⁷.

¹⁰⁵ No debe confundirse el ABP con el Aprendizaje por problemas, en el que la atención se centra en buscar una solución a un problema en concreto. Por ejemplo, diseñar una campaña para recoger plástico en el mar o en las playas, limpiar un río o replantar un bosque, entre otras.

¹⁰⁶ TRUJILLO (2015) 13-14.

¹⁰⁷ Esta idea se basa en el denominado “cono del aprendizaje” propuesta por Edgar Dale en 1969. Cf. ENDER y CHACÓN (2018) 255-256.

3.1. El ABP, un poco de historia¹⁰⁸

El empleo del método de trabajo por proyectos en la enseñanza no es algo tan novedoso como podemos pensar hoy en día. Esta metodología ya se utilizó en la enseñanza de los estudios de arquitectura en Italia durante el siglo XVI, como prueban Claire Howell Major (2003) y más detalladamente Michael Knoll (1997) en sus respectivas investigaciones. El método por proyectos se fue extendiendo a otros lugares como París, donde se afianzó, y se empleó también en el ámbito de los estudios artísticos y técnicos. Posteriormente, en el siglo XVIII se expandió por América del Norte y Europa llegando a emplearse en las escuelas de ingeniería. Al término del siglo XIX, de los estudios universitarios y superiores se trasladó a estudios inferiores como la educación secundaria. El uso de este método logró tal notoriedad y éxito que llegó a implantarse también en la educación primaria.

A finales del siglo XIX y principios del XX, emergen varias corrientes innovadoras y reformistas que tenían como base de su enseñanza una lista de fundamentos y conceptos alternativos al modelo tradicional de enseñanza. Cada movimiento tenía sus señas de identidad, pero tenían unos rasgos en común como: el papel de la experiencia directa, la participación del alumnado y el valor del interés que caracterizaron la denominada “enseñanza centrada en el niño”.

En este momento en el que nace la idea de proyecto o plan de trabajo como sistema organizativo de la etapa escolar fue muy bien acogida ya que se planteaba una distribución del currículum más conforme con la enseñanza activa.

Al término del siglo XIX surge una ideología en la que la educación estaba relacionada con la vida real del sujeto. Dicha ideología llamada “educación progresista” se basa en las ideas de John Dewey y en su teoría de “aprender haciendo” que se precisó en el llamado “método por proyectos” que William Heard Kilpatrick explicó en 1918¹⁰⁹. Estas ideas de Dewey se basan en su propuesta metodológica compuesta por cinco fases:

1. Consideración de alguna experiencia actual y real del niño.
2. Identificación de algún problema o dificultad suscitados a partir de esa experiencia.

¹⁰⁸ Para la elaboración de este apartado nos hemos servido de: POZUELOS ESTRADA (2007) y SANTOS GÓMEZ (2011) 121-123

¹⁰⁹ POZUELOS ESTRADA (2007) 14-15.

3. Inspección de datos disponibles, así como búsqueda de soluciones viables.
4. Formulación de la hipótesis de solución.
5. Comprobación de la hipótesis por la acción¹¹⁰.

3.2. Qué es y en qué consiste el ABP

El ABP, eje central de nuestro trabajo, es un tipo de aprendizaje en el que los estudiantes planean, llevan a cabo y evalúan proyectos que tienen aplicación en el mundo real más allá del aula de clase¹¹¹.

Podemos decir que el desarrollo del currículum a partir de proyectos de trabajo es: “una tradición innovadora que cuenta con raíces bien asentadas, que aborda el currículum a partir de temáticas motivadoras, es decir, resultan interesantes a los alumnos y tienen significado culturalmente. Además, mezclan distintos conocimientos como el académico, el popular, el alternativo, etc. y responden con fundamento a preguntas de la sociedad actual. También, es un proceso organizado, flexible; abierto a la participación, con protagonismo compartido; y, con una evaluación formativa que se apoya en el proceso y busca resultados”¹¹².

El profesor ejerce de guía del proceso de aprendizaje de los alumnos, los anima a profundizar en la comprensión de los problemas tratados y garantiza que todos los alumnos participen de forma activa en la realización del proyecto proporcionando oportunidades de aprendizaje diversas implicando a cada uno de los alumnos en el proceso¹¹³. Igualmente, debe facilitar a los alumnos los recursos y aconsejarles a lo largo de la investigación, pero siendo ellos los protagonistas, recopilando y analizando la información y en último lugar, sacando sus propias conclusiones.

Asimismo, los alumnos junto con el profesor, quien sigue siendo imprescindible, van a tener acceso a la información ya sea en libros, en internet, en las redes sociales, etc., lo que contribuye a fomentar el pensamiento crítico que también podrá desarrollarse a través de rutinas de pensamiento en las que se invite a los alumnos a reflexionar sobre lo realizado y a expresar sus sensaciones¹¹⁴. Al emplear las rutinas de pensamiento también

¹¹⁰ Sobre los pilares de la pedagogía de John Dewey cf. SANTOS GÓMEZ (2011) 121-123.

¹¹¹ ESTRADA GARCÍA (2012) 128.

¹¹² POZUELOS ESTRADA (2007) 32.

¹¹³ MARTÍ et al. (2010) 13.

¹¹⁴ Las rutinas de pensamiento son instrumentos de pensamiento que se emplean en el aula. Son estructuras sencillas que generan y organizan el pensamiento. Son abiertas, es decir, no hay una única respuesta correcta. Hay multitud de tipos de rutinas, algunas de ellas pueden ser: pensar-inquietar-explorar; lo que

se contribuirá a la competencia de aprender a aprender, se favorecerá la autonomía, lo que supondrá un aprendizaje en términos de desarrollo afectivo, social, psicomotriz, capacidad de compromiso y avance en el juicio autónomo y responsable¹¹⁵.

Por otra parte, los alumnos asumen una responsabilidad individual y grupal dentro del proceso de aprendizaje y tienen que ser capaces de gestionar los conflictos que surjan dentro del grupo, uno de los objetivos generales reflejados en el artículo 11 del capítulo segundo del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, que se detallarán en el apartado 1.3.

Con esta metodología aprenden también a ser autónomos en el aprendizaje y gestores del tiempo, de la información y los recursos que tienen que buscar, analizar y evaluar. En el momento de la búsqueda de la información desarrollan las siguientes capacidades mentales: análisis, síntesis, conceptualización y manejo de la información. No obstante, conviene señalar que siempre van a poder acudir al profesor a solicitar ayuda u orientación cuando lo necesiten.

Igualmente, se autoevaluarán, evaluarán al resto de compañeros y su trabajo grupal (reflexionarán sobre el proyecto y el propio trabajo realizado). Un hito importante en los proyectos se denomina “celebración del aprendizaje”, es decir, celebrarán los logros individuales (el profesor puede otorgarles insignias u otros reconocimientos por su trabajo) y, grupales mediante exposiciones de trabajos en las paredes del aula o del instituto, difusión entre compañeros de otras clases, profesores y otros miembros de la comunidad educativa, quienes de esta manera podrán reconocer el trabajo realizado por el conjunto de alumnos¹¹⁶. Todo esto fomenta la motivación, el compromiso, la responsabilidad y autonomía del alumno¹¹⁷.

3.3. Objetivos del ABP

sé- lo que quiero aprender-lo que he aprendido; veo-pienso-me pregunto. Todos los pasos de las rutinas son progresivos, al pasar de uno a otro se crea y aumenta el pensamiento que se tiene sobre la idea anterior. Además, las rutinas de pensamiento son útiles tanto a los alumnos como a los profesores, pues pueden aportar datos sobre los conocimientos previos de los estudiantes acerca de un tema concreto, de sus intereses y de sus aprendizajes. Cf. BARRERA y LEÓN AGUSTÍ (2014) 66-69.

¹¹⁵ POZUELOS ESTRADA (2007) 21-22.

¹¹⁶ FERNÁNDEZ MARCH (2006) 47.

¹¹⁷ VERGARA RAMÍREZ (2016) 14.

Tal y como hemos explicado en el apartado anterior, mediante el ABP se pueden alcanzar los objetivos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria marcados en la LOMCE¹¹⁸.

Estos objetivos son:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercitar sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad de aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

3.4. Beneficios y dificultades del ABP

1. Mejora de la competencia digital del alumno.
2. Clases más dinámicas.
3. Es apto para distintas inteligencias y formas de aprender.
4. Conexión con el mundo real.

1. COMPETENCIA DIGITAL. Igualmente el ABP fomenta la competencia digital de los alumnos puesto que deben usar ordenadores u otros dispositivos para buscar

¹¹⁸ REAL DECRETO 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Capítulo II: Educación Secundaria Obligatoria. Artículo 11: objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, 11.

información sobre el tema del proyecto y, utilizar documentos colaborativos en red (Google drive, OneDrive, etc.).

2. CLASES MÁS DINÁMICAS. Las clases se vuelven más dinámicas ya que se utilizan propuestas en las que los alumnos son partícipes del proceso de enseñanza-aprendizaje: la búsqueda de información, la creación de pósters/murales, exposiciones orales, debates, vídeos explicativos, entre otras actividades, por lo que pueden sentirse atraídos por estos aspectos y que aprendan con más ganas.

3. APTO PARA DISTINTAS INTELIGENCIAS Y FORMAS DE APRENDER. En este tipo de metodología se atienden a las diferentes inteligencias¹¹⁹ y habilidades porque para llevar a cabo el proyecto hay que realizar distintas tareas: creativas, de lógica, de expresión lingüística, de deducción, etc.

Como es un método diferente al utilizado habitualmente, puede generar gran interés entre ciertos alumnos que no responden bien al método tradicional, pues al no ser un modelo meramente teórico, pueden destacar en otras destrezas (expresión corporal, artística, etc.).

4. CONEXIÓN CON EL MUNDO REAL. Como estos proyectos suelen estar unidos al mundo actual y a aspectos que les son de interés, despiertan un alto grado de motivación y participación a lo largo de la actividad. Para ello suele abordarse el proyecto a partir de situaciones que los llevan a preguntarse y preocuparse por las cosas¹²⁰, por ejemplo, a partir de la pregunta “¿cómo ha influido la mitología en el arte actual?” pueden investigar en qué lugares hay representaciones de aspectos de la mitología, el porqué de su elección, su importancia e influencia, etc.¹²¹; o, a partir de la cuestión “¿qué elementos de la mitología grecorromana persisten en tu ciudad?”, crear un mapa interactivo o un audio-guía que lo explique.

Ellos se convierten en protagonistas: pueden decidir aspectos del tema, seleccionan las líneas de investigación, investigan, leen, analizan, sacan sus conclusiones,

¹¹⁹ Gardner es un psicólogo, pedagogo, investigador y profesor estadounidense famoso por sus investigaciones en el análisis de las capacidades cognitivas y por haber formulado la teoría de las inteligencias múltiples. Gardner entiende que la inteligencia se desarrolla de muy distintas formas en el transcurso de la vida de cada persona. Por ello, defiende que existen ocho grupos de inteligencias: lingüística; lógico-matemática; espacial; musical; interpersonal; intrapersonal; y, naturalista. Todos tenemos las ocho inteligencias. Sin embargo, cada alumno va a aprender de una u otra forma despendiendo de las inteligencias que tenga más desarrollada. Cf. VERGARA RAMÍREZ (2016) 43-44.

¹²⁰ LÓPEZ Y LA CUEVA (2006) 579-604.

¹²¹ POZUELOS ESTRADA (2007) 200-201.

exponen, divulgan, evalúan, etc., por lo que se implican de lleno en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Además, los aprendizajes no se quedan en las actividades dentro del aula, sino que se hace una transferencia a su entorno inmediato, ya que se aplican esos aprendizajes a la realidad cotidiana, como afirma Monserrat Moreno “las enseñanzas recibidas en el foro escolar al amparo de la lógica disciplinar se aprovecha en una mínima parte porque el individuo es incapaz de reconocer la similitud de unos datos concretos con las teorías aprendidas en clase”¹²².

Utilizar ABP en la asignatura de Latín puede ser muy productivo. Latín en una asignatura considerada por algunos como una lengua muerta, difícil y escasamente conectada con el mundo de hoy. Por eso, el ABP puede contribuir a hacer ver a los alumnos su utilidad y relación con la actualidad. Poder trabajar varios bloques del currículo juntos en un mismo proyecto facilita que los alumnos asimilen los contenidos integrados y no en compartimentos estancos. Por ejemplo, relacionan los bloques de léxico con el de morfología, sintaxis y civilización. En este sentido, son conscientes de que la gramática y la traducción no están aisladas de los aspectos culturales, históricos, sociales, cotidianos, etc. Y por último, y no menos importante, se divierten a la vez que aprenden.

Al mismo tiempo, si el proyecto tiene un carácter interdisciplinar, se colabora con otras asignaturas y otros profesores de manera que los alumnos ven la importancia del trabajo en equipo en el propio equipo docente, se dan cuenta de la relación del Latín con otras asignaturas, valoran el Latín al mismo nivel que otras, etc.

Algunos ejemplos de ABP con temática romana son los llevados a cabo por Marta Cruz Trujillo quien propone para los alumnos de Latín de 4º ESO y de 1º de Bachillerato la creación de una revista ambientada en la antigua Roma, pero con códigos culturales y un planteamiento moderno¹²³; o el proyecto de Rosa Liarte llamado “Romanízate” destinado a alumnos de Ciencias Sociales de 1º de la ESO¹²⁴.

No obstante, poner en marcha la metodología ABP no resulta sencillo, pues existen varias dificultades y obstáculos entre los que destacamos los siguientes:

¹²² MORENO (1980) 26.

¹²³ Sobre el proyecto *Salve!* (2016-2019) de Marta Cruz Trujillo. Véase: <https://www.educa2.madrid.org/web/marta.cruz5/revista-salve-> Fecha de consulta: 20/05/2021.

¹²⁴ Sobre el Proyecto Romanízate. (2020) de Rosa Liarte Alcaine. Véase: <https://leccionesdehistoria.com/1eso/romanizate-mapa-interactivo/> Fecha de consulta: 20/05/2021.

a) Los alumnos disruptivos o los alumnos pasivos no tienen mucha predisposición a trabajar con estas metodologías en las que ellos tienen un papel muy importante y en donde tienen que realizar numerosas actividades, ya que deben implicarse mucho para que el proyecto acabe siendo un éxito. Además de tener que involucrarse más y ser más partícipes en las clases, tienen una responsabilidad no solo individual, sino también grupal por lo que es más difícil que colaboren en el buen desarrollo de esta metodología¹²⁵.

El trabajo en grupos puede acabar en fracaso porque puede suponer que unos alumnos trabajen mucho y otros poco¹²⁶. Además, los alumnos con mejor rendimiento escolar y acostumbrados a otro tipo de tareas ven injusto el reparto de las notas. Por ello, es muy importante que el proyecto se lleve a cabo mediante el aprendizaje cooperativo, que garantice la participación de todos los miembros del grupo. En este sentido los profesores deben velar por que el reparto de tareas sea equilibrado y justo.

b) Otra dificultad que puede surgir a la hora de desarrollar un proyecto es la falta de tiempo por parte del profesor. Un proyecto requiere de mucha dedicación para idearlo y organizarlo. Esto supone que los docentes tengan que elaborar sus propios materiales, además de que tengan que intensificar su actividad laboral: tiempo de coordinación con otros docentes, horas de trabajo del aula, etc., a lo que se suma la falta de recursos materiales y tecnológicos. En contrapartida, en muchas ocasiones el profesor no encuentra motivación a la hora de realizar este tipo de proyectos, pues requiere un esfuerzo añadido que no es agradecido ni reconocido.

En el caso de la enseñanza del Latín, a los contenidos de lingüística (bloque 3: morfología y bloque 4: sintaxis) se les dedica mucho tiempo, como es lógico, ya que tienen mucho peso y los profesores sienten la necesidad de que los alumnos entiendan bien la gramática para cuando lleguen a niveles superiores sepan analizar y traducir textos correctamente. Por ello, conviene que todo proyecto de ABP integre contenidos lingüísticos también.

A todo esto se suma la presión social por parte de distintas instancias como la familia, o el propio claustro, que no comprenden un modelo que rompe con los esquemas educativos implantados desde hace tiempo. El querer alejarse de este modelo tradicional

¹²⁵ TIPPELT & LINDEMANN (2011) 14.

¹²⁶ TRUJILLO (2013). “#ABPINTEF: “Qué aporta el aprendizaje basado en proyectos y cuáles son las principales dificultades”. Disponible en: <https://fernandotrujillo.es/abpintef-que-aporta-principales-dificultades/> Fecha de consulta: 06/05/2021.

e introducir metodologías activas sigue siendo difícil por el temor a que no funcionen, que el profesor no sepa hacer un buen uso de ellas o que los alumnos no respondan de la forma en la que el profesor tenía pensado. Este temor lo contemplan los centros educativos, que ven que puede ser un riesgo para el nivel educativo del centro escolar y, lo más importante, que afecte negativamente a los resultados académicos de los estudiantes y su desarrollo escolar¹²⁷. Esto resulta muy arriesgado para una asignatura como el Latín, que tiene que competir con otras y siempre existe la posibilidad de que desaparezca en algún curso al no llegar al número mínimo de alumnos. Dicho lo cual, las ventajas de trabajar con un método así superan con creces los inconvenientes.

¹²⁷ POZUELOS ESTRADA (2007) 53.

IV. PROPUESTA DIDÁCTICA: “PROSIT! UN RECORRIDO CULINARIO A TRAVÉS DE LOS 5 SENTIDOS”

4.1. Contexto

El proyecto está ideado para realizarlo en el IES Vega del Pirón, un instituto público que está situado en el municipio de Carbonero el Mayor, provincia de Segovia. Se trata de una pequeña localidad de unos 2540 habitantes en el año 2015. A este instituto acuden 400 alumnos de veinticuatro pueblos de alrededor.

La población de esta zona se dedica fundamentalmente a actividades agrícolas y ganaderas, industrias alimenticias, cárnicas y vegetales, y actividades del sector servicios. Su nivel económico-social se puede considerar, en líneas generales, medio. La comarca es una de las más industrializadas de Segovia, de suerte que esta circunstancia económica ha promovido la llegada a la zona de una amplia población inmigrante (mayormente de origen búlgaro).

Cabe destacar, tanto por su influencia económica y social, la gran incorporación de las mujeres al mercado laboral. La participación de las familias está cambiando poco a poco, pero de forma positiva y se ve una mayor implicación en la vida del Centro. La mayoría de los pueblos de origen del alumnado tiene células culturales mínimas en forma de bibliotecas, centros de acceso al mundo de la información y de la comunicación y asociaciones juveniles deportivas y/o culturales que facilitan la integración en todos los campos de desarrollo personal y grupal.

El número de personas que terminan estudios superiores es alto, pero la zona presenta pocas posibilidades para ejercer su profesión, por ello, se ven obligadas a emigrar, generalmente a zonas urbanas¹²⁸.

Respecto al curso y las asignaturas en las que se va a desarrollar, este proyecto interdisciplinar está pensado para realizarlo en 4º de ESO en las asignaturas de Latín y Cultura Científica, aunque también se presta a otras asignaturas como Cultura Clásica, Educación física o Inglés. El número de alumnos de la asignatura de Latín es de 13 y de 10 en Cultura Científica.

¹²⁸ Proyecto Educativo de Centro (PEC 2020/2021). Disponible en la web del IES Vega del Pirón: http://iesvegadelpiron.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=13 Fecha de consulta: 20/03/2021.

En cuanto al horario, la asignatura de Latín es troncal en 4º de ESO. En cambio, Cultura Científica es una asignatura específica por lo que el número de horas semanales es muy distinto. Mientras que a Latín se dedican 4 horas semanales, a Cultura Científica solo 2, por lo tanto esta diferencia entre ambas asignaturas se ha tenido en cuenta a la hora de planificar el proyecto y distribuir la carga de trabajo. Además, el hecho de ser asignaturas de distinto tipo, es decir, una troncal y la otra específica, impide que coincidan en el horario, lo que imposibilita que los alumnos de las dos asignaturas puedan trabajar juntos en la misma aula. No obstante, trabajarán juntos en el producto final, así como colaborarán en “la celebración del aprendizaje”.

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:30-9:20	LATÍN (4º ESO)				CULTURA CIENTÍFICA 4º ESO
9:25-10:15					
10:20-11:10		LATÍN (4º ESO)	CULTURA CIENTÍFICA 4º ESO		
RECREO					
11:40-12:30				LATÍN 4º ESO	
12:35-13:25					LATÍN 4º ESO
13:30-14:20					

Tabla 1. Horario de 4º de la ESO del IES Vega del Pirón.

4.2. Fase 1: selección temática

La elección de la temática del proyecto no ha sido hecha por los alumnos, sino que se ha sido propuesta por parte la autora del trabajo. Sin embargo, está justificada por tres motivos:

En primer lugar, se ha tenido en cuenta las respuestas de los alumnos de Latín en una encuesta sobre sus intereses sobre la alimentación y la cocina romana a la hora de realizar algunas actividades o centrarnos en algunos temas. La encuesta y las respuestas están en los Anexos I y II.

En segundo lugar, este proyecto está justificado por su zona geográfica. La zona en la que se sitúa el instituto y sus alrededores es una zona en la que hay numerosas granjas de cerdos y fábricas de jamones, pues la economía se basa principalmente en industrias de la transformación de productos agroalimentarios, sobre todo, cárnicas, y también en la agricultura y ganadería.

Entre las empresas destaca el grupo cárnico Monte Nevado cuya sede está en Carbonero el Mayor junto a los secaderos de jamones. En 1991, el grupo Monte Nevado salvó de la extinción a una raza olvidada, el cerdo Mangalica, pariente húngaro del cerdo ibérico. Esta raza es el resultado de la mezcla de la raza traída por los romanos y los cerdos semi-salvajes de las montañas y cruces posteriores.

En 2018, el Jamón de Bellota 100% ibérico-Añada 2014 de Monte Nevado recibió el Premio Alimentos de España al mejor jamón de Bellota ibérico 2018. Esta distinción se otorgó por la excelencia en su elaboración: una montanera espectacular, una curación larga (de unos 60 meses) y natural y una selección de cada pieza individualmente por los maestros jamoneros¹²⁹.

Asimismo, la zona cuenta con el famoso chorizo de Cantimpalos, uno de los alimentos protegidos de Castilla y León, pues cuenta con Indicación Geográfica Protegida desde 2008. Este chorizo se elabora con magro de cerdo, pimentón de la Vera, sal, ajo y orégano. Existen tres formatos de presentación y elaboración del chorizo entero: sarta, chorizo embutido cuyo calibre está comprendido entre 25-35 mm, en una sola pieza; achorizado, chorizo embutido cuyo calibre está comprendido entre 30-50 mm, el cual es

¹²⁹ Sobre el grupo Monte Nevado y su historia, véase: <https://www.montenevado.com/es/content/desde-1898> Fecha de consulta: 05/07/2021.

atado o grapado constituyendo una ristra formada por varios chorizos; y, cular, chorizo embutido en tripa de porcino cuyo calibre es superior a 35 mm, de forma cilíndrica irregular, determinada por la morfología de la tripa.

Aunque este pueblo también es reconocido internacionalmente por sus numerosas industrias de chacinería¹³⁰.

Por último, la elección del tema de la alimentación está justificada porque el IES donde se va a desarrollar cuenta con el Sello de Vida Saludable, que hemos mencionado anteriormente, desde el año 2017, por lo que con este proyecto también se contribuye a trabajar la línea 02 “alimentación saludable” del programa de Vida Saludable¹³¹.

¹³⁰ Sobre el chorizo de Cantimpalos, véase: <https://www.chorizodecantimpalos.org/nuestro-chorizo/> Fecha de consulta: 03/07/2021.

¹³¹ Para conocer este programa puede consultarse: http://iesvegadelpiron.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=27&wid_item=133 Fecha de consulta: 14/06/2021.

MARCO LEGAL

En este cuadro incluimos los contenidos, los objetivos, los estándares de aprendizaje y las competencias que se van a trabajar en este proyecto:

LATÍN 4º ESO				
CONTENIDOS <i>(Orden EDU 362/2015)</i>	CONTENIDOS CONCRETOS	OBJETIVOS <i>(concretados a partir de la Orden EDU 362/2015)</i>	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE <i>(Orden EDU 362/2015)</i>	COMPETENCIAS
<u>Bloque 3:</u> Morfología. -Flexión de sustantivos y adjetivos.	-Flexión de sustantivos de la 1ª, 2ª y 3ª (excepto en silbante y tema en -i) relacionados con la alimentación y cocina romanas. -Flexión de adjetivos de la primera clase (-us, -a, -um).	-Declinar sintagmas formados por sustantivos relacionados con la alimentación y cocina romanas y adjetivos haciéndolos concordar.	-Declina palabras y sintagmas en concordancia, aplicando correctamente para cada palabra el paradigma de flexión correspondiente.	CCL
<u>Bloque 4:</u> Sintaxis. -Los elementos de la oración.	- Análisis de una serie de oraciones adaptadas a partir de los textos latinos seleccionados sobre la alimentación y cocina romanas.	-Analizar morfológica y sintácticamente correctamente los elementos que conforman las frases adaptadas sobre la alimentación y cocina romanas.	-Analiza morfológica y sintácticamente frases y textos adaptados identificando correctamente las categorías gramaticales a las que pertenecen las diferentes palabras y explicando las funciones que realizan en el contexto.	CCL

<p><u>Bloque 5.</u></p> <p>Roma: historia, cultura y civilización.</p> <p>Vida cotidiana.</p>	<p>-La alimentación y cocina romanas.</p>	<p>-Conocer la producción y el consumo porcino en la antigua Roma a través de textos latinos traducidos al castellano.</p> <p>-Investigar sobre la producción y el consumo porcino en el entorno del estudiante.</p> <p>-Comparar y contrastar lo que han investigado con lo que han leído en los textos latinos traducidos al castellano.</p> <p>- Analizar la pervivencia e influencia de las tradiciones romanas, así como los cambios que se han producido desde entonces.</p> <p>-Conocer el uso de las servilletas en la antigua Roma a través de textos latinos traducidos al castellano.</p> <p>-Conocer qué son las gachas y su importancia en la antigua Roma a través de textos latinos traducidos al castellano.</p> <p>-Investigar acerca del <i>triclinium</i> y del <i>garum</i>.</p> <p>-Conocer la dieta de los gladiadores.</p>	<p>-Describe las características fundamentales de la alimentación y cocina romanas que caracterizan su vida cotidiana¹³².</p>	<p>CCL CPA A CD SIE CEC CSC</p>
---	---	---	--	---

¹³² Hemos creado este estándar de aprendizaje, aunque somos conscientes de que no se encuentra en la legislación.

		<ul style="list-style-type: none"> -Buscar información de determinadas recetas romanas. -Elaborar recetas romanas. -Saber valorar la importancia de una dieta saludable. -Reconocer la pervivencia e influencia de la alimentación y cocina romanas en nuestro mundo actual. -Discernir entre mitos y realidades sobre la alimentación romana. 		
<p><u>Bloque 6.</u></p> <p>Textos.</p> <p>-Iniciación a las técnicas de traducción.</p> <p>-Análisis morfológico y sintáctico.</p> <p>-Lectura comprensiva de textos traducidos.</p>	<p>-Análisis y traducción de una serie de oraciones adaptadas a partir de los textos latinos seleccionados sobre la alimentación y cocina romanas.</p> <p>- Lectura comprensiva de textos traducidos sobre la alimentación y cocina romanas.</p>	<p>-Analizar morfológica y sintácticamente frases de dificultad graduada.</p> <p>-Dominar la traducción.</p> <p>-Comprender los textos latinos traducidos al castellano sobre la alimentación y cocina romanas.</p>	<p>-Utiliza adecuadamente el análisis morfológico y sintáctico de frases de dificultad graduada para realizar su traducción o retroversión.</p> <p>-Utiliza mecanismos de inferencia para comprender de forma global textos sencillos.</p> <p>-Realiza comentarios sobre determinados aspectos culturales presentes en los textos seleccionados aplicando para ello los conocimientos adquiridos previamente en esta o en otras materias.</p>	CCL

<p><u>Bloque 7.</u> Léxico. -Vocabulario básico latino. -Latinismos.</p>	<p>- Vocabulario básico latino relacionado con la alimentación y cocina romanas. Latinismos relacionados con el ámbito culinario.</p>	<p>-Aprender léxico relacionado con la alimentación y cocina romanas. -Identificar, comprender y traducir latinismos.</p>	<p>-Deduce el significado de términos latinos no estudiados partiendo del contexto o de palabras de la lengua propia.</p>	<p>CL</p>
--	---	---	---	-----------

CULTURA CIENTÍFICA				
CONTENIDOS GENERALES <i>(Orden EDU 362/2015)</i>	CONTENIDOS CONCRETOS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE <i>(Orden EDU 362/2015)</i>	OBJETIVOS <i>(concretados a partir de la Orden EDU 362/2015)</i>	COMPETENCIAS
<u>Bloque 4:</u> Calidad de vida. -Alimentación y salud. -Dieta equilibrada.	-La pirámide alimenticia. -Alimentos que se consumen hoy en día y no en la antigua Roma. -Nombre científico de dichos alimentos. -Dieta de los deportistas. -Dieta equilibrada: recetas romanas.	-Establece la relación entre alimentación y salud, describiendo lo que se considera una dieta sana.	-Distinguir entre alimentos saludables y no saludables. -Ordenar diferentes alimentos dentro de la pirámide alimenticia. -Discernir entre recetas que están dentro de una dieta equilibrada de las que no. -Conocer la dieta de un deportista. -Conocer alimentos que se consumen hoy en día y no en la antigua Roma. -Reconocer el vínculo entre el nombre científico de ciertos alimentos con la lengua latina.	CCL CD CPAA CSC CEC SIE CMCT

Las competencias se van a trabajar de la siguiente forma:

- Comunicación lingüística (CCL): los alumnos leerán, comprenderán y sintetizarán textos latinos traducidos al castellano; investigarán y analizarán la información que encuentren en internet, libros, etc. sobre temas relacionados con la alimentación y cocina romanas. Asimismo, aprenderán léxico culinario y expresiones latinas relacionadas con la alimentación y cocina romanas; y, analizarán y traducirán una serie de oraciones adaptadas a partir de los textos latinos seleccionados.
- Competencia digital (CD): los alumnos utilizarán las nuevas tecnologías para buscar información en internet sobre los temas asignados así como la receta que les toque trabajar; grabarán audios y vídeos explicativos, los subirán a la nube y

crearán códigos QR para acceder a ellos. Asimismo, utilizarán la aplicación Mentimeter para realizar la rutina de pensamiento. Se enseñará también a hacer un uso responsable de las TIC y de las RRSS (para la difusión de las recetas en Instagram).

- Competencia social y cívica (CSC): los alumnos trabajarán las diversas tareas que constituyen el proyecto en grupos reducidos, donde cada uno asumirá un rol. Tendrán que escucharse, respetar las diferentes opiniones y tomar decisiones conjuntas. Al final, todos en común participarán en la divulgación o “celebración del aprendizaje” el día de “Trimesfín”, que más adelante explicaremos.
- Aprender a aprender (CPAA): los alumnos trabajarán esta competencia a la hora de sintetizar y exponer la información de forma oral y visual. En las rutinas de pensamiento reflexionarán sobre el proceso de aprendizaje y los logros obtenidos. Igualmente, realizarán una autoevaluación de grupo y evaluarán al resto de sus compañeros.
- Conciencia y expresiones culturales (CEC): los alumnos a través del bloque 5: cultura y civilización (Latín) y del bloque 4: calidad de vida (Cultura Científica) aprenderán las características fundamentales de la alimentación y cocina romanas que caracterizan su vida cotidiana y entenderán la gran influencia en la alimentación actual y en la forma de cocinar. De la misma forma, aprenderán conocimientos léxicos, lingüísticos y culturales que les permitirá hacer un trasvase de esos conocimientos del mundo clásico al mundo actual. Asimismo, aprenderán a respetar el patrimonio culinario romano como fuente de conocimiento.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: los alumnos, después de haber realizado las tareas, elaborarán ellos mismos el producto final del proyecto, el museo interactivo. En él expondrán los audios y los vídeos explicativos, así como los murales y las recetas romanas.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT): los alumnos aprenderán a reconocer una dieta saludable, el nombre científico de los alimentos y la dieta de los deportistas.

4.3. Fase 2: análisis de contenido

En la primera sesión donde se explicará en qué va a consistir el proyecto y los temas que se van a trabajar, se hará también una recopilación de las ideas previas que tiene el alumnado sobre el tema de la alimentación y la cocina romanas. Para ello, se realizará a los alumnos de ambas asignaturas una rutina de pensamiento a través de la aplicación de Mentimeter¹³³.

Actividad 1: ¿Qué sabes sobre la alimentación y cocina romanas? / ¿Qué sabes sobre la dieta de los deportistas y sobre los alimentos saludables y no saludables?

En primer lugar, se habrá creado una rutina de pensamiento con la aplicación Mentimeter con la pregunta “¿Qué sabes sobre la alimentación y cocina romanas?” para los alumnos de Latín y “¿Qué sabes sobre la dieta de los deportistas y sobre los alimentos saludables y no saludables?” para los alumnos de Cultura Científica.

Asimismo, los alumnos habrán pedido permiso a sus familias para poder utilizar los móviles en clase, tal y como se recoge en el Reglamento de Régimen Interno.

El día de la sesión, los alumnos entrarán en el enlace a Mentimeter y responderán a la pregunta planteada de forma anónima para que escriban con mayor libertad y no sientan la presión como si les estuvieran examinando. Dispondrán de 7 minutos en total y podrán enviar tantas respuestas cortas como consideren, pero con un máximo de 250 caracteres en cada una de ellas. En el caso de que algún alumno por cualquier motivo no pudiera acceder a la aplicación o no tuviera acceso a internet, lo haría en un folio.

Las respuestas irán apareciendo en la pantalla a medida que vayan contestando (ver Anexo III). Además, se podrán guardar los resultados y analizarlos fuera de clase, por lo que esta actividad servirá para saber el punto del que parten los alumnos sobre el tema del proyecto y puede ser utilizado como una evaluación inicial.

¹³³ Mentimeter es una aplicación que sirve para crear presentaciones con comentarios o *feedback* por parte de los alumnos en tiempo real. Es gratuita y no necesita registro.

4.4. Fase 3: análisis didáctico

En esta fase se explicará la metodología del proyecto: el tipo de tareas, los temas que se van a trabajar, la formación de los grupos y los roles que habrá dentro de cada grupo.

A. Tipo de tareas.

Durante el desarrollo del proyecto habrá:

- Tareas iniciales y de conocimientos previos.
- Tareas de contenido, búsqueda y análisis.
- Tareas de comparación y síntesis de la información.
- Tareas de conclusión y producción (vídeo, receta, folleto, audio, mural, etc.).
- Tareas de exposición.
- Tareas de divulgación en “la celebración del aprendizaje”.
- Tareas de evaluación.

B. Temas que trabajar.

El proyecto está formado por los siguientes temas que servirán para crear el producto final:

- El cerdo y el consumo porcino en la antigua Roma y en la actualidad.
- Tarea sobre 4 “mini-temas:” uso de las servilletas, *triclinium*, gachas y *garum*.
- La dieta de los gladiadores y los deportistas en la actualidad.
- (Falsos) mitos acerca de la alimentación romana.
- Alimentos que se consumen hoy en día y no en la antigua Roma; y orden de los alimentos dentro de la pirámide alimenticia.
- La cocina romana a través de sus recetas.

C. Agrupamientos.

Para llevar a cabo esas actividades los alumnos trabajarán en grupos pequeños, tres grupos de 3 personas y uno de 4 (en Latín), en dos grupos de 5 personas (en Cultura Científica) e individualmente (en Latín) y en parejas (en ambas asignaturas).

Actividad 2: Nos organizamos en grupos.

En esta actividad se conocerán los miembros que forman cada grupo, el rol que asume cada uno y el tema que va a trabajar cada grupo.

- En Latín:

La profesora formará los grupos atendiendo a que sean heterogéneos y equilibrados, haya responsabilidad individual y grupal, cada miembro asuma un rol y todos los alumnos sean igual de protagonistas. Se sorteará el tema de cada equipo:

Grupo A¹³⁴: tarea sobre el cerdo.

Grupo B: tarea sobre el *triclinium* y el uso de las servilletas en la antigua Roma.

Grupo C: tarea sobre el *garum* y las gachas.

Grupo D: tarea sobre la dieta de los gladiadores.

- En Cultura Científica: 2 grupos de 5 personas cada uno. También los creará la profesora.

Grupo E: tarea sobre la dieta de los deportistas. (1ª tarea); criba de recetas (2ª tarea).

Grupo F: tarea sobre selección de alimentos que se consumen hoy en día y no en la antigua Roma y su nombre científico para que así observen el vínculo con la lengua latina. Para ello tendrán un glosario con los nombres en latín (1ª tarea); orden de alimentos dentro de la pirámide alimenticia (2ª tarea).

- Los roles de cada uno de los miembros de cada grupo los elegirán entre ellos y serán:
 - ❖ Secretario.
 - ❖ Relaciones públicas y responsable del material.
 - ❖ Coordinador y responsable del tiempo.

En el caso de grupos de 4 personas, se separará el rol de coordinador y responsable del tiempo; y en grupos de 5 personas, los cargos de responsable del material y del tiempo irán separados del de relaciones públicas y coordinador.

¹³⁴ Cada grupo puede elegir el nombre que les identifique.

Cada grupo deberá rellenar un documento de compromiso con las funciones de cada rol (anexo IV). Se trata de que cada uno sea consciente de las tareas de las que debe encargarse en las sesiones.

4.5. Fase 4: diseño didáctico

A. Explicación detallada de cada una de las actividades:

1. El léxico y textos relacionados con la alimentación y cocina romanas: “Plurimam salutem!”.

Cada grupo de Latín tendrá que traducir y analizar una serie de oraciones en latín relacionadas con el tema que están trabajando así como declinar y concordar unos sintagmas latinos. Además, aprenderán un latinismo y unas palabras clave (de las oraciones adaptadas) que enseñarán al resto de compañeros el día de la exposición. Todos los sustantivos marcados corresponden con alimentos que formarán parte de la pirámide del museo.

Primero, cada alumno individualmente y en casa hará el análisis y la traducción de las oraciones y la concordancia y declinación de los sintagmas.

Luego, en clase los miembros de cada equipo lo pondrán en común, se ayudarán entre ellos si alguno tiene dudas y entregarán una copia. Cada alumno recibirá un glosario con el léxico relacionado con la alimentación y cocina romanas (ver anexo V).

Agrupación: esta actividad estará integrada dentro de cada uno de los temas que trabajará cada grupo de Latín.

Recursos: oraciones, textos, sintagmas y latinismos de cada grupo (ver anexo VI).

2. “Del cerdo, ¡hasta los andares!”.

Los alumnos investigarán sobre la producción y el consumo porcino en su entorno. Para ello, preguntarán a sus familiares sobre: la matanza de cerdos, la conservación de la carne, los productos que se comen del cerdo, en qué momentos o celebraciones se toma, curiosidades relacionadas sobre el consumo del cerdo, etc.

Una vez puesta en común la información, leerán los textos latinos traducidos al castellano del apartado “Carne: consumo porcino” del bloque 2. (pp. 21-27) Breve repaso a las fuentes sobre la alimentación y cocina romanas. Luego, compararán lo que han investigado con lo que han leído a través de una rutina de pensamiento compara/contrasta (ver anexo VII). Analizarán la pervivencia e influencia de las tradiciones romanas, así como los cambios que se han producido desde entonces. Por último, elaborarán un mural en cartulina con los datos más importantes. Este mural tendrá como título: “¿Sabías qué...?”.

Agrupación: grupo A (Latín).

Recursos: tabla de búsqueda de información y fiabilidad de fuentes (ver anexo VIII), rutina de pensamiento, cartulina, rotuladores y/o lápices de colores y textos del apartado “carne: consumo porcino” concretados en el Anexo VI.

3. Uso de las servilletas, *triclinium*, gachas y *garum*: “Frugalidad y excesos”.

Los alumnos leerán textos traducidos sobre las gachas y el uso de las servilletas, que hemos incluido en el apartado “Cereales” y “Las tres comidas: frugalidad y excesos” del bloque 2. (pp. 13-15 y 29-35) Breve repaso a las fuentes sobre la alimentación y cocina romanas. Además, buscarán información acerca del *triclinium* y del *garum* en los siguientes blogs: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/>

<http://abemus-incena.blogspot.com/>

<https://domus-romana.blogspot.com/>

http://almacendeclasicas.blogspot.com/2012/12/la-cocina-de-los-romanos_9.html

Luego harán una síntesis de las ideas principales y, por último, grabarán el resumen de cada uno de los temas en audio con el programa audacity¹³⁵, lo subirán a One Drive, crearán los códigos QR a través de un generador de códigos QR como QRCode Monkey¹³⁶ o QR Code Generator para “la celebración del aprendizaje”.

Recursos: tabla de búsqueda de información y fiabilidad de fuentes, dispositivos móviles (para grabar los audios), ordenadores, textos del apartado “Cereales” y “las tres comidas: frugalidad y excesos” concretados en el Anexo VI, programa Audacity y QRCode Monkey o QR Code Generator.

Agrupación: grupo B y C (Latín). Grupo B: uso de las servilletas y *triclinium*; grupo C: *garum* y gachas.

4. La dieta de los gladiadores y los deportistas en la actualidad: “Cibus gladiatorum.”

Los alumnos de Latín leerán textos del apartado “Una dieta especial: la dieta de los gladiadores” del bloque 2. (pp. 35-37) Breve repaso a las fuentes sobre la alimentación y cocina romanas. Investigarán sobre ello en blogs relacionados con el mundo clásico

¹³⁵ Audacity es un editor de audio gratuito. Se pueden grabar sonidos, reproducir sonidos, importar y exportar archivos WAV, AIFF, MP3 y más. Además, es muy fácil de utilizar, pues es muy intuitivo.

¹³⁶ En estos generadores de códigos QR tan solo es necesario añadir la URL obtenida del archivo Onedrive.

como los mencionados: *De Re coquinaria* o *Abemus incena*. Los estudiantes de Cultura Científica buscarán información en internet o en libros que haya en la biblioteca sobre la dieta de los deportistas en la actualidad

Luego harán un resumen comparativo y grabarán un vídeo explicando las diferencias y semejanzas, los aspectos que más les hayan llamado la atención, etc.

Recursos: tabla de búsqueda de información y fiabilidad de fuentes, ordenadores, dispositivos móviles y textos concretados en el anexo VI.

Agrupación: interdisciplinar: grupo D (Latín) y grupo E (Cultura Científica).

5. (Falsos) mitos acerca de la alimentación romana: “Realidad o mito”.

Los alumnos de ambas asignaturas responderán en parejas sobre cuestiones relacionadas con la alimentación romana. Después, comprobarán si han acertado o no viendo una vídeo sobre el banquete y leyendo los textos concretados en el apartado de recursos. Por último, los alumnos de Cultura Científica grabarán un vídeo hablando sobre los (falsos) mitos o realidades que más les hayan llamado la atención. Entre ellos se pondrán de acuerdo sobre quiénes serán los portavoces de la grabación.

Recursos: cuestionario en papel (ver anexo IX), enlace al vídeo sobre el banquete (<https://www.youtube.com/watch?v=9CqDKkcguDk>) y texto del apartado “Las legumbres, frutas y verduras” (CATO. *Agr.* 156); del apartado “La carne: el consumo porcino” (MART. *Epigr.* 13, 44 y 46) y (APIC. 7, 1-4 y 6); del apartado “Las tres comidas: frugalidad y excesos” (MART. *Epigr.* 14, 223), (MART. *Epigr.* 13, 31), (APVL. *Met.* I, 18, 8) y (PETRON. 33, 3-8).

Agrupación: interdisciplinar. En parejas grupo clase Latín y Cultura Científica.

6. Las recetas romanas: “De re coquinaria”.

El primer día se sortearán las recetas sobre las que tendrán que trabajar. Para ello, habrá 13 tarjetas en las que aparecerá escrito: *gustatio* (4), *prima mensa* (5) y *secunda mensa* (4). Una vez que han sacado la tarjeta, tendrán que escoger una receta de las seleccionadas previamente por la profesora:

GUSTATIO: paté de oliva, queso con nueces, huevos duros de Lucrecio y entrante de albaricoques.

PRIMA MENSA: cardos reales, huevos revueltos* (*in ovis hapalis*), receta de zanahorias, una ensalada presentada a modo de corona y quesos servidos de diferente manera.

SECUNDA MENSA: flan* (*tyropatina*), torrijas* (*aliter dulcia*), libo* (*libum*) y plato de melocotones* (*patina de persicis*).

En segundo lugar, tendrán que buscar información sobre la receta asignada: nombre de la receta en latín (solo los que estén marcados con un *) y del resto el ingrediente principal, pues no hemos encontrado el nombre de la receta en latín; los ingredientes en latín y español (*elementa*); la elaboración (*elaboratio*); hacer una foto del plato e incluir la expresión “Prosit!”. A continuación, elaborarán una ficha informativa (ver anexo X); y publicarán un post en Instagram con el hashtag #PrositVegaDelPirón.

Lugares de búsqueda:

<http://abemus-incena.blogspot.com/2018/03/libum.html>

<http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/search/label/MEN%C3%9AS>

<http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/2012/01/invitados-la-cena-de-trimalcion.html>

- Libro: APICIO (2006), *De re coquinaria: antología de recetas de la Roma imperial* Del Re, Attilio A. (ed.), Barcelona, Alba.

Por otro lado, los estudiantes de Cultura Científica valorarán si estas recetas responden a una dieta equilibrada según los criterios de hoy. De ser así, pegarán una pegatina verde en el folio; si no, una roja. Tendrán que justificar esta calificación con argumentos sobre los ingredientes y la elaboración.



Por último, los alumnos de Latín elaborarán la receta en casa para exponerla en el museo el día de “la celebración del aprendizaje”, así como la ficha elaborada por ellos. También tendrán que imprimir el post de Instagram con la receta para mostrarlo también en el museo para aquellos que no puedan acceder directamente a Instagram.

Recursos: ordenadores, selección de recetas, libro de recetas romanas, pegatinas.

Agrupación: interdisciplinar. Individualmente los alumnos de Latín y grupo E de Cultura Científica.

7. Selección de alimentos que se consumen hoy en día y que en la antigua Roma no: “De América”.

Tendrán que seleccionar alimentos que se consumen hoy en día, pero que en la antigua Roma no. Buscarán su nombre científico para que así sean conscientes de la relación existente aún hoy día entre la ciencia y el latín. Para ello tendrán un glosario con los nombres en latín (ver anexo V). Por ejemplo, podrían escoger: café, chocolate, patatas, tomate, cocacola, maíz, vainilla, aguacate, pimiento, etc.

Agrupación: Grupo F (Cultura Científica).

Recursos: glosario.

8. Orden de alimentos dentro de la pirámide alimenticia: “Cursus ciborum”¹³⁷.

Una vez que los alumnos de Latín hayan enseñado al resto de sus compañeros las palabras clave (alimentos) de cada una de sus oraciones, más los que hayan pensado ellos en la actividad anterior, elaborarán unas tarjetas con los nombres de los alimentos (el término latino y el significado, ver anexo XII).

Asimismo, pensarán el orden que ocupan en la pirámide alimenticia¹³⁸, pues en el museo los visitantes podrán coger esas tarjetas y colocarlas según consideren. Una vez que las han colocado, los alumnos serán los encargados de corregirlo. Por otro lado, la

¹³⁷ En vez de *cursus honorum*, *cursus ciborum* porque al igual que en el *cursus honorum*, los alimentos siguen un orden dentro de la pirámide.

¹³⁸ La pirámide alimenticia es una representación gráfica de la cantidad de los diferentes grupos de alimentos que debemos consumir diariamente para mantenernos saludables. La finalidad de esta pirámide es transmitir unos hábitos saludables, que los alumnos conozcan la importancia de consumir alimentos variados.

pirámide se podrá dibujar en una pizarra grande o en una cartulina que tenga el suficiente espacio para poner las tarjetas con los alimentos.

La finalidad de esta pirámide es transmitir unos hábitos saludables, que los alumnos conozcan la importancia de consumir alimentos variados y en determinadas cantidades.

Por último, se pretende que se den cuenta de que algunos alimentos actuales eran conocidos por los romanos y sean conscientes de la importancia que aún tienen en la dieta actual. Concretamente en el museo, la finalidad de la pirámide será que los visitantes conozcan qué comían los romanos, qué alimentos no consumían y los términos latinos tanto de los que sí consumían como de los que no.

Agrupación: Grupo F (Cultura Científica).

Recursos: pizarra o cartulina grande, tarjetas con adhesivos, lápices y/o rotuladores de colores.

B. Secuenciación y temporalización:

Está previsto que la actividad dure dos semanas del segundo trimestre.

En la asignatura de Latín:

SESIÓN 1		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 1: selección temática	Presentación del proyecto	10 minutos
Fase 3: análisis didáctico	Explicación de los temas de trabajo.	10 minutos
Fase 2: análisis del contenido	-Rutina de pensamiento Actividad 1: ¿Qué sabes sobre la alimentación y cocina romanas?	10 minutos
Fase 3: análisis didáctico	Nos organizamos en grupos.	10 minutos

	Explicación de roles y asignación	
Fase 4: diseño didáctico	Sorteo de recetas.	5 minutos
	Entrega de materiales	5 minutos

SESIÓN 2, 3 y 4		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	-Explicación de las tareas. -Realización de las tareas de análisis, búsqueda, síntesis y comparación (cada uno de los grupos); y del cuestionario “realidad o mito”.	50 minutos cada día
Fase 4: diseño didáctico	Producción de: mural, vídeos explicativos, audios, etc.	

SESIÓN 5		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	Producción de: mural, vídeos explicativos, audios, etc.	50 minutos

SESIÓN 6		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	Exposición oral de cada uno de los grupos (A, B, C	50 minutos
Fase 6: evaluación		

	y D) y evaluación por el resto de los alumnos.	
--	--	--

SESIÓN 7		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 5: difusión del producto final	Divulgación/celebración del aprendizaje	Durante una mañana el día de Trimesfín

SESIÓN 8		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 6: evaluación	-Evaluación final del conjunto del proyecto. -Rutina de pensamiento final. “¿Qué has aprendido sobre la alimentación y cocina romanas?”	50 minutos

En la asignatura de Cultura Científica:

SESIÓN 1		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 1: selección temática	Presentación del proyecto	10 minutos
Fase 3: análisis didáctico	Explicación de los temas a trabajar.	5 minutos
Fase 2: análisis del contenido	-Rutina de pensamiento Actividad 1: ¿Qué sabes sobre la dieta de los deportistas y sobre los	10 minutos

	alimentos saludables y no saludables?	
Fase 3: análisis didáctico	Nos organizamos en grupos.	10 minutos
	Explicación de roles y asignación.	
Fase 4: diseño didáctico	-Entrega de materiales. -Explicación de las tareas.	15 minutos

SESIÓN 2

N.º FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	- Realización de las tareas de análisis, búsqueda, síntesis y comparación. -Criba de recetas.	50 minutos

SESIÓN 3

N.º FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	-Cuestionario “realidad o mito”. -Producción de: tarjetas con los alimentos y términos latinos.	50 minutos

SESIÓN 4

N.º FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 4: diseño didáctico	Exposición oral de los grupos E y F.	50 minutos
Fase 6: evaluación	-Evaluación por el resto de los alumnos. -Rutina de pensamiento final. “¿Qué has aprendido	

	sobre la dieta de los deportistas y sobre los alimentos saludables y no saludables?	
--	---	--

SESIÓN 5		
N.º DE FASE	ACTIVIDAD	TIEMPO
Fase 5: difusión del producto final	Divulgación/celebración del aprendizaje	Durante una mañana el día de Trimesfín

C. Explicación del producto final:

El producto final va a consistir en un museo interactivo. Al ser interactivo y, como indica el propio nombre del proyecto, “Prosit! Un recorrido culinario a través de los cinco sentidos”, habrá salas en las que se utilicen los cinco sentidos: vista, oído, gusto, olfato y tacto. Asimismo, para recrear un banquete, se colocará un *triclinium* y una mesa con las recetas que habrán elaborado los alumnos.

Este museo interactivo formará parte de las actividades incluidas en “Trimesfín”, una serie de actividades tanto deportivas como creativas, musicales, etc., en las que participan todos los alumnos del centro el último día de cada trimestre.

En los dos recreos anteriores a “Trimesfín”, las profesoras y los alumnos de Latín y Cultura Científica se reunirán para organizar el museo interactivo.

Todas las actividades que los alumnos han realizado se verán reflejadas en el museo de la siguiente forma:

ACTIVIDAD	REFLEJO EN EL MUSEO
Del cerdo, ¡hasta los andares!	-Podrán ver un mural explicativo (Vista). ¿Sabías qué...?
<i>De re coquinaria</i>	-Podrán hacer una cata de las recetas (gusto).

	-Podrán leer las recetas que han preparado los alumnos (vista) tanto en el museo como en Instagram.
<i>Cibus gladiatorum</i> Realidad o mito	-Podrán ver y escuchar un vídeo explicativo sobre la dieta de los gladiadores y de los deportistas (vista y oído) y sobre (falsos) mitos sobre la alimentación romana.
Frugalidad y excesos	-Podrán escuchar audios cortos a través de un código QR (oído).
<i>Cursus ciborum</i> De América	- Los visitantes podrán colocar las tarjetas con los nombres de los alimentos según consideren (tacto).
<i>Plurimam salutem!</i> <i>De re coquinaria</i>	-Podrán hacer una cata a ciegas de especias ¹³⁹ (olfato) y elegir el nombre latino de la especia.

¹³⁹ Las especias serán algunas de las que aparecen en las recetas. Por ejemplo: cilantro, comino, hinojo, menta, orégano, perejil, pimienta. La profesora será la encargada de llevarlas al museo.

4.6. Fase 5: difusión del producto final

El museo se podrá visitar durante una mañana de “Trimesfín”. Los invitados al museo serán el resto de los alumnos de 4º de ESO, los alumnos de 3º de ESO, potenciales alumnos de Latín y Cultura Científica al curso siguiente, y los alumnos de Cultura Clásica de 2º de ESO.

A la entrada del museo habrá unos folletos informativos sobre lo que se puede visitar en el museo (ver anexo XI).

La difusión del producto a través del museo interactivo tendrá lugar el día de la celebración del aprendizaje, un aspecto muy importante dentro de la enseñanza basada en proyectos.

4.7. Fase 6: evaluación

A. Criterios de evaluación:

-En Latín:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN GENERALES (<i>ORDEN EDU 362/2015</i>)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESPECÍFICOS
Conocer las declinaciones, encuadrar las palabras dentro de su declinación.	Concordar y declinar sintagmas formados por sustantivos y adjetivos relacionados con la alimentación y cocina romanas.
Identificar y relacionar elementos sintácticos de la lengua latina que permitan el análisis y traducción de textos sencillos. Conocer y analizar las funciones de las palabras en la oración.	Analizar morfológica y sintácticamente los elementos que conforman las oraciones adaptadas.
	Traducir frases adaptadas relacionadas con la alimentación y cocina romanas.
Conocer los rasgos fundamentales de la organización política y social de Roma.	Reconocer la pervivencia e influencia de la alimentación y cocina romanas en la actualidad.
	Comparar y contrastar lo investigado con los textos latinos traducidos al castellano relacionados con la alimentación y cocina romanas.
	Buscar información fiable en internet sobre temas relacionados con la alimentación y cocina romanas.
Aplicar conocimientos básicos de morfología y sintaxis para iniciarse en la interpretación y traducción de frases de dificultad progresiva y textos adaptados.	Dominar la traducción de oraciones en versión original adaptadas relacionadas con la alimentación y cocina romanas.
Realizar a través de una lectura comprensiva análisis y comentario del	Comprender textos latinos traducidos al castellano sobre la alimentación y cocina romanas.

contenido y la estructura de textos clásicos traducidos.	
Conocer, identificar y traducir el léxico latino transparente.	Aprender léxico relacionado con la alimentación y cocina romanas.
Reconocer los elementos léxicos latinos que permanecen en las lenguas de los alumnos	Reconocer la pervivencia del léxico culinario y expresiones latinas en el léxico actual.

-En Cultura Científica:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN GENERALES (ORDEN EDU 362/2015)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESPECÍFICOS
Valorar la importancia de adoptar medidas preventivas que eviten los contagios, que prioricen los controles médicos periódicos y los estilos de vida saludables y conocer los riesgos derivados de las enfermedades y trastornos alimentarios.	Distinguir entre recetas que están dentro de una dieta equilibrada de las que no.
	Discernir entre alimentos saludables y no saludables.
	Conocer el orden que ocupan diferentes alimentos dentro de la pirámide alimenticia.
	Aprender sobre la dieta de los deportistas.
	Identificar los alimentos que se consumen hoy en día y no en la antigua Roma.
	Conocer el vínculo entre el nombre científico de ciertos alimentos con la lengua latina.

B. Procedimientos de evaluación:

Habrá tres fases de evaluaci3n: inicial, procesual y final: inicial, para evaluar los conocimientos previos; procesual, para evaluar el proceso y la evoluci3n; y final, para evaluar la consecuci3n de los logros.

Los instrumentos de evaluaci3n serán las carpetas de trabajo en la que se incluirá el diario de clase, rutinas de pensamiento, exposici3n oral (mediante una rúbrica de evaluaci3n), dianas de evaluaci3n y un cuestionario.

Solo se va a calificar con nota numérica la exposici3n oral y el cuestionario.

- **EVALUACI3N INICIAL**


Esta evaluaci3n inicial se hará mediante una rutina de pensamiento. Se hará de forma an3nima a través de Mentimeter, como hemos explicado previamente.

La pregunta para los alumnos de Lat n será: “ Qu  sabes sobre la alimentaci3n y cocina romanas?” y para los alumnos de Cultura Científica: “ Qu  sabes sobre la dieta de los deportistas y sobre los alimentos saludables y no saludables?”.

- **EVALUACI3N PROCESUAL**

Habrá una evaluaci3n continua que servirá para ver la evoluci3n de cada grupo. Se realizará a través de un diario de reflexi3n en el que se expondrán las tareas realizadas al final de cada sesi3n.

El secretario de cada grupo diariamente rellenará el siguiente documento:

DIARIO DE CLASE 
NOMBRE DEL GRUPO:
DÍA:
TAREAS REALIZADAS:
TAREAS QUE NO HA DADO TIEMPO A REALIZAR:
PROBLEMAS:

SOLUCIONES:
MATERIAL UTILIZADO:
¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?:

- **EVALUACIÓN FINAL**

La evaluación final se realizará a través de:

- una diana de autoevaluación.
- un rutina de pensamiento final.
- una rubrica.
- cuestionario sobre léxico.
- ficha de evaluación del proyecto (cuestionario).
- encuesta para conocer el grado de satisfacción con el proyecto.

Diana de evaluación¹⁴⁰

Esta herramienta de evaluación servirá para que se autoevalúe cada grupo al finalizar el proyecto. Esta autoevaluación se hará mediante la siguiente diana de evaluación, con las siguientes instrucciones:

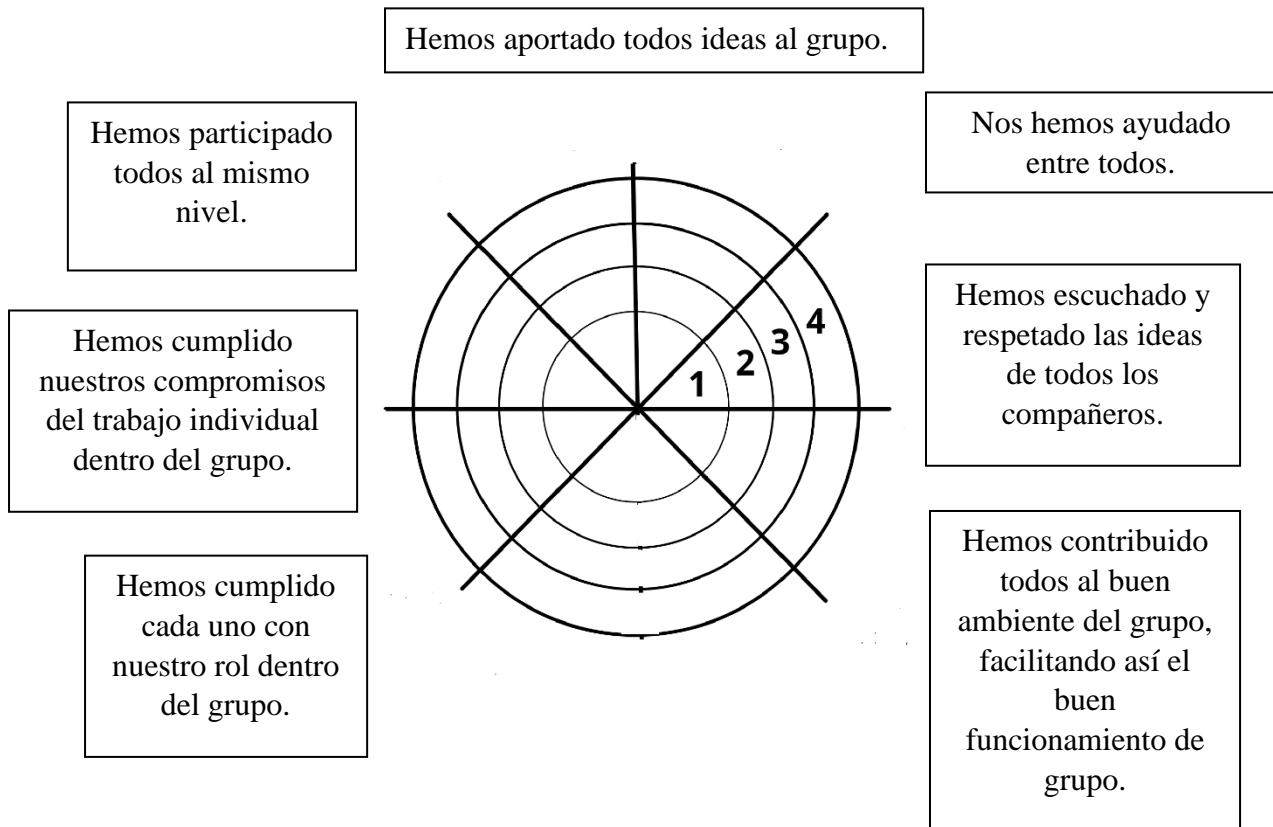
Valora los distintos aspectos que aparecen alrededor de la diana y marca con un punto el nivel de satisfacción siendo:

1. Nunca.
2. Puntualmente.

¹⁴⁰ Una diana de evaluación es una representación gráfica y sencilla sobre una serie de criterios que se valoran relacionados con el aprendizaje, con el funcionamiento de un grupo, etc. Sirve tanto para realizar una autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación. Cf. VERGARA RAMÍREZ (2016) 194-195.

3. Generalmente.

4. Siempre



Una vez marcados los puntos, une todos los puntos. La unión de estos puntos dibujará una figura geométrica, que cuanto más amplia sea, reflejará un grado de satisfacción mayor.

Rutina de pensamiento final

La pregunta para los alumnos de Latín será: “¿Qué has aprendido sobre la alimentación y cocina romanas?” y para los alumnos de Cultura Científica: “¿Qué has aprendido sobre la dieta de los deportistas y sobre los alimentos saludables y no saludables?”.

A diferencia de la rutina de pensamiento inicial que se realizará a través de Mentimeter, esta rutina final se realizará en papel para que así tengan espacio suficiente para redactar y recapitular todo lo que han aprendido a lo largo del proyecto y no estén limitados por un número determinado de caracteres.

Rúbrica¹⁴¹

¹⁴¹ Rúbrica elaborada a través de la aplicación Rubistar.

La rúbrica será la herramienta utilizada para evaluar las exposiciones orales de cada grupo. Mientras que un grupo expone, el resto de los alumnos evaluará de forma individual al grupo que esté exponiendo. Por lo tanto, será una herramienta utilizada como forma de coevaluación, pues se van a evaluar entre ellos.

Presentación Oral : Prosit! Un recorrido culinario a través de los cinco sentidos.

Nombre del maestro/a: **Isabel Pastor Cobas**

Grupo que expone: _____

CATEGORY	4	3	2	1
Contenido	Demuestran un completo entendimiento del tema.	Demuestran un buen entendimiento del tema.	Demuestran un buen entendimiento de partes del tema.	No parecen entender muy bien el tema.
Límite-Tiempo	Se ajusta a la perfección al tiempo establecido. La presentación dura 5 minutos.	Casi se ajusta al tiempo establecido. La presentación dura 4 o 6 minutos.	No se ajusta al tiempo establecido. La presentación dura 3 minutos.	No se ajusta al tiempo establecido. La presentación dura en exceso más o menos de lo indicado.
Comprensión	El grupo puede con precisión contestar casi todas las preguntas planteadas sobre el tema por sus compañeros de clase.	El grupo puede con precisión contestar la mayoría de las preguntas planteadas sobre el tema por sus compañeros de clase.	El grupo puede con precisión contestar unas pocas preguntas planteadas sobre el tema por sus compañeros de clase.	El grupo no puede contestar las preguntas planteadas sobre el tema por sus compañeros de clase.
Entusiasmo	Expresiones fáciles y lenguaje corporal generan un fuerte interés y entusiasmo sobre el tema en otros.	Expresiones faciales y lenguaje corporal algunas veces generan un fuerte interés y entusiasmo sobre el tema en otros.	Expresiones faciales y lenguaje corporal son usados para tratar de generar entusiasmo, pero parecen ser fingidos.	Muy poco uso de expresiones faciales o lenguaje corporal. No genera mucho interés en la forma de presentar el tema.
Habla Claramente	Hablan claramente y distintivamente todo (100-95%) el tiempo y no tienen mala pronunciación.	Hablan claramente y distintivamente todo (100-95%) el tiempo, pero con una mala pronunciación.	Hablan claramente y distintivamente la mayor parte (94-85%) del tiempo. No tienen mala pronunciación.	A menudo hablan entre dientes o no se le puede entender o tienen mala pronunciación.

Puntuación final:

Comentarios:

Cuestionario sobre el léxico

Este cuestionario sobre léxico solo lo realizarán los alumnos de Latín. En él se preguntarán las expresiones latinas y el vocabulario que entre ellos se han explicado

durante las exposiciones grupales:

<https://quizizz.com/admin/quiz/60f0a03de4a9e4001dd95f00>

Ficha de evaluación del proyecto

Cada alumno de forma individual responderá a una serie de preguntas que servirán para recoger los datos sobre el resultado del proceso y evolución del proyecto.

PROSIT! UN RECORRIDO CULINARIO A TRAVÉS DE LOS 5 SENTIDOS.

Nombre del alumno:

¿Me ha gustado la temática del proyecto?

¿Me han parecido adecuadas y atractivas las actividades planteadas?

¿He disfrutado el proceso de desarrollo y creación del producto final?

¿Qué es lo que más me ha gustado?

¿Qué es lo que menos me ha gustado?

¿El museo interactivo ha servido para mostrar todo lo que hemos aprendido en el proyecto?

¿Al finalizar el proyecto me han dado ganas de seguir investigando sobre la alimentación y cocina romanas? ¿Por qué?

¿Qué aspectos podríamos mejorar para la próxima vez?

Encuesta de satisfacción con el proyecto

Para valorar y reflexionar sobre el grado de satisfacción respecto al proceso y resultado del proyecto, las profesoras rellenarán la siguiente encuesta:

ÍTEMS	COMENTARIOS
Coordinación y comunicación entre las 2 asignaturas.	
Funcionamiento de los grupos.	
Motivación de los alumnos.	
Logro de los objetivos.	
Asimilación de los contenidos.	
Temporalización de las tareas.	
Recursos empleados.	
Dificultades.	
Tareas.	
Producto final.	
Mejoras.	

C. Criterios de calificación:

Para la calificación del grado de consecución de los objetivos de este proyecto se van a usar los siguientes indicadores de evaluación con su correspondiente evaluación:

20% exposición oral de cada grupo.

15% cuestionario léxico (Latín)

65% desarrollo y creación del producto final.

El peso del proyecto en la nota final de la 2ª evaluación será de un 20%.

4.8. Medidas de atención a la diversidad

Una de las estudiantes de la clase de Latín tiene necesidades educativas específicas ya que tiene un problema de lectoescritura. Este problema conlleva una lectura lenta y silábica; falta de fluidez en palabras más complejas, no llegando a automatizar el proceso; falta de comprensión lectora; errores de equivalencia fonológica; omitir palabras o trozos de palabras; conjunto de errores de escritura que afectan a la palabra en sí, a su ortografía (omisiones, sustituciones y adiciones) y en ocasiones a su trazado; y, confusión de letras similares como /p/-/b/ y /d/-/b/¹⁴².

Una de las medidas ordinarias a nivel de centro más importantes va a ser la colaboración con la familia y la coordinación con su tutor. El tutor es el que puede hablar con su familia e ir informando de los avances y logros de la alumna y también de los problemas y dificultades a los que se vaya enfrentando. Y, posteriormente, informar de todo esto a la profesora de la asignatura. Asimismo, la familia informa al tutor de cómo va mejorando la alumna en casa y en las clases que recibe para mejorar su problema¹⁴³.

A nivel de clase, una de las medidas que se va a tomar con esta alumna va a ser un seguimiento personalizado. Durante el desarrollo del proyecto, se prestará una especial atención. Por esta razón se la incluirá en el grupo de trabajo cuya mesa esté más cerca de la mesa de la profesora. De esta forma será más fácil controlar su participación en el proyecto y en el caso de que tenga algún problema, solucionarlo rápidamente.

Igualmente, fuera de clase, en una tutoría o en un intercambio de clase, para que así no pierda tiempo y se quede descolgada de su grupo, se la explicará detenidamente todo el proyecto y las tareas por si la alumna ha tomado nota y no le ha dado tiempo a copiar todo o a entenderlo correctamente.

Asimismo, a la hora de elegir uno u otro rol dentro del grupo se le ofrecerá ser directamente portavoz y responsable del material o coordinador y responsable del tiempo, en vez de secretaria para fomentar la efectividad y buen funcionamiento del grupo.

¹⁴² Sobre los problemas de lectura y escritura, véase: <https://www.menteamente.com/blog-salud-mental/problemas-lectura-aprendizaje> Fecha de consulta: 21/03/2021.

¹⁴³ Proyecto Educativo de Centro (PEC 2020/2021). Apartado 8 dedicado a las Medidas de Atención a la Diversidad. Visto en IES Vega del Pirón: http://iesvegadelpiron.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=13 Fecha de consulta: 20/03/2021.

V. CONCLUSIONES

Presentamos en este TFM una propuesta didáctica sobre la alimentación y cocina romanas integrada en un proyecto interdisciplinar, en el que están involucrados los alumnos de Latín y Cultura Científica de 4º de ESO, teniendo en cuenta los contenidos, objetivos, estándares de aprendizaje y criterios de evaluación de ambas asignaturas. Acompañamos nuestra propuesta con un breve análisis de las fuentes clásicas latinas que hacen referencia a los temas más importantes y representativos de la alimentación y cocina romanas. Todas las referencias nos han servido después para tener la documentación textual del proyecto didáctico.

Tras trazar una breve historia del ABP y analizar sus fases, hemos intentado cumplir con las características fundamentales que constituyen el ABP: hemos abordado el currículum a partir de una temática motivadora que resultara interesante a los alumnos; los alumnos son los protagonistas, pues son quienes llevan a cabo todas las actividades en las que leen, investigan, analizan, sintetizan, explican, diseñan y elaboran el producto final, aunque el profesor siempre actúa como guía del proceso del aprendizaje; los alumnos asumen una responsabilidad individual y grupal dentro del proceso, pues cada uno desempeña un rol que cumplir, pero también una responsabilidad grupal, pues los alumnos de ambas asignaturas (Latín y Cultura Científica) deben elaborar el producto final; son partícipes de la evaluación del proyecto y de su autoevaluación; por último, “celebran el aprendizaje” el día de la divulgación del museo interactivo. Resulta muy importante que la asignatura de Latín tenga visibilidad en el centro y esta actividad puede servir para atraer a futuros alumnos. Además, cabe destacar que este proyecto contribuye a desarrollar todas las competencias del currículum.

Asimismo, hemos buscado dinamizar las clases integrando los bloques de morfología, léxico y sintaxis con los de cultura y civilización, pues los alumnos graban vídeos, audios, crean murales, elaboran recetas, etc. Al mismo tiempo, cada grupo debe trabajar dos o tres oraciones adaptadas de los textos de lectura propuestos, declinar unos sintagmas y aprender un latinismo. Luego cada grupo explica al resto las palabras clave de sus oraciones y el latinismo. De esta forma creemos que el aprendizaje resulta más dinámico, pues no es el profesor el que expone de golpe el vocabulario y expresiones latinas que el alumnado tiene que aprender, sino que son ellos mismos quienes explican y escuchan a sus compañeros.

Pensamos, además, que ha habido variedad de actividades: creativas, de expresión lingüística, de búsqueda de información, etc. lo que favorece que se tengan en cuenta todas las inteligencias y formas de aprender de los alumnos. El uso de las TIC ha sido fundamental también.

Igualmente, consideramos que el proyecto tiene relación con el mundo real, ya que los alumnos investigan preguntando a sus familiares y comparando tradiciones antiguas con las de ahora con el fin de apreciar la influencia que ha tenido la alimentación y la forma de cocinar de los romanos en nuestra cocina tradicional. Estas actividades acercan el mundo antiguo al mundo actual de los alumnos y les hacen ver que no es algo tan lejano y diferente a la actualidad.

Siempre hemos tratado de diseñar actividades teniendo en cuenta el entorno, las características del centro escolar donde hemos contextualizado el proyecto y los resultados de las encuestas de interés que realicé durante mis prácticas del Máster en el IES Vega del Pirón.

También hemos elaborado una evaluación, que en nuestra opinión, es acorde a la metodología empleada, pues utilizamos variedad de instrumentos: rutinas de pensamiento, dianas de autoevaluación, rúbricas para las exposiciones orales, un cuestionario sobre el léxico, una ficha de evaluación del proyecto y una encuesta para conocer el grado de satisfacción de los estudiantes. No obstante, cabe destacar que ha sido difícil diseñar toda la evaluación, porque hay que tener en cuenta muchos aspectos y pensar en la forma que es más adecuada y justa.

En cuanto a las dificultades, nos hemos dado cuenta de la cantidad de tiempo y esfuerzo que lleva diseñar y organizar un proyecto, en este caso además interdisciplinar en el que debe tenerse en cuenta los contenidos, objetivos, estándares y criterios de calificación de dos asignaturas y sin la posibilidad de reunir a todos los alumnos en una misma aula para que trabajaran juntos, pues no coinciden en el horario.

Por último, creemos que el museo interactivo podría convertirse en un modelo para otras asignaturas del centro. E incluso podría aprovecharse para poner en práctica otras metodologías activas como el aprendizaje-servicio, en la que los visitantes del museo pudieran ser los propios vecinos del pueblo para que también ellos fueran partícipes de los contenidos y el trabajo no se quede únicamente en los alumnos y el personal del centro escolar.

VI. BIBLIOGRAFÍA

1. Textos

A. Ediciones latinas

APULEYO (1940), *Les Métamorphoses.1, (Livres I-III)*, D. S. ROBERTSON (ed.) y Paul VALLETTE (trad.), París, Les Belles Lettres.

CATÓN (1975), *De l'agriculture*, Raoul GOUJARD (ed.), París, Les Belles Lettres.

CATULO (1986), *C. Valerii Catvlli carmina*, R. A. B. MYNORS (ed.), Oxford, Clarendon Press.

COLUMELA (1988), *De l'agriculture.12, (De l'intendance)*, Jacques ANDRÉ (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

GALENO (1821-1833), *Claudii Galeni opera omnia*, Karl G. KÜHN (ed.), 20 vol., Leipzig, Cnobloch (repre. Hildesheim, Olms, 1964-1965).

HORACIO (1989), *Satires*, París, Les Belles Lettres.

JUVENAL (1941), *Satires*, Pierre DE LABRIOLLE y François VILLENEUVE (trad.), París, Les Belles Lettres.

MARCIAL (2005), *Epigramas.2, (libros 8-14)*, Texto latino preparado por Juan FERNÁNDEZ VALVERDE, Rosario MORENO SOLDEVILLA (pr.), Enrique MONTERO CARTELLE (trad.), Madrid, Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

OVIDIO (1993), *Les Fastes*, Robert SCHILLING (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PETRONIO (1970), *Le Satiricon*, Alfred ERNOUT (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PLAUTO (1942), *Comédies. 4*, Alfred ERNOUT (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PLAUTO (1957), *Comédies. 2*, Alfred ERNOUT (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PLAUTO (1961), *Plaute. 5, Mostellaria; Persa Poenvlus*, Alfred ERNOUT (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PLAUTO (1972), *Comédies. 6*, Alfred ERNOUT (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

PLINIO (2003), *Histoire Naturelle. Livre XVIII*, Henri LE BONNIEC (ed.), París, Les Belles Lettres.

PLINIO (2003), *Histoire Naturelle. Livre XIX*, Jacques ANDRÉ (ed.), París, Les Belles Lettres.

VARRÓN (1985), *Economie rurale. Libre II*, Charles GUIRAUD, (ed. lit.), París, Les Belles Lettres.

B. Traducciones

APICIO (1987), *Apicio. Cocina Romana*, Bárbara PASTOR ARTIGUES (trad.), Madrid, Editorial Coloquio.

APULEYO (1983), *El asno de oro*, Introducción, traducción y notas de Lisardo RUBIO FERNÁNDEZ, Madrid, Gredos.

CATÓN (2009), *De agri cultura*, Estudio preliminar, traducción y notas de Amelia CASTRESANA, Madrid, Tecnos.

CATULO (1993), *Poemas. Elegía. Catulo. Tiberio*, Introducciones, traducciones y notas de Arturo SOLER RUIZ, Madrid, Gredos.

HORACIO (2010), *Sátiras*, José Luis MORALEJO (ed.), Madrid, Gredos.

JUVENAL (2010), *Sátiras*, Francisco SOCAS (ed.), Madrid, Alianza Editorial.

MARCIAL (2019), *Epigramas*, Rosario MONTERO SOLDEVILLA y Alberto MARINA CASTILLO (ed.), Madrid, Akal.

OVIDIO (1988), *Fastos*, Bartolomé SEGURA RAMOS (ed.), Madrid, Gredos.

PETRONIO (1978), *El Satiricón*, Introducción, traducción y notas de Lisardo RUBIO FERNÁNDEZ, Madrid, Gredos.

PETRONIO (1996), *Satiricón*, Carmen CODOÑER MERINO (ed.), Madrid, Akal.

PLAUTO (1996), *Comedias II. La comedia de la arquilla. Gorgojo. Epídico. Los dos menecmos. El Mercader. La comedia de fantasma. El persa*, Introducción, traducción y notas de Mercedes GONZÁLEZ-HABA, Madrid, Gredos.

PLAUTO (2002), *Comedias III. El cartaginés. Pséudolo. La maroma. Estico. Tres monedas. Truculento. Vidularia. Fragmentos*, Introducción, traducción y notas de Mercedes GONZÁLEZ-HABA, Madrid, Gredos.

PLAUTO y TERCENIO (2012), *Comedia latina: obras completas de Plauto y Terencio*, José Román BRAVO (trad.) y Rosario LÓPEZ GREGORIS (ed. lit.), Madrid, Cátedra.

VARRÓN (2010), *Rerum Rusticarum*, Traducción y comentarios de José Ignacio CUBERO SALMERÓN, Sevilla, Consejería de Agricultura y Pesca, Servicio de Publicaciones y Divulgación.

2. Bibliografía general

ANDRÉ, Jacques (1981), *L'alimentation et la cuisine à Rome*, París, Les Belles Lettres.

APICIO (2006), *De re coquinaria: antología de recetas de la Roma imperial* Del Re, Attilio A. (ed.lit.), Barcelona, Alba.

BENAVIDES- BARAJAS, Longinos Luis (2000), *La cocina del imperio romano y su historia*, Ganada, s.n.

ENDER, Andrade y CHACÓN, Edixón (2018), “Implicaciones teóricas y procedimentales de la clase invertida”, *Pulso, Revista de Educación*, 41, 255-256.

ESTRADA GARCÍA, Aurora (2012), “El aprendizaje por proyectos y el trabajo colaborativo, como herramientas de aprendizaje, en la construcción del proceso educativo, de la Unidad de aprendizaje TIC’S”, *Revista Iberoamericana para la investigación y el Desarrollo Educativo*, 3 (5), 123-138.

HOWATSON, M. C. (1999), *Diccionario abreviado de la Literatura clásica*, Madrid, Alianza Editorial.

LÓPEZ, Ana María y LA CUEVA, Aurora (2007), “Enseñanza por proyectos: una investigación-acción en sexto grado”, *Revista de Educación*, 342, 579-604.

MARINA SÁEZ, Rosa María (1991), “El tema simposíaco en la poesía latina, de Horacio a Marcial I: los elementos externos al simposio”, *Myrtia, Revista de filología Clásica de la Universidad de Murcia*, 6, 129-147.

MARTÍ, José Antonio et al. (2010), “Aprendizaje Basado en Proyectos: una experiencia de innovación docente”, *Revista Universidad EAFIT*, Vol. 46, No. 158, 11-21.

MATYSZAK, Philip (2012), *Gladiador: el manual (no oficial) del guerrero romano*, Madrid, Akal.

- MORENO, Monserrat (1980), “Aplicación a la escuela de la psicología genética: la pedagogía operatoria”, *Infancia/Aprendizaje*, 12, 26.
- MUÑOZ JIMÉNEZ, María José (1996), “Rasgos comunes y estructura particular de Xenia y Apophoreta”, *Cuadernos de Filología Clásica. Estudios Latinos*, 10, 135-146.
- O' CONNELL, John (2016), *El libro de las especias. Del anís al zumaque*, Barcelona, Debate.
- PLÁCIDO SUÁREZ, Domingo y STIANO CORROCHANO, Araceli (ed.) (2006), “Los placeres de la buena mesa en Roma”, en Mercedes MONTERO MONTERO (ed.), *Ars Vivendi. La buena vida en Grecia y Roma*, Madrid, Delegación de Madrid de la Sociedad de Estudios Clásicos.
- POCIÑA PÉREZ, Andrés y GARCÍA GONZÁLEZ, Jesús María (2017), “La gastronomía en Roma”, en José A. SÁNCHEZ MARÍN (ed.), *En Grecia y Roma VI: más gentes y más cosas*, Universidad de Granada, 333-347.
- POZUELOS ESTRADA, Francisco José (2007), *Trabajo por proyectos en el aula: descripción, investigación y experiencias*, Morón de la Frontera, Sevilla, Cooperación Educativa.
- KNAPP, Robert (ed.) (2011), *Los olvidados de Roma: prostitutas, forajidos, esclavos, gladiadores y gente corriente*, Jorge PAREDES (trad.), Barcelona, Ariel.
- RITCHHART, Ron et al. (2014), *Hacer visible el pensamiento. Cómo promover el compromiso, la comprensión y la autonomía de los estudiantes*, María BARRERA XIMENA y Patricia LEÓN AGUSTÍ (trad.), Argentina, Editorial Paidós.
- SANTOS GÓMEZ, Marcos (2011), “Limitaciones de la pedagogía de John Dewey”, *Bordón, Revista de pedagogía* 63 (3), 121-123.
- TIPPELT, Rudolf y LINDEMANN, Hans-Jürgen (2011), “El Método de Proyectos”, 14, 1-14.
- TRUJILLO, Fernando (2015), *Aprendizaje basado en proyectos infantil, primaria y secundaria*, Madrid, Ministerio de Educación de España.
- VERGARA RAMÍREZ, Juan José (2016), *Aprendo porque quiero: el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), paso a paso*, Madrid, SM.

VILLEGAS BECERRIL, Almudena (2021), *Culinary aspects of ancient Rome: ars cibaria*, Newcastle upon Tyne, Cambridge Scholars Publishing.

3. Legislación

Orden EDU 362/2015 de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Capítulo II: Educación Secundaria Obligatoria. Artículo 11: objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, 11.

4. Webgrafía

Blog *ABEMVS IN CENA*. Disponible en: <https://abemus-incena.blogspot.com/search?q=especias> (fecha de consulta: 25.05.2021-24.06.2021).

Blog *DE RE COQVINARIA*. Disponible en: <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com/> (fecha de consulta: 3-10.06.2021).

Blog *GLADIATRIX EN LA ARENA*. Disponible en: <https://gladiatrixenlaarena.blogspot.com/> (fecha de consulta: 08.06.2021).

CÁMARA BARRIO, Silvia. “Problemas de lectura y escritura”. *Mente a Mente*. Disponible en: <https://www.menteamente.com/blog-salud-mental/problemas-lectura-aprendizaje> (fecha de consulta: 21.03.2021).

Chorizo de Cantimpalos. Indicación Geográfica Protegida. Disponible en: <https://www.chorizodecantimpalos.org/nuestro-chorizo/> (fecha de consulta 03.07.2021).

Colectivo Cinética. “Documentos sobre Aprendizaje Cooperativo”. Disponible en: <https://www.colectivocinetica.es/biblioteca/#PROFESORE> (fecha de consulta: 09.07.2021).

CRUZ TRUJILLO, Marta. (2016-2019), “Proyecto Salve!”. Disponible en: <https://www.educa2.madrid.org/web/marta.cruz5/revista-salve-> (fecha de consulta: 20.05.2021).

- FERNÁNDEZ MARCH, Amparo (2006), “Metodologías activas para la formación de competencias”, *Educatio Siglo XXI*. Vol. 24, 47. Disponible en: <https://revistas.um.es/educatio/article/view/152> (fecha de consulta: 12.05.2021).
- LIARTE ALCÁINE, Rosa (2020), “Proyecto Romanízate”. Disponible en: <https://leccionesdehistoria.com/1eso/romanizate-mapa-interactivo/> (fecha de consulta: 20.05.2021).
- Monte Nevado. Disponible en: <https://www.montenevado.com/es/content/desde-1898> (fecha de consulta: 05.07.2021).
- Programa “Vida Saludable” del IES Vega del Pirón: http://iesvegadelpiron.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=27&wid_item=133 (fecha de consulta: 14/06/2021).
- Proyecto Educativo de Centro IES Vega del Pirón (PEC 2020/2021). Disponible en: http://iesvegadelpiron.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=13 (fecha de consulta: 20.03.2021).
- TRUJILLO, Fernando (2013), “#ABPINTEF: “Qué aporta el aprendizaje basado en proyectos y cuáles son las principales dificultades”. Disponible en: <https://fernandotrujillo.es/abpintef-que-aporta-principales-dificultades/> (fecha de consulta: 06.05.2021).

VII. ANEXOS

ANEXO I: Encuesta realizada en papel a los trece alumnos de latín de 4º de ESO el día 09/03/2021 durante las prácticas del Máster de Educación en el IES Vega del Pirón (Carbonero el Mayor).

ENCUESTA SOBRE LOS INTERESES ACERCA DE LA ALIMENTACIÓN Y COCINA ROMANAS

Fecha: _____

Nombre del centro escolar: _____

El objetivo de esta encuesta es conocer los intereses acerca de la alimentación y cocina romanas que tienen los alumnos de 4º de la ESO que cursan la asignatura de Latín. Las respuestas de esta encuesta serán utilizadas como material para la realización del TFM.

1. Rodea aquellos temas que te interesaría saber:

- a) Restos arqueológicos relacionados con la comida.
- b) Utensilios de cocina.
- c) Dieta y salud en el mundo romano.
- d) Consumo de alcohol.
- e) Banquetes y celebraciones.
- f) Recetas romanas.

2. Rodea aquellos temas sobre los que te gustaría ver un vídeo o documental:

- a) Restos arqueológicos en Pompeya.
- b) Restos arqueológicos en Roma.
- c) Cómo se hacía el *garum*.
- d) Otros:

3. ¿Te gustaría saber cómo se comportaba un romano en un banquete?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

4. ¿Te gustaría saber qué cenaba un simple campesino?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

5. ¿Te gustaría saber cómo hacían pan los romanos?:

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada e) Ya lo sé

6. ¿Te gustaría saber cómo era la dieta de un romano?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada e) Ya lo sé

7. ¿Te gustaría saber cómo era la dieta de un gladiador?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada e) Ya lo sé

8. ¿Te gustaría cocinar o consumir un plato romano?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

9. ¿Te gustaría interpretar el papel de un comensal en un banquete?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

10. ¿Te gustaría aprender a escribir invitaciones para un banquete con cálamo y papiro como hacían los romanos?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

11. ¿Te gustaría hacer una cata a ciegas con ingredientes y alimentos que consumían los romanos?

- a) Bastante b) Mucho c) Poco d) Nada

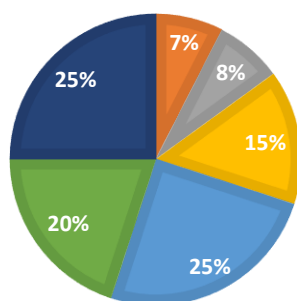
12. Rodea aquellos temas que te gustaría investigar:

- a) Comida habitual de un romano.
- b) Ingredientes conocidos por los romanos, pero no por nosotros.
- c) Consumo porcino.
- d) Técnicas culinarias.
- e) Comida para llevar.
- f) Inscripciones.
- g) Otros:

ANEXO II: Resultados de la encuesta realizada en papel a los trece alumnos de latín el día 09/03/2021 durante las prácticas del Máster de Educación en el IES Vega del Pirón (Carbonero el Mayor). La estadística y los gráficos han sido elaborados por la autora del trabajo a partir de las respuestas de los alumnos.

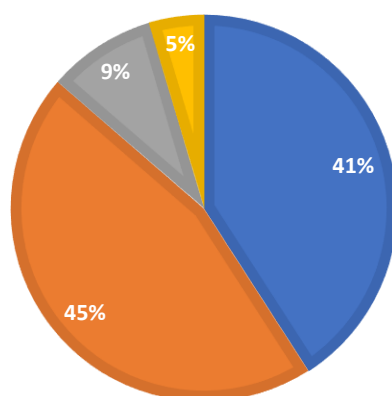
1. RODEA AQUELLOS TEMAS QUE TE INTERESARÍA SABER:

- Restos arqueológicos
- Utensilios de cocina
- Dieta y salud en el mundo romano
- Consumo de alcohol
- Banquetes y celebraciones
- Recetas romanas



2. RODEA AQUELLOS TEMAS SOBRE LOS QUE TE GUSTARÍA VER UN VÍDEO O DOCUMENTAL:

- Restos arqueológicos en Pompeya
- Restos arqueológicos en Roma
- Cómo se hacía el garum
- Otros:

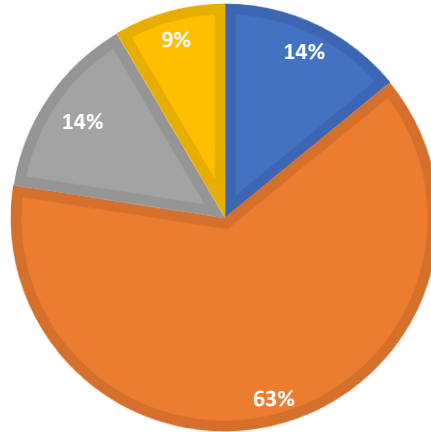


144

¹⁴⁴ En la opción “otros”, un alumno respondió: “cómo era un día normal en Roma”.

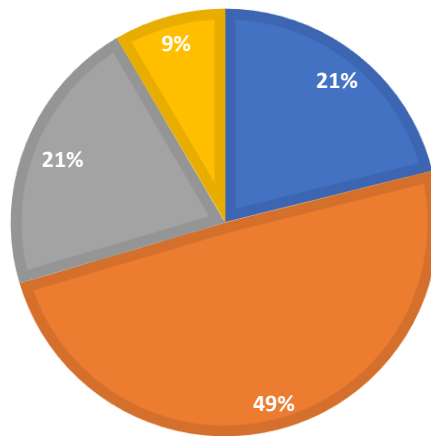
3. ¿TE GUSTARÍA SABER CÓMO SE COMPORTABA UN ROMANO EN UN BANQUETE?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada



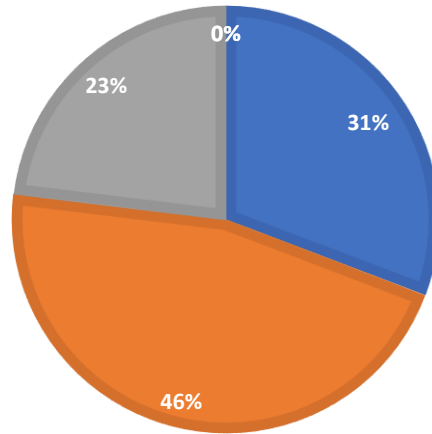
4. ¿TE GUSTARÍA SABER QUÉ CENABA UN SIMPLE CAMPESINO?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada



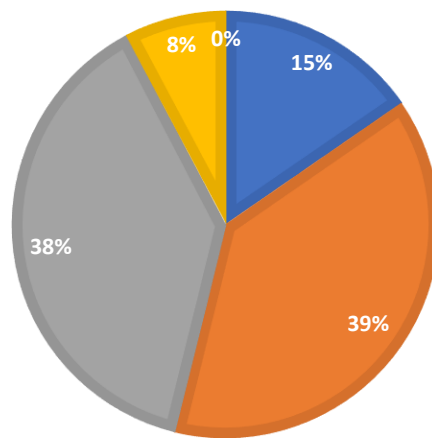
5. ¿TE GUSTARÍA SABER CÓMO HACÍAN PAN LOS ROMANOS?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada ■ Ya lo sé



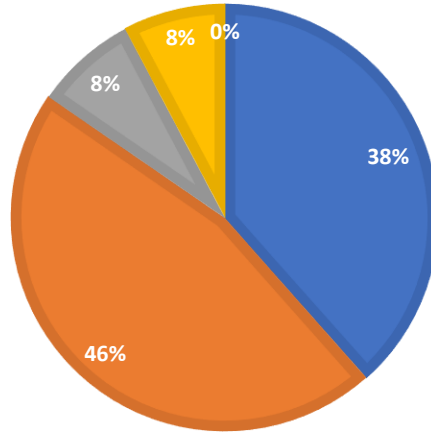
6. ¿TE GUSTARÍA SABER CÓMO ERA LA DIETA DE UN ROMANO?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada ■ Ya lo sé



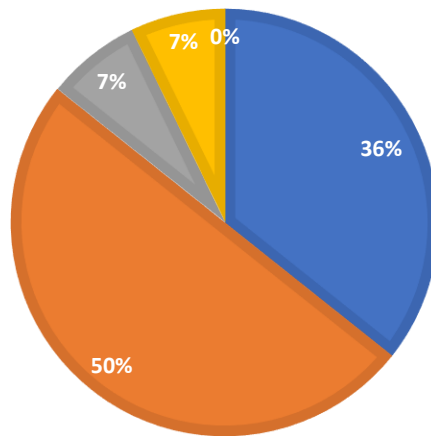
7. ¿TE GUSTARÍA SABER CÓMO ERA LA DIETA DE UN GLADIADOR?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada ■ Ya lo sé



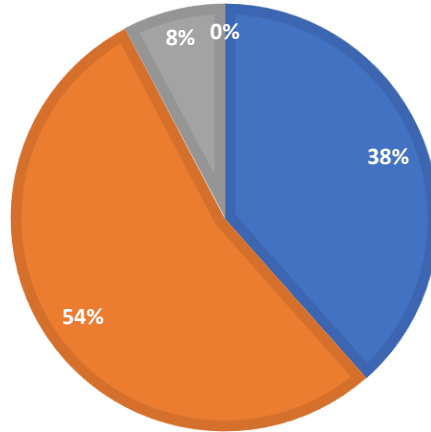
8. ¿TE GUSTARÍA COCINAR O CONSUMIR UN PLATO ROMANO?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada ■ Ya lo sé



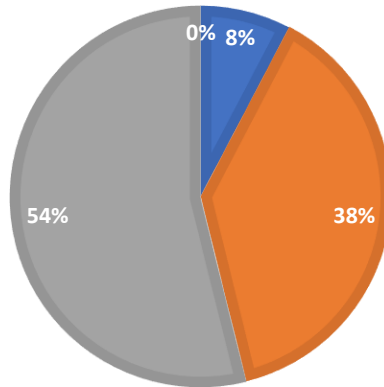
9. ¿TE GUSTARÍA INTERPRETAR EL PAPEL DE UN COMENSAL EN UN BANQUETE?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada



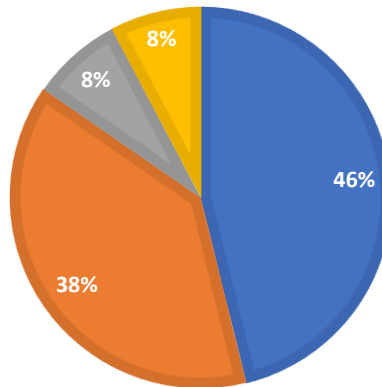
10. ¿TE GUSTARÍA APRENDER A ESCRIBIR INVITACIONES PARA UN BANQUETE CON CÁLAMO Y PAPIRO COMO HACÍAN LOS ROMANOS?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada



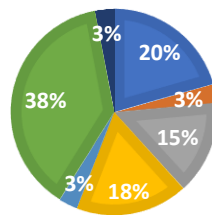
11. ¿TE GUSTARÍA HACER UNA CATA A CIEGAS CON INGREDIENTES Y ALIMENTOS QUE CONSUMÍAN LOS ROMANOS?

■ Bastante ■ Mucho ■ Poco ■ Nada



12. RODEA AQUELLOS TEMAS QUE TE GUSTARÍA INVESTIGAR:

■ Comida habitual de un romano
■ Consumo porcino
■ Técnicas culinarias
■ Comida para llevar
■ Ingredientes conocidos por los romanos, pero no por nosotros
■ Otros



145

¹⁴⁵ En la opción “otros”, un alumno respondió: “golosinas o chuches”.


ANEXO III: La primera imagen es el código QR que lleva a la pregunta “¿qué sabes sobre la alimentación y la cocina romanas?”. La segunda imagen refleja cómo se ven las respuestas de los alumnos a través de la aplicación Mentimeter. Las respuestas que aparecen en la imagen son algunas de las respuestas que los alumnos de 4º de la ESO del IES Vega del Pirón realizaron en papel en la rutina de pensamiento inicial.



Go to www.menti.com and use the code 6841 1913

¿Qué sabes sobre la alimentación y cocina romanas? Mentimeter

- Que consumían muchos cereales, fruta y verdura
- Realizaban 3 comidas al día
- Los cubiertos de los ricos de plata y de los pobres de madera
- Consumían vino, guardaban la comida en las despensas para conservarla. Los campesinos tenían dietas diferentes a los gladiadores.
- Hacían diferentes tipos de salsas para dar sabor a la comida. Utilizaban cubiertos parecidos a los tenedores de ahora
- Las mujeres comían en una habitación aparte a los hombres. En las comidas se podía beber vino, agua o una especie de líquido llamado hidromiel
- Durante las comidas, los hombres consumían grandes cantidades, por



ANEXO IV: Cargos y funciones¹⁴⁶.



SECRETARIO



- Anota las decisiones y las respuestas del equipo cuando la tarea lo requiere.
- Entrega el trabajo a tiempo.
- Vela por un entorno de trabajo adecuado: orden y disposición de las mesas.
- Rellena el diario de clase.



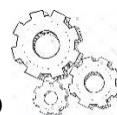
RELACIONES PÚBLICAS Y RESPONSABLE DEL MATERIAL



- Se comunica con la profesora y los otros equipos.
- Comunica las decisiones y respuestas del equipo.
- Vela por un nivel de ruido adecuado.
- Se ocupa de los materiales.



COORDINADOR Y RESPONSABLE DEL TIEMPO



- Dirige las actividades en equipo.
- Vela por el cumplimiento del plan de trabajo.
- Organiza el trabajo y promueve la participación de todos los miembros del equipo.
- Da los turnos de palabra.
- Controla el tiempo.

¹⁴⁶ Estos roles se inspiran en el material sobre aprendizaje cooperativo del Colectivo Cinética disponible en: <https://www.colectivocinetica.es/biblioteca/#PROFESORES> Fecha de consulta: 09/07/2021.

ANEXO V: Glosario de vocabulario.

Utensilios de cocina y servicio de mesa

Olla, -ae: olla

Cochlear, -aris (n.): cuchara

Colum, -i: colador

Culter, cultri: cuchillo

Cyathus, -i: cazo

Ligula, -ae: cucharilla

Linteum, -i: servilleta

Mappa, -ae: servilleta

Patina, -ae: plato

Salinum, -i: salero

Sartago, -inis (f.): sartén

Vas, vasis (n.): vaso

Carnes

Assum, -i: asado

Botulus, -i: salchicha

Caro porcina: carne de cerdo

Gizeria, -orum: mollejas

Murtatum, -i: mortadela

Perna, -ae: jamón

Porcus, -i: cerdo

Pullus, -i gallinaceus: pollo

Sangunculus, -i: morcilla

Sus, suis (m. y f.): cerdo, cerda

Tomacina, -ae: chorizo

Tomaculum, -i: salchichón

Pescados

Anguilla, -ae: anguila

Asellus, -i: merluza

Cammarus, -i: gamba

Conchylium, -i: marisco

Piscis, -is (m.): pescado

Salmo, -onis (m.): salmón

Frutas, verduras y legumbres

Apium, -i: apio

Beta, -ae: acelga

Brassica, -ae: col

Caepa, -ae: cebolla

Carduus, -i: cardo

Carota, -ae: zanahoria

Cicer, -eris (n.): garbanzo

Cinara, -ae: alcachofa

Faba, -ae: alubias

Ficum, -i: higo

Lactuca, -ae: lechuga

Lenticula, -ae: lenteja

Lupinus, -i: altramuces

Lycopersicum, -i: tomate

Malum arantium: naranja

Malum armeniacum: albaricoque

Malum cotoneum o cytonium/cydonium: membrillo

Malum granatum: granada

Malum persicum: melocotón

Malum, -i: manzana

Melo, -onis (m.): melón

Melongena, -ae: berenjena

Nux, nucis (f.): nuez

Oliva, -ae: aceituna

Olus, -eris: verdura

Phaselus, -i: judía

Persea, -ae: aguacate

Pisum, -i: guisante

Pomum, -i: fruta

Porrum, -i: puerro

Prumum, -i: ciruela

Solani tuber, -eris: patata

Uva, -ae: uva

Zea, -ae: maíz

Lácteos y huevos

Butyrum, -i: manteca

Caseus, -i: queso

Lac, lactis (n.): leche

Ova permixta cum...:
tortilla

Ovum duratum: huevo
duro

Ovum frictum: huevo
frito

Ovum, -i: huevo

Cereales, pan y dulces

Alica, -ae: espelta

Crustulum, -i: galleta

Hordeum, -i: cebada

Libum, -i: libo (parecido
al bizcocho)

Panis, -is (m.): pan

Placenta, -ae: placenta
(pastel en general)

Socolata, -ae: chocolate

Tyropatina, -ae: flan

Bebidas

Aqua, -ae: agua

Cafaeum, -i: café

Cervisia, -ae: cerveza

Cocacola, -ae: cocacola

Hidromel, *hidromellis*:
hidromiel

Mustum, -i: mosto

Vinum, -i: vino

Condimentos y especias

Acetum, -i: vinagre

Allium, -i: ajo

Cinnamomum, -i: canela

Crocus, -i: azafrán

Cuminum, -i: comino

Ligusticum, -i: ligústico

Mel, mellis (n.): miel

Oleum, -i: aceite de oliva

Petroselinum, -i: perejil

Piper, eris (n.): pimienta

Sal, salis (m. y n.): sal

Sinapi (n.) indeclin.:
mostaza

ANEXO VI: Textos¹⁴⁷, oraciones y sintagmas de cada grupo. En negrita se encuentran las palabras clave. Aquellas que correspondan a alimentos se utilizarán en la pirámide alimenticia.

- GRUPO A: Sobre el cerdo.

1. Textos del apartado “Carne: consumo porcino”:

-Sobre lo que se comía en los primeros tiempos de Roma: OV. *Fast.* 6, 177-180).

-Sobre la salazón de jamones: CATO. *Agr.* 162.

-Sobre los pasos previos a la matanza del cerdo y el modo de salar los jamones: COLUM. 12, 55.

-Textos sobre el consumo de embutidos: PLAVT. *Men.* 209-213 y PETRON. 66, 2.

-Sobre los productos de lujo relacionados con el cerdo: MART. *Epigr.* 13, 54 y 56.

-Texto explicativo sobre los *suovetaurilia*.

2. Oraciones:

Sus quinquaginta prope **sapores** habet.

Sus erat in pretio. Terra fabas duraque **farra** dabat.

Primo Trimalchio, **convivator** magnificus, **botulos**, **sangunculos**, **gizeria** et **betas convivis** dedit.

3. Sintagmas para concordar y declinar:

Faba, -ae + durus, -a, -um

Convivator, -oris (m.) + magnificus, -a, -um

4. Latinismo: *Prosit*.

Si este latinismo se dice antes de iniciar una comida, significa:

- a) Qué buena pinta.
- b) Que aproveche.
- c) A la mesa

Los alemanes dicen *prost* antes de brindar, ¿crees que tiene alguna relación con la palabra latina?

- GRUPO B: Sobre el uso de las servilletas.

¹⁴⁷ Todos los textos irán precedidos por una pequeña introducción por parte del profesor, al igual que se ha hecho en el Bloque 2: Fuentes sobre la alimentación y cocina romanas.

1. Textos del apartado “las tres comidas: frugalidad y excesos”:
 - Sobre el uso de las servilletas: PETRON. 60 y 66 y CATVLL. 12.
2. Oraciones:

In mensa **cicera, lupini, nuces** et **mala** erant.

Linteum, donum optimum, duo mala servabit.

Manum¹⁴⁸ sinistram non bene adhibes, Marrucine Asini, lintea convivarum tollis.
3. Sintagmas para concordar y declinar:

Linteum, -i + optimum, -a, -um

Nux, nucis + tener, -era, -erum
4. Latinismo: *tempus est prandium*.

Si *prandium* significa “comida, almuerzo”, *tempus est prandium* significará:

 - a) Es hora de desayunar.
 - b) Es hora de comer.
 - c) Es hora de cenar.
- GRUPO C: sobre las gachas.
 1. Textos del apartado “cereales”.
 - Sobre el origen del pan: PLIN. *Nat.* 18, XXVIII.
 - Sobre la expresión *panem et circenses*: IVV. 10, 81.
 - Sobre la receta de gachas a la cartaginesa: CATO. *Agr.* 85.
 - Sobre el término *pultiphagonides* o *pultipaghus*: PLAVT. *Most.* 828 y PLAVT. *Poen.* 54.
 2. Oraciones:

Romani multas **pultes aluerunt**.

Pultem Punicam. Nos **aquam** et libram **alicae** cum **caseo**, alveo puro, **ovo** et **melle** in **olla permiscemus**.
 3. Sintagmas para concordar y declinar:

Alica, -ae + parvus, -a, -um

Mel, mellis (n.) + densus, -a, -um
 4. Latinismo: *In vino veritas*.

Significa:

 - a) En el vino está la verdad.
 - b) En el vino está la mentira.

¹⁴⁸ *Manus*, -us (f.): sustantivo de la 4ª declinación. Está en acusativo, singular masculino. Significa: mano.

c) En el vino está el sabor.

- GRUPO D: sobre la dieta de los gladiadores.

1. Textos:

-Sobre la alimentación de los gladiadores: GALEN. *Alim. Fac.* 1, 19 [K. 6, 529].

-Sobre el nombre que recibían los gladiadores: PLIN. *Nat.* 18, XIV.

-Sobre las infusiones de ceniza: PLIN. *Nat.* 36, LXIX.

2. Oraciones:

Gladiatores quotidie magnam partem **fabae** aluerunt.

Multa **olera** et **pomum** in **cibis** gladiatorum sunt.

3. Sintagmas para concordar y declinar:

Gladiator, -oris (m.) + Romanus, -a, -um

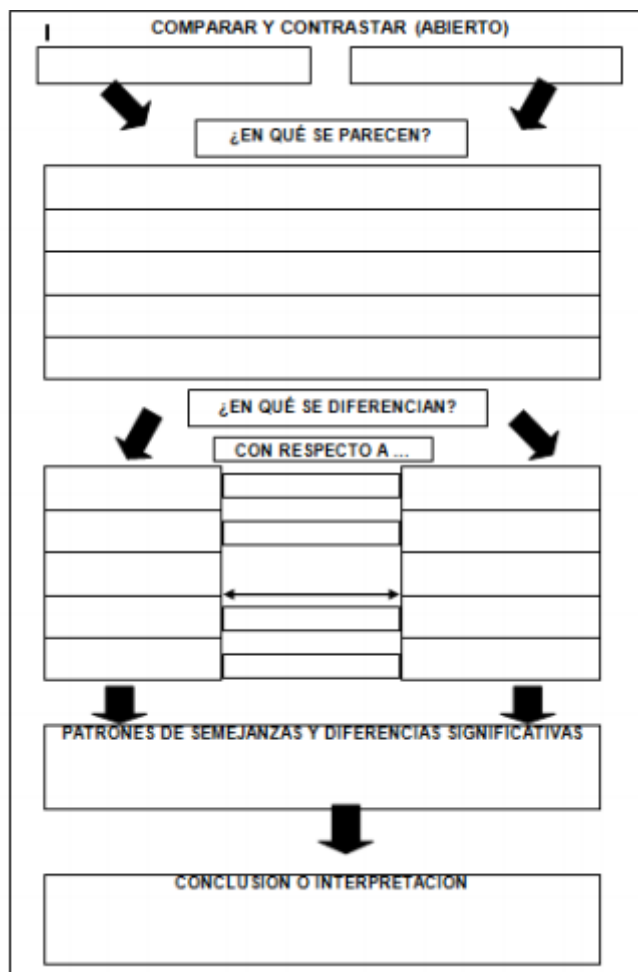
Hordeum, -i + antiquus, -a, -um

4. Latinismo: *Ab ovo usque ad mala.*

Significa:

- a) De principio a fin.
- b) Desde el huevo a la manzana.
- c) De cabo a rabo.
- d) Todas son correctas.

ANEXO VII: Rutina de pensamiento compara/contrasta.



ANEXO VIII: Tabla de búsqueda de información y fiabilidad de las fuentes.

Información	Lugar de búsqueda	Tipo de fuente	Actualización de los contenidos	Nivel de especialización	Autoridad en la materia de quienes elaboran la información	Cotejo de la información con otras fuentes	Por lo tanto, ¿es fiable la fuente? ¿Por qué?
1							
2							
3							
4							

ANEXO IX: Cuestionario “realidad o mito”.

1. El desayuno era la comida más importante del día.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
2. Los romanos vomitaban para seguir comiendo.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
3. La col tiene propiedades contra la borrachera y la resaca.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
4. Los romanos mezclaban el vino con agua para rebajar su graduación alcohólica.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
5. Los romanos comían con cuchillo y tenedor.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
6. Las mujeres no podían asistir a los banquetes.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
7. Toda la comida que sobraba en los banquetes se tiraba.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
8. Los romanos utilizaban la miel como edulcorante.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
9. Los romanos consideraban las vulvas y las ubres de cerda como productos de lujo.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.
10. Los romanos ya conocían los trampantojos¹⁴⁹.
 - a) Realidad.
 - b) Mito.

¹⁴⁹ Según la RAE, un trampantojo es una trampa o ilusión con que se engaña a alguien haciéndole ver lo que no es.

ANEXO X: Ejemplo de una receta¹⁵⁰.

PULS FABATA



❖ ELEMENTA:

- 650 ml de agua (*aqua*).
- 100 gr de harina de farro o espelta (*farina farris aut speltae*)
- 100 gr de habas (*faba*).
- 1 cebolla (*caepa*).
- aceite de oliva (*oleum*)
- 1 cucharada de *garum*.
- vino blanco (*vinum album*).

❖ ELABORATIO:

Debemos rehogar una cebolla en aceite, añadir las habas y seguir rehogando, junto con un poco de vino blanco y una cucharada de *garum*. Reservar. Pondremos a hervir el agua con sal en una cazuela. Cuando hierba, echaremos la harina y removeremos continuamente hasta que se forme la textura de *puls* (unos veinte minutos). Mezclar ambas cosas y servir.

Si se prefiere, también se pueden triturar las habas y mezclarlas con la *puls* como si fuera un *hummus*.

PROSIT!

#PrositVegaDelPirón

¹⁵⁰ Sobre la receta de *puls fabata*, véase: http://abemus-incena.blogspot.com/2021/05/puls-fabata_1.html
Fecha de consulta: 25/06/2021.

ANEXO XI: Folleto informativo del museo.

**DISFRUTA DE UN
RECORRIDO
CULINARIO A
TRAVÉS DE LOS 5
SENTIDOS**



MUSEO INTERACTIVO IES VEGA DEL
PIRÓN

**Latín
Cultura Científica**

-Degustación de recetas romanas
-Cata a ciegas de especias
-Videos y audios explicativos

Aprende y disfruta sobre la alimentación romana y
su pervivencia en la actualidad



Comparte tu visita en
redes con el hashtag
#PrositVegaDelPirón



ANEXO XII: Ejemplo de algunas de las tarjetas que se utilizarán en el museo.

SOLANI TUBER, -ERIS



MALUM, I



SANGUNCULUS, I



LYCOPERSICUM, -I



CICER, ERIS



BETA, -AE



PERSEA, -AE



PERNA, -AE

