



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE MEDICINA

NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA

TRABAJO DE FIN DE GRADO

CURSO 2021/2022

A LA MESA CON JANE AUSTEN: LA COCINA Y LA ALIMENTACIÓN EN SUS NOVELAS

Autora: Sara Domínguez Yustos

Tutora: Dra. Victoria Recio Muñoz

“A Estíbaliz, por enseñarme que los libros pueden ser siempre un lugar seguro”

Resumen

Jane Austen fue una de las escritoras más relevantes de la Inglaterra del siglo XIX. Avanzada a su época, con una fuerte personalidad y unos valores férreos, retrata a la sociedad de la Regencia inglesa, llevando al lector a través de su pluma a poder apreciar la sociedad inglesa, sus costumbres, su cultura y también su cocina.

El objetivo de este trabajo es analizar la cocina y alimentación reflejada en los libros de la autora: *Sentido y Sensibilidad* (1811), *Orgullo y Prejuicio* (1813), *Mansfield Park* (1814), *Emma* (1815), *La abadía de Northanger* (1818) y *Persuasión* (1818).

Nuestro trabajo trata de las comidas y platos que las diversas clases sociales podían degustar en los diferentes momentos del día y de su vida. Con ello, nos acercaremos de primera mano a la cocina de la Regencia inglesa.

Palabras clave: comida, cocina, Jane Austen, siglo XIX, Inglaterra.

Abstract

Jane Austen was one of the most famous writers of 19th century England. Ahead of her time, with a strong personality and strong values, she portrays the society of the English regency, leading the reader through her pen to be able to appreciate English society, its customs, its culture and also its cuisine.

The aim of this work is to analyze cooking and food in the author's books: *Sense and Sensibility* (1811), *Pride and Prejudice* (1813), *Mansfield Park* (1814), *Emma* (1815), *Northanger Abbey* (1818) and *Persuasion* (1818).

This work focuses on the analysis of the foods and dishes that a wide range of social classes used to taste at different times of the day and of their lives. We will also approach and compare how adequate the food of that time was.

Key words: food, cooking, Jane Austen, 19th century, England.

Índice

Resumen	3
Abstract	3
Índice de abreviaturas	5
Justificación	6
Objetivos	7
Metodología	7
Vida de Jane Austen	7
Obras de Jane Austen	9
La comida en los diferentes momentos del día	10
Desayuno	10
Almuerzo	11
Cena.....	11
Nuncheon	13
Alimentos que aparecen en las novelas de Jane Austen	13
Tipos de carnes	13
Productos lácteos	18
Pescados y mariscos	20
Huevos (<i>eggs</i>)	21
Pan (<i>bread</i>)	21
Verduras (<i>vegetables</i>).....	23
Frutas.....	24
Repostería.....	26
Bebidas	28
Conclusiones	32
Bibliografía	35
Tabla de ilustraciones	36
Webgrafía	36
Anexos	37
La ensalada de pepino de <i>Orgullo y Prejuicio</i>	37
Pastel nupcial de <i>Emma</i>	39
Tostadas francesas de <i>La abadía de Northanger</i>	41

Índice de abreviaturas

SS: Austen, Jane (2003), *Sense and Sensibility*. New York: Barnes and Nobles Classics.

PP: Austen, Jane (2004), *Pride and prejudice*. New York: Barnes and Nobles Classics.

MP: Austen, Jane (2004), *Mansfield Park*. New York: Barnes and Nobles Classics.

E: Austen, Jane (2004), *Emma*. New York: Barnes and Nobles Classics.

NA: Austen, Jane (2003), *Northanger Abbey*. London: Penguin Classics.

P: Austen, Jane (2003), *Persuasion*. New York: Barnes and Nobles Classics.

Justificación

Jane Austen tuvo un papel clave en la literatura de la época de la Regencia inglesa a comienzos del siglo XIX y actualmente sigue siendo un referente. Todavía hoy sus novelas siguen vendiéndose, pues los lectores continúan apreciando los relatos y la pluma de la autora. Como escritora reflejó con gran ironía no solo las peculiaridades de las diferentes clases sociales, sino la cultura alimentaria de un país como Inglaterra, cuya cocina no es muy apreciada en Europa.

Desde hace algún tiempo, Jane Austen es también un referente de mujer escritora y un icono del feminismo. Es cierto que no tuvo un papel tan marcado como Mary Wollstonecraft en la defensa de los derechos de las mujeres, pero Austen retrató a protagonistas con carácter y capaces de pensar por sí mismas¹.

A pesar de los dos siglos que nos separan de ella, Jane Austen sigue siendo un tema de interés en la actualidad. Un buen ejemplo de ello es la atención que recibe en redes sociales: existen numerosos clubs, como es el *Jane Austen Fan Club* de Facebook con 53,7 mil miembros suscritos², y muchas cuentas destinadas a promocionar y a comentar los libros de la autora tanto en Twitter, Instagram, Tiktok como en blogs. Es más, desde 2001 se celebra un Festival dedicado a Jane Austen que congrega a más de tres mil personas en Bath, Inglaterra³. El de este año tendrá lugar del 9 al 17 de septiembre de 2022. No olvidemos, además, que las obras de Austen cuentan con un buen número de versiones cinematográficas y el último proyecto en marcha es la adaptación de *Persuasión* en Netflix que se estrenará el 15 de julio de 2022.

La alimentación es uno de los ejes fundamentales de la sociedad y una ventana para conocer de primera mano una época. La gastronomía de un país y los libros escritos por sus habitantes son otra forma de apreciar y disfrutar de la cultura. Por ello mi objetivo es acercar al lector a la cultura y alimentación de la época a través de la obra de Jane Austen abogando por la unión de las letras y las ciencias, que no son disciplinas contrarias sino complementarias.

Pero ¿qué relevancia pueden tener las obras de Jane Austen en un grado sanitario como Nutrición Humana y dietética? En mi opinión, Austen refleja la cocina y la cultura de la sociedad inglesa de principios de siglo XIX, lo que supone ofrecer una visión de la Historia de la cocina de una forma diferente a las nociones que podemos obtener de los recetarios íntegros de la época. Jane Austen contextualiza y plasma todas esas costumbres culinarias, reflejando caracteres, pensamientos y metáforas a través de la cocina.

Un buen nutricionista tiene que saber de cocina para poder recomendar a la gente alimentos y ayudarles a llevar un estilo de vida saludable. Nosotros, como profesionales del área de la salud, podemos adaptar esa cocina del pasado y aprender de ella. Por ese motivo en los anexos de este trabajo ofrecemos recreaciones de recetas de Jane Austen adaptadas al siglo XXI. Para poder mostrar cómo el pasado y el futuro, las letras y las ciencias pueden ser todo un uno.

¹ Para más información sobre el papel de Jane Austen como figura feminista cf. Delgado, 2017. *Jane Austen es más feminista de lo que crees*. Obtenido de https://www.elespanol.com/cultura/historia/20170714/231227455_0.html (Última visita el 10 de junio de 2022).

² Véase el club de fans *Jane Austen Fan Club de Facebook*. Obtenido de <https://www.facebook.com/groups/2210708105/about/> (Última visita el 10 de junio de 2022).

³ Más información sobre el festival se puede encontrar en *Jane Austen Festival*. Obtenido de <https://janeausten.co.uk/es/pages/festival> (Última visita el 10 de junio de 2022).

Objetivos

1. Estudiar brevemente la vida de la autora y su trayectoria.
2. Conocer las características de las diferentes comidas (horarios, costumbres, etc.) propias de la época de la Regencia que se reflejan en las novelas de Jane Austen.
3. Análisis de diferentes grupos de alimentos, como la carne, el pescado, la fruta, el pan, los lácteos, las verduras, etc. a través de las obras de Jane Austen.
4. Identificar las diferencias y semejanzas entre los alimentos que aparecen en los distintos libros relacionados con los diferentes personajes y sus clases sociales.
5. Recrear y adaptar algunos platos mencionados por la autora.
6. Analizar la obra de la autora desde un punto de vista diferente.

Metodología

Para la realización de este trabajo se ha recurrido a la lectura previa de las diferentes obras de la autora tanto en castellano como en inglés. Inicialmente, se han seleccionado los seis libros principales y se han descartado los relatos de su juventud y las cartas que envió durante su vida, para no exceder las dimensiones del trabajo.

Tras una lectura exhaustiva de las novelas, hemos seleccionado aquellos pasajes que ofrecieran información sobre una serie de puntos clave: los horarios de la comida y los tipos de alimentos que se registran. Para poder contextualizar todos los alimentos hemos añadido información relevante que ayudara al lector a comprender todo el pasaje.

Para interpretar los textos, hemos recurrido a bibliografía especializada en la cocina del siglo XVIII en general, y a la cocina de Jane Austen en particular, así como lecturas de interés en webs, blogs y libros con recetas adaptadas para completar la información.

Hemos cotejado las traducciones en castellano con el original en inglés y hemos preferido incluir la versión original para evitar perder ciertos matices en la traducción⁴.

Por último, hemos recreado recetas de platos concretos extraídos de las novelas de la autora y los hemos documentado en los anexos del trabajo.

Vida de Jane Austen⁵

Jane Austen nació el 16 de diciembre de 1775 en Steventon, Reino Unido. Fue la séptima hija del matrimonio entre George Austen y Cassandra Leigh.

El siglo XVIII está marcado por un sinnúmero de cambios a nivel mundial, como la abolición de la esclavitud, la crisis de los gobiernos absolutistas, la decadencia de la aristocracia y el auge de los nacionalismos europeos.

La educación de Jane Austen pasó por varias etapas. En sus primeros años, las encargadas fueron su madre y una serie de institutrices. Posteriormente, estuvo en diferentes residencias para señoritas y en 1885 pasó a formarse de forma autodidacta.

⁴ En el apartado de la bibliografía recogemos las obras tanto en versión original como las traducciones al castellano que hemos manejado.

⁵ Las referencias biográficas y el contexto histórico de la autora las hemos tomado de esta obra Freire, 2021.

Durante su adolescencia la escritora comenzó a escribir sus primeras obras. Destacó no solo por su buen hacer con la escritura, sino también por su talento con el piano y su amor por la música. La educación que recibió fue la habitual para las mujeres de la época, que instaba a las jóvenes a tocar instrumentos como el piano o el pianoforte, a dibujar o a bordar, en vez de pulir otras destrezas como la escritura. Jane debió de ejercitar la paciencia con la costura, una tarea que le permitía a la vez imaginar las tramas de sus obras. Es cierto que se desconoce cuán profundos fueron sus estudios, pero podemos entrever alguna noción de historia o filosofía en sus diferentes obras.

En sus textos, Jane Austen trata diversos temas como la independencia del individuo o la moralidad. Sin embargo, hoy día esos temas trascendentales que preocupaban de verdad a la autora han quedado relegados a un segundo lugar, pues ha calado la idea -fruto quizás de las versiones cinematográficas que se han hecho- de que en sus novelas el conflicto amoroso es el centro de la trama, cuando la realidad es mucho más compleja.

Si algo tenemos que destacar de la autora, que nos hace entender más aún si cabe su escritura, es que nunca llegó a casarse⁶, como tampoco lo hizo su hermana Cassandra⁷. La soltería era una circunstancia común en la época de la Regencia, frente a la idea que tenemos en la actualidad de que el mandato social de contraer matrimonio era más poderoso que el celibato. Sabemos, además, que nuestra autora vivió rodeada de amigas y familiares solteras. Ciertamente, entre ellas se formaban vínculos para permanecer acompañadas las unas con las otras. Es más, podemos comprobar que Jane no se sentía infeliz por no haberse casado, como refiere en varios documentos suyos que se nos han conservado⁸.

Otro punto clave de la vida de la autora que influyó en la redacción de su obra fueron sus temporadas de verano en Bath, ciudad que en 1797 se convertirá en su residencia hasta 1806. En aquella época Bath era muy popular por sus baños. A mediados del siglo XVIII la realeza y después la aristocracia pusieron de moda el turismo de balnearios, pues se consideraba que tomar baños de agua salada y de otras aguas minerales era una de las actividades más saludables posibles. Mientras los ancianos y los enfermos permanecían en los baños, la gente sana y joven disfrutaba de los bailes y de la actividad social del lugar.

En el año 1803, la novela *Susan* fue comprada por los editores Benjamin Crosby e Hijo por el precio de diez libras⁹. Esta editorial era una de las cinco mayores del sector, lo que en un principio parecía una buena oportunidad para la autora. No obstante, a pesar de que le pagaron los derechos de su obra, la novela nunca llegó a publicarse debido a una crisis económica.

En 1809, Jane se trasladó a Chawton donde revisó la obra que ahora conocemos como *Sentido y Sensibilidad*. También en este año, su hermano Henry pasó a ser su agente literario y en la primavera de 1811 se mudó a Londres para poder supervisar de primera mano el proceso de publicación. En enero de 1813 publica *Orgullo y Prejuicio* y en 1814 *Mansfield Park*, con una

⁶ Aunque nunca se casó, se sabe que tuvo varios pretendientes durante su vida. Incluso estuvo prometida durante unas horas, pero por distintos motivos Jane rechazó al caballero. Cf. Freire, 2021, p.167.

⁷ Su hermana estaba prometida al reverendo Thomas Fowle, que murió en el mar antes de la boda. Cassandra le guardó luto durante toda su vida. Cf. Freire, 2021, p.291.

⁸ La censura, propia de la época, a la que se vio sometida Jane al redactar su correspondencia complica conocer su opinión real sobre la soltería u otros temas. Sin embargo, en sus textos no encontramos ninguna queja sobre el tema, pero sí sobre ser pobre. Cf. Freire, 2021, p.175.

⁹ Si tenemos en cuenta que 50 libras de renta anual para una mujer soltera era suficiente para cubrir gastos, podemos intuir que con esas 10 libras que gana por la publicación de *Susan* puede vivir aproximadamente durante dos meses o dos meses y medio. Cf. Freire, 2021, p.124.

tirada de 1200 ejemplares que pronto se agotaron. En 1814 su editor de entonces en Londres, Egerton, le ofreció un precio por su novela *Emma* por debajo de lo que Jane estaba dispuesta a aceptar, por lo que cambió de editor y empezó a publicar con John Murray. *Emma* se publicó en diciembre de 1815.

No firmó con el nombre de Jane Austen ninguna de las obras que se publicaron durante sus años de vida. *Orgullo y prejuicio* está firmado como “Una novela en tres partes escrita por una dama”. El resto de sus obras se acreditaban como “misma autora de los anteriores”¹⁰.

Siguió escribiendo hasta su muerte el 18 de julio de 1817, a la edad de 41 años. A pesar de su corta vida, sus libros y escritos perdurarán en la historia de la literatura.

Obras de Jane Austen

La producción literaria de Jane Austen no es excesivamente amplia. A continuación, indicamos según fecha de publicación el título de sus obras y unas breves líneas con su argumento:

Sentido y Sensibilidad (*Sense and Sensibility*), publicada en 1811. Cuenta la historia de dos hermanas, Elionor y Marianne. Conviene señalar las personalidades antagónicas de las dos protagonistas, mientras que una representa el sentido común, la otra personifica la pasión sentimental.

Orgullo y Prejuicio (*Pride and Prejudice*), publicada en 1813. Cuenta la historia entre Elizabeth Bennet y Fitzwilliam Darcy. Aunque *a priori* parecen enfrentados por sus prejuicios sociales, la atracción entre ellos es evidente.

Mansfield Park (*Mansfield Park*), publicada en 1814. Cuenta la historia de Fanny Price, que es condenada al ostracismo social tras rechazar a un caballero, Henry Crawford. Tras un escándalo en la familia, sus parientes, los Bertram, vuelven a acoger a Fanny en Mansfield Park.

Emma (*Emma*), publicada en 1815. Cuenta la historia de Emma, una joven rica heredera aficionada a hacer de casamentera. La obra refleja la evolución del personaje: de ser una egoísta caprichosa a ser una persona preocupada por hacer el bien a los demás.

La abadía de Northanger (*Northanger Abbey*), publicada de manera póstuma en 1818. Cuenta la historia de Catherine Morland, una joven amante de las novelas góticas, que pasa una temporada en la abadía de Northanger. Se considera una novela precursora de la novela gótica.

Persuasión (*Persuasion*), publicada de manera póstuma en 1818. Cuenta la historia de Anne Elliot, persuadida por su familia para rechazar al amor de su vida, Frederick Wentworth por su escasa fortuna. Años más tarde Frederick aparece de nuevo, pero estaba vez con fortuna y Anne deberá luchar para conseguir una segunda oportunidad con él.

Las siguientes obras fueron también publicadas de manera póstuma: *Lady Susan* (*Lady Susan*) (1871), *Los Watson* (*I Watson*) (1871), *Sanditon* (*Sanditon*) (1925) y varias obras de juventud o *Juvenilia* publicadas en 1922, pero escritas en torno a 1790.

¹⁰ Sobre esta información cf. Costa, 2018. *Las escritoras que tuvieron que usar pseudónimos masculinos y ahora serán leídas con sus nombres verdaderos*. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-46293652> (Última visita el 10 de junio de 2022).

Se han conservado también una colección de cartas escritas por Jane Austen a sus diferentes familiares, incluidos entre ellas su hermana Cassandra¹¹.

La comida en los diferentes momentos del día

A continuación, exponemos un análisis de las diferentes comidas que hacían los personajes de sus novelas y que reflejan el patrón de vida de los miembros de la sociedad media-alta de la época de la Regencia: desayuno (*breakfast*), cena (*dinner or supper*) y *nuncheon*.

Desayuno

El horario de esta comida generalmente es entre las nueve y las diez de la mañana, como vemos en este fragmento de *Sentido y sensibilidad* en el que todo el grupo¹² esperó a que dieran las diez para poder desayunar antes de la excursión que iban a realizar de Barton Park a Whitwell:

By ten o'clock the whole party were assembled at the Park, where they were to breakfast (SS, Vol.1, XIII, p.79).

Otro ejemplo de esto desayunos tardíos lo podemos ver en *Orgullo y Prejuicio*:

Breakfast was scarcely over when a servant from Netherfield brought the following note for Elizabeth (PP, Vol.1, VII, p.58).

Esta información implica que había dado tiempo no solo a que Jane Bennet escribiera la carta, sino a que una persona fuera a entregarla a su casa. Había una distancia de tres millas entre Netherfield y la casa familiar de los Bennet (PP, Vol.1, VII, p.59) y si tenemos en cuenta que el día previo estuvo toda la tarde lloviendo (PP, Vol.1, VII, p.58) los caminos de tierra estarían embarrados y se tardaría más en recorrer que en una situación normal.

Es más, la familia Bingley desayunaba aún más tarde. Cuando Elizabeth acude a visitar a Jane en Netherfield tras recibir su carta, encuentra a los Bingley, al señor y señora Hurst y al señor Darcy desayunando, como se infiere aquí:

She was shown into the breakfast-parlour, where all but Jane were assembled, and where her appearance created a great deal of surprise (PP, Vol.1, VII, p.59)¹³.

Un último ejemplo de esto lo hallamos en *Persuasión*:

The morning hours of the Cottage were always later than those of the other house; and on the morrow the difference was so great, that Mary and Anne were not more than beginning breakfast when Charles came in to say that they were just setting off (P, VII, 80).

¹¹ Las cartas fueron recopiladas y editadas por Deirdre Le faye (2011) y existe también una traducción al castellano. Cf. Austen, 2012.

¹² Me refiero a Elinor, a Marianne, a Sir John, a la señora Jennings, a lady Middleton, a Willoughby, al coronel Brandon, a las dos señoritas Careys y a las tres señoritas Dashwood. Aunque debido a un urgente viaje que tenía que realizar el coronel Brandon (el único que poseía el permiso para poder entrar a Whitwell), la excursión no pudo realizarse (SS, Vol.1, XIII, p.79-80).

¹³ Debemos tener en cuenta que Elizabeth esperó a que sus hermanas menores se vistieran, puesto que la acompañaron un trozo de camino y que recorrió esas tres millas andando, en vez de ir en carruaje o a caballo (PP, Vol.1, VII, p.59). Por lo que el tiempo realmente estimado es mayor del que podemos llegar a pensar.

Charles llegó el primero, las hermanas Musgrove y el capitán Wentworth le siguen, llegan a Uppercross andando, por lo que intuimos que ya han desayunado en sus casas.

Estos cuatro ejemplos revelan que el desayuno se hace entrado el día, pues no solo en uno de los libros de la autora el desayuno es tardío, sino que esta circunstancia se repite en tres de ellos. Esto nos indica que era una costumbre en la época y que personas de diferentes clases sociales como pueden ser los Bennet, de clase social media o los Bingley, de clase social alta seguían esta costumbre.

Almuerzo

En la época de la Regencia la comida que seguía al desayuno era la cena (*dinner* o *supper*). Es cierto que el almuerzo (*luncheon*) como tal no era muy popular, aunque es mencionado una única vez en *Orgullo y Prejuicio*:

I do think we behaved very handsomely, for we treated the other three with the nicest cold luncheon in the world (PP, Vol.2, XVI, 211).

El almuerzo que menciona Lydia fue tomado justo después de un día de compras en una sombrerería, por lo que, si después se encaminaron en carruaje a la casa de los Bennet para poder cenar, podemos suponer por las horas en las que se realizó que se trató de un almuerzo.

Cena

La siguiente comida importante en el día era la cena (*dinner* o *supper*). En contraposición con la costumbre actual en España de hacer una relativa cena ligera a partir de las nueve de la noche, en la Regencia se realizaba un “almuerzo tardío” en forma de cena.

At five o'clock the two ladies retired to dress, and at half past six Elizabeth was summoned to dinner (PP, Vol. 1, VIII, 61).

Las cenas tempranas constituyen la norma en la época de la Regencia, eran abundantes y se hacían pronto para permitir que sus personajes pudieran realizar tareas después¹⁴. Así en *Sentido y Sensibilidad*, Marianne durante su estancia en Cleveland hace planes para después de la cena:

The morning was fine and dry, and Marianne, in her plan of employment abroad, had not calculated for any change of weather during their stay at Cleveland. With great surprise, therefore, did she find herself prevented, by a settled rain, from going out again after dinner. She had depended on a twilight walk to the Grecian temple, and perhaps all over the grounds (SS, Vol.3, VI, p.264).

Esto nos puede dar una idea aproximada de la hora temprana a la que se realizaba la cena puesto que aún no había anochecido cuando pretendía dar un paseo después de cenar.

En cuanto al tipo de cena, en esta época se servían “a la francesa” (*à la français* or *in the French manner*), comúnmente llamado “cenas de estilo familiar” (*family-style dining*). Cada persona se servía cuanto quería comer de cada plato, ya que todas las opciones estaban servidas a la vez en la mesa principal. Como podemos ver en el siguiente dibujo:

¹⁴ Lo que coincide con el dicho popular castellano “la comida reposada y la cena paseada”.



Ilustración 1

Durante el transcurso de la cena se conversaba con la persona próxima a ambos lados de uno mismo. En el siguiente fragmento de *Orgullo y Prejuicio* podemos ver que Elizabeth está molesta porque Lady Lucas había ocupado el asiento entre su madre y ella y no dejaban de charlar:

When they sat down to supper, therefore, she considered it a most unlucky perverseness which placed them within one of each other; and deeply was she vexed to find that her mother was talking to that one person (Lady Lucas) freely, openly, and of nothing else but of her expectation that Jane would be soon married to Mr. Bingley (PP, Vol.1, XVIII, p.112).

Inmediatamente después de la cena, como Jane Austen explica en *Emma*, era servido el postre (*dessert*):

She said no more, —other subjects took their turn; and the rest of the dinner passed away; the dessert succeeded (EM, Vol.2, VIII, p.254).

En las ocasiones en las que se celebraban bailes, las familias cenaban antes, por lo que muchos de los invitados podían empezar a tener hambre después de pasar horas danzando y manteniendo largas conversaciones. Por eso, durante la fiesta se servían pequeños aperitivos en bandejas, como bocadillos o bocados pequeños (*munchies* o *dainty nibbles*) que acompañaban a las bebidas. Se trataba de compensar las horas de ayuno que mediaban entre la cena temprana y el desayuno tardío del día siguiente (Kozlowski, 2019, p.74).

Se trataba de la “recena” o “cena ligera” (*hot supper*), como se nombra en el siguiente fragmento de *Orgullo y Prejuicio*:

This was agreed to; and Mrs. Philips protested that they would have a nice comfortable noisy game of lottery tickets, and a little bit of hot supper afterwards (PP, Vol.1, XV, p.93).

Tal y como dice un refrán inglés “Light suppers make long lives” “Cenas ligeras prolongan la vida” (Kozlowski, 2019, p.74). Así lo refleja el propio señor Woodhouse, el padre de Emma:

Upon such occasions poor Mr. Woodhouse’s feelings were in sad warfare. He loved to have the cloth laid, because it had been the fashion of his youth: but his conviction of suppers being very unwholesome made him rather sorry to see any thing put on it (E, Vol.1, III, p.21).

A tenor de los textos analizados, podemos afirmar que la cena en la época de la Regencia podía tomarse una o dos veces; la primera a una hora temprana y de naturaleza mucho más copiosa y la segunda, opcional, más tardía y ligera.

Nuncheon

El *nuncheon* es el nombre que recibe la acción de picar entre comidas. No era muy popular salirse de las dos o tres comidas estipuladas del día, pero es cierto que Jane Austen se mostraba permisiva con respecto a la vida de los personajes de sus libros. Ninguno de ellos pasaba las suficientes horas sin comer como para poder tener hambre (Kozlowski, 2019, p.76).

El término, que suele traducirse en castellano como “merienda”, se registra una sola vez en *Sentido y Sensibilidad*, en un diálogo entre Elionor y el Señor Willoughby:

Yes—I left London this morning at eight o'clock, and the only ten minutes I have spent out of my chaise since that time procured me a nunchion¹⁵ at Marlborough (SS, Vol.3, VIII, p.275).

Hallamos otro ejemplo en *Orgullo y prejuicio*: Lydia Bennet y su hermana Kitty visitan una sombrerería en una población de Hertfordshire. Después de una intensa hora de compras, Lydia toma una ensalada de pepino en una posada mientras espera que las recoja en un carruaje el señor Bennet. Este almuerzo ligero entre horas no es otro que un *nuncheon*, aunque no se menciona el término como tal:

As they drew near the appointed inn where Mr. Bennet's carriage was to meet them, they quickly perceived, in token of the coachman's punctuality, both Kitty and Lydia looking out of a dining-room up stairs. These two girls had been above an hour in the place, happily employed in visiting an opposite milliner, watching the sentinel on guard, and dressing a salad and cucumber (PP, Vol.2, XVI, p.209).

Por lo tanto, el *nuncheon* se realizaba en ocasiones puntuales, en las que se requería una comida ligera para reponer fuerzas.

Alimentos que aparecen en las novelas de Jane Austen¹⁶

En el siguiente apartado analizaremos los diferentes grupos de alimentos más mencionados en los libros de la autora. Hablaremos de alimentos proteicos como la carne o el pescado, productos lácteos, verduras y frutas e incluso haremos mención a varios postres.

Tipos de carnes

Durante el siglo XVIII, la carne se comía la mayor parte del año salada y seca (que era el principal método de conservación). Comer carne era un hábito muy popular entre los ingleses (Stead, 1996, p.19-20). Por ello, las novelas de Jane Austen constituyen un buen ejemplo del consumo de diversos tipos de carne. Aquí ofrecemos una breve explicación de cada uno de ellos:

- **Cordero (*mutton*):**

El cordero es un tipo de carne que encontramos en dos obras de la autora: *Mansfield Park* y en *Emma*. La palabra *mutton* no solo significaba “cordero”, sino que es una metonimia del acto de comer o cenar. Invitar a alguien a llevarse su cordero (*to take their mutton*) era una fórmula común utilizada incluso por los *bon-vivants* que esperaban algo más elaborado para su cena (Lane, 1995, p.60). En el siguiente párrafo de *Mansfield Park*, en el que se nombra este tipo de carne y la pieza que se iba a consumir en la invitación a cenar que hace el Dr. Grant a Edmund

¹⁵ Otra forma de escribir *Nuncheon* es *Nunchion*.

¹⁶ Para más información sobre los alimentos mencionados en este apartado cf. Lane, 1995, p.55-76.

Bertram, comprobamos que el cordero era un buen tipo de carne que estaba bien visto, al igual que el pavo o el ganso:

A friendly meeting, and not a fine dinner, is all we have in view. A turkey or a goose, or a leg of mutton, or whatever you and your cook choose to give us (MP, XXII, p.264).

En *Emma* se habla en tres ocasiones diferentes sobre el cordero. En la primera ocasión en una de las visitas de la hija mayor del señor Woodhouse (hermana de Emma), con su marido John Knightley y sus cinco hijos por Navidad. El día anterior a la cena de nochebuena que celebrarían los señores Weston en Randalls, Emma salía de la casa de la señora Goddard, donde estuvo toda la tarde cuidando del resfriado de Harriet, cuando se encontró con su cuñado, John y sus dos hijos mayores, que se apresuraban a volver a casa para poder llegar a comer cordero antes de que este desapareciera:

And seemed to ensure a quick despatch of the roast mutton and rice pudding they were hastening home for (E, Vol.1, XIII, p.168).

Encontramos el segundo ejemplo de *Emma* en la siguiente referencia, cuando la tía de Jane Fairfax menciona lo poco que esta come¹⁷:

And they had to listen to the description of exactly how little bread and butter she ate for breakfast, and how small a slice of mutton for dinner (E, Vol.2, II, p.214).

Durante toda la novela se describe a Jane Fairfax como alguien delicado y con una apariencia física bella, pero en concreto, en esta referencia, el acto de comer poco no estaba relacionado con sus virtudes, sino con la preocupación de la tía de Jane porque esta estaba un poco enferma.

Encontramos el tercer y último ejemplo de *Emma* en un pícnic campestre, en el que se sirve cordero frío:

It was now the middle of June and the weather fine; and Mrs. Elton was growing impatient to name the day, and settle with Mr. Weston as to pigeon-pies and cold Lamb (E, Vol.3, VI, p.360).

Comer cordero frío en un picnic es un hábito que llama la atención. Posiblemente se refiera a algún tipo de embutido realizado con el cordero, que aguantase más tiempo comestible y que fuera fácil de transportar.

Como podemos comprobar, el cordero es mencionado más veces en el libro de *Emma* que en el resto de las novelas, quizás porque pertenece a un nivel social que puede permitírselo. Sin embargo, hay que tener en cuenta que *Emma* es con diferencia el libro que hace más mención a la comida y a los alimentos.

- **Cerdo (*pork*):**

El cerdo es otro de los tipos diferentes de carne que Jane Austen incluye en sus obras. En *Emma*, Emma y su padre, el Sr. Woodhouse, discuten sobre el cerdo de Hartfield (que ha sido matado en primavera) y menciona que ese tipo de cerdo es más pequeño y delicado, por lo que su sabor es mucho mejor que cualquier otro tipo de cerdo. Los Bates, a quienes Emma quiere mandar un lomo o una pata, no deberían asarlo, ya que el cerdo asado no se digiere lo suficientemente bien:

¹⁷ Al comienzo de la novela Jane Fairfax es mencionada en numerosas ocasiones por sus dos tías quienes la veneran de una forma excesiva.

Hartfield pork is not like any other pork—but still it is pork—and, my dear Emma, unless one could be sure of their making it into steaks, nicely fried, as ours are fried, without the smallest grease, and not roast it, for no stomach can bear roast pork (E, Vol.2, III, p.217).

El otro ejemplo aparece en *Persuasión*, cuando la señora Musgrove se encuentra rodeada de los hijos de Harville. En este caso el cerdo es el ingrediente principal de una empanada (*brawn and cold pies*):

On one side was a table, occupied by some chattering girls, cutting up silk and gold paper; and on the other were tressels and trays, bending under the weight of brawn and cold pies, where riotous boys were holding high revel; the whole completed by a roaring Christmas fire (P, XIV, p.139).

- **Venado (*venison*):**

Se criaba en fincas grandes, como Godmersham¹⁸, y se comía durante el mes de septiembre (Lane, 1995, p.63). Se menciona en dos de sus obras. Se trata de una carne de prestigio, como se refleja en *Orgullo y Prejuicio*. La señora Bennet lo sirve para impresionar a Bingley y a Darcy cuando vuelven a Hertfordshire¹⁹:

The dinner was as well dressed as any I ever saw. The venison was roasted to a turn—and every body said, they never saw so fat a haunch (PP, Vol.3, XII, p.306).

En *Mansfield Park* la carne de venado es un plato bastante común entre el círculo de amistades de Tom Bertram. Este círculo debía tener el mismo estatus social que Tom Bertram y una parecida soltura económica. Ante la marcha de Tom a las carreras de *B-races*, su hermano Edmund se convierte en el nuevo anfitrión de Mansfield Park. Mary Crawford²⁰, apenada por la ausencia de Tom, resalta la actitud tan diferente de los dos hermanos en la mesa:

In comparison with his brother, Edmund would have nothing to say. The soup would be sent round in a most spiritless manner, wine drunk without any smiles or agreeable trifling, and the venison cut up without supplying one pleasant anecdote of any former haunch, or a single entertaining story about 'my friend such a one (MP, VI, p.97).

- **Pavo (*turkey*):**

Aunque el pavo fue una carne que arrastró diferentes prejuicios debido a su procedencia (Centroamérica) y que se consideraba, en general, insípida y dura (Lane, 1995, p.63), aparece con frecuencia en el capítulo veintidós de *Mansfield Park*.

La señora Grant se lamenta ante Mary Crawford de no poder servir pavo el domingo, como le habría gustado a su marido, porque su cocinera le ha avisado de que, como toda ave, no durará mucho en buen estado:

¹⁸ Godmersham fue la mansión palaciega que la madre adoptiva de Edward, uno de los hermanos de Jane Austen recibió como herencia. Se ubica en Kent.

¹⁹ La señora Bennet hacía lo posible por intentar destacar frente al resto de las mujeres de su entorno y no iba a desaprovechar la ocasión de que los dos caballeros más ricos del momento no cenaran en su casa.

²⁰ Mary llega al pueblo con su hermano Henry desde Londres, presumiendo de modales y gustos refinados y bastante interesada en concertar un buen matrimonio. Ambos hermanos se hospedan en la casa de los señores Grant.

And what is worse, cook has just been telling me that the turkey, which I particularly wished not to be dressed till Sunday, because I know how much more Dr. Grant would enjoy it on Sunday after the fatigues of the day, will not keep beyond to-morrow (MP, XXII, p.261).

Tal es su disgusto que llega a afirmar que este problema es un verdadero contratiempo y no el mal tiempo inglés.

La conversación entre la señora Grant y Mary Crawford continúa. Se hace mención a los precios elevados de los alimentos en la capital, donde Mary se iba a establecer próximamente. Pero Mary no está preocupada por ello puesto que piensa contar con una gran suma de dinero que le permita comprar pavo:

I mean to be too rich to lament or to feel anything of the sort. A large income is the best recipe for happiness I ever heard of. It certainly may secure all the myrtle and turkey part of it (MP, XXII, p.261).

Por tanto, el pavo era un alimento caro, que se servía en casas de alto estatus. Esta hipótesis es apoyada por el siguiente párrafo de *Mansfield Park*, en el que el señor Grant menciona que el pavo es un alimento verdaderamente bueno:

‘Very well, very well,’ cried Dr. Grant, ‘all the better; I am glad to hear you have anything so good in the house (MP, XXII, p.264).

- **Ganso (*goose*):**

La carne de ganso se menciona en *Mansfield Park* y en *Emma*. En *Mansfield Park*, este tipo de carne es mencionado cuando Mary señala el mal humor que le surge al señor Grant cuando no come algo a la altura de las circunstancias:

Henry and I were partly driven out this very evening by a disappointment about a green goose, which he could not get the better of. My poor sister was forced to stay and bear it (MP, XI, p.158).

El señor Grant es un clérigo, del que se menciona un buen talante y juicio para casi todas las cuestiones excepto las relacionadas con el paladar y con las comidas servidas por la cocinera de su casa. Por ese motivo es de esperar que siendo la comida una de las debilidades que afectan a su afable carácter, se enfade al encontrar el ganso crudo.

Regalar un ganso para su consumo era una excelente forma de agasajar a una familia. Así aparece en *Emma*, en una conversación entre Emma y su amiga Harriet, en la que esta última alaba el detalle de la familia Martin²¹ hacia la señora Goddard:

And when she had come away, Mrs. Martin was so very kind as to send Mrs. Goddard a beautiful goose: the finest goose Mrs. Goddard had ever seen. Mrs. Goddard had dressed it on a Sunday, and asked all the three teachers, Miss Nach, and Miss Prince, and Miss Richardson, to sup with her (E, Vol.1, IV, p.102).

Era tradicional comer ganso el día de la fiesta de San Miguel (29 de septiembre), debido a que podía ser engordado por las sobras de los segadores, tal y como se refleja en el dicho inglés *Who eats goose on Michael's day. Shan't money lack his debts to pay* "Quien come ganso el día

²¹ Familia con la que Harriet vivió una pequeña temporada (E, Vol.1, IV, p.101). La familia Martin poseía una granja con diferentes animales, entre ellos un rebaño de ocho vacas (E, Vo.2, IV, 102-103). En la época se les consideraría una familia de clase media-baja, la cual estaba mucho más integrada con los diferentes habitantes del pueblo que con las familias adineradas de este. Por este motivo Emma intenta impedir que Harriet se case con el hijo mayor de la familia.

de San Miguel, no le faltará el dinero para pagar sus deudas” (Lane, 1995, p.64). Esta tradición era popular en los países del norte y coincidía con el fin de la cosecha y el engorde del ganado y de las aves²². Es probable que el dicho provenga de la idea de que una familia que pudiera engordar un ganso es que podía disponer de más víveres y hacer frente al duro invierno.

- **Pollo (*chicken*):**

La primera referencia a este alimento aparece en *Emma*. Emma, después de hacer de casamentera con los Weston y unirlos en un feliz matrimonio, se fija como objetivo encontrar esposa para el señor Elton. Por ese motivo, el señor Woodhouse, después de conocer las intenciones de su hija, le aconseja que invite al señor Elton y al señor Knightley a cenar. El señor Knightley, con gran ironía, responde a la invitación con lo siguiente:

Invite him to dinner, Emma, and help him to the best of the fish and the chicken, but leave him to choose his own wife (E, Vol.1, I, p.90).

Al señor Woodhouse le encantaba tener invitados en su casa y organizaba diferentes cenas y encuentros muy a menudo.

En *Orgullo y Prejuicio* también se menciona el pollo en una ocasión. En el baile que se realizó en Netherfield se celebró también una cena. Elizabeth estaba sentada cerca de su madre, la señora Bennet. Separándolas a ambas estaba sentada lady Lucas con la que la señora Bennet mantuvo una conversación en excesiva voz alta criticando al señor Darcy. Cuando lady Lucas parecía abrumada por la charla incesante de la señora Bennet, se menciona lo siguiente sobre ambas:

At length, however, Mrs. Bennet had no more to say; and Lady Lucas, who had been long yawning at the repetition of delights which she saw no likelihood of sharing, was left to the comforts of cold ham and chicken (PP, Vol.1, XVIII, p.113).

El pollo frío mencionado también con el jamón nos hace intuir que se consumía en forma de embutido preparado de forma casera.

Los Middleton vivían en Barton Park, en una casa grande y solemne. Al matrimonio les encantaba tanto recibir visitas en su casa como ser invitados a las casas de los demás. La señora Middleton se enorgullecía de su casa y de lo que servía en sus mesas. Tanta hospitalidad por parte del matrimonio era muy agradecida en los meses de verano, cuando organizaban cenas como la que se menciona en la siguiente referencia:

He was a blessing to all the juvenile part of the neighbourhood; for in summer he was for ever forming parties to eat cold ham and chicken out of doors, and in winter his private balls were numerous enough for any young lady who was not suffering under the unsatiable appetite of fifteen (SS, Vol.1, VII, p.55).

Comprobamos que al igual que en *Orgullo y Prejuicio* el pollo se servía a la vez que el jamón en las cenas sociales.

²² La tradición decía que, si el esternón del ganso estaba marrón después de haberlo asado, el invierno sería suave, en cambio, si los huesos eran de color azulado, el invierno sería duro. Sobre esta tradición cf. Lozowski, 2020. *Honrando a San Miguel en su fiesta*. Obtenido de https://www.traditioninaction.ec/religious/d044_Michel.htm (Última visita el 17 de mayo de 2022).

Productos lácteos

- **Queso (*cheese*):**

Solo hemos encontrado mencionado el queso en dos de las obras de Jane Austen, en *Mansfield Park* y en *Emma*, lo que nos indica que no se comía de forma tan frecuente como otro tipo de alimentos. La primera referencia alude a un famoso queso de crema (*cream cheese*):

Taken her to the dairy, told her all about their cows, and given her the receipt for a famous cream cheese (MP, X, p.150).

En este momento se menciona el día tan atareado que ha tenido la señora Norris, quien después de que el ama de llaves de los Rushworth la lleve a la vaquería para enseñarle todo lo relacionado con las vacas le ofrece una receta del queso crema (*cream cheese*).

La segunda y última referencia en *Mansfield Park* es un queso tostado (*toasted cheese*). Betsey, una de las hermanas de Fanny, nuestra protagonista, monta un pequeño escándalo por haber cogido el cuchillo de plata que en ese momento era propiedad de Susan. Fanny, saturada no solo de su ruidosa familia, sino también de su casa, decide retirarse a la habitación que compartía con Susan y oye de fondo a sus hermanos pequeños pedir un poco de queso tostado:

Fanny, fatigued and fatigued again, was thankful to accept the first invitation of going to bed; and before Betsey had finished her cry at being allowed to sit up only one hour extraordinary in honour of sister, she was off, leaving all below in confusion and noise again, the boys begging for toasted cheese, her father calling out for his rum and water, and Rebecca never where she ought to be (MP, XXXVIII, p.440).

El queso también aparece en la novela de *Emma*. Como ya hemos indicado anteriormente, el gran afán de Emma es poder encontrar a su reciente amiga Harriet un buen matrimonio. Por este motivo, en un paseo que dan Emma, Harriet y el señor Elton (que es el caballero con el que quiere emparejar a su amiga), Emma hace todo lo posible por dejar solos a la pareja para que puedan hablar sin ella presente.

Emma puso una excusa para separarse de la pareja para darles el mayor tiempo posible de conversar solos. Según se iba acercando escucho cómo el señor Elton comentó lo siguiente:

Emma experienced some disappointment when she found that he was only giving his fair companion an account of the yesterday's party at his friend Cole's, and that she was come in herself for the Stilton cheese, the north Wiltshire, the butter, the celery, the beet-root, and all the dessert (E, Vol.1, X, p.152).

Como podemos apreciar en el texto en esta ocasión no solo se menciona el queso de Stilton que procede del mismo lugar que le da el nombre²³, sino también de la mantequilla.

²³ Es un queso de origen inglés, que solo se puede producir en tres condados, Nottinghamshire, Derbyshire y Leicestershire, todos ellos condados de la zona central de Inglaterra. En la actualidad solo hay seis queserías autorizadas para producir este tipo de queso *cf.* 2020. *Queso Stilton*. Obtenido de <https://www.quequesos.es/quesos/stilton/> (Última visita el 5 de mayo de 2022).

- **Mantequilla (*butter*):**

La mantequilla durante la Regencia se utilizaba en diferentes elaboraciones. Era muy común utilizarla como salsa única para bañar las verduras, razón por la que los extranjeros se burlaban de este tipo de salsa y de la forma en la que los ingleses la utilizaban (Lane, 1995, p.64).

La primera alusión a la mantequilla aparece en *Emma* de forma muy breve como mención al alimento (EM, Vol.1, X, p.152). En *Mansfield Park* se menciona en momentos diferentes del libro. El señor Grant es bastante aficionado al buen comer y a la comida apetecible y bien preparada. Por ello, su mujer, había contratado a una cocinera a la que pagaba un sueldo excesivo, casi tan alto como el de la cocinera de Mansfield Park²⁴:

Mrs. Norris could not speak with any temper of such grievances, nor of the quantity of butter and eggs that were regularly consumed in the house (MP, III, 73-74).

La mantequilla es mencionada en una segunda ocasión ya avanzada la novela. Fanny regresa a su casa familiar, tras ser expulsada de malas maneras de Mansfield Park por sus tíos por rechazar la propuesta de matrimonio de Henry Crawford²⁵. Se dispuso todo para que Fanny recibiera un pequeño refrigerio que constaba de tostadas con mantequilla derretida y té:

She had been into the kitchen,' she said, 'to hurry Sally and help make the toast, and spread the bread and butter—or she did not know when they should have got tea—and she was sure her sister must want something after her journey (MP, XXXVIII, p.436).

En *La Abadía de Northanger*, Catherine observa cómo el general Tilney no puso pegas a la abundante cantidad de platos diferentes que había en la cena y mucho menos había prestado atención a que la mantequilla se había convertido en aceite rancio:

And never before known him so little disconcerted by the melted butter's being oiled (NA, Vol.2, XI, p.214).

En la época de la Regencia, tal y como nos informa Jane Grigson²⁶, la salsa se confeccionaba con mantequilla y harina para poder espesarla correctamente (Lane, 1995, p.64-65). Por tanto, el problema real fue que la salsa estaba recalentada y por eso estaba tan aceitosa.

- **Leche (*milk*):**

La única mención a la leche la encontramos en *Mansfield Park*. La leche estaba incluida en la bandeja del té en el hogar familiar de Fanny. Esto nos indica que una de las formas en las que se tomaba el té durante la Regencia es con un poco de leche, como sigue siendo habitual en la Inglaterra actual:

She sat in a blaze of oppressive heat, in a cloud of moving dust; and her eyes could only wander from the walls marked by her father's head, to the table, cut and notched by her brothers, where stood the tea-board never thoroughly cleaned, the cups and saucers wiped in

²⁴ Recordemos que Mansfield Park está habitada por los Bertram, los tíos ricos de nuestra protagonista. Al ser de un estatus social elevado pueden permitirse perfectamente una cocinera. Pero los Grant no poseían una renta tan alta, pues el Sr. Grant era el párroco del pueblo.

²⁵ Los Bertram no apoyaban que Fanny, quien venía de una familia pobre y numerosa rechazara a Henry Crawford. Pero Fanny tenía un gran motivo de peso: estaba enamorada de su primo Edmund.

²⁶ Jane Grigson fue una escritora de libros de cocina del siglo XX. Hablaba tanto de platos de cocina británica tradicionales como de las diferentes cocinas de Europa. Cf. Grigson, 2018. *About Jane*. Obtenido de <https://janegrigsontrust.org.uk/about-jane/> (Última visita el 17 de mayo de 2022).

streaks, the milk a mixture of motes floating in thin blue, and the bread and butter growing every minute more greasy than even Rebecca's hands had first produced it (MP, XLVI, p.498).

Pescados y mariscos

Pese a que no es un alimento muy común en las novelas de Jane Austen, es cierto que el bacalao y el salmón se mencionan en *Sentido y Sensibilidad*, pero ambos están incluidos en un menú de una posada. Durante esta época los métodos de transporte habían mejorado lo que permitía comer pescado de mar más veces. En cambio, el pescado de interior o de río se valoraba menos por su peor sabor (Lane, 1995, p.66).

En *Sentido en Sensibilidad* podemos apreciar que el pescado se menciona en dos momentos diferentes. Al morir el padre de Elinor y de Marianne, la herencia pasó a manos del hijo del primer matrimonio, John Dashwood. Él y su mujer se instalaron junto con su hijo en Nordland, rebajando a Elinor, Marianne y a su madre a huéspedes. En una discusión que tuvieron el señor y la señora Dashwood sobre cómo ocuparse de la forma más económica de su madrastra y de sus hermanastras, la señora Dashwood comentó lo siguiente en referencia a lo que el difunto señor Dashwood esperaba de John con respecto a las tres mujeres:

The assistance he thought of, I dare say, was only such as might be reasonably expected of you; for instance, such as looking out for a comfortable small house for them, helping them to move their things, and sending them presents of fish and game, and so forth, whenever they are in season (SS, Vol.1, II, p.38).

Por tanto, tanto el pescado como los productos procedentes de la caza podrían enviarse como regalo.

La segunda vez que el pescado es nombrado Elinor y Marianne viajaban con la señora Jennings hacia Londres. Durante ese viaje que duró más de tres días, la mayor preocupación de la señora Jennings con respecto a Elinor y a Marianne era la siguiente:

Mrs. Jennings, on her side, treated them both with all possible kindness, was solicitous on every occasion for their ease and enjoyment, and only disturbed that she could not make them choose their own dinners at the inn, nor extort a confession of their preferring salmon to cod, or boiled fowls to veal cutlets (SS, Vol.2, IV, p.154).

Esto nos ayuda a saber el tipo de menú que se encontraba en las diferentes posadas de los caminos y sobre todo que destacan dos tipos de pescado, el salmón (*salmon*) y el bacalao (*cod*).

En *Orgullo y Prejuicio*, solo es mencionado cuando la señora Bennet se queja de que no quedaba nada de pescado ante el anuncio del señor Bennet de que iban a recibir invitados a cenar:

How unlucky! there is not a bit of fish to be got to-day (PP, Vol.1, XIII, p.83).

La señora Bennet se exalta tanto porque piensa que el que va a venir a su casa es Bingley y no puede desaprovechar la oportunidad de impresionarle con una gran cena y así poder casar a su hija Jane con él. Esto nos hace pensar que el pescado es un alimento que está en muy alta consideración y que no solo es caro, sino que también escaso y difícil de encontrar.

En *Emma*, encontramos una referencia al pescado y otra al marisco. Tanto el pescado (E, Vol.1, I, p.90) como el marisco (ostras) (E, Vol.1, III, p.98) se encuentran citados junto al pollo²⁷.

Ambas nos hacen pensar que el pescado y el pollo se servían a la vez en las mesas de nivel económico y que Emma, que es el personaje con una de las rentas más altas de las novelas de Jane Austen, no solo dispone del dinero y de la posibilidad de servir pescado en sus cenas, sino que además puede servir un marisco tan apreciado como las ostras.

Huevos (*eggs*)

En *Emma*, en la misma cena donde se sirven las ostras y el picadillo de pollo, también se sirven huevos. El señor Woodhouse insiste en que no debe abusarse de ellos. Recomienda, especialmente, los huevos cocidos²⁸:

Mrs. Bates, let me propose your venturing on one of these eggs. An egg boiled very soft is not unwholesome. Serle understands boiling an egg better than any body. I would not recommend an egg boiled by any body else,—but you need not be afraid, they are very small, you see,—one of our small eggs will not hurt you (E, Vol.1, III, p.98).

En *Mansfield Park* se mencionan los huevos en la misma referencia que se cita la mantequilla (MP, III, p.74). En vista de la gran cantidad de huevos que consumía el señor Grant en su casa, podemos deducir que si estaban bien preparados podían ser un plato estrella. Aunque esta afirmación contradice la opinión del señor Woodhouse en *Emma*, quien piensa que comer huevos en exceso perjudica la salud.

La señora Norris es la primera que abandona la reunión en casa de los Rushworth. Antes de su salida, recibe por parte del ama de llaves los siguientes alimentos:

Mrs. Norris, having fidgeted about, and obtained a few pheasants' eggs and a cream cheese from the housekeeper, and made abundance of civil speeches to Mrs. Rushworth, was ready to lead the way (MP, X, p.151).

Lo curioso de esta referencia es el tipo de huevos, pues en este caso son de faisán. Si tenemos en cuenta la felicidad con la que la señora Norris se marcha podemos afirmar que tanto el queso crema como los huevos de faisán eran un manjar.

Pan (*bread*)

La madre de Fanny, la protagonista de *Mansfield Park*, tenía dos hermanas, la señora Bertram dueña de Mansfield, y la señora Norris. La madre de Fanny fue la única que se casó muy por debajo de sus posibilidades y que poseía un gran número de hijos. La señora Bertram y la señora Norris acordaron con el señor Bertram para poder acoger a la hija mayor de su hermana, la pequeña Fanny. De esta conversación surge la primera referencia:

I should hate myself if I were capable of neglecting her. Is not she a sister's child? and could I bear to see her want, while I had a bit of bread to give her? My dear Sir Thomas, with all my faults I have a warm heart; and, poor as I am, would rather deny myself the necessaries of life, than do an ungenerous thing (MP, I, p.50).

²⁷ Cf. El apartado dedicado al "Pollo (chicken)"

²⁸ El señor Woodhouse menciona que las grandes cenas son perjudiciales para la salud en *Emma*. Por lo que no es de extrañar que tenga opiniones sobre cada alimento.

En esta referencia el pan es sinónimo de “cualquier tipo de alimento”, un ejemplo de donación de comida de forma altruista, que no puede negarse ni siquiera a los más pobres.

Otra referencia al pan que encontramos en *Mansfield Park* aparece en una conversación entre Henry Crawford y su hermana Mary. Henry habló con su almirante para poder quedarse un par de semanas más en Mansfield con un plan entre manos, enamorar a Fanny:

Besides, that would be all recreation and indulgence, without the wholesome alloy of labour, and I do not like to eat the bread of idleness (MP, XXIV, p.278).

En esta ocasión, se utiliza también como metáfora de holgazanear y no hacer ningún esfuerzo durante ese periodo de tiempo.

En pan se sirve la mantequilla, como vimos en el apartado correspondiente (MP, XXXVIII, p.436; MP, XLVI, p.498). El pan con mantequilla era un recurso bastante recurrente en los hogares humildes, como es el caso del hogar familiar de Fanny Price.

El señor Walter quejándose de lo poco que estimaba a los hombres que trabajaban en la marina comenta un hecho personal sobre el señor Ivés:

One day last spring, in town, I was in company with two men, striking instances of what I am talking of, Lord St. Ives, whose father we all know to have been a country curate, without bread to eat (P, III, p.49).

Referirse al pan como modo de hacer saber al lector la situación económica de una familia o de una casa es un gesto recurrente que hemos visto utilizarse también en *Mansfield Park*.

En una conversación entre Catherine y su madre, la señora Morland regañó a Catherine por su actitud y su comportamiento durante un desayuno en Northanger:

I did not quite like, at breakfast, to hear you talk so much about the French-bread at Northanger (NA, Vol.2, XV, p.234).

En esta ocasión el pan francés²⁹ al contrario que en *Mansfield Park*, se relaciona con un elevado estatus económico. De ahí surge la reprimenda de la señora Morland a su hija, que no podía desear un hogar en el que no había nacido.

Para Jane Austen cualquier cosa relacionada con Francia era una anatema. Cada vez que hablaba de comida francesa mencionaba el debate social que estaba en auge desde el siglo XVIII. No es ningún secreto la profunda enemistad que tenía Inglaterra con Francia, que fue a mayores debido a las invasiones de Napoleón³⁰.

En *Emma*, Jane Fairfax es un personaje huérfano. Durante su vida quedó a cargo de su tía y de su abuela. El coronel Campbell, que era amigo de su familia, acogió a Jane en su casa, para que se criara junto a su hija pequeña, pues ambas eran de la misma edad. Jane continuó viviendo

²⁹ En realidad, este pan francés hace referencia a las tostadas francesas. Es pan sumergido en una mezcla de huevo, leche y azúcar como las torrijas españolas que se realizan en Semana Santa. Pero estas tostadas francesas se popularizaron cuando los ingleses colonizaron América. Cf. Cruz, 2022. *Curiosidades sobre el pan francés*. Obtenido de <https://www.saborearte.com.mx/curiosidades-sobre-el-pan-frances/> (Última visita el 1 de junio de 2022).

³⁰ Lane, 1998, p.135-145.

en la casa del coronel hasta que la señorita Campbell se casó. Fue entonces cuando Jane no podía postponer más su partida de aquella casa:

While Jane Fairfax had yet her bread to earn (E, Vol.2, II, p.211).

En esta ocasión el pan se utiliza como referencia a ganar un salario o sustento.

Siguiendo con el personaje de Jane Fairfax, vemos en la siguiente referencia que debido a una pequeña enfermedad, la cantidad de ingesta que realizó en la comida era mucho más pequeña:

And they had to listen to the description of exactly how little bread and butter she ate for breakfast (E, Vol.2, II, p.214).

Podemos destacar de esta referencia que en la casa en la que vivía Jane junto con su tía y con su abuela había unos ingresos medios, nada fuera de lo común para tres mujeres que viven solas en un pueblo. Y como ocurre con Fanny en *Mansfield Park*, es común tomar pan con mantequilla, aunque en esta ocasión no es parte de un refrigerio, pero sí de un desayuno.

La última mención al pan la encontramos en *Emma*. Emma acompañó a Harriet a comprar muselinas, pero mientras Harriet estaba encantada con todo lo que veía en la tienda, Emma se asomó a la puerta cuando observó lo siguiente:

A string of dawdling children round the baker's little bow-window eyeing the gingerbread (E, Vol.2, IX, p.266).

Junto con el pan común que se servía en los desayunos o en las casas más humildes y el pan francés que se servía en las casas más pudientes, encontramos este tercer tipo de pan, el pan de jengibre³¹ (*gingerbread*). Lo encontramos en la panadería de Highbury, por lo que podemos intuir que estaba a disposición de muchos de los habitantes del pueblo.

Verduras (*vegetables*)

El término vegetal/verdura para denominar algo comestible se empezó a usar a partir de 1767, gracias al agricultor Arthur Young, que hablaba más de su cultivo que de su forma de cocina (Lane, 1995, p.65). El término tradicional era *potherbs*. La palabra vegetal/verdura apareció por primera vez en un libro de Jane Austen en 1817, en *Sanditon*:

Yes, my love, but that we may be said to carry with us. It supplies us, as before, with all the fruit and vegetables we want (Austen, Jane (2009), *Sanditon*. IV, p.19. Ulysses Press).

- **Lechuga (*lettuce or salad*):**

En el único libro que Jane Austen menciona este tipo de vegetal es en *Orgullo y prejuicio*, cuando la escritora menciona una ensalada a base de lechuga (*salad*) y pepino (*cucumber*), mientras descansan en una taberna de viaje (Lane, 1995, p.65).

³¹ Actualmente, el pan de jengibre está asociado a la Navidad gracias a su popularización en Estados Unidos. Pero este pan es mucho más antiguo, pues su aparición en Europa se remonta a la Edad Media. Que aparezca en la panadería en *Emma* se debe a que el gremio de panaderos de Inglaterra tenía derecho a hacer pan de jengibre (en los siglos XVII y XVIII) excepto en Navidad y en Pascua, que no podían. Cf. Hernández 2020. *Por qué las galletas de jengibre son una tradición navideña*. Obtenido de <https://eldiariomy.com/2020/12/23/por-que-las-galletas-de-jengibre-son-una-tradicion-navidena/> (Última visita el 1 de junio de 2022).

These two girls had been above an hour in the place, happily employed in visiting an opposite milliner, watching the sentinel on guard, and dressing a salad and cucumber (PP, Vol.2, XVI, p.209).

- **Espárragos (*asparagus*):**

En el único lugar donde se mencionan los espárragos es en la novela de *Emma*. Después del baile que organizaron los Weston, se sirve una cena donde el acompañamiento de la carne fueron los espárragos:

And good Mr. Woodhouse, not thinking the asparagus quite boiled enough, sent it all out again (E, Vol.3, II, p.341).

De esto podemos sacar en conclusión que su forma de elaborarlos correctamente era hirviéndolos, ya que el señor Woodhouse³² mencionó que el punto de cocción no era el correcto y que acompañaban a un plato principal.

- **Aceitunas (*olives*):**

El corazón de Marianne se rompe al enterarse de que Willoughby, de quien estaba enamorada, se iba a casar con otra mujer. La señora Jennings intenta animar a Marianne con dulces y aceitunas:

Had not Elinor, in the sad countenance of her sister, seen a check to all mirth, she could have been entertained by Mrs. Jennings's endeavours to cure a disappointment in love, by a variety of sweet-meats and olives, and a good fire (SS, Vol.2, VIII, p.179).

Las aceitunas eran un producto de lujo tanto en Inglaterra como en el norte de Europa, pues se importaban de los países del Mediterráneo.

Frutas

En *Emma* encontramos una amplia variedad de frutas, desde manzanas tanto asadas (*baked apple*) como incluidas en tartas (*apple pie*), fresas (*strawberries*) o cerezas (*cherries*).

Comer la fruta cruda fue un prejuicio arraigado en el siglo XVIII y que en *Emma* el Sr. Woodhouse todavía mantiene. Existía la falsa creencia de que la fruta cruda podía causar todo tipo de males y enfermedades, incluida entre ellas la peste (Lane, 1995, p.67). Sin los métodos de conservación de hoy, solía comerse asada o en forma de mermeladas, aunque este último método está ausente en las novelas de Austen:

I have so often heard Mr. Woodhouse recommend a baked apple. I believe it is the only way that Mr. Woodhouse thinks the fruit thoroughly wholesome (E, Vol.2, IX, p.268).

Las manzanas asadas se consumen como tentempié. Se documentan varios ejemplos:

La señorita Bates alaba ante Emma y Harriet a su sobrina Jane quien hace un desayuno muy ligero y a media mañana toma manzanas asadas como refrigerio:

But about the middle of the day she gets hungry, and there is nothing she likes so well as these baked apples (E, Vol.2, IX, p.268).

³² Durante toda la novela el señor Woodhouse se queja de diferentes alimentos e intenta imponer su gusto al resto de personajes de la obra.

Durante el baile que organizaron los Weston, la señorita Bates menciona que pasó la velada con el señor Woodhouse en una salita donde se sirvió lo siguiente:

Tea was made down stairs, biscuits and baked apples and wine before she came away (E, Vol.3, II, p.340).

La siguiente referencia pertenece a las fresas (*strawberries*) y también la encontramos en *Emma*. En este capítulo no solo se mencionan las fresas, protagonistas indiscutibles del capítulo, sino que también aparecen las cerezas (*cherries*) y las grosellas (*currants*). La excursión fallida de la señora Elton se convirtió en un paseo campestre hasta Donwell, donde comen unas fresas ofrecidas por el señor Knightley:

The whole party were assembled, excepting Frank Churchill, who was expected every moment from Richmond; and Mrs. Elton, in all her apparatus of happiness, her large bonnet and her basket, was very ready to lead the way in gathering, accepting, or talking. Strawberries, and only strawberries, could now be thought or spoken of. "The best fruit in England—every body's favourite—always wholesome (E, Vol.3, VI, p.364).

En su discurso de por qué las fresas son una fruta estupenda, menciona una clase de fresa en concreto, la *hautboy*³³:

Never tired—every sort good—hautboy infinitely superior—no comparison—the others hardly eatable—hautboys very scarce—Chili³⁴ preferred—white wood finest flavour of all—price of strawberries in London—abundance about Bristol³⁵ (E, Vol.3 VI, p.364).

Con esta referencia no solo podemos conocer unas de las variedades de fresas que se consumían entonces sino también podemos comprobar que las preferían de importación y que era un alimento generalmente caro.

La señora Elton compara en la misma narración las fresas con otras dos frutas, las cerezas y las grosellas, que son menos dulces y más refrescantes:

Maple Grove—cultivation—beds when to be renewed—gardeners thinking exactly different—no general rule—gardeners never to be put out of their way—delicious fruit—only too rich to be eaten much of—inferior to cherries—currants more refreshing (E, Vol.3, VI, p.364).

Austen retrata con maestría a este personaje cargante e impertinente que intenta acaparar toda la atención del grupo mediante su discurso.

En *Orgullo y prejuicio*, en el viaje de verano que realizó Elizabeth con sus tíos, hicieron una breve visita a Pemberley, residencia de campo de Darcy. Allí son invitados a varias actividades, entre ellas se les ofrece un pequeño refrigerio en el que además de carnes frías y bollos, se sirvieron unas cuantas clases de fruta:

And the beautiful pyramids of grapes, nectarines, and peaches, soon collected them round the table (PP, Vol.3, III, p.248).

Finalmente, en *Mansfield Park* encontramos referencia a los albaricoques (*apricots*). La señora Norris, quien se casó con el antiguo rector del pueblo, plantó en su jardín un albaricoquero con el dinero donado de Thomas Bertram, pensando que el árbol era de una

³³ Es una clase de fresa cuyo nombre científico es la *Fragaria elatior* (E, Vol.3, VI, p.364).

³⁴ Con esta referencia comprobamos que se prefiere la fresa exportada desde Chile, Latinoamérica.

³⁵ Bristol se encuentra al sudoeste de Inglaterra.

calidad excelente. En cambio, al morir el señor Norris y llegar los señores Grant a ocupar el puesto en la rectoría, se dieron cuenta de que el árbol no era de tan buena calidad:

You were imposed on, ma'am,' replied Dr. Grant: 'these potatoes have as much the flavour of a Moor Park apricot as the fruit from that tree. It is an insipid fruit at the best; but a good apricot is eatable, which none from my garden are (MP, VI, p.99).

Pero si en algo destaca el papel de la fruta en los libros de Jane Austen es por su representación de la futura felicidad de sus protagonistas y su florecimiento conyugal, creando así un sutil simbolismo (Lane, 1998, p.145-145). En *Emma*, Donwell Abbey es la residencia del señor Knightley donde residiría la Emma casada, pero su peculiaridad es que está llena de fresas. En la granja de Abbey Mill propiedad de Robert Martin hay manzanos, en la estación en la que Robert se casó con Harriet, dichos manzanos estaban madurando. En *Mansfield Park*, tenemos el albaricoquero, que tarda tiempo en asentarse y prosperar, lo mismo que le ocurre a Fanny la protagonista de la obra. En *Orgullo y Prejuicio* se sirven nectarinas, uvas y melocotones, que justo aparecen en el momento en el que Elizabeth se da cuenta de que Darcy la quiere de verdad y de que ella también le profesa afecto. Como podemos comprobar, esta asociación de ideas se cumple en más de una de las novelas de la autora.

Repostería

- **Hojaldre/masa quebrada (*puff pastry*):**

Eran muy común consumir diferentes tipos de empanadas en esta época. En *Emma* la señora Elton quiere llevar *pigeon-pies and cold lamb*, lo que se traduciría como empanada/pastel de pichones y cordero frío³⁶. También eran comunes las empanadas de venado (*vension-pie*) o los pasteles de carne (*mince-pies*) presentes en *Orgullo y Prejuicio* (PP, Vol.1, IX, p.68).

Cuando Jane enfermó y la familia Bingley la acogió en Netherfield, la señora Bennet se burla de la madre de Charlotte porque deja que esta ayude a las cocineras a preparar *mince-pies*. Está claro que no estaba bien visto que las señoras de la casa se inmiscuyesen en las tareas del servicio:

No, she would go home. I fancy she was wanted about the mince-pies (PP, Vol.1, IX, p.68).

- **Postres dulces:**

Son muy comunes y diversos en las obras de Jane Austen: desde tartas de grosellas (*gooseberry tart*), tartas de manzana (*apple-pie*) o tartas de bodas (*wedding-cake*), hasta pasteles de carne (*meat-pie*) o arroz con leche (*rice pudding*). En *Emma* la cocinera de los Bates hace albóndigas de manzana (*apple-dumplings*), pero Jane Fairfax prefiere las manzanas asadas (*baked apple*), pues son mucho más ligeras.

- **Tarta de Manzana (*apple-pie*):**

En la cena en Hartfield el señor Woodhouse sirve como postre a la señora Bates tarta de manzana:

Miss Bates, let Emma help you to a little bit of tart—a very little bit. Ours are all apple tarts (E, Vol.1, III, p.98).

³⁶ Sobre el cordero frío cf. el apartado "Cordero (*mutton*)"

- **Tarta de grosellas (*gooseberry tart*):**

Fanny se mudó de su casa familiar a Mansfield Park con solo diez años, por lo que es fácil comprender cómo afectó a una niña de tan corta edad adaptarse a vivir en una gran casa con unos familiares a los que no conocía. Por ello, la señora Bertram la obsequió con un pedazo de tarta de grosellas, aunque no sirvió para consolarla:

And vain was even the sight of a gooseberry tart towards giving her comfort, “she could scarcely swallow two mouthfuls before tears interrupted her (MP, II, p.53).

- **Pastel de bodas (*wedding-cake*):**

Se trata del pastel de bodas que aparece al comienzo de *Emma* en la boda de la señora Weston. El señor Perry, uno de los invitados, da la razón al señor Woodhouse de que comer pastel de bodas puede resultar dañino para el estómago:

That wedding-cake might certainly disagree with many—perhaps with most people, unless taken moderately (E, Vol.1, II, p.94).

Durante esta época y en consonancia con la moda popular, se dejaba de color blanco debido al mazapán o al glaseado de almendras. Tenía como ingredientes harina fina, mantequilla, pan de azúcar, que previamente tenía que ser tamizado, nuez moscada, huevos, grosellas, almendras dulces cortadas muy finas, cáscara de naranja y limón rallada y un poco de brandy (Lane, 1995, p.68).

Otro ejemplo de pasteles dulces en *Emma* son los pasteles de *Rout* (*Rout Drop Cakes*). Se trata de una receta que también fue registrada por la escritora Maria Rundell en su libro de recetas *Domestic Cookery for private Families* (Lane, 1995, p.69)³⁷. Después de su boda, la señora Elton se queja de los pasteles que encuentra en Highbury, demasiado pequeños en comparación a los que estaba acostumbrada en Bath:

She was a little shocked at the want of two drawing-rooms, at the poor attempt at rout-cakes³⁸, and there being no ice in the Highbury card parties (E, Vol.2, XVI, p.310).

Estos pasteles se realizaban con harina, mantequilla, azúcar, grosellas, huevo, agua de azahar, agua de rosas y brandy (Lane, 1995, p.69).

- **Albóndigas de manzana (*apple-dumplings*):**

Otra forma de consumir manzanas, que no sean de forma crudas, son las albóndigas de manzana. La señorita Bates presume de que su cocinera Patty realiza muchas veces este plato:

We have apple dumplings, however, very often. Patty makes an excellent apple-dumpling. Well, Mrs. Weston, you have prevailed, I hope, and these ladies will oblige us (E, Vol.2, IX, p.268).

- **Arroz con leche (*rice pudding*):**

El arroz con leche se sirve en *Emma*, a la vez que el cordero en vísperas a Navidad:

And seemed to ensure a quick despatch of the roast mutton and rice pudding they were hastening home for (EM, Vol.1, XIII, p.168).

³⁷ Fue una escritora inglesa del siglo XVIII y principios del siglo XIX.

³⁸ Son pasteles que se hacían especialmente para las fiestas (E, p.477).

Bebidas

- **Gachas (*gruel or porridge*):**

En *Emma* las famosas gachas (*gruel*) del Sr. Woodhouse se elaboraban con harina de avena hervida en agua (se le puede añadir mantequilla al final de forma opcional). Frecuentemente se añadía vino a estas gachas (Lane, 1995, p.69).

Estas gachas son muy peculiares para el señor Woodhouse, puesto que son lo único que recomienda él cenar, ya que está en contra de las cenas abundantes porque piensa que son malas para la salud:

Such another small basin of thin gruel as his own was all that he could, with thorough self-approbation, recommend; though he might constrain himself, while the ladies were comfortably clearing the nicer things (E, Vol.1, III, p.98).

- **Café (*coffee*):**

El café llegó a Inglaterra a mediados del siglo XVII procedente de Etiopía. Esta bebida comenzó a beberse en los salones de reunión públicos y después pasó a las casas de las clases altas (Lane, 1995, p.28). En *Emma*, la primera referencia aparece cuando los señores Weston realizan un evento en el salón de la Hostería de la Corona. Tras un monólogo con ella misma protagonizado por la señorita Bates, esta misma rechaza el café durante el evento en preferencia de una taza de té:

No coffee, I thank you, for me; never take coffee. A little tea, if you please, sir, by-and-by; no hurry. Oh! here it comes. Every thing so good! (EM, Vol.3, II, p.336).³⁹

El café, tal y como es costumbre hoy, se sirve después de una comida o cena. Así aparece en *Sentido y Sensibilidad*, en *La Abadía de Northanger*, en *Mansfield Park* y en *Orgullo y Prejuicio*⁴⁰:

And one subject only engaged the ladies till coffee came in, which was the comparative heights of Harry Dashwood (SS, Vol.2, XII, p.210).

At six o'clock, the General having taken his coffee, the carriage again received them; and so gratifying had been the tenor of his conduct throughout the whole visit (NA, Vol.2, XI, p.214).

Dinner was soon followed by tea and coffee, a ten miles' drive home allowed no waste of hours (MP, X, p.151).

With a renewal of tenderness, however, they repaired to her room on leaving the dining-parlour, and sat with her till summoned to coffee (PP, Vol.1, VIII, p.63).

No obstante, llama la atención esta referencia de *Orgullo y Prejuicio*, pues en vez de tomar el café después de una cena, el café es parte del atractivo de la tarde y lo toman juntos tanto mujeres como caballeros:

When coffee was over, Colonel Fitzwilliam reminded Elizabeth of having promised to play to him; and she sat down directly to the instrument (PP, Vol.2, VIII, p.174).

³⁹ Una traducción en castellano puede encontrarse en (E, XXXVIII, p.272).

⁴⁰ Se encuentran más referencias al café en PP, Vol.1, XVI, p.96; PP, Vol.2, VI, p.166; PP, Vol.3, XII, p.306.

- **Té (tea):**

El té llegó a Inglaterra en el siglo XVII procedente de China. Fue la bebida más popular y entre 1693 y 1793 su consumo se multiplicó considerablemente. Se convirtió en un artículo de lujo, algo que los traficantes sacaron partido. Al ser un bien con un coste tan elevado, se solía guardar bajo llave (Lane, 1995, p.28).

Al venir de China, surgió la moda de beberlo en tazas de porcelana China, objetos que también se importaron. Más adelante, esas tazas de porcelana se empezaron a fabricar en Europa, con el pequeño detalle de que se le añadió un asa (Lane, 1995, p.28).

Siendo el té la bebida más venerada y apreciada en Inglaterra no es de extrañar las numerosas referencias que se encuentran en las novelas de Austen, por lo que solamente señalaremos las más relevantes:

En *Persuasión*, Anne acudió a ver un concierto musical. Durante la parada del primer acto muchos de los asistentes decidieron levantarse para tomar una taza de té, pero nuestra protagonista decidió quedarse sentada en su sitio:

The first act was over. Now she hoped for some beneficial change; and, after a period of nothing-saying amongst the party, some of them did decide on going in quest of tea (P, XX, p.184).

En *Sentido y Sensibilidad*, Elinor y Robert Ferrars mantuvieron una conversación sobre los amigos de él que residían en el campo. La mujer del amigo de Robert no creía poder celebrar un baile en su alquería⁴¹ por lo que este le contestó lo siguiente:

The dining-parlour will admit eighteen couple with ease; cardtables may be placed in the drawing-room; the library may be open for tea and other refreshments; and let the supper be set out in the saloon (SS, Vol.2, XIV, p.224).

Podemos destacar de esta referencia que durante los bailes organizados en entornos más rurales había un rincón dedicado a servirse y degustarse el té.

La última referencia que merece destacarse es de *Sentido y Sensibilidad*, en concreto, sobre el té y su uso. En ella se menciona la hora en la que se sirve esta bebida, las siete de la tarde. Conviene señalar que ocurre después de la cena:

At seven o'clock, leaving Marianne still sweetly asleep, she joined Mrs. Jennings in the drawing-room to tea (SS, Vol.3, VII, p.272).

En *La abadía de Northanger* se menciona en una conversación entre Catherine y su amiga Isabella. Esta le confiesa lo enamorada que está del hermano de Catherine, James. Isabella revela el pavor que siente ante la posibilidad de que James se enamorara de otra antes que de ella:

I remember too, Miss Andrews drank tea with us that evening, and wore her puce-coloured sarsenet; and she looked so heavenly, that I thought your brother must certainly fall in love with her; I could not sleep a wink all night for thinking of it (NA, Vol.1, XV, p.138).

⁴¹ Una alquería es una casa/granja de campo, lo que en España conoceríamos como cortijo o finca.

¿Realmente ese insomnio es causado porque James se hubiese fijado en la señorita Andrews o por la teína del té tomado?

La industria de la porcelana está en auge en Inglaterra, como se atestigua en *La abadía de Northanger*:

The elegance of the breakfast set forced itself on Catherine's notice when they were seated at table; and, luckily, it had been the General's choice. He was enchanted by her approbation of his taste, confessed it to be neat and simple, thought it right to encourage the manufacture of his country; and for his part, to his uncritical palate, the tea was as well flavoured from the clay of Staffordshire, as from that of Dresden or Sêve (NA, Vol.2, VII, p.183).

Finalmente, señalamos una referencia extraída de *Orgullo y Prejuicio* en la que se nombra al momento en el que se toma esta bebida, *teatime*:

By teatime, however, the dose had been enough, and Mr. Bennet was glad to take his guest into the drawing-room again, and when tea was over, glad to invite him to read aloud to the ladies (PP, Vol.1, XIV, p.88).

El señor Bennet invitó al señor Collins, el familiar que heredaría sus posesiones. Pero el señor Collins no era del agrado del señor Bennet, al que califica de persona absurda. Por ese motivo y después de haber comido en su compañía, en la hora del té le distrajo para que no le molestara y pudiera dejar de escucharle con disimulo.

- **Vino (*wine*):**

El vino es mencionado prácticamente en casi todas las obras de la autora. Es una bebida popular, que se consume independientemente de la clase social o del género del personaje es. En *Emma*, en la misma cena donde aparecen no solo las ostras asadas y el picadillo de pollo, sino también el avenate y los huevos, se menciona el vino. El señor Woodhouse ofrece a la señorita Bates una media copa de vino rebajada con la otra mitad de agua:

Mrs. Goddard, what say you to half a glass of wine? A small half glass, put into a tumbler of water? I do not think it could disagree with you (E, Vol.1, III, p.98).

Lo curioso de esta referencia es que a la señorita Bates, una mujer aún no casada y que además está en un evento social, se le ofrece vino rebajado con agua, una costumbre que se mantiene desde la Antigüedad. Es común que sean las mujeres quienes beben este vino rebajado.

Después de la cena en el salón de la señora Weston, Emma, por azares del destino, acabó en un coche sola con el señor Elton. Por ello menciona lo siguiente:

She believed he had been drinking too much of Mr. Weston's good wine; and felt sure that he would want to be talking nonsense (E, Vol.1, XV, p.184).

En esta referencia podemos ver la afectación que ejerce el exceso de vino en la persona que lo bebe y cómo Emma, que es un personaje con unos principios férreos, lo critica en su pensamiento.

En *Sentido y Sensibilidad* la primera mención que se hace al vino aparece después de la carta en la que John Willoughby rompe el corazón a Marianne. Elinor le trae a Marianne un vaso de vino para que pueda ahogar sus penas porque su amor se iba a casar con otra:

A glass of wine, which Elinor procured for her directly, made her more comfortable, and she was at last able to express some sense of her kindness, by saying, "Poor Elinor! how unhappy I make you! (SS, Vol.2, VII, p.173).

La señora Jennings llenó a la pobre Marianne y a su corazón roto de confituras y de comodidades para hacerla sentir mejor. Después de que Elinor pasara a comprobar cómo se encontraba su hermana Marianne se encontró con la señora Jennings que llevaba ese vaso de vino que se menciona:

I have just recollected that I have some of the finest old Constantia wine in the house that ever was tasted, so I have brought a glass of it for your sister (SS, Vol.2, VIII, p.182).

El vino de Constanza creció en popularidad en los siglos XVIII y XIX. Era famoso tanto entre la aristocracia francesa como entre la inglesa. Proviene de Ciudad del Cabo, del viñedo que Simon Van der Stel estableció en 1685⁴².

Lo más curioso es que Jane Austen habla sobre los poderes curativos de este vino en *Sentido y Sensibilidad*, cuando menciona que ayuda tanto a las dolencias como la gota o el corazón roto:

As she swallowed the chief of it, reflected, that though its good effects on a colicky gout were, at present, of little importance to her, its healing powers, on a disappointed heart (SS, Vol.2, VIII, p.182).

Otro ejemplo del vino como uso curativo aparece en *Orgullo y Perjuicio* después de la fuga de Lydia con Wickham. Elizabeth, de viaje con sus tíos, se entera por medio de una carta y pierde los nervios ante la noticia. Darcy, que se encontraba con ella entonces, le recomienda lo siguiente para templar los nervios:

Let me call your maid. Is there nothing you could take to give you present relief? A glass of wine; shall I get you one? You are very ill (PP, Volume the Third IV, p.254).

En *La abadía de Northanger*, durante la estancia de Catherine en Bath y después de bailar con Tilney en una fiesta, realiza su ritual antes de dormir:

Whether she thought of him so much, while she drank her warm wine and water, and prepared herself for bed, as to dream of him when there, cannot be ascertained (NA, Vol.1, III, p.65).

Lo destacado de esta referencia es que una joven se toma justo antes de dormir vino caliente y rebajado con agua. Posiblemente como ayuda para conciliar el sueño y a dormir sin interrupción. Es evidente que estaba normalizada esa conducta.

Durante un trayecto, Catherine conversa sobre bebidas con el cochero. Según este, muchas enfermedades se curarían si todos los hombres bebieran una botella de vino al día y que tanta venta de vino sería la solución a la economía de país:

Oh! lord, it would be the saving of thousands. There is not the hundredth part of the wine consumed in this kingdom, that there ought to be. Our foggy climate wants help. And yet I have heard that there is a great deal of wine drank in Oxford (NA, Vol.1, IX, p.95).

⁴² La referencia de este tipo de vino la podemos encontrar en Iglesias 2018. *Vino de Constanza: el vino del exilio de Bonaparte*. Obtenido de <https://www.vinosycaminos.com/texto-diario/mostrar/1260391/vino-constanza-vino-exilio-bonaparte> (Última visita el 29 de mayo de 2022).

Siempre que acontecía un baile las señoritas Lucas se reunían con las señoritas Bennet para comentarlo. Después de algún que otro venenoso comentario y algún que otro orgullo dañado, las jóvenes discuten sobre la fortuna del señor Darcy:

“If I were as rich as Mr. Darcy,” cried a young Lucas, who came with his sisters, “I should not care how proud I was. I would keep a pack of foxhounds, and drink a bottle of wine every day (PP, Vol.1, V, p.49).

Por lo tanto, existía la creencia de que solo se podían permitir beber vino a diario las personas tan ricas como el señor Darcy. Recordemos que la familia Bennet aunque medianamente bien relacionada, no dejaba de ser una familia de clase media y que las señoritas Lucas tenían una aceptable fortuna debido a los negocios de su padre. Ninguna de las dos familias llegaba a poseer el desahogo económico del señor Darcy.

En la velada en Meryton a la que las hermanas Bennet y el señor Collins fueron invitados por los tíos de las señoritas Bennet, se menciona el vino de una forma un poco peculiar:

But Mr. Wickham was as far beyond them all in person, countenance, air, and walk, as they were superior to the broad-faced stuffy uncle Philips, breathing port wine, who followed them into the room (PP, Vol.1 XVI, p.94).

El vino aparecía en muchas de las reuniones sociales, pero en esta aparece como retrato satírico del tío Philips. No solo eso, sino que nos da a conocer uno de los tipos de vinos que tomaban, el *port wine* (vino de Oporto).

El vino portugués se puso de moda en Inglaterra a raíz de la guerra entre Francia e Inglaterra que ocurrió en 1689. En 1703, con el Tratado de Methuen, Portugal quedó como la principal fuente de vino para los ingleses⁴³.

Conclusiones

El análisis que hemos llevado a cabo nos ha permitido sacar las siguientes conclusiones:

1. La sociedad de esa época, independientemente de su nivel social, realizaba dos comidas al día. Los de clases más baja, si su trabajo tenía lugar lejos del hogar, pasaban la mayor parte del tiempo del día fuera de casa y solo podían parar para comer esas dos veces, una antes de irse y otra al llegar. Los de clase alta que disponían de más tiempo de ocio, a veces, de forma exclusiva, seguían estas dos comidas debido a los patrones sociales establecidos. Pero eso no es todo, se documenta otro momento llamado *nuncheon*, habitual entre la aristocracia y personas con un estatus elevado, cuyo objetivo era no pasar demasiadas horas sin comer.

Se registran como excepción los bailes y las fiestas donde participaba lo más granado de la sociedad. Durante estas reuniones se servían tentempiés como bocaditos o bocados pequeños (*munchies* o *dainty nibbles*) acompañadas de bebidas. No obstante, a este tipo de bailes de sociedad no acudía todo el mundo, por lo que estos refrigerios no están a disposición de todo el mundo.

⁴³ Para más información sobre el conflicto entre Inglaterra y Francia y su afectación al mercado vinícola cf. 2022. *¿Qué le debe el vino de porto a Inglaterra y la guerra contra los franceses?* Obtenido de <https://www.portovintage.com/es/a/ce-que-le-vin-de-porto-doit-a-l-angleterre-et-a-la-guerre-contre-les-francais> (Último acceso el 27 de mayo de 2022).

2. Los personajes consumen diversos tipos de carne variando en el tipo y en la frecuencia dependiendo de su clase social:
 - a. cordero (*mutton*) o el pollo (*chicken*) tanto cocinados o servidos como carne fría junto con jamón.
 - b. pavo (*turkey*), una carne poco apreciada por su procedencia americana, además de ser generalmente una carne insípida y dura, pero que finalmente se hizo hueco en las mesas europeas.
 - c. ganso (*goose*) considerado una buena forma de agasajar a una familia. En la novela se documenta un dicho popular inglés *Who eats goose on Michael's day. Shan't money lack his debts to pay* "Quien come ganso el día de San Miguel, no le faltará el dinero para pagar sus deudas" (Lane, 1995, p.64). Estaba relacionado con la cantidad de víveres que la familia disponía para poder pasar el invierno, ya que probablemente disponer de un ganso (*goose*) significaba contar con una generosa cantidad de alimento.
 - d. cerdo (*pork*) que nunca se servía asado, pero sí frito o en empanada.
 - e. venado (*venison*), una carne especial que se sirve en ocasiones especiales, como la cena que la señora Bennet organiza para impresionar a Bingley y conseguir que este se casara con su hija Jane.
3. El pescado era un bien caro y, por eso no era tan popular como la carne. Se podía enviar como regalo e incluso encontrarse piezas como el salmón o el bacalao en los menús de algunas tabernas. El marisco tenía un precio elevado, por lo que solo un personaje como Emma puede permitírselo.
4. Los huevos no aparecen con demasiada frecuencia, pero el señor Woodhouse en *Emma* nos advierte entre líneas que no se debe abusar de ellos. No obstante, la señora Norris en *Mansfield Park* está encantada de recibirlos como regalos, puesto que los huevos de faisán eran toda una delicia.
5. El producto lácteo más utilizado es la mantequilla, que servía tanto como salsa para todo tipo de verduras como producto untado para unas tostadas. El queso se utilizaba menos y se comía en tostadas o en crema. La leche es el lácteo menos utilizado y solo se añadía al té.
6. El pan se consumía como plato principal en los desayunos. Sigue siendo un alimento básico como lo demuestra el hecho de que se sigue utilizando frecuentemente como metáfora del sueldo de una familia. También se sirve como plato principal en los desayunos.
7. Las verduras son poco utilizadas y cuando se servían acompañaban a la carne y eran bañadas en una salsa de mantequilla. En cambio, la fruta tiene un papel muy especial en las novelas de la autora ya que representa la futura felicidad y el florecimiento conyugal de sus protagonistas.
8. La repostería es una pieza clave en novelas como *Emma*, donde aparece una tarta nupcial (*wedding-cake*), el arroz con leche (*rice pudding*) y diferentes tipos de tartas como la de manzana (*apple-pie*).
9. Finalmente, las bebidas ocupaban un lugar central en las reuniones, ya fuera el *teatime*, donde el té era el protagonista, o el café después de las cenas. El vino lo bebían todo tipo de clases sociales y destacaba por servir tanto de tónico para los nervios como de adjetivo mal intencionado como ocurre en *Orgullo y prejuicio* para recalcar el mal carácter que tiene el tío Phillips.

Por último, por sorprendente que parezca, hallamos en libros, que a priori son novelas escritas para entretener al público, un reflejo muy inteligente de la sociedad y cultura inglesa de principios del siglo XIX. Podemos apreciar esto en la forma sutil que tiene Jane Austen de

caracterizar a los personajes a través de la comida. Por ejemplo, el señor Woodhouse, uno de los personajes más destacados de *Emma*, es un cascarrabias. Y eso se ve perfectamente en la cantidad de quejas que hace en las cenas y en los consejos alimentarios que ofrece sin ser pedidos al resto de personajes. Otro ejemplo es lo rápido que cambia el talante afable y el buen juicio del señor Grant, el clérigo de *Mansfield Park*, cuando la comida está de por medio. Conocemos más del carácter de la señora Bennet, obsesionada en casar bien a sus hijas, por el disgusto que siente al no poder servir pescado a unos invitados.

La literatura nos acerca a la cocina y a la cultura. Analizar la cocina de Jane Austen no solo es una ventana de conocimiento literario sino también un inesperado punto de vista alimentario.

Bibliografía

- Austen, Jane (2003), *Northanger Abbey*. London: Penguin Classics.
- Austen, Jane (2003), *Persuasion*. New York: Barnes and Nobles Classics.
- Austen, Jane (2003), *Sense and Sensibility*. New York: Barnes and Nobles Classics.
- Austen, Jane (2004), *Emma*. New York: Barnes and Nobles Classics.
- Austen, Jane (2004), *Mansfield Park*. New York: Barnes and Nobles Classics.
- Austen, Jane (2004), *Pride and prejudice*. New York: Barnes and Nobles Classics.
- Austen, Jane (2009), *Sanditon*. California: Ulysses Press.
- Austen, Jane (2012), *Cartas*, Eva María González (trad.), Susana González (Introducción y Apéndice). Morcín, Asturias: Editorial D'Época.
- Austen, Jane (2015). *La abadía de Northanger*. Barcelona: Penguin Clásicos (Versión Kindle).
- Austen, Jane (2015). *Mansfield Park*. Barcelona: Penguin Clásicos (Versión Kindle).
- Austen, Jane (2015). *Persuasión*. Barcelona: Penguin Clásicos (Versión Kindle).
- Austen, Jane (2015). *Sentido y Sensibilidad*. Barcelona: Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. U.
- Austen, Jane (2020). *Emma*. Ciudad de México: Edición RBA Coleccionables, S. A. U.
- Austen, Jane (2020). *Lady Susan, Los Watson, Sanditon*. Ciudad de México: Edición RBA Coleccionables, S. A. U.
- Austen, Jane (2020). *Orgullo y Prejuicio*. Ciudad de México: Edición RBA Coleccionables, S. A. U.
- Freire, Espido (2021). *Tras los pasos de Jane Austen*. Barcelona: Editorial Ariel.
- Kozlowski, Bryan (2019), *The Jane Austen Diet*. Nashville, Tennessee: Tunner.
- Lane, Maggie (1995). *Jane Austen and food*. London: Hambledon Continuum.
- Le Faye, Deirdre (2011). *Jane Austen Letters*, 4ª edición. Oxford: Oxford University Press.
- Stead, Jennifer (1985). *Food and cooking in 18th Century Britain, history and recipes*. Swindon: English Heritage.
- Tuesley, Robert (2021). *Jane Austen's Table, recipes inspired by the works of Jane Austen*. London: Octopus Publishing Group.
- Vogler, Pen (2016). *Tea with Jane Austen, recipes inspired by her novels and letters*. London: CICO Books.
- Vogler, Pen (2020). *Dinner with Mr Darcy, recipes inspired by the novels and letters of Jane Austen*. London: CICO Books.

Tabla de ilustraciones

Ilustración 1: Ashton, John (2015), *Social England under the Regency, vol 1, p.67*. London: Gutenberg Ebook.

Webgrafía

2020. *Queso Stilton*. Obtenido de <https://www.quequesos.es/quesos/stilton/> (Última visita el 5 de mayo de 2022).

2022. *¿Qué le debe el vino de Porto a Inglaterra y la guerra contra los franceses?* Obtenido de <https://www.portovintage.com/es/a/ce-que-le-vin-de-porto-doit-a-l-angleterre-et-a-la-guerre-contre-les-francais> (Último acceso el 27 de mayo de 2022).

Costa, Camila (2018). *Las escritoras que tuvieron que usar pseudónimos masculinos y ahora serán leídas con sus nombres verdaderos*. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-46293652> (Última visita el 10 de junio de 2022).

Cruz, Julieta (2022). *Curiosidades sobre el pan francés*. Obtenido de <https://www.saborearte.com.mx/curiosidades-sobre-el-pan-frances/> (Última visita el 1 de junio de 2022).

Delgado, Miguel A. (2017). *Jane Austen es más feminista de los que crees*. Obtenido de https://www.elespanol.com/cultura/historia/20170714/231227455_0.html (Última visita el 10 de junio de 2022).

Grigson, Jane (2018). *About Jane*. Obtenido de <https://janegrigsontrust.org.uk/about-jane/> (Última visita el 17 de mayo de 2022).

Hernández, Alba (2020). *Por qué las galletas de jengibre son una tradición navideña*. Obtenido de <https://eldiariony.com/2020/12/23/por-que-las-galletas-de-jengibre-son-una-tradicion-navidena/> (Última visita el 1 de junio de 2022).

Iglesias, Luis Gulín (2018). *Vino de Constanza: el vino del exilio de Bonaparte*. Obtenido de <https://www.vinosycaminos.com/texto-diario/mostrar/1260391/vino-constanza-vino-exilio-bonaparte> (Última visita el 29 de mayo de 2022).

Jane Austen Fan Club de Facebook. Obtenido de <https://www.facebook.com/groups/2210708105/about/> (Última visita el 10 de junio de 2022).

Jane Austen Festival. Obtenido de <https://janeausten.co.uk/es/pages/festival> (Última visita el 10 de junio de 2022).

Lozowski, Rachel L. (2020). *Honrando a San Miguel en su fiesta*. Obtenido de https://www.traditioninaction.ec/religious/d044_Michel.htm (Última visita el 17 de mayo de 2022).

Para poder apreciar y conocer en profundidad las recetas que la autora ha incluido en sus novelas presento una recreación adaptada al siglo XXI de diferentes platos mencionados en el trabajo. Existen varios libros que contienen versiones⁴⁴, pero he preferido recrearlas a mi gusto.

La ensalada de pepino de *Orgullo y Prejuicio* (cf. p.22)

He elegido esta receta porque se trata de la única ensalada mencionada en las novelas de Jane Austen. Sabemos que esta ensalada solo contenía lechuga y pepino. Es un plato saludable, pero que a mi parecer le hace falta un toque mediterráneo, por lo que he añadido un aliño. (Foto de la receta 1).

- **Impresiones:**

Si comiéramos la ensalada sin el aliño, tal y como intuimos que ocurre en el libro de la autora, quedaría poco sabrosa. En cambio, la vinagreta da el toque perfecto para añadir no solo grasas saludables sino para hacerla mucho más palatable.

- **Diferencias con el original:**

No había explicación de cómo era la ensalada 100% exacta, pero la gran diferencia que noto a parte del aliño, es el tipo de lechuga. En el siglo XIX muchas personas compramos las bolsas de diferentes brotes preparadas de ante mano sin tener que cortarlos nosotros mismos, cosa que en la Inglaterra del siglo XIX no ocurría.

⁴⁴ Cf. Tuesley, 2021, Vogler, 2016 y Vogler, 2020.



Lydia's Salad



Ingredientes

- Pepino
- Lechuga
- AOVE
- Vinagre al gusto

Preparación

1. Lavamos la lechuga, secamos y la vertemos en un bol.
2. Pelamos y cortamos el pepino, primero en rodajas y después a la mitad.
3. Aliñamos con el AOVE y el vinagre.

Pastel nupcial de *Emma* (cf. p.26)

La adaptación que presento es una versión del pastel nupcial, versión bizcocho veraniego. (Foto de la receta 2).

- **Impresiones:**

El sabor del bizcocho de limón puede acompañarse con un té. Este bizcocho es suave y esponjoso, ideal para la merienda de un día especial, aunque es probable que las tartas de la época fueran mucho más densas.

- **Diferencias con el original:**

He mantenido de la receta que menciona Lane (Lane, 1995, p.68) la harina fina (que en mi caso es harina de repostería tamizada), la mantequilla, el azúcar, los huevos y la ralladura del limón. A estos ingredientes he añadido el zumo de limón para que sustituyera en cuanto a aporte líquido a la masa al brandy, aunque no sustituye el sabor. También gracias a las ventajas del siglo XXI he podido utilizar levadura química para que esponje mucho más el bizcocho y suba en el horno.



Wedding-cake

versión verano



Ingredientes

- Huevo (4u)
- Azúcar (250g)
- Ralladura y zumo de 2 limones
- Harina (180g)
- Levadura (8g)
- Mantequilla fundida (60g)

Preparación

1. Precalentamos el horno a 180°C.
2. Batimos la mantequilla, la ralladura y el zumo de limón con el azúcar.
3. Añadimos los huevos uno a uno.
4. Añadimos poco a poco la harina tamizada y la levadura.
5. Engrasamos un molde y vertemos la mezcla.
6. Al horno 30-35 min a 180°C.

Tostadas francesas de *La abadía de Northanger* (cf. p.21)

Me ha llamado la atención este alimento de *La abadía de Northanger* tan sencillo de preparar e ideal para un buen desayuno.

- **Impresiones:**

Nunca había probado las tostadas francesas pese a lo mucho que me gusta la repostería francesa, pero en mi opinión no tienen que envidiarle nada a nuestras torrijas. E incluso me atrevo a decir que las prefiero por el gusto que da el infusionar la canela en rama con la leche en lugar de la canela en polvo.

Aunque normalmente este tipo de tostadas se realizan con pan brioche, pero he decidido usar pan de centeno para recrear la receta. Aunque el resultado de la foto no es idéntico al del pan blanco, hemos incluido esta receta como prueba de que puede sustituirse por cualquier tipo de pan, según preferencia personal.

- **Diferencias con el original:**

No hay una especificidad como tal de la receta en el libro, pues solo encontramos la mención. Hemos utilizado AOVE para tostar las tostadas aunque somos conscientes de que en el plato de Jane Austen se utilizaría mantequilla.



French toast



Ingredientes

- Pan de molde (2u)
- 1 Huevo (1u)
- Leche (110ml)
- Azúcar (2cds)
- Canela
- AOVE (1cds)
- Miel
- Sal

Preparación

1. Batimos el huevo con el azúcar, la leche, la canela y una pizca de sal.
2. Sumergimos el pan hasta que empape.
3. Engrasamos la sartén donde vamos a cocinar a fuego lento las tostadas por ambos lados.
4. Servimos con un poco de miel.