

UN TRATADO NAZARI SOBRE ALIMENTOS: *AL-KALĀM 'ALĀ L-AGDIYA* DE AL-ARBŪLĪ. EDICION, TRADUCCION Y ESTUDIO, CON GLOSARIOS (II)

AMADOR DIAZ GARCIA

CAPITULO III.- Sobre las carnes

32.- *Laḥim al-hawlī*.

Carne de cordero añal.

La mejor carne de ganado es la de cordero añal, de un año cumplido. Es la de sabor más agradable, y al mismo tiempo la que contiene un mayor alimento. La sangre generada por ella es una sangre excelente. Esta carne es rápida de digerir, y de mucha afinidad con nuestros cuerpos.

[IMās., 106v, n<sup>o</sup> 76]

Ibn Māsawayh opina que la carne de cordero añal genera una sangre equilibrada, ni muy espesa ni muy ligera.

33.- *Laḥim al-kabš al-tānī*.

Carne de carnero de dos años.

A la carne de cordero añal le sigue en calidad la carne de carnero que ha echado sus primeros dientes, ya que es menos jugosa, y de complexión más proporcionada que la carne de borrego y de oveja. Se transforma en una sangre excelente, sin producir flema, y no necesita en absoluto ser corregida.

[Aver., f<sup>o</sup> 132]

34.- *Luhum al-jarūf*.

Carne de borrego.

Es caliente, húmeda, más jugosa que la carne de carnero de dos años. Tiene esta carne una viscosidad que hace resbaladizo al estómago, y hay que precaverse de ella si no está perfectamente cocida, especialmente si el estómago se encuentra débil. Debe cocerse con cilantro seco, para retenerla en el estómago.

[IMās., 106v., n<sup>o</sup> 74]

Ibn Māsawayh dice que la carne de borrego produce una sangre espesa y negruzca, inferior en calidad a la producida por la carne de vaca, y que origina obstrucciones en el hígado y daña el estómago.

35.- *Laḥm al-kabš al-harim*.

Carne de carnero viejo.

Es la más seca y desabrada de las carnes de carnero. La sangre que genera es densa. Tiene un sabor desagradable, por predominar en ella la sequedad. Hay que ponerle mucha grasa, aceite y especias picantes.

36.- *Laḥm al-ni'ā al-rādi'a*.

Carne de ovejas lactantes.

Es más jugosa que la carne de borregos pequeños, menos caliente y más viscosa. Y si es añal, su carne es mejor [Fol. 90r], aunque menos húmeda y jugosa.

37.- *Laḥm al-baqar*.

Carne de vaca.

En cuanto a las carnes de vacas adultas, son frías, recias y difíciles de digerir, generan el humor melancólico o de bilis negra, y producen enfermedades melancólicas, siendo adecuadas para los que realizan trabajos pesados.

En cuanto a las carnes de vacas jóvenes, son frías, más bien algo húmedas, y tienen una mejor complexión, produciendo mejor quimo.

[IMās., 106v, n<sup>o</sup> 71; IBkl., f<sup>o</sup> 241, n<sup>o</sup> 416; Aver., f<sup>o</sup> 132]

Ibn Māsawayh dice que la carne de vaca produce una sangre espesa y negruzca, que es dañina para el bazo. Ibn Buklārīš, por su parte, afirma que si se cuece con vinagre es útil contra la diarrea producida por la bilis amarilla. Es igualmente beneficiosa, en especial su caldo, para los intestinos, a los que conforta. Y añade el autor de *al-Musta'ini*: "...Y dicen que la carne de vaca cruda aplicada a las quemaduras producidas por el fuego impide que se reaviven".

38.- *Laḥm al-'ayā yīl al-raḍī'*.

Carne de terneras lechales.

En cuanto a la carne de ternera, su alimento es equilibrado, por cuanto la humedad propia de edad modera la sequedad de su complexión. La sangre generada por ella es excelente. Esta carne es como la del cordero añal en bondad y excelencia. Y tiene un aroma que indica la calidad de su quimo. Las hembras son mejores que los machos.

[IMās., 106v, n<sup>o</sup> 72]

Ibn Māsawayh dice que la ternera produce una carne excelente, aunque es un poco pesada.

39.- *Laḥm al-ma'az*.

Carne de cabra.

La carne de cabras viejas no es buena, genera enfermedades melancólicas y es muy seca. Hay que corregirla, poniéndole mucha grasa, manteca y especias picantes. En cuanto a la carne de cabras jóvenes, constituye un buen alimento, próximo al punto de equilibrio, y producen una sangre buena, aunque algo seca. Es necesario comerla con mucha grasa.

[IMās., 106v, n<sup>o</sup> 73]

Según Ibn Māsawayh, la carne de cabra genera una sangre espesa, menos caliente que la producida por la carne de borrego.

40.- *Luhum al-yady al raḍī'*.

Carnes de choto lechal.

En cuanto a las carnes de choto lechal, son de agradable sabor y muy nutritivas, y la sangre que generan es buena. Son equilibradas y exentas de todo mal, porque la jugosidad debida a su edad compensa la natural sequedad de su complexión. Igualmente, de todo animal de complexión seca sus crías son preferibles a los adultos, pues la humedad de su edad contrarresta la sequedad de su

compleción y su naturaleza. Además de eso, la carne de choto es de fina textura, y saludable para quienes tienen poca humedad y débil digestión, como los convalecientes de enfermedades.

41.- *Laḥm al-jaṣī*.

Carne de animal castrado (capón).

La carne de animales castrados es más fría y más húmeda que la carne de los no castrados. Es deliciosa, y de ella se genera una sangre excelente, y es más rápida de digerir. La carne de los que están muy gordos ablanda el estómago y suelta el vientre, lo contrario de lo que ocurre con los capones delgados. Después de haber comido carne de capón cebado, hay que beber jarabe de ojimiel de membrillo, y poner muchas grasa o aceite con los delgados.

42.-

Las mejores de estas carnes para quienes realizan trabajos pesados y esforzados [*Fol 91r*] son las carnes de carnero muy hechas, las carnes de vaca no cebadas, y de las carnes de cabrío, la de los animales castrados.

[*IMās.*, 106v, n<sup>o</sup>71, 71, 73, 74, 76 y 77]

Ibn Māsawayh afirma que la carne de macho cabrío produce bilis negra y acre.

43.-

La mejor carne para los que hacen poco ejercicio y llevan una vida reposada es la carne de choto, y de las aves, la carne de gallina. En cuanto a las carnes de liebre, conejo, ciervo y onagro, todas ellas son malas y generan un humor melancólico.

[*IMās.*, 106v, n<sup>o</sup> 75, 79, 80 y 81; *IBkl.*, f<sup>o</sup> 241, n<sup>o</sup> 414]

Ibn Māsawayh dice que la carne de liebre produce una sangre turbia, aunque menos que la generada por la carne de gacela. De la carne de onagro opina que produce una sangre más turbia que la producida por la carne de camello, debido a que la hiel se extiende por todo su cuerpo. Ibn Buklariś dice que la carne de asno es útil contra el dolor de espalda producido por vapores espesos y flemáticos, y si se unta sobre las pecas las limpia. Igualmente, aplicada sobre las heridas, hace recuperar el color natural de la piel. La carne de ciervo, según Ibn Māsawayh, produce pesadez y desasosiego.

44.-

Las más duras de estas carnes son las de camello. Y dejamos de mencionar a otros animales, por su escaso empleo, y porque nos hemos propuesto ser breves. Es necesario cocinar estas carnes con mucho aceite y muchas especias picantes.

[*IMās.*, 106v, n<sup>o</sup> 78]

Ibn Māsawayh dice que la carne de camello produce una sangre espesa, casi tanto como la bilis generada por la carne de vaca, y ello es debido a la impregnación de hiel de todo su cuerpo.

#### Apartado sobre los órganos de las reses

45.- *al-'Aḡal*.

Músculos.

Los músculos son equilibrados, especialmente su parte central. La sangre generada por ellos es una sangre equilibrada.

46.- *Lahm al-ru'ūs.*

Carne de cabeza.

La carne de la cabeza es pesada, lenta de digerir, muy nutritiva y genera una sangre flemática. Conviene a los que tienen tos. Aumenta el semen, y es necesario comerla con salsa de mostaza.

[IBkl. fº 343, nº 609; IB, nº 1069]

Ibn al-Bayṭār, citando *al-Minhāy*, dice que las mejores cabezas son las de los animales que son convenientemente húmedos, y que son calientes, húmedas, pesadas, muy nutritivas y afrodisíacas, y que el comerlas hace que la orina adquiera un mal olor.

47.- *al-Dimāg.*

Sesos.

Son fríos, húmedos, agradables de sabor, aunque producen náuseas, y son malos para el estómago.

El tuétano de los huesos es más agradable que los sesos y más nutritivo. Si se abusa de él produce náuseas, aunque refresca el cuerpo. Hay que comerlo con tomillo, sal y pimienta.

[IMās., 107r, nº 99, 100; IBkl., fº 267, nº 463; Aver. fº 159; IB, nº 883]

Ibn Māsawayh dice que los sesos producen náuseas, vómitos y ensucian el estómago. En cuanto al tuétano de los huesos, especialmente el del espinazo, hace desaparecer las grietas de las manos y de los pies, si se untan con él. Ibn Buklari dice que el tuétano de los huesos reblandece y disuelve las durezas de los músculos. Averroes añade que el mejor tuétano para eso es el de ciervo y después el de ternera. Ibn al-Bayṭār, citando a al-Rāzī, dice que es la parte más fría de la cabeza.

48.- *al-Akārī'.*

Patas.

En cuanto a las patas, los hocicos, las orejas y los órganos nerviosos, todos ellos son fríos, secos, y poco nutritivos. Es necesario ponerles mucho aceite y salmuera.

[IMās., 107v, nº 109; IB, nº 1069]

Según Ibn Māsawayh, las patas producen una sangre viscosa, que no es mala.

Ibn al-Bayṭār, citando a al-Rāzī, dice que la carne de careta y del nacimiento de las orejas debe comerse con vinagre, ajedrea y asa.

49.- *Lahm al-tady wa-l-juṣā.*

Carne de las mamas y de las criadillas.

La carne de ambos órganos es blanda, parecida a las glándulas, y generan una sangre más bien flemática. Además, desprenden un mal olor, que indica la mala calidad de su quimo. Hay que comerlas con pimienta, sal y tomillo. Las mejores criadillas son las de pollos cebados.

[IB, nº 806]

Ibn al-Bayṭār, citando a al-Rāzī en su *Hāwī*, dice que los testículos son de la naturaleza de las carnes blandas, pero que proporcionan un quilo de mala calidad, y lo mismo ocurre con la carne de las mamas. Los testículos de los animales jóvenes son preferibles. Los de macho cabrío, carneros y toros tienen algo que repugna, son difíciles de digerir y producen mal quilo. Se corrigen con sal y ajedrea.

50.- *al-'Ayn.*

Ojos.

Los ojos están compuestos de grasa y músculo, que son de distinta complejión. Generan una sangre buena, y son de sabor agradable y se digieren rápidamente. Hay comerlos con sal y tomillo.

[IB, nº 1069]

Ibn al-Bayṭār, citando a al-Rāzī, dice que los ojos deben comerse con mucha sal.

51.- *al-Kubūd.*

Hígado.

Su complexión es caliente y húmeda. Es agradable de sabor, aunque pesado, y proporciona al cuerpo un gran alimento. [Fol. 91v] Hay que comerlo con tomillo y salmuera macerada.

[IMās., 107r, 107v, n<sup>o</sup> 106; IBkl., f<sup>o</sup> 225, n<sup>o</sup> 383, 385; D-L, II, 38]

Ibn Māsawayh dice que tanto el corazón como el hígado generan un humor espeso difícil de digerir. Ibn Buklāriš dice que si al hígado de cabra se le pone un poco de pimienta larga y se asa sobre la brasa, aplicando como colirio el jugo que desprende sirve contra la debilidad de la vista. En cuanto al hígado de cerdo, afirma que asado, machacado y mezclado con agnocasto o ruda, si se bebe sirve contra las picaduras de las serpientes.

52.- *al-Tīhāl.*

Bazo, melsa.

El bazo es poco nutritivo y genera sangre melancólica.

[IB, n<sup>o</sup>1452; IBkl., f<sup>o</sup> 201, n<sup>o</sup> 338]

Avicena, según Ibn al-Baytār, dice que el mejor bazo es el de cerdo, pero que produce un mal quimo, es algo astringente, genera una sangre atrabiliaria, y se digiere lentamente. Ibn Buklāriš dice que aplicado sobre el bazo de la persona enferma, lo cura.

53.- *al-Qalb.*

Corazón.

Es pesado y difícil de digerir. Proporciona mucho alimento al cuerpo, y hay que guisarlo con salsa de mostaza.

[IMās., 107r, n<sup>o</sup> 106]

Ibn Māsawayh dice que produce un humor espeso, difícil de digerir.

54.- *Lahm al-kulā.*

Carne de riñones.

La carne de riñones es fría de digerir, y mala, a causa de la orina que contiene. Hay que comerla con pimienta.

[IMās., 107v, n<sup>o</sup> 107]

Ibn Māsawayh dice que los riñones pueden producir una sangre grasienta y maloliente y bastante espesa.

55.- *al-Šahm wa-t-samn.*

Grasa y manteca.

La grasa y la manteca son muy agradables y ablandan el estómago. Por eso, es necesario comerlas con sal, pimienta y salsa de mostaza.

[IMās., 106v, n<sup>o</sup> 82, 83, 84 y 107r, n<sup>o</sup> 85; IBkl., f<sup>o</sup> 291, n<sup>o</sup> 512 y f<sup>o</sup> 389-39, n<sup>o</sup> 694-701]

Según Ibn Māsawayh, el sebo o grasa de cabra sirve contra la inflamación “del intestino llamado recto, contiguo al ano”, la grasa de vaca resuelve los tumores duros, y la de asno mejora las cicatrices producidas en el cuerpo por los abscesos y otras causas. Ibn Buklāriš dice que la grasa de cabra es la más astringente de las grasas animales, y que la grasa de ciervo repele a las sabandijas.

**CAPITULO IV.- Sobre las carnes de aves**

56.- *Luhūm al-tuyūr.*

Carnes de aves.

Las mejores carnes de aves para el cuerpo humano, especialmente para aquéllos que hacen poco ejercicio, son las carnes de gallina, y entre las carnes de res, la de choto. Ya he referido, y lo dijo también

Averroes, que las carnes de gallina tienen una asombrosa propiedad para equilibrar la complejión. Dice Averroes que el caldo de gallina cura a los leprosos, y que las sesadas aumentan la sustancia cerebral y mejoran el entendimiento.

Entre las mejores carnes de ave está la de perdiz, que es como una gallina silvestre, y es una de las cosas que sirven contra el estreñimiento, y dice Averroes que si se cuece su efecto es mayor. A la carne de perdiz le sigue la de perdiz blanca (*ṭayhūṭ*) y la de paloma torcaz (*yamām*), que son muy nutritivas, fortalecen la mente y agudizan el entendimiento.

[IMás., 107r, n° 87, 89 y 92; Manş., n° 555; IB, n° 855, 1484; Aver., f° 132]

Ibn Māsawayh dice que la carne de gallina calma la inflamación del estómago y que la carne de perdiz blanca, si está tierna, es de digestión rápida. Averroes afirma que la mejor carne de ave es la de perdiz, después de la de gallinas jóvenes, que son las más apropiadas para la gente.

Ibn al Bayṭâr que incluye al *ṭayhūṭ*, traducido por Leclerc como “perdrix”, dice que era conocida en España por el nombre de *ḡurrays*, y dice, según ‘Alī b. Muḥammad que es un ave parecida a una pequeña perdiz, pero con el cuello rojo, con el pico y las patas rojas como las de la perdiz, y con la parte inferior de las alas con manchas blancas y negras. Hay que prepararla en forma de *harīsa* para que sea más sustanciosa.

#### 57.- *al-‘Aṣāfīr*.

Pájaros.

Los pájaros son poco nutritivos. La sangre generada por ellos se enciende rápidamente, por lo cual con beneficiosos para los que tienen temperamento frío. Hay que tener precaución con los pájaros engordados en las casas, pues excitan los cuerpos predispuestos a la fiebre y los hacen caer en ella.

Los sesos de los pájaros excitan la potencia sexual y la aumentan de un modo ostensible. Cuanto más pequeños son los pájaros, mayor es dicho efecto, y más rápidamente se digieren.

En aquellos pájaros que son de naturaleza débil, hay que equilibrar su complejión con calabaza y cogollos de lechuga.

Los pájaros tienen, además, la propiedad de desintegrar los cálculos [Fol. 92r]. Esto lo cita Ibn Zuhr<sup>1</sup>.

[IMás., 107r, n° 96; Manş., n° 883; IB, n° 1554; Aver., f° 132].

Ibn Māsawayh dice que los pájaros, en especial sus patas y sus sesos, estimulan el apetito sexual. Ibn al-Bayṭâr, siguiendo a al-Rāzī, dice que los pájaros domésticos, de montaña y de campo son desecativos y poco nutritivos, y varían según su grado de calor. Averroes, por su parte, opina que son secos y muy calientes.

#### 58.- *Laḥm al-ḥamām*.

Carne de paloma.

La carne de paloma es caliente y seca. A pesar de eso, con su complejión hay una humedad excedente, como lo indica la pesadez de sus movimientos, de igual manera que su calor es comprobable palpándolas y también por la rapidez con que digieren los alimentos. Por eso, se dice que quienes quieren bruñir las perlas se las dan de comer a los pichones, a los que matan en el momento inmediato a darles de comer, con lo que salen las perlas pulimentadas, aunque algo disminuídas de tamaño y cantidad, y esto ocurre con frecuencia, si se tarda en sacrificarlos.

Las palomas tienen también una virtud asombrosa de utilidad para los tullidos y los paralíticos, pues si se alojan las palomas debajo de la cama del tullido o paralítico, o en la casa en que habitan, les es muy beneficioso.

Los pichones, sin embargo, tienen la particularidad de producir jaqueca, como dice Ibn Zuhr.

Hay que cocinar los pichones con vinagre, y ponerles pocas especias picantes.

[Aver., f<sup>o</sup> 132]

Averroes, en su *Kitâb al-kulliyât*, dice que la carne de paloma es seca y caliente, más espesa que la de la paloma torcaz, repitiendo casi con las mismas palabras de al-Arbûlî las demás características, aunque es más escueto que nuestro autor.

59.-*al-Qatâ wa-l-qamârî*.

Perdiz de Egipto y tórtolas.

Son calientes, secas y de naturaleza basta. Se corrigen con mucho aceite. Las tórtolas tienen la propiedad de soltar el vientre y son útiles contra el cólico.

[IMas., 107 r, n<sup>o</sup> 90; Dozy, II, p. 378; *Tuhfa*, 346; IB, 1814; Aver., f<sup>o</sup> 133]

Parece tratarse *qatâ* de la perdiz de Egipto o ganga común, ave de la familia de los pteróclidos, designada por los zoólogos *Pterocles alchata* o *Ganga cata*, de donde procede la denominación árabe, o bien de la perdiz de las arenas, *Pterocles Ganga*=*Pterocles alchata caudacutus* Gm., u otra especie próxima, la ortega o *Pterocles arenarius* o *Pterocles orientalis*, todas ellas aves de difícil caza y malas de comer. Ibn Māsawayh dice de su carne, que estrñe el vientre.

En cuanto al término *qamârî*, plural de *qumrî*, parece designar a la *Columba Cambayensis* L., u otro género de tórtolas, como la *Streptopelia turtur arenicola* Hartert, o la *Streptopelia risoria* L. Ibn Māsawayh la incluye bajo el nombre de *šifnîn*, y dice que aumenta la fuerza retentiva y es mejor que la perdiz.

Averroes coincide en afirmar que la carne de tórtola es basta, caliente y seca.

60.-*al-Šajš*.

Paloma zurita.

La paloma zurita es más agradable y más suave.

[Dozy, I. p. 734, s.v.; Alc., 170/5, s.v. *paloma çorita assi xákxa xákx*; Aver., f<sup>o</sup> 133].

Averroes dice también que la carne de paloma zurita es más suave que la de tórtola, y además tiene cierto aroma agradable.

61.-*al-Summân*.

Codorniz.

Es de carne suave, más bien caliente, buena de quimo, de grato sabor, beneficiosa para los sanos y los convalecientes. Dicen que sus carnes tienen la virtud de desintegrar los cálculos. Es diurética y buena para los hidrópicos.

[Aver., f<sup>o</sup> 133; IB, n<sup>o</sup> 1221]

Las palabras de al-Arbûlî coinciden casi exactamente con las de Averroes, el cual afirma igualmente que la carne de codorniz es más bien algo caliente, suave, buena de quimo, y conveniente para los sanos y los convalecientes. Deja, en cambio de mencionar sus propiedades diúreticas y resolutivas de los cálculos. Ibn al-Bayṭâr, en palabras de Avicena, dice que el uso de su carne provoca convulsiones y tétanos.

62.-*al-Duyūk*.

Gallos, pollos.

Los gallos viejos, si se cuecen en *tafāyā* blanca, con garbanzos, eneldo y polipodio, sueltan el vientre y son buenos con el cólico.

[IBkl., f<sup>o</sup> 115, n<sup>o</sup> 170; D-L, II, 43; Aver., f<sup>o</sup> 159]

Ibn Buklâris dice que si se corta el gallo y se coloca sobre las mordeduras de las serpientes u otras sabandijas, estando todavía templado en el momento de cortarlo, es útil contra esas mordeduras, y contra las picaduras de los alacranes.

Dioscórides, romanceado por Laguna dice: “Da se a beuer su cerebro con vino, contra las mordeduras mismas, el qual tambien restaña la sangre que corre del paniculo del cerebro”. Y añade: “El caldo simple de vn pollo, se suele dar para corregir la complexion deprauada, y para templar los ardores de estomago. Empero el que se haze de vn gallo viejo, administrase para purgar el vientre.”

Ambas comidas, el *sakbāy* y el *zīrabāy*, son convenientes para aquéllos a los que se les ha hecho una sangría o se les han aplicado ventosas. Apagan la fogosidad de la sangre, en la primavera y el verano, y en la juventud. Retienen el vientre y son provechosas para los que tienen diarrea.

[Mans., 526; Dozy, I, p. 618; Huici, pp. 36-37; Huici ár., pp 38-39 (24-25)]

Dice Ibn al-Ḥaššā, que el significado de *zīrabāy*, en persa, es “plato de comino”, de *zīr* “comino” y *bāy* “plato, comida”, pero “lo que hoy (siglo XIII) se llama con ese nombre es un guiso a base de azúcar, almendra y vinagre”.

Huici incluye una receta de *zīrbāyā* (sic), del que dice que “es un plato que regula los humores; su poder nutritivo es alabado, es bueno para el estómago y el hígado; se reúnen en él las ventajas del guisado –*sikbāyā*– de carne con vinagre y del cocido –*salīka* (sic)– de leche agria”.

### 73.- *al-Maḍīra*

*Maḍīra*, carne cocida en leche agria.

En cuanto a la carne guisada con leche agria, llamada *maḍīra*, es de complejión fría, muy alimenticia, y conveniente para los jóvenes, y dañina para los flemáticos y los ancianos. Por eso, hay que poner en ella muchas especias picantes.

[Mans., 711]

Ibn al-Ḥaššā dice sólo que es una comida que se hace con leche agria, *maḍir*, de donde le viene el nombre al guiso.

### 74.- *Baqliyyat al-isfānāj*

Menestra de espinacas.

La menestra de espinacas es moderadamente caliente, ablanda el vientre, pero produce gases y flatulencia. Para que cese esto, es necesario ponerle muchas especias. Esta menestra es conveniente para los que tienen tos.

[Bedevian, 3281, 3281; *Tuḥfa*, 47; IB, 63; IBkl., fº 39, nº 19; Font Quer, p. 158; Aver., fº 135]

La palabra *isfānāj* y su variante *isbānāj*, son el antecedente directo de nuestro término “espinaca” y de las denominaciones que tiene en otras lenguas, incluido el nombre científico, *Spinacia oleracea* L. = *Spinacia glabra* Mill.; planta herbácea anual de la familia de las quenopodiáceas, muy afín al armuelle, *Atriplex hortensis* L., hasta el punto que fue denominada en el siglo XVI *Atriplex hispaniensis*, por su abundancia en España, de donde algunos hicieron derivar una falsa etimología, *hispanach*, y otros de “spina”, por lo espinoso de sus frutos. Ibn Buklārī le atribuye efectos laxantes, emolientes y desecativos, las hojas secas más que las verdes. Dice también que tiene virtudes astringentes, y que impide el flujo de humores de la matriz, si se lavan con agua de cocción de espinacas. Finalmente, indica que su polvo fortalece las encías.

### 75.- *Baqliyyat al-yarbūz*

Menestra de bledos.

La menestra de bledos es parecida a la de espinacas, pero un poco más fría.

[D-L, II, 108; IB, 318 y 2036; *Tuḥfa*, 67; *Šarḥ*, 53; Bedevian, 667; IBkl., fº 65, nº 69; Ibn ‘Awwām, II, 152; Mans., 130.]

*Al-yarbūz*, y sus variantes *yarbūz* y *yarmūz*, más conocida por *baqla yamaniyya* “verdura yemení”, parece corresponder al bledo, *Blitum virgatum* L., de la familia de las quenopodiáceas, equivalente al latín *blitum*, y al griego *blēton* o *bliton*. Tanto Maimónides como Ibn Buklārī le atribuyen otras denominaciones, tales como *kastay*, *kasnay* o *šadaḥ*. No obstante, el documentado Bedevian da *šadaḥ* (sic) como equivalente al amaranto silvestre o *Albersia Blitum* Kunth., de la familia de las amarantáceas, que es frecuentemente confundido con el bledo. Los términos *yarbūz* y *ŷarbūz* o *ŷarmūz* derivan del siríaco *zarbūza*. El bledo es una especie muy extendida y se cultiva frecuentemente como sucedáneo de



la espinaca, en especial su variedad *oleracea*. Ibn Buklārīš dice que en “aljamía” es conocido como *blītuš*, y que es beneficioso para los que tienen temperamento caliente, calma la sed, y suaviza la tos motivada por el calor. Según él, es mejor tomarlo con zumo de granada dulce, aceite de almendra y cilantro verde y seco. Dioscórides-Laguna dice que “guisanse también los bledos, como la otra hortaliza: modifican el vientre, y no tienen otra virtud ó fuerza medicinal”.

76.- *al-Qar'iyya*

Menestra de calabaza.

La menestra de calabaza es fría, húmeda, y conviene a los jóvenes y los que poseen un temperamento caliente. Es necesario comerla con tomillo.

[D-L, II, 123; IW, p. 124; Sam., p. 189; *Tuhfa*, nº 116, 347; *Šarh*, nº 332; Dozy, II, p. 332; Bedevian, nº 1272, 1273; Aver., fº 135]

Averroes dice que los médicos opinan que la calabaza es fría y húmeda y que el humor generado por ella es de estas mismas características, y que es rápida en salir del estómago, si se come cocida, pero a veces se corrompe en el estómago como ocurren a las cosas húmedas, tales como las moras y las sandías, por carecer de astringencia.

77.- *al-Liftiyya*

Menestra de nabos.

El guiso de carne con nabos es caliente, húmedo, proporciona un buen alimento y produce pocos gases. Es útil para la vista débil.

[D. ár., II, 110; D-L, II, 102-103; IB, 1338; *Tuhfa*, 376; *Šarh*, 273; Ibn 'Awwām, II, 171-176; Bedevian, 694, 703, 704; Ghaleb, 19924; IBkl., fº 287, nº 501; Mans., nº 1089; IMās., nº 29; IWāf., fº 52a; Aver., fº 135]

El nabo es conocido en árabe por el nombre de *lift* o *laft*, antiguo vocablo semítico, y también por *salŷam*, forma arabizada del nombre persa *šalyām*, que designa a la *Brassica napus* L., planta bienal de la familia de las crucíferas, de raíz carnosa, grande. Puede tratarse también de otra variedad de nabo, la *Brassica asperifolia* Lamk, que Laguna incluye bajo el epígrafe “De los Nabos redondos y gruesos, y de los nabos saluages”. También se designa con el término *lift* a la *Brassica rapa* L., especialmente a su variedad *esculenta*. La otra palabra, *salŷam*, denomina también a la colza o *Brassica napus* L., var. *oleifera*. Ibn Buklārīš, que lo ofrece bajo el nombre de *salŷam barrī* o nabo silvestre, lo identifica con el *lift barrī*, y entre sus virtudes señala que es útil contra las drogas mortales, y que se emplea mucho en la composición de medicamentos deterosivos de la piel, junto con otros ingredientes como la harina de altramuz, de haba y de alcarceña. Excita al coito y aumenta el semen. Los mejores son los de tamaño pequeño. Se corrigen sus defectos, comiéndolo con carne, especias y vinagre.

78.- *al-Kurunbiyya*

Menestra de col.

Los guisos con col producen atrabilis. Su caldo ablanda el vientre. Estas comidas con col son perjudiciales para la vista, si tienen una complexión equilibrada, pero si predomina en ellas la humedad, no la dañan, sino que por el contrario lo benefician.

[D.ár., p. 193, nº 121; D-L, II, 111, p. 203; IB, nº 1909; Ibn 'Awwām, II, 156-165; IW, p. 124; Sam., p. 257; IWāf., fº 24a; IBkl., fº 219, nº 373; Mans., nº 592; *Tuhfa*, nº 224; *Šarh*, nº 184; Bedevian, nº 698; Ghaleb, nº 18864; Dozy, II, p. 460; Font Quer, p. 156, nº 143; IMās., nº 25; Aver., fº 135]

El nombre árabe de la col o berza deriva del griego *krámbe*, y corresponde a la *Brassica oleracea* L. var. *capitata* L. Ibn Buklārīš la llama *baqlat al-anšār* (“verdura de los partidarios del Profeta”), y entre sus virtudes señala que sirve contra la lepra y las pústulas, en especial la variedad de verano. En cuanto a la

de invierno, suelta el vientre y hace fluir la orina. La col. en general, según el autor de *al-Musta'inī*, es buena contra las convulsiones y contra la debilidad de la vista causada por la humedad excesiva; si se toma su jugo en jarabe sirve como antídoto contra la picadura de la víbora, y si se toma cruda, en vinagre, es útil para la dureza del bazo. Ibn Māsawayh dice que hace disminuir el azúcar.

79.- *al-Qunnabītiyya*.

Menestra de coliflor.

Los guisos de carne con coliflor generan flema, son malos para los que tienen temperamento frío, y producen gases y cólicos. Hay que poner en ellos muchos granos de alcaravea.

[D-L, II, 110; *Šarh*, n° 184; Bedevian, n° 697; Font Quer, n° 145]

La coliflor, llamada en árabe *qunnabīt*, *qinnabīt* o *qarnabīt*, corresponde a la *Brassica oleracea*, var. *botrytis* L., planta de huerta de la familia de las crucíferas, variedad de col con una inflorescencia hipertrofiada que forma una pella blanca y compacta que constituye una hortaliza comestible muy estimada.

80.- *al-Lawn al-ma'mūl bi-mā' al-baṣal*.

Guiso hecho con agua de cebolla.

La comida hecha con agua de cebolla es caliente y húmeda, proporciona al cuerpo mucho alimento, y aumenta considerablemente el apetito sexual.

[D.ár., p. 209; D-L, II, 140; IBkl., f° 75, n° 92; Bedevian, n° 209; Font Quer, n° 638; Aver., f° 149]

La cebolla, conocida planta vivaz, bulbosa, de la familia de las liliáceas, *Allium cepa* L., tiene muchas virtudes, en general coincidentes con las del ajo. Entre las virtudes que señala Ibn Buklarís están la de diurética, emenágoga, calmante del eructo agrio, y también aumenta el semen y el apetito sexual. Entre sus inconvenientes, según el autor de *al-Musta'inī*, está el que puede dañar al cerebro. Se corrigen cociéndola con carne grasa.

81.- *al-Qalāyā*.

Frituras, carnes fritas.

Las carnes fritas con grasa o con manteca son calientes [Fol. 93v], húmedas, muy nutritivas, lentas de digerir. Las fritas con aceite son muy alimenticias, menos pesadas que las que se fríen con grasa o con manteca, más rápidas de digerir y robustecen el cuerpo. Hay que corregirlas con mostaza y salmuera.

82.- *al-Šiwā' Šiwā' al-furn*.

Asados. Asados al horno.

Los asados al horno son más bien calientes, y están equilibrados en humedad y sequedad. De digestión lenta, son muy alimenticios y retienen el vientre, especialmente si son de carne magra. Y si se hacen de carne grasa el estreñimiento que producen es menor.

83.- *Šiwā' al-ŷamr*.

Asado a la brasa.

El asado a la brasa es más alimenticio que el asado al horno, y más lento de digerir, hasta el punto que casi no se puede digerir completamente. Si se toma carne de cordero y se asa bien, masticándola debidamente, es buena para quienes han vomitado sangre, proporciona alimento al cuerpo, y lo hace descender.

84.- *al-Harīsa*.

Harīsa.

En cuanto a la carne guisada con trigo, llamada *harīsa*, en ella predomina el calor y la humedad. Es muy nutritiva, y conviene a los que tienen tos, aunque es lenta de digerir. Provoca obstrucciones intestinales, especialmente si se le pone leche.

[Huici, p. 215, 216; Huici ár., p. 190-192; Rodinson, p. 1088; K. *al-ḥarb*, p. 156-157; Arié, *Alimentation*, p. 302; Arié, *L'Espagne musulmane*, p. 378]

La *harīsa* era uno de los guisos más conocidos y difundidos de la cocina árabe, compuesto esencialmente de carne y trigo, al que algunos añadían leche u otros ingredientes.

Huici distingue varias clases de *harīsa*, unas a base de carne de ternera, otras con carne de carnero y otras en fin con pechugas o muslos de oca o de gallina. Para que la *harīsa* estuviese bien hecha y fuera agradable al paladar convenía no tuviera mucha sal. Había quien la prefería incluso con miel o espolvoreada con canela molida.

Indica Huici el modo de hacerla y ofrece dos recetas, una hecha con arroz, y otra con migas de pan blanco en vez de trigo.

85.-*al-Laḥm al-muṭabbaj bi-l-aruzz.*

Carne guisada con arroz.

Es menos caliente y de menos alimento [que la *harīsa*], y más rápida de digerir.

[Huici, p. 216]

Huici ofrece una *harīsa* a base de arroz, que puede ser muy bien equivalente del guiso de carne con arroz que presenta al-Arbūlī.

**CAPITULO VI.- Sobre los encurtidos, las especias, las salsas y los aceites.**

86.- *al-Zaytūn al-ajḍar al-murabbà bi-l-mā' wa-l-milḥ.*

Aceitunas verdes curadas en agua y sal.

Las aceitunas verdes curadas en agua y sal son más bien calientes y secas de complejión, despiertan el apetito, confortan el estómago, pero son de escaso alimento.

Las que se curan con vinagre y sal son más fuertes para despertar el apetito.

En cuanto a las aceitunas curadas con sal y aceite, son calientes con cierta tendencia a la humedad, muy alimenticias, pero dañan la boca del estómago.

Las aceitunas gordales curadas en sal y agua son calientes y secas y abren las obstrucciones [*Fol. 94r*] producidas en el hígado y en el bazo por la flema.

Las curadas en vinagre son más efectivas en abrir las obstrucciones y despertar el apetito.

[IBkl., f<sup>o</sup> 147-148, n<sup>o</sup> 230, 231; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 130; *Tuḥfa*, n<sup>o</sup> 250; D-L, I, 116, 117; Bedevian, n<sup>o</sup> 2442; Font Quer, n<sup>o</sup> 530]

Ibn Buklārīš distingue, aparte las aceitunas silvestres, frutos del acebuche, las “aceitunas de agua” o de verdeo que son aquéllas que no dan aceite y que pueden conservarse en sal y agua o en sal y vinagre, y las aceitunas negras. Respecto a las primeras dice que confortan el estómago y retienen el vientre, y que curadas en agua y vinagre sirve contra la acritud de la bīlis.

Dioscórides afirma que “Las Azeytunas frescas, y antes de madurar, algun tanto roxas, son mas confortativas d'estomago, y restriñen del vientre; empero las negras y bien maduras, corrompense facilmente, son al estomago ingratas, no hazen prouecho a los ojos, y engendran dolor de cabeça”.

87.- *Kārij al-jiyār wa-l-faqqūṣ.*

Encurtido de pepinos y cohombros.

Los pepinos y cohombros en vinagre son fríos y despiertan el apetito.

[D-L, II, 124; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 388; 343; *Tuḥfa*, 347; Ibn 'Awwām, II, 205-221; IBkl., f<sup>o</sup> 365, n<sup>o</sup> 649; Bedevian, n<sup>o</sup> 1267, 1268; IB, 835]

El pepino es el *Cucumis sativus* L., de la familia de las cucurbitáceas, llamado también en árabe *qatād* o *ŷulmātā*, nombre éste último de origen siríaco. El cohombro, de la misma familia, es el *Cucumis sativus* L., var. *flexuosus* Naud.; y recibe en árabe también las denominaciones de *qittā*’ y *sawāf*; *faqqūs* es la especie larga.

Ibn Buklārīš dice del *jiyār* o pepino que sirve para la vejiga y contra la aspereza del pecho.

88.- *Kāmij al-līm al-murabbā fī jalli-hi*.

Encurtido de limas en su propio ácido.

Las limas encurtidas en su propio ácido son frías, fortalecen el estómago y producen un buen eructo. [Bedevian, n° 1065, 1068; Ghaleb, n° 20174]

La lima, *līm*, es el fruto del limero, *Citrus limetta* L. = *Citrus limonum* Risso, var. *dulcis* Moris = *Citrus bergamia* Risso, o *Citrus aurantium aurantifolia*, árbol de la familia de las auranciáceas (rutáceas), originario de Persia, llamado también en árabe *laymūn ḥulw* o “limón dulce”. Su fruto es parecido externamente al limón, pero su pulpa es verdosa y algo dulce.

89.- *Kāmij al-bādīnyān*.

Encurtido de berenjenas.

Las berenjenas en vinagre tienen cierta tendencia al calor, producen atrabilis y despiertan el apetito.

Todos los encurtidos adquieren del agua y de la sal una fuerza que se añade a la suya propia, y a la que se impone generalmente.

[D. ár., p. 64; D-L, IV, 77, p. 422; IBkl., f° 65, n° 72; *Tuḥfa*, n° 406; IMás., f° 105v, n° 39]

*Bādīnyān* o *bādīnyān* es una palabra árabe derivada del sánscrito *vaṅgana*, a través del persa. Se trata de la *Solanum melongena* L., planta anual de la familia de las solanáceas, emparentada de cerca con la mandrágora, con la cual la confundían los antiguos. Dice Laguna que “son duras de digerir, y engendran muchas ventosidades, las Verengenas: y ansi prouocan mucho a luxuria: y dado que bien guisadas sean agradables al gusto, toda via comidas muy a menudo, engendran humor melancólico, hinchén el cuerpo de sarna y de lepra, causan infinitas opilaciones, entristecen el animo, dan dolor de cabeça, y finalmente mudan el claro color del rostro, en otro livio, y muy triste, qual es el que ellas mismas poseen”. Ibn Masawayh afirma que cubren de pústulas la boca. Ibn Buklārīš, por su parte, dice al hablar de las berenjenas, que éste es su nombre persa y en árabe es *al-magḍ*, *al-ḥarq* y *al-wagḍ*, y el aljamía se les llama *berehenaš*. Según él, estropean el color, ennegrecen la piel, originan pecas y producen tisis, cáncer y escrófulas. No obstante, curten y confortan el estómago. Se remedian sus inconvenientes con gallinas y carne de borrego. En árabe reciben también el nombre de *ta’ālil al-ḥayyāt* (“verrugas de serpientes”).

Apartado sobre las salsas.

90.- *Šibāg al-jardal*.

Salsa de mostaza.

La salsa o condimento de mostaza y vinagre produce cierto calor y hace digerir la comida pesada, corta las flemas espesas y aleja su mal. De las cosas que pueden añadirsele, la ruda y el ajo son los más eficaces para eso.

[D-L, II, 143; Mans., n° 380; IB, n° 767; *Tuḥfa*, n° 417; *Šarḥ*, n° 322, 400; Dozy, I, 361; Font Quer, n° 144, 145, 158; Bedevian, 3204, 3209; IBkl., f° 359, n° 638]

Hay tres clases de mostaza: la blanca, *Sinapis alba* L. = *Brassica alba* Robenth = *Leucosinapis officinalis* Nees.; la silvestre, *Sinapis arvensis* L. = *Brassica sinapistrum* Boiss. = *Rapistrum avorum*; y la negra, *Sinapis nigra* L. = *Brassica nigra* Koch = *Sinapis sinapioides* Roth. Aquí parece tratarse de esta última. Ibn Buklārīš señala que en aljamía se llama *mostaz*, y entre sus propiedades destaca la de disolver

los humores de la cabeza y del estómago, así como el resecar la lengua, pesada a causa de la humedad y es buena para los tumores del bazo. Se corrige con vinagre y almorí.

91.- *Šibāg al-murrī wa-l-jall wa-l-ḡūm.*

Salsa de salmuera, vinagre y ajo.

La salsa de salmuera, vinagre y ajo despierta el apetito, es resolutive, limpia el estómago de flema, y hace digerir los alimentos pesados.

**Apartado sobre las especias.**

92.- *al-Milh.*

Sal.

La sal es caliente y seca en segundo grado, hace desaparecer la indigestibilidad de las comidas, y suaviza los alimentos pesados.

[D-L, V, 84; IB, 1251, 2165; Aver., f<sup>o</sup> 156; *Šarḥ*, 221; IBkl., f<sup>o</sup> 253, n<sup>o</sup> 437]

Ibn Buklariš indica varias clases de sal, la *ṭabarzad o andarāšī*, o sal gema, la sal de los pantanos o lagos salados (*milh al-‘ayīn*), la sal india que es blanca y cristalina y la *naftī*, de color de lapizlázuli y que desprende olor de nafta. Dice que es caliente y seca en tercer grado, según Iṣḥāq. Entre sus aplicaciones dice que aplicada sobre las úlceras purulentas impide su propagación. Dioscórides, después de enumerar las diferentes clases de sal, entre las que prefiere la de los lagos, dice que “todas estas especias de sal, generalmente sirven a muchas cosas; porque tienen virtud de apretar, de raer, de mundificar, de resolver, de adelgazar, y de engendrar costras como cauterio”.

93.- *al-Fulful.*

Pimienta.

La pimienta es caliente y seca, muy fuerte en su acción calorífica, deshace los alimentos pesados, resuelve el flato, y sirve contra la tos, cuando ésta es causada por la humedad. Conviene que no abusen de ella los que tienen el temperamento caliente.

94.- *al-Jūlunḡān.*

Galanga.

La galanga es caliente y seca, expulsa los gases, ayuda a la digestión, y mueve al coito.

[IB, n<sup>o</sup> 829; IWāf., f<sup>o</sup> 80c; IBkl., f<sup>o</sup> 367, n<sup>o</sup> 656; Sam., p. 182, n.79; Kindī, n<sup>o</sup> 93, 138; Manṣ., n<sup>o</sup> 412; IMās., n<sup>o</sup> 135; *Tuḡfa*, n<sup>o</sup> 411; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 398; Bedevian, n<sup>o</sup> 1668, 234]

*Jūlunḡān, jawlanḡān o jūlanḡān* son nombres derivados del persa *jawalīnḡān*, nombre del rizoma de la galanga, planta de la familia de las zingiberáceas, que puede corresponder a la *Alpinia officinarum* Hance, o bien a la *Alpinia galanga* Willd. La denominación persa parece derivar del sánscrito *kulaḡḡa*, o del chino *kao-lian-kian*. Los rizomas de esta planta se venden como afrodisíacos, y forma parte de ciertos electuarios.

Ibn Buklariš dice que es útil para los de temperamento flemático, y contra los humores generados en el estómago. Ayuda a digerir los alimentos, gracias al calor que proporciona al estómago y a su carácter resolutive. Sirve también contra el cólico, calma los riñones y mueve el coito y aumenta el semen y tienen un gran poder afrodisíaco.

Ibn Māsawayh sólo dice de la galanga que es buena para el estómago.

95.- *al-Zanḡabīl.*

Jengibre

El jengibre es como la galanga, pero de efectos más fuertes para ello.

[D-L, II, 149; Aver., f<sup>o</sup> 145; IMās., n<sup>o</sup> 130; Manṣ., n<sup>o</sup> 547; IBkl., f<sup>o</sup> 137; n<sup>o</sup> 210; A. Díaz, *Three Recipes*, n. 13; IWāf., f<sup>o</sup> 83a; *Tuḡfa*, n<sup>o</sup> 143]

El nombre del jengibre, planta que da nombre a la familia de las zingiberáceas, parece proceder del griego *zingiberis*, aunque puede tener su origen más remoto en el sánscrito *çringavera*. Se trata del rizoma del *Amomum zingiber* L. = *Zingiber officinale* Rosc.

Ibn Buklāriš dice que es una raíz que se trae de la India, y que es bueno para el estómago, pues resuelve los gases y seca los humores que hay en él, ayuda a hacer la digestión y es ablandativo del vientre. Abre las obstrucciones del hígado producidas por la humedad, aumenta el apetito sexual, y empleado como colirio fortalece la pupila.

Discórides, en palabras de Laguna, dice: “El Gengibre es vna planta particular que por la mayor parte nace en la Troglodítica Arabia: de las hojas de la qual verdes vsan en aquellas partes para infinitas cosas, como vsamos de la ruda nosotros, y la mezclan con los potages y viandas. (...) Tiene virtud de calentar, y de digerir. Ablanda el vientre ligeramente, y es muy agradable al estómago. Resuelue todos los impedimentos que offuscan la vista, y mezclase en las medicinas contra veneno. En suma, tiene quasi la fuerza de la pimienta”.

[D-L, II, 148; Manş., 981; Gáf., p. 187; IW, p. 123; Sam., p. 255; IWāf., f<sup>o</sup> 97 c; IMās., n<sup>o</sup> 127; IBkl., f<sup>o</sup> 165, n<sup>o</sup> 263 y f<sup>o</sup> 305, n<sup>o</sup> 537, 538; Dozy, II, 279; Aver., f<sup>o</sup> 151, Bedevian, n<sup>o</sup> 2714]™

Es el fruto del *Piper nigrum* L. = *Piper aromaticum* Lam., de la familia de las piperáceas, cuya acción principal es antiséptica. Ibn Buklāriš dice que la pimienta negra aligera la densidad del quimo, es suavizante, diúretica y emenagoga, útil contra los dolores intestinales y los gases pesados en el estómago y en el intestino. Si la mujer lo aplica antes del coito impide el embarazo. Y si se emplea en jarabes y electuarios, sirve contra la tos persistente producida por la humedad.

#### 96.-*al-Qirfa*.

Canela.

La canela es caliente y seca, conforta el estómago y ayuda a la digestión.

[D-L, I, 13; Sam., p. 194, n<sup>o</sup> 169; IBkl., f<sup>o</sup> 331, n<sup>o</sup> 587; Šarḥ, n<sup>o</sup> 95; Tuhfa, n<sup>o</sup> 112; A. Díaz, *Three Recipes*, n. 84; Bedevian, n<sup>o</sup> 1037, 1039; IMās., n<sup>o</sup> 132]

Parece tratarse de la corteza, que ese es el significado de la palabra árabe *qirfa*, de un árbol de la familia de las lauráceas, el *Cinnamomum aromaticum* Nees = *Laurus cassia* L. = *Cinnamomum cassia* Blume = *Cassia cinnamomum* Fr. Nees., que procedente de China era conocido también por los árabes como *dār šinī*, *dār sūs* o *qirfa*.

También puede tratarse de otra especie de la misma familia, pero que según Meyerhof no era conocida por los griegos ni los árabes, el *Cinnamomum Zeylanicum* Nees. = *Laurus cinnamomum* L. = *Persea cinnamomum* Spreng.

La confusión entre ambas especies es frecuente, y a las dos se les aplica también la denominación de *salija*, cuyo significado también era el de “corteza”.

Ibn Buklāriš dice que si se toman dos adarmes de canela en agua fría, en ayunas, sirve contra la hemorragia producida por las almorranas. Se usa también como aromático, tónico estomacal y es buena para el hígado.

Ibn Māsawayh dice que aligera los dolores del parto en la mujer, y es buena para la tos producida por la humedad.

#### 97.- *al-Kammūn*.

Comino.

El comino es caliente y seco, conviene a los alimentos pesados, expulsa los gases y el flato, y da un tinte amarillo a la piel.

[D-L, III, 64; IB, n<sup>o</sup> 1967; IWāf., f<sup>o</sup> 69b; Sam., p. 191, n. 146; IBkl., f<sup>o</sup> 209, n<sup>o</sup> 351 y f<sup>o</sup> 223, n<sup>o</sup>

378, 379 y 380; IMās., n<sup>o</sup> 128; A. Díaz, *Three Recipes*, n. 74; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 229, 454; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 193; Dozy, II, 490; Bedevian, n<sup>o</sup> 1276; Font Quer, p. 486, n<sup>o</sup> 342; Ibn ‘Awwām, II, 241-244]

*Kammūn* es el nombre árabe del fruto del *Cuminum Cyminum* L. = *Cuminum odorum* Salisb., de la familia de las umbelíferas. Su nombre es de origen semítico, y existe en asirio *kamūnu*, hebreo *kammōn*, arameo *kammōna*, etc., equivalente al griego *kýminon*, y al latín *cuminum*. Es llamado también en árabe *sanūt*.

Hay diversas clases de comino, *al-kammūn al-barri* o comino silvestre, que Maimónides identifica con el comino negro (*al-kammūn al-aswad*), pero que Ibn Buklārīš considera como dos especies distintas, que parece corresponder a la neguilla o *Nigella sativa* L.; el comino de Kirmān (*kammūn kirmānī*) o *Carum nigrum* Royle, y el *kammūn mulūkī* o *Carum copticum* Benth.

Ibn Buklārīš dice que *al-kammūn al-barri* y *al-kammūn al-bustānī*, las especies silvestres y cultivada respectivamente del comino, se llaman en persa *zīr*, y le atribuye utilidad contra todos los dolores producidos en el vientre. Es carminativo y emenagogo.

#### 98.- *al-Karawiyā*

Alcaravea.

La alcaravea es como el comino. Es más conveniente para el estómago, hace desaparecer la flatulencia, fortalece el apetito y aumenta el apetito sexual. [Fol. 94v]

[D-L, III, 62; IB, n<sup>o</sup> 1774, 1913; IBkl., f<sup>o</sup> 209, n<sup>o</sup> 353 y f<sup>o</sup> 211, n<sup>o</sup> 354; IMās., n<sup>o</sup> 129; IWāf., f<sup>o</sup> 69d; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 340; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 195; Bedevian, n<sup>o</sup> 880; Dozy, II, 462; Font Quer, n<sup>o</sup> 349; Aver., f<sup>o</sup> 146]

El nombre árabe, que ha dado lugar a nuestro “alcaravea”, parece proceder del griego *karyia*. Se trata de la hierba bienal de la familia de las umbilíferas, o *Carum carvi* L. = *Apium carvi* Crantz. = *Bunium carum* M. Bieb. Es conocida también bajo el nombre de “comino armenio” (*kammūn armīnī*). Ibn Buklārīš identifica a este último con la alcaravea cultivada, y dice que es buena para el estómago húmedo, ayuda a hacer la digestión, expulsa los gases y resuelve el flato. Es diurética, antihelmíntica, y estas propiedades no residen sólo en las semillas sino en toda la planta, según el autor de *al-Musta‘īnī*. Igual opina Averroes.

Laguna, interpretando a Dioscórides, dice: “El Alcarouea es vna simiente muy conocida y vulgar, la qual caliente prouoca la orina, es grata juntamente al paladar y al estómago, conforta la digestion, y mezclase vtilmente en las medicinas contra veneno, y en las que penetran presto por los poros y venas. En suma, corresponde en virtud al Anis, o al eneldo. Sus rayzes cozidas se comen como las çanahorias”.

#### 99.- *al-Kuzbara al-yābisa*

Cilantro seco.

El cilantro seco es frío, seco, despierta el apetito y hace apetecible la comida. No hay que poner demasiado en las comidas pesadas.

[D. ár., p. 268, n<sup>o</sup> 59; D-L, III, 67 y VI, 9; IB, n<sup>o</sup> 1933; IBkl., f<sup>o</sup> 217, n<sup>o</sup> 367; Sam., p. 184; Gāf., p. 189; Manş., n<sup>o</sup> 138; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 230; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 183; IMās., n<sup>o</sup> 17; Dozy, II, p. 462; Bedevian, n<sup>o</sup> 1184; Font Quer, n<sup>o</sup> 341; Aver., f<sup>o</sup> 149; Huici, p. 85]

El nombre *kuzbara*, que también aparece bajo las formas *kuzbura*, *kusbara*, *kasbūra*, e incluso *quzbūr* en la lengua popular, parece ser una palabra arabizada, según algunos derivada del sánscrito *kustumbārī*, aunque existen precedentes semíticos de dicha palabra, como son el asirio *kusibirru* y el arameo *kūsbarētā*. Se trata del *Coriandrum sativum* L., hierba anual de la familia de las umbelíferas, cuyos frutos se utilizan como tónicos estomacales y carminativos. Ibn Buklārīš recoge las diversas variantes del nombre árabe, y le atribuye virtudes contra la gastritis, e incluso lo menciona como coagulante, para cortar la sangre de las heridas. En español recibe también las denominaciones de coriandro, colentro, culantro y ciliandro.

Dioscórides dice que “es planta muy vulgar el Culantro, y tiene fuerza de resfriar: por donde aplicado en forma de emplastro con pan, o harina, sana el fuego de Sant Antón, y las llagas que van cundiendo”.

100.- *al-Jall*.

Vinagre.

Aunque no sea una especia, me ha parecido bien mencionarlo, por las muchas comidas conocidas en las que se utiliza. Tiene diversas fuerzas, pues está compuesto de ambas, la caliente y la fría, aunque predomina en él lo frío y lo seco. Enflaquece el cuerpo, hace decaer el vigor y debilita la vista, aunque ayuda a digerir los alimentos pesados y los disuelve.

[D-L, V, 14; IW, p. 118; IBkl., f<sup>o</sup> 367, n<sup>o</sup> 654; Huici, p. 88; A. Díaz, *Three Recipes*, p. 284; IB, n<sup>o</sup> 813]

Dioscórides dice que “El Vinagre, resfria, restriñe, es conueniente al estomago, da gana de comer, y restaña toda effusion de sangre, si se beue, o se sientan sobre el. Cozido con las viandas, sirue a los fluxos del vientre. Aplicado con esponias, o lana suzia, es vtil a las heridas frescas, y haze que no se apostemen. De mas desto, reprime la madre, y el siesso quando salen a fuera, y aprieta las sangrientas enziás, y relaxadas. Vale a las llagas que van paciendo la carne, al fuego de sant Anton, a las postillejas que van cundiendo, a las asperezas del cuero, a los empeynes, y a las vñas que en los ojos se engendran, mezclado con aquellos remedios que son vtilés a estos males”.

Huici dice que el vinagre es bueno para cocinar y para otros usos de la farmacia, como los jarabes de vinagre y el vinagre de cebollas salvajes.

Ibn Buklārīš dice que es frío y seco en segundo grado, astringente, bueno para el estómago y para las úlceras sangrantes y los tumores. Se corrige con grasas y aceite.

101.- *Murrī al-naqī'*.

Almorí macerado.

Actúa de manera semejante a como lo hace el vinagre, al cual es parecido. Calienta el estómago y disuelve los humores que hay en él.

[D-L, II, 31; IBkl., f<sup>o</sup> 253, n<sup>o</sup> 436; IB, n<sup>o</sup> 2111 bis; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 276; Sam., pp. 204 y 238; Manş., n<sup>o</sup> 726; Dozy, II, p. 576; Dicc. H<sup>o</sup> RAE, II, 533, s.v. “almorí”; Huici, p. 88.

La palabra *murrī* deriva del griego *ál-myris* “salmuera”, latín *muria*. Aparece también con la forma *murī*. Ibn al-Ḥaššā' dice que lo que se conoce en occidente por *al-naqī'* es *al-murī al-nabaṭī*, es decir el almorí nabateo, pero no dice nada de su composición. En cambio, Ibn Buklārīš le dedica un artículo y dice que *al-murrī al-naqī'* (sic) se conoce también por el nombre de *marsana* y *murrī al-bawdaq*. Es, según el autor de *al-Musta'inī*, harina de cebada que se amasa y se deja corromper con hojas de higuera; luego se le mezcla harina de trigo, sal y agua, pan salado y pan quemado. Luego se hace que adquiera la consistencia de la mermelada. Hace que desaparezca el mal sabor de los alimentos, aviva e intensifica el apetito, quema la sangre, debilita la vista y produce sarna. Al hablar de sus propiedades y aplicaciones, incluye las que le atribuye Iṣḥāq b. 'Imrān: tiene la virtud de limpiar y lavar los humores espesos que hay en el pecho, el pulmón y los intestinos, da buen sabor a los alimentos y ayuda a soltar el vientre. Es útil contra los dolores de las caderas. Si se lavan con él las úlceras rugosas, las limpia, e impide que se extiendan. Se corrigen sus inconvenientes con aceite y grasa. Huici dice que el almorí no conviene usarlo sino macerado solamente, por lo que tiene de penetrante y provechoso; le sigue el almorí hecho de zumo preparado de uva con aromas sin pan rallado.

102.- *Murrī al-hūt*.

Almorí de pescado.

El almorí de pescado calienta, calma, limpia el estómago de flema y ayuda a digerir los alimentos pesados.



[D-L, II, 31; IBkl., f<sup>o</sup> 253-254, n<sup>o</sup> 436; IB, n<sup>o</sup> 2111 bis; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 276; Sam., pp. 204 y 238; Manş., n<sup>o</sup> 128 y 132; Dozy, II, p. 576; Dicc. H<sup>o</sup> RAE, II, 533, s.v. "almorí"; Huici, p. 88, Huici ár., p. 68; CARMEN PEÑA, *Glosario* n<sup>o</sup> 128 y 132†

Ibn al-Ḥaššā dice que *bunn* (sic) es el almorí de pescado (*murī al-hūt*) que se hace con pescado podrido, sal y zumo de uva, que se deja hasta que toma el color y la consistencia del vino, y que calienta mucho, sin producir embriaguez. En cuanto al *bunnī*, dice que es una especie de pescado pequeño con el que se hace el almorí de pescado, y que en occidente se hace con una especie de sardina grande, llamada *šatriyya*, y a veces con otros pescados.

Ibn Buklāriš, por su parte, dice que el almorí hecho de pescado es menos caliente y más débil que el preparado con cebada, porque el pescado es más frío y más húmedo naturalmente, y que ambos son útiles contra la mordedura de perros rabiosos.

Este almorí de pescado parece corresponder al *gáron* de Dioscórides y al *garum* de Plinio.

### Apartado sobre los aceites y las grasas.

#### 103.-*al-Zayt*.

Aceite.

El aceite es caliente, y el más caliente de todos el más rancio. Es la más conveniente de las grasas para el cuerpo humano, por su gran afinidad a él. Constituye un alimento muy bueno, y no tiene la pesadez del resto de las grasas.

[D-L, I, 28; IB, n<sup>o</sup> 184 y 1141; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 155; *Šarḥ*, n<sup>o</sup> 131; Aver., f<sup>o</sup> 143; IBkl., f<sup>o</sup> 149, n<sup>o</sup> 233; Manş., n<sup>o</sup> 61 y 545; Carmen Peña, *Glosario*, n<sup>o</sup> 61; Dozy, I, 552-553]

Los árabes distinguían varias clases de aceite, extraídos del fruto de la *Olea Europaea* L., u olivo común. Cuando se sacaba del fruto aún verde, recibía el nombre de *zayt al-unfāq* o aceite onfacino, derivado del griego *omfákion*, palabra con la que se designa al zumo de las frutas verdes, en especial la aceituna y la uva verde o agraz. El aceite de oliva madura se llama simplemente *zayt al-zaytūn* o bien *zayt rikābī* ("aceite de transporte o carga"). Tanto Ibn al-Ḥaššā, como Maimónides explican que recibía ese nombre porque era importado desde Siria a lomos de camellos (*rikāb*, camello). Ibn Buklāriš dice que *al-zayt al-rikābī* es, según la gente de Bagdad, el aceite de oliva blanco, al que los egipcios llaman "aceite palestino", y que es el aceite lavado con agua hasta que queda blanco, desprovisto de su color y olor, y de todas las demás grasas, quedando la parte esencial (*rikāb*). Según esta etimología, que no convencía a Dozy, sería algo así como "aceite refinado".

Según Ibn Buklāriš, si se toma aceite de oliva y se enjuaga con él la boca se fortalecen las encías y los dientes, y que se emplea a veces en lugar de aceite de rosas.

#### 104.- *Duhn al-lawz*.

Aceite de almendra.

El aceite de almendra es equilibrado, con tendencia a la humedad, muy nutritivo y conveniente para los que padecen tos. Es apropiado para el estómago y el hígado secos y abre ligeramente sus obstrucciones.

[D-L, I, 31, 139; Gaf., p. 189; Sam., p. 258; IB, n<sup>o</sup> 2040; IW, p. 125; IBkl., f<sup>o</sup> 235, n<sup>os</sup> 402, 403; IMās., n<sup>o</sup> 70; Dozy, II, 557; IWāf., f<sup>o</sup> 36c; Aver., f<sup>o</sup> 135, 136; Font Quer, p. 346, n<sup>o</sup> 221; Bedevian, n<sup>os</sup> 2834, 2835]

Se trata del aceite de la almendra, fruto del conocidísimo árbol de la familia de las rosáceas *Prunus amygdalus* Stokes.=*Prunus communis* Fritsch.=*Amygdalus communis* L. La variedad de almendra amarga es el fruto del *Prunus amygdalus* var. *amara* Stokes.=*Amygdalus amara* Hayne.

Averroes dice que el aceite de almendra es el mejor de los unguentos para aliviar a los que padecen espasmos secos, y que es mucho mejor que el aceite de sésamo, pues el de almendra es mucho más astringente, pero que los médicos lo utilizan muchas veces como sustitutivo.

Dioscórides dice que “El azeite de almendras, llamado Metopio de algunos, se haze en esta manera. Toma la quarta parte de vn moyo de almendras amargas bien limpias, y enxutas: y majalas ligeramente en el mortero con vna mano de palo, hasta que se hagan pasta. Después echales encima un sestario de agua hiruyente, y ansi las dexa media hora, hasta que todo se embeua. Siendo embeuido, tornarás à majarlas con mayor vehemencia: y despues exprimelas contra vna tabla, en vn vaso: y lo que se quedare en los dedos, ponlo en vna barreña. Hecho esto, tornarás à echar sobre las mismas almendras y a vna vez estrujadas, otra hemina de agua: y en siendo embeuida, haz como heziste primero. Darate medio moyo de almendras, vna hemina de azeite. Es vtil el azeite de almendras à los dolores, à los apostemas, à las suffocaciones, y à los desuios de la madre. Ayuda contra el dolor de cabeça, y contra los dolores, zombidos, y siluos, de los oydos. Vale mucho a los que padecen mal de riñones, ò tienen piedra, ò dificultad de orina, ò asma, ò el vaço crecido. Mezclado con miel, y con la rayz del lirio, y con el ceroto Cyprino ò rosado, quita las manchas, las quemaduras del sol, y las arrugas del rostro. Clarifica la vista, y destemplado con vino, limpia las llagas manantias, y la caspa de la cabeça”.

#### 105.- *Duhn al-simsim*.

Aceite de sésamo.

El aceite de sésamo es caliente y pesado. Ablanda el estómago, humedece el cuerpo y sirve contra las grietas producidas en las extremidades.

[D-L, II, 90; IBkl., f<sup>o</sup> 279, n<sup>o</sup> 488; IWäf., f<sup>o</sup> 36d; Mans., n<sup>o</sup> 1130; IW., p. 121; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 120 y 367; *Šarh*, n<sup>o</sup> 100 y 268; IMās., n<sup>o</sup> 13; IB, n<sup>o</sup> 1218; Bedevian, n<sup>o</sup> 3164]

El nombre *simsim*, que designa el grano del *Sesamum orientale* L.=*Sesamum indicum* D.C. = *Sesamum oleiferum* Moench. es una palabra semítica existente en hebreo (*šumšum*) y en arameo (*šumšemā*), equivalente al *sésamon* de Dioscórides, y al *sesamum* latino. En árabe recibe también las denominaciones de *šulšulān* y *ħall* o *jall*. En español se la llama también ajonjolí, o aljonjolí, derivado de *al-šulšulān*, y alegría. Los nombres árabes parecen ser onomatopéyicos, recordando el sonido que producen las semillas secas dentro de la cápsula. Ibn Māsawayh sólo dice que produce fetidez de aliento.

Ibn Buklāriš dice que *al-šulšulān* y que es graso, viscoso, pegajoso y ablandativo. Su aceite sirve para relajar los órganos y aliviar los tumores, las quemaduras del fuego, los dolores de intestino o de corazón y las mordeduras de las serpientes. Si se mezcla con aceite de rosas calma los dolores de cabeza producidos por insolación.

Dioscórides, de quien parecen estar tomadas muchas de las palabras de Ibn Buklāriš, dice además que “aplicada en forma de emplastro, resuelve los humores congelados sobre los neruios, y sana las contusiones y apostemas de los oydos”.

#### 106.- *al-Samn*.

Manteca; mantequilla derretida y salada.

La manteca es la más alimenticia de todas las grasas. Rechaza el mal de los venenos y ablanda las durezas.

[IB, n<sup>o</sup> 1224; IBkl., f<sup>o</sup> 289, n<sup>o</sup> 506; K. al-Ḥarb, *passim*]

Ibn Buklāriš dice del *samn* ‘*arabī* que es la manteca de cabra, según al-Zahrāwī. Y que es la mantequilla (*zubbā*) cocida con un poco de sal. Es caliente en segundo grado y húmeda en tercer grado. Como sustitutivo de la manteca ofrece la mantequilla, y entre sus cualidades dice que ablanda el vientre, que es útil contra la sequedad producida en el cuerpo, relaja los nervios y el estómago y ablanda las durezas, untándolas con ella. Es buena contra las picaduras de las víboras y otros animales venenosos.

Hace decaer el apetito sexual. La mejor es la que se extrae de animales fértiles y jóvenes. Sus inconvenientes se remedian tomándola con azúcar.

Ibn al-Bayṭār dice, citando a Galeno, que es resolutive y digestiva, y por eso se emplea en los tumores de las parótidas y de la ingle, para ablandarlos y acelerar su maduración. La manteca de vaca, según al-Jūz, impide al veneno de la víbora llegar al corazón, y cita un relato de al-Rāzī acerca de un hombre del campo que, habiéndole picado una víbora, tomó manteca de vaca rancia, y no le sobrevino ningún mal. Avicena le atribuye la misma virtud de acelerar la maduración de los tumores, sobre todo los de las parótidas, y particularmente en los niños y las mujeres. También incluye Ibn al-Bayṭār otras aplicaciones de la manteca para curar afecciones de los ojos.

#### Apartado sobre las cualidades del fuego en el que se cocinan las comidas

107.- *Nār al-fahm.*

Fuego de carbón.

El mejor de los fuegos es el que no es muy fuerte ni muy débil.

El fuego de carbón es más conveniente para cocinar las comidas que el de leña.

108.- *Nār al-ḥaṭab.*

Fuego de leña.

El fuego de leña seca es más adecuado que el de leña verde. [*Fol. 95r*]

109.- *al-Awānī allatī yuṭbaju fi-hā.*

Recipientes en los que se cocina.

En cuanto a los recipientes en los que se guisa la comida, los mejores si fuera posible y no hubiera impedimento legal para ello, son los de oro. Y les siguen, en excelencia, los recipientes de plata. Por la prohibición existente en el uso de este tipo de recipientes \*, con las vasijas de cerámica vidriadas y de barro cocido las mejores en que se puede cocinar, pero en los recipientes de barro cocido no debe guisarse más que una sola vez. En cuanto a los recipientes de cerámica vidriada, no debe cocinarse en ellos más de cinco veces, aproximadamente, porque la comida antigua que entra en los poros queda allí y se corrompe, y cuando se calienta en el fuego, vuelve a la comida, y actúa en ella como la levadura, haciendo que se corrompa ésta, y es una causa segura para la producción de fiebres pútridas, prurito y sarna, especialmente si el ambiente exterior viene a favorecer esta acción.

En cuanto a los recipientes de cobre, no debe guisarse en ellos porque su propia naturaleza es nociva. Algunos creen que quienes comen asiduamente o guisan durante un año completo en ellos, se ven afectados de elefantiasis.

Respecto a los recipientes de hierro, el cocinar en ellos es bueno, y quienes comen en ellos habitualmente su excitación sexual es fuerte, y se fortalecen todos sus órganos. Y si se recubren de estaño, es mejor.

Las vasijas de cobre, si se recubren de estaño, se elimina gran parte de su mal, aunque siempre les queda algo de ello, y si se abusa de comer en ellas causan trastornos.

Los recipientes de plomo y estaño, ya sean marmitas o fuentes, son buenos, aunque la cocción en ellos es lenta.

\* La prohibición del uso de recipientes de oro y plata parece estar aludida en el Corán, IX, 34, 35: “¡Oh los que creéis! Multitud de doctores y de monjes comen las riquezas de los hombres con la futilidad y se apartan de la senda de Dios. Albricia un tormento doloroso a quienes atesoran el oro y la plata y no lo gastan en la senda de Dios.” “El día que los calienten en el fuego del Infierno se abrasarán con ellos su frentes, sus costados y sus dorsos. Se les dirá: ‘Esto es lo que atesorásteis para vosotros: ¡Paladead lo que atesorábais.’”

Los recipientes de vidrio son buenos para comer y beber, pero no es posible cocinar en ellos porque se rompen.

Entre las cosas que hay que hacer con las comidas, es que las tapaderas estén perforadas con agujeros pequeños para que salga por ellos el vapor del guiso, y que no se tape la fuente en la que se coloca la comida con muchas servilletas, sobre todo [Fol. 95v] la carne asada y el pescado, pues sus vapores vuelven a ellos y adquieren un carácter venenoso.

En cuanto al freír, debe hacerse en recipientes de estaño y de hierro puesto que está establecida la prohibición de hacerlo en recipientes de oro y plata. No es bueno freir en recipientes de cobre, sobre todo las cosas que son escasas de grasa, como *al-harbās* y todas las frituras abundantes en grasa, pues son propensas a corromperse, tanto más si se añade a ellos el efecto de la cualidad del cobre.

## CAPITULO VII.- Sobre los pescados y las anguilas

*Fī l-ḥītān wa-l-salābīh.*

110.-

El pescado en general es frío y húmedo, y los que se crían en agua dulce son aún más fríos. El mejor pescado de agua dulce es el que se cría en los ríos, sobre las rocas lisas. Esta clase es conocida como “pescado de roca”, y es apropiado tanto para enfermos como para sanos, en especial para la gente joven. Si se cuece este pescado con agua sal y azafrán, conviene a los que padecen ictericia.

El mejor de los pescados que se crían en los mares es el que se cría en el mar y se aleja de las ciudades, por cuanto no se nutre de sus desperdicios y basuras, aunque tiene mucha sangre y grandes y rugosas escamas, y en saliendo del agua muere rápidamente. Es mejor que no sea de tamaño grande ni pequeño, siendo el más adecuado el que mide de un jeme a un palmo, que es el llamado *hāzibā*.

En cuanto al que se cría en los mares y remonta los grandes ríos de agua dulce, en busca de las hendiduras y la delicia que proporciona el agua dulce, como los peces que se pescan en el río de Sevilla, que son el mújol, el sábalo y el *šabūlī*. Estos son de las mejores especies de pescado, de los de más delicioso sabor y de mejor quimo. Son buenos para los que están sanos conserven la salud, en particular en la juventud.

En Orihuela se saca de su río el mújol [Fol. 96r], que es uno de los mejores pescados, bueno de quimo, que tiene pocos desperdicios y un sabor agradable. En este río se pesca, en la época próxima a la primavera y en la misma primavera un pez llamado *šabūq* (saboga), de abundantes escamas y mucha sangre. Tiene un buen sabor, aunque la abundancia de espinas le priva de su exquisitez, y dicen que se trata de las crías del sábalo. A veces, se saca de él [río de Orihuela] el sábalo, pero en poca cantidad.

[Arié, *L’Espagne musulmane*, p. 380; Vázquez, *Calendario*, p. 47, 57 Dozy, I, 127, s.v. *būrī*; I, 722, s.v. *šabūq*; I, 724, s.v. *šābal*, *šabl* y *šabūlī*; Alc. 345/22 *pece pescado generalmente bur buri*; Simonet, p. 571, s.v. XABAL, p. 572, s.v. XABOC, y s.v. XABOLI; IBkl., f<sup>o</sup> 291, n<sup>o</sup> 509, s.v. *samak*]

La palabra *hāzibā*’ es siríaca y designa, según Dozy, una especie de pequeño pez que vive sobre el fondo arenoso del mar. Según Ibn al-Ḥaššā’ y al-Arbūlī, se trata de la morralla, boliche o pescado menudo, sin indicar de qué especie, que mida entre un jeme y un palmo. Ibn al-Bayṭār, citando a Dioscórides, que el pescado llamado *al-hāzibā*’, tomado con vinagre conviene a los temperamentos calientes, a los que padecen ictericia o quienes tienen el hígado caliente. Se extiende también a otras largas consideraciones sobre el pescado en general, parecidas a las que nos ofrece al-Arbūlī. En el

Glosario de al-Manṣūrī se le llama así sólo cuando esta morralla está en vinagre, y dice que el nombre es conocido en oriente, pero desconocido en occidente.

*Būrī* es el nombre árabe del mujol (*Mugil cephalus* L.) pez teleósteo, comestible, de hasta medio metro de largo, de cuerpo cilíndrico, verdusco, con listas negras por arriba y plateado por abajo, de carne y huevas muy apreciadas.

Aunque hay cierta confusión en los nombres de los diversos peces citados por al-Arbūlī, y en general por los autores árabes, ya que la misma especie recibía nombres distintos en oriente y en occidente, parece que el término *šābal* se refiere al sábal (*Clupea alosa* L. o *Alosa alosa* L.) pez marino teleósteo, con el cuerpo en forma de lanzadera, de unos cuarenta centímetros de largo, que desova en la primavera en los ríos, en los cuales penetra a gran distancia aguas arriba. Para Averroes, ambos pescados, y por este orden, son los más apreciados, sobre todo cuando se pescan en los ríos, lejos de la desembocadura.

No obstante, Ibn al-Ḥaššā' dice que *al-šabbūt* es una especie de pez, que según Abū 'Alī al-Baghdādī es llamado en al-Andalus *al-šābal*, aumentando aún más la confusión. Creo, sin embargo, que *al-šabbūt*, a juzgar por nuestro arabismo "japuta", es el así llamado en castellano, pez acantopterigio del Mediterráneo, de color negruzco, aplastado y de forma ovalada, comestible, *Brama raji* (Bloch). También se aplica este nombre a la palometa, la palometa negra e incluso a la roja (*Beryx decadactylus* C).

El *šabūlī*, del que sólo conocemos la referencia de al-Arbūlī, recogida por Dozy, a quien a su vez informó Simonet, es una especie de pez, no sólo de río como dice el ilustre arabista holandés, sino como explica al-Arbūlī, un pez marino que remonta los ríos, probablemente para desovar. Pudiera tratarse, a juzgar por la raíz, de una variedad del sábal.

En cuanto al *šabūq*, que ha dado origen a nuestra palabra "saboga", sinónimo de sábal, debe ser, como dice al-Arbūlī, la cría del sábal, detalle que pasó inadvertido a Dozy, que no conoció el manuscrito objeto de nuestro estudio sino por las referencias de Simonet. Las palabras citadas de Ibn al-Ḥaššā', en las que se confunde la japuta y el sábal, pueden haber sido motivadas por una confusión entre dos términos de ortografía y pronunciación tan próximas como *šabbūt* y *šabūq*.

#### 111.- *Ḥītān al-baḥr*.

Peces de mar.

En cuanto a los peces marinos, sus especies son numerosas e incontables. Mencionaremos los más conocidos de ellos.

El pez rugoso llamado *tāgar* (pintarroja) y el *bāgar* (pagro); el pez llamado *rayy* (salmón), el pez rojo llamado *mūl* (salmonete), el jurel y la boga. Esta última, si está fresca, es la mejor de las especies de pescado y de alimento más estimable, más rápida en digerir y de menor viscosidad. Hay que cocerla con mucho aceite y adobarla con especias y almorí.

[Dozy, I, 101, s.v. *bāgar*; I, 129, s.v. *būqa*; I, 573, s.v. *rayy*; II, 608, 624, s.v. *mūl*; y Simonet, p. 413, s.v. PÁGAR; p. 521, s.v. TÁGAR; p. 386, s.v. MUL; Alc., 117/33, *boga pescado bóca bocát*; Dozy, I, 497, s.v. *ra'y*; Alc., 433/4 *salmon* (por salmonete) *pescado conocido mul amlál*; Simonet, p. 607, s.v. XUREL, y p. 49, s.v. BOCA]

*Tāgar* o *tagar* parece tratarse de un pez del orden de los selacios, llamado en las costas de Málaga "cágalo" muy parecido a la pintarroja, llamada a veces también lija y gata. Sin embargo la pintarroja es el *Scylliorhinus canicula* (L.) o *Squalus mustelus* L., mientras la gata propiamente dicha es el *Scylliorhinus Stellaris* (L.) (= *Scyllium Catulus* Cuvier). El nombre "cágalo" parece deformación de "squalus", y la denominación árabe puede ser corrupción de ambos.

*Bāgar* o *bagar*, probablemente pronunciado en al-Andalus *págar*, es adaptación árabe del nombre latino "páger" o "pagrus" y puede tratarse del pagro (*Sparus Pagrus* L.), pez teleósteo acantopterigio, llamado también cecí, guachinango, pargo o sesi, o bien de otro muy parecido, pero más pequeño, cuya

etimología es la misma, el pagel (*Pagellus erythrinus* L.=*Sparus erythrinus* L.), que recibe también los nombres de besuguete, breca, breque, pajel, rubiel y sama. *Pagellus* es el diminutivo del nombre greco-latino *pager-pagri*.

*Rayy,ra'y* o *rā'*, cuyo origen parece ser la palabra copta *rei*, o bien pudiera ser la transcripción del español "rey", por "rey de los peces", según Dozy, que puede ser el salmón (*Salmo salar* L.) pero como existe otro pez, la trucha de mar, que procedente del río, se aclimata en el mar y toma el aspecto de los salmones, puede tratarse de esta última (*Salmo trutta* L.), que también se llama "reo", nombre éste de gran similitud con la denominación árabe que le da al-Arbūlī, por lo que parece ser un hispanismo.

La palabra *šūrāl*, pronunciada en el dialecto andalusí *šurél* o *šuríl*, parece un mozarabismo, de *surel*, catalán y valenciano *sorell*, francés *saurel*, de un vocablo del bajo latín *saurellus*, diminutivo de *saurus*, griegos *saúros* "lagarto" que ha dado nuestro "jurel" (*Trachurus trachurus* (L.) *Caranx tranchurus* L. o *Scomber trachurus* L.), pez teleosteo marino del suborden de los acantopterigios, comestible, y muy conocido, que recibe también los nombres de chicharro y sorel en español.

*Būqa* es otro hispanismo derivado del nombre español de la boga, pez teleosteo, acantopterigio, muy conocido, abundante en los mares de España y comestible, aunque no tan estimado actualmente, por su sabor a cieno, como lo era por al-Arbūlī, que lo considera el mejor de los pescados, estando fresco. Existen dos tipos, la boga de mar (*Boops boops* L.), cuyo nombre científico, y de él el vulgar, proceden del latín *bocas* y *box-cis*, y éste a su vez del griego *bóax* y *bóx*; la boga de río, llamada en Aragón "madrilla", es la *Chondrostoma polypedis* Steind., pez teleosteo, fisóstomo, abundante en los ríos españoles y comestible. Es indudable que al-Arbūlī se refiere aquí a la primera, pues la incluye dentro de los peces marinos.

*Mūl* es otro latinismo, derivado del nombre latino de dicho pez, *mulus*. Se trata del salmonete de fango (*Mullus barbatus* L., *Mullus ruber* Lacép.) o salmonete de roca (*Mullus surmuletus* L.), pez marino teleosteo, acantopterigio, de color rojizo, muy estimado como pescado y abundante en el Mediterráneo. El nombre "salmonete" parece proceder de *surmuletus*, de *saurus-mullus* alterado por influencia de "salmón" y con disimilación. Es curioso destacar como los gustos cambian a través del tiempo, y mientras al-Arbūlī prefería la boga al salmonete, hoy ocurre lo contrario. No obstante, la boga es estimada, en cuanto que es un "pescado blanco", más conveniente para la salud de los llamados "pescados azules"; denominaciones con las que se alude a los pescados menos o más abundantes en grasa, y por lo tanto de menor o mayor aptitud para regímenes alimenticios especiales.

112.- *al-Sarāda wa-l-sarđīn wa-l-mālba wa-l-ħūt al-amlas.*

Caballa, sardina, melva y lisa.

La *sarāda* (caballa) la sardina, la melva y la lisa son todas ellas muy viscosas y de agradable sabor, generándose de ellas una sangre que no es mala, si están frescas.

[Dozy, I, 647 s.v. *sarāda*; Simonet, p. 508, s.v. SARADA; Dozy, I, 621, s.v. *sarda*; Dozy, I, 648, s.v. *sarđīn*; Simonet, p. 509, s.v. SARDEL, SARDINy SARDA; Simonet, p. 357, s.v. MELBA o MELIBA; Alc., 393/2 *sardina pece conocido çardīna çarđīn*; Huici, p. 197; Alc. 294/3 *lisa cosa amblēç*; Alc., 311/25 *mielga pescado mtelga*]

La *sarāda*, quizá error del copista por *sarada*, puede prestarse a confusión, si no con *sarđīn* (sardina) que parece en este mismo artículo, sí con el nombre del pescado que aparece en el artículo siguiente, *sārd* o *sarda*. Parece tratarse de la sarda o caballa, también llamada escombro, pez acantopterigio, teleosteo, de tres a cuatro decímetros de largo, comprimido, muy estrecho hacia la cola, de color azul y verde con rayas negras por el lomo, y de carne roja y poco estimada, el *Scomber scombrus* L. o el estor-nino (*Scomber colias* Gml.) Trátase, pues, de otro hispanismo.

*Sarđīn*, como aquí aparece, o *sarđīn* es otro un hispanismo. Se trata, naturalmente de la sardina,

conocidísimo pez teleósteo, malacopterigio, marino, del suborden de los fisóstomos, la *Sardina pilchardus* (Walb.), *Clupea sardina* L. o *Clupea sprattus* L. aunque este nombre corresponde más bien a la alacha o lacha, otro clupéido. El origen etimológico de la palabra *sardina* o *sardella*, que a su vez es el diminutivo de *sarda*, parece derivarse del nombre que los griegos daban a la ciudad de Tiro, *Sarra* o *Sara*, corrupción del nombre hebreo de dicha ciudad, *Šōr* o *Tzōr*, en árabe *Šūr*, cuyo más remoto significado es el de “roca”, y con el que quizás esté emparentado el nombre de Siria. Es grande la confusión de la sardina con otras especies afines, el arenque y el boquerón. Huici Miranda ofrece la receta de un plato que se hace con sardina.

*Mālba*, *mélba* o *méliba* es indudablemente otro préstamo extranjero al árabe, lengua ésta que por razones obvias carecía de términos propios para animales, plantas y otros objetos inexistentes o escasamente conocidos en su ámbito lingüístico original, siendo, como estamos comprobando, numerosísimos los préstamos latinos, griegos, persas, etc. El origen de *mālba* es incierto y parece relacionarse con la palabra *mielga*, pez selacio del suborden de los escuálidos (*Squalus acanthias* L.), abundante en el litoral español, de carne comestible, pero dura y fibrosa y cuya piel se utilizaba como la de la lija. Este apelativo *mielga* parece derivar del latín *merga*, bieldo, con influencia de esta palabra española, acepción debida, quizá, a los dos agujones que tiene este pez.

Sea cual sea el origen de *mālba*, es indudable que se trata de nuestra melva (*Auxis thazard* Lacép.) pez teleósteo, acantopterigio muy semejante al bonito (*Sarda sarda* Bloch), del que se distingue por tener las dos aletas dorsales muy separadas una de otra, por ser muy sanguíneo y por las pintas que tiene sobre el lomo. Simonet pone en boca de al-Arbūlī las siguientes palabras: “Esp. de pescado de carne viscosa y poco saludable”, pero como se puede comprobar sobre el manuscrito nuestro autor dice, en efecto que estos pescados son viscosos, pero deliciosos y que generan buena sangre, estando frescos.

*Al-ḥūt al-amlas* es, claro está, la traducción de “pez liso”, y parece referirse a la lisa o liza, pez teleósteo, del suborden de los acantopterigios, marino, parecido al mujol, muy conocido y estimado en nuestra Costa del Sol, *Mugil provensalis* Risso; que no hay que confundir con otro de igual nombre, lisa, pececillo teleósteo, malacopterigio, fluvial, del orden de los fisóstomos (*Cubitis taenia* L.), parecido a la locha (*Noemacheilus barbatus* L.), de cinco a seis centímetros de longitud, de carne insípida, que abundaba en el Manzanares y otros ríos del centro de España. En español, la palabra “lisa” tiene como segunda acepción “mujol”, pero éste hemos visto que equivale más bien al *būrī* árabe.

### 113.- *Sārd*.

Sarda(?).

En cuanto al *sārd* (la sarda) que llega a nosotros, la sal le confiere calor y sequedad, despierta el apetito y si se comen continuamente producen prurito y sarna.

[Simonet, p. 509, s.v. SARDA: Cf. *supra*, n<sup>o</sup> 112, y las referencias allí dadas]

No sé si se trata de un error de transcripción, como es la opinión de Simonet, ya que parecen casi seguidos dos nombres muy similares, *sarāda* y *sārd* de fácil confusión con sólo cambiar un *alif* de lugar, teniendo en cuenta que el *tā' marbūta* indica generalmente, en estos casos, el nombre de unidad. Me hace inclinarme por esta idea, el hecho de que al-Arbūlī dice “*al-sārd* que llega a nosotros”, como contraponiéndolo al mismo pescado, no importado, que se pesca en nuestras costas. Da la impresión de que se refiere a ese pescado, la caballa o sarda, que llegaba a Granada seco y salado, a juzgar por las palabras que siguen. Sin embargo, también pudiera tratarse de otra especie de clupéido, como la albacora (*Germo alalunga* Bonn.), la lacha o alacha cuyo nombre se aplica a diversas especies (*Clupea sprattus* L., *Spratella pumila* C. y V., *Sardinella aurita* C. y V., o *Alosa fallax* Lacép.), e incluso al boquerón, cuya etimología es “albacorón”, aumentativo de “albacora”, tan conocido y apreciado de nuestra tierra, especialmente en la más selecta de sus clases, el boquerón vitoriano, que se pesca en el Rincón de la

Victoria, en la costa malagueña (*Engraulis encrasicolus* L.). Puestos a suponer, también podría tratarse del bonito, pez teleósteo, acantopterigio, comestible, parecido al atún, pero más pequeño, sobre todo teniendo en cuenta el segundo elemento de su binomial nomenclatura científica: *Pelamys sarda* C. y V. Por si el segundo elemento no era bastante oscuro, Dozy aporta una cita de Dombay: “(esp. sarda) sorte de petit poisson de mer qui ressemble aux anguilles”.

114.- *al-Hūt al-nahrī al-musammā al-bīs*.

El pez de río llamado *bīs*.

El pez de río llamado *bīs* es frío, muy húmedo y viscoso, pero tal como sale del agua, fresco, podemos permitir a veces que se coman de los más pequeños en algunos tipos de fiebre y que lo tomen los convalecientes.

El peor de los pescados es el que se cría en las ciénagas, las aguas estancadas y las marismas, especialmente los que son de gran tamaño y abundantes en grasa y gordura.

Dicen que el pescado, cuando se corrompe en el estómago, genera un humor parecido al veneno.

[IB., n<sup>o</sup> 1222; Dozy, I, 133]

Según Dozy, quien recibió este dato de Simonet, es una especie de pez fluvial, y que *bīs* es la transcripción de la palabra española “pez”. Si no fuera porque la palabra “bisa” española se refiere al bonito, que es un pez marino, y aquí queda bien claro que es un pez de río, podría pensarse que se trataba de este pescado.

115.- *al-Salābīh*.

Anguilas.

En cuanto a las anguilas, las que se crían en el agua dulce y en los ríos corrientes con de mejor complexión que las que se crían en aguas estancadas, y sientan bien a los tísicos y a aquéllos cuyo cuerpo se ha secado, y asimismo a los que tienen tos a causa de la sequedad.

Las que se crían en el mar son [Fol. 96v] más calientes y más secas que las que se crían en agua dulce.

Las que se crían en los estanques, en las marismas y en los pantanos son agradables, abundantes en grasa, poco nutritivas, sufren una mala transformación, que las convierte en sangre corrompida, especialmente si sucede esto en cuerpos predispuestos a ello, pues [las anguilas] les provocan fiebres flemáticas y mixtas. Hay que quitarles la piel, echarles sal y aliñarlos con aceite y almorí, y cocerlos en el horno hasta que estén a punto. Con ello puede que disminuya su mal. La mejor de las especies es la de mar.

[Alc., 101/21 *anguilla cilbāh cilbāh*; 152/24 *congrío pescado çilbāha çilbāh*; 164/19,20 *çafio specie de anguilla çilbāha çilbāh al guid*; Dozy, I, 671; IB, n<sup>o</sup> 1222]

Con el mismo término árabe *silbāh* pl. *salābīh* (n. de unidad *silbāha*) se designan varios peces, que viven tanto en los ríos como en la mar o en las albuferas, tales como la anguila (*Anguilla anguilla* L.), pez teleósteo, malacopterigio, fisóstomo, sin aletas abdominales, de cuerpo largo, cilíndrico, y que llega a medir un metro, vive en los ríos y aguas estancadas, pero desciende al mar para efectuar su reproducción en cierto lugar del Océano Atlántico; el congrío (*Conger conger* L.), pez teleósteo, malacopterigio, fisóstomo, marino, parecido a la anguila, o su variedad, la negrilla, que tiene el lomo oscuro; y el safio, llamado en Andalucía zafio (*Uranichthys brachycephalus* L.), muy parecido al congrío.

Ibn al-Bayṭār coincide en afirmar, siguiendo a al-Rāzī y a Galeno, que la carne de los peces que viven en aguas turbias, sucias y estancadas, contiene muchas superfluidades y residuos viscosos, y constituye un alimento indigesto y dañino.



116.- *al-Ḥūt al-mumallah.*

Pescado salado.

El pescado salado estimula el apetito y limpia el estómago de flema. Si se abusa de él produce prurito, sarna y mucha sed. Ayuda muy bien a provocar el vómito, y en definitiva se parece más a un medicamento que a un alimento. Ibn Zuhr, ilustre en este arte [de la medicina] habla del camarón que se saca en el río de Sevilla y dice que es *al-rubayṭā'* que menciona Galeno, ponderándolo, y dice que desintegra los cálculos, y que es caliente, húmedo y de naturaleza sutil, y aumenta la potencia sexual. Su humedad es indudable, y en cuanto a su calor, es un tema que necesita análisis y observación.

[IB, n<sup>o</sup> 1222; IBkl., f<sup>o</sup> 293, n<sup>o</sup> 513; Dozy, I, 499, s.v. *rubayṭā'*; IB, n<sup>o</sup> 1025, s.v. *rubayṭā'*; IB, n<sup>o</sup> 1068, s.v. *rubīyan*; Alc., 136/23,24 *camaron pescado camaróna camarón*; Simonet, p. 80, s.v. CAMARÓN; Manş., n<sup>o</sup> 100; CARMEN PEÑA, *Glosario*, n<sup>o</sup> 100, s.v. *Irbiyān*; Dozy, I, 17, s.v. *irbiyān*, I, 564, s.v. *rubiyān*]

Del pescado salado dice Ibn Buklārī<sup>8</sup> que es seco y caliente en segundo grado, que puede sustituirse por el almorí, y que limpia las heridas infectadas, sirve para los dolores de caderas, la ciática y la coxalgia, si se aplica en lavativa, y que tiene un poder desecativo de los humores y de las heridas supurantes. Se corrigen sus efectos nocivos con almorí y vinagre.

*Qamarūn* o *qamarón* es otro españolismo, por “camarón”, nombre dado a varias especies de crustáceos decápodos, del suborden de los macrutos, de la familia de los palemónidos, especialmente al *Leander serratus* Penant, y al *Palaemon squilla* L., de la misma forma, pero mucho más pequeños, y que reciben numerosos nombres, incluidos los americanismos, tales como cámaro, chacalín, esguila, esquila, gámbaro, y el más conocido en la tierra de María Santísima, la quisquilla. El origen de “camarón”, es la palabra latina *cammarus*, derivada a su vez del griego *kámmaros*, que dieron también origen a otros nombres del mismo sabroso animalejo, como cámaro, gámbaro y gamba. Es curioso el dato que aporta el sevillano Avenzoar de que “se saca del río de Sevilla”. Conocido es el dicho “camarón que se duerme, se lo lleva la corriente”, lo que demuestra palpablemente que se trata de un crustáceo de río, no de mar, como la gamba, hecho que desconocía el sabio holandés Dozy, que traduce *qamarón* por “crabe, écrevisse de mer”. Los otros nombres con que se conoce al camarón, o mejor a la gamba es *irbiyān*, *urbiyān* y *rubiyān* vienen del persa *arbiyān*, del mismo significado.

La *rubayṭā'* es según al-Tamīmī, citado por Ibn al-Bayṭār, es una especie de alimento u *obsonium* (engañifa) que preparaban los habitantes de Irak a base de pequeños peces, hierbas y vinagre, y que servía de condimento. Según Ibn Māsawayh es beneficioso para el estómago, ya que deseca sus humedades, sobre todo si se toma con tomillo, orégano, ajenuz o neguilla, apio y ruda. Es afrodisíaco. Es parecido a la *siḥna*, pero se digiere más rápidamente. Quita todos los malos olores producidos por la pituita en el estómago. El vinagre modera la actividad de estas preparaciones y su acción irritante. Leclerc comenta que debe tratarse sin duda de peces del género de la anchoa.

## 117.-

En cuanto al pez que se pesca en ese río, llamado sábalo, es un pescado excelente, muy sabroso, y del cual ya he hablado.

118.- *Faṣl fī aḥzā' al-ḥūt.*

Apartado sobre las partes del pescado.

En cuanto a las partes del pescado, el peor de sus miembros es la cabeza, y la parte mejor es la cola, a causa de su gran movilidad, e igualmente su corazón, porque es fuente de calor, y su hígado, por ser el centro de la digestión. La grasa de pescado es de naturaleza espesa y pringosa, comparada con su carne. Las huevas de pescado son agradables, forman un buen quimo, y lo mejor es comerlas fritas con mucho aceite.

[Huici, p. 200]

Huici Miranda ofrece una “Hechura de hueva de pescado”, aliñada con cilantro seco, pimienta, canela, jengibre, algo de almorí macerado y mucho aceite; se le cascan unos huevos y una vez todo mezclado y batido se mete en el horno; cuando se saca se deja enfriar y se parte, se le echa encima ruda o menta, y se fríe; luego se mete en salsa de vinagre y aceite. Aprovecha la ocasión el anónimo autor del *Kitāb al-tabīj* para dar algunas indicaciones sobre el uso del pescado, observando que es lento de digerir y desaconsejable para los temperamentos flemáticos y los cuerpos húmedos, siendo en cambio conveniente para los temperamentos calientes y secos, se corrompe fácilmente, si no se consume con rapidez, o bien se mezcle con plantas medicinales, vinagre, almorí y se cubra con mucho aceite.

119.-*Faṣl fī tabj al-ḥītān.*

Apartado sobre la manera de cocinar los pescados.

Lo mejor manera de cocinar los pescados es cogerlos en el momento de salir del agua, cortarlos, lavarlos y colocarlos en un puchero grande de barro o de cerámica vidriada, verter sobre ellos aceite, y cuando esté a punto [Fol. 97r] se retira del fuego y se le añade un caldo equilibrado, hecho de vinagre y jengibre, para moderar su complexión, corregirla y mejorar sus componentes. Si se ponen en el caldo sopas de pan desmenuzado, mejora su contextura. Si se toma el pescado según esta receta, apenas hay ningún mal en absoluto, sobre todo si los pescados son buenos. Asimismo es bueno el pescado si sólo tiene en el caldo mucho aceite con especias picantes y sal.

Frecuentemente come la gente el pescado frito con aceite en recipientes de cobre, y eso no es recomendable porque el cobre cría cardenillo al freír. A veces, la gente pone después vinagre y ajo, y le añaden mal sobre mal, porque los vapores del ajo suben al cerebro y lo llenan, y respecto al vinagre, tiene la propiedad de dañar al cerebro y los órganos, produciéndoles un gran daño.

Ya es suficiente todo lo que he mencionado acerca de las ventajas e inconvenientes del pescado, sus diferentes partes, y las maneras de emplearlo.

Comencemos a hablar ahora de las leches y sus virtudes. Verdaderamente, es el mejor alimento que se puede tomar y el de mayor afinidad a nuestros cuerpos, Dios mediante.

## CAPITULO VIII.- Sobre las leches

120.- *al-Laban.*

La leche

La leche es muy diferente, según el animal del que se extrae, según los pastos, según la mayor o menor proximidad al parto y según el tiempo transcurrido desde su salida de la ubre.

[D-L, II, 63; IWaf., f<sup>o</sup> 157; Aver., f<sup>o</sup> 133 y 157. IMās., n<sup>o</sup> 111; IBkl., f<sup>o</sup> 237-240, n<sup>o</sup> 405-411]

Ibn Māsawayh dice que la leche produce un alimento estimable, pero puede dañar a la cabeza.

Averroes enumera las distintas clases de leche, por orden de calidad, y coloca en primer lugar la de mujer, seguida de la de burra, la de cabra, a todas las cuales considera ligeras; en cambio, a continuación cita la de oveja, que califica de algo pesada. Más tarde, dice que la leche sana tiene un sabor dulce, evita la formación de quimo malo e impide la llegada de los malos humores a los órganos, y que estos efectos beneficiosos son más acentuados cuando se toma recién ordeñada, y si es posible de las mismas ubres.

Dioscórides opina que “Todo género de leche communmente produze buenos humores, da mantenimiento al cuerpo, y ablanda el vientre, aunque en el estomago y en las tripas engendra ventosidades. La leche que se ordeña en la primavera, es mas aguada que la ordinaria por el estio; y la que se engendra de verde pasto, mas molificatiua del vientre”.

121.- *al-Laban al-halīb*.

Leche fresca.

Aunque, como hemos dicho, puede ser muy diferente, es en general fría de complexión, y la agria más fría que la fresca. Se ha dicho, no obstante, que es algo inclinada al calor. Está compuesta de una sustancia acuosa sutil, de otra caseosa, espesa y fría, y de una tercera cremosa, caliente y grasa.

La sustancia acuosa o serosa suelta el vientre, suaviza los humores, lava las vísceras y abre las obstrucciones. Por eso, es una de las cosas más convenientes para quienes desean fortalecer su cuerpo, y ello es porque carece de acidez.

La sustancia caseosa proporciona al cuerpo mucho alimento, aunque origina opilaciones en las vísceras, piedras en los riñones [*Fol. 97v*], dolores en las articulaciones y es perjudicial para los que tienen temperamento frío.

La sustancia grasa es caliente con moderación, ablandativo para el estómago, nutre el cuerpo y lo humedece.

La leche sana y excelente es la que fluye de la naturaleza del animal del que procede, y éste debe ser sano de cuerpo y de buena carne. Debe ser de color blanco, no negruzca ni verdosa, ni amarga ni salada, de buena consistencia, ni muy clara ni muy espesa.

[D-L, II, 63; Aver., f<sup>o</sup> 157; Dozy, II, 514]

Dioscórides dice que “Toda leche cozida restriñe el vientre, y principalmente la que con algunos guijarros marinos, encendidos y echados dentro, houiere perdido la aquosidad. Esta tal communmente es vtil a todas las interiores llagas, y en especial a aquellas de la garganta, del pulmon, de las tripas, de los riñones, & finalmente, de la vexiga. Dase tambien fresca la leche, con miel cruda, & agua, & un poquito de sal, contra las comezons & postillas del cuero, & e contra todo vitio de humor. Bueluese menos ventosa la leche, en huiendo alçado vn heruor. La que a fuerça de guijarros muy encendidos, hasta la meytad fuere consumida, es muy saludable a los fluxos del vientre, acompañados de llaga o exulceration”.

122.- *Laban al-mā'iz*.

Leche de cabra.

La leche de cabra es la más equilibrada, después de la leche de las mujeres, y es intermedia entre la leche de vaca y la de burra, porque la leche de vaca es muy espesa y la de burra es acuosa. Por eso es útil contra las úlceras del pulmón, las excoriaciones, la tos y las úlceras de la vejiga y de los intestinos. Es de utilidad igualmente para los tísicos.

[D-L, II, 65; IBkl., f<sup>o</sup> 237, n<sup>o</sup> 408; Aver., f<sup>o</sup> 157; IMās., n<sup>o</sup> 112].

Ibn Māsawayh dice que la leche de cabra equilibra y modera el vientre.

Ibn Buklāriš afirma que las propiedades de la leche de cabra son parecidas a las de la leche de oveja, pero la de cabra es mucho más fina y más ligera. Si se le echan dentro piedras calientes o trozos de hierro encendidos retiene el vientre. A veces se cuaja con pulpa de cártamo y se da lo que de ella se separa para las enfermedades biliosas, sobre todo combinándola con los medicamentos que había indicado antes. Si se cuece hasta que se consuma la mitad y se bebe con ojimiel sirve contra las úlceras de pulmón y de riñones. Si se le quita la crema, se le añade agua y se meten piedras calientes o trozos de hierro igualmente encendidos hasta que desaparezca la parte acuosa es útil contra la diarrea y las úlceras intestinales.

123.- *Laban al-ḡa'n*.

Leche de oveja.

La leche de oveja es intermedia entre la leche de vaca y la de cabra.

[D-L, II, 65, p. 164; IBkl., f<sup>o</sup> 237, n<sup>o</sup> 407; IMās., n<sup>o</sup> 113; Aver., f<sup>o</sup> 157]

Ibn Māsawayh dice que la leche de oveja es un poco áspera y agria, y aunque contiene mucha grasa, no es tan buena como la leche de cabra.

Es curiosa la indicación de Averroes, que dice que si se toma la leche en recipientes en los que se haya derretido el cobre es buena contra los tumores cancerosos. Ibn Buklārīš le atribuye virtudes contra la diarrea, las úlceras pulmonares y renales y de la vejiga y contra la disentería y el cólico. Repite las recomendaciones de que es preferible echar dentro piedras o hierros candentes, con el fin de que desaparezca su parte serosa, y sea más efectiva.

Dioscórides dice que la leche de oveja es más grasa y tiene más sustancia caseosa y menos suero que la de mujer, de cabra o de burra, y por ello se detiene más en el vientre.

124.- *Laban al-baqar.*

Leche de vaca.

La leche de vaca es la de consistencia más espesa de todas las leches, la más difícil de digerir y la más nutritiva.

[D-L, II, 65; IBkl., f<sup>o</sup> 237, n<sup>o</sup> 406; Aver., f<sup>o</sup> 133 y 157; IMās., n<sup>o</sup> 115]

Ibn Māsawayh dice que la leche de vaca curte el estómago y lo conforta, especialmente si está desprovista de la mantequilla.

Ibn Buklārīš la considera útil contra el calor del hígado, del bazo y del estómago. Calma el ardor producido por los humores irritantes, fortalece el calor natural, moderándolo, corta la diarrea. Es buena también para el cólico biblioso y las úlceras de intestino, vejiga o de la matriz, si se le añade otro tanto de agua dulce y se cuece hasta que se haya consumido el agua, y se emplea. Si se le quita la mantequilla y se vierten en ella piedras o trozos de hierro candentes, retiene el vientre fuertemente. La leche, en general, es buena para la aspereza del pecho y la tos seca, pero a veces puede producir dolor de cabeza o fiebre. La mejor es la que se extrae de un animal sano y joven. Se corrigen sus defectos con ojimiél.

125.- *Laban al-utun.*

Leche de burra.

La leche de burra es la de consistencia más ligera, más rápida de digerir y de menor alimento. Por eso suelta el vientre y abre las obstrucciones del hígado y del bazo.

[D-L, II, 65; IBkl., f<sup>o</sup> 239, n<sup>o</sup> 411; Aver., f<sup>o</sup> 157 y 133; IMas., n<sup>o</sup> 114]

Ibn Māsawayh: Es buena para el pecho, el pulmón y la vejiga, limpiando todo lo que haya en ellos.

Ibn Buklārīš, citando a al-Ṭabarī, dice que es un buen antídoto contra las medicinas mortales, y sirve contra las úlceras intestinales y los cólicos. Clisterizada en el órgano sexual femenino, es buena para las úlceras de la matriz. Según otros, es útil contra la disnea y el asma, y la tos catarral, especialmente si se toma directamente de la ubre de la burra. Sirve también contra las úlceras del pecho, de los riñones y de la vejiga, suelta el vientre, relaja todos los órganos nerviosos, si la causa de su malestar es el calor y la sequedad, y finalmente resuelve los tumores si se vierte tan milagrosa leche sobre ellos.

Dioscórides-Laguna: “Compíte la de borrica con esta [la leche cabruna], y aun en parte la haze muy gran ventaja, porque descende más fácilmente, por razón del mucho suero que tiene (...)”.

126.- *al-Qawl fi manāfi‘ al-laban wa-maḍārri-hi.* Tratado sobre las ventajas e inconvenientes de la leche.

Entre [los tipos de leche y lactinios] está la leche fresca (*ḥalīb*), la leche desnatada (*majīḍ*), la leche cuajada (*rā‘ib*), el requesón (*šīrāz*), la cuajada (*‘aqīd*), el queso (*‘yubn*), la mantequilla fresca (*zubd*) y la mantequilla derretida (*samm*).

Mencionamos cada uno de estos tipos, con sus ventajas e inconvenientes.

127.- *al-Laban al-ḥalīb*.

Leche fresca.

La leche fresca es la mejor de las clases de leche, la más alimenticia y la más propicia a transformarse en sangre. Sirve contra las enfermedades secas, tales como la hectiquez y la tisis con tos seca, el prurito y la elefantiasis. Conserva los humores del cuerpo. Si se apaga en esta leche hierro pulido [candente] o piedras limpias [calientes], es buena para la excoriaciones y las úlceras de los cuerpos, y es útil contra las ulceraciones producidas por los medicamentos laxantes.

Todos sus inconvenientes estriban en que daña al estómago húmedo, produce dolor en el cerebro, estropea las encías y los dientes, y perjudica al cólico. Si se espesa, produce obstrucciones en las vísceras y cálculos en los riñones, y se transforma en el estómago caliente [Fol. 98r] en vapor humoso, y en el estómago frío, en una sustancia ácida y mucilaginosa.

Deben de tomarla quienes sean de las clases descritas, a no ser que el estómago esté vacío. Hay que tomar después azúcar, miel y *ḡawāriṣāt* (confecciones digestivas) picantes, y enjuagarse la boca con vinagre y ojimiel para quitar su mal de los dientes.

[Cf. *supra*, n<sup>o</sup> 120 y 121]

128.- *al-Majīd*.

Leche desnatada.

La leche desnatada, si se bate es buena para la insuficiencia biliar y la sed intensa con consunción del cuerpo. Como mejor puede prepararse es apagando un hierro pulido [candente] en ella, hasta que desaparezca su serosidad.

[IB, n<sup>o</sup> 977, 2007 y 2097; Dozy, II, 572; Ghaleb, n<sup>o</sup> 20765]

Es la leche desprovista de su crema o nata, y recibe también el nombre de *ḥalīb majīd*. Ibn al-Bayṭār la llama también *dūg*.

En los artículos anteriores se ha tratado con detenimiento de las propiedades de las diferentes clases de leche desnatada y del procedimiento más corrientemente empleado para quitarle la crema, como era introducir piedras o trozos de hierro candentes, hasta hacerle desaparecer la serosidad y la nata.

129.- *al-Rā'ib*

Leche cuajada.

La leche cuajada es conveniente para el estómago caliente, y es dañina para los nervios y para los que padecen cólicos. Se corrige toda leche agria, tomando después leche.

[D-L, II, 63; Ghaleb, n<sup>o</sup> 9187]

Laguna, en su traducción de Dioscórides nos relata una curiosa forma de cuajar la leche, que todavía se conserva, en gran parte inalterada, en pueblos de la zona montañosa de Sierra Nevada: “Diuidese toda suerte de leche, coziendola en vna olla nueva de tierra, & meneandola con vn ramo verde de higuera, y en haviendo alçado tres o quatro heruores, añadiendola de oxymel tantos cyatos, quantos fueron las heminas de leche, porque ansi se aparta el suero de la cuajada. Empero para que bullendo no rebosse la leche, conuiene con vna espongia bañada en agua fria, refrescar el borde de la olla, & çahundir en la mesma leche vn aguamanil de plata, lleno de agua muy fria”.

130.- *al-Širāz*.

Requesón.

El requesón es como la leche cuajada, sólo que es más espeso. Se corrigen sus inconvenientes, comiéndolo con aceite y mantequilla, y mezclándolo con caldo de gallinas gordas.

[Voc.,; Manş., n<sup>o</sup> 133, 488 y 657; Dozy, I, 744]

131.- *al-'Aqīd*.

Cuajada.

La cuajada es intermedia entre la naturaleza del queso fresco y la de la leche. Es espesa, más nutritiva, y produce obstrucciones.

[D-L, II, 65; Alc., 160/14 *cuajamiento ađquīd*; Dozy, II, 151]

Dioscórides dice: “La cuajada, no es otra cosa, sino leche libre de suero; de suerte que contiene en si la manteca juntamente y el queso; por donde no es tan dañosa al estomago, como el queso por si; refresca el hígado & los riñones, mitiga la sed, restriñe los fluxos colericos, & digiere facilmente, cayendo en limpios, & robustos estomagos”.

132.- *al-Ŷubn al-raṭb*.

Queso fresco.

El queso fresco es mejor que el añejo, por su humedad, por la cantidad de su alimento, por la rapidez en salir del estómago y por la serosidad ablandativa del vientre que contiene. Se corrige, al igual que la cuajada, tomando encima compota de miel y rosas.

[D-L, II, 64; D. ár., p. 152, n<sup>o</sup> 70; IBkl., f<sup>o</sup> 101, n<sup>o</sup> 142; Aver., f<sup>o</sup> 133 y 157-158; IMās., n<sup>o</sup> 118]

Ibn Māsawayh dice sólomente que el queso fresco no genera un humor malo.

Averroes dice que el queso fresco es frío, húmedo y espeso.

Dioscórides dice: “El Queso fresco, & e comido sin sal, mantiene, es conueniente al estómago, distribuyese facilmente por todo el cuerpo, engendra carne, & ablanda el vientre mediocrementemente; empero ay vn queso mejor que otro: segun la leche de que se haze. El queso cozido en agua, & despues exprimido, y assado, restriñe el vientre; aplicado en forma de emplastro, sirue a las inflammationes, & cardenales, que suelen sobreuenir a los ojos. El queso rezien salado, no da tanto mantenimiento, es propio para disminuir la carne, offende al estomago, & da pesadumbre al vientre, & a todos los interiores miembros”.

133.- *al-Ŷubn al-yābis*.

Queso seco o añejo.

El queso seco es estimulante del apetito, de escaso alimento, y larga permanencia en el estómago. Produce retención de vientre.

[D-L, II, 64; D. ár., p. 152, n<sup>o</sup> 70; IBkl., f<sup>o</sup> 101, n<sup>o</sup> 142; Aver., f<sup>o</sup> 107-108; IMās., n<sup>o</sup> 118]

Ibn Māsawayh dice que genera un humor malo.

Ibn Buklāriš dice que es caliente y seco en tercer grado, y que produce una fuerte retención de vientre. Si se abusa de él puede producir cálculos en los riñones y opilaciones en el hígado, aumenta la carne, curte el estómago, y aplicado a las escrófulas les es útil. Es difícil de digerir, y puede producir cólicos. El mejor es el que se hace de un animal joven.

Dioscórides dice que “el más viejo, es restrictiuo del vientre”.

134.- *al-Zubd*.

Mantequilla fresca.

La mantequilla fresca es de la misma índole que la mantequilla derretida o la manteca (*samn*), y es muy provechosa para los que tienen tos y los que tienen en su pulmón residuos que es necesario expulsar.

[D-L, II, 65; D. ár., p. 152, n<sup>o</sup> 152, n<sup>o</sup> 71; IB, n<sup>o</sup> 1090; IBkl., f<sup>o</sup> 145, n<sup>o</sup> 227; IMās., n<sup>o</sup> 120]

Ibn Māsawayh dice que es un antídoto contra los medicamentos letales y los venenos, y sirve contra las pústulas producidas en la boca de los niños.

Ibn al-Bayṭār, citando a Galeno, a Dioscórides y a Avicena, dice que la mantequilla se obtiene de la leche de oveja, de cabra o de vaca, agitando la crema. Es caliente y húmeda en primer grado, y útil contra

la tos fría y seca, sobre todo mezclada con nueces y aceite. Sola, conviene contra las úlceras del cuello de la vejiga.

Ibn Buklārīš dice que ablanda el vientre y el pecho, ayudando a expulsar las superfluidades acumuladas en el pecho y en los pulmones, resuelve los tumores de la pleura. A veces se mezcla con miel y azúcar para arrojar las sustancias que hay en el pecho y en los pulmones. La mantequilla de vaca daña al estómago y lo echa a perder. Se corrige, añadiéndole un poco de sal.

### 135.- *Faṣl fī quwwat al-bayḍ.*

Apartado sobre las propiedades o virtudes de los huevos.

Los mejores huevos son los de gallina, y hay que tomarlos frescos. Lo mejor que se puede hacer con los huevos es cascarlos en el agua y sacarlos de ella antes de que terminen de cuajarse, que es lo que se llama *nīmarašt* (huevo a medio escalfar), pues son más rápidos de digerir, contienen un buen alimento, aumentan la fuerza y son buenos para los convalecientes.

En cuanto a los huevos duros (muy cuajados), son difíciles de digerir, producen eructos hediondos y originan obstrucciones en el hígado y en las vísceras.

Los huevos fritos son malos y producen grasa. Hay que comerlos con pimienta, y si se cascan [*Fol.* 98v] (se hacen revueltos) mejoran su naturaleza, y son convenientes para la disentería y las afecciones hepáticas e intestinales.

[D-L, II, 44; Aver., f<sup>o</sup> 133 y 158; IBkl., f<sup>o</sup> 81, n<sup>o</sup> 101, 102, 103; Dozy, II, 743, s.v. *nīmarašt*; Mans., n<sup>o</sup> 823, s.v. *nīmarašt*]

Para Averroes, los mejores huevos son los de gallina, y la yema mejor que la clara aunque ésta no produce daño si no está excesivamente cuajada, y por eso “los médicos lo recomiendan cocido a lo *nīmarašt*, es decir no muy cuajado. Precisamente, la palabra persa *nīmarašt*, según explica claramente Ibn al-Haššā, quiere decir “la mitad de algo”, es decir “medio cocido”. Averroes continúa diciendo que corrientemente se toma con almorí, vinagre y aceite.

Ibn Buklārīš explica detalladamente, al igual que hace al-Arbūlī, que *bayḍ nīmarašt* son los huevos a medio cocer, ni muy duros ni muy blandos, y se dice que son los huevos a medio cocer, sólomente, pero hay muchos médicos que dicen que son los huevos a medio cocer, con cáscara o sin ella, es decir, en palabras actuales, huevos pasados por agua o huevos medio escalfados.

Dice que sirven contra la aspereza de la garganta, del esófago y del pecho, entre otras muchas propiedades beneficiosas.

### Apartado sobre la miel y el azúcar

#### 136.- *al-ʿAsal.*

Miel.

La miel es caliente y seca en segundo grado, y es conveniente para los que tienen tos fría y para los viejos. Genera en sus cuerpos sangre y buenas y refuerza su calor natural. Es perjudicial para los jóvenes y los de temperamento caliente, produciéndoles enfermedades calientes, en las que caen rápidamente. Es necesario que, si la comen los que tienen temperamento caliente, después chupen granadas agrias y agraz.

[D-L, II, 74; Aver., f<sup>o</sup> 150; Dozy, II, 128; IB, n<sup>o</sup> 1542; IBkl., f<sup>o</sup> 301, n<sup>o</sup> 528]

Averroes dice que la miel es caliente y seca en segundo grado, muy dulce, y que es al mismo tiempo un alimento y una medicina, en especial para los ancianos, pues es el mejor alimento para ellos, pues les vuelve la sangre buena.

Ibn Buklārīš dice que se usa con frecuencia para sanar las fístulas y las úlceras malignas, y que si se hacen gárgaras con ella o se paladea cura los tumores de garganta y de las amígdalas, es diurética, y sirve

contra la tos, y tomándola caliente con aceite de rosas es útil contra las picaduras de los animales y como antídoto contra el envenenamiento por opio o por setas venenosas.

Dioscórides enumera sus múltiples virtudes y dice: “La mas excelente de todas las especies de miel, es la mas dulce, la aguda, la que da de si un suauissimo olor, la que tira al roxo, la enxuta, la graue, la firme, la solida, y finalmente la que es tan obediente y tractable, que haziendo de si correa, se va tras los dedos”.

### 137.- *al-Sukkar*.

Azúcar.

El azúcar, aunque no es un producto derivado de los animales, lo mencionaremos por su proximidad a la miel en su dulzor y en sus efectos. Es de naturaleza equilibrada, con tendencia al calor, pero no produce sed como la miel y es más nutritivo que ella, El azúcar de pilón (*al-sukkar al-tabar zad*) es la mejor de sus clases.

[D-L, II, 74; IB, n<sup>o</sup> 1198, 1199; Aver., f<sup>o</sup> 150; Šarḥ, n<sup>o</sup> 289; Sam., p. 174, n. 37; A. Díaz, *Recipes*, n. 95; Dozy, II, 20; IBkl., f<sup>o</sup> 289, n<sup>o</sup> 508]

Dioscórides dice que es una especie de miel concretada que se encuentra en una caña en la India y en Arabia, “a manera de sal; a la qual tambien se parece en desmenuzarse entre los dicentes muy facilmente. Es molificatiua del vientre esta miel mezclada con agua beuida, es conueniente al estomago; sirue a las enfermedades de la vexiga y de los riñones; y metida en los ojos. resuelve todas aquellas cosas, que obscurecen la vista”.

Ibn al-Bayṭār, citando a Ibn Māsawayh, dice que el azúcar de pilón (*sukkar ṭabar zad*, cuyo origen etimológico son las palabras persas *ṭabar zad* “cortado con hacha”, por la dureza de la tal azúcar, que requiere cortarla así) no es tan emoliente como la *sulaymānī*, ni como el alfeñique (*fānīd*).

### 138.- *al-Fānīd*

Alfeñique.

El alfeñique es caliente y húmedo, bueno para la tos.

[D-L, II, 74; IB, n<sup>o</sup> 1198; Alc., 97/36 *alfenique ffīnid o finīd*; Dozy, II, 284; Huici, p. 259]

La palabra *fānīd*, origen de nuestro arabismo “alfeñique”, procede del término persa *pānīd*, nombre de una especie de dulce confeccionado con harina de cebada, maná (*tarānṭubīn*) y azúcar. Según describe Leclerc, otras veces se hacía con azúcar, agua, miel y aceite de almendras dulces que, una vez cocida y hecha una masa viscosa se estiraba y se hacía en forma de dulces alargados.

Otras veces, este nombre indicaba sólomente un tipo de azúcar, sin refinar, y sometido a tres cochuras, y recibía también la denominación de *sukkar siṭzī* o “azúcar del Siṭyistān”, que se usaba como laxante y carminativo, y proporcionaba abundantes calorías.

Huici ofrece una “hechura de alfeñique”.

### 139.- *al-Tarānṭubīn*.

Maná.

El maná es como el azúcar, más sutil de contextura, y más emoliente que el azúcar.

[D-L, II, 74; IB, n<sup>o</sup> 408; IBkl., f<sup>o</sup> 351, n<sup>o</sup> 623; Šarḥ, n<sup>o</sup> 166, 386; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 259]

*Tarānṭubīn* es la forma árabe de la palabra persa *tarangabīn*, derivada de *tar* “verde, húmedo, y de ahí rocío” y *angabīn* “miel”, es decir “miel de rocío”, término con el que se denominaba a cierta exudación azucarada que aparece en el fresno (*Fraxinus excelsior* L.), llamado en árabe *šayarat al-dardār* o *lisān al-‘ašāfīr*, aunque este último nombre es más bien el del fruto del fresno. Esa exudación azucarada recibió el nombre de maná o de *riṣq*, y aparecía también en otras plantas del desierto, como el tamarisco o el taraje (*Tamarix nilotica* Ehrenb., var. *mannifera*).

Según Ibn Buklārīš, es emoliente, pectoral, conveniente para los que tienen fiebre, especialmente si se



mezcla con zumo de ciruela, de azufaifa o de sebestén, o con jarabe de violetas, y tomando una dosis de diez a veinte *miṭqāles* les calma el ardor de la calentura.

### Apartado sobre los dulces

140.-

A veces se hacen de la miel y del azúcar diversas clases de dulces, algunos de ellos con almidón fino, y con almendras, nueces y otras cosas.

Recordemos los que podamos:

141.- *al-Fālūday*.

*Fālūday*, dulce hecho de almidón y miel.

El *fālūday* es la mejor de las clases de dulces y la más nutritiva, pero a causa del almidón que contiene y de la apetencia del hígado por su dulzor, que lo atrae con rapidez, produce por ello obstrucciones en el hígado. Es necesario chupar después granadas agrias y beber encima ojimiél agrio.

[*Manṣ.*, n<sup>o</sup> 951; *K. al-Harb*, p. 178, n. 207; *Huici*, p. 106, 175, 253, 255, 260]

La palabra *fālūday* denomina a un dulce hecho esencialmente a base de miel y almidón, en una proporción de una libra de miel por cada dos onzas de almidón, y puesto al fuego lento se va removiendo, y se le va añadiendo por cada libra de miel cuatro onzas de aceite, y posteriormente media onza de cera por cada libra y media de miel, esparciéndole finalmente almendras partidas y un poco de sésamo. Una vez cocido, se vierte sobre una fuente y se corta en alcorzas. *Huici* ofrece, aparte de esta receta fundamental, otras varias con diversos ingredientes, para darle un sabor distinto.

El término es de origen persa, derivado de *fālūdah*, ‘prensado, exprimido, removido’, aludiendo quizá a la forma de elaborarlo, o al resultado final.

142.- *al-Jabīs*.

*Jabīs*. Dulce de miel, manteca y almidón, u otros ingredientes.

El *jabīs* produce, como el *fālūday*, obstrucciones y aun más, pero tiene menos alimento. Se corrige con lo mismo que se corrige el *fālūday*.

[*Huici*, p. 78, 100, 101, 103, 109; *K. al-Harb*, p. 165, n. 91; *Manṣ.*, n<sup>o</sup> 379; *Dozy*, I, 349]

*Jabīs* es una palabra de origen arameo o siríaco, procedente de *ḥabīšo* “revoltijo”, dulce originariamente compuesto de harina, manteca y miel, pero que luego llegó a tener muy diversos ingredientes, hasta constituir más una comida que un postre, como dice *Ibn al-Ḥaššā*, que ofrece una descripción detallada de la manera de prepararlo, a base de sémola de trigo, miel y azúcar cande.

*Huici Miranda* presenta varias recetas de este suculento dulce, y otra de granadas y agua de rosas, además de otras variantes con huevos o con carne.

*Manuela Marín* dice que se compone en esencia de *dibs*, harina y almidón, y tiene la consistencia de una jalea, y que en ocasiones se le añade azúcar, miel y almendras.

*Corriente* dice que es un dulce de dátiles, nata y miel.

143.- *al-Qatā’if*. *Qatā’if*, dulces hechos de sémola, azúcar, miel y almendras y otros ingredientes hojaldrados.

Los *qatā’if* son pesados y difíciles de digerir, producen obstrucciones y proporcionan mucho alimento. Los que se hacen con nueces, almendras, alféncigos, ajonjolí y linaza producen dolor de cabeza y son indigestos, nutren al cuerpo y son perjudiciales para los jóvenes, sobre todo en la época estival. Se corrigen de un modo similar o como se hace con el *jabīs*.

Los que se hacen con aceite de almendra son más bien equilibrados.

[IB, n<sup>o</sup> 1815; Mans., n<sup>o</sup> 1004; Huici, p. 99 y 147; K. al-Ḥarb, p. 152, n. 11; Dozy, II, 376]

Ibn al-Ḥaššā', explica que es una clase de comida, llamada en el Magreb *mušahhada*, y en Ifriqiya (el actual Túnez) *mutanfasa*, y que la gente de oriente le mezclan a su masa azúcar, almendras, alfóncigos y otros ingredientes, siendo verdaderos especialistas en su confección.

Manuela Marín dice que son una especie de pasteles de hojaldre.

Dozy ofrece una receta de *qaṭā'if*: pasta hecha con flor de harina, bien batida y amasada, que se van echando sobre una sartén, con manteca fundida o aceite de sésamo, y cuando se sacan se les vierte encima miel o uvate. Otras veces se forman un pastel, con varias capas, rellenas de nueces y rebozado de miel.

Huici ofrece una receta muy simple.

#### 144.- *al-Zalābiyya*.

*Zalābiyya*, especie de pestiño de miel y almendras.

La *zalābiyya* es la más rápida de digerir de todas las clases de dulces, por la levadura que contiene.

[Manş., n<sup>o</sup> 527; IB, n<sup>o</sup> 1121; Huici, p. 245-246; K. al-Ḥarb, p. 152, n. 9; Dozy, I, 598]

*Zalābiyya* es palabra de origen persa, del nombre de un dulce, *zoleybiyā*, cuyo significado parece ser el de "rejas" o "enrejado" por la forma que se le da a la pasta de dicho dulce, como describen Ibn al-Ḥaššā' y el autor del *Kiṭāb al-Tabīj* editado y traducido por Huici, que presenta una "hechura de *zalābiya*". Ambos dicen que la masa contenida en un recipiente agujereado se va dejando caer sobre la sartén a la manera de los actuales churros o tejerings, dándole la forma que se desee, como anillos, rejas, etc., procurando que el aceite esté muy fuerte para que la masa no se pegue en la sartén. Una vez fritos, se sacan con cuidado y se echan en miel, hasta que se empapan. Ibn al-Ḥaššā' dice que en oriente, en su tiempo, se llamaban *ḥamlaqa*. Ibn al-Bayṭār dice que son más ligeros que los *qaṭā'if* y que se digieren rápidamente, buenos para la tos, el pecho y el pulmón.

#### 145.- *al-Gabīt*.

*Gabīt, qabīt*, especie de dulce.

Los dulces de *Gabīt* alimentan el cuerpo, sin producir obstrucciones, porque se cuajan sin almidón.

Y hemos dejado las demás clases de dulces [*Fol. 99r*], porque nos hemos propuesto ser concisos.

[Huici, p. 254; Manş., n<sup>o</sup> 1005]; Dozy, II, 302]

Aunque al-Arbūlī ofrece una lectura muy clara de esta palabra con *gayn*, sabido es que el *qāf*, en occidente, se escribía con un sólo punto arriba, con lo que la confusión de ambas letras no es de extrañar, sobre todo teniendo en cuenta que en muchos sitios el *qāf* se pronuncia como una /g/ suave.

Ibn al-Ḥaššā' dice que es una especie de pan relleno de azúcar, almendras y alfóncigos o pistachos.

La receta que presenta Huici, aparte de estar incompleta, es algo confusa e ininteligible.

### CAPITULO IX.- Sobre las frutas frescas y secas

#### 146.- *al-Tīn*.

Higos.

Los higos son calientes en primer grado, y los frescos son de complexión húmeda. Los que son frescos y se secan están equilibrados en humedad y sequedad y proporcionan un buen alimento. La sangre generada por ellos es mejor que la producida por las demás frutas de verano. Son rápidos de digerir y emolientes. Sirven contra la tos y limpian el pecho, el pulmón y los riñones, pero cuando se abusa de ellos producen prurito, sarna y tiña. Hay que chupar después granos de granada agria y tomar encima ojimiél agrio.

[D-L, I, 145; IW, p. 117; IWaf., f<sup>o</sup> 56a; IBkl., f<sup>o</sup> 355, n<sup>o</sup> 633; Aver., f<sup>o</sup> 154; Dozy, I, 156; Font Quer, p. 121, n<sup>o</sup> 56; IMās., n<sup>o</sup> 51]

Fruto de la *Ficus carica* L., var. *sativa*. Averroes dice que todas las clases de higos son emolientes, aunque los verdes menos, y más los silvestres. El agua en que se han cocido largamente higos es como una especie de miel.

Ibn Buklārīš dice que si se cuecen con harina de cebada y alholva y se emplean como emplasto resuelven los tumores. El mejor es el albar, de piel delgada y de pocas semillas. Se corrigen los higos secos, comiéndolos con almendras o nueces.

Los frescos son diuréticos, aunque producen gases. Los mejores son los blancos y se corrigen pelándolos y tomando después un poco de ojimiél.

147.- *al-'Inab*.

Uvas.

Las uvas son parecidas a los higos en excelencia, siendo la sangre generada por ellas excelente. Las mejores uvas son las que tienen mucho zumo y piel fina. Ablandan el vientre. Las uvas que han llegado a su grado máximo de dulzor son calientes y húmedas. Las agrias son de complejión fría y seca.

[D-L, v, 3; IB, n<sup>o</sup> 1595; IBkl., f<sup>o</sup> 303, n<sup>o</sup> 535; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 181, 236, 270; IMās., n<sup>o</sup> 50; Dozy, II, 178; Font Quer, n<sup>o</sup> 328, 331; Aver., f<sup>o</sup> 153]

Es el fruto de la *Vitis vinifera* L.

Según Ibn Māsawayh producen flatulencia en el estómago, aunque generalmente lo relajan.

Ibn Buklārīš: Calienta el cuerpo, producen flato, ablandan el vientre, y hay que comerlas sin pellejo ni granos. La uva dulce es diurética, siendo las mejores las maduras, de piel fina.

Dioscórides: "Perturban todas las vuas frescas el vientre, y hinchan mucho el estómago. No son tan dañosas con harto las que después de cogidas, estuuieron algun tiempo colgadas, por quanto perdieron así gran parte de aquella humedad superflua (...)".

148.- *al-Hiṣrim*.

Agraz, uva verde.

El agraz es más frío y seco [que la uva]. Es áspero para la garganta y dañino para los que tienen tos, y bueno para apagar [el ardor de] la sangre.

La más nutritiva de las uvas es la que queda en el invierno, como nuestras famosas uvas de la costa.

[D-L, V, 6; IB, n<sup>o</sup> 679; IW, p. 118; Sam., p. 248; Aver., f<sup>o</sup> 133; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 181; Dozy, I, 295]

Es el agraz, o uva verde, sin madurar, del que dice Dioscórides: "El Omphacio es çumo de las vuas Thasias, o Amineas, muy acerbos y verdes, el qual se tiene de esprimir el verano antes del nacimiento de la Canicula, y assolearse en vn vaso de cobre roxo, atapado con lienço, curiosamente hasta que venga espessarse. (...) Es vtil el Omphacio a las llagas hinchadas, a la campanilla, a las llagas que en la boca se engendran, a las enzias dissolutas y relaxadas (...) Deshecho con vinagre sirue contra las llagas antiguas y enfistoladas, y contra aquellas que van cundiendo".

149.- *al-Zabīb*.

Pasas.

La complejión de las pasas depende de las uvas de las que se hacen, y son nutritivas como ellas. Las pasas que son muy dulces son calientes y húmedas, proporcionan mucho alimento y confortan el hígado por la propiedad que tienen. Deben comerlas quienes tengan insuficiencia hepática, y si las comen asiduamente los enfermos del hígado, fortalecen sus hígados, y a menudo se ayudan con electuario de rosas.

Quienes quieran retener el vientre deben tomarlas con sus huesos, y quienes quieran ablandar el vientre, sin ellos, y que tome después agua fría.

[D-L, V, 4; IB, n<sup>o</sup> 515; IBkl., f<sup>o</sup> 149, n<sup>o</sup> 234; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 158; Gaf., p. 182; IMās., n<sup>o</sup> 64; Dozy, I, 578]

Es el fruto desecado de la *Vitis vinifera* L.

Ibn Māsawayh dice que si comen con su cascabillo sirven contra los dolores intestinales, y si se comen sin huesos suavizan la garganta, el pecho y los pulmones.

Ibn Buklārīš dice que las pasas son buenas para la tos y las enfermedades del pecho y del pulmón, y para los dolores de riñones y vejiga y son emolientes. Si se majan suavemente en vinagre y se aplica sobre una uña que se mueve hace que se desprenda. Las mejores son las secadas al sol, sin huesos. Se corrigen bebiendo después un poco de vinagre.

#### 150.- *al-Mišmiš*

Albaricoques.

Los albaricoques son fríos y húmedos, rápidos de digerir y en salir del estómago. Si se toman después de la comida, ésta se descompone y se corrompe rápidamente. Deben, pues, tomarse antes de la comida [Fol. 99v] e ingerir un electuario de jengibre después.

[D-L, I, 131; Manş., n<sup>o</sup> 706; Aver., f<sup>o</sup> 134; IB, n<sup>o</sup> 274, 419, 2136; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 45; *Šarh*, n<sup>o</sup> 233; Ibn ‘Awwām, I, 313-315; Ghaleb, n<sup>o</sup> 21442; Bedevian, n<sup>o</sup> 2836]

*Mišmiš* es un nombre de origen siríaco, de lo que en occidente se llamaba *barquq*, derivado del latín “*praecox-cis*”, y que ha dado nuestro “albaricoque” y las denominaciones que este fruto tiene en francés, inglés y otras lenguas.

Es el fruto de la *Prunus armeniaca* L. = *Armeniaca vulgaris* Lam.

#### 151.- *al-Jawj*

Melocotón.

Los melocotones son fríos y húmedos y generadores de flema. El alimento producido por ellos se descompone rápidamente. El melocotón conocido por el nombre de “pintón” (*balaq*) es más rápido de digerir y en transformarse. Debe tomarse después mermelada de jengibre.

[D-L, I, 131; IB, n<sup>o</sup> 830; IBkl., f<sup>o</sup> 363, n<sup>o</sup> 646; IMās., n<sup>o</sup> 52; *Šarh*, n<sup>o</sup> 314, 397; Ibn ‘Awwām, I, 315; Aver., f<sup>o</sup> 134; Dozy, I, 140; Font Quer, n<sup>o</sup> 223; Bedevian, n<sup>o</sup> 2847]

Es el fruto de la *Prunus persica* Stokes = *Persica vulgaris* Mill. = *Amygdalus persica* L., conocidísimo árbol de la familia de las rosáceas.

Ibn Māsawayh sólo dice que daña a los nervios.

Averroes e Ibn al-Bayṭār dicen que es frío y húmedo, que engendra pituita y se corrompe fácilmente en el estómago.

Al-Rāzī y Avicena le atribuyen cualidades afrodisíacas.

Averroes dice que su jugo mata las lombrices intestinales.

#### 152.- *al-Rummān*

Granada.

Hay granadas dulces y agrias. Las dulces tienen la complexión equilibrada en calor y son húmedas. Las mejores de las dulces son las pequeñas. Y son una de las cosas que sirven contra la tos y la aspereza del pecho. Proporcionan mucho alimento al cuerpo.

Las agrias son frías de complexión, más que las dulces. Calman el ardor de estómago, apagan la bilis, despiertan el apetito y retienen el vientre. Sus huesos son más efectivos para esto que sus granos. Dice Hipócrates que una mujer sufría dolor de corazón y se lo calmaba el zumo de granada agria con *sawīq* de cebada. Según parece, el dolor procedía de un humor ácido bilioso que se vertía en la boca del estómago, y el zumo de granada calmaba su acritud, mientras el *sawīq* de cebada lo curaba, si Dios quería.

[D-L, I, 127; IB, n<sup>o</sup> 1058; IW, p. 120; Aver., f<sup>o</sup> 134; IBkl., f<sup>o</sup> 337, n<sup>o</sup> 597; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 94, 180, 287; *Šarh*, n<sup>o</sup> 75, 219, 241, 243; IMās., n<sup>o</sup> 46; Bedevian, n<sup>o</sup> 2880; Font Quer, n<sup>o</sup> 275]

Es el fruto de la *Punica granatum* L., que da nombre a la familia de las puniáceas.

Ibn Māsawayh dice que calma el desvanecimiento producido por la bilis y por las quemaduras.

Averroes dice que hay dos tipos, la agria y la dulce, y que entre sus cualidades está el evitar que los alimentos se corrompan en el estómago. Son muchísimas las comidas en las que entraba como ingrediente, y se cuenta en multitud de casos como remedio para los efectos nocivos de muchos alimentos y medicinas.

153.- *al-Safarýal*.

Membrillo.

Hay membrillos dulces y agrios. Ambos confortan el estómago y despiertan el apetito. El agrio tiene estas propiedades más acentuadas, pero es más dañino para el pecho y para la tos que el dulce. Deben comerse después almendras, alfeñiques y jarabe de agua de rosas.

[D-L, I, 131; Aver., f<sup>o</sup> 134; Sam., p. 251; Gaf., p. 183; IBkl., f<sup>o</sup> 287, n<sup>o</sup> 503; IMās., n<sup>o</sup> 47; Bedevian, n<sup>o</sup> 1304; Font Quer, n<sup>o</sup> 213]

Es el fruto de la *Cydonia vulgaris* Pers. = *Cydonia oblonga* Mill. = *Pyrus cydonia* L., árbol conocido de la familia de las rosáceas.

Averroes dice que son más bastos que las peras, y más astringentes. Producen astringencia en el estómago y cortan la sed.

Ibn Buklāriš dice que curte el estómago, es diurético, retiene el vientre, corta las hemorragias, y extingue la bilis amarilla generada en el estómago. Es bueno contra las palpitaciones, la diarrea y los vómitos, en especial el más agrio. Se corrigen sus efectos nocivos cociéndolos y comiéndolos con miel.

154.- *al-Tuffāh*.

Manzana.

Las manzanas las hay también dulces y agrias. La dulce conforta el estómago y el hígado y proporciona un buen alimento. Produce gases y flatulencia y perfuma el olor del sudor.

La agria es más fría y más seca que la dulce y sirve para los que tienen tos. Conforta el estómago y el corazón calientes y es perjudicial para la tos. Es necesario corregirla con lo que se corrige el membrillo.

[D-L, I, 131; IBkl., f<sup>o</sup> 353, n<sup>o</sup> 630; IB, n<sup>o</sup> 417; IW, p. 117; Aver., f<sup>o</sup> 134; *Tuhfa*, no 152, 391; IMās., n<sup>o</sup> 48; Bedevian, n<sup>o</sup> 2899; Font Quer, n<sup>o</sup> 214]

Es el fruto de la *Pyrus malus* L. = *Malus communis* Poir. = *Malus sylvestris* Mill.

Ibn Māsawayh las cree buenas para el estómago, y que constituyen un antídoto contra los venenos, pero que pueden causar daño a los nervios.

Averroes dice que la manzana dulce es moderadamente caliente y húmeda, y la agria, fría y seca, y que conforta los órganos principales, en especial el corazón, y el cerebro, gracias a su aroma.

155.- *al-Kummatrà*.

Pera.

Es el *inýās*. La que está madura es de compleción equilibrada, su alimento es bueno y es más nutritiva que el membrillo y [Fol. 100r] retiene el vientre si se toma antes de la comida, y lo ablanda si se toma después.

Las verdes son muy astringentes y producen una gran retención de vientre, si se toman antes de la comida y producen cólico y ventosidades. Tiene la propiedad de formar cálculos en los riñones. Deben tomarse después *ýawārišāt* (confecciones digestivas) picantes.

[D-L, I, 132; IB, n<sup>o</sup> 1963; IBkl., f<sup>o</sup> 215, n<sup>o</sup> 362; Sam., p. 177, 222; Manş., n<sup>o</sup> 606; Aver., f<sup>o</sup> 134; *Tuhfa*, n<sup>o</sup> 221; *Šarh*, n<sup>o</sup> 187; IMās., n<sup>o</sup> 49; IWāf., f<sup>o</sup> 41a; Bedevian n<sup>o</sup> 2893; Dozy, II, 487]

Es el fruto del *Pyrus communis* L., conocido también en árabe con el nombre de *inḡās* o *īḡās*, aunque éste también se aplica a la ciruela, con la consiguiente confusión.

Ibn Māsawayh dice que producen cólico en el estómago.

Ibn Buklārīš dice que las que son agrias y astringentes curten el estómago, y que entra a formar parte de muchos emplastos, siendo mejores para ello las maduras que las verdes. Si se abusa de ellas, dañan el intestino. Tomándolas después de la comida retienen el vientre y debilitan el estómago, siendo preferible tomarlas en ayunas, porque son astringentes y confortan al estómago, a no ser que el que las come necesite laxar su vientre.

156.- *al-Utrūḡy*.

Toronja.

En la toronja hay virtudes diferentes. Su cáscara es caliente y seca. Su pulpa es fría y espesa. Su zumo es frío y sutil. Su cáscara conforta el estómago y produce un buen eructo. Conforta el estómago más que cualquier medicina, perfuma el olor del sudor y hace desaparecer el olor de ajos y cebollas. Su pulpa genera un humor espeso, frío, flemático y pesado. Es necesario comer las cáscaras con la pulpa, y tomar después miel, y mermelada de jengibre.

Su zumo es frío y ligero, apaga la bilis con su fuerza, y sirve contra las palpitaciones y el desvanecimiento producidos por el calor.

El aceite que se extrae de sus granos sirve contra las almorranas.

[D-L, I, 131; Dozy, I, 8; Bīr., p. 69; Gāf., p. 177; Sam., p. 224; IB, n<sup>o</sup> 16; *Tuḡfa*, n<sup>o</sup> 21; *Šarḡ*, n<sup>o</sup> 1; Bedevian, n<sup>o</sup> 1072; Font Quer, n<sup>o</sup> 307]

Es el fruto de la *Citrus medica* L., var. *cedrata* Risso.

Su acción es aromática y estimulante.

157.- *al-Iḡās*.

Ciruela.

La ciruela, que es el 'ayn, es fría y húmeda. Ablanda el vientre y es buena para los jóvenes, si las comen enfriadas con nieve en un día de intenso calor. Si las comen los viejos y los de temperamento frío, les sirve contra la tisis.

[D-L, I, 137; *Tuḡfa*, n<sup>o</sup> 45; *Šarḡ*, n<sup>o</sup> 13; Aver., f<sup>o</sup> 134; IMās., n<sup>o</sup> 53; Bedevian, n<sup>o</sup> 2846; Dozy, II, 197; Font Quer, n<sup>o</sup> 222]

Es el fruto de la *Prunus domestica* L. = *Prunus divaricata* Ledeb.

Como se ve, comparando con el número 155, hay cierta confusión para denominar a la pera, la ciruela y el albaricoque. Anteriormente apareció *inḡās* como otro nombre de la pera, y ahora otra variante de esa palabra para designar a la ciruela. El nombre que aparece aquí, 'ayn, naturalmente está abreviado, ya que la expresión completa con que designaban los andalusíes a la ciruela era 'ayn *al-baqar*, es decir "ojo de vaca" que Averroes emplea en una sola palabra compuesta 'abqar.

Ibn Māsawayh dice que las ciruelas, gracias a su frescor y viscosidad, arrastran la bilis que haya en el estómago y en los intestinos, expulsándola.

158.- *al-Ṭal' wa-l-ḡummār*.

Espata y médula de palmera.

La espata y la médula de palmera son frías y secas y producen dolor de cabeza. Generan semen y leche, son dañinas para el estómago y retienen el vientre. Se corrigen sus efectos tomando después electuario de hierbabuena.

[D-L, I, 109; IB, n<sup>o</sup> 1473; Mans., n<sup>o</sup> 581; y 270; *Tuḡfa*, n<sup>o</sup> 107; *Šarḡ*, n<sup>o</sup> 68 y 176; IBkl., f<sup>o</sup> 93, n<sup>o</sup> 127; Ibn 'Awwām, I, 323; Aver., f<sup>o</sup> 155; Bedevian, n<sup>o</sup> 2642]

La espata de la palmera (*Phoenix dactylifera* L.) es la parte que envuelve los órganos de la

fructificación. Ibn al-Bayṭār dedica un largo artículo a la espata de palmera y ofrece los nombres de las diferentes partes, muy conocidos naturalmente de los habitantes del desierto, y explica como se produce la fecundación de las palmeras. Ibn Māsawayh dice que la espata es más seca que la médula, permanece mucho tiempo en el estómago y estriñe. Su exceso puede producir dolores de estómago y cólicos, y para evitarlos hay que comerla cocida en agua con mostaza, garo, vinagre, pimienta, aceite, alcaravea, ruda, perejil, menta y tomillo.

De la médula de palmera dice Ibn Buklārīš que suaviza la acritud de la sangre, corta la bilis, retiene el vientre y es lenta de digerir. Hay que comerla cocida o asada.

159.- *Tamr al-najl*.

Dátiles.

Los que están maduros son muy nutritivos. Son calientes, húmedos y espesos. Generan sangre y semen, enfrían las vísceras, engruesan el hígado y el bazo, y forman cálculos en los riñones. Estropean los dientes, si se abusa de ellos. Es necesario beber después jarabe de ojimiel y enjuagarse la boca con vinagre.

Los dátiles verdes retienen el vientre, producen cólico y ventosidades pero confortan el estómago. Hay que tomar después electuario de jengibre o de tomillo.

[D-L, I, 125, 126; IBkl., f<sup>o</sup> 79, n<sup>o</sup> 98, s.v. *balah*; Bedevian, n<sup>o</sup> 2642]

Ibn Buklārīš dice que el dátil es frío y seco en segundo grado, y entre sus propiedades destaca la de curar la boca, las encías y el estómago, aunque es malo para el pecho y los pulmones, a causa de su aspereza, y tarda en salir del estómago. Impide la diarrea.

160.- *al-Mawz*.

Plátanos.

Los plátanos son calientes, húmedos y secos (*sic*). Sirven contra la aspereza de la garganta. Son lentos [de digerir] (...)

[IBkl., f<sup>o</sup> 253, n<sup>o</sup> 439; Bedevian, n<sup>o</sup> 2344; Ghaleb, n<sup>o</sup> 22443, 22449]

Es el fruto de la *Musa paradisiaca* L. o *Musa sapientum* L.

Ibn Buklārīš dice que es caliente y húmedo en primer grado. Como sucedáneo menciona a la manzana dulce, y dice que en el plátano hay propiedades diferentes. Cuando está muy maduro es más caliente y húmedo. Su alimento es escaso, y es útil contra la aspereza del pecho, del pulmón y de la garganta, pero si se abusa de él, da pesadez al estómago. Si una persona de compleción fría toma demasiados plátanos, tiene que beber después aguamiel y tomar jengibre en mermelada.

الباب ج في اللحوم

- ٣٢ - لحم الحويّ - أفضل لحوم الحيوان الماشي لحم الحوليّ  
المستكمل من الحملان وألده طعما وأحمده غداء ، والدم  
المتولّد عنه دم محمود ، سريع الانهضام ، كثير الألفة لأبداننا.<sup>٨١</sup>
- ٣٣ - وبعده في الجودة لحم الكبش الثنيّ لأنّه أقلّ رطوبة وأعدل  
مزاجا من لحم الخرفان والنعاج ، وهو يستحيل إلى دم محمود  
بعيد من البلغم ، وهذا لا يحتاج أن يصلح أصلا .
- ٣٤ - لحوم الخروف - حارّة رطبة<sup>٩٠</sup> ، أرطب من لحم الكبش الثنيّ .  
فيه لزوجة مزلّقة للمعدة ، فيحذر قبل تمام طبخه ، ولا سيما  
إنّا وجد المعدة ضعيفة ، وينبغي أن يطبخ بالكزبرة اليابسة

٨١ في الأصل: لا بداسا . (٩٠) في الأصل: حار رطب .



لتوقفه في المعدة .

٣٥ - لحم الكباش الهرم - أيسس لحوم الكباش وأنمها مزاجا والدم

المتولد عنه رم غليظ جاف لا لذانة فيه لاستيلاء<sup>١١</sup> اليبس

عليه وينبغي أن يكثر فيه من الشحم والزيت والأتابل الحارة .

٣٦ - لحم النعاج الراضعة - هي أكثر رطوبة من لحم الخرفان الصغار

وأقل حرارة ، وأكثر لزوجة ، فإن كانت حولية كان لحمها ( ص

٩٠ ظ ) أحسن وأقل رطوبة .

٣٧ - لحم البقر - أما لحوم البقر المستكملة فباردة ، غليظة ، عسيرة

الهضم ، مولدة للخلط السوداوي ، تولد أمراضا سوداوية وهي

توافق أصحاب الكد والتعب . وأما لحوم البقر الفتية فباردة إلى

الرطوبة ما هي ، وهي أحسن مزاجا وأجود كيموسا<sup>١٢</sup> .

٣٨ - لحم العجاجيل الرضيع - أما لحم العجاجيل فغذاؤه غذا<sup>١٣</sup>

(٩١) في الأصل: لاستلا . (٩٢) في الهامش: ظ ان لحم الخنزير هو أفضل الحيوان الصغار / مقالة ك ريانوموني .  
ظ الحيوان البرية غذايها ليس فيها فضول/ فيه (كدا في الأصل) . ح ومتى جعل مع لحوم البقر بزر البطيخ هراه  
وكدا لكفتوره ولم يطل البطة في المعدة وطرى لحم البقر نافع للمحرورين صار لاصحاب البلغم والسودا - (كدا في الأصل) .

معتدلا لأن رطوبة سنّه تعدّل بيس مزاجه والدم المتولّد منه دم محمود ، وهو مثل الحولي<sup>١٣</sup> من الضأن في الجودة والفضيلة ، وفيه عطريّة تدلّ على جودة كيموسه<sup>١٤</sup> ، وإنائها أفضل من نكورها

٣٩ - لحم المعز - أمّا الهرم منه فلا خير فيه ، يوّلّد أمراضا سوداويّة وهو كثير اليبس ، ويجب<sup>١٥</sup> أن يصلح بأن يكثر فيه من الشحم والأدهان والأتابل<sup>١٦</sup> الحارّة . وأمّا الفتّي فحسن الغذاء مقرب للاعتدال ، يوّلّد دما محمودا مائلا إلى اليبس قليلا ويجب أن يؤكّل معه كثير<sup>١٧</sup> الشحم .

٤٠ - وأمّا لحوم الجدى الرضيع - فلذيذ الطعم ، محمود الغذاء ، والدم المتولّد عنه دم محمود ، معتدل يبرى من كلّ زمّ ، لأنّ رطوبة سنّه تعدّل بيس مزاجه<sup>١٨</sup> وكذلك كلّ حيوان يابس المزاج صغيره أفضل من كبيره<sup>١٩</sup> فإنّ رطوبة سنّه تعدّل بيس مزاجه

(٩٣) في الأصل: العلي . في الهامش: بظان في لحم العجل عطرية وان انائها افضل من نكورها . (٩٤) في الأصل: كيمسه . (٩٥) في الأصل: يجيب . (٩٦) في الأصل الاثابل . (٩٧) في الأصل كثر . (٩٨) في الهامش طران الجدى الرضيع يبرى من كل زم . (٩٩) في الأصل كره .

وطبعه ، وهو مع هذا لطيف الجوهر ، صالح لمن قلّت رطوبته  
ومن ضعف هضمه مثل الناقهين من الأمراض .

٤١ - لحم الخصيّ - وأما لحم الخصيّ من الحيوان فلبرد وأرطب من  
لحم من لم يخص<sup>١٠٠</sup> وهو لذيد ، يتولّد عنه دم محمود ، وهو  
أسرع هضما ، وما كان منه سمينا جدّا فهو مرخ للمعدة ،  
مطلق للبطن ، والمهزول منه بضدّ ذلك ، وينبغي أن يشرب  
على السمين منه شراب السكجيين السفرجلّي وأن يكثر في  
المهزول من الدهن .

٤٢ - وأفضل هذه<sup>١٠١</sup> اللحوم لمن كان كثير الكدّ والتعب (ص ٩١ و )  
لحوم الضأن المستكملة ولحم البقر غير المسمن ، ومن لحوم  
المعز ما قد<sup>١٠٢</sup> خصي .

٤٣ - وأفضل اللحوم لمن كان قليل الرياضة كثير الراحة لحم الجداء

(١٠٠) في الأصل: يخصي . (١٠١) في الأصل: هذا . (١٠٢) في الأصل: قد .

ومن الطير لحوم الدجاج ، وأما لحوم الأرانب والقشليات  
والأياكل والحمر الوحشية<sup>١٠٣</sup> ، فكلها رديئة<sup>١٠٤</sup> تولد خلطا  
سوداويًا .

٤٤ - وأغلب هذه<sup>١٠٥</sup> اللحوم لحوم الجمال . وتركنا ذكر هذا من  
الحيوانات لقلّة استعمالها ، ولأنّ قصدنا الاختصار ، وينبغي  
أن تطبخ هذه اللحوم<sup>١٠٦</sup> بالزيت الكثير وبكثير الأبخار الحارّة .

#### فصل في أعضاء المواشي

٤٥ - العضل - معتدل ولا سيّما وسطه ، والدم المتولد عنه دم  
معتدل .

٤٦ - لحم الرؤوس<sup>١٠٧</sup> - غليظ ، بطيء الهضم ، كثير الغذاء ، يولد  
دما بلغميًا ويوافق أصحاب السعال ويزيد في المنى ، ويجب  
أن يؤكل بصباغ الخردل .

(١٠٣) في الأصل : الوحشي . (١٠٤) في الأصل : رديئة . (١٠٥) في الأصل : هذا . (١٠٦) في الأصل : هذا .  
(١٠٧) في الأصل : الروس

- ٤٧ - الدماغ - بارد ، رطب ، لذيذ ، مغث ، رديء للمعدة ، ومثّ العظام الدّ من الدماغ وأكثر غذاءً ، وإذا أكثر منه أغشى ، ورطب البدن ، وينبغي أن يؤكل بالصعتر والملح والفلفل .
- ٤٨ - وأمّا الأكاريع والشفاء والآذان والأعضاء العصبية فكلّها باردة ، يابسة ، قليلة الغذاء ، ويجب أن يكثر فيها من الزيت والمرّ .
- ٤٩ - لحم الثدي والخصى - هذان العضوان لحمها رخو شبه بالفرد ، فهما يولدان دما مائلا إلى البلغم ، وفيها مع ذلك زهومة تدلّ على رداءة كيموسه<sup>١٠٨</sup> لآكلها أن يأكلها بالفلفل والملح والصعتر . وأجود الخصى خصى الديوك<sup>١٠٩</sup> المسنّة .
- ٥٠ - وأمّا العين - فمرگبة من شحم وعضل فهي مختلفة المزاج تولّد دما محمودا<sup>١١٠</sup> الغذاء وهي لذيدة سريعة الهضم ، وينبغي أن يؤكل بالملح والصعتر .

(١٠٨) في الأصل: كيمسه . (١٠٩) في الأصل: الدموك مصحّح في البهاض: الديوك . (١١٠) في الأصل: محمودا .

٥١ - الكبود - مزاجها حار رطب وهي لذيذة<sup>١١١</sup> الطعم ، غليظة تغذى البدن غذاء كثيرا و ( ص ٩١ ظ ) ينبغي أن يؤكل بالصعتر والمرى النقيع .

٥٢ - الطحال - قليل الغذاء ، يولد دما سوداويًا .

٥٣ - القلب - غليظ ، عسير<sup>١١٢</sup> الانهضام ، تغذى البدن غذاء كثيرا وينبغي أن يصنع بصباغ الخردل .

٥٤ - وأما لحم الكلى فبارد ، عسير<sup>١١٣</sup> الانهضام ، رديء بسبب ما فيه من كفيّة البول ، وينبغي أن يؤكل بالفلفل .

٥٥ - وأما الشحم والسمن فلذيذان جدا ، مرخيان للمعدة ، ولذلك يحتاج أن يؤكلا بالملح والفلفل وصباغ الخردل .

### الباب ر في لحوم الطير

٥٦ - أفضل لحوم الطير لأبدان الناس ، ولا سيما<sup>١١٤</sup> من قلت رياضته ،<sup>١١٥</sup>

(١١١) في الأصل: لذلة . (١١٢) في الأصل: عسير . (١١٣) في الأصل: عسر . (١١٤) في الأصل: لسيما . (١١٥) في الأصل: رياضته .

لحوم الدجاج ومن الحيوان الماشي لحم الجداء<sup>١١٦</sup> ، وقد ذكرته  
 وذكر<sup>١١٦</sup> ابن رشد أنّ للحوم الدجاج خاصّة عجيبة في تعدّد  
 المزاج ، وذكر أنّ مرّقها يشفي المجدومين<sup>١١٧</sup> ونقل أنّ أدمغتها  
 تزيد في جوهر الدماغ ويحسن الفكر . ومن لحوم الطير المحمور  
 لحم الحجل وهي كآنها دجاجة بريّة وهي ممّا ينتفع فيها في  
 إمساك البطن ، وذكر ابن رشد أنّها متى سلت كانت<sup>١١٨</sup> أقوى  
 في ذلك<sup>١١٩</sup> . ويتلوا<sup>١٢٠</sup> لحم الحجل لحم الطيهوج<sup>١٢١</sup> ولحم اليمام  
 حسن الغذاء جدّاً ، يقوّى الفكر<sup>١٢٢</sup> ويذكي الدهن<sup>١٢٣</sup> .

٥٧ - وأمّا العصافير - فريضة<sup>١٢٤</sup> الغذاء ، يسرع الدم المتولّد عنها  
 إلى الاشتعال<sup>١٢٥</sup> ، وينتفع بذلك المبرودون ، وينبغي أن يتسوّق  
 العصافير المسمّنة في البيوت فإنّها تهيج الأبدان المستعدّة  
 للحمي وتوقعها فيها . وأدمغة العصافير تهيج الباه وتزيد

(١١٦) في الأصل: وقد ذكرته وذكر . (١١٧) في الأصل: المجدومين . (١١٨) في الأصل: كانت .  
 (١١٩) في الأصل: ذلك . (١٢٠) في الأصل: يتلوا . (١٢١) في الأصل: الرطهوج . (١٢٢) في الأصل: الفكر .  
 (١٢٣) في الهامش: حمل الدجاج (كذا) - إن الحجل السليقة امسك البطن (كذا) - ابن ماسويه: لحم القبع حار رطب  
 يزيد في الباه وسم الجسم الخون يشد المعدة . . (١٢٤) في الأصل: فريضة . (١٢٥) في الأصل:  
 الاستعمال ، صحّح في الهامش: الانتعال .

فيها زيادة ظاهرة ، وما كان منها صغيرا فهو أقوى في ذلك<sup>١٢٦</sup>  
وهو أسرع انهضاما ، وما كان من العصافير ضعيفا الطبيعة  
يحتاج أن يعدل مزاج العصافير بالقرع<sup>١٢٧</sup> ورؤوس<sup>١٢٨</sup> الخس  
وللعصافير قوة في تفتيت الحصة ( ص ٩٢ و ) ، نقل ذلك ابن  
زهر .

٥٨ - وأما لحم الحمام - فحار يابس وفي مزاجها مع ذلك<sup>١٢٩</sup> رطوبة  
فضلية تدل على ذلك<sup>١٣٠</sup> ثقل حركتها كما أنه يدل على حرارتها  
لمسها وسرعة هضم الأغذية فيها ولذلك<sup>١٣١</sup> ذكروا<sup>١٣٢</sup> أن الذين  
يريدون صقال الجوهر يطعمونه<sup>١٣٣</sup> فراخ الحمام ويذبحونها ساعة  
إطعامها ويخرج الجوهر مصقولا<sup>١٣٤</sup> لكن يقل مقداره<sup>١٣٥</sup> وكثيرا ما  
يتفق ذلك<sup>١٣٦</sup> إذا أبطئ في زبحها<sup>١٣٧</sup> . وللحمام خاصّة عجيبة  
في نفع المخدورين والمفلوجين ، وإذا سكنها المخدور أو المفلوج

(١٢٦) في الأصل: ذلك . (١٢٧) في الأصل: بالقرع . (١٢٨) في الأصل: روس . (١٢٩) في الأصل: ذلك .  
(١٣٠) في الأصل: ذلك . (١٣١) في الأصل: ولدلك . (١٣٢) في الأصل: دكرون . (١٣٣) في الأصل: يطعمنه .  
في الهامش: ط خاصة الحمام . ط خاصة فراخ الحمام احدث (كدا) وجع الشقيقة . (١٣٤) في الأصل: مسقولا .  
(١٣٥) في الأصل: مقداره . (١٣٦) في الأصل: ذلك . (١٣٧) في الأصل: زبحها .



تحت سريره أو في بيت سكناه أنفع بذلك ، ولفراخ الحمام خاصة  
في إحداث وجع الشقيقة ، نقل ذلك<sup>١٣٨</sup> ابن زهر، وينبغي أن  
يطبخ فراخ الحمام بالخل<sup>١٣٩</sup> ويقلل فيها الأباذير الحارة .

٥٩ - وأما القطا والقمارى<sup>١٤٠</sup> - فحارة يابسة غليظة الجوهر وإصلاحها  
بالزيت الكثير ، وللقمارى خاصة في إطلاق البطن والنفع من  
القولنج .

٦٠ - الشخش - ألد وألطف جوهر<sup>١٤١</sup> .

٦١ - السمّان - لطيف<sup>١٤٢</sup> الجوهر، مائل<sup>١٤٣</sup> إلى الحرارة ، جيد  
الكيموس طيب الطعم<sup>١٤٤</sup> ، نافع للأصحاء والناقهين ، وذكر أن  
للحومها خاصة في تفتيت الحصاة<sup>١٤٥</sup> ، وهي تدرّ البول وتنفع  
المستسقين .

٦٢ - وأما الديوك الهرمة<sup>١٤٦</sup> - فإنها إذا طبخت تفايا بيضاء

(١٣٨) في الأصل: بذلك . (١٣٩) في الأصل: الخل . (١٤٠) في الأصل: القمازى . (١٤١) في الأصل: جوهر .  
(١٤٢) في الأصل: لطيفة . (١٤٣) في الأصل: مائل . (١٤٤) في الأصل: الطعم . (١٤٥) في الأصل: الحاصه .  
(١٤٦) في الأصل: الهرمة .

بالحمص والشبث والبسبايج أطلقت البطن ونفعت<sup>١٤٧</sup> من القولنج .

٦٣ - وأمّا الزرازير<sup>١٤٨</sup> - منها سود ، وهي حارة يابسة ، وهي في أول

الزمان<sup>١٤٩</sup> كثيرة اليبس ، فإذا أكلت الزيتون ودخل عليها

الهواء البارد رطب لحمها وحسن مزاجها . وأمّا البيض فهي

أبرد وأرطب من السود ولحمها أحسن وألذ وأغذا ويتولد عنها

دم جيّد ( ص ٩٢ ظ ) وذكر ابن زهر أنها تغتدى من

حيوانات سمّية فيجب أن تقصر البيوت<sup>١٥١</sup> يومين أو ثلاثة وحينئذ

تذبح وتستعمل<sup>١٥٢</sup> .

٦٤ - ولحوم الإوز والبرك - كثيرة<sup>١٥٣</sup> الرطوبة المرارية والحرارة غذاؤها

كثير الفضول والدم المتولد عنها سريع الفساد وحدوث الحميات

وصغيرها أردأ<sup>١٥٤</sup> من كبيرها ، فيجب أن يطبخ بالخلّ والزعفران

وقليل قرفة<sup>١٥٥</sup> .

(١٤٧) في الأصل: نعمة . (١٤٨) في الأصل: الزرازير . (١٤٩) في الأصل: الرمان . (١٥٠) في الأصل: اكلة .  
 (١٥١) في الأصل: البيوت . (١٥٢) في الأصل: يعمل . (١٥٣) في الأصل: كثير . (١٥٤) في الأصل: اردى .  
 (١٥٥) في الهامش: لحم البط أفضل لحوم الطير ولحم الدجاج ألطف لحوم الطير وأسرعها هضما . الخون لحمه يقرب من  
 لحوم الضأن ورطوبته وهو أجود ويزيد في اللحم ويسمن . / في الإلادوية المعدلة منه في حرف ل في اللحم على  
 قول ابن البيطار (كذا) الطبرى .

فصل في أعضاء الطير<sup>١٥٦</sup>

٦٥ - الأجنحة - أسرع أعضاء الطير انهضاما وأقلها غذاء الأجنحة

وأفضل الأجنحة أجنحة الطيور الصغار. وكذلك رقابها وما كان

من الطير مسنًا<sup>١٥٧</sup> فأجنحتها ورقابها غليظة صلبة لا خير فيها.

٦٦ - وأما القوانص<sup>١٥٨</sup> - فغليظة الجوهر ، بطيئة الهضم ، إلا أنه متى

استوى عليها الهضم واستمرت كان غذاؤها كثيرا ، وينبغي أن

يطبخ بالمرى والزيت والأبازير<sup>١٥٩</sup> الحارة . وأفضل القوانص<sup>١٦٠</sup>

قوانص الدجاج المسمنة .

٦٧ - وأما الكبود - فكبود الطير لذينة جدا ، وألدها كبود

الدجاج المسمنة وكبود الإوز المسمنة ، والدم المتولد عن

كبود الطير دم محمود .

٦٨ - وأما الأدمغة - فهي من الطير أحدها من الحيوان المشي

(١٥٦) في الأصل: اعصا . في الهامش: ح ماسرجويه أحشاء الطير لا تطعمها المرض فإتبا حارة وأطعمهم لحومها لأن جميع الطير بطونها حديدية . (١٥٧) في الأصل: مسا . (١٥٨) في الأصل: القوانص . (١٥٩) في الأصل: الابازير . (١٦٠) في الأصل: القوانيص . (١٦١) في الأصل: قوانيص .

وأعضاء الطيور تتفاضل في الجودة والرداءة<sup>١١٢</sup> بحسب الحيوان  
الماشي الذي هو منه .

الباب ٥ فيما تكسبه اللحوم من الطبخ والصنعة .

٦٩ - اللحم المطبوخ بالكزبرة الخضراء<sup>١١٣</sup> والأتابل المسمى التفايا الخضراء

هذا اللون ما أكثر فيه من الكزبرة فهو مائل إلى البرودة وإذا  
كانت الكزبرة<sup>١١٤</sup> قليلة فمعتدلة .

٧٠ - وأما التفايا البيضاء<sup>١١٥</sup> - فمعتدلة المزاج إلى الحرارة يسيرا .

٧١ - وأما السكباج والألوان التي تغلب عليها الخل - فباردة ( ص

٩٣ و ) المزاج تصلح للشباب ولأصحاب المزاج الحار وفي

زمان الصيف .

٧٢ - وأما الزيرياج<sup>١١٦</sup> - فمعتدل المزاج ، موافق للناقهين .

تصلحان للمفصودين والمحتجمين وتطفئان<sup>١١٨</sup> نارئة الدم فسي

(١١٢) في الأصل: الرداءة . (١١٣) في الأصل: بالكزبرة الخضراء . (١١٤) في الأصل: الكزبرة . (١١٥) في الأصل: البيضاء .  
(١١٦) في الأصل: هذه الكلمة منقولة عن مكانها في نهاية السطر . (١١٧) في الأصل: الزيرياج . (١١٨) في الأصل: تطفان .

الربيع والصيف والشباب ويمسكان الطبيعة ، فينتفع به  
أصحاب الإسهال .

٧٣ - وأما اللحم المعمول باللبن الحامض المسمّى المضيرة فباردة  
المزاج ، كثيرة الغذاء ، تصلح بالشباب وتضرّ بالمبلغميين  
والشيوخ ولذلك يجب أن يكثر فيه من التوابل الحارّة .

٧٤ - بقلية<sup>١٦٩</sup> الاسفاناخ - معتدلة الحرارة ، مليّنة للطبيعة وتحدث  
رياحا ونفخا ، فينبغي أن يزال ذلك<sup>١٧١</sup> بتكثير الأبخار ، وهي  
توافق أصحاب السعال .

٧٥ - بقلية اليربوز - قريبة من بقلية الاسفاناخ ، وهو أبرد يسيرا .

٧٦ - والقرعية - باردة ، رطبة ، تصلح بالشباب والمحرورين ، ويحتاج  
أن يؤكل فيها من الصعتر .

٧٧ - واللفتية - حارّة ، رطبة ، تغذى غذاء جيّدا وتولد رياحا

(١٦٩) في الأصل : بقلية . (١٧٠) في الأصل: معتدل . (١٧١) في الأصل: ذلك .

يسيرة وتنفع البصر الضعيف .

٧٨ - الكرنبيّة - تولّد السوداء ، ومرقها ملين للطبيعة ، وهي مضرّة

للبصر إذا كان مزاجه معتدل ، وأمّا إذا غلب عليه الرطوبة فلا

يضرّ بل ربّما ينفعه .

٧٩ - القنبطيّة<sup>١٧٢</sup> - تولّد البلغم ، رديئة<sup>١٧٢</sup> لأصحاب المزاج البارد

وتولّد<sup>١٧٤</sup> الرياح والأمغاص ، فينبغي أن يكثر فيها من حبّ

الكرويا .

٨٠ - اللون المعمول بماء<sup>١٧٥</sup> البصل - حارّ ، رطب ، يغذى البدن

غذاء<sup>١٧٦</sup> كثيرا ، ويزيد في الباه زيادة ظاهرة<sup>١٧٧</sup> .

٨١ - القلايا<sup>١٧٨</sup> - ما كان منها مقلّوا<sup>١٧٩</sup> بالشحم والسمن فهي حارّة

( ص ٩٣ ظ ) رطبة ، كثيرة الغذاء ، بطيئة الانهضام ، وخمة

وما كان منها مقلّوا بالزيت فغداؤها كثير وهي أقلّ وخامة من

(١٧٢) في الأصل: القبطية . (١٧٣) في الأصل: ردية . (١٧٤) في الأصل: يولد . (١٧٥) في الأصل: بما .

(١٧٦) في الأصل: غذا . (١٧٧) في الأصل: ظهرة . (١٧٨) في الأصل: القلاياه . (١٧٩) في الأصل: مقلو .

المقلّوة بالشحم والسمن<sup>١٨٠</sup> وأسرع انهضاما وهي تخبب ويجب  
أن تصلح بالخردل والمرّ .

٨٢ - الشواء - شواء الفرن إلى الحرارة ، هو معتدل في الرطوبة

والبيس ، بطيء الهضم ، كثير الغذاء ، عاقل للطبيعة ولا سيّما  
إذا كان من لحم مهزول ، وإذا اتخذ من لحم سمين كان إمساكه أقل .

٨٣ - شواء الجمر - أكثر غذاء من شواء الفرن وأبطأ انهضاما لا

يكاد يستولي عليه الهضم عن آخره . وإذا أخذ لحم الحملان

وأنضج جدّا ومضع مضفا حسنا كان صالحا لمن استفرغ<sup>١٨١</sup> دمه

وغدّى البدن غذاء ونزله .

٨٤ - وأمّا اللحم المطبّخ بالحنطة المسقى الهريسة - فالغالب عليه

الحرارة والرطوبة ، وهو كثير الغذاء ، يوافق أصحاب السعال

بطيء الانهضام ، يوّلد سدرًا في الأحشاء ولا سيّما إذا جعل  
فيها اللبن .

٨٥ - وأمّا اللحم المطبّخ بالأرز - فأقل حرارة وأقلّ غذاء<sup>١٨٢</sup> وأسرع

انهضاما .

(١٨٠) في الأصل: السمين . (١٨١) في الأصل: استفرغ . (١٨٢) في الأصل: غذا .

الباب و في قوّة<sup>١٨٣</sup> الكوامخ والأبازير والصبغات والأدهان .

فصل في الكوامخ

٨٦ - الزيتون الأخضر المرّبي بالماء<sup>١٨٤</sup> والملح - إلى<sup>١٨٥</sup> الحرارة ، هو يابس إلى المزاج ، منبه للشهوة ، مقو<sup>١٨٦</sup> للمعدة ، قليل الغذاء<sup>١٨٧</sup> وما ربي منه بالخلّ والملح كان أقوى<sup>١٨٨</sup> في تنبيه الشهوة . وأمّا الزيتون المرّبي<sup>١٨٩</sup> بالملح والزيت فهو حارّ إلى<sup>١٩٠</sup> الرطوبة ما هو ، كثير الغذاء<sup>١٩١</sup> ، مضرّ بغم المعدة . وأمّا الكبير المرّبي<sup>١٩٢</sup> بالملح والماء<sup>١٩٣</sup> فحارّ يابس مفتّح لسدد ( ص ٩٤ و ) الكبد والطحال للبلغم<sup>١٩٤</sup> . وما ربي منه بالخلّ كان أقوى<sup>١٩٥</sup> في تفتّح السدد وتنبيه الشهوة .

٨٧ - وأمّا كامخ الخيار والفقوص - فباردان منبهان للشهوة .

٨٨ - وكامخ الليم<sup>١٩٦</sup> المرّبي في خلّه<sup>١٩٧</sup> - بارد وهو يقوى المعدة ويجشي جشاء طيباً<sup>١٩٨</sup> .

٨٩ - وكامخ البانجان - إلى<sup>١٩٩</sup> الحرارة ما هو ، يولّد السوداء<sup>٢٠٠</sup> وينبه الشهوة .

وجميع الكوامخ يكسب من الماء<sup>٢٠١</sup> والملح قوّة إلى<sup>٢٠٢</sup> قوتها فيحكم عليها بالغالب في ذلك<sup>٢٠٣</sup> .

فصل في الصبغات

٩٠ - صبغ الخردل<sup>٢٠٤</sup> والخلّ - يسخن بعض<sup>٢٠٥</sup> الإسخان ويهضم<sup>٢٠٦</sup>

- (١٨٣) في الأصل قوّة . (١٨٤) في الأصل المرّبي بالماء . (١٨٥) في الأصل ي .
- (١٨٦) في الأصل مقوى . (١٨٧) في الأصل الغذاء . (١٨٨) في الأصل اقوي . (١٨٩) في الأصل انعوى .
- (١٩٠) في الأصل الي . (١٩١) في الأصل . الغذاء . (١٩٢) في الأصل المرّبي . (١٩٣) في الأصل العا .
- (١٩٤) كلمات غير واضحة . (١٩٥) في الأصل اقوي . (١٩٦) في الأصل الدم . (١٩٧) في الأصل حنه .
- (١٩٨) في الأصل يحشي حشا . (١٩٩) في الأصل الي . (٢٠٠) السوداء . (٢٠١) في الأصل العا .
- (٢٠٢) في الأصل الي . (٢٠٣) في الأصل ذلك . (٢٠٤) في الأصل الحركل . (٢٠٥) في الأصل بعد .
- (٢٠٦) في الأصل يهضم .



الطعام الغليظ ويقطع البلاغم الغليظة ويدفع ضررها . وأما ما أضيف إليه السذاب والثوم فهو أقوى في ذلك <sup>٢٠٧</sup> .

٩١ - وصباغ المرى والخلّ والثوم - فمنبه للشهوة ، مقطّع ، يجلو المعدة من البلغم ويهضم الأطعمة الغليظة .

### فصل في الأبايزر

٩٢ - الملح - حارّ يابس في ب ، يذهب وخامة الطعام ويلطّف الأغذية الغليظة <sup>٢٠٨</sup> .

٩٣ - الفلفل - حارّ يابس قويّ الإسخان جدّاً ، يذهب الأطعمة الغليظة ويحلّل النفخ وينفع من <sup>٢٠٩</sup> السعال إذا كان من رطوبة ، ويجب أن لا يكثر منه أصحاب الأمزجة الحارّة .

٩٤ - الخولنجان - حارّ يابس طارد للرياح ، معين على الهضم <sup>٢١١</sup> ، معين على حركة <sup>٢١٢</sup> الجماع .

٩٥ - الزنجبيل - مثل الخولنجان وأقوى <sup>٢١٣</sup> فعلا .

٩٦ - القرفة <sup>٢١٤</sup> - حارّة <sup>٢١٥</sup> يابسة مقوية للمعدة ، معينة على <sup>٢١٦</sup> الهضم .

٩٧ - الكمون <sup>٢١٧</sup> - حارّ يابس يوافق الأغذية الغليظة وهو مفشّ للرياح والنفخ ويصفرّ اللون .

(٢٠٧) في الأصل اقوي في ذلك . (٢٠٨) في الأصل اللطيفة . (٢٠٩) كلمة "من" ساقطة . (٢١٠) في الأصل الخولنجان .

(٢١١) في الأصل علي الحصم . (٢١٢) في الأصل علي حراكة . (٢١٣) في الأصل اقوي . (٢١٤) في الأصل الكرفا .

(٢١٥) في الأصل حراه . (٢١٦) في الأصل علي . (٢١٧) في الأصل الكامون .

٩٨ - الكروبا - مثل الكون وهي أوفق للمعدة ، يذهب بالنفخ ويقوى الشهوة ويزيد في الباه ( ص ٩٤ ظ )<sup>٢١٨</sup> .

٩٩ - الكزيرة اليابسة - باردة يابسة ، تنبه الشهوة وتشهي الطعام وينبغي أن لا يكثر منه في الأطعمة الغليظة .

١٠٠ - الخلل - وإن كان ليس هو من الأبايزر رأيت أن أذكره<sup>٢١١</sup> لكثرة تعريفه في الأطعمة معها ، وهو مختلف القوى مرگب من قوتين حارة وباردة لكن<sup>٢٢٠</sup> الغالب عليه البارد اليابس . يهزل البدن ويسقط القوة ويضعف البصر ويعين على<sup>٢٢١</sup> هضم الأغذية الغليظة ويقطعها .

١٠١ - مري النقيع - يعمل ما يعمل الخلل وقريب منه ، ويسخن المعدة ويحلل الرطوبات عنها .

١٠٢ - مري الحوت - يسخن ويلطف ويجلو المعدة من البلغم ويعين على<sup>٢٢٢</sup> هضم الأغذية الغليظة .

### فصل في الأدهان

١٠٣ - الزيت - حار وأحره أشده تزنجأ ، وهو أوفق الأدهان لأبدان الناس لكثرة<sup>٢٢٣</sup> الألفة لها ، وغداؤه غذاء حسن<sup>٢٢٤</sup> جدا وليس له وخامة<sup>٢٢٥</sup> سائر<sup>٢٢٦</sup> الأدهان .

١٠٤ - دهن اللوز - معتدل إلى الرطوبة كثير الغذاء<sup>٢٢٧</sup> موافق لأصحاب السعال ويوافق المعدة والكبد الياسين ويفتح سدها تفتحا يسيرا

(٢١٨) لفظه "يزيد" مكررة . (٢١٩) في الأصل ادكره . (٢٢٠) في الأصل لائن (٢٢١) في الأصل علي .

(٢٢٢) في الأصل علي . (٢٢٣) في الأصل كثره . (٢٢٤) في الأصل وغداؤه غذا حسنا .

(٢٢٥) في الأصل واخامة . (٢٢٦) في الأصل ساير . (٢٢٧) في الأصل الغذاء .

١٠٥ - دهن السمسم - حار غليظ ، يرخي المعدة <sup>٢٢٨</sup> ويرطب البدن وينفع من الشقاق العارضة <sup>٢٢٩</sup> في الأطراف .

١٠٦ - السمن - أغذى <sup>٢٣٠</sup> الأدهان كلها وهو يدفع ضرر السموم ويليمن الصلابات .

### فصل في صفة النار التي يطبخ بها الأطعمة

١٠٧ - أجودها أن لا يكون قوية جداً ولا ضعيفة . ونار الفحم أوفق لطبخ الأطعمة والأشربة من نار الحطب .

١٠٨ - ونار الحطب اليابس أوفق من نار الحطب الأخضر ( ص ٩٥ و ) .

١٠٩ - وأما الأواني التي يطبخ فيها الطعام فأفضلها لو أمكن أو وجد <sup>٢٣١</sup> الشرع لذلك <sup>٢٣٢</sup> سيلا أواني الذهب، وبعدها في الجودة أواني الفضة . فمن أجل تحرّم هذه <sup>٢٣٣</sup> الأواني كانت <sup>٢٣٤</sup> أواني الحنتم والفخار من أحسن ما يطبخ فيها إلا أن أواني الفخار لا ينبغي <sup>٢٣٥</sup> أن يطبخ فيها سوى <sup>٢٣٦</sup> مرة واحدة . وأما أواني الحنتم فينبغي أن لا يجوز الطبخ فيه أكثر من خمسة <sup>٢٣٧</sup> مرات <sup>٢٣٨</sup> أو نحو ذلك <sup>٢٣٩</sup> لأنّ ممّا يدخل في المسامّ من الطعام القديم يبقى <sup>٢٤٠</sup> هناك فيعفن فإذا سخّن بالنار عاد إلى <sup>٢٤١</sup> الطعام فكان فيه كالخيمر للعفونسه فكان سببا وكيدا <sup>٢٤٢</sup> في حدوث الحدوث الحميات العفونية والحكة والجرب ولا سيما إن وافق الهواء <sup>٢٤٣</sup> الخارج مساعدا . وأما أواني النحاس فلا يجب أن يطبخ فيها لأنّ جوهرها جوهر ردي <sup>٢٤٤</sup> وقد زعم قوم أن من أدمن الأكل فيها والطبخ سنة كاملة يجدم <sup>٢٤٥</sup> .

(٢٢٨) في الأصل كلمة "البدن" منطوب. (٢٢٩) في الأصل العارضة. (٢٣٠) في الأصل اغذا. (٢٣١) في الأصل احد. (٢٣٢) في الأصل لذلك. (٢٣٣) في الأصل هذا. (٢٣٤) في الأصل كانت. (٢٣٥) في الأصل ينبغي. (٢٣٦) في الأصل سوا. (٢٣٧) في الأصل ه. (٢٣٨) في الأصل مرة. (٢٣٩) في الأصل ذلك. (٢٤٠) في الأصل بيقا. (٢٤١) في الأصل الي. (٢٤٢) في الأصل واكيدا. (٢٤٣) في الأصل الهواء. (٢٤٤) في الأصل ردي. (٢٤٥) في الأصل يجدم. في الهامش الشرب في اواني النحاس والدوام على ذلك يعقب الحدام كتاب الخواص لابن اماسويه.]

وأما أواني الحديد فالطبخ فيها جيد ومن أدمن الأكل قسوي انعاظه<sup>٢٤٦</sup> وقويت أعضاؤه<sup>٢٤٧</sup> كلها، وإن طليت بالقصدير كان أجود .  
وأما أواني النحاس إذا طليت بالقصدير فيدفع من ضررها كثير لكن يبقى فيها<sup>٢٤٨</sup> بعد ذلك<sup>٢٤٩</sup> شيء<sup>٢٥٠</sup> من ضررها، وإذا أدمن<sup>٢٥١</sup> الأكل فيها<sup>٢٥٢</sup> أثار<sup>٢٥٣</sup> .

وأما أواني الرصاص والقصدير كانت<sup>٢٥٤</sup> قدورا أو صحافا فجيّدة لكن<sup>٢٥٥</sup> الطبخ فيها يبطئ<sup>٢٥٦</sup> .  
وأما أواني الزجاج فجيّدة للأكل والشرب، وأما الطبخ فيها فلا يمكن لأنها تنكسر .

ومما ينبغي أن يفعل بالطعام أن تكون الأعطية مثقبة ثقبا صغيرا ليخرج منها بخار الطعام وأن لا تغطي بالمناديل الكثيرة إذا وضع<sup>٢٥٧</sup> فيها ولا سيما ( ص ٩٥ ظ ) اللحم المشوى والحوت فلن أبخرته تعود إليه فيكسب قوة سميّة .

وأما القلي يجب أن يكون في أواني القصدير والحديد، إن قد<sup>٢٥٨</sup> وضع التحرم في الذهب والفضة ولا خير فيما يقلى<sup>٢٥٩</sup> بالنحاس ولا سيما ما كان قليل الشحم مثل الهرياس وجميع القلايا الكثيرة الشحم، فإنها<sup>٢٦٠</sup> قابلة للفساد فكيف إذا انضاف إليها أثر كفيّة النحاس .

### الباب ز في الحيتان والسلابيح<sup>٢٦١</sup>

١١٠ - الحوت بجملته بارد رطب . وما يتولّد منه في الماء<sup>٢٦٢</sup> الحلو كان أبرد وأجود الحوت المتولّد في الماء<sup>٢٦٣</sup> العذب ما يتولّد في الأنهار الجارية على<sup>٢٦٤</sup> الصخور النوية وهذا النوع هو المعروف<sup>٢٦٥</sup> بالسّمك

(٢٤٦) في الأصل انعاظه . (٢٤٧) في الأصل قوة اعطاه . (٢٤٨) في الأصل فيه . (٢٤٩) في الأصل رلك .  
(٢٥٠) في الأصل نسي . (٢٥١) في الأصل دم . (٢٥٢) في الأصل فيه . (٢٥٣) في الأصل اثرت .  
(٢٥٤) في الأصل كانه . (٢٥٥) في الأصل لاكن . (٢٥٦) في الأصل يبطئ . (٢٥٧) في الأصل اصع .  
(٢٥٨) في الأصل قد . (٢٥٩) في الأصل يقلى . (٢٦٠) في الأصل فان هذا . (٢٦١) في الأصل السلابيح .  
(٢٦٢) في الأصل العا . (٢٦٣) في الأصل العا . (٢٦٤) في الأصل علي . (٢٦٥) في الأصل المعرو ، في  
الهامش ف .

الصخرى فذلك صالح للمرضى والأصحاء<sup>٢٦٧</sup> ولا سيما الشباب . وإذا طبخ هذا السمك بالماء<sup>٢٦٨</sup> والخل والزعفران وافق<sup>٢٦٩</sup> أصحاب اليرقان . وأجود الحوت المتولد في البحار ما يتولد في البحر ويهد من المدن بحيث لا يفتدى بأقذارها وزبولها وإن يكون من كثير دم وله فلوس كبيرة وحرشة<sup>٢٧٠</sup> وإذا خرج عن الماء<sup>٢٧١</sup> هلك سريعا وإن لم يكون كبير الجثة ولا صغيرا وأعدله أن يكون من بنز إلى<sup>٢٧٢</sup> شبر وهو المسمى<sup>٢٧٣</sup> الهازيا .

وأما المتولد في البحار ويطلع في الأنهار الكبيرة العذبة طلب الأسياق واللذة بالماء الحلو مثل الحوت الذي يصاد بواى إشبيلية وهو البورى والشابل والشبولي ، فذلك<sup>٢٧٦</sup> من أحسن أنواع الحوت وألذها وأجودها<sup>٢٧٧</sup> كيموسا صالح للأصحاء<sup>٢٧٨</sup> في تدبير صحتهم ولا سيما بالشباب . ويخرج بنهرها بوريولة البورى (ص ١٩٦) وهو من أحسن الحوت جيد الكيموس قليل الفضول لذيذ الطعم . ويصاد<sup>٢٧٩</sup> بهذا النهر بالقرب من زمان الربيع وفي فصل الربيع حوت يسمى<sup>٢٨٠</sup> الشبوق كثير الفلوس كثير الدم طيب الطعم إلا أنه يمنع من لذاته كثرة الشوك وذكر أنه صغار<sup>٢٨١</sup> الشابل وقد<sup>٢٨٢</sup> يخرج بها الشابل لكن<sup>٢٨٣</sup> قليلا .

١١١ - وأما حيتان البحر فأنواع كثيرة لا تحصى فلنذكر منها ما شهر .

الحوت الأحرش المسمى<sup>٢٨٤</sup> ثاغر والباغر والحوت المسمى<sup>٢٨٥</sup> بالبرى والحوت الأحمر المسمى<sup>٢٨٦</sup> بالمول والشورال والبوقه إذا كانت هذه<sup>٢٨٧</sup> طرية أجود أنواع الحوت وأحدها غذاء<sup>٢٨٨</sup> وأسرع انهضاما وأقلها لزوجة ، ويجب أن تغلى بالزيت الكثير<sup>٢٨٩</sup> وطيب بالأفاويه والمرى .

- (٢٦٦) في الأصل فذلك . (٢٦٧) في الأصل المرضي والاصحاء . (٢٦٨) في الأصل الماء . (٢٦٩) في الأصل وافق .  
 (٢٧٠) في الأصل وحرشته . (٢٧١) في الأصل الماء . (٢٧٢) في الأصل الي . (٢٧٣) في الأصل المسمى .  
 (٢٧٤) في الأصل ويتلع . (٢٧٥) في الأصل الكبار . (٢٧٦) في الأصل فذلك . (٢٧٧) في الأصل واجودها .  
 (٢٧٨) في الأصل للاصحاء . (٢٧٩) في الأصل يقاد . (٢٨٠) في الأصل يسمى . (٢٨١) في الأصل صغر .  
 (٢٨٢) في الأصل وقد . (٢٨٣) في الأصل لاكن . (٢٨٤) في الأصل المسمى . (٢٨٥) في الأصل المسمى .  
 (٢٨٦) في الأصل المسمى . (٢٨٧) في الأصل كانه هذا . (٢٨٨) في الأصل غذا . (٢٨٩) في الأصل الكثر .

- ١١٢ - وأما السراة والسردين والمالبة والحوث الأملس فكلها كثيرة<sup>٢٩٠</sup> للزوجة وهي لذينة ويتولد عنها دم ليس بالردىء إذا كانت طرية .
- ١١٣ - وأما السارد يصل إلينا ويكسبها الملح حرارة وييسا فهي منه للشهوة وإذا أديم أكلها ولدت الحكة والجرب .
- ١١٤ - وأما الحوث النهريّ المسمّى البيس فيبارد رطب كثير<sup>٢٩١</sup> الرطوبة وفيه لزوجة إلا أنه إذا كان كما يخرج عن الماء<sup>٢٩٢</sup> طريئاً<sup>٢٩٣</sup> قد نسمح بالصغير منه في بعض الحميات والناقهين<sup>٢٩٤</sup> وأردأ<sup>٢٩٥</sup> الحيطان ما يتولد في الحمأة<sup>٢٩٦</sup> والمياه القائمة<sup>٢٩٧</sup> وفي المروج<sup>٢٩٨</sup> وما كبر جرمه وكثر شحمه وزهومة، وقد ذكر قوم أنّ الحوث إذا فسد في المعدة ولد خلطاً شبيهاً<sup>٢٩٩</sup> بالسّم .
- ١١٥ - وأما السلابيح - ففنها ما يتولد في الماء<sup>٣٠٠</sup> العذب والأنهار الجارية وهي أحسن مزاجاً من التي تتولد<sup>٣٠١</sup> في المياه الراكدة، وهي تصلح بالسلولين ومن جفّ بدنه وتصلح بأصحاب السعال الكائن<sup>٣٠٢</sup> عن ييس وأما ما يتولد في البحر فهي (ص ٩٦ ظ) أسخن وأجفّ مزاجاً من الذي يتولد في الماء<sup>٣٠٣</sup> العذب. وأما ما يتولد منها في البرك والمروج والحمأة<sup>٣٠٤</sup> فلذينة، كثيرة الشحم، رديئة الغذاء<sup>٣٠٥</sup> تستحيل استحالة رديئة<sup>٣٠٦</sup> وتقلّبها إلى<sup>٣٠٧</sup> الدم العفن ولا سيما إذا صادفت أبداناً مستعدة لذلك فإنّها تلقيهم في الحميات البلغمية والمختلطة ويجب أن تسلخ<sup>٣٠٨</sup> من جلودها ويردّ عليها الملح وتطيب بالزيت والمرى وتطبخ في الفرن إلا أن نضجها فبذلك يمكن أن يقلّ شرّها

(٢٩٠) في الأصل كثرة . (٢٩١) في الأصل كثر . (٢٩٢) في الأصل الماء . (٢٩٣) في الأصل طرياً .  
 (٢٩٤) في الأصل الناقهين . (٢٩٥) في الأصل اري . (٢٩٦) في الأصل الحمات . (٢٩٧) في الأصل القاجة .  
 (٢٩٨) في الأصل المروج . (٢٩٩) في الأصل شها . في الهامش ظم ان الحوث اذا فسد في المعدة ولد خلط شبيه  
 بالسّم (كدا) . (٣٠٠) في الأصل الماء . (٣٠١) في الأصل الذي يتولد . (٣٠٢) في الأصل الكائن .  
 (٣٠٣) في الأصل الماء . (٣٠٤) في الأصل الحمأة . (٣٠٥) ردية الغذاء . (٣٠٦) في الأصل رديئة .  
 (٣٠٧) في الأصل الي . (٣٠٨) في الأصل تصلح .

وأحسن أنواعها البحرية .

١١٦ - وأما الحوت المملح - فمنبه للشهوة ويجلو المعدة من البلغم وإذا  
أدمن عليه ولد الحكة<sup>٣١٩</sup> والجرب وعطش تعطشا كثيرا وأعان على القيء  
معونة جيدة وبالجملة فهو بالدواء<sup>٣١٠</sup> أشبه منه بالغذاء<sup>٣١١</sup> .  
وأما ابن زهر الجليل في هذه الصناعة فتكلم في القمرون المذى  
يخرج بوادي<sup>٣١٣</sup> اشبيلية . وقال أنه الريثاء<sup>٣١٤</sup> الذي ذكرها  
جالينوس وأتى<sup>٣١٥</sup> عليه وقال أنه يفتت الحصى<sup>٣١٦</sup> وأنه حار رطب  
لطيف الجوهر يزيد في الباه ، فأما رطوبته فلا شك فيها وأما حرارته  
فهو موضع يحتاج إلى<sup>٣١٧</sup> قياس ونظر .

١١٧ - وأما الحوت الذي يصاد بذلك<sup>٣١٨</sup> الوادي المسمى<sup>٣١٩</sup> الشابل فحوت  
فاضل كثير اللذابة وقد<sup>٣٢٠</sup> ذكرته .

### فصل

١١٨ - وأما أجزاء<sup>٣٢١</sup> الحوت فشر أعضاء<sup>٣٢٢</sup> الرأس ، وأحسن أجزاء الحوت  
الذنب<sup>٣٢٣</sup> لكثرة حركته<sup>٣٢٤</sup> وكذلك<sup>٣٢٥</sup> قلبه لأنه معدن الحرارة وكذلك  
كبده لأنه معدن الهضم . وأما شحم الحوت فغليظ الجوهر إذا قيس  
لحمه زهم . وأما بيض الحوت فلذينة جيدة الكيموس وأجود ما تؤكل  
مقلوة بالزيت الكثير .

### فصل

١١٩ - وأفضل ما تطبخ الحيتان أن تؤخذ<sup>٣٢٦</sup> في حين خروجها من الماء

- (٣٠٩) في الأصل الحكة . (٣١٠) في الأصل الدواء . (٣١١) في الأصل الغذاء . (٣١٢) في الأصل عدا .  
(٣١٣) في الأصل بوادي . (٣١٤) في الأصل الريثاء . (٣١٥) واشى - حاء - منطوب .  
(٣١٦) في الأصل الحما . (٣١٧) في الأصل الي . (٣١٨) في الأصل لذلك . (٣١٩) في الأصل المسمى .  
(٣٢٠) في الأصل وقد . (٣٢١) في الأصل اجزاء . (٣٢٢) في الأصل اعضاء (كدا) .  
(٣٢٣) في البهاش طر الذنب احسن اعضاءه (كدا) . (٣٢٤) في الأصل لكثيره حراكه . (٣٢٥) في الأصل كذلك .  
(٣٢٦) في الأصل تؤخذ .

وتقطع وتغسل وتوضع في قدر كبيرة من فخار<sup>٣٢٧</sup> أو حنتم ويصيب عليها الزيت مصباً فإذا أنضجت (ص ٩٧ و) حطت عن النار وأضيف إليها مرقة معتدلة متخذة بالخل والزنجبيل ليعدل مزاجها ويصلح مزاجها ويصلح أمثاجها فإن جعل في المرقة فتات صدقوق حسن مزاجها وإذا اتخذ الحوت على هذه<sup>٣٢٨</sup> الصفة فيكار أن لا يكون فيه مضرة البتة ولا سميماً إذا كانت الحيتان المحمودة وكذلك<sup>٣٢٩</sup> إذا لم يكن<sup>٣٣٠</sup> فيه مرق سوى<sup>٣٣١</sup> الزيت الكثير وحده مع الأباذير الحارّة والملح وأكثر ما يتناول الناس الحوت مقلّواً بالزيت في أواني النحاس وهو غير محمود لأنّ النحاس يكسبه كبريته بالقلبي وربما وضع الناس فيه بعد ذلك<sup>٣٣٢</sup> الخلّ والثوم فيزيدونه رداءة على رداءة<sup>٣٣٣</sup> لأنّ الثوم تصعد أبخره إلى<sup>٣٣٤</sup> الدماغ فيملأ<sup>٣٣٥</sup> الدماغ، ومن خاصّة الخلّ<sup>٣٣٦</sup> الإضرار بالدماغ والأعضاء<sup>٣٣٧</sup> العصبية فيعظم ضرره. وفيما ذكرت من الشبه على<sup>٣٣٨</sup> منافع الحوت ومضرتّه واختلاف أجزائها<sup>٣٣٩</sup> ووجوه<sup>٣٤٠</sup> استعمالها ما فيه كفاية فلنبداً على ذكر الألبان وقواها. إن كان من أفضل ما يستعمل من الأغذية وأكثر الأشياء<sup>٣٤١</sup> ألفة لأبداننا والله المستعان.

### الباب ح في ذكر الألبان

١٢٠ - اللبن يختلف اختلافاً كثيراً بحسب الحيوان الذي<sup>٣٤٢</sup> هو منه وبحسب المرعى<sup>٣٤٣</sup> وبحسب قربه من الولادة وبعده منها وقرب خروجه من الضرع وبعده منه<sup>٣٤٤</sup>.

- (٣٢٧) في الأصل فخر. في الهامش ظر قدر من فخر. (٣٢٨) في الأصل علي هذا. (٣٢٩) في الأصل كذلك. (٣٣٠) في الأصل يكون. (٣٣١) في الأصل سوي. (٣٣٢) في الأصل ذلك. (٣٣٣) في الأصل رباية علي رباية. (٣٣٤) في الأصل الي. (٣٣٥) في الأصل فيملا. (٣٣٦) في الهامش ظر ضر الحوت المقلّوا في النحاس. ظر خاصة الخل الإضرار بالدماغ. (٣٣٧) في الأصل الاعضا. (٣٣٨) في الأصل علي. (٣٣٩) في الأصل اجزايها. (٣٤٠) في الأصل واجوه. (٣٤١) في الأصل الانبيا. (٣٤٢) في الأصل الذي. (٣٤٣) في الأصل المرعى. (٣٤٤) في الهامش ظر اللبن يغذو البدان (كذا) المشهوك وينعشه / مقالة ك ربانو. اوشي ا. ظر اللبن اكثر غذا من النعق / فيه. ظر اللبن احسن الانبيا كلها كيوسا / فيه.



١٢١ - اللبن الحليب - وإن اختلف كما ذكرنا ، وهو في جملة بارد المزاج والحامض أبرد من الحليب وقد<sup>٣٤٥</sup> قيل إنه مائل إلى<sup>٣٤٦</sup> الحرارة وهو مركب من جوهر مائي<sup>٣٤٧</sup> ملطف ومن جوهر جبني غليظ بارد ومن جوهر زبدى حار دسم . فالجوهر المائي<sup>٣٤٨</sup> يطلق الطبع ويلطف الأخلاط ويغسل الأحشاء<sup>٣٤٩</sup> ويفتح السدد ولذلك<sup>٣٥٠</sup> صار من أوفق الأشياء<sup>٣٥١</sup> لمن يريد أن ينهض بدنه فإنه بما ليس فيه حدة . والجوهر الجبني يغذى البدن غذاء<sup>٣٥٢</sup> كثيرا ويولد السدد في الأحشاء<sup>٣٥٣</sup> والحجارة في الكلى ( ص ٩٧ ظ ) وأوجاع<sup>٣٥٤</sup> المفاصل ويضر بالمبرودين . والجوهر المسمن<sup>٣٥٥</sup> حار باعتدال مرخ للمعدة يغذى البدن ويرطبه . اللبن السليم الفاضل الجارى على<sup>٣٥٦</sup> طبيعة الحيوان الذى هو منسه وينبغي أن يكون صحيح الجسم حسن اللحم وأن يكون أبيض اللون سليما من الكمدة والخضرة غير مر ولا مالح حسن القوام متوسط بسين الرقة والغلظ .

١٢٢ - لبن الماعز - هو أعدل الألبان بعد لبن النساء<sup>٣٥٧</sup> وهو متوسط<sup>٣٥٨</sup> بين لبن البقر ولبن الأتن لأن لبن البقر غليظ جدا ولبن الأتن مائي ولذلك صار نافعا من قروح الرئة<sup>٣٥٩</sup> والسحوج والسعال وقروح المثانة والأمعاء<sup>٣٦٠</sup> وينفع المسلولين<sup>٣٦١</sup> .

١٢٣ - لبن الضأن<sup>٣٦٢</sup> - متوسط بين لبن البقر ولبن الماعز .

- (٣٤٥) في الأصل قد . (٣٤٦) في الأصل مائل الي . (٣٤٧) في الأصل ماي . (٣٤٨) في الأصل الماي .  
 (٣٤٩) في الأصل الاحشا . (٣٥٠) في الأصل ولدلك . (٣٥١) في الأصل الاشيا . (٣٥٢) في الأصل غذا كبير .  
 (٣٥٣) في الأصل الاحشا . (٣٥٤) في الأصل اوجع . (٣٥٥) في الأصل المسمي . (٣٥٦) في الأصل علي .  
 (٣٥٧) في الأصل النساء . (٣٥٨) في الأصل متوسط . (٣٥٩) في الأصل الرية . (٣٦٠) في الأصل الامعا .  
 (٣٦١) في الهاش ظ/ منفعة هذا اللبن . (٣٦٢) في الأصل الضن .

١٢٤ - لبن البقر - أغلظ الألبان كلبها قواما وأبعدها انهضاما وأكثرها  
غذاء<sup>٣٦٣</sup>.

١٢٥ - لبن الأتن - أرقها قواما وأقلها انهضاما وأقلها غذاء<sup>٣٦٤</sup> ولذلك  
يطلق الطبع ويفتح صدر<sup>٣٦٥</sup> الكبد والطحال .

القول في منافع اللبن ومضاره<sup>٣٦٦</sup> .

١٢٦ - منه الحليب والمخيض والرائب<sup>٣٦٧</sup> والشيراز<sup>٣٦٨</sup> والعقيد والجبن والزبد  
والسمن ، فلنذكر كل واحد ومنفعته ومضرتة .

١٢٧ - اللبن الحليب - أفضل أنواع الألبان وأحسنها غذاء<sup>٣٦٩</sup> وأقربها  
انقلابا إلى الدم وينفع من الأمراض اليابسة مثل الدق والسل مع  
السعال اليابس والحكة والجدام<sup>٣٧٠</sup> ويحفظ رطوبات البدن إذا أطفئ فيه  
الحديد السقيل أو الحجارة<sup>٣٧١</sup> النقية وافق السحوج وقروح الأبدان  
وينفع من سحوج الأدوية المسهلة . وجملة مضاره<sup>٣٧٢</sup> أنه يضر  
بالمعدة الرطبة ويصدع الدماغ ويفسد اللثة<sup>٣٧٣</sup> والأسنان ويضرب بالقولنج وإذا  
كان غليظا يوئد<sup>٣٧٤</sup> سدرًا في الأحشاء والحجارة<sup>٣٧٥</sup> في الكلى<sup>٣٧٦</sup>  
ويستحيل في المعدة الحارة ( ص ٩٨ و ) إلى الدخانية وفي الباردة  
إلى الحموضة واللعابية . ويجب أن يأخذه من كان بهذه<sup>٣٧٧</sup> الأصناف  
الموصوفة إلا والمعدة خالية من الغذاء<sup>٣٧٨</sup> وأن يتبعه بالسكر والعسل  
والجوارشات الحارة وأن يتمضمض بعده بالخلّ والسكجيين ليدفع ضرره  
بالأسنان .

(٣٦٣) في الأصل غذا . (٣٦٤) في الأصل غذا ولدلك . (٣٦٥) في الأصل السدر صحح . (٣٦٦) في الأصل مضره .  
(٣٦٧) في الأصل الرائب . (٣٦٨) في الأصل الشراز . (٣٦٩) في الأصل غذا . (٣٧٠) في الأصل الجدام .  
(٣٧١) في الأصل الحماره . في الهامش منفعة اللبن إذا اطفئ الحديد السقيل . (٣٧٢) في الأصل مضره .  
(٣٧٣) في الهامش ظ/ يفسد اللثة . (٣٧٤) على السطر يورث . (٣٧٥) في الأصل الاحشاء والحجرة .  
(٣٧٦) في الأصل الكلى . (٣٧٧) في الأصل بهذا . (٣٧٨) في الأصل الغذاء .

١٢٨ - المعخيض - إذا قرع خير للخلفة الصفراوية والعطش الشديد مع نهوك  
البدن ، وأجود ما يستعمل لذلك<sup>٣٧٩</sup> أن يطفأ<sup>٣٨٠</sup> فيه الحديد الصقيل  
إلى أن تذهب مائيته<sup>٣٨١</sup> .

١٢٩ - الرائب<sup>٣٨٢</sup> - موافق للمعدة الحارة وهو ضار<sup>٣٨٣</sup> للعصب ولأصحاب  
القولنج . وإصلاح كل لبن حامض أن يؤخذ<sup>٣٨٤</sup> بعده اللبن .

١٣٠ - الشراز - مثل الرائب<sup>٣٨٥</sup> إلا أنه أغلظ منه وإصلاحه بأن يؤكل<sup>٣٨٦</sup>  
بالزيت والزبد ويخلط مع مرق<sup>٣٨٧</sup> الدجاج المسمن .

١٣١ - العقيد - متوسط بين طبيعة الجبن الرطب وطبيعة اللبن وهو غليظ،  
يغذو غذاء<sup>٣٨٨</sup> أكثر ويؤد السدر<sup>٣٨٩</sup> .

١٣٢ - الجبن الرطب - أفضل من العتيق لرطوبته وكثرة غذائه<sup>٣٩٠</sup> وسرعة  
خروجه من المعدة ولما فيه من المائية<sup>٣٩١</sup> المليئة للطبيعة وإصلاحه  
وإصلاح العقيد بأن يؤخذ<sup>٣٩٢</sup> عليه معجون<sup>٣٩٣</sup> الجلنجبين .

١٣٣ - وأما الجبن اليابس - فمنبه للشهوة ، قليل الغذاء<sup>٣٩٤</sup> ، طويل الوقوف  
في المعدة ، حابس للطبيعة .

١٣٤ - الزبد طبعه طبع السمن وينتفع به جدا أصحاب السعال ومن في رثته  
فضل يحتاج إلى إخراج<sup>٣٩٥</sup>ه .

(٣٧٩) في الأصل لذلك . (٣٨٠) في الأصل يطفأ . (٣٨١) في الأصل يذهب مائيته . (٣٨٢) في الأصل الرائب .  
(٣٨٣) في الأصل وهي ضارة . (٣٨٤) في الأصل يؤخذ . (٣٨٥) في الأصل الرائب . (٣٨٦) في الأصل يوك .  
(٣٨٧) في الأصل مرق . (٣٨٨) في الأصل يغذو غذاء . (٣٨٩) في الهامش ظهر يولد السدر .  
(٣٩٠) في الأصل وكثرة غذائه . (٣٩١) في الأصل المايه . (٣٩٢) في الأصل يؤخذ . (٣٩٣) في الهامش صح / معجون .  
(٣٩٤) في الأصل الغذاء . (٣٩٥) في الأصل رثته ... الي .

## فصل في قوّة البيض

١٣٥ - أفضل البيض بيض الدجاج ويحتاج أن يستعمل طريئه<sup>٣٩٦</sup> وأصلح ما عمل البيض أن يفقص في الماء<sup>٣٩٧</sup> ويخرج عنه وهو لم يتمّ عقده وهو الذي يقال له التيمرشت<sup>٣٩٨</sup> فإنه يكون أسرع انهضاما ، حسن الغذاء يحثي القوّة ويصلح الناقلين<sup>٣٩٩</sup> . وأمّا البيض المنعقد جدّا فمفسر الهضم يجشيّ جشاء<sup>٤٠٠</sup> منتنا ، يولّد السدد في الكبد والأحشاء<sup>٤٠١</sup>؛ والمطّجن رديّ يحدث الشحم وينبغي أن يؤكل<sup>٤٠٢</sup> بالفلفل وإذا ققص ( ص ٩٨ ظ ) بيض حسن طبعه ووافق الدوسنطارية<sup>٤٠٣</sup> والكبدية<sup>٤٠٤</sup> والمعائية<sup>٤٠٤</sup> .

## فصل في العسل والسكر

١٣٦ - العسل حارّ يابس في ب ، موافق لأصحاب السعال البارد والمشائخ يولّد في أبدانهم الدم الجيد ويقويّ حرارتهم الغريزية ويضرب بالشباب والمحرورين ويولّد عليهم أمراضا حارّة ويقعون<sup>٤٠٥</sup> فيها سريعا وينبغي إذا أكله المحرورون<sup>٤٠٦</sup> أن يتبعوه بمصّ الرمان الحامض والحصرم .

١٣٧ - السكر - وإن كان ليس من فضول الحيوان فلنذكره لقربه من العسل في حلاوته وأفعاله وهو معتدل المزاج مائل إلى الحرارة<sup>٤٠٧</sup> إلاّ أنّه لا يعطش مثل العسل وهو أغذى<sup>٤٠٨</sup> من العسل . والسكر الطبرزد أفضل أنواعه .

١٣٨ - الفانيد - حارّ رطب جيّد للسعال .

(٣٩٦) في الأصل طريه . (٣٩٧) في الأصل الماء . (٣٩٨) في الهامش ظر منفعة البيض التمريت (كدا) . (٣٩٩) في الهامش ظر منفعة في الناقلين . (٤٠٠) في الأصل يجشي حشا . في الهامش ظر ضر البيض المنعقد . (٤٠١) في الأصل الاحشاء . (٤٠٢) في الأصل يؤكل . (٤٠٣) في الأصل الدوسنطارية . (٤٠٤) في الأصل المعائية . (٤٠٥) في الأصل يقاعوا . (٤٠٦) في الأصل اكلوه المحرورين . (٤٠٧) في الأصل مايل الي . في الهامش ظر ان السكر هو مايل الي الحرارة . (٤٠٨) في الأصل اغذا .

١٣٩ - الترنجيين - مثل السكر وأطف جوهرها وهو ملين للطبيعة أكثر من السكر .

### فصل في الحلوى<sup>٤٠٩</sup>

١٤٠ - قد يتخذ من العسل والسكر أنواع<sup>٤١١</sup> من الحلوى<sup>٤١٢</sup> بعضها بالنشا الرقيق واللوز والجوز وبغير ذلك<sup>٤١٣</sup> . فلنذكر من ذلك<sup>٤١٤</sup> ما يمكن :

١٤١ - الفالوج - أفضل أنواع الحلوى<sup>٤١٥</sup> وأغداها إلا أنه لسبب ما فيه<sup>٤١٦</sup> النشا واستلذان الكبد لحلاوتها لجذبها<sup>٤١٧</sup> بسرعة فيحدث بذلك سد في الكبد فيجب أن يتبع بمص الرمان الحامض وأن يشرب علسينه السكجيين الحامض .

١٤٢ - والخبيص - مثل الفالوج في التسديد وأشد منه إلا أنه أقل غذاء<sup>٤١٨</sup> ويجب أن يصلح بما يصلح به الفالوج<sup>٤١٩</sup> .

١٤٣ - وأما القطائف<sup>٤٢٠</sup> - فغليظة عسيرة الهضم مسددة تغذى غذاء<sup>٤٢١</sup> كثيرا وما عمل منه بالجوز واللوز والفسق والجلجان ويزر الكتان فكلاهما مصدعة وخمة<sup>٤٢٢</sup> ، تغذى البدن وتضر بالشباب ولا سيما في فصل الصيف وإصلاحها قريب من إصلاح الخبيص ، وما عمل بدهن اللوز فألى<sup>٤٢٣</sup> الاعتدال .

١٤٤ - والزلابية - أسرع أنواع الحلوى<sup>٤٢٤</sup> انهضاما لما فيه من الخمير .

(٤٠٩) في الأصل الحلوا . (٤١٠) في الأصل قد . (٤١١) كلمة أنواع مكررة في الأصل . (٤١٢) في الأصل الحلوا . (٤١٣) في الأصل ذلك . (٤١٤) في الأصل ذلك . (٤١٥) في الأصل الحلوا . (٤١٦) في الأصل بيه . (٤١٧) في الأصل لجذبها . (٤١٨) في الأصل غذاء . (٤١٩) في الأصل الفالوج . (٤٢٠) في الأصل القطائف . (٤٢١) في الأصل غذاء . (٤٢٢) في الأصل وخمة . (٤٢٣) في الأصل فالى . (٤٢٤) في الأصل الحلوا .

١٤٥ - وكذلك حلوى<sup>٤٢٥</sup> الغبيط - تغذى البدن من غير أن تسد من أجل أنها عمل معقود من غير نشا . وتركنا سائر<sup>٤٢٦</sup> أنواع الحلوى<sup>٤٢٧</sup> ( ص ١٩٩ ) لأن قصدنا الاختصار .

### الباب ط في الفواكه الرطبة واليابسة<sup>٤٢٨</sup>

١٤٦ - التين<sup>٤٢٩</sup> حار في آ وما كان منه رطبا<sup>٤٣٠</sup> فربط المزاج وما كان منه رطبا يابساً<sup>٤٣١</sup> فمعتدل في الرطوبة واليبس وهو يغذى غذا<sup>٤٣٢</sup> حسنا والدم المتولد منه أحسن من الدم المتولد من سائر<sup>٤٣٣</sup> الفواكه الصيفية وهو سريع الانهزام ، ملين للطبيعة وينفع من السعال وينقي الصدر والرئة واللكي<sup>٤٣٤</sup> إلا أنه متى أدمن عليه ولد الحكة والجرب والقمل . ويجب أن يمض عليه حب الرمان الحامض وأن يتبع بالسكجيين الحامض .

١٤٧ - العنب<sup>٤٣٥</sup> قريب التين في الفضيلة ، والمتولد عنه دم فاضل وأفضل العنب الكثير الماء<sup>٤٣٦</sup> الرقيق القشر وهو يلين الطبيعة وما كان من العنب قد<sup>٤٣٧</sup> انتهى في الحلاوة فحار رطب ، والحامض مزاجه بارد يلبس .

١٤٨ - والحصرم - أشد تبريدا وبيسا مخشن للحلق مضر بأصحاب السعال جيد في إطفاء<sup>٤٣٨</sup> الدم . وأكثر العنب غذا<sup>٤٣٩</sup> ما بقي في الشتاء<sup>٤٤٠</sup> مثل العنب المشهور عندنا بالشاطي<sup>٤٤١</sup>

١٤٩ - الزبيب - فمزاجه على<sup>٤٤٢</sup> حسب العنب المتخذ منه وغذاؤه كغذائه<sup>٤٤٣</sup> وما كان من الزبيب حلوا<sup>٤٤٤</sup> جدا فهو حار رطب يغذى غذا<sup>٤٤٥</sup> كثيرا

- (٤٢٥) في الأصل كذلك حلوا . (٤٢٦) في الأصل ساير . (٤٢٧) في الأصل الحلوا . (٤٢٨) في الأصل الفوك . (٤٢٩) في الهامش ابن زهر اذمان أكل التين تسكن القوة العضية التي في القلب ويكسر منها يخاصه (كدا) .  
 ط الفاكهة الرطبة كلها ردية الكيموس وإن فسدت في المعدة أوتت السموم الثقالة والتين والعنب أكها رداة (كدا) / ريانو موسى . طر أغذية حنين قوله في التين وأما الكبد والطحال فإن كان فيهما غلظ فإن التين بحلاوته يضر بهما يابسة ورطبة وإن كان [ . . . ] هما سدد وحسا فالتين اليابس وحده ليس تنبئ له منفعة ولا مضرة فيهما . (٤٣٠) في الأصل كمة "المزاج" منطوية . (٤٣١) كدا في الأصل . (٤٣٢) في الأصل غذا . (٤٣٣) في الأصل ساير . (٤٣٤) في الأصل الرية واللكي . (٤٣٥) في الهامش طر أغذية حنين في العنب وذلك إن العنب اذا احتبس لم (كدا) سيتحكم نضجه على ما ينبغي كما ينضج التين والنسي الذي يتولد منه وينفذ الى الكبد والعروق يكون نيا وليس تسهل استحالته الى الدم . طر وقال بعد ذلك في الزبيب وما كان من الزبيب ليس يقابض فليس يوافق للطحال والكبد العظمين (كدا) . (٤٣٦) في الأصل الماء . (٤٣٧) في الأصل قد . (٤٣٨) في الأصل اطفا . (٤٣٩) في الأصل غذا . (٤٤٠) في الأصل الشتا . (٤٤١) في الأصل الشاطي . (٤٤٢) في الأصل على . (٤٤٣) في الأصل وغذاؤه كغذاه . (٤٤٤) في الأصل حلوا . في الهامش طر ان الزبيب يقوى الكبد يخاصه (كدا) . (٤٤٥) في الأصل غذا كثير .

ويقوى الكبد بخاصته فيه وينبغي أن يأكله<sup>٤٤٦</sup> من ضعف<sup>٤٤٧</sup> قوة كبده  
وإذا أدمن عليه المكبودون<sup>٤٤٨</sup> قويت<sup>٤٤٩</sup> أكبادهم وربما استعانوا<sup>٤٥٠</sup> به  
عن الذبيدات ، ومن أراد أن يحبس<sup>٤٥١</sup> البطن فيأكله<sup>٤٥٢</sup> بنواه ومن أراد  
أن يلين البطن فيأكله<sup>٤٥٣</sup> بغير نوى<sup>٤٥٤</sup> ويشرب عليه الماء<sup>٤٥٥</sup> البارد .

١٥٠ - الشمس - بارد رطب سريع الانهضام والخروج عن المعدة وإذا أكل  
بعد الطعام استحال<sup>٤٥٦</sup> وفسد وأسرع إليه الفساد فينبغي أن يؤكل  
قبل الطعام ( ص ٩٩ ظ ) ويؤخذ بمعجون<sup>٤٥٧</sup> الزنجبيل بعده .

١٥١ - الخوخ - بارد رطب مؤلّد للبلغم والغذاء<sup>٤٥٨</sup> المتولّد عنه سريع الفساد  
والخوخ المعروف بالبلق أسرع انهضاماً وأسرع استحالة فيجب أن يتبع  
بمرّي الزنجبيل .

١٥٢ - الرمان - منه حلو ومنه حامض ، والحلو مزاجه معتدل في الحرارة  
رطب المزاج<sup>٤٥٩</sup> ، وأفضل الحلو الصغير النوى<sup>٤٦٠</sup> وهو مما ينستفع  
في السعال وخشونة<sup>٤٦١</sup> الصدر ويغذى البدن غذاء<sup>٤٦٢</sup> كثيراً والحامض  
بارد المزاج أبرد من الحلو مطفي<sup>٤٦٣</sup> لحرارة المعدة ويطفى الصفراء  
وينبه الشهوة ويمسك الطبيعة ، ونواه أقوى<sup>٤٦٤</sup> في ذلك<sup>٤٦٥</sup> من حبه .  
ونذكر ابفراط أن امرأة<sup>٤٦٦</sup> كان يصيبها وجع الفؤاد<sup>٤٦٧</sup> فكان يسكّه عنها  
ماء<sup>٤٦٨</sup> الرمان الحامض مع سويق الشعير ، ويظهر من هذا أن الوجع

- (٤٤٦) في الأصل يأكفه . (٤٤٧) في الأصل ضعفة . (٤٤٨) في الأصل ارتنوا . (٤٤٩) في الأصل قوى .  
(٤٥٠) في الأصل استعنوا . (٤٥١) لفظه "أن" ساقطة من الأصل . (٤٥٢) في الأصل فيأكفه .  
(٤٥٣) في الأصل فيأكفه . (٤٥٤) في الأصل نوا . (٤٥٥) في الأصل العا . (٤٥٦) في الأصل استحل .  
(٤٥٧) في الأصل يؤخذ بمعجن . (٤٥٨) في الأصل الغذاء . (٤٥٩) في الأصل المزاج . (٤٦٠) في الأصل النوا .  
(٤٦١) في الأصل خشونته . (٤٦٢) في الأصل غذا كبير . (٤٦٣) في الأصل مطفي . (٤٦٤) في الأصل أقوى .  
(٤٦٥) في الأصل ذلك . (٤٦٦) في الأصل امراه . (٤٦٧) في الأصل الفؤاد . (٤٦٨) في الأصل ما .

كان من خلط حارّ مراراً ينصبّ لقم معدتها<sup>٤٦٩</sup> فكان ماء السرمان يطفى حدته<sup>٤٧٠</sup> وكان السويق يشفيه إن شاء الله<sup>٤٧١</sup>.

١٥٣ - السفرجل - منه حلو ومنه حامض ، وأحدهما يقوى المعدة<sup>٤٧٢</sup> وينبّهان الشهوة ، والحامض في هذه<sup>٤٧٣</sup> الخصال أكثر من إلّا أنّ أضراره<sup>٤٧٤</sup> بالصدر وبالسعال أكثر من الحلو فينبغي أن يتبع بأكل اللوز والفانيد وشراب الجلاب .

١٥٤ - التفاح<sup>٤٧٥</sup> - منه أيضا حلو ومنه حامض . أمّا الحلو فيقوى المعدة والكبد ويفدّي غذاء<sup>٤٧٦</sup> جيّدا ويولّد رياحا ونفخا ويطيّب رائحة العرق والحامض أبرد وأيسس من الحلو وهو ينفع أصحاب السعال ويقوى المعدة والقلب الحارين ويضّرّ بالسعال<sup>٤٧٧</sup> فينبغي أن يصلح بما يصلح السفرجل.

١٥٥ - الكمثرى - وهو الإنجاص . ما كان منه نضجا فهو معتدل الميزاج وغداؤه غذاء<sup>٤٧٨</sup> جيّد أغدّى<sup>٤٧٩</sup> من السفرجل ، وهو (ص . ١٠٠) يمكّ الطبيعة إذا أكل قبل الطعام<sup>٤٨٠</sup> وليتّبها إذا أكل بعده والفتح منه قوى القبط يمكّ الطبيعة إذا أكل قبل الطعام إمساكا كثيرا ويولّد القولنج والريح ، وهو مخصوص بتولّد الحصاة<sup>٤٨١</sup> في الكلى<sup>٤٨٢</sup> فيتبع بأخذ الجوارشات الحارّة .

١٥٦ - الأترج - في الأترج قوى<sup>٤٨٣</sup> مختلفة ، فقشره حارّ يابس ولحمه يسارد غليظ وخلّه<sup>٤٨٤</sup> يارر لطيف وقشره يقوى المعدة ويحشئ جشاء<sup>٤٨٥</sup> جيّدا وتقويته للمعدة أكثر من كلّ دواء<sup>٤٨٦</sup> ويطيّب نكهة العرق ويزيل رائحة

- (٤٦٩) في الأصل معدتنا . (٤٧٠) في الأصل حده . (٤٧١) في الأصل ينشف ان شا الله .  
 (٤٧٢) عبارة أكثر من الحلو فينبغي ان يتبع مشطوبة في الأصل .  
 (٤٧٣) في الأصل أضره . (٤٧٤) في الأصل أضره . (٤٧٥) في الأصل أضره . (٤٧٦) في الأصل أضره . (٤٧٧) في الأصل أضره .  
 (٤٧٨) في الأصل غذاء . (٤٧٩) في الأصل . (٤٨٠) في الأصل . (٤٨١) في الأصل . (٤٨٢) في الأصل . (٤٨٣) في الأصل . (٤٨٤) في الأصل . (٤٨٥) في الأصل . (٤٨٦) في الأصل .  
 (٤٧٢) في الأصل أضره . (٤٧٣) في الأصل أضره . (٤٧٤) في الأصل أضره . (٤٧٥) في الأصل أضره . (٤٧٦) في الأصل أضره . (٤٧٧) في الأصل أضره . (٤٧٨) في الأصل أضره . (٤٧٩) في الأصل أضره . (٤٨٠) في الأصل أضره . (٤٨١) في الأصل أضره . (٤٨٢) في الأصل أضره . (٤٨٣) في الأصل أضره . (٤٨٤) في الأصل أضره . (٤٨٥) في الأصل أضره . (٤٨٦) في الأصل أضره .



الثوم والبصل ولحمه يوؤد خلطا غليظا باردا بلغميّا ثقيلًا ويحتاج أن تؤكّل<sup>٤٨٧</sup> القشور مع اللحم وأن تتبع<sup>٤٨٨</sup> بالعسل والزنجبيل المرّبي<sup>٤٨٩</sup> والخلّ منه بارد لطيف يطفى الصفراء بقوته<sup>٤٩٠</sup> وينفع من الخفقان والغشي العارضين من الحرارة ، والدهن المستخرج من حبه ينفع من البواسير<sup>٤٩١</sup> .

١٥٧ - الإجاجص - هو العين<sup>٤٩٢</sup> ، بارد رطب ملين للبطن صالح بالشباب إذا أكله مبردا بالثلج في يوم شديد الحر<sup>٤٩٣</sup> وإذا أكله<sup>٤٩٤</sup> الشيوخ والمرودون فينفع<sup>٤٩٥</sup> السل .

١٥٨ - الطلع والجّمّار - باردان يابسان مصدعان للرأس مؤلّدان للمني<sup>٤٩٦</sup> واللبن مضرّان بالمعدة حابسان للبطن ، واصلاحهما بأخذ معجون النعنع عليهما .

١٥٩ - ثمر النخل<sup>٤٩٧</sup> - ما كان منه نضجا فهو يغدّي غذاء<sup>٤٩٨</sup> كثيرا وهو حارّ رطب غليظ يوؤد الدم والمني<sup>٤٩٩</sup> ويبرد الأحشاء<sup>٥٠٠</sup> ويغلظ الكبد والطحال ويؤدّ الحجارة في الكلى<sup>٥٠١</sup> ويفسد الأسنان إذا أدمن عليه<sup>٥٠٢</sup> ويحتاج أن يتبع شراب السكجيين ويتمضمض بعده بخلّ ، وما كان من ثمر النخل فجا فإنه يمك البطن ويؤدّ القولنج والرياح ويقوى المعدة فيتبع بأخذ معجون<sup>٥٠٣</sup> الزنجبيل أو الصعتر عليه .

١٦٠ - الموز - حارّ رطب يابس<sup>٥٠٤</sup> ينفع من خشونة الحلق بطي<sup>٥٠٥</sup> . . .

(٤٨٧) في الأصل يوكل . (٤٨٨) في الأصل يتبع . (٤٨٩) في الأصل العربي . (٤٩٠) في الأصل يطفى الصفراء . (٤٩١) في البهائم اظ/ إن الدهن المستخرج من حب الأترج ينفع البواسير . (٤٩٢) أي عين البقر . (٤٩٣) في الأصل الحار . (٤٩٤) في الأصل أكلوه . (٤٩٥) في الأصل فينفعوا . (٤٩٦) في الأصل موالدان للمني . (٤٩٧) لعته ثمر النخل . (٤٩٨) في الأصل غذا . (٤٩٩) في الأصل العتي . (٥٠٠) في الأصل الاخشا . (٥٠١) في الأصل الكلى . (٥٠٢) في البهائم اظ/ فساد الاسنان/ ظ . (٥٠٣) في الأصل ياخذ معجن . (٥٠٤) كما في الأصل . (٥٠٥) في الأصل بطي .

GLOSARIO ARABE-ESPAÑOL

(Las cifras remiten a los artículos)

Orejas (carne de orejas) 48	آذان (لحم الآذان)
Ciruela (fruto de la <i>Prunus domestica</i> L.) 157	إجاص
Toronja (fruto de la <i>Citrus medica</i> L. var. <i>cedrata</i> Risso) 156	أترج
Partes de los pescados 119	أجزاء الحوت
Alas y cuellos 65	الأجنحة والرقاب
Panes hechos con aceite 20	الأخباز المتخذة بالزيت
Panes hechos de sorgo y de semillas feculentas	الأخباز المتخذة من الذرة والقطاني
Masas fritas en aceite 27	الأخباز المقلوة بالزيت
Sesos de pájaros 57	أدمغة العصافير
Sesos de aves 68	أدمغة الطيور
Arroz ( <i>Oryza sativa</i> L.) 6	أرز
Espinaca ( <i>Spinacia oleracea</i> L. = <i>Spinacia glabra</i> Mill.) 74	إسفناخ
Buñuelos 27	إسفنج
Macarrones 22	أطرية
Órganos nerviosos 48	أعضاء عصبية
Órganos de las reses 45-55	أعضاء المواشي
Tapaderas 109	أغطية
La mejor manera de cocinar los pescados 119	أفضل ما تطبخ الحيتان
Patas 48	أكاريح
Hígados, asaduras 51	أكباد
Leches y lacticinios 120-134 (cap. VIII)	ألبان
Pera (fruto del <i>Pyrus communis</i> L.)	إنجاص
Recipientes en los que se cocina 109, 119	الأواني التي يطبخ فيها
Recipientes de hierro 109	أواني الحديد
Recipientes de cerámica vidriada o melada 109, 119	أواني الحنتم

Recipientes de oro	109	أواني الذهب
Recipientes de plomo	109	أواني الرصاص
Recipientes de vidrio	109	أواني الزجاج
Recipientes de barro cocido, de cerámica	109, 119	أواني الفخار
Recipientes de plata	109	أواني الفضة
Recipientes de estaño	109	أواني القصدير
Recipientes de cobre	109, 119	أواني النحاس
Ganso, ánsar, oca ( <i>Anser anser</i> L.)	64	إوز
Ciervo ( <i>Cervus elaphus</i> L.)	43	أيل

ب

Berenjena ( <i>Solanum melongena</i> L.)	89	بادنجان
Pargo, pagro ( <i>Sparus pagrus</i> L.)	111	باغر
Haba ( <i>Vicia faba</i> L.)	7	بافلا
Pato salvaje, ánade ( <i>Anas platyrhynchos</i> L., <i>Anas boschas</i> L.)	64	برك
Linaza, semilla del lino ( <i>Linum ussitatissimum</i> L.)	14	بزر الكتان
Bizcocho, pan de aceite	20, 27	بشماط ج بشماطات
Cebolla ( <i>Allium cepa</i> L.)	80	بصل
Vaca (hembra del <i>Bos taurus</i> L.)	37	بقر
Menestra de espinacas	74	بقليّة الاسفاناخ
Menestra de bledos	75	بقليّة اليربوز
Mújol ( <i>Mugil cephalus</i> L.)	110	بوري
Boga ( <i>Boops boops</i> L.)		بوقة
<i>Bīs</i> , pez de río, quizá transcripción de la palabra española "pez"	114	بيس
Huevos	135	بيض
Huevas de pescado	118	بيض الحوت
Huevos de gallina	135	بيض الدجاج
Huevos fritos	135	بيض مطجن
Huevos duros, huevos cocidos	135	بيض منعقد جدًا

ت

Altramuz ( <i>Lupinus albus</i> L. u otras especies afines) 9	ترمس
Manzana (fruto del <i>Pyrus malus</i> L.) 154	تفاح
Maná 139	ترنجبین
<i>Tafāyā</i> , cierto guiso de carne 69,70	تفایا
<i>Tafāyā</i> blanca 70	تفایا بیضاء
<i>Tafāyā</i> verde 69	تفایا خضراء*
Horno de atanor 17	تاتور
Higo (fruto de la <i>Ficus carica</i> L.) 146	تین

ث

Pintarroja, cágallo ( <i>Squalus mustel</i> L.) 111	شاغر
Mama, ubre, pecho. (carne de mama) 49	ثدي (لحم الثدي)
<i>Tarīda</i> , pl. <i>tarā'id</i> , caldos ensopados, sopas 21	ثريدة ج شرايد
Dátil (fruto de la <i>Phoenix dactylifera</i> L.) 159	ثمر النخل

ج

Queso fresco 132	جبين رطب
Queso seco, añejo 132, 133	جبين يابس
Choto, cabrito, cría de la cabra 40, 43	جدي ج جداء ، جديان ، أجد
<i>Īsīš</i> , trigo mondado y triturado 24	جشيش
Compota de miel y rosas 132	جلنجبین
Médula de palmera 158	جمار النخل

ح

Perdiz ( <i>Alectoris rufa</i> L.) 56	حجل
Agraz, uva verde (fruto verde de la <i>Vitis vinifera</i> L.) 148	حصرم
Dulces 140-145	حلوى
<i>Gabīt</i> , especie de dulce 145	حلوى القبيط

Garbanzo ( <i>Cicer arietinum</i> L.)	8	حمص
Cordero, cría de la oveja que no pasa de un año	32	حمل ج حملان
Trigo ( <i>Triticum vulgare</i> Villars)	1	حنطة
Pescado	110	حوت
Lisa, liza, ( <i>Mugil provensalis</i> Risso)	112	الحوت الأملس
Pescado de agua dulce	110	الحوت التولد في الماء العذب
Pescado salado	116	حوت مملح
Cordero añal	32	حوليّ
Pescados y anguilas	110-119 (cap. VII)	الحيطان والسلابيح
Pescados de mar	111	حيطان البحر

خ

Pan ácimo	18	خبز فطير
Pan fermentado	17	خبز مختمر
Hallulla, pan cocido debajo de la ceniza	19	خبز الملة
<i>Jabīs</i> , dulce de miel, manteca y almidón	142	خببيص
Borrego, cordero de uno a dos años	34	خروف
<i>Juškār</i> , harina roja	17	خشكار
Testículo, criadilla	49	خصية ج خصى
Vinagre	100	خلّ
Melocotón (fruto de la <i>Prunus persica</i> Stokes)	151	خوخ
Galanga ( <i>Alpinia officinarum</i> Hance o <i>Alpinia galanga</i> Willd.)	94	خولنجان

د

Gallina (hembra del <i>Gallus gallinaceus</i> Gesn.)	56	دجاج
Panizo ( <i>Penicillaria spicata</i> L. o <i>Panicum italicum</i> L.)	4	دخن
Flor de harina	17	درمك
Cerebro, sesos	47	دماغ
Aceite de sésamo (aceite del <i>Sesamum orientale</i> L.)	105	دهن السمسم

Aceite de almendras	104	دهن اللوز
Gallo, pollo ( <i>Gallus gallinaceus</i> Gesn.)	62	ديك ج ديوك
Gallos viejos	62	ديوك هرمة

ذ

Sorgo ( <i>Sorghum vulgare</i> Pers. = <i>Holcus dokhna</i> Forskål)	3, 31	ذرة
Cola de pescado	118	ذنب الحوت

ر

Leche cuajada	129	رائب
Cabeza de pescado	118	رأس الحوت
Salmón ( <i>Salmo salar</i> L.) o trucha de mar ( <i>Salmo trutta</i> L.)	111	ري
<i>Rubaytā</i> , condimento a base de pequeños peces y vinagre	116	ربيشاء
Cuellos de aves	65	رقاب الطير
Granada (fruto de la <i>Punica granatum</i> L.)	152	رمان

ز

Mantequilla fresca	134	زبد
Pasas, uvas pasas (fruto desecado de la <i>Vitis vinifera</i> L.)	149	زبيب
Zorzal, tordo ( <i>Turdus philomelus</i> L., <i>Turdus musicus</i> )	63	زرزور ج زرازير
<i>Zalābiyya</i> , especie de pestiño de miel y almendras	144	زلابية
Jengibre ( <i>Amomum zingiber</i> L. = <i>Zingiber officinale</i> Rosc.)	95	زنجبيل
Aceite (aceite extraído del fruto de la <i>Olea Europaea</i> L.)	103	زيت
Aceituna (fruto de la <i>Olea Europaea</i> L.)	86	زيتون
Aceitunas verdes curadas en agua y sal	86	الزيتون الأخضر المرّبي بالماء والملح
Aceitunas gordales curadas en sal y agua	86	الزيتون الكبير المرّبي بالماء والملح
Aceitunas curadas en vinagre y sal	86	الزيتون المرّبي بالخل والملح

Aceitunas curadas con sal y aceite 86 الزيتون المرّبي بالملح والزيت  
*Zirabāy*, comida compuesta de azúcar, almendras y vinagre 72 زيرباج

س

Ruda (*Ruta graveolens* L.) 90 سذاب  
 Albacora (*Germo alalunga* Bonn), boquerón o sarda (?) 113 سارد ، ساردة  
 Sarda, caballa (*Scomber colias* Gmel. o *Scomber scombrus* L.) 112 سرادة  
 Sardina (*Clupea sardina* L. o *Sardina pilchardus* Walb.) 112 سردين  
 Membrillo (fruto de la *Cydonia vulgaris* Pers.) 153 سفرجل  
 Escabeche, carne a la vinagreta 71, 72 سكباج  
 Azúcar 137 سكر  
 Azúcar de pilón 137 سكر طبرزد  
 Anguilas (*Anguilla anguilla* L.) 115 (cap. VII) سلابيح  
 Espelta (*Triticum spelta* L.) 12 سلت  
 Codorniz (*Coturnix coturnix* L.) 61 سمان  
 Sésamo, ajonjolí (*Sesamum orientale* L. o *S. indicum* D.C.) 13 سمس  
 Pescado de roca 110 سمك صخري  
 Manteca, mantequilla derretida 55, 106, 134 سمن  
 Sémola de trigo 24 سميد  
 Farro, cebada frita y molida groseramente 30 سويق الشعير

ش

Sábalo (*Clupea alosa* L. o *Alosa alosa* L.) 110, 117 شابل  
 Saboga, cría del sábalo (*Clupea alosa* L.) 110 شبوق  
*Šabūlī*, variedad de sábalo 110 شبولي  
 Grasa y manteca 55 شحم و سمن  
 Grasa de pescado 118 شحم الحوت  
 Paloma zurita, paloma silvestre 60 شخش  
 Requesón 130 سراز

Cebada ( <i>Hordeum vulgare</i> L.) 2, 29	شعير
Labios (carne labios) 48	شفاء (لحم الشفاء)
Cañamón (semilla de la <i>Cannabis sativa</i> L. var. <i>indica</i> ) 15	شهدانق
Asado 82	شواء
Asado a la brasa 83	شواء الجمر
Asado al horno 82	شواء الفرن
Jurel, chicharro ( <i>Caranx trachurus</i> L. o <i>Trachurus trachurus</i> L.) 111	شورال

ص

Salsa, adobo, aliño, condimento 90, 91 (cap. VI)	صباغ ج صباغات
Salsa de mostaza	صباغ الخردل
Salsa de salmuera vinagre y ajo 91	صباغ المري والخل والثوم

ط

Bazo, melsa 52	طحال
Espata de palmera 158	طلع النخل
Perdiz blanca ( <i>Lagopus lagopus</i> L.) 56	طيهوج ج طياهيح

ع

Lenteja ( <i>Lens esculenta</i> Moench.) 10	عدس
Miel 136, 137	عسل
Pájaros 57	عصافير
<sup>c</sup> Aşīda, talvinas, gachas de harina, manteca y miel 23	عصيد
Músculos 45	عضل
Cuajada 131	عقيد
Uva (fruto de la <i>Vitis vinifera</i> L.) 147	عنب
Ojo (carne de ojos) 50	عين (لحم العين)

غ

<i>Gabīt, qabīt</i> , especie de dulce 145	غبيط (حلوى الغبيط)
--	--------------------



ف

<i>Fālūdāy</i> , dulce hecho de almidón y miel	141	فالودج
Alfeñique	138	فانيد
Fideos	26	فدوش
Pichones, crías de paloma	58	فراخ الحمام
Apartado sobre los dulces	140-145	فصل في الحلوى
Apartado sobre las virtudes de los huevos	135	فصل في قوة البيض
Pimienta (fruto del <i>Piper nigrum</i> L.)	93	فلفل

ق

Menestra de calabaza	76	قرعية
Canela ( <i>Cinnanomum aromaticum</i> Nees.)	96	قرفة
Perdiz de Egipto, ganga común ( <i>Pterocles alchata</i> L.)	59	قطا
<i>Qatā'if</i> , dulces hojaldrados de sémola, azúcar, miel y almendra	143	قطائف
Semilla feculenta	31	قطنية ج قطاني
Frituras, carnes fritas	81	قلايا
Corazón	53	قلب
Corazón de pescado	118	قلب الحوت
Camarón ( <i>Leander serratus</i> Penant o <i>Palaemon squilla</i> L.)	110	قمران
Tórtola ( <i>Columba Cambayensis</i> L.)	59	قمرى ج قمارى
Menestra de coliflor	79	قنبيطية
Conejo ( <i>Lepus cuniculus</i> L.)	43	قنيلية ج قنيليات
Buches, mollejas	66	قوانص
Buches de gallinas cebadas	66	قوانص الدجاج المسمنة (sic)
Tratado sobre las ventajas e inconvenientes de la leche y los lactiginos	126-134	القول في منافع اللبن ومضاره

ك

Encurtido	86,87,88, 89 (cap. VI)	كامخ ج كوامخ
Encurtido de berenjenas	89	كامخ الباذنجان
Encurtido de pepinos y cohombros	87	كامخ الخيار والفقوس

Encurtido de lima en su propio ácido	88	كامخ الليم المرّبي في خله
Hígado de pescado	118	كبد الحوت
Carnero	35	كبش
Hígados	51	كبود
Hígados de aves	67	كبود الطيور
Menestra de col	78	كرنبيّة
Alcaravea ( <i>Carum carvi</i> L.)	98	كروياء
Cilantro seco ( <i>Coriandrum sativum</i> L.)	99	كزبرة يابسة
Alcuzcuz, cuscús	25	كسكس
Качк, rosca de pan de aceite	20	كعك
Riñones	51	كلي
Pera (fruto del <i>Pyrus communis</i> L.)	155	كمثري
Comino (semilla del <i>Cuminum cyminum</i> L.)	97	كمون

ل

Leche	120	لبن
Leche de burra	125	لبن الأتن
Leche de vaca	124	لبن البقر
Leche fresca	121, 127	اللبن الحليب
Leche de oveja	123	لبن الضأن
Leche de cabra	122	لبن الماعز
Carne de liebre ( <i>Lepus timidus</i> L.)	43	لحم الأرانب
Carne de ciervo ( <i>Cervus elaphus</i> L.)	43	لحم الأيل
Carne de vaca	37, 42	لحم البقر
Carne de mamas, de ubres	49	لحم الثدي
Carne de choto	43	لحم الجداء
Carne de perdiz ( <i>Alectoris rufa</i> L.)	56	لحم الحجل
Carne de asno salvaje, onagro	43	لحم الحمار الوحشي
Carne de paloma	58	لحم الحمام

Carne de cordero añal	32	لحم الحوليّ
Carne de animal castrado, de capón	41, 42	لحم الخصيّ
Carne de criadillas, de testículos	49	لحم الخصي
Carne de gallina	43	لحم الدجاج
Carne de cabezas	46	لحم الرؤوس
Carne de borrego	42	لحم الضأن
Carne de perdiz blanca	56	لحم الطيهوج
Carne de terneras lechales	38	لحم العجاجيل الرضيع
Carne de carnero de dos años	33	لحم الكبش الشنيّ
Carne de carnero viejo	35	لحم الكبش الهرم
Carne de riñones	54	لحم الكلى
Carne guisada con arroz	85	اللحم المطبخ بالارزّ
Carne guisada con cilantro verde y con los condimentos llamados <i>tafāyā</i> verde	69	اللحم المطبوخ بالكزبرة الخضراء والأتابل المسمى التفايا الخضراء
Carne de cabra	39, 42	لحم المعز
Carne de ovejas lactantes	36	لحم النعاج الراضعة
Carne de paloma torcaz	56	لحم اليمام
Carnes de liebres	43	لحوم الأرانب
Carnes de gansos y ánades	64	لحوم الإوزّ والبرك
Carnes de ciervos	43	لحوم الأيائل
Carnes de choto lechal	40	لحوم الجدي الرضيع
Carnes de camellos	44	لحوم الجمال
Carnes de onagros	43	لحوم الحمر الوحشية
Carnes de borrego	34	لحوم الخروف
Carne de carnero	42	لحوم الضأن
Carnes de aves	56	لحوم الطيور
Carnes de conejos	43	لحوم القنيليات
Menestra de nabos	77	لفتية
Alubias ( <i>Phaseolus vulgaris</i> L.)	11	لوبيا
Guiso hecho con agua de cebolla	80	اللون المعمول بماء البصل
Lima (fruto del <i>Citrus limetta</i> L.)	88	ليم

Agua de cebolla	80		ماء البصل
Agua de cebada	30		ماء الشعير
Frijol enano ( <i>Phaseolus max</i> L.)	5		ماش
Almojábanas	28		مجنّبات
Melva ( <i>Squalus acanthias</i> L.)	112	112	مالبة
Tuétano de los huesos	47		مخ العظام
Leche desnatada	128		مخيض
Almorí, salmuera, "garum", garo	101		مرّي
Almorí de pescado	102		مرّي الحوت
Almorí macerado	101		مرّي النقيع
Albaricoque (fruto de la <i>Prunus armeniaca</i> L.)	150		مشمش
Madira, carne cocida en leche agria	73		مضيرة
Sal	92		ملح
Plátano (fruto de la <i>Musa paradisiaca</i> L.)	160		موز
Salmonete ( <i>Mullus barbatus</i> L., <i>M. ruber</i> Lacép. o <i>M. surmuletus</i> L.)			مول

111

Fuego de leña	108		نار الحطب
Fuego de leña verde	108		نار الحطب الأخضر
Fuego de leña seca	108		نار الحطب اليابس
Fuego de carbón	107		نار الفحم
Huevos pasados por agua, huevos medio escalfados	135		نيمرشت

Morralla, morralla en vinagre	110		هازباء
Harisa, carne guisada con trigo	16, 84		هريسة

Bledo ( <i>Blitum virgatum</i> L.)	75		بيرروز
Paloma torcaz, paloma silvestre	56		يمام

**ADICION A LA BIBLIOGRAFIA**  
**(con indicación de las abreviaturas)**

Manuel Alvar Ezquerro, *La ictionimia en el "Diccionario de Historia Natural" de Viera y Clavijo*, en *Actas del V Congreso Internacional de Estudios Lingüísticos del Mediterráneo*, Madrid, 1977, pp. 233-267.

Bedevian, A.K. Bedevian, *Illustrated Polyglottic Dictionary of Plant names*, Cairo 1936.

A. Díaz, *Recipes*, Amador Díaz García, *Three Medical Recipes in Codex Biblioteca Medicea-Laurenziana Or. 215*, en *Journal for the History of Arabic Science*, 4 (1980), pp. 265-286.

Julio Fernández-Sevilla, *Ictionimia en el "Vocabulario" de J. L. Palmireno (1569)*, en *Actas del V Congreso Internacional de Estudios Lingüísticos del Mediterráneo*, Madrid, 1977, pp. 145-194.

Ghaleb, Edouard Ghaleb, *Dictionnaire des Sciences de la Nature*, 3 vols., Beyrouth, 1955-1956.

K. al-Harb, Manuela Marín Niño, *El 'Kitab al-Harb al-Ma'suq bayna lahm al-Da'n wa Hawadir al-Suq'*, en *Revista de la Universidad de Madrid*. Vol. XIX, núm. 75. Tomo V, 143-184.

Fernando Lozano Cabo, Olegario Rodríguez Martín y Pedro Arté Gratacós, *Nomenclatura oficial española de los animales marinos de interés pesquero*. Madrid, 1965.

Luis Lozano y Rey, *Los principales peces marinos y fluviales de España*, 2.<sup>a</sup> ed. Madrid, 1949.

W. Luther - K. Fiedler, *Peces y demás fauna marina de las costas del Mediterráneo*. Barcelona, 1968.

José Mondéjar, *Los nombres de los peces en las "Ordenanzas" municipales (siglo XVI) de Málaga y Granada*, en *Actas del V Congreso Internacional de Estudios Lingüísticos del Mediterráneo*, Madrid, 1977, pp. 195-231.

Bent J. Muus - Preben Dahlström, *Guía de los peces de mar del Atlántico y del Mediterráneo*, 2.<sup>a</sup> ed., Barcelona, 1977.

Bent J. Muus - Preben Dahlström, *Los peces de agua dulce de España y de Europa*, Barcelona, 1975.

C. Peña, *Formulario*, Carmen Peña Muñoz, J. L. Valverde, *El Formulario de los Hospitales de Ibn Abī l-Bayān*, Granada, 1981.

Carmen Peña, *Glosario*, Carmen Peña Muñoz, José Luis Valverde, *Ibn al-Ḥaššā'. Glosario sobre el Mansūrī de Rāzī*, en *Ars Pharmaceutica*. Tomo XXI, núm. 3 (1980), pp. 317-332.

C. Ruiz, Carmen Ruiz Bravo - Villasante, *El libro de las utilidades de los animales*, Madrid, 1981.

José Carlos de Torres, *Préstamos en las designaciones andaluzas de peces*, en *Actas del V Congreso Internacional de Estudios Lingüísticos del Mediterráneo*, Madrid, 1977, pp. 285-300.

Vázquez, *Calendario*, José Vázquez Ruíz, *Un Calendario anónimo granadino del siglo XV*, en *Revista del Instituto de Estudios Islámicos en Madrid*, IX-X (1961-1962), pp. 23-64.

