COCINANDO CULTURAS:
GASTRONOMÍA ROMANA

ESO Y BACHILLERATO

ACTIVIDADES Y TALLERES DIDÁCTICOS

MUSEO MUSEOS MUNICIPALES DE ZARAGOZA

Zaragoza
AYUNTAMIENTO

COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA

ACTIVIDADES Y TALLERES DIDÁCTICOS EN LOS MUSEOS MUNICIPALES DE ZARAGOZA

[3]
Objetivos generales

[4]
Cocinando culturas: gastronomía romana

[4]
Objetivos de la actividad

[5]
Descripción de la actividad

[8]
Metodología

[9]
Para conocer más...

[9]
Glosario

[12]
Organización de la visita

[14]
Información práctica

[15]
Museos Municipales

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

ACTIVIDADES Y TALLERES DIDÁCTICOS. MUSEOS MUNICIPALES

El Ayuntamiento de Zaragoza, a través de su Servicio de Cultura, oferta a los centros educativos actividades didácticas en los museos que conforman la Ruta de Caesaraugusta y en el Museo Pablo Gargallo. Dichas actividades se desarrollan cubriendo los siguientes ejes temáticos: arte, arqueología e historia. Tratan los distintos temas de un modo lúdico y divertido, utilizando una metodología diferente a la empleada en la educación formal, pero siempre pensando en que los contenidos estén relacionados con los diseños curriculares, de manera que el profesor pueda integrar las actividades sin dificultad en el programa escolar.

Si afianzar y ampliar los contenidos explicados en clase es un objetivo a cumplir, no podemos olvidar que la visita a nuestros museos también debe ayudar a potenciar las habilidades intelectuales y sociales de los alumnos, así como el desarrollo de actitudes positivas hacia el patrimonio histórico y cultural.

OBJETIVOS GENERALES

- Enseñar a valorar y respetar el patrimonio cultural de nuestra ciudad.
- Transmitir normas básicas de comportamiento en un museo.
- Fomentar la tolerancia y respeto entre las culturas que han sido y son parte de nuestro tiempo.
- Promover el trabajo en equipo, la reflexión y el diálogo, valorando las opiniones de los demás.
- Fomentar la curiosidad, punto de partida del deseo de aprender.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA

En cualquier civilización el arte culinario muestra una característica muy importante de su cultura, su forma de vivir y de pensar; por ello, estudiando qué y cómo comían nuestros antepasados, podremos aprender más sobre ellos y su legado a nuestra cultura gastronómica.

Uno de los aspectos mejor conocidos de la vida privada de los romanos es el de la comida, gracias a la información transmitida por las fuentes latinas; pero los excesos y el exotismo del que hacen gala los banquetes y orgías de los romanos, en algunos textos satíricos, son fruto de la exageración.

De hecho, en los inicios del Imperio romano, prevalece un pueblo de campesinos rudos y austeros, cuyo alimento básico es una papilla de harina de cebada o de trigo candeal llamada *puls* o *pulmentum* (granos de cereal tostados, machacados en un mortero y cocidos en agua o en leche).

Más adelante, durante la expansión del Imperio, el comercio y el contacto con otras civilizaciones aportarán nuevos productos y costumbres en la mesa.

OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD

- Situar la fundación de *Caesaraugusta* en el espacio y en el tiempo.
- Comprender qué es un foro romano y distinguir los edificios principales que se ubicaban en ellos.
- Identificar los alimentos que se conocían en época romana.
- Aprender algunos aspectos relacionados con el transporte, conservación, preparación y consumo de alimentos.
- Descubrir las costumbres romanas en torno a la mesa.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La actividad comienza en la planta sótano del museo, donde se realizará una introducción sobre Caesaraugusta, ubicándola en el espacio y en el tiempo. Se prestará especial atención a la explicación de lo que era un foro, para lo que se utilizará como apoyo una maqueta.

Trataremos el tema del comercio en época antigua y de los productos que se podían encontrar en un mercado romano a través de un juego, en el que se utilizará un gran mapa del Imperio.

El monitor se detendrá en las **vitrinas** relacionadas con la alimentación romana: los alimentos, la cocina y la mesa.

La cocina romana era sencilla, pero los romanos llegaron a convertirla en un verdadero arte, donde se mezclaban fantasía, sabores y aromas.

Los alimentos, carnes o pescados cocidos, se enmascaraban frecuentemente y se transformaban casi siempre por medio de las salsas. Las hierbas, especias, condimentos, el aceite y el vino jugaban un papel protagonista.

Las salsas consistían en mezclas de numerosos ingredientes; en ellas se unían sabores muy distintos: dulce como la miel, picante como la pimienta y salado con la salsa de pescado llamada *garum*. El recipiente utilizado para realizar las salsas era el mortero, que es el utensilio más representativo de todo el menaje de la cocina romana.

Es sorprendente cuántas de nuestras actuales costumbres y recetas de cocina, como los rebozados de harina y huevo o el flan, proceden de los romanos.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

VITRINA I : VENTA Y TRANSPORTE DE ALIMENTOS

El ánfora es un gran recipiente de cerámica con dos asas y terminado en punta, se utilizaba para contener vino, aceite, salsas, frutas, aceitunas y pescados en conserva. Solía llevar inscripciones que aludían al producto, al transportista, al mercader o al fabricante.

El diseño de las ánforas estaba ideado para apilarlas en las bodegas de las naves mercantes, puesto que colocadas verticalmente se encajaban bien unas al lado de otras, permitiendo formar sucesivas capas o pisos en altura.

En un ánfora cabían alrededor de 26 litros y llenas pesaban unos 45 kilogramos.

Para pesar, los romanos utilizaban unas balanzas que nosotros denominamos «romanas». Estas balanzas tenían contrapesos llamados «ponderales», cuya unidad, la libra, pesaba 327 g. En la vitrina se observa una de ellas, cuyo peso es de 3 libras.

VITRINA II: UNA RECETA DE COCINA

Los utensilios empleados en la cocina fueron numerosos y variados. Aquí tenemos como ejemplo los utilizados en la realización de una sabrosa receta llamada «Patina de espárragos fríos», una especie de *pudin* muy popular en el siglo primero.

RECETA

Ingredientes: espárragos, pajaritos, huevos, *garum*, vino, aceite, manteca y pimienta.

Se machacan espárragos limpios en un mortero, se les añade agua, se vuelven a machacar, y se cuelan. Seguidamente se reservan los pajaritos limpios.

En un mortero se machacan seis granos de pimienta junto con la fuerte salsa de pescado llamada *garum*, un vaso pequeño de vino normal y otro de vino de pasas. En una cazuela se ponen al fuego tres cucharadas de aceite, y allí se vierte todo para que hierva.

Por último, se unta con manteca una fuente plana de arcilla, y se vierte en ella la mezcla de seis huevos batidos con la salsa de *garum* al vino, y el puré de espárragos. Se añaden los pajaritos, y se pone entre las brasas calientes. Se cuece, se espolvorea con pimienta y se sirve.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

VITRINA III: LA MESA

Los romanos comenzaban el día con el alba, tomando un desayuno ligero –*ientaculum*–que podía consistir en pan con queso, olivas o fruta. A mediodía lo habitual era una comida poco pesada –*prandium*– que, dada su sencillez, se consumía sin montar (poner) la mesa, como un tentempié. Solía constar de verduras, huevos, fruta o restos de la cena del día anterior, acompañados de un poco de vino. La comida principal del día era la cena que tenía lugar tras terminar la jornada de trabajo y visitar las termas para tomar un baño.

La cena era un acto social en el que se reunía la familia y se podía invitar a los amigos alrededor de una mesa dispuesta formalmente. Una cena celebrada en una casa acomodada, con la debida etiqueta, comenzaba con la *gustatio:* entremeses como huevos, verduras, ostras, pescados, etc... Seguía con la *prima mensa* donde se reunían los platos principales: legumbres, carnes o pescados aderezados con salsas. Para finalizar, se servía la *secunda mensa,* equivalente a nuestro postre,... y consistente en dulces, como pasteles o frutas, o en salados. El vino que acompañaba la comida se filtraba, para eliminar los posos, y se mezclaba con agua caliente o fría para rebajarlo....

En la mesa existían una serie de costumbres y supersticiones que han llegado en algunas ocasiones hasta nuestros días, tal como sucede con el hecho de considerar que el salero volcado traerá mala suerte.

Las cenas acababan con libaciones a los dioses y con brindis, y tras ellos tenía lugar la sobremesa con cantos, poemas, bailes y juegos.

Continuaremos el recorrido en la planta intermedia para visitar la **ambientación del sótano de una tienda de cerámica del foro**. Allí encontraremos reproducciones de menaje de cocina: ollas, jarras, fuentes de horno, vasos, ánforas, morteros, etc.

Terminaremos en la **recreación del comedor de una *domus*, un *triclinium*.** Allí los alumnos adoptarán diferentes roles de personajes romanos y, a través del juego, explicaremos las costumbres y el comportamiento en la mesa.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

METODOLOGÍA

Se ha aplicado una metodología enfocada a estimular el interés de los escolares por nuestro patrimonio histórico y cultural, entendiéndolo como un elemento vivo y presente en nuestro entorno. Por ello, es necesario convertir la actividad didáctica en una experiencia lúdica, a través de la cual fijen los contenidos que están programados en los diseños curriculares y aprendan otros nuevos que amplíen su bagaje cultural.

La actividad tiene un marcado carácter participativo. El monitor se concibe como un comunicador que entabla un DIÁLOGO con los alumnos; y nada hay más interactivo que la dinámica pregunta-respuesta-pregunta. De ahí la importancia de la preparación previa en clase de la actividad, pues esto constituirá un punto de partida para la interacción planteada en el desarrollo de la misma.

En este enfoque la SORPRESA es un mecanismo fundamental para captar la atención y mantener el interés y la tensión durante el taller. Con este propósito se recurre a reproducciones de objetos por su indudable poder evocador y juegos que fomentan la imaginación y el trabajo en equipo

Entendemos que ayudar a interpretar, bien sean unos restos arqueológicos o una obra de arte, es mucho más que informar; es poner en relación la experiencia del mundo de los alumnos con lo que están viendo, a partir de lo que ya conocen para lograr un aprendizaje verdaderamente significativo. Se potencia la capacidad de observar lo que tienen alrededor y se les muestra, de reflexionar y de compartir sus reflexiones.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

PARA CONOCER MÁS...

- www.zaragoza.es/museos
- Marga Vela Tejada y Carmen Aguarod Otal: *Cocinando Culturas. De Roma al Renacimiento* (libro del profesor y cuaderno para los alumnos). Zaragoza: Ayuntamiento de Zaragoza, 2013.
- Cuaderno de actividades complementarias para ESO, Bachillerato y Ciclos Formativos: www.zaragoza.es/cultura/publimuseos

GLOSARIO

- **Ánfora:** Gran recipiente de cerámica con dos asas; se utilizaba para contener vino, aceite, salsas, frutas, aceitunas y pescados en conserva. Solía llevar inscripciones que aludían al producto, al transportista, al mercader o al fabricante.
- **Arbiter bibendi:** Invitado a un banquete, elegido presidente de mesa, cuya función era la de determinar las veces que se debía beber y la proporción de agua que había de añadirse al vino.
- **Comissatio:** Sobremesa de las cenas que comenzaba tras el postre. Se bebía en abundancia y se solía animar con diversas actuaciones de músicos, cantores, bailarines, etc.
- **Cliente:** Plebeyo que se asociaba con un patrón benefactor. Las relaciones de clientela (del latín *cluere*, acatar, obedecer) consistían en acuerdos privados por los que una persona (de familia empobrecida o extranjera) ponía sus servicios y voto a disposición de un patrón poderoso a cambio de su protección y ayuda económica.
- **Duunviro:** Cargo público romano al que le correspondías distintas funciones administrativas o judiciales.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

- **Foro:** Núcleo vital de la ciudad romana, el equivalente a la plaza mayor de los pueblos actuales, emplazado generalmente en el cruce de los ejes viales principales de la ciudad: *cardo* y *decumano* máximos. Allí estaba el centro de la vida religiosa, civil, económica y política, así como de la administración municipal.
- **Garum:** Salsa que se obtenía prensando en barriles carne de diversos pescados con hierbas y sal.
- **Gustatio:** Plato que precedía a la cena propiamente dicha, se componía principalmente de entremeses destinados a excitar el apetito más que a satisfacerlo: huevos, ensaladas, verduras, ostras, etc.
- **Ientaculum:** Primera comida del día. Consistía básicamente en pan con queso, olivas o fruta. Se acompañaba con vino.
- **Lectus:** Cada uno de los tres lechos que componen el triclinio.
- **Libra:** Unidad de peso y cuenta monetal romana equivalente a unos 327 gramos.
- **Lucerna:** Lámpara de aceite, el método más utilizado para iluminar las casas. Las lucernas se podían fabricar en distintos materiales, pero lo más frecuente es que fueran de cerámica. Funcionaban con mechas que absorbían el aceite y permitían que la llama lo quemara lentamente. Las mechas se fabricaban con fibras vegetales y también con lana.
- **Macellum:** Nombre con el que los romanos conocían un edificio independiente destinado a la venta de alimentos. La forma del *macellum* es cuadrangular, limitado por cuatro muros que cierran un patio central rodeado de espacios cubiertos; frecuentemente tenían más de una puerta de acceso.
- **Mulsum:** Vino mezclado con miel.
- **Nomenclator:** Esclavo cuya función consistía en nombrar a las personas invitadas a un banquete e indicarles el lugar donde debían ubicarse.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

- **Posca:** Mezcla de agua con vinagre consumida como refresco.
- **Prandium:** Almuerzo que se tomaba a medio día. Se servían alimentos fríos o calientes. Dada su sencillez se consumía sin poner la mesa, como un tentempié. Consistía en verduras, huevos, fruta o restos de la cena del día anterior. Se acompañaba con vino.
- **Prima Mensa:** Platos o servicios que componían la cena propiamente dicha. En principio la norma fueron dos platos y después el número se fue elevando. Es preciso señalar que cada uno de estos servicios se componía a su vez de diversos alimentos, destacando las legumbres y las carnes o pescados aderezados con salsas.
- **Puls:** Alimento básico de los primeros romanos. Era una papilla de harina de cebada o de trigo, que posteriormente sólo consumía la gente más pobre. Se preparaba tostando los granos del cereal y cociéndolos en agua o en leche después de haberlos machacado en un mortero.
- **Secunda Mensa:** Plato equivalente a nuestro postre y consistente en dulces, como pasteles o frutas, o en salados.
- **Taberna:** Pequeño comercio romano. Si es de vino, taberna vinaria. También hostería situada en una vía romana.
- **Terra Sigillata:** Cerámica romana roja, con una capa exterior brillante y fina. Recibe el nombre de sigillata por el hecho de que lleva un *sigillum* (sello) del fabricante, su marca de taller.
- **Triclinium:** Comedor de una casa romana donde se disponían generalmente tres lechos inclinados que rodeaban la mesa principal, dejando libre uno de sus lados para poder acceder a ella y servir los alimentos.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

ORGANIZACIÓN DE LA VISITA. Consejos prácticos para profesores y alumnos

Preparación de la visita

- Se puede consultar la web municipal www.zaragoza.es/museos
- Es conveniente que el profesor conozca el Museo previamente y así pueda elegir la información idónea que quiera transmitir a sus alumnos en el aula.
- Prepare a sus alumnos para hacer la actividad y explíqueles algunos conceptos básicos sobre el mundo romano para que puedan contextualizar la actividad, pero sin dar detalles pormenorizados para no disminuir el factor sorpresa, elemento metodológico fundamental para la adquisición de nuevos conocimientos.
- Le recordamos que si desea ampliar la documentación para trabajar en el aula puede llamarnos al teléfono: 976 721 447 y estaremos encantados de atenderle.
- Si no va a poder asistir, avise con la suficiente antelación para que otro grupo que se encuentre en la lista de espera pueda aprovechar la sesión.

El día de la visita

- Procure ser puntual, su retraso perjudicará a otros grupos.
- La actividad tiene una duración de 1.30 h aproximadamente.
- Organice al grupo antes de entrar. Es aconsejable que el grupo espere en el vestíbulo mientras usted adquiere las entradas.
- Recuerde que cada profesor debe controlar durante el taller el comportamiento de sus alumnos.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

Normas de comportamiento en un museo

Lea a sus alumnos las siguientes recomendaciones:

- Recorre el museo con tranquilidad. Si corres por las salas puedes provocar algún accidente o molestar a otros visitantes.
- Habla en un tono moderado.
- Mantén el museo limpio.
- No hagas fotos con flash en las salas.
- No es bueno manipular los objetos patrimoniales, ya que se deterioran. Hay otros materiales (maquetas, reproducciones, etc.) que podéis palpar para descubrir nuevas sensaciones.

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Servicio de Cultura

Torreón Fortea. Torrenueva, 25
50003 Zaragoza

Información

Tel.: 976 721 447
didacticacultura@zaragoza.es

Reservas

www.zaragoza.es/didacticamuseos

Precio de cada actividad

2€ por alumno

Horario de las sesiones

Museo del Foro: Lunes, 10 h y 12 h

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

MUSEOS MUNICIPALES

Museo del Foro de Caesaraugusta

Plaza de la Seo, 2, tel. 976 721 221

Museo del Puerto fluvial de Caesaraugusta

Plaza San Bruno, 8, tel. 976 721 207

Museo de las Termas públicas de Caesaraugusta

San Juan y San Pedro, 3-7, tel. 976 721 423

Museo del Teatro de Caesaraugusta

San Jorge, 12, tel. 976 726 075

Museo Pablo Gargallo

Plaza San Felipe, 3, tel. 976 724 922

OBJETIVOS GENERALES
COCINANDO CULTURAS: GASTRONOMÍA ROMANA
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
METODOLOGÍA
PARA CONOCER MÁS...
GLOSARIO
ORGANIZACIÓN DE LA VISITA
INFORMACIÓN PRÁCTICA
MUSEOS MUNICIPALES

MUSEOS MUNICIPALES

1. Museo del Foro de Caesaraugusta
Plaza de la Seo, 2, tel. 976 721 221

2. Museo del Puerto fluvial de Caesaraugusta
Plaza San Bruno, 8, tel. 976 721 207

3. Museo de las Termas públicas de Caesaraugusta
San Juan y San Pedro, 3-7, tel. 976 721 423

4. Museo del Teatro de Caesaraugusta
San Jorge, 12, tel. 976 726 075

5. Museo Pablo Gargallo
Plaza San Felipe, 3, tel. 976 724 922

Zaragoza
AYUNTAMIENTO