



pulcherrima coeli: Altamen

Ecclesiasticae. xl iij. Stovia stellarum species

Illustrans solus in orbe deus;

**Libro de mede  
cuna llamado ma  
cer q̄ trata de los  
mantamientos,**

Es sy mesmo todas las virtudes del Romero. El qual fue hecho por: Arnaldo de villa noua.





**N**reuerendissimo yllustre y muy magnifico se  
ñor don Anton o Roxas dignissimo arçobispo  
de Granada. Presidente del muy alto conse  
jo de los Reyes nuestros señores. Juan Loren  
cio con la humildad que deue.

### Prologo



**E** pensado muchas vezes. Muy yllu  
lustre y Reuerendissimo señor con q̄  
pudiesse en algo seruir a v̄ra seño  
ria Reuerendissima. Para que my

seruicio le fuesse azepto y resultasse en algund prouecho y vtilidad: desta  
grand cibdad. Cuyo pastor y perlado por la diuina prouidencia es vuest  
tra señoria Reuerendissima. E conolciendo quãto vuestra señoria desea a  
cresçentar el culto diuino: y q̄ ay a impressores y tiendas de libros: eneste  
su arçobispado para el bien de sus subditos por hauer esta arte en ella. No  
sin algunas expensas y gastos y procure cosa que tanta neçessidad hauiã  
por seruicio de vuestra señoria. Donde de començado a imprimir ciertas co  
sas. Entre las quales halle vn libro en medicina llamado **A**çer que trat  
lado en Romance castellano vn fisico del rey de Francia que se llamaua  
maestre Gil. De nacion castellana. El qual me pareçio vtil y prouechoso:  
Porque participa con la medicina: que en verdad yo no lo he visto impre  
sion nin creo que nadi lo vido. E por tractar como tracta de los manjares q̄  
los hombres deuen vsar: que son neçessarios para sus mantenimietos. q̄  
como dize el filosofo en el su quinto de la merba fisica hablãdo de neçessario  
Que en vna manera se dize. Sin el qual la cosa no puede permanecer. Co  
mo el hombre no puede buuir sin manjar. E segund lo que dize el mesmo filo  
sofo: en el primero de sus politicas. Pareçiome que deuia imprimir lo.  
Por que del prouecho que del resultasse comunicassen y supiesen los hom  
bres: quales manjares eran prouechofos: y quales nociuos y dañosos.  
Para vsar de los buenos: y apartarse de los malos. Para conseruacion d  
su ser. Que la razon siempre apeteçe y desea lo mejor: y el su il entendimien  
to es impedido segund dize Seneca a Lucillo: muchas vezes con la varie  
dad y maldad de los manjares. E auicena en el su libro de regimine sanita  
tis. Dize que el buen manjar: cria buena sangre. E la buena sangre buena  
complxion. E de la buena complexion buenas costumbres y virtudes que  
hazen al hombre bien auenturado: pareçiome que deuia imprimirlo: E  
enderezarlo a vuestra señoria. A la qual humildemente suplico lo reciba y fa  
uoresca juntamente con lo que adelante se imprimiere: con aquella benigni  
dad que suele: y de mí se quiera seruir: Pues soy seruidor de vuestra se  
ñoria. Cuya vida y reuerendissima y muy magnifica persona: Nuestro se  
ñor prospere.

**Q**uel prologo deste libro ha tres capitulos. Enel primero capitulo se contiene. La razón por q fue fecho este libro z enia manera en como se deve hombre del ayudar.

**E**l segundo capitulo muestra por qual razón fue menester de ser fallada la física: z en como dios es primero fazedor della.

**E**l tercero capitulo muestra segū que para eneste libro cūple en como fue ballada la física z la sciencia de la física. E muestra otrosi qual es la diferencia z departimiento que ha entre las viandas z las cosas q son llamadas en física melezinas. z las otras cosas q son dichas ponçoñas. E eneste capitulo se contiene la división general deste libro. z el ordenamiento de lo q enel deve ser escripto.

**C**apitulo primero del prologo de este libro enel qual se contiene la razón porque fue este libro hecho: E la manera en como se deve hombre del ayudar.



**D**omo quier q todos los hombres del mundo naturalmente dessea saber las sciencias que pueden sepā servir z conoscer a dios. E sepan otrosi conoscer assi mismos en todas las otras cosas del mundo: quales son menister de conoscer para saber verdaderamente biuir eneste mundo sin trabajo malo de los sus cuerpos: z sin

todo peligrō de sus almas: z sin mengua ninguna de honrra en sus haziedas. Ca todo esto muestra cumplidamente las sciencias: pero en enaturat desseo. No viene en todos los hombres a cumplimiento ni a perfeccion qual deve por razón que las sciencias no las puede ningun hombre saber sin las aprender cō grande estudio: z con gran costa z con gran afan siendo el coraçon del que las ha de aprender muy quitor muy desem bargado de todo otro cuydado. Ca en muy pocos hombres tienen comunmente todas las cōdiciones que son menester: para cumplidamente poder aprender z saber las sciencias. Ca algunos hombres no las pueden aprender. aunq lo tienen mucho desseo. Porque no han cumplidamente lo que han menester: para su mantenimiento en estudio segū su estado: E conuenes de passar en otra manera la su vida por miedo q les vendra alguna falta grāde en su hazienda mientras que por el estudio irat a jassen. E finalmente reuelan que no lo podrian continuar aunque lo comenzassen. E por ende no lo osan comenzar: o lo dexan desque lo han comenzado. Porque lo no pueden cumplir: sin muy gran verguença de su honrra. E algunos que ternian cumplidamente lo que ouiesse menester para su mantención en estudio no pueden por muchos embargos que han en sus haziedas. Assi como es seguir pleytos sobre sus heredades: o seguir algunos incōuenientes que hā en sus haziedas: o acaloñar en algunas ciudades. Las qles no pueden verdaderamente dexar. O a quien son obligados: de cuyo servicio dicho es: no es puesta esta sciencia toda cōplida a ij.



mente mas aq̄llos hombres que tã grande hazienda no tienen: porq̄ esto puedã complir, pueden se de cada dia ayudar de este libro mietra que no hã fisico ala mano por cuyo feso se pueden complidamente guiar. E quando les acaesciere alguna cosa a que no abaste lo que en este libro es escrito: demanden consejo de algunos de los físicos que complidamente sabẽ esta arte. E con el consejo dellos podian auer remedio bueno de todo aquello que les es menester: en esta razon segund que por natura se puede hazer.

**C**apitulo segundo del prologo de este libro en que se contiene: por qual razon fue menester de ser hallada la fisica: e como dios es el primero hazedor della.



**Q**uestro señor dios de todo poderoso hizo e crió todas las cosas e nada en el comienço del mundo por su virtuoso poder: e por su gloriosa bondad. E desque todas las criaturas ouo hechas e formadas: examinolas con muy grand diligencia: assi como deue hazer todo maestro cuerdo e prudente por ver si erã bien hechas a su voluntad. E quando las ouo bien examinadas hallo que todas las sus obras eran muy buenas cada vna segund su natura. E assi lo dice la autoridad de la sancta escriptura: en el comienço de la bibria en el libro que dizen Genesi. *Uidit dominus cuncta que fecerat e erant valde bona. Que quiere dezir: Uido dios todas sus obras. e eran muy buenas. E assi como el buen maestro en estas artes temporales quan*

do mira bien las obras que por su arte hizo nueuamente si las halla buenas e bien hechas a su voluntad guarda las que no se pierdan ni se quebranten. E si por ventura halla alguna dellas que no son bien hechas assi como el querria: el mismo las quebranta e las funde otra vez. E haze como de cabo hasta q̄ salgan bien hechas assi como deuen a su voluntad. Bien assi nuestro señor. Pues vio que todas las sus obras eran muy buenas sin ninguna mengua tubo por bien de las guardar e de las mantener segund que cumplia a cada vna dillas en el grado de su natura. E por esta razon nuestro señor es llamado con verdad no solamente criador e hazedor de todas las cosas del mundo mas mantenedor e guardador e conseruador dellas. E entre todas las corporales del mundo que dios formo e crió la mas noble es el hombre. Ca en el puso dios ymagen de su semejança: e dióle entendimiento e memoria e voluntad para conoscer e amar sobre todas las cosas a quel señor que le hizo tan noble criatura: que si el por su culpa no lo perdiera todas las otras criaturas que son de menor grado de natural nobleza q̄ le obedescieran a su voluntad assi como el quisiera: e ninguna dellas nunca le pudiera empescer: ni le pudiera hazer mal ninguno ni le desconosciera nunca la mejoría e el señorio que dios le auia dado sobre todas ellas. E assi como dios crió al hombre en mas alto grado de nobleza sobre todas las otras corporales criaturas assi touo por bien segund el su piado e ordenamiento que esta su noble ymagen fuesse guardada e sostenida sin soffrir muerte ni corrompimiento

ni mal ninguno por siempre jamas:  
si lo el por su desobediencia no p<sup>d</sup>ie  
se. En señal deste general señouo:  
y muy gracioso preuilegio le dio por  
morada el parayso terrenal que es  
lugar de muy grand vicio: y de muy  
pia y entero deleyte sin pecado muy  
gundo del alma: y sin ningún enojo d<sup>l</sup>  
cuerpo en el qual lugar los hombres  
podian beuir por siempre vida muy  
sabrosa sin enojo y sin dolor: y sin to  
da enfermedad: y sin muerte. Mas  
por nuestra desauentura como adan  
nuestro padre traspasso cō vicio. E  
no pudo soffrir tanto bien: y supose  
muy locamente perder con dios su  
hayedo: passando los sus mandami  
entos en manera que con muy grād  
mereçimiento: y por derecha justi  
cia de dios fue luego desamparado  
de todas las gracias y preuilegios  
nobles que dios le auia otorgado so  
bre las otras criaturas: y fue hec<sup>t</sup>a  
do del parayso terrenal a hazer en  
este mundo vida con trabajo y con  
dolor y con muchas enfermedades.  
La qual vida durasse muy poco y fu  
esse llena de muchas penas: y final  
mente se acabasse con muerte de mu  
chas maneras q<sup>l</sup> o lieua deste mun  
do muchas vegadas en el tiempo q<sup>l</sup>  
mayor: esperança y mayor: desseoha  
de beuir. E por mayor: quebranto: y  
majamiento suyo no quiso dios que  
pudiesse ni supiesse saber por natu  
ra el tiempo ni la hora ni el lugar en  
que ha de morir. Mas estando muy  
desapercebido de la muerte mueren  
muchas vezes muertes sup<sup>r</sup>añas: y  
muy raiosas con grand manzilla d<sup>l</sup>  
los que les bien quieren. Otrosi per  
dio entonçe el hombre la sabidoz a  
de buen entendimiento en q<sup>l</sup> fue cria  
do para se guardar de todo peccado

E pues fue assi desamparado de to  
das las noblezas que hauia de a ven  
tara sobre las vestias per<sup>d</sup>io el seño  
rio natural que sobre ellas tenia: y  
quedose y gual dellas. E por ende  
el propheta dauid en el salterio dixo  
Homo cuz inhonore esser compara  
tus est iumentis insipientibus: y simi  
lis factus est illis. Que quiere dezir  
El hombre siendo en muy grand hō  
rra criado no lo entendiendo. E por  
ende es ya comparado alas vestias  
insensibles: y es hecho semejable de  
ellas. E porque el hombre desconos  
cio a nuestro señor dios: la obediencia  
y la seru<sup>d</sup>umbre quel deuia co  
mo a su criador: fue muy grand dere  
cho q<sup>l</sup> todas las vestias y las otras  
criaturas que ante le seruian le iues  
sen agora desouedientes: y del man  
dadas. y le fuesen muy contrarias:  
para le hazer mucho mal. La pues  
el hombre huuo contra si a dios con  
muy grand derecho fueron contra el  
todas las cosas q<sup>l</sup> dios crió. La muy  
mayor: es sin comparacion el deudo  
que las criaturas han con dios que  
con el hombre. E por ende guardan  
do el d<sup>u</sup>do natural a que son obliga  
dos a dios son contrarias con muy  
grand razon a todas las cosas que  
han a dios contra si. Donde desde  
a quella hora adelante todas las cria  
turas cobraron poder para hazer da  
ño. E empeser al hombre me<sup>z</sup>quino  
La el fuego nos q<sup>l</sup>ma: y el agua nos  
a hoga. y el ayre nos mata de frio o  
de calentura: o cō otra alguna mala  
calidad o pestilencia. E la tierra nos  
mata con su pesadumbre: si nos cay  
d<sup>l</sup> su<sup>o</sup>. Otrosi muchas d<sup>l</sup>as piedras  
delas yeruas y muchas delas co  
sas que nasçen en los mineros de la  
tierra han poder de nos matar con

en conamiento z mala propiedad q̄  
en ellas ha para esto. E en esse mismo  
peligro somos con las bestias: z con  
las otras animalias dela tierra: La  
muhas de las nos matan con pon  
coña z con enconamiento q̄ en ellas  
ha. assi como son las serpietes: z las  
culebrag: z las otras cosas en cona/  
das: z muchas de las nos matã des/  
pedaçandonos muy cruelmente con  
su b:auera: assi como son los leones  
z los osos z los teros: z las otras  
tales bestias fieras: z a vn por la nue  
stra desauentura somos en peligro  
muy grande con las viadas mesmas  
que comemos z beuemos para nues  
tra mantenençia. Ca si las no be/  
uemos z comemos morimos de ham  
bre o de sed. E si las comemos: naçê  
nos dellas muchas enfermedades z  
mucha congoxa z muchas dolências  
de que hauemos de morir. E ayuda  
mucho a este mal que no auemos en  
tendim:ero ni sabiduria natural pa  
hazer escoger de las viandas las q̄  
son buenas: ni para nos guardar de  
las contrarias: ni hauemos enendi  
miento: para saber la quantia delas  
que nos cumplēni en qual tiēpo las  
deuemos comer: ni como a donadas  
Para mantenençia desta vida carni  
ua. E no solamente son contra nos  
las otras criaturas: para nos hazer  
mucho mal como dicho es: mas a vn  
nos mesmos somos contra nos: z ma  
tamos nos los vnos ha los otros  
muy mal z cruelmente z con mayor  
br:abura que ninguna de las bestias  
saluages. z a tanto llego el añad mi  
ento deste mal que muy mayor mie/  
dohan los hombres de los hombres  
que de ninguna otra cosa delas so/  
bredichas que pueden hazer algund  
mal. Donde por nuestros peccados:

De todas partes la nuestra vida es  
llena de muchos peligros: z de mu  
cha mesquindad. E pues todo este  
mal nos vino por nuestra culpa. E  
por nuestro mereçim:ero: z por muy  
de echa justicia de dios. Podemos  
muy conrazo dezir el pregonel que  
suele dezir. Quando los señores que  
son principes temporales mandan  
hazer justicia de algun hombre mal  
hechor. Ca entonçeva el pregonero  
diziendo quien tal hizo tal pague:  
Pero por razon que la misericordia  
de nuestro señor es muy mayor sin  
ninguna comparacion: Que todos  
nuestros peccados: bouo duelo de  
nos. E quiso acorrer ala nuestra fla  
queza grande por la su santa piedad  
E assi como en el comiēço del mun/  
do nos hizo z crió de nonada por la  
su inmensa z soberana bondad. E  
assi nos quiso redemir z acorrer z sal  
uar con precio de su preciosa sangre.  
sin ningun mereçimiento nuestro:  
Por la su misericordiosa z grand pi  
edad. E assi como nos hizo: z nos or  
ganizo z conforano primeramente el  
cuerpo: z despues el anima segund  
que lo dize z cuenta la sagrada z san  
ta escriptura. E assi quãdo nos qui  
so acorrer z Redemir. Acorriõnos  
primera mente alas grandes tri/  
bulaciones z trabajos del cuerpo en  
que beuimos. E despues socorrio/  
nos a los grandes peligros: z al per  
dimiento grande del anima que te/  
niamos: z eramos obligados todos  
por el peccado del nuestro buen pa  
dre Adam. E alas tribulaciones del  
cuerpo nos acorrio nuestro señor a/  
lumbriendo nos los entendim:entos  
de los philosophos: z de los sabios  
antiguos porque pudiessen hallar la  
bidoria z sciencia dela phisica: con la

qual sopiessen los hombres mante-  
ner 7 guardar la salud de sus cuer-  
pos mientras que la han. E otrosi se  
sapiesse guarescer 7 guardar 7 curar  
sus dolencias 7 enfermedades quan-  
do las tienen. Porque cobren su sa-  
lud natural que perdieron tal qual  
la pueden 7 deuen cobrar por natu-  
ra: en manera que con ayuda desta  
sciencia la nuestra salud sea bien gu-  
ardada 7 sostenida en su estado natu-  
ral. E la nuestra vida se acrecienta  
quanto se pudiere acrecentar por na-  
tura. E sean los trabajos de los nu-  
estros cuerpos menguados 7 acorri-  
dos quando se pudiere naturalmen-  
te acorrer. 7 menguar: porque sea de  
nos por mucho tiempo cumplidamē-  
te: segund el nuestro poder: seruido  
aquel piadoso señor que es de todo  
el mundo poderoso criador: cuyo nō-  
bre muy glorioso sea loado 7 bendi-  
to: en çielo 7 en tierra por siempre ja-  
mas sin fin. Amen.

**C**apitulo tercero del prologo de  
este libro en que se cōtiene, como fue  
hallada la sciencia dela fisica. E o-  
trosi contiene en el: qual es el depar-  
timiento 7 diferencia que ha entre  
las viandas: 7 las cosas que son lla-  
madas en fisica melezinas: 7 las o-  
tras cosas que son dichas ponçoñas.  
E en este mesmo capitulo se contiene  
la diuisiō general de todo este libro.  
E el ordenamiento de lo que en el de-  
ue ser escripto.



**A**lumbró dios el entendi-  
miento de los sabios: 7 el  
engento de los antiguos  
philosophos 7 hallaron  
esta noble 7 muy prouechosa scien-  
cia conosciendo con muy granda.

bandancia de esculpida 7 bñia ra i-  
zon. 7 con muy granda esperiencia de  
obra luengamente vsada. Las vir-  
tudes 7 las condiciones: 7 las pro-  
piedades de las cosas que dios nue-  
stro señor hizo 7 crío: Delas quales  
se pueden los hombres muy bien a-  
yudar: Para mantenimiento de su  
vida 7 de su salud. **E** otrosi pa-  
ra curarse de sus enfermedades 7 do-  
lencias quando las tengan. E otro-  
si conosciéron las condiciones de las  
cosas que son muy contrarias al cu-  
erpo del hombre. Porque se sepan  
los hombres guardar dellas con en-  
tendimiento bueno. Siguiendo por  
obra el consejo que les manda 7 da  
esta tan noble sciencia. E general-  
mente todas aquellas cosas que di-  
os nuestro señor cria: Cuy a virtud  
7 bondad muestra la phisica cono-  
cer: O son viandas: o son melezinas  
o son ponçoñas: Viandas son llama-  
das en phisica: todas aquellas co-  
sas que los hombres acolumbran 7  
suelen comer: 7 beuer que tienen 7  
han virtud de sostener en gobierno  
el cuerpo del hombre. Assi como es  
el pan 7 el vino 7 la carne: 7 las o-  
tras cosas semejantes de que se sue-  
len los cuerpos de los hombres man-  
tener: Bartando la hambre 7 la sed  
quando la tienen. **E** melezinas  
son llamadas en phisica: aquellas  
cosas que tienen virtud de ha-  
cer mu-  
damento 7 alguna alteracion en-  
los cuerpos humanos de los hom-  
bres: Alterandoles de vna quali-  
dad a otra. Assi como las çerreas  
7 la vna canilla que han virtud 7  
propiedad de esfriar. E la pimi-  
entra 7 el gengibre que han por el  
contrario virtud 7 propiedad de  
escalentar los cuerpos humanos de  
a liij.

los hombres. Por virtud de las melezinas: y deuenos saber que estas qualidades: aunque se mudan los cuerpos de los hombres por virtud de las melezinas son muchos y de muchas maneras. Mas por razon que los hombres simples que no aprendieron las ciencias. Para los que yo hago este libro no podrian entender la diuersidad d'ellas. Aunque las yo aqui escriuiesse. Por ende no hago aqui ninguna mencion. Mas esto puede de aqui generalmente saber que la propiedad de las melezinas en quanto son melezinas es non mantener con gouernos los cuerpos d'los hombres assi como los mantenien las viandas en quanto son viandas. Ni otrosi matar lo con su propiedad. Assi como lo matan las poncoñas. Mas deuen las alterar y hazer en ellas mudamiento de vna calidad a otra. Assi como de frio a calentura: o de calentura a frio. Esto con alguna de las virtudes que en ellas ay. Que son llamadas en sifica: primeras: o segundas: o terceras qualidades. o con su propiedad. E las poncoñas son llamadas en sifica: aquellas cosas que han virtud de matar a los hombres con su propiedad: y enconamiento que en ellas ha. Assi como son muchas piedras y muchas yeruas. y muchas animalias q' han en si estos enconamientos. y esta virtud. Las quales son muy buenas de conocer. Porque se pueda hombre dellas guardar: Pero por razon q' loado dios nuestro señor en esta nuestra Castilla es muy quita de este mal de las poncoñas. Que apenas nunca y acaesce que los hombres v'san desta traycion. Assi como lo v'sa mucho espessamente en otras tierras

Por ende no dire en este libro ninguna cosa dellas: ni de las melezinas q' valen contra ellas. Mas dire tan solamente las virtudes: y las condiciones: y las propiedades de las viandas: y de las melezinas. Assi como lo prometí en el primero capitulo deste prologo haziendo con la merced de dios obra prouechosa: y sin enojo: y llana: y ligera de entender lo mas q' yo pudiere. y no es mi intencion de dezir aqui ninguna cosa por mi autoridad: ni por mi esfuerço o mi solo ingenio: mas dire lo que destas cosas escriuieron los grandes maestros filosofos. y auctores muy aprouados y muy entendidos desta ciencia en sus libros. E esto por razon q' sin duda ninguna: el estudiador deste libro pueda fiar y tener firme ciencia de lo q' en el hallara escripto. E los auctores cuya ciencia seguire son estos. Diaz cordes: y Galieno: Rasi: Auicena: y Saac: y Abenxue: y Auenroy y z. La estos son los mas aprouados filosofos auctores desta ciencia en aquellas cosas que me hazen mas menester para mi intencion en esta obra. E por razón que la principal pro de las viandas en quanto son viandas es mantener la salud de los hombres en su gouerno. E la principal pro de las melezinas: en quanto son melezinas es ayudar a cobrar la salud q' los hombres han perdida de mientras q' son enfermos. E es muy maior cordura. Bien guardar hombre su salud mientras que la ha. Que no trabajar por la hauer quando la ha perdida. Como quier que es todo mucho menester. Por ende p'tiempo toda esta obra generalmente en dos libros: escriuire en el primero las condiciones y las propiedades de las viandas. y

ene el segundo libro escriuire las condiciones: e las propiedades de las melezinas: fiando de la merced de dios que me lo ayude bien a cumplir: assi como el sabe que la condicion con que lo yo comienço es muy buena e mucho a su seruicio.



**Q**uasi comiença el libro q̄es de las cōdiciōes e de las vtudes e de las ppiedades de todas las viandas q̄ los hombres comunamente vsan de comer e de beber para su mantenimiento. E en este primero libro ha vn general capitulo: e doze distinciones. E en este capitulo general se contiene la general diuision de las viandas. De la qual diuision se toma la orden de todas las distinciones que en este libro primero han de ser escriptas.



**L**as viandas de que comunamente la vida de los hombres en este mundo. Algunas son de comer. Assi como son pan e carne e frutas e salsas. E algunas son manera de beber. Assi como son agua e vino e sidra. e las otras tales. E en cada vna destas maneras de viandas ha muchas diuersidades. La las viandas que son de comer: generalmente se departen en dos maneras. Las unas de las vsan los hombres de comer: principalmente por mantenimiento de sus cuerpos con el gouerno de las: forzando la hambre quando la han. Assi como el pan e la carne e los pescados. E algunas de las vsan

los hombres de comer no por mantenimiento q̄ en su gouerno ay: mas por dar sabor e plazêro a las otras viandas. Assi como agra e salsa de e mostaza e vruca e todas las otras maneras de salsas. E las viandas en cuya substancia. han mantenimiento de gouerno para los hombres. Son de dos maneras. La las unas de las toman los hombres de las cosas que nascen en la tierra: assi como son las legumbres: e las frutas. E todas las diuersidades de las yeruas que son de comer. E algunas toman de las animalias q̄ bien sobre la tierra: o en las aguas: assi como son las carnes: e los pescados. E las que los hombres toman de las cosas q̄ nascen en la tierra son de muchas maneras e diuersidades. La algunas de las son graues de que suelen los hombres hazer pan para su comer. Assi como es el trigo e la cebada: e el centeno. e los otros granos tales. E algunos de los son granos q̄ son llamados legumbres. assi como son garuancos e las lentejas e las habas e aruejas e las otras legumbres todas. e algunas de las son yeruas q̄ vsan los hombres de comer en muchas maneras: adobadas: cozidas: o crudas assi como son los colles e las lechugas e las espinacas. e muchas otras tales. e algunas de las son rayzes de yeruas assi como son rauanos e zanahorias e nabos e puerros e cebollas e muchas rayzes. tales q̄ vsan los hombres de comer: e algunas de las son frutas: e estas son de muchas maneras: assi como todos saben. Otrosi las viandas q̄ los hombres para su gouerno toman de las animalias son de muchas maneras: ca algunas se toman de las animalias q̄ bien

sobre la tierra. E algunos se toman de las animalias que buenen en las aguas: assi como son los pescados. E de las animalias que buen sobre la tierra: algunos son aues ⁊ algunos no son aues. E de las aues comen a las vegadas los hombres la substancia de la su carne. E a vegadas comen los hombres dellas. Otrosi de las animalias que no son aues: algunas vegadas comen los hombres la substancia de la su carne. E de los miembros dellas. E algunas vegadas comen la leche ⁊ la manteca ⁊ los quesos ⁊ las otras viandas que de la leche dellas se hazen. E mi intencion es de dezir en este libro primero: las condiciones ⁊ las propiedades de todas estas maneras de viandas: haciendo de cada vna destas diuersidades vna distincion apartada: en manera que por razon que ellas sobre dichas generales diuersidades de las viandas seran doze. Las generales distinciones deste libro primero ponendo en cada vna destas distinciones: los particulares capitulos que fueren menester: para cumplidamente escreuir las particulares condiciones de todas las viandas que se contienen en cada vna dellas ante dichas generales diuersidades.



**A** distincion primera deste libro muestra las condiciones de los granos de que vsan los hombres hazer pan.

**L**a segunda distincion muestra las condiciones de los granos que son llamados legumbres.

**L**a tercera distincion muestra co-

noscer las condiciones de todas las yeruas que suelen los hombres comer crudas: o cozidas: o en qualquier manera adobadas.

**L**a quarta distincion muestra conoscer las condiciones de todas las rayzes de las yeruas: que los hombres suelen comer por vianda.

**L**a quinta distincion muestra conoscer las condiciones de las frutas

**L**a sexta distincion muestra conoscer las condiciones de las carnes de las aues: ⁊ de cada vno de los miembros dellas.

**L**a septima distincion muestra conoscer las condiciones de los huevos de las aues.

**L**a octaua distincion muestra conoscer las condiciones de las animalias de quatro pies que no son aues ⁊ de cada vno de los miembros dellas.

**L**a nonena distincion muestra conoscer las condiciones de las leches ⁊ de los quesos ⁊ de todas las otras viandas que se hazen de la leche de las animalias.

**L**a dezena distincion muestra conoscer las condiciones de los pescados:

**L**a onzena distincion muestra conoscer las condiciones de los caldos adobados. ⁊ de las viandas que suelen los hombres comer en escudilla que son hechas de carnes o de pescados menudos o picados: o en qualquier otra manera adobados. E en esta

mesma distincion se contienen las condiciones de la sal: 7 de olio 7 del vinagre. 7 de todas las sallas q los hombres suelen comunalmente hazer.

La dozena distincion: muestra conofcer las condiciones del vino 7 del agua. 7 de todas las otras cosas q vsan los hombres de beuer. Para amansar la sed natural que han mientras que son sanos. En esta dozena distincion se acabara el primero libro.



La distincion primera q es de los granos q se suelen hazer pan para comer: es partida en seys capitulos particulares.

El primero capitulo: muestra conofcer las condiciones del trigo. 7 de todas las viandas que del se hazen.

El segundo capitulo: muestra conofcer las condiciones del centeno. 7 de las viandas que del se hazen.

El tercero capitulo: muestra conofcer las condiciones de la cebada. 7 de las viandas que della se hazen.

El quarto capitulo: muestra conofcer las condiciones de la auena. 7 de las viandas que della se hazen.

El quinto capitulo: muestra conofcer las condiciones del mijo. 7 de las viandas que del se hazen.

El sexto capitulo: muestra conofcer las condiciones del arroz. 7 de las viandas que del se hazen.

Capitulo primero de la primera distincion en el qual se contiene las condiciones del trigo. 7 del pan que se del haze. 7 de todas las otras viandas que los hombres suelen hazer del 7 de la su harina.



El grano del mundo que mejor para fazer pan: es el trigo bueno 7 bien escogido 7 no anejo. E sy no que la costumbre de los hombres delicados no lo querria soffrir. mas sano es el pan que es fecho de farina no muy ceñida ni muy pura. Solamente que en las otras condiciones sea el trigo bien escogido. El pan sea en sy bien adouado. E para ser bien adouado. ha de hauer estas condiciones. Deue ser el mollete no bregado no souado. E deue hauer muy poca sal. E deue ser muy bien cozido a fuego no rezio: mas manso. E no deue ser tan cozido que parezca. En el rastron ninguno de q mazon: ni otro sy de que sea muy bien endurecido. Ansy que por ser cozido muy bien. E no mucho mas de

quanto deue. Et tal pan como esto. Es liuiano de pelo: E no parece en su corteza ninguna señal de que madura. Ni en su migajon ninguna señal de cruexa z es ligero de digerir. E gouierna muy bie el cuerpo syn ningund a pesgamiento por que se de ue hombre guardar delo comer caliente: ni de que es muy endurecido: mas mientras es comunamente tierno. Todas las otras viandas z manjares que hazen d los granos del trigo assy como son grañones z testones. z los que se hazen dela su harina. Assy como son harinas o poleadas o hormigos todas son muy malas para la salud delos hombres. E señaladamente delas mugeres. La engendran muchas lombrizes. z cierrá los caños delas renes z dela madre. E haze muchas opilaciones en el higado. E son malas para el estomago del deñoso. E emblande celo: z hartan mucho. z hazen perder la gana de comer. Como quier que todas estas viandas gouierná mucho E por ende son mejores para los que mucho trabajan que han menester grand gouierno que no sea ligero de resolver. Que para los hombres delicados. O para las mugeres que comunamente todas trabajan poco. E todas estas viandas son muy viscosas. E por ende son muy buenas de digerir. Esto mesmo dezimos: que todas las viandas hechas de masa. Sy quier sean cozidas en el agua Si quier sean fritas en olio o en manteca. Assy como son frifuelos. z Buñuelos z hojaldres: E las otras tales viandas. Pero que de pan rallado z lauado muchas vezes en

agua caliente. E despues vna vez en agua fria se haze vna muy buena vianda z muy sana z de muy buen gouierno z adouante con leche de abismendras z con vn poco de simiente de culantro. E esta vianda es llamada hormigos de pan: E el pan rallado de que se hazen estos hormigos es de tostar vn poco. Para los que tienen el estomago muy emblandecido. E dezimos que ningund hombre que entendimiento aya no deue comer los grañones d l trigo crudos Sy quier verdes. Sy quier secos. La es muy mala vianda z muy dañosa dela salud a los hombres que las vsan comer.

**C**apitulo segundo desta primera distincion en el qual se contienen las condiciones del centeno z delas viandas que del se hazen.



**C**omunalmente en el centeno z en las viandas que del se hazen es muy poca utilidad y prouecho. Para la salud delos hombres. La es muy seco. z es de muy pequeño gouierno. E avn todo el pan que dello se haze. Pero que el pan del centeno es de muy mayor gouierno. E de mucho mejor sabor para comer los hombres que el pan de ningund otro qualquier grano. Saluo el pan del trigo. Assy que dezimos que los granos del centeno son en gran manera mucho mas cercanos en su qualidad: z en las sus condiciones

alos granos del trigo que ninguno de los otros granos de que los hombres suelen comunmente hazer pan para comer. E dezimos que el pan del centeno es mas duro de digerir que el pan del trigo por la grand sequedad que en el centeno ay.

**C**apitulo tercero desta primera distincion en el qual se contiene las condiciones del ordio. 7 de las viandas que del se hazen.

**O**rdio es de pequeño gouerno para los cuerpos de los hombres. 7 el pan que dello se haze no es sano para los cuerpos sanos. Pero del ordio se hazen algunas viandas que son muy buenas para los tiempos de muy grand caletura: 7 para los hombres que han complexion muy caliente o para. Los que han fiebre. E estas viandas se hazen del ordio pilado coziendolo mucho ante noche en agua dulce hasta que resquebre los granos: 7 otro dia deue lo cozer con leche de almendras buenas: 7 hazense dello grañones: 7 es muy buena vianda: 7 muy sana. 7 tiempla mucho el encendimiento de la sangre: 7 gouerna muy templadamente: 7 tiene buen sabor. E puede se del ordio otrosi hazer otra vianda en esta manera quando los grañones del ordio son cozidos en agua dulce segund dicho es deue hombre tomar otro dia aquellos granos assi cozidos 7 majarlos 7 destemprarlos con leche de buenas almendras 7 colarlo todo en vino: 7 meterlo acozer hasta que comience vn poco a espessar. 7 echar en ello mientras cueze vn po-

co de pan de buen açucar: 7 hazese de ay vna vianda que es llamada en filica ordiate: 7 es muy buena vianda 7 muy sana 7 muy sabrosa 7 no es tan enojosa como el avenate: 7 ha otras mejores mejorias sobrellas: 7 puede se algunas vezes hazer tan ralo q lo puede hombre sozer 7 beuer: sin lo comer con cuchar quando es menester algun hombre de bauer vianda en que no ay a de poner a fan para lo maxcar.

**C**apitulo quarto desta primera distincion en el qual se contiene las condiciones de la auena: 7 de las viandas que della se hazen.

**P**an q se haze de la auena no es sano para los cuerpos sanos que lo pueden escusar: teniendopan de trigo que coma: 7 de la auena puede hombre hazer grañones o avenate adouandolo en leche de almendras assi como dicho es del ordiate: 7 de los grañones de çeuada: 7 son viandas muy buenas 7 sanas para los tiempos calurosos o para los que son de complexion caliente: 7 las viandas de la auena son mas sanas para emblandeser los pechos que las de la çeuada mas no son tan sanas para el estomago emblandecido 7 deñoso. E las viandas de la çeuada son mas frias 7 a templan muy mejor: todo el encendimiento de la sangre: 7 de los miembros que los de la auena.

**C**apitulo quinto desta primera distincion en la ql se contiene las condiciones del mijo 7 de las viandas que del se hazen.

**Q**u el mijo es frio y seco: y por ende el pan que del se haze es de muy poco gouerno: y malo: y no es sano para los sanos. Mas es bueno para los que han gana de magrezer. E por ende son gente magra comunamente todos aquellos que moran en las tierras do vñan mucho comer el mijo. E del mijo hazen tresadas por razon dela mucha leche y manteca con que los hazen son de mucho gouerno. Pero el gouerno suyo no es bueno: y es dañoso al estomago por razon dela leche dela manteca. Ca en otra manera el mijo bueno es para el estomago. E las viandas que del se hazen no son al estomago dañosas: si no por razon de las otras cosas que con el bueluen. Ca comunamente no hazen ningund manjar de mijo sin leche y sin mucha manteca.

**C**apítulo sexto desta primera distincion en el qual se contiene las condiciones del arroz: y delas viandas que del se hazen.

**Q**u el arroz comunamente no hazen pã del: mas hazen del vn manjar en escudilla adouandolo cõ leche de almendras o con leche de cabras: el arroz es viãda de grã gouerno mayormente quando es adobado cõ leche de cabras: po es rezio de digerir. E por ende se detiene en el estomago: y por esta razon es mala viãda: para los qhã el estomago flaco. O trosi el arroz es muy seco. E por ende aprieta mucho el viẽtre. E es bueno para el estomago rezio: que tiene grand humidad. Dejo: es el arroz

adobado con leche de almendras q no cõ leche de cabras. Ca la leche de las almendras enmienda mucho la su secura sin añadimento grande de gouerno. E como quier que generalmente se deue hombre guardar en todos los granos de que deue vsar q no sean rancios ni anejos: pero desto se deue hombre mas guardar en el arroz. Por razon que en el arroz rãcio es muy dañoso: y cobra muchas condiciones malas por ser anejo.

**Q**ui comiẽça la segũda distincion de este p̃mero libro en la qual se contiene las condiciones de todas las legumbres que suelen los hombres comunmente comer por viãda. E esta distincion es partida en cinco capitulos.

**E**l primero capitulo muestra conõser las condiciones delas hauas y delas viandas que dellas se hazen.

**E**l segundo capitulo muestra conõser las condiciones de los garuãcos.

**E**l tercero capitulo muestra conõser las condiciones de los aruejones y delas aruejas.

**E**l quarto capitulo muestra conõser las condiciones de las lãtejas.

**C**apitulo primero dela segunda distincion deste libro primero. En el qual se contienen las condiciones de las hauas: y delas viandas que se hazen dellas.



**A**lsbauas mejores para comer son las grandes que son blancas. 7 quando son verdes las hauas son frias 7 humidadas: 7 sō muy malas de moler: 7 malas para el eito mago. E las hauas de que son cumplidamēte curadas son frias 7 secas. Si las hombre come molidas o adobadas en leche de almendras son buenas para alimpiar los pechos. E sy quier sean verdes: si quier secas siēpre son muy ventosas 7 hinchan la cabeça de muy malos basos 7 turuios. por ende turua el entendimēto. E hazen soñar sueños muy espantosos: 7 hazen al hombre dormir con grand pesadumbre. E en rudeçe mucho el ingenio.

**Capitulo segundo desta segunda distincion en el qual se contiene las condiciones de los garuanços.**



**L**os garuanços no los vsamos de comer miētra son verdes. La son muy daño los para el estomago. los garuanços secos curados son calientes: 7 son de templada humidad. E son muy buena vianda: 7 de gran gouerno para el pulmon seña la damente la harina fecha dellos. E los garuanços malos son para el estomago. E son muy ventosos. 7 el caldo de los garuanços haze buena color de rostro el que lo beue en ayunas: 7 haze los caños de las renes: 7 de la madre 7 haze a las mugeres biē auer su flor. E para todo esto son muy mejores: los garuanços negros que los blancos. por los blancos son mejores para comer. Por vianda q̄ los negros

E la menos mala vianda de las légumbres son los garuanços. E el buē caldo de los garuanços asi se deue adouar. Deue hōbre ante noche poner a remojar los garuanços en agua dulce 7 q̄ sea vn poco tibia. 7 sea bien limpia 7 otro dia deuen cozer en esta misma agua hasta q̄ leuāten dos heruores o tres. Despues tome este caldo aparte colandolo. 7 chēn los garuanços fuera: 7 pongan en este caldo vn poco de vino blanco bien claro. 7 vn poco de sal. 7 vn poco de poluo de elpic nardi: 7 vn poco de açafran: 7 vn poco de perexil. E pongalo de cabo acozer hasta q̄ leuāte vn heruor. Despues tirenlo del fuego 7 beua este caldo q̄n lo ouiere menister: vna buena raça en ayunas. La este es el caldo q̄ haze buena color. E alimpia muy bien a las renes: 7 la madre: 7 haze a las mugeres venir muy bien su flor.

**Capitulo tercero de la segunda distincion en el qual se contiene las condiciones de los aruejones 7 de las aruejas.**



**L**os aruejones biē redondos 7 blancos 7 grandes pesçen a los garuanços en sus cōdiciones: por son mejores para comer miētra son verdes cozidos en sus vaynas. q̄ no los garuanços. E de q̄ son ya secos no son tales como los garuanços. Como q̄er q̄ sō mejores q̄ las aruejas. 7 las aruejas son muy mala legumbre: 7 no ay en ellas ninguna bondad de vianda: 7 los aruejones se deue adouar en todo como los garuanços. E pueden se a las vezes adouar con carne bien gruessa. E deuen siempre cozer mucho.

**C**apitulo quarto dela segunda distincion en la qual se contiene las condiciones delas lantejas.

**L**as lantejas son frias 7 secas 7 de muy poco gouerno 7 malo 7 de muchas ventosidades: 7 de muy malos bafos. 7 son malas pa el meollo. 7 pa los ojos. 7 hazē dormir con gran apesgamiento. 7 hazē soñar sueños frios 7 espãtosos. 7 han muchas malas condiciones. Porq̃ son muy mala vianda. Pero q̃ el primero caldo dellas es laxatiuo 7 frio. E la sustancia d'ellas quando son mucho cozidas aprietan el vientre 7 enpugan el estomago 7 retiene la sangie de las mugeres mayormente si son cozidas descoztezadas. 7 esso mismo haze el su caldo dellas quando son descoztezadas: 7 q̃ndo las cuezen mucho en vn agua. E despues de aq̃ la ponen y otra. La este segundo caldo ha muy gran virtud de retener el flujo del vientre 7 la flor delas mugeres. E el gouerno delas lantejas engendra mucha malenconia: 7 turua mucho el ingenio. E las mejores delas lantejas son grandes 7 blancas. E q̃ son nueuamēte curadas. ante q̃ comiençen mucho de secar 7 endurecer ca estonce ya no vale nada. E parece q̃ todos son gorgojos. Desque se comiençan a secar. 7 desque se hazen anejas.

**Q**ui comiença la tercera distincion d'este libro p̃mero en la q̃l se contiene las condiciones d' todas las yeruas q̃ los hōbres vsan comer por vianda: o cozidas o crudas: o en otra q̃l q̃er

manera adobadas. E esta distincion es partida en siete capitulos.

**E**l primero caplo muestra conoçer las condiciones generales de todas estas yeruas q̃ los hōbres vsan comer comunmente por vianda. E otrosi la diuision general dellas.

**E**l capitulo segūdo muestra conoçer las condiciones de los colles.

**E**l caplo tercero muestra conoçer las condiciones delas espinacas.

**E**l capitulo quarto muestra conoçer las condiciones delas borrajas. 7 dela yerua q̃s llamada lēgua buey.

**E**l capitulo quinto muestra conoçer las condiciones delas lechugas.

**E**l capitulo sexto muestra conoçer las condiciones delas verdolagas: 7 de los manjares que dellas se hazen.

**E**l capitulo septimo muestra conoçer las condiciones delas ortigas.

**C**apitulo p̃mero desta tercera distincion en la qual se contiene las generales distinciones d' todas las yeruas que los hombres comunmente suelen comer.

**N**ingunas yeruas no son buenas a los hombres sanos: ca todas son comunmente de poco gouerno 7 malo 7 basoso. 7 todas engendran mucha malenconia: saluo las lechugas 7 las borrajas. 7 la lengua buey. E generalmente todas enfla q̃cen el

estomago 7 son malas para el: 7 hazen perder sabor de comer. 7 algúas vezes comen los hombres estas yeruas crudas: y algúas vezes cozidas haciendo dellas con duchos. E es regla general de todas las yeruas q̄ todas son muy malas pa comer crudas por viandas salvo las lechugas 7 las verdolagas q̄ son muy buéas crudas en su tiempo 7 en su lugar: segun q̄ despues diremos en los particulares capitulos de cada vna de ellas. E otro sy regla general es de todas las yeruas q̄ no valen nada pa comer de q̄ comiençan a espigar: 7 a endureçer. E algunas delas yeruas vsan los hombres comer principalmente como vianda. Assy como son los colles 7 bledos 7 espinacas. 7 las otras tales. E algunas dellas no las comen los hombres por vianda mas por sílica o por adouar con ellas las otras viandas 7 manjares assy como son perexil 7 la su hoja: 7 la nieta. 7 el hinojo: 7 la asedrea: 7 muchas otras tales. E no diremos aqui ninguna cosa sy no de aq̄ llas d̄ q̄ los hombres hazen manjares principalmente: 7 delas otras pues no se comen sy no por sílica 7 por adouo. Diremos en el tratado deste libro q̄ haremos delas salsas 7 delos adouos. E allí han estas mas principalmente su lugar. E haremos agora capitulos especiales delas condiçiones de cada vna destas yeruas q̄ vsan los hombres comer por vianda 7 no por salsas ni por adouos. E diremos primero delas colles.

**Capitulo segundo desta tercera distincion en el qual se contiene las condiciones de las colles.**



As colles son frias 7 secas 7 engendran mucha malenconia 7 malos bafos 7 el caldo dellas: El primero es laxatiuo 7 el segúdo estriñe el vientre. E otro si la su substancia assi como diremos delas látejas 7 el cumo delos colles clarificado con vn poco de buen açucar esclareçe la boz 7 alimpia los pechos. Las pēcas delas colles 7 los troncos de las son buenos pa quitar beudez: Pero hazen beder la boca. El q̄ gana tiene de las colles en ynuerno los puede mas syn daño vsar q̄ en ningún tpō del año: o en el comieço del otoño.

**Capitulo tercero dela tercera distincion en el qual se contiene las condiciones delas espinacas 7 delos bledos 7 delas armulles.**



Das estas tres yeruas son frias 7 humidas 7 embladesçen el viētre: maiormente el q̄ las come mal cochas cō mucho azeite dulce o cō caldo d̄ carne muy gruessa. q̄ en las q̄siere comer picadas d̄ uelas adouar cō leche d̄ almēdras o cō caldo de gallina biē gruessa o d̄ carne gruessa ql̄q̄er: E en ynuerno due hōbre y poner en su adouo vn poco d̄ çeuolla picada 7 alguna rama d̄ perexil o d̄ hinojo. porq̄ se tēple la su friura por q̄ no pueda fazer daño en el tpō frio q̄l es el ynuerno.

**Capitulo quarto desta tercera distincion en el qual se contiene las condiciones delas bozrajas 7 dela lengua buey:**

b. iij.

**L**as borrajas y la lengua  
buey que son nascidas en  
las huertas de regadíos  
son muy templadas ver-  
ças: para qualquier tpo del mundo  
en el año. y alimpia muy bien la san-  
gre de todo vmoz maléconico. y por  
ende han virtud de alegrar y esfuer-  
ça el coraçon triste. E por ende entre  
todas verças son mas sanas de vsar  
¶ Pero por razon que son mucho aspe-  
ras y comer puede las hombre alas  
vezes boluer cō algũas pocas de es-  
pinacas o de bledos: En lo al deuē  
assy ser adouadas como deximos y  
las espinacas Estas verças no son  
tã malas para el estomago como to-  
das las otras. El agua o el caldo  
en que son cochas las borrajas sy lo  
hombre beue con vn poco de miel: o  
de açucar alimpia muy bien las ca-  
nales del pulmon y dela garganta.

¶ Capitulo quinto desta tercera di-  
stincion: en el qual se contiene las cõ-  
dicion es de las lechugas.

**S**on las lechugas frías y  
humidas y ligeras y mo-  
ter y hazen mucho buena  
sangre como quier que la  
haz en fria y fleumatica y tiempla el  
ençendimiento de los humores y los  
miembros. E señaladamente del es-  
tomago. E por ende ayudan bien a  
dormir: y valen mucho para el ençen-  
dimiento de los malos bafos que su-  
ben ala cabeça. señaladamēte sy son  
colericos: y son mejores pa comer co-  
chas q crudas: como qer q en toda  
mañã son buenas mas qndo los ho-  
bres qerē qtar algũ poco de la su grã  
firialdad: y uelas comer cozidas. y de

uēse cozer enteras: y no deuē mucho  
cozer. y pa comer crudas mejores sō  
las nouezitas q las otras. E las le-  
chugas acreciētã la leche en las te-  
tas de las mugeres. y porēde es bue-  
na vianda pa las amas.

¶ Capitulo sexto desta tercera di-  
stincion en el ql se cõtiene las codiciõ es  
de las ydolagas y de las viandas q  
dellas se hazen.

**L**as ydolagas son frías  
y humidas. Porēde sō  
buenas pa todos los en-  
çendimientos de dolen-  
cias o de coplecion o de tpo. po son y  
muy mejor gouierno q las lechugas  
y pueden se comer crudas con vna  
gre. assy como las lechugas: o puedē  
hõbre ende hazer cõducho coziendo  
las primeramente en agua. assy co-  
mo las espinacas. Despues sacarl as  
de aqlla agua y esruja rlas muy su-  
ertemēte entre dos tajadores cō vn  
pañolimpio por razõ q salga dellas  
muy grã humedad sobrada q ha en  
ellas qndo son assy cozidas. Y sy de-  
ue las hõbre picar y tornarlas alli  
en la olla acozer con caldo de gally-  
uas grueltas o de buē cabrito: y me-  
tan con ellas en su adouo vn poco de  
carne de cabrito picado q sca bien  
grueso y algunas yemas de huevos  
y vn poco de pã rallado y vn poco de  
agraz claro. E hazese ende muy bue-  
na viãda y sana. y mucho se due gu-  
ardar y comer ydolagas crudas los  
q siēten algũ a friura en el estomago  
E otros y los q hã el estomago desce-  
ñoso y floxo. Las ydolagas hã y tud  
y hazer cesar el flujo de la sangre de  
ql qer pte q salga. y porēde sy las co-  
mierē los q escupē sangre luego cesa-  
ra. Si los q hã en los diētes dentera

masquen & dulagas luego se les qui-  
tara la d&erera. El cūmo dlas & dula-  
gas el q̄ lo beue clarificado mata las  
l&brizes q̄ son cortas anchuelas co-  
mo pepitas de calabacas.

¶ Capitulo seprimo dsta tercera di-  
stinct&o enel q̄l se c&otiene las c&odicio-  
nes delas hortigas.



¶ El ynuerno puede h&o-  
bre alas vezes comer &  
cas picadas hechas de  
hortigas c&o alg&ua mez-  
cla de espinacas. Estas &cas son bue-  
nas pa limpiar la madre. & hazen  
auer orina a los q̄ no pued&e orinar. se-  
ñaladam&ete sy al cozer pusieren con  
ellas vn poco d̄ vino bl&aco bi&e claro  
mas pa hazer estas &cas no val&e na-  
da sy no las hortigas q̄ nas&en en hu-  
erto de regadio. & duense adobar co-  
mo auemos dicho delas espinacas  
saluo q̄ el adouo delas hortigas es  
menester grand adobo de azeyte o d̄  
otra grosura mas q̄ en las espinacas  
por raz&o dela gran asperura que ha  
en las hortigas.



¶ Qui comi&ca la q̄rta dis-  
tinct&o deste libro p̄mero  
enel q̄l se c&otiene las c&odicio-  
nes d̄ todas las ray-  
zes q̄ los h&obres com&umente suelen  
comer dlas yeruas. & es p̄tida esta  
distinction en siete capitulos.

¶ El capitulo primero muestra co-  
nos&er las c&odicioes dlos rauanos.

¶ El caplo seg&udo muestra conos&er  
las c&odicioes dlas &anaborias.

¶ El caplo tercero muestra conos&er  
las c&odiciones dlos nabos.

¶ El caplo q̄rto muestra conos&er las  
c&odicioes dlas &ebollas.

¶ El caplo quinto muestra conos&er  
las c&odiciones dlos puerros.

¶ El capitulo sesto muestra conos&er  
las condiciones dlos ajos en q̄nto v-  
fan los h&obres comer por vianda. &  
en q̄nto hazen dellos salias & otros  
adouos qualesquier.

¶ El capitulo seprimo muestra cono-  
cer las condiciones delas cheriuias.

¶ Capitulo primero desta q̄rta dis-  
tinction enel qual se contiene las con-  
diciones delos rauanos.



¶ Rauano es cali&ete & mu-  
cho seco. El su gouerno  
es poco & gr&ueso & malo  
es muy malo pa todas do-  
lencias dela garganta. & pa vista de  
los ojos: & pa los dientes: & faze he-  
der la boca. po sy el h&obre lo come so-  
bre las otras viandas ayudalas a  
moler mas es malo d̄ comer en ayu-  
nas & le hara fazez camara. & por to-  
das estas condiciones ning&u h&obre  
no lo deue mucho vsar ni comer d̄l sy  
no muy pocas vezes. & en muy pe&u-  
ña q̄ntia. El rauano cozido limpia  
los pechos. & es bueno pa la tos q̄  
nas&e de humores gr&uesos & humi-  
dos en los pechos. & delos rauanos  
es mejor blanco claro q̄ el tierno en  
substancia & liso & llano de fuera & d̄  
dentro claro & bien llano q̄ no sea q̄  
mante mas ay& agudeza suau&e & no  
sea muy enxuto de cūmo.

¶ Capitulo seg&udo dsta quarta dis-  
tinction: enel q̄l se c&otiene las c&odicio-  
nes delas &anaborias.

b iiii.



**A**s cenorias son calientes y a q̄nto húmidas. El su gouerno es poco y no bueno. y son duras de molar: y señaladamente q̄ndo se comen crudas. las cenorias o cozidas o adouadas como se adoua las calabças pierden mucho de su maldad y hazen alas mugeres biē venir su flor y alimpiā las renes. E otrosi las puede hombre alas vezes comer asadas. y despues remojadas en el vino assí como es de costūbre. por hazen ventosidad y hinchan el estomago. y por ende no las deue hōbre mucho y sar ni comer dellas grand q̄ntia. y d̄ las cenorias son mejores las hēbras q̄ las otras. E las q̄ son claras delgadas cumosas y de buena sabor: mas q̄ no seā aguaçadas. y las cenorias ximejas son mejores q̄ las blancas. q̄ las muy blancas no valē nada. E en Castilla las cenorias pequeñas valē mas q̄ las blancas grandes.

**Capitulo tercero desta q̄rta distincion en la qual se contiene las condiciones de los nabos.**

**E**n los nabos caliētes y húmidos y deuen se cozer en vn agua primeramente y despues aq̄lla echada deuen mucho cozer en otra agua cō alguna carne gruesa echando en su adouo vn poco de miel: y de açafrañ y de alcaraua y de cominos. y vn poco d̄ pimiēta. y q̄ndo son adobadas son comunal vianda pa en yuerno. E a en otra manera son malos d̄ molar. El caldo p̄mero d̄ los nabos es muy bueno pa vista d̄ los ojos y alimpiā las renes. y faze alas mugeres biē venir su flor. E d̄ los nabos mejo-

res son los pequeños q̄ los grādes y los q̄ no son de regadio son mejores q̄ los otros. por que sean de tierra labrada y no muy leca. E los q̄ son biē blancos y lōgaritos y tiernos y no uizuelos y no q̄mazos en su sabor. Son muy mejores entre todos los otros. E ningun hōbre no deue comer los nabos crudos sy tiene gana de guardar su salud.

**Capitulo quarto desta quarta distincion en el qual se cōtienen las condiciones de las cebollas en quanto las vsan los bombres comer por vianda o crudas o cochas no en salsa: ni en adouo de otra vianda ninguna.**



**D**uridas y muy caliētes a demas son las cebollas y muestra su grande agudeza y q̄mazō q̄ tiene en su sabor. E por ende los q̄ las vsan comer crudas mucho pierden el entendimiento y fazeles auer muy grandes dolores en las cabeças y cōfōdeles los ojos y pierden la vista. otrosi es dañosa al estomago. y el su gouerno es muy poco y malo y acrecienta mucha malenconia. E el que quiere fazer su daño en comer las cebollas crudas deue las comer mientras son nueuas: y deue las escojer q̄ sean blancas y redōdillas y no tēgā ningū rastro d̄ ximejura y q̄ seā d̄ sabor muy dulçes y la mas sin agudeza q̄ pudiere fallar. ca estas son las cebollas q̄ puedē ante comer crudas mas sin recelo: como q̄er q̄ sería mal cordura q̄ se p̄tiesse hōbre d̄ su mal. y quando las cebollas son cozidas y adobadas ansy como aqui d̄ira pierden muchas de las sus maldades. E

E las cebollas cozidas se deuen assi adobar. Deue honbre escoger las cebollas nuevas e blancas e redondas e mondarlas e cortarlas: e deue las poner ante noche arremojas e agua dulce q sea vn poco caliente. e otro dia deuen las tirar aqlla agua e lavar las bien en agua fria con vn poco de sal. E entõce poner las acozer en otra agua dulce. e poner coellas mucho azeyte dulce bueno o algua buena carne gruessa mucho e en su adouo vn poco de acafran e de miel. o algun poco de leche de almendras e quando las cebollas son assi adobadas es assaz buena vianda. pa en los tpos de gran frio. E es hombre sin miedo de todas las sus malas condiciones con tal adouo. E laxa el vientre emblandeciendolo: e son buenas para los pechos. e son assaz de gran gouerno. po en ninguna manera ni cozidas ni crudas en ningun tpo no se deuen mucho ylar. E las cebollas en que algun rastro de vermejura ha son muy brauas en la agudeza de su sabor. e son muy mala vianda: endemas para la salud del cuerpo d aqillos que las vsan mucho comer.

**C**apitulo quinto desta quarta distincion en la qual se contiene las condiciones delos puerros.

**L**os puerros son calientes e secos: e son los puerros muy semejables en sus condiciones alas condiciones sobredichas delas cebollas salvo q no son tan humidas como ellas. E el q quiere comer los puerros cozidos de uelos assi adouar como el caldo d las cebollas: salvo q

los puerros deue mucho mas cozer: porq son de mas dura substancia q las cebollas. E por ende son muy malos de cozer e muy duros de digestio. E segun edad los puerros son muy mala vianda e muy contraria ala salud de q los vsan mucho comer. E digo q no deue ningun hombre d comer los puerros en tpo de calentura nin de grand seqdad. E trossi no los due hombre comer de q comienca a endurecer si no tan solamente mietra q son nuevos e tiernos. E trossi no deue hombre comer dellos si no aqillo qs muy blanco e bien arredrado delas porrinas e de toda xadura e de toda jaldes. E los puerros quanto son mas blancos e mas tiernos e menos cozeosos tanto son mejores. E las porrinas son muy mala vianda e muy coplida de malas condiciones.

**C**apitulo sexto desta quarta distincion en el q se contiene las condiciones delos ajos en qnto les suela comer los hombres por vianda o cozidos o crudos no en quanto suelen dellos hazer salsa o adouo de otra vianda qualquier.



**L**os ajos son muy calientes e muy secos e no es costumbre en castilla de hazer de ajos solos ningun manjar salvo q alas vezes los comen crudos por fruta quando son nuevos e son muy mala vianda: endemas por rason que quando los ajos son nuevos comienca a venir ya en aqll tpo encomienca a fazer caladuras. e aynta se el encedimiento d la qmazo dellos cola caladura del tiempo. E por ende con muy grand rason han de hazer muy mala pro. a los que vsan comer

los ajos de q̄ son ya complidamente curados: si los hombre mete acozer enteros en caldo de alguna carne pierden toda la agudeza de su sabor. ⁊ la q̄mazon que en ellos ha. ⁊ q̄da en ellos vn sabor bien plazentero. E en esta manera adobados son buenos pa los pechos ⁊ pa la garganta ⁊ a yudá a resolver la ventosidad del estomago ⁊ delas tripas. ⁊ hazen amasar los dolores del vientre. ⁊ los torcoçones q̄ se mueuen por pujamiẽto de ventosidad. po q̄ q̄ndo estos dolores son muy grades: ⁊ muy brauos mejores son por remedio cõtra ellos los ajos crudos q̄ los cozidos q̄ q̄ndo son crudos han mayor poder pa resolver las v̄tosidades. Los ajos crudos son buena triaca cõtra el corrompimiento delos pescados ⁊ cõtra la ventosidad d̄llos. Como q̄er q̄ son buenos contra toda otra ponçoña. E por ende algunos físicos los pusieron nõbre triaca d̄ los villanos. E los ajos q̄ndo son mas grandes ⁊ mas blancos: tanto son mejores. E los ajos q̄ dizẽ en castilla niedregos ⁊ todos los ajos en cuya corteza ha algũ rastro d̄ bermejura son muy calientes ⁊ de muy braua agudeza dõde son muy malos endemas pa vianda. Como q̄er q̄ son muy buena melézina contra alguna delas enfermedades por física.

¶ Capitulo septimo d̄ la q̄rta distincion en el qual se contiene las condiciones delas chiruias.



Las chiruias nõca las deue hombre comer si no asadas. ⁊ son brenas pa los pechos. ⁊ pa la garganta. po deuen se d̄llas guardar los q̄ tie-

nẽ romadizo en la cabeça o en los pechos de humor fleumatico. E aq̄llos aq̄ destella agua dela cabeça a los pechos ⁊ ala garganta: o al estomago. E generalmente todos aq̄llos q̄ han el estomago muy humido se deuen dellas mucho guardar.



Qui comiença la quinta distincion deste libro primero en la q̄t se cõtiene las cõdicones de todas las frutas q̄ comũmẽte suelen los hõbres comer por viãdas. ⁊ no d̄ aq̄llas frutas de q̄ suelen los hõbres vsar por salsa: o por adobo pa dar sabor alas otras viandas. Assi como son limones ⁊ naranjas ⁊ agraz. ⁊ esta distincion es prida en treynta capitulos.

¶ El capitulo primero muestra conõsçer las generales condiciones de todas las frutas. ⁊ en este capitulo se contiene la diuisiõ general d̄llas.

¶ El caplo segũdo muestra conõsçer las condiciones delas alcaparras.

¶ El caplo terçero muestra conõsçer las condiciones delas calabazas.

¶ El capitulo q̄rto muestra conõsçer las condiciones delas verengenas.

¶ El capitulo quinto muestra conõsçer las cõdicones d̄ los esparragos.

¶ El capitulo sexto muestra conõsçer las condiciones delos pepinos ⁊ delos cogombros.

¶ El capitulo septimo muestra conõsçer las cõdicones delas badeas ⁊ delos melones.

**¶** El capitulo octauo muestra conofcer las condiciones de los higos frescos 7 passados.

**¶** El capitulo nono muestra conofcer las condiciones de las vuas frescas 7 passadas.

**¶** El capitulo de zeno muestra conofcer las condiciones de las moras.

**¶** El capitulo onze muestra conofcer las condiciones de las mãçanas.

**¶** El capitulo doze muestra conofcer las condiciones de las peras.

**¶** El capitulo treze muestra conofcer las condiciones de los mēbrillos.

**¶** El capitulo quatorze muestra conofcer las condiciones de las seruas.

**¶** El capitulo quinze muestra conofcer las condiciones de los duraznos 7 de los priscos.

**¶** El capitulo diez 7 seys muestra conofcer las condiciones de los aluarcoques.

**¶** El capitulo xvii. muestra conofcer las condiciones de las çiruelas.

**¶** El capitulo xviii. muestra conofcer las condiciones de las çerezas.

**¶** El capitulo. x. ix. muestra conofcer las condiciones de las guindas.

**¶** El capitulo .xx. muestra conofcer las condiciones de los datiles.

**¶** El capitulo. xxi. muestra conofcer las condiciones de las azeyunas.

**¶** El capitulo. xx. ii. muestra conofcer las condiciones de las fujubas.

**¶** El capitulo. xx. iij. muestra conofcer las condiciones de los mesperos.

**¶** El capitulo. xx. iiii. muestra conofcer las condiciones de las milçitanas o granadas.

**¶** El capitulo. xx. v. muestra conofcer las condiciones de las castañas: 7 de las bellotas.

**¶** El capitulo. xx. vi. muestra conofcer las condiciones de las nuezes.

**¶** El capitulo. xx. vii. muestra conofcer las condiciones de las aimedras.

**¶** El capitulo. xx. viii. muestra conofcer las condiciones de las auellanas.

**¶** El capitulo. xx. ix. muestra conofcer las condiciones de los piñones.

**¶** El capitulo. xxx muestra conofcer las condiciones de las alfoltiçgas.

**¶** Capitulo primero. Desta quinta distincion: en la qual se contiene las condiciones generales de todas las frutas que los hombres acostumbra[n] comer por vianda: Mas por algunas ni por adouos: para dar sabor a las otras viandas.



**Q**uoierno de todas las frutas es muy poco: generalmente y no bueno. E todas acrecienta humores cruos y hacen la sangre muy aguada: y comunmente toda la sangre que de las se engendra de las frutas muy dulces y cumosas. Assi como son los higos y las vuas y las moras y las cerezas: y las otras sus semejables. E por esta razon los hombres que mucho usan de comer gran quantia destas tales frutas deuen mucho a menudo enfermar de fiebres podridas o de otras dolencias las que se hazen en los cuerpos de los hombres por podrecimiento de los humores. y deuenos aqui saber que todo hombre que ha voluntad de cuerda mente guardar su salud nunca deue comer gran quantia de ningunas frutas ni deue seguir el sabor plazentero que en ellas ha ni las deue comer por vianda para mantenimiento del su cuerpo: saluo si lo hiziesse por menzua de las otras buenas viandas. Mas puede las comer en pequena quantia por sica con condicion de se ayudar de las contra alguno de los malos accidentes contra los quales son buenas algunas de las frutas segund que dize en los particulares capitulos de cada vna de las. E estos malos accidentes contra que son buenas las frutas son de muchas maneras. que algunas vegadas son buenas para ablandecer y bajar el vientre quando el hombre lo ha menester. para esto son buenas algunas de las frutas si el hombre comiere en comienço de la mesa ante que otra vianda ninguna. E desta manera son los higos y las vuas y las cerezas y mu-

chas otras tales: y algunas de las son buenas para apretar el vientre quando lo ha hombre menester. assi como son menbrillos y los niesperos y las seruas. y todas frutas asperas tipricas: quando el hombre come en ayunas: en comienço de la mesa ante que otra ninguna vianda. E algunas de las frutas son buenas para templar el encendimiento de la sangre y de los miembros: y ala calentura del cuerpo: assi como son los pepinos y los melones. E algunas vegadas son buenas algunas de las para que biantar la agudeza de la colera: para atajar la viscosidad de la fleuma. E para esto son buenas todas las frutas que han alguna agrura en el su sabor. assi como son las guindas y las otras tales frutas: y algunas vegadas son buenas para efforzar el coracon y los otros miembros principales: y para esto son señaladamente buenas las frutas de buena olor. Assi como son maçanas y menbrillos y peras bien olienres: y las otras frutas tales. Segund que todo esto escriuire complidamente en los particulares capitulos que hare de cada vna de las frutas. E digo aqui por regla general que ningun hombre no deue comer en vna hora muchas maneras de frutas contra vn accidente ca quien come frutas por quebrantar la agudeza de la colera: o por templar el encendimiento de los miembros no deue en vna ora comer milgranos y limones y agraz. mas deue le complir qualquier destas frutas sola. y no deue añadir muchas de las en vno. La cosa es de que podria nacer grand daño con muy grand razon. Et si los que quierē comer al

guna fruta porque les aflore el vientre: no deuen en vna ora comer figos y vuas: o higos y cerezas. Aunque todos han virtud de afloxar. Mas cōplir le deue vna sola dellas. La tenemos q̄ podría nascer grand daño. porque impediria la natura. no se haria nada delo que hauemos menester. E por q̄ ayudando la vna a las otra obrarian mucho mas de q̄n to seria menester: y nos querriamos. E por muchas otras maneras: por q̄ podría ende venir gran daño. Otro sy esso mismo dezimos q̄ por estreñir el vientre cumple pa en vna ora tomar vna fruta sola de aquellas que han esta virtud. La por auentura sy hombre comiesse mucho dellas en vino la vna dellas abaxaria ala otra al fondo del estomago. E assy en lugar de apretar a floxaria. E este es vn secreto de fisica que sabē muy pocos delos q̄ se llaman fisicos. E ansy no deue hombre en vna ora comer frutas de muchas maneras aunque tengan vna virtud. Mucho menos due hombre ninguno comer en vna hora frutas de muchas maneras delas q̄ tienen diuersa virtud. Assy como sō los higos y las peras. q̄ los higos tienen virtud de afloxar y las peras de apretar. y por esta razon el ayuntamiento delas tales diuersidades de frutas es muy dañoso para la salud de aquel en cuyo estomago se ayunta. Pero bien puede hombre comer en comiēço dela mesa para afloxar el vientre higos o alguna otra fruta: q̄ han virtud de afloxar embiãdecido. E despues encima dela mesa sobre toda la viãda comer peras o membrillos o alguna fruta que aya virtud de abaxar la viãda al fondo del esto

mago y aquesta diuersidad no impide ni puto ala salud: a te ayuda muy bien ala natura pa que se cumpla la laxacion del vientre en los q̄ la han menester. Deuemos saber q̄ las frutas q̄ han virtud de afloxar el vientre algunas lo afloxan embiãdecido las carreras por las q̄les deue salir las heces. Assy como son los higos señaladamente los passados: y las vuas y muchas otras tales. E todas estas se deuen comer en comiēço dela mesa ante q̄ ninguna otra viãda: y sy hombre beuiere sobzellas vna escudilla de caldo lindo de gallina bien gruessa afloxarlo ha muy mejor y mas complidamente sin enojo ninguno. E algunas lo afloxan baxado las otras viandas todas al fondo del estomago a do es el lugar o se cueze la viãda. y esta cerca dela puerra por do echa de sy el estomago la gruessa supfluydad delas viãdas. E en esta manera afloxã las peras y los membrillos q̄ndo los hombre come encima de todas las otras viandas. E este laxamiento de las viandas que hazen las tales frutas puede ser de muchas maneras. La algunas dellas baxan la viãda tan solamente por su dureza y pesadumbre que ha en la substancia de ellas y tales son las auellanas verdes. E ay otras frutas que abaxan las viandas y la afloxan abaxando. No tan solamente por su pesadumbre: mas por aspereza que en ellas ay: con la qual aprietan la boca del estomago: y esfuerçanle. E tales son los membrillos y los niesperos. y toda fruta aspera. ¶ Pues digo aqui por regla general que todas las frutas que hã estipticidad. y alguna aspereza ayū

tada con la pesadumbre de substancia abaxan 7 largan el vientre sy las hombre come encima dela mesa: 7 dexan el estomago bueno 7 rezio 7 bu en alosiego 7 sy las hombre comiere en comienço dela mesa han virtud 7 apretar 7 de estreñir el vientre teniendo ellas en el estomago: 7 esforçandolo 7 concetandolo porque pueda bien retener las otras viandas. mas las otras frutas que no abaxan la vianda sy no tan solamete por su pesadumbre en las quales no ha ninguna stipticidad ni aspereza sy los hombre comiere en ayunas en comienço delas otras viandas confunde el estomago 7 no estrñe el vientre 7 haze muchos daños 7 ninguna pro. Estas frutas que abaxan la vianda con su estipticidad esforçando el estomago algunas son muy çumosas. assy como sō las peras: 7 los çermeños 7 los perueranos: 7 algunas son enxutas de çumo 7 tales son los datiles 7 los niesperos: 7 las castañas 7 delas çumosas devee vsar hombre en los tiempos calientes 7 7 grãsecura. E delas que son enxutas de çumo devee hombre vsar en el ynuerno 7 en los tiempos de grand humidad. Por que alas vezes algunas destas frutas son muy stipticas 7 mucho asperas. E deveemos saber que todo hombre se deve guardar mucho dellas: sy no en caso de muy gran necesidad. La son muy dañosas a los pechos 7 ala garganta. Pero el que quiere gana de comer dellas o las ha mucho menester deue las comer cozidas o assadas y señaladamente para hombre sano deuen ser cozidas en caldo de carne gruessa. La en esta manera se enmienda mucho la su as

pereza 7 la sobejania de su estipticidad: E por razon que algunas vilas quando son cozidas o aladas como quier que pierdan la aspereza: pero quedan muy agras. Devee las hombre comer con açucar molido assy como suelen los hombres comer las otras viandas mojando en la sal. E señaladamente esto es menester mucho para los membrillos assados. La sy empre quando son assados quedan muy agros: 7 en manera que los no puede hombre comer por el agrura. E otro sy en este lugar ouemos saber que todos los hombres que han malos pechos se deuen mucho guardar delas frutas agras 7 asperas. Pero q̄ sy por quebrantar la agudeza 7 la colera o por otro algun accidente les es menester delas comer alguna vez. Devee sobre ellas beuer vn poco de caldo gruesso de gallinas o de otra alguna buena carne. o deuen comer sobzellas vn bocado de buen açucar. E regla general para buen regimiento en el comer delas frutas es que ningun hombre no devee comer en ninguna manera ninguna fruta q̄ sea apedreada o añublada o gusanta o tocada de qualquier tempestad del ayre. Ni las devee hombre comer hasta que esten bien sazoadas. cada vna segund su natura. E otro sy nunca devee hombre comer la fruta de los arboles hasta que sea bien madura. complidamente. Saluo las moras que son muy mejores 7 mas sanas de comer ante que sean maduras complidamente. La despues q̄ son muy maduras. son muy mala vianda. E otro si el agraz no entra en esta regla por razon que desque los agrazes son maduros ya pierden

nombre de agraz 7 son vuas. E los que han menester de vsar del agraz: en quanto es agraz conuiene que v/len del ante que comiēce amadurar. La despues no sera agraz ni queda enel las condiciones ni el sabor que enel antes auia. Pero enel agraz de ue hombre entender que aya llegado a su complida fazon. La qual es ante vn poco que comiençe amadurar. Que despues no es agraz. Otro sy que sea complidamente crescido. ¶ Otro sy non deue hombre comer ningunas frutas de que son muy maduras que ellas mesmas syn que ninguno llegue a ellas se caen por sy de los arboles. La tal maduracion comunmente en todas las frutas es muy cercana 7 muy vezina apodrimiento. E engendranle dellas muy ligeramēte humores podridos. pero algunas vezes se maduran tanto en los arboles los bigos. Que se comiençan ya hazer passados. 7 es confundida enellos aquella humedad sobrada dela su madurez. La qual era aparejada apodrimiento. 7 quedan muy bien en yutos 7 de buena sabor. Entōçe no son malos de comer. Mas han todas las condiciones q̄ deuen hauer los bigos passados: 7 esta tal passadura delos bigos no se hazen comunmente sy no en las tierras muy calientes que tienen el ayre muy arredrado de todo mal podrimiento. ¶ Otro sy no deue hombre comer en ninguna mañira las frutas de que son podridas o rrançias: o corrompidas en qualquier otra manera. Mas de que son muy anejas segund su natura. E porque ay algunas delas frutas que se nunca maduran en los arboles en que nascen: assy

como son los niesperos 7 las seruas deue el hombre fuera de los arboles madurar. Assy como es costumbre. E ante en ninguna manera no las deue hombre comer. E las frutas que no nascen en los arboles. assy como son los pepinos 7 las calabças: 7 las badeas. Deue el hombre comer desque entran en fazon ante que comiençen a madurar. La mejores son mucho quando son nouezitas: Tan solamente que sean en tradas en fazon. E deuenos saber que las diuersidades delas frutas ion muchas. Que algunas dellas nascen en yeruas cabela tierra: 7 no en arboles. Assy como son los pepinos 7 las calabças 7 las badeas. 7 las Uerenjenas 7 muchas otras que son tales. E algunas nascen en los arboles 7 estas son muchas 7 de muchas maneras. Que algunas dellas no tienen hueso ni espina. Mas son todas de comer. Assy como enel arbol estan. E desta manera son los bigos. 7 las peras 7 las moras. 7 las mançanas. 7 muy muchas otras sus semejables. E algunas dellas tienen huesos que no son buenas para comer ni ellas ni las pepitas que en ellas estan. Assy como son los datiles: 7 los duraznos: 7 las azeytinass: 7 las cerezas. E muchas otras tales. E algunas dellas tienen cortezas que no son buenas de comer. Mas suelen los hombres dellas comer sy no las pepitas que estan dentro encerradas en los carcos: 7 en sus conchas. Las quales son llamadas meollos delas frutas. E desta manera son las nuezes 7 los piñones. 7 las Almendras: 7 las Auelanas: 7 las Castañas. E de cada

vna de todas estas frutas es mi in-  
 tencion de fazer particulares capitu-  
 los en que se contengan complicitamē-  
 te las condiciones dellas: **P**onien-  
 do primeramente vna ordenaciō vno  
 empos de otro los capitulos delas  
 frutas que nasçen en arboles: 7 en  
 yeruas. **E** despues en otra ordena-  
 cion continuadamēte los capitulos  
 delas frutas que nasçen en los arbo-  
 les que no tienen hueso: ni espina:  
 ni corteza que no sean de comer.  
**E** despues en otra ordenacion con-  
 tinuadamente los capitulos delas  
 frutas que tienē huesos que no son  
 de comer: ni las pepitas que en ellas  
 estan. **E** en fin desta distincion por-  
 ne en vna ordenacion continuada-  
 mente los capitulos delas frutas q̄  
 tienen cortezas que no son de comer.  
**A**bas son de comer las pepitas de  
 los sus huesos 7 granos que nasçen  
 debaxo delas cortezas dellas: 7 de  
 baxo delas sus conchas. **E** en este se  
 acabara esta distincion toda con la  
 merced de dios: 7 de nuestra señora  
 sancta maria.

**C**apitulo segundo desta quinta  
 distincion en el qual se contiene las  
 condiciones delas calabazas.



**L**as calabazas son frias  
 7 humidas. 7 por ende  
 son buena vianda: para  
 los hombres de calien-  
 te complexion: 7 para en los tiempos  
 de grand calentura. 7 deuen se ado-  
 uar en esta manera: desque son bien  
 mondadas: 7 puestas a cozer en fue-  
 na agua dulce 7 bien limpio. **D**eue

el hombre facer el agua en que son  
 primero cozidas 7 exprimir las muy  
 fuertemente en vn paño porque sal-  
 ga dellas mucha humedad sobrada  
 que tienen. **E** despues meterlas aco-  
 zer picadas. 7 en todo lo demas assy  
 adouadas como es ya dicho en el a-  
 douo delas verdolagas. **P**ero por  
 razon que la friura delas calaba-  
 ças es muy grande 7 son malas de co-  
 zer 7 amparanse muy fuerte contra  
 la digestion del estomago 7 abaten  
 la calentura natural del: 7 por esta  
 razon se deue guardar delas comer  
 todo hombre que no ha el estomago  
 bien rezo 7 deue el hombre hechar  
 en el adouo dellas. algunas buenas  
 species calientes: 7 señaladamente  
 pimienta 7 gengibre 7 açafian 7 vn  
 poco de cebolla picada por amparar  
 el grand daño que podria nasçer al  
 estomago por la su grã frialdad. **E**  
 por razon que la substancia dellas  
 es naturalmente dura 7 muy cruda  
 deue las hombre mucho cozer dema-  
 siadamente: mas que otra delas co-  
 munes viandas. **O**tro sy en las  
 calabazas ay sobrada de blandura:  
 7 sabor muy dessabrido. **E** por ende  
 son malas para los estomagos des-  
 deñosos: 7 mueuen grand voluntad  
 de hazer curso de camara. **E** en blan-  
 deçen mucho el estomago: 7 esto se  
 repara mucho en ellas sy pusiere hō-  
 bre en su adobo vn poco de buen a-  
 graz claro: 7 a vn tiene por ende grã  
 mejoría en el sabor.



**C**apitulo tercero de esta  
 quinta distincion: en el q̄l  
 se contiene las condicio-  
 nes delas alcayarras: las

alcaparras son calientes y secas. E el su gouerno es poco y muy malo. y engendra mucho humor malenconico. Las alcaparras son muy peores crudas que cozidas. y en el adouo de las cozidas deue hombre poner mucho olio dulce y acafran y vinagre y algun poco de culantro que tienen propiedad de enmendar mucho la su malicia dellas. Pero las alcaparras como quier que no son buenas para vianda. Pero para los hombres sanos son buenas para vianda contra algunos accidentes por fisica que alimpian el estomago de los humores que en el ay sobrados. y tiene muy grand propiedad contra las dolencias del bazo. y abre muy bien las opilaciones del higado y de las renes: y haze alas mugeres bien venir su floz.

Capitulo quarto desta quarta distincion: en el qual se contiene las condiciones de las verengenas.



Las verengenas son calientes y secas y el gouerno de las es poco y malo y muy malenconico. y nunca las verengenas se deuen comer crudas: E deuen se adouar en esta manera. Deuen las hombre heder y echar les mucha sal y poder las ante noche arremojas en agua caelite dulce. y despues lauarlas mucho en muchas aguas. hasta que el agua en que se laua que de muy clara entonce meterlas acozer y adouarlas con ajo y con vinagre: o en caldo de carne muy gruessa. E deuen las hombre mucho cozer: y en el su adouo poner algunas especies que defiendan el estomago de su maldad

Pero que por muy bien que sean adouadas y siempre son ellas muy mala vianda. E todo hombre se deue guardar de las mucho acostumbraz. E señaladamente hazen las verengenas muy grand daño en la apostura del cuerpo de los hombres y de las mugeres. La quien las acostumbra mucho comer haze le salir por el cuerpo del cuerpo y de la cara muchas manchas y pecas de grand fealdad. E afea mucho la apostura y la hermosura de la color de todo el cuerpo. E señaladamente del rostro. Otrosy haze soñar sueños muy espantosos y de grand miedo y hinchan las cabeças de malas y imaginaciones: y turban el entendimiento.


Capitulo quinto desta quinta distincion: en el qual se contiene las condiciones de los esparragos.



Los esparragos son calientes y humidos. Pero que quando son cozidos: y bien adouados son vianda muy bien templada. E deuen se adouar con muy buen olio y con vinagre: y con un poco de acafran. y alas vezes ponen y algunas otras especies. E tienen los esparragos virtud de abrir los caños de las renes y del higado y a flozcan el vientre. E el caldo de los caliente es bueno para el dolor de los dientes. E lauandolo hombre con el y teniendo lo grand rato en la boca. Otrosy el su caldo es muy bueno para el dolor del espinaço. E señaladamente es buena: para esto la


agua simple en que es cozida la rra-  
y3 de los esparragos.

¶ Capitulo sexto desta quinta distin-  
cion en el qual se contiene las condi-  
ciones de los pepinos y de los cohombros.

 Los pepinos y los cohombros son frios y humidos y por ende son buenos para templar el grand encendimiento del higado y del estomago y de los miembros. Pero que son de muy dura substancia. E por ende son muy malos de comer. E los pepinos son mucho mas duros que los cohombros. Por ende son muy malos para los hombres que no han el estomago bien fuerte y bien cumplido de calentura natural. E de los pepinos no deue hombre comer sy no lo que se contiene con las pepiras. La aquello es de mejor sabor y menos duro que lo que esta faza la parte de su corteza. La lo que se contiene con la corteza dellos: Es comunmente amargo en sabor y de muy dura substancia. Ni es tan frio en cantidad como lo que se tiene con las pepiras. E el gouerno de los pepinos y de los cohombros es muy poco y malo y muy crudo y aparejado para se corromper mucho ay na señaladamente por razon que con su dureza y con su frialdad son muy desobedientes ala digestion y ala calentura natural del estomago. E por esta desobediencia no puede hazer dellos la natura ningun humor bueno: y hanse de podrescer con desamparo de la natura y ala causa son muy mala vida. Para todos los que han fie-

bres de humores podridos. E para todos aquellos en cuyo estomago se podrescen las rrandas de ligero. E de los pepinos y de los cohombros mejores son los nouezitos q los otros. E dezimos que los pepinos y los cohombros por la friura y humididad q en ellos ay han virtud de amansar el trespassamiento de la sed que los hombres tienen por alguna calentura accidental. La qual es la calentura de las fiebres. E la calentura del encendimiento del ayre en los tiempos del estio.

¶ Capitulo septimo desta quinta distincion: en el qual se contiene: Las condiciones de las badeas: y de los melones.

 Las badeas y los melones son frios y humidos y el su gouerno es poco y no bueno: y son muy malos para el estomago. La lo emblandescen y haze voluntad de hazer camara y hazen perder el sabor de comer y amortiguan la calentura del estomago y son mucho aparejados para se couertir en humores podridos. y el que grand voluntad ouiere de las comer deue las comer en ayunas ante que ninguna otra vida. y sy comiere con ellos o sobre ellos vn poco de symiente de binojo defendera al estomago de la ventosidad dellos y no deue hombre sobre ellos comer otra cosa ninguna fasta que pueda entender que ellos son digestidos.

¶ Caplo. viij. desta quinta distincion en el qual se contiene: las condiciones de los higos frescos y passados.



**F**igios son de todas las frutas la mejor y de mejor gouerno y son de templada calentura. y los figios frescos son mucho humidados: y los passados no tanto. y el gouerno de los figios es assaz bueno segund gouerno de fruta. Los figios afloxan el vientre sy los hombre come en ayunas y esto han mas señaladamente los passados. y los figios frescos con buen vino blanco hazen buen color de rostro. E los figios passados son buenos para comer con nuezes y cō almendras y valen mucho contra ponçonia. Todos los figios embladesçen los pechos y la garganta y esclaresçen la boz el q̄ mucho ysa comer figios passados cria muchos piojos. E el q̄ ha el estomago caliente deue beber sobre los figios frescos agua y no vino. Ca el vino los haze luego heruir en el estomago caliente. E por ende se queima la sangre: se podresçe mucho ay na. E este heruor de ellos hinche la cabeça de basos calientes y enciende mucho el rostro. y turba la vista de los ojos: haze otros muchos daños que son muy ligeros de escusar.

**Capitulo. jr. desta quinta distincion en el qual se contiene las condiciones de las vuas frescas y paladas.**



**V**as vuas son calientes y humidadas y son de mucho gouerno assaz bueno segun el gouerno de las frutas y mejores son de comer: las que son de esse dia cogidas: mas de dos o de tres dias ante que las hombre coma. E por ende son mejores para co-

mer las que guardan los hombre colgadas que no las frescas. Ca las frescas hazen mucha ventolidad. y hinchan el vientre y hazenle doler. Las vuas afloxan el vientre: sy las hombre comiere en ayunas. sy no beuiere vino con ellas. y mayormente sy hombre no comiere las cortezas de ellas ni los granos que estan dentro en ellas. Pero quando las hombre come de mañana que estan muy frias y come con sus cortezas y con sus granos no marcando las cortezas ni los granos. afloxan el viētre de laxacion accidental. La qual no deue querer ningund hombre que tiene voluntad de guardar cuerdamente su salud. Las passas son buenas para el estomago. y en todo son muy mejores que las vuas. y ha en ellas muchas buenas ayudas para en si y ca. y no se deuen dezir en esse lugar que es escogido para poner las condiciones de estas frutas en quanto son vianda. y las passas afloxan el vientre sy las hōbre comiere con sus granos en cima de la mesa. y encima de las otras viandas no beuiendo ninguna cosa sobz ellas. Todo hombre que siente alguna sequedad o aspereza en los pechos o en la garganta. O alguna estrechura en ellos: o no deve comer las vuas ni las passas con sus granos. Ca estos granillos son muy estripticos y muy secos. E son muy dañosos a los pechos y ala garganta. Onde las passas mondadas de los granillos son muy buenas para la sequedad de los pechos. E quando no son mandados dellas pierden toda su bondad que tienen en essa sazón.

**Capitulo. x.** desta quinta distincion en que se contiene las cōdicion es de las moras.



Las moras son calientes y humidas: y las que son bien maduras: son mala fruta. Que el su gouerno es muy aparejado para se tornar en humores muy corrompidos. E por ende son muy mejores las moras q̄ no son muy maduras. E deuen se comer en friadas en agua y en ayunas. y estonce matan bien la sed. y tiemplan el grand encendimiento del estomago: y las que son maduras encienden la sangre.

**Capitulo. xj.** desta quinta distincion en el qual se contiene las condiciones de las maçanas.



Las maçanas agras son mas frias que las dulçes: y las maçanas que son de buen olor conortan mucho el coracon: No tan solamente sy las hombre come. mas ay sy las huele. Otrosy el su olor conorta mucho el meollo de la cabeça. y las maçanas agras y cumosas son buenas contra el encendimiento del estomago. y para matar sed. E mero la su substancia es dura de digestion y fazen muchas vêtosidades: saluo en el estomago muy caliète. o por ède es buè cōsejo q̄l hōbre maxcãdo la maçana traque el cumo mas no la substancia. E otrosy por razon q̄ las maçanas agras cō su agrura empesçe a los nervios del estomago. Es buen cōsejo q̄ las coma hombre assadas cō vn poco de buè açucar. y cō esto se enmièda mucho el dafio de su agrura. Otrosy las puede hōbre comer a las vezes

cozidas y no tã ventosas como crudas ni estan dañosa la agrura d'ellas. Las maçanas son fruta q̄ valen mucho èlas dolècias caliètes del coraçõ y los hōbres q̄ temen q̄ mamentõ de la sangre y d'los otros humores no deuen comer las maçanas assadas ni otra fruta ninguna q̄ sea assada d'scubiertamente al fuego mas d'ue las bolver en estopas y de q̄ fueren embueltas d'ue las mojar en agua fria. assy como estã en sus estopas. y entonce meterlar a assar embueltas. Assy sola ceniza cozida biè caliente: y lo el rescoldo. y no solas ascuas biuas. E en esta manera se assan muy bien todas las tales frutas. y no queda en ellas rastro ninguno dañoso de la q̄ mazon del fuego. E el gouerno de las maçanas en comparacion de las otras frutas es muy bueno. y no de muy pequena mantenenca.

**Capitulo. xij.** desta quinta distincion: en el qual se contiene las condiciones de las peras.



En assaz de buena fruta las peras cumosas: y de buen olor: y de buen sabor: y conortan el coracon. Assy como deximos de las maçanas. E las peras que son vn poco asperas no por mengua de madurezã. Mas porque son tales de su natura. Conortan mucho el estomago E muy mejor que las maçanas. y hazen muy bien descender la vianda al hondon del estomago. Quando las hombre come encima de la mesa: Sobre las otras viandas. E de fiende muy bien que no suban a la cabeça los basos de las viandas bassas. E quando las hombre come en ayunas en comienço de la mesa a

pletan el vientre. **E** las peras que son vn poco agretas de su natura: 7 son bien cumosas acarrean muy biẽ sed. Pero por razon que las peras acrecientan mucha ventosidad. Es bueno de comer conellas vn poco de anis o de simiente de hinojo, o de buen queso anejo. **E** las peras asperas conortan el estomago asfloxado estriñiendo el vientre sy las come en ayunas. 7 hazen perder el curso de hazer camara. Todas las peras son mas duras de digestion q̃ las mançanas. **E** las peras cozidas o asadas no son tan ventosas como las crudas 7 son mas ligeras de digerir: 7 pierden mucho de su natura de su aspereza las que son crudas son mucho asperas 7 estipticas. 7 las peras cumosas 7 agras 7 de buena olor son buenas para el coraçon. **A**sy como diximos de las mançanas. 7 el gouerno delas peras es poco 7 no es tan bueno como el delas maçanas.

**Capitulo. x. iij.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones delos membrillos.

**M**embrillos q̃ no son muy grandes 7 son leznes bien maduros 7 de buena olor. tienen muchas buenas condiciones. **L**a la su olor conortan mucho el coraçon. 7 esfuerça mucho el estomago. Si lo hombre come en ayunas. **E**striñe el vientre señaladamente quando hombre lo marca con su corteza. 7 amansa la voluntad d̃ hazer camara. Pero quẽ grã gana tiene de comer la su substancia dellos. **D**eue los cozer o asar en la manera que deximos que se deuen

assar las mançanas: saluo que bene hombre sacar las pepitas dellos ante q̃ los pongan assar. 7 el lugar donde hombre saca las pepitas. deue lo henchir de buen açucar de pan. o poner y vnos tres o quatro clauos de girofre: 7 entonce poner los a assar en la manera que dicha es. **E** quando los hombre quisiere comer cozidos deue se cozer encaldo de carne gruesa. 7 los assados deuen se comer con açucar por razon de quebrantar la gran agrura que enellos ay. quando son assados. **E** la substancia delos membrillos crudos es muy dura de digestion. **E** por ende se deue dellos guardar todos los hombres que no hã el estomago rezio. 7 la simiente d̃ los membrillos nunca se deue comer con ellos. **L**a mucho embarga las sobredichas buenas condiciones dellos. **C**omo quier que la simiente ha otras buenas condiciones. **L**a es buena para emblandecer los pechos. 7 para matar sed. **P**ero destruye el estomago. 7 es muy malo para el estomago del deñoso emblandecido: 7 emblandecer 7 mueue gana de hazer camara 7 tra el sabor d̃ comer.

**Capitulo. x. iiii.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones delas seruas.

**S**eruas son fruta fria 7 secat̃ stiptica onde conortan el estomago: 7 el que las come en ayunas estriñe el vientre esfuerçando el estomago para bien retener la vianda. 7 el q̃ las come sobre la mesa defiende que no suban ala cabeza los baños dela vianda. **E** esto señaladamente hazen sy las hõbre come ante q̃ seã maduras.

**Capítulo .xv.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones de los duraznos.



**D**os duraznos son muy buena fruta y son frios y humidos. E por ende tiemplan muy bien el encendimiento del estomago. y a floxan el vientre sy los hombre come enel comienço dela mesa mondados y remojadosen buen vino. Assy como solamos comer las peras assadas: y sobrellas deue hombre beuer vn poco de muy buen vino anejo y de buena color: y el su olor de los buenos duraznos conortan mucho el coraçon. E los duraznos valen mucho contra el hedor dela boca que nasce por corrompimiento del estomago: segundize Auenroyes. E los priscos comoquier que paresçenen sus condiciones a los duraznos. Pero en todo son muy peores que ellos. y son mucho mas duros de digerir y son malos para el estomago. E de los duraznos no deue hombre comer sy no en pequeña quantia. Que sy hombre come muchos dellos corrompese mucho presto el su gouerno. Mas quando hombre come de ellos en pequeña quantia. De que se pueda el estomago biẽ apoderar con su caltura natural. su gouerno es barto templado. Pero jamas se deue comer sobre las otras viandas. Que sy ro luego son corrompidas y corrompen toda la otra vianda.

**Capítulo .xvi.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones de los aluarcoques.



**E**s aluarcoques son frios y humidos y el su gouerno es poco y muy malo. y muy ligero de podresçer y deuenirse comer en ayunas. assy como diximos de los duraznos. y deue hombre comer conellos o se bre ellos algun poco de anis. o de hinojo y beuer vn poco de buẽ vino: que esto enmienda mucho su maldad.

**Capítulo .xvii.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones de las çiruelas frescas y passadas.



**L**as çiruelas son frias y humidas y las mejores dellas son las q son negras bien maduras y bien en carnosas y de delgada corteza y no son aspas. mas su sabor es dulce mesclado cõ algũ poco de agrura y las tales çiruelas puede hombre comer en ayũas y qbrantã la agudeza de la colera. y a floxã el viẽtre. po no las due hõbre ningũo ysar: ca lo malas para el estomago. y las çiruelas blancas y las xmejas son rezias de digerir. y las çiruelas passadas son buenas pa los pechos. y a floxã el vientre sy las hõbre come en ayũas remojadas vn poco en agua caliente y lauadas de la suziedad q se en ellas suele comunmente apegar en la su corteza

**Capítulo .xviii.** desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones de las cerezas.



**L**as cerezas sũ fruta caliente y su gouerno es ligero de corromper. Las cerezas comidas en ayũas a floxã el vientre y hinche mucho la cabeza

de basos z corrompen mucho la san- gre z son muy malas para el estoma- go. z son muy malas para el higado esca'entado. z no ay en las otra pro- sy no que saben bien.

¶ Capitulo. xix. desta quinta distin- cion enel qual se contiene las condi- ciones delas guindas.



As guindas son fruta fria z humida z quebrã tambien la colera. z ata- jan la fleuma. mas son vn poco duras de moler: z no tan ma- las para el estomago como las cere- zas. z son buenas para amargura de la boca que suelẽ auer los doctõres: z los hombres colericos. Pero que ningun hombre no deue dellas vlar mucho. ca son duras de moler. z no son buenas para el estomago. z son malas para los neruios señalada- mente. quando son muy agras. on- de delas guindas siempre deue hom- bre escoger las que son menos agras en cuyo sabor ha mayor melezina de dulçura z que sean bien gruesas: z bien carnudas z bien maduras.

¶ Capitulo. xx. desta quinta distin- cion enel qual se contiene las condi- ciones de los datiles.



Es datiles son fruta cali- ente. E los de Alexãdria son mas humidos que los de Burgia. Ca los datiles de Burgia son mas enxutos z estipi- ces. E los datiles son muy duros de moler. z hazen doler el estomago a aquellos que los mucho vfan. z son malos para los dientes. z para el bi-

gado. z haze binchar el baco. Los da- tiles se deuen de comer encima dela otra vianda. z no los deue vlar nin- guno que no aya el estomago fuerte biẽ. E puede los hombre mas syn da- ño vlar enel ynuerno. z en los tpos de grand frio. z el su gouerno es po- co. Pero quass muy mejor el gouier- no de los datiles de Alexandria que de los de Burgia.

¶ Capitulo. xxi. desta quinta distin- cion enel qual se contiene las condi- ciones delas azeytunas.



As azeytunas adouadas z cortidas asy como se de- uẽ comer en pugã mucho z esfuerçã el estomago. z aprietã biẽ el viẽtre. sy las hõbre co- miere encima dela viãda afoxã el vi- entre. E hazẽ buẽ olor de anelo z bu- en sabor de boca. z quita el sabor de las otras viandas. E estas azeytu- nas son de poco gouerno. z son muy duras de digerir. z alimpian bien el estomago en que ay humidades sup- fluas. z aprietan la gran supfluidad dela saliuã. z de que las azeytunas son muy maduras embladesçẽ el es- tomago z pierdẽ todas las sobredi- chas cõdiciones z mudãse a cõdicio- nes cõtrarias de todo lo q̃ dicho es.

¶ Capitulo. xxii. desta quinta distin- cion enel qual se cõtienen las cõdi- ciones delas jujubas.



As jujubas son fruta de q̃ vfan poco los hõbres sa- nos z sõ caliẽtes z mides z su gouerno es poco rno

bueno 7 quando son bien maduras son buenas para emblandecer los pechos 7 la garganta.

¶ Capitulo. xx. iij. desta quinta distincion en que se contiene las condiciones de los niesperos.



Los niesperos es fruta fria 7 seca 7 ion aiperos 7 esfuerçan el estomago 7 aprietan el vientre quando los hombres lo comen en comienço dela otra vianda: 7 quando los hombres comen encima dela mesa laxan el vientre 7 dexan buen sabor de boca 7 encietran bien laboca del estomago. En mucho de sus condiciones son semejables alas seruas. Saluo que son mejores que no ellas. Pero q̄ son mas duras de moler. 7 no las deue hombre vsar sy no el que ha el estomago bien caliente 7 rezio 7 en ninguna manera no los deue hombre comer ante q̄ sean biẽ maduras. saluo quando los hombre comiese con gran necesidad contra fluxo del vientre muy derranchado. E contra muy grand emblandescimiento del estomago.

¶ Capitulo. xx. iiii. desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones delas milgranaso granadas.



Las milgranas agras son humidas 7 q̄brantã muy bien la agudeza dela colera 7 tiemplan el encendimiento del estomago 7 de los otros miembros: 7 son buenas para el higa do escalentado. 7 fazen q̄dar volun

tad de hazer camara. Empero la su agudeza dela agrura empelçe a los neruios. 7 porende q̄ndo son muy agras de uelas hombre comer con açucar. E delas milgranas no deue hombre comer sy no el çumo maxcando los granos dellas. E las milgranas dulçes son mas calientes vn poco q̄ las otras. 7 son buenas para los pechos 7 para la garganta. 7 de uelas hombre comer sobre las otras viandas. E guardan muy bien el estomago q̄ se no podrezcan las otras viandas. E las milgranas agras dulces son templadas. 7 medianeras en sus condiciones entre las agras 7 las dulçes. Todas las milgranas son v̄ poco gouerno. como quier q̄s muy bueno el su gouerno. 7 de mayor gouerno son las dulces entre todas las otras: 7 v̄ menor las agras. Abuchas otras ppiedades ay en las milgranas. Las quales vos diran enel tratado delas melezinas. La poco vsan los hombres de comer las milgranas por vianda: 7 porende cuple lo que es dicho aqui de sus condiciones en quanto son vianda.

¶ Capitulo. xx. v. desta quinta distincion enel qual se contiene las condiciones delas castañas.



Las castañas son calientes 7 secas: 7 son malas de comer crudas. La empeçen mucho a los pechos. E hazen doler el estomago 7 la cabeça. 7 son muy duras v̄ moler. 7 finchan el vientre. E sy las hombre coziere o asare enmiendanse muchas delas sus malas condiciones. La son mucho mas ligeras de moler. 7 son

buenas para los pechos. 7 esfuerzan el estomago 7 baxan bien las otras viandas sy las hombre comiere encl ma dela mesa. Pero por que hazen syempre muchas ventosydades grue las nunca las deue hombre mucho vsar. E las velloras mucho parescen en sus condiciones alas castañas. Pero que en todo son muy peozes que ellas. E delas castañas 7 delas velloras se deue mucho guardar los que suelen haue dolozes en los costados 7 en el vientre: 7 en las hijas. E sy quier las hombre coma cozidas sy quier assadas syempre deue hombre beuer sobrellas vn poco de muy buen vino fuerte 7 de buena color. E mucho se deue hombre guardar delas comer en el estyo ni en ningund tiempo de grand secura: mas puede las hombre mas syn miedo comer en el ynuterno. 7 en qualquier tiempo de grand humididad:

¶ Capitulo .xx vi. desta distincion en el qual se contienen las condiciones delas nuezes.



Las nuezes son fruta caliente 7 seca como quier que mientras son verdeshan alguna poca de humididad. Las nuezes han muchas malas condiciones. Ca hazen doler la cabeça. 7 turuan el entendimiento 7 son muy malas para los pechos 7 bueluen el estomago 7 ponen voluntad de hazer camara. Pero tienen las nuezes algunas buenas condiciones. Ca son buenas a los que temen ser emponçoñados sy las comieren en comienço dela mesa con higos pallados. E otrosy comiendolas en

ta manera mesma aflozan el vientre 7 son muy buenas las nuezes contra el corrompimiento del pescado. 7 ningun hombre no las deue comer des que son rancias.

¶ Capitulo .xx vii. desta quinta distincion en el qual se contienen las condiciones delas almendras.



Las almédras dulces son vn poco calientes 7 humidadas 7 son buenas para los pechos 7 son assaz de buen gouerno señaladamente sy las hombre come con miel o cō açucar. Pero son vn poco duras de digestion 7 no son tan malas para el estomago como las nuezes. Como quier que las almendras son malas para el estomago emblandescido 7 desdioso. E las almendras verdes ante que se cure nel meollo dellas hín se endurezca el carco esfrian el descimiento del estomago 7 son buenas para los dientes 7 para las enziyas: 7 quando las almendras son nuebamente curadas son de buen gouerno 7 no son tan malas para el estomago ni son calientes tãto como las otras ni son tan duras de digestion. E la leche delas almendras es muy buena vianda por su cabo adouada. o metida con qualquier delas otras viandas para las adouar 7 aflozar el vientre emblandesciendolo muy bien 7 syn enojo. 7 emienda mucho las malas condiciones delas viandas que con ellas son adouadas rem blandescen muy bien los pechos 7 la garganta. E las almendras amargas han muchas buenas condiciones para en fisica. Mas para vianda

de comer no vsan dillas los hombres  
ni son buenas de comer.

**Capítulo. xx vii. desta. v. distinció**  
enel qual se contienen las condicio  
nes delas auellanas.

**A**s auellauas son mas frías  
que las nuezes: 7 son  
mas duras de digerir. E  
gouernã muy mejor que  
ellas E las auellanas comidas en a/  
yunas con bigos passados son bue.  
nas contra ponçoña. E otroly las a/  
uellanas mondadas 7 comidas con  
buena miel son buenas para los pe/  
chos 7 para la roç. E las auellanas  
deuense comer tostadas 7 esfuerçan  
bien el estomago 7 el bigado. 7 el to/  
star emienda mucho todas las ma/  
las condiciones delas auellanas.

**Capítulo. xx viii. desta. v. distin**  
cion enel qual se contiene las condi  
ciones delos piñones.

**P**iñones son calientes  
7 humidos 7 son buenos  
para los pechos. 7 para el  
pulmon. 7 son assaz de bu  
en gouerno. Pero haze heder la bo  
ca. 7 son muy malos para los dien  
tes. E son muy buenos de vsar para  
todos aquellos que sientẽ en los ner  
uios algund enflaqueçimiento assy  
como paraly o qualquier otro mal  
accidente que venga por causa fria  
en los neruios.

**Capítulo. xxx. desta. v. distincion**  
enel qual se contiene las condicio  
nes delas alfoftigas.



**A**s alfoftigas son cau  
entes 7 secas: el su go  
uerno es assaz bueno 7  
son muy buenas para el  
bigado. 7 el que las come en ayunas  
con vn poco de buen vino valen mu  
cho contra ponçoña. 7 las alfoftigas  
tostadas son buenas para el estoma  
go que lo esfuerçan muy bien.



**Q**ui comiençe  
la sesta distin  
cion de este li  
bro primero è  
la qual se con  
tiene las con  
diciones prin  
cipalmente de  
las carnes delas aues. 7 de cada v/  
no delos miẽbros dellas. Pero por  
razon que las carnes todas delas a  
nimalias tambien delas que no son  
aues como delas aues han algunas  
generales condiciones semejables  
en vno. Por ende en esta mesma dis  
tincion se contiene en vn capitulo ge  
neral todas las condiciones genera  
les en que se contienen las condicio  
nes semejables en vno todas las car  
nes delas animalias que suelen los  
hombres comer delas que biuen so  
bre la tierra que no son pescados. E  
esta distincion sesta es partida en diez  
capitulos.

**El capitulo primero muestra co**  
noscer las condiciones generales de  
todas las animalias que los hom  
bres comen que no son pescados. E  
en este mesmo capitulo se contienen  
las reglas generales delo que se de  
ue hombre guardar para buen regi

miento de su salud, 7 del comer de todas estas carnes.

**¶** El capítulo segundo muestra conoſcer las condiciones delas carnes delas aues 7 de cada vno delos miembros dellas. E en este mesmo capitulo se contienen las reglas generales delo que deue hombre guardar en el comer dellas para buen regimiento de su salud.

**¶** El capítulo tercero muestra conoſcer las condiciones delas gallinas 7 delos gallos 7 delos capones 7 de los pollos 7 delas pollas.

**¶** El capítulo quarto muestra conoſcer las condiciones delas perdizes 7 delos perdigones.

**¶** El capítulo quinto muestra conoſcer las condiciones delas tozolas.

**¶** El capítulo ſexto muestra conoſcer las condiciones delas codornizes

**¶** El capítulo ſeptimo muestra conoſcer las condiciones delas palomas

**¶** El capítulo octauo muestra conoſcer las condiciones delas anſares 7 delas anades.

**¶** El capítulo nono muestra conoſcer las condiciones delos torcos 7 delos gorriones.

**¶** El capítulo decimo muestra conoſcer las condiciones delas gruas 7 delas garças 7 delas gallinas ciegas 7 delas otras aues de caçar.

**¶** Capítulo primero desta primera ſeſta diſtincion en el qual ſe contiene las condiciones generales delas carnes de todas las animalias que los hombres vſan comer que no ſon peſcados.



**D**ezimos q̄ ningund hombre no deue comer las carnes de las animalias ni ortezinas ni delas animalias que ſõ mortezinas liliadas 7 que no ſon bien ſanas ſegund ſu natura. aſſi como las gallinas que ſon pepiſofas. E los puercos ganados: o los carneros corcojados. La todas estas animalias que mueren por ſus dolencias, 7 que ſegund ſu natura no ſon bien ſanas: ſon muy contrarias ala ſalud delos hombres. E roſi ningund hombre no deue comer las animalias que ſõ heridas de algũas delas beſtias bravas quales ſon los lobos o los oſos o los leones. La todas las ſeridas delas tales beſtias ſon mucho enconadas. Pero por eſto que aqui dezimos no es nueſtra intenciõ de defender que los hombres no coman las animalias que ſon corridas 7 quebradas 7 caſadas. o heridas delos halcones 7 delos açores 7 delas otras aues de caça. La en las ſeridas deſtas aues con que los hombres vſan caçar no ha enconamiento. Aſſy como lo ha muy grande en las heridas delas beſtias fieras 7 bravas: E roſy ningund hombre no deue comer las que ſe mueren. E que ſon tocadas de alguna peſtilencia õl ay  
d ij.

re assy como las que mata el rayo z la piedra en los tiempos de grandes enouamientos del ayre z de uemos aqui saber comunamente de todas las animalias los machos son los mas calientes z los mas secos: que las hembras. E por ende de las animalias que son de natural complexion secas, son mejores de comer las hembras que los machos onde mas son sanas de comer las vacas q los toros ni que los bueyes. E otro si quando las animalias por natural complexion son humidas mas sanas son de comer los machos que las hembras. Ca las hembras han mucha humedad z viscosidad superflua. E por ende son mejores de comer. Los puercos que las puercas. E los carneros que las ouejas. E dezimos de los machos de las animalias que no son capados que son mas calientes y mas secos mucho de complexion q los otros. Ca los que son capados son de complexion temprada. Ca no son de tan fria complexion como las hembras ni tan humidas. E otro si no son tan calientes ni tan secas como los otros machos de su natura q no son capados. E por ende regla general es que de los machos de las animalias mucho son mas sanos para comer los que son capados que los otros: onde mucho son mas sanos z mejor vianda los capones que los gallos z los bueyes que los toros z los carneros que no son muruecos: z los puercos que no son verracos. Otro si dezimos que las animalias que son muy viejas de hedad segun su natura son muy duras de molar z son muy contrarias ala salud de los cuerpos de los hombres: E las que

son muy nueuas de hedad segun su natura son muy humidas z son muy tiernas z muy ligeras de molar z de so: il gouerno. E por ende todas las animalias que segund su complexion z natura son humidas son muy malas de comer quando son nuebas: ca por la su iuuentud ay en ellas mucha humedad sobrada z mucha ventosidad muy contraria ala salud de los hombres. Assy como vemos en los lechones z en los torcos q son muy sobradamente humidos por rason de la natural complexion de los puercos z de los carneros que es humida. E la iuuentud en ellos es muy sobrada humedad. Donde la hedad en que son buenos de comer los puercos z los carneros es de que pasa toda su iuuentud z cumplen vn año de su hedad. E dende adelante son buenas de comer ante que lleguen a su veiez. E por esta razon mesma todas las animalias que segund su natural complexion son secas son muy buenas de comer: quando son muy nuebas z son lechales ca la iuuentud temprada mucho en ellas la sequedad de su complexion. E por ende los cabritos z las terneras son muy buenas de comer z son muy mas sanas que no de que van mas creciendo. z envegeciendo. E otro si dezimos q las animalias brauas son muy mayores gouerno z mas tempradas que las otras animalias de su natura q son domesticas: E las animalias domesticas dezimos por todas aquellas que se crien con ayuda z regimiento de los hombres. E segund su voluntad dellos. Si quier se crien en casa. Assy como los puercos z las anares z las gallinas z las anades

Si quier en los campos: O en los pra-  
dos. O en los montes de pasto. Assy  
como son las vacas z los carneros.  
E las cabras z los cabritos. z los o-  
tros ganados. Pnes todas las ani-  
malias que no son domesticas son ca-  
lientes z secas z mas ligeras de mo-  
ler z de mas sutil gouerno que las  
otras de su natura que son domesti-  
cas. Assy como son los puercos mon-  
teses que sobran en todas estas con-  
dicion es a los puercos domesticos.  
Otrosy las ansares z las anades bra-  
uas sobran en todas estas condicio-  
nes alas duendas. E por esta razon  
de todas las animalias que segund  
su natural complecion son muy frias  
mas valen las monteses que las do-  
mesticas. Onde las cabras brauas  
son muy mas sanas que las domesti-  
cas. E las ansares z las anades bra-  
uas son muy mejores para comer q̄  
las domesticas. Ca el grand mouimi-  
ento que hazen en su brauura tiem-  
pra mucho la su frialdad moy ormen-  
te por que ha penas nunca estan ala  
sombra. Mas todo el dia andan des-  
cubierramente al sol que las escali-  
enta z tiempra mucho la grand frialdad  
que han de su natural comple-  
cion z las animalias domesticas son  
muy malas para los cuerpos de los  
hombres las que son criadas en cer-  
radas o atadas que no pueden luel-  
tamente andar al sol z al ayre. Ca  
son todas muy viscosas z ay en ellas  
muy grand sobra de humidades su-  
perfluas z contrarias ala natura de  
ellas. Otrosy dezimos que todas  
las animalias que segund su na-  
tura son muy gruesas. assy como pu-  
ercos son muy enojosos de comer E  
son basofos para la cabeça. z amolle

cen el estomago z las tripas. E ha-  
zen a los hombres que les venga vo-  
luntad de hazer eamara z floxo del  
vientre amenudo. E por ende nunca  
de las deue hombre comer sy no pu-  
ramente lo magro en que no ha nin-  
gund abouimiento de grossura. Ca  
lo magro de las tales animalias es  
de buen gouerno. E es sin las malas  
condiciones sobredichas. Como qui-  
er que siempre ay en ello alguna ves-  
colydad por muy bien escogido que  
sea. z las tales animalias son muy  
buenas de salar mucho en la sal que  
consume mucho la su ascolydad. E  
la sobrada humidad de las. En mi-  
enda mucho las sus malas condicio-  
nes z las animalias que segund su  
disposicion natural son muy magras  
assy como los conejos z las perdizes  
son muy enxutas z son ligeras de mo-  
ler z son de pequeño gouerno: E la  
sangre q̄ de las se engendra es muy  
alongada de podrimiento z aprieta  
mucho el vientre z conortan el esto-  
magopara bien retener la vianda z  
las tales animalias nunca las deue  
hombre meter en sal. Ca la sal de se-  
car las ha mucho z no valdran cosa  
alguna para querer comer. z quien  
las tales animalias quisiere comer  
assadas deue las hazer en la ardor qu-  
ando se assan o vntar con vn poco de  
buena manteca de bacas o de puer-  
cos fresca. Ca esto las enternesce  
mucho z ayv retiene que el buego a  
que se assan que no consuman mucho  
aquella su humidad que en ellas ay.  
E las animalias que segund su nar-  
tura no son muy magras in tan po-  
co muy gruesas. Mas son de bue-  
na grossura z no mucha. Estas son  
muy sabrosas z tempradas z de muy  
d iij



buen gouerno para los cuerpos de los hombres. Assy como son las gallinas y los cabritos y los carneros y vacas jounes todas estas son de temprado gouerno para los cuerpos de los hombres quanto para la condicion de su cordura y las no embarga algunas de las condiciones sobredichas: y de mas que por el grand vicio de los pastos puede los hombres muy bien comer sal pzelas señaladamente en el ynuerno. E son por ende de muy mejor sabor: y enmiendasse mucho la su vascosidad que ganaron por la accidetal grosura que en ellos ha. E por ende los carneros y las vacas que son muy gruessas son buenas de comer sal pzelas señaladamente en el ynuerno. E otrosy las ansares muy gruessas esso mesmo. Mas las gallinas y los capones: y todas las otras animalias pequenas de cuerpos por gruessas que sean nunca se deuen salar ni comer sal pzeas. E por razon que son de carne muy rala y muy sotil. Todas las traspassa la sal: y las haze perder todo quanto bien en ellas ay. ¶ E dezimos que quando las animalias por su natura son magras: y se hazen gruessas accidentalmente por grand vicio de holgura y de muy buenos pastos. E entonces son en mucha manera muy sabrosas de comer y son muy mucho mas sanas para los cuerpos de los hombres. E en aquesta manera se endereça y enmienda en ellas mucho la su natural sequedad. E por ende en esta forma son muy buenas y saben muy bien. Los conejos y las perdizes y las tortolas y las codornizes gruessas. ¶ Otrosy quando las animalias que por su natura son muy

gruessas: y despues adelante se hazen magras. y aquesto se causa o por grand mouuimiento. O por muy grand trabajo. E otrosy por mengua de muy mucho comer. E entonces son muy mas sabrosas de comer: y son muy sanas para los cuerpos de los hombres. E en aquesta guisa se enmienda en ellas muy mucho la subididad sobrada que tienen por la su grosura natural que en ellas hauiã. ¶ Otrosy dezimos que ningund hombre no deue comer ninguna de las animalias sy no en el tiempo de cada vna dellas ha su sazõ. La en el tiempo que ellas de sazõ salen ni saben bien: ni son sanas de comer para los cuerpos de los hombres. ¶ E deuenos aqui saber que todas las animalias han su buena sazõ en los tiempos que hallan cumplidamente sus pastos buenos y quando les mengua aquel su buen pasto: luego salen de sazõ. E esto se sabe bien por experiencia de aquellos que suelen criar los ganados: ¶ Otrosy dezimos que todas las animalias pierden su sazõ quando en comiençan a entrar en çelo. E por ende en todo aquel tiempo que dura aquel çelo no las deue hombre comer. E desto que aqui es dicho podemos bien enteder que las animalias no han bien su sazõ quando por pestilencia de grandissima sequedad del ayre. O por grandes aguas. O por muchas nieues no habian que puedan comer. Donde entonces vemos que todos los ganados se pierden y ayn se mueren y a dolçen de sus enfermedades materiales que tienen por las quales no son de comer. segund que ya de su lo en este mesmo capitulo dezimos.

**O**tro sy dezimos por regla general que ningund hombre no deue de comer ninguna blas animalias en que ha algund sabor estraño que no deua hauer segund su natura. La cita es cierta señal que alguna mala disposicion ha enellos: pues que há perdido su sabor de natura. E desto deuen syempre estar a percebidos los grandes señores. E los hombres de grand estado. E todos aquellos q̄ temen ser emponçoñados. La comunamente hazen a las viandas perder su natural sabor ⁊ danles algun estraño sabor contrario al su sabor natural. **O**tro sy dezimos que generalmente de todas las animalias las que son de negro color son mas calientes ⁊ mas sabrosas que las otras. E las que son de color blanco son mas frías ⁊ de complexion ⁊ menos sabrosas que las otras ⁊ mas duras de moler. E las que son de color palido o ruçia o bermejo son tempradas en su complexion en comparacion de las blancas ⁊ de las negras. **O**tro sy todas las animalias que son bollidas ⁊ ligeras en su mouimiento, ⁊ que son sañudas ⁊ brauas segund su natura son mucho mas calientes que las que son mansas. E de pesado mouimiento: ⁊ que son syn bollido ninguno. E esto cumple para en este libro de las generales condiciones de las animalias.

**C**apitulo segundo desta sesta distincion en el qual se contiene las condiciones generales de todas las aues que suelen los hombres comunamente comer ⁊ de los miembros dellas.



**S**enaladamente las carnes de las aues son de mas ligero: ⁊ mas sutil gouierno que las carnes de las otras animalias. E no ay en ellas muchas superfluidades. ⁊ las aues domesticas son de muy mejor gouierno que las otras. Como quier que las siluestres tienen muy menos superfluidades en el su gouierno. **D**ezimos que los pollos de las aues son de muy mas ligero gouierno: ⁊ mas sutil ⁊ muy mas tierno que las aues grandes. E por ende todos los pollos de las aues tienen muy buena sazón para comer hombre en el estio ⁊ en los tiempos de grand calentura ⁊ de grand sequedad del ayre por razon que entonçe la calentura natural de los hombres es muy fria, ⁊ no puede moler ninguna dura vianda. Donde comunamente en los tales tiempos vsan los hombres comer los pollos ⁊ los perdigones. **S**on los ansarones ⁊ tambien los palominos. E generalmente todas las animalias que son nuevas. Assi como son cabritos ⁊ los corderos ⁊ gaçapillos ⁊ lebastros. E en los tiempos de muy grand frio pueden asy mesmo los hombres mas en su saluo comer todas las otras aues que son mas grandes ⁊ avn viejas ⁊ duras: Assy como son las gallinas ⁊ avn los capones ⁊ tambien las perdizes viejas: **O**tro sy las garças ⁊ los pauones. ⁊ los alabancos ⁊ las ansares viejas. Entonçe han su sazón para los comer hombre mas syn daño de su salud. E en los tiempos q̄ no haze grand frio ni grand calentura son buenos ⁊ comer los pollos ⁊ guandos ⁊ los capones nuevos ⁊ las otras

aves de media edad que no son muy viejas ni muy pollos. Pero dezimos que en todo tiempo se debe honbre mucho guardar de comer las aves que crían en algunas eitrañas se dientes. Otroly ningún hombre no debe mucho usar la duras que son de muy a pelgado gouerno. Y así como son las gruas. E las anares e las anades. La el luengo e de las tales aves haze a los hombres e a las mugeres caer en grandes enfermedades muy malas e de muy grande fealdad. E embotan mucho el ingenio e turban mucho el entendimiento. E de los miembros de las aves los mas tiernos e mas sanos para comer son los alones e los pescueços e las postpiernas e los pies. La estos miembros por el grand movimiento que con ellos hazen son muy syn sobriedad. e son ligeros de molar e de buen gouerno e de suil mantenimiento. E los meollos de todas las aves como quier que no son tan malos como de las otras animalias. Pero son generalmēte muy malos para el estomago emblandecido e desdenoso. E son de general valcosidad grande. Pero que algunos meollos de las aves son muy menos malos que los de las otras segund la condicion e mejoría que las unas aves han e tienen sobre las otras. E las mollejas de las aves son muy duras de molar. Pero que quando son molidas el su gouerno es muy grande e asíz bien bueno e esfuerça mucho el estomago e las mollejas muy mejores de comer de todas las aves son las mollejas de las gallinas e de los pollos e de los capones e de las anares. La comunal

mente de las otras aves no comen los hombres las mollejas e los bigadillos de las aves son de muy grand gouerno. Pero son muy duros de molar e aprietan mucho el vientre: E esfuerça mucho el estomago. E comunalmente no usan los hombres comer los bigadillos de ningunas aves sy no de las gallinas e de los capones e de los pollos e pollas e alas veugas de las anares. Los cuerpos de todas las aves saben muy bien. Pero son muy malos de molar: e viscosos. E los cuerpos de las aves gruesas emblandescen el estomago. Pero que entienda mucho la su blandura quando las hombre come assadas. La el assaz consume mucho la vasolidad de la grosura de las. E los coraçones de las aves son muy duros de molar: e de muy mal gouerno. E por ende muy poco los usan los hombres comer. quolibet membrum suum simile conseruat. E deuenos saber que aqui ay una regla general por auctoridad de Auicena que e cada vno de los miembros de las aves o de qualquier de las otras animalias han natura propiedad de esforçar su semejante de los miembros de los hombres. La el coraçon de las animalias esfuerça el coraçon de los hombres. E el su bigado de las esfuerça el bigado de los hombres. E el su estomago esfuerça el estomago de los hombres: e asíz de cada vno de los otros miembros de las animalias.

Caplo. iij. dista. vi. distinción esil q̄ se contiene las condiciones de las gallinas e de los capones e de los pollos e de las pollas.

**D**as gallinas no muy viejas son de mas temprado gouerno: mejor para los cuerpos de los hombres que ninguna de las otras aues. E el caldo dellas es muy bueno para los cuerpos de los hombres que ninguna de las otras aues: e el caldo de ellas es muy bueno para los pechos: E esclaresce la voz e es muy bueno para el engenio que lo abiuu mucho e es muy buena vianda a demas para los que remen engasece. E otro sy el caldo dellas emblandesce muy bien el vientre señaladamente quando es grueso. E la carne de los gallos es muy caliente e muy mas dura de moler e de peor gouerno. Pero el caldo de los gallos muy viejos señaladamente quando son rojos en color laxa el vientre mucho mas que el caldo de las gallinas. E la carne de los capones es mucho mas téprada que la de los gallos: e no es tan humida como la de las gallinas. E el su gouerno es muy bueno e muy sano e el caldo de los laxa muy bien el vientre. E la carne de los pollos es muy mas tierna e muy mas ligera de moler: e el su gouerno es muy sutil. E las pollas hembras son mas frias e mas humidas que los pollos e de las pollas es de muy poco gouerno. E deuenos aqui saber que el caldo de las gallinas e de los capones que son rezien caponados. muertos luego puestos a cozer es muy mas sano que el caldo de los que son muertos ante noche señaladamente para los hombres que remen podricimiento de humores o que se leuarian de dolencia de hiebre podrida. Pero que la carne de los capones, e

de las gallinas ante noche muertas es muy mejor. e mas tierna e mas ligera de moler que quando las hombre mete a cozer freicamente muertas. E por ende dezimos que todas las aues viejas o duras no se deuen meter a douar para comer luego q son muertas. mas deuen se tener muertas las gallinas e los capones en el ynuerno toda la noche. E en el estio algund poco mas que vna noche. Ca las noches son entonce muy pequeñas. E quando son assy muertas ante noche son mucho mas ligeras de moler. e saben muy mejor como quier que el caldo dellas no es tan sano como el de las reziens muertas segund dicho es. E los pollos e las pollas e todas las aues tiernas se deuen meter a douar para comer luego que son muertas syn otro detenimiento ninguno. Ca se corrompen muy de ligero sy la e hombre ni punto detiene. Pues que son muertas. E los pollos enanos e los capones nuevos deue hombre hazer matar a media noche para los comer otro dia ala yantar.

**C**apítulo quarto desta. vi. distincion en el qual se contiene las condiciones de las perdizes e de los perdigonos.

**L**a carne de las perdizes es vn poco mas fria e mas seca que la de las gallinas. E por ende ha propiedad de apretar el vientre. E el su gouerno es muy bueno e muy prolongado de podricimiento. Assi que por el razon el caldo de las Perdizes

es mas sano para los que se leuantã de dolencias de humores podridos. quel caldo de las gallinas nin de los pellos. Et roly el gouerno de la carne de las perdizes esfuerça biẽ la flaqueza de los miembros z del cuerpo de los hombres porque no es tan ligero de resolver como el gouerno de las gallinas. Et roly la carne de las perdizes esfuerça muy bien el estomago blando z desdenoso z tira el caldo de hazer camara. E las perdizes assadas son menos secas que las cozidas. E por ende el su gouerno es mayor z mejor z mas cumplido. Ca en las perdizes assadas ha mayor humedad natural que en las cozidas. Como quier que en las cozidas ha mayor humedad accidetal por el agua en que se cuezen. E que esto sea verdad muestralo el sabor. Ca mejor saben mucho. z mas cumosas son las perdizes assadas z son muy mejores para esforçar el cuerpo z los miembros z en manteniencia de buen gouerno. E en abondamiento de humedad natural. E las cozidas son mejores para estreñir el vientre. Porque son mucho mas enxutas que las otras. z ha en ellas manifiesta stipticidad. E los perdigonos nuevos son muy mas tiernos q̃ las perdizes viejas. E mas ligeros de digerir. Donde los perdigonos se deuen comer luego frescamẽte quando son muertos. E las perdizes viejas se deuen tener muertas ante que las hombre coma dos o tres dias. Ca en otra manera son muy duras de digerir z de muy poco gouerno. z la fazon de las perdizes viejas que se deuen de comer en los tiempos de grandes fríos. z los perdigo-

nos nuevos en todo tiempo que los hombres los hallan son muy buenos de comer. E dezimos que las mejores de las perdizes z de los perdigonos son las que son muy gruesas. ca la grosura en ellas enmienda mucho la natural sequedad dellas. Son por natura muy enxutas.

**Capitulo.v. desta.vi. distincion en el qual se contiene las condiciones de las tortolas.**



**T**as tortolas son aues calientes z vn poco secas. Pero el su gouerno es assaz bueno. z son muy buenas para el estomago. z hã las tortolas muy maravillosa propiedad z muy prouada. para aguzar el ingenio z alumbiar bien el entendimiento. E las tortolas quando son mas gruesas tanto son mejores. E tanto mas valen. E deuen ser comer assadas. E la salsa que les mucho conuiene es que los eche hombre de sufo quando son tajadas para las comer vn poco de mosto estrujando sobre ellas de vn raziño de uvas assy como suele sacar el agraz.

**Capitulo sexto desta sexta distincion en el qual se contiene las condiciones de las codornizes.**



**T**as codornizes son b̃ temperada humedad. z son vn poco calientes z su gouerno es sutil z buẽo z esfuer-

ca muy bien la flaqueza de los miembros, y deuen se comer assadas, y quanto son mas gruesas y menos viejas, tanto mas valen, y tanto son de mejor sayon para comer.

**Capítulo. vii. desta. vii. distincion enel qual se contiene las condiciones de las palomas y de los palomos.**



**S**os palomos y palomas viejas son calientes y secas, y el su gouerno es duro y malo para los hombres sanos. Pero dezimos q̄ la carne de los palomos viejos mas los han maravillosa propiedad de fazer pro a los epilenticos, y a los perlaticos. E los palominos nuevos son muy calientes. E ha en ellos mucha superflua humedad. E el su gouerno es malo. E enciende mucho los miembros de mala calentura accidental. E señaladamente los lomos y las renes y los miembros que son cercanos a ellos.

**Capítulo. viii. desta sexta distincion enel qual se contiene las condiciones de los tordos y de los pardales, y de todos estos paxaros pequeños.**



**S**í que los tordos pardales y todos estos paxaros pequeños son calientes y muy secos y muy duros de digestion y de poco gouerno. E por ende ningun hombre no los deue mucho usar de comer. E si grand

ganaba de ellos de en la madar un poco cozer. E despues assar: y assy se deue comer. La en otra manera son muy duros de digestion, y no puede con ellos el estomago. E ay si los come entardandose con manteca de vacas. Son por ende muy mejores: y enmienda se mucho la malicia de su dureza y de su sequedad.

**Capítulo. ix. desta sexta distincion enel qual se contiene las condiciones de las anares y de las anades si quier duendas: si quier domesticas: si quier brauas de caça.**



**E**n aues frias y secas las anares y las anades, y el su gouerno es reciente y mucha malenconia, y es duro y malo y fuerte. Por ende se deuen de las mucho guardar los que temen gasedad o quartana o qualquier otro mal de malenconia. E de las anares, y de las anades las mejores son las gruesas señaladamente si son bien gruesas y son brauas. Estas son las mas escogidas que puede ser segun su natura para la salud de los hombres. Como quier q̄ las brauas son mas duras de digestion que las que se crían en casa. Pero la su dureza de las se enmienda mucho con la su grossura: quando son bien gruesas. E las anares gruesas tienen mucha superflua humedad. E el su gouerno no es bueno: E es muy vistoso y muy aparejado a podrescerse. E por ende ningun hombre no las deue mucho usar ni a costumbrar. Capor cierto non

se daran a bien a quíe las mucho vsa  
re comer a menudo.

**C**apitulo .x. desta .vi. distinció en  
el qual se contiene las condiciones  
delas garças 7 delas grullas 7 das  
gallinas ciegas 7 7 todas las otras  
aves de caça.

**D**euenos saber que todas  
estas aves son de muy du  
ro gouierno. 7 muy mal en  
conico 7 seco. E por ende  
ningund hombre no las due vsar mu  
cho. E el que grand gana tiene das  
comer. Deuelas comer tres dias: o  
quatro despues que mueren. Ca en  
otra manera son muy duras de dige  
stion en grand manera. E deuelas en  
lardar hombre con toçino gruesso. o  
vntar con manteca fresca de vacas  
por emendar la grand sequedad de  
ellas. E em blandeser la su dureza.  
E todas estas aves son señaladamē  
te muy malas para los q̄ tienē quar  
tanas o gafedad. o las dolencias o  
tras de grand fealdad: o de humoz  
malē conico. 7 otrosy son muy malas  
para los que son menguados de ca  
lentura natural. 7 el su gouierno de  
estas aves faze a los hombres andar  
tristes: 7 renzillosos 7 medrosos. 7  
muy enojados de sy mesmos 7 de q̄l  
quier otra cosa muy syn razon 7 ha  
ze los soñar sueños muy espantosos  
7 secos:

**A**quí comiença la setena  
distincion deste libro pri  
mero: la qual no ha mas  
de vn solo capitulo. E cō  
tienen se enel las generales condicio  
nes delos buenos que los hombres

suelen comer delas aves. 7 otrosy se  
contiene enel las reglas generales  
delo que deue hombre guardar enel  
comer delos buenos para buen regi  
miento de su salud.

**D**os los buenos gene  
ralmente son de comple  
sio semejables alas aves  
de que son. E por ende los  
mas temprados buenos. 7 mas sa  
nos para los cuerpos d los hombres  
son los buenos delas gallinas 7 de  
las perdizes. E ningun hombre no  
deue en ninguna manera vsar de co  
mer los buenos delas otras aves. co  
mo quier que en comple syon son na  
turalmente semejables alas aves  
que son. Pero la natura delos hom  
bres aborreçe los. E ha enellos con  
dicion de hazer gana de hazer cama  
ra. E por ende ha con ellos la nuestra  
natura. syempre muy grand lid. 7 nū  
ca se tornan en buen gouierno enel  
cuerpo. Ca esto es vna regla gene  
ral en todas las viçdas: que por bus  
nas que sean en su condicion. nunca  
se tornan en buen gouierno en los cu  
erpos delos hombres que las abor  
rescen. Ca se nunca con ellos abraça  
la natura. Para hazer del las nin  
gun bien. Ante las desampara con  
aborrecimiento. o las echa de sy ay  
na. o sy enel cuerpo quedan conuer  
tense en algunos humozes malos 7  
corrompidos con desamparo d la na  
tura. E otrosy quando las viandas  
son malas en su condicion natural  
sy las rescibe la natura con muy grā  
plazer de buen sabor que en ellas ha  
lla mucho se enmiendan las malas  
condiciones que por su natural qua  
lidad deuisa hauer. Pero que ningū

como cuerdo no deue tomar atreul/  
miento loco por esta razon. Para v/  
sar mucho ningunas malas viandas  
Maguer que sea muy bueno y muy  
plazentero el sabor dellas. En los  
huevos de las gallinas frescos. Ha  
muchas buenas condiciones. Pero  
que dezimos que no deue hombre co  
mer dellos. Sy no las yemas. La  
las claras son muy mala vianda: las  
yemas de los huevos frescos son muy  
buen gouerno de las gallinas y muy  
temprado y quando son señaladamē  
te en agua dulce y son blandos. Son  
muy ligeros de digerir y emblander  
cen los pechos y esclarescen la boz y  
aflojan el vientre muy bien ademas  
sin enojo ninguno. Sy los hombre  
come en ayunas sin pan y sin sal. y sin  
otra cosa ninguna. E mas compli  
damente haran todas estas obras si  
los hombre comiere crudos. Saluo  
porque hazen algund poco de abor/  
recimiento en el estomago quando  
los hombre come crudos. y no son tã  
ligeros de digerir. como quando son  
vn poco cozidos: pero en manera q̄  
finquen muy blandos. Estas ye/  
mas asy tiernas de los huevos escal  
fados gouernan mucho y muy bien  
El su gouerno es mucho tempra/  
do y digiense muy deligero. E acor/  
ren muy ayua al fallecimiento de la  
fuerça y de virtud que viene por mē  
gua de vianda o por algund fluxo de  
templado de sangre: o de humores  
otros por qualquier parte que salgã  
E esfuerçan mucho ayua el enflaque  
cimiento de la coloracion. Esta es  
la vianda del mundo que de comer  
sea que menos hezes haze en el esto/  
mago ni en las tripas ni en los otros  
miembros. La hasta todos son puro

gouerno. y tomanse en pura y muy  
buena sangre. E estos tales huevos  
hazen muy buena color de rostro. pe  
ro dezimos que ningun hombre non  
deue comer muchos d'ellos. La en po  
cos de los tales huevos ha muy grã  
manteneucia de buen gouerno para  
el cuerpo. E comer grand quantia  
d'ellos es razon de muy grã hincha  
miento de sangre en el cuerpo de los  
que los comen. E dezimos que los  
tales huevos son la mejor vianda de  
mundo. Para aquellos cuyo esto/  
mago no pueden cozer tanta vianda  
quanta les seria menester y les bas/  
taria para manteneucia de su cuer/  
po segund la qualidad de sus miem  
bros. La en el mundo no ay vianda  
que en pequeña quantia sean de tan  
grand gouerno ni tan temprado ni  
tan ligero de digerir: ni que se tan  
tarde resuelua de los miembros de  
que es conuertida en sangre y en car  
ne. E duemos aqui saber que por ra  
zon que los huevos son de muy sutil  
y muy delicada substancia son muy  
ligeros de conuertir en humores se/  
mejables de aquellos con que se en  
contraren en el estomago de aquel q̄  
los come. E por ende se deue mucho  
gnardar de los comer todo hombre  
en cuyo estomago ha algund puja/  
miento de humores malos diuersos  
y malos: y corrompidos. E dezi/  
mos que las venas que son duras en  
qualquier manera que sean adoua/  
dos dan grand a pesgamiento en el  
estomago. Pero despues que son di  
geridas el su gouerno es muy gran  
de y tienense muy fuerte en los miem  
bros que se no puede de los ligera/  
mente ressoluer. E por ende son bue  
nos para los hombres que trabajan

mucho andandoz haziendo qualquier cosa que sea de grand movimiento del cuerpo. Pero que es menester quel que les ha de vsar o comer que ay a muy rezio estomago y grand cōplimiento de buena calentura natural. E el que dellos comiere grand quantia en vna vegada es menester que tarde mucho ante que coma des pues de aquella vez. por razon que los tales huebos son de digerir muy duros. E el su gouierno es muy grande y resueluese dlos miembros muy tarde segund dicho es. E de los tales huebos se vien mucho guardar los hombres que han flaco estomago. y los que trabajan poco. todos aquellos que han por costumbre o comer en el dia muchas vezes mayormente sy en cada vna de ellas comen assaz grand quantia de viandas segund a quello que les cumple para mantencion de su cuerpo. E generalmente estos tales huebos no son buena vianda: ni los deuen vsar dueñas, ni comer hombres delicados. Mayormente quando pueden hauer cōplimiento de otras buenas viandas quando las quisieren. E los huebos assados por blandos que sean encienden mucho el estomago y la cabeça. E por ende hazen accidentalmente buena color de rostro: señaladamente quando son blandos. Todos los huebos que son adouados en sartén con alguna grossura o fritos o rebueltos o en tortas: o en otra manera qualquier no son sanos de vsar a ningund hombre que ay a cuydado o verdamente guardar su salud. Etrosi dezimos que ningund hombre no deue vsar comer los huebos q̄ no son bien frescos. La comunalmente son ma-

la vianda corrompida y muy aparejada de se conuertir en humores malos y podridos. E quãto son menos frescos tanto son peores. y tanto se deue hombre dellos mas guardar:



Qui comienza la octaua distincion deste libro primero en la qual se contienen las condiciones de todas las animalias de quatro pies que los hōbres vsan comer. E otro sy las condiciones de los miembros dellas. E es partida esta distincion en veynte y siete capitulos:

**¶** El capitulo primero muestra conoscer las condiciones de los ojos de estas animalias.

**¶** El capitulo segundo muestra conoscer las condiciones de las orejas y narizes de las animalias de quatro pies.

**¶** El capitulo .iii. muestra conoscer las condiciones de la carne de las cabegas y de los carrillos.

**¶** El capitulo .iiii. muestra conoscer las condiciones de las lenguas de estas animalias.

**¶** El capitulo .v. muestra conoscer las condiciones de los pescueços de estas animalias.

**¶** El capitulo .vi. muestra conoscer las condiciones de los pulmones de estas animalias.

**¶** El capitulo .vii. muestra conoscer las condiciones de los corazones de estas animalias.

**¶** El capitulo .viii. muestra conoscer las condiciones de los riñones de estas animalias.

**¶** El capitulo .viii. muestra conoſcer las condiciones de los cistomagos de estas animalias.

**¶** El capitulo .ix. muestra conoſcer del higado de estas animalias.

**¶** El capitulo .x. muestra conoſcer las condiciones del bazo de estas animalias.

**¶** El capitulo .xi. muestra conoſcer las condiciones de los riñones de estas animalias.

**¶** El capitulo .xii. muestra conoſcer las condiciones de las tripas y vientres de estas animalias.

**¶** El capitulo .xiii. muestra conoſcer las condiciones de la grossura de estas animalias.

**¶** El capitulo .xiv. muestra conoſcer las condiciones de los nervos y vasos de estas animalias.

**¶** El capitulo .xv. muestra conoſcer las condiciones de los jarretes y pies de estas animalias.

**¶** El capitulo .xvi. muestra conoſcer las condiciones de la vbre de estas animalias.

**¶** El capitulo .xvii. muestra conoſcer las condiciones de la carne de los cabritos lechares.

**¶** El capitulo .xviii. muestra conoſcer las condiciones de los carneros de dos dientes.

**¶** El capitulo .xix. muestra conoſcer las condiciones de la carne de los puercos que no son terracos.

**¶** El capitulo .xx. muestra conoſcer las condiciones de la carne de las vacas.

**¶** El capitulo .xxi. muestra conoſcer las condiciones de los ciervos.

**¶** El capitulo .xxii. muestra conoſcer las condiciones de los conejos.

**¶** El capitulo .xxiii. muestra conoſcer la condicion de la leche de las mugeres y de las animalias: y qual es mejor.

**¶** El capitulo .xxiiii. muestra conoſcer la condicion de la leche de las animalias qual es mejor: Despues de la leche de las mugeres.

**¶** El capitulo .xxv. muestra conoſcer las condiciones del queso.

**¶** El capitulo .xxvi. muestra conoſcer las condiciones de las mantecas de estas animalias.

**¶** El capitulo .xxvii. muestra conoſcer las condiciones de todos los peccados. Es el final capitulo de todo el libro.

**¶** El capitulo primero muestra conoſcer las condiciones de estas animalias.



**D**os ojos de las animalias comunalmēte en comparación de los otros miembros dellas: son

de calentura assaz temprada 7 han vna poca de humedad 7 de ventosidad sobrada. E por ende como quier que son assaz de buen labor: pero son yn poco duros de digerir: onde deuen comer los con sal o con pimienta molida porque la vascosidad dellos no empesca ala digestion del estomago. E en esta manera el gouerno de ellos es muy bueno. Pero que no deuen los hombres comunalmente comer los ojos de ninguna destas animalias sy no de los cabritos 7 de las terneras. E alas vegadas de los carneros de dos dientes 7 esto pocas vezes.

**Capitulo segundo:** muestra conocer las condiciones de las orejas 7 narizes de estas animalias de quatro pies.



As orejas 7 narizes de estas animalias son frias 7 secas 7 duras de digerir 7 de poca mantenencia de gouerno por razon que la parte mayor de la su substancia es ternilla que es miembro frio 7 muy seco onde estos miembros se deuen comer con alguna cosa que ayude al estomago para las digerir segund dicho es. Pero que los que han el estomago muy caliente pueden las comer sin daño. E ser les ha buen gouerno assaz: como quier que es poco. E las superfluidades son muy pocas. E la sangre q se de ellas engendra es muy apartada de podrimiento:

**Capitulo tercero:** muestra conocer las condiciones de la carne de las cabeças 7 de los carrillos de estas animalias.



El carne de las cabeças 7 de los carrillos de estas animalias es assaz de buena labor. E el su gouerno es poco 7 duro de digestion por vna poca de vascosidad que han. E por ende se deuen comer siempre con vinagre 7 con sal. E con algunas especias que defiendan el estomago de la su vascosidad.

**Capitulo quarto:** muestra conocer las condiciones de las lenguas de estas animalias.



As lenguas de estas animalias son de temprado gouerno en comparacion de los otros miembros de las. Pero por razon que comunalmēte es yn poco de dura digestion en mienda mucho de su dureza si esta ante q la hombre coma algun dia puesta en adouo de ajos 7 vinagre 7 de vino. Abajamente es mucho de menester de hazer ende adouo a las lenguas de las grandes animalias: quales son las vacas 7 los bues: señaladamente sy son viejas. La con este adouo enternece mucho. La en otra manera son muy duras. E otrosy este adouo les da muy buen sabor. E dezimos que las mejores lenguas de comer entre todas las animalias: son las de los cabritos. E de las terneras 7 de los nobillos. 7 de los puercos 7 de los carneros. E otrosy dezimos q de las bacas viejas es assaz buena de comer la lengua con el dicho adouo. E despues que aya estado en adouo yn dia 7 vna noche de uela hombre muy bien lauar 7 raer. 7 de uela primeramente cozer 7 despues assar. E

entonce hallarla ha hombre de muy buen labor 7 sera barro tierna 7 ligera de digerir.

**C**apitulo quinto muestra conofcer las condiciones de los pescueços destas animalias.

**L**a carne del pescueço destas animalias es muy tierna de digerir 7 el su gouerno es harto bueno. E el su sabor es muy delectable. E la su perfliudad de la sangre que desta carne se engendra es muy poca. por razon del grand mouimiento que las animalias hazen con sus pescueços. La en los miembros de grand mouimiento pocas de malias se pueden ayuntar. E el pescueço de los conejos es muy señaladamente escogido entre los otros pescueços de todas las otras animalias: Otro si el gouerno de la carne del pescueço destas animalias es muy tēprado. Entre frio 7 caliente por razon de muy muchos neruios que se mezclan con esta carne segund la digestion natural: que la natura dio a todas estas animalias

**C**apitulo sexto muestra conofcer las condiciones de los pulmones de estas animalias.

**L** pul'mon destas animalias es muy ligero de digerir. 7 el su gouerno es poco 7 es frio. 7 comunalmente no usan los hombres comer pulmon de ninguna destas animalias sy no del cabrito 7 algunas vezes del puercos. 7 pocas vezes de los carneros: 7 el me por de todos estos pul-

mones es el pulmon de los cabritos:

**C**apitulo septimo muestra conofcer las condiciones de los coraçones destas animalias.

**L** coraçon es carne muy dura 7 digerir. Pero en los estomagos fuertes que le bien pueden digerir es reziou gouerno 7 grande. 7 resuelue muy tarde de los miembros. 7 es muy apartado de podrimiento. 7 ha en el muy pocas superfluidades por el grand mouimiento del q nunca queda de se mouer. E otro si que la natura ha grand cuydado de le guardar con muy grand diligencia de toda corrupcion. 7 de todo daño.

**C**apitulo octauo muestra conofcer las condiciones de los estomagos destas animalias.

**L** estomago destas animalias es muy duro de digerir. 7 el su gouerno es poco 7 frio 7 de uelo hombre syempre comer con alguna cosa que lo ayude a digerir la su dureza. 7 por ende comunamente comen los hombres los estomagos de los puercos adouados con muchas especies calientes por se amparar de la su dureza. 7 por ende comunamente comen los hombres los estomagos con cebolla picada 7 con sal.

**C**apitulo nono muestra conofcer las condiciones del higado destas animalias.

**Q**u el hgado es duro de dig-  
gerir pa los estomagos  
tuertes que pueden bien  
vencer la su dureza. E  
su gouerno es grande z  
muy bueno. z acrescencia mucho la  
carne. E el mejor dellos es el del ca-  
brito lechal. Pero que todos los hi-  
gados aprietan el vientre señalada-  
mente quando lo come hombre muy  
cosidos o muy assados en comienço  
de todas las otras viandas.

**Capitulo .x.** muestra conoscer las  
condiciones del baço destas anima-  
lias.

**Q**u el baço es muy mala viã-  
da z engendra mala san-  
gre z espessa z corrompi-  
da z muy malenconica z  
mucho se tarda en el estomago. Pe-  
ro el baço es muy bueno para effor-  
çar las enzias. E el baço del cabrito  
z del puerco son menos malos de  
comer que de ninguna otra animalia

**Capitulo .xi.** muestra conoscer las  
condiciones de los Riñones destas  
animalias.

**Q**u los riñones destas anima-  
lias son mala vianda z du-  
ra de digerir z o muy mal  
gouerno z corrompido z  
de fediondo olor. z la sangre que de  
ellos se engendra es muy mala z cor-  
rompida z espessa.

**Capitulo .xii.** muestra conoscer  
las condiciones de las tripas z vien-  
tres destas animalias:

**Q**u las tripas z los vien-  
tres de todas estas ani-  
malias es malavianda  
z muy dura de digerir  
z o poco gouerno z malo z son muy  
malas para el estomago flaco en que  
ha poca calentura natural. z las tri-  
pas mejores de comer son las de los  
cabritos z las de las terneras. La es-  
tas son muy mas tiernas z de mas li-  
gera digestion. E generalmente to-  
das las tripas son muy malas para  
los que han bien firmes z bien tem-  
pradas las enzias.

**Capitulo .xiii.** muestra conoscer  
las condiciones de la grossura des-  
tas animalias.

**Q**u la grossura es vianda ba-  
fosa z viscosa z de poco go-  
uerno z no bueno z engen-  
dra mucha fleuma. Pero  
que le enciende mucho ay na en los es-  
tomagos de caliente cõplexiõ z to-  
nasse en fleuma z en colora. Et rosy  
tira la gana de comer: z harta muy  
ayna de vna hartura engañosa z em-  
blandesçe mucho el estomago z an-  
da nadando sobre las otras viãdas  
z embarga la buena digestion õllas  
La las haze descender crudas del es-  
tomago. E em blandesçe las tripas  
z el vientre. E por ende afoxan em-  
blandesciendo: señaladamente sy la  
hombre comiere en comienço de las  
viandas z la mejor grossura es la q̃  
es mesclada con la carne que no la q̃  
esta apartada por su cabo como son  
las reñonadas que son llamadas se-  
no o sayn. E dezimos que todas las  
grossuras bazen engrossar a quiẽ las

mucho ysa comer : *Grossus cibus ;  
grossum sensum generat.*

**Capitulo .x.iii.** muestra conoscer  
las condiciones de los nervios y va-  
sos y ternillas de estas animalias.

**N**ervios y los vasos y  
ternillas de estas animalias  
son frios y secos y o po-  
co gouerno y no buenope-  
ro las ternillas son mas secas y mas  
enxutas que los nervios, y los vasos  
son muy mas secos que las ternillas  
y todas han virtud de enxugar el es-  
tomago em blandescido ; y aprietan  
el vientre . Pero no los deue ningun  
hombre comer que no aya el estoma-  
go cumplido de buena calentura na-  
tural . E nunca los deue comer en co-  
menco de la mesa .

**Capitulo .x.v.** muestra conoscer  
las condiciones de los jarretes y pi-  
es de estas animalias .

**S**i que los jarretes y los  
pies de estas animalias lo  
son muy sin superfluydad . y  
son ligeros de digestir . ca  
aunque en ellos hay muchos nervi-  
os duros de digestion . El gran mo-  
uimiento que las animalias hazen  
con estos nervios los hazen enterne-  
cer y ser ligeros de digestion no em-  
bargando la muchedumbre de los  
nervios que en ellos hay . E por esta  
razon mesma no se puede en estos ner-  
vios detener a muchas superfluida-  
des y son vianda muy sin malos ba-  
fos y muy alongada de podrimiento  
y de corrupcion y de toda mala qua-  
lidad y en comparacion de los otros

miembros de las animalias el su go-  
uerno es muy grande en mantenen-  
cia y de compiacion temprada y ha en  
ellos muchas buenas condiciones . y  
de vianda buena en cõparaciõ de los  
otros miembros de las animalias y  
dezimos aqui que los jarretes de las  
animalias es el que se refren la boz del que  
los come mucho amenudo ; no comi-  
endo otra carne ni otra vianda nin-  
guna que para esto fuesse contraria .

**Capitulo .x.vi.** muestra conoscer  
las condiciones de la carne de la ybze  
de estas animalias .

**S**i la ybze vianda media  
nera en condicõnes en-  
tre la carne pura : E la  
grossura de las animalias  
as . ca ni es tan caliente ni de tã gran  
gouerno como la carne pura ni es tã  
viscosa ni tã mala pa el estomago co-  
mo la grossura pura ni de tã pequeño  
gouerno ni tã bafosa ni anda nadan-  
do assi sobre las otras viãdas como  
diximos que nada la grossura .

**Capitulo .x.vii.** muestra conoscer  
las condicõnes de la carne de los cabri-  
tos lechares .

**Q**uasi la carne de los cabritos  
lechares la de mas esco-  
gidas condicõnes pa la sa-  
lud de los hombres q ninguna  
otra carne de estas animalias . q es de  
buen gouerno y de temprada q lidad  
y ligera de digestir y de sotil gouer-  
no y buena mantenençia . E las car-  
nes de los cabrones es muy seca . E  
de muy mala digestion y de mal go-  
uerno . y hedondo olor . y de mal  
sabor .

del mundo lo deuen abourescer con muy grand razon: quando son mas anejos tanto son peores: quanto son mas nuevos rãto son menos malos, sy no son maruecos. E la carne de las cabras es menos mala. 7 los cabrones 7 cabras monteses son muy mejores de comer.

**Capitula. xviii.** muestra conoscer las condiciones de los carneros de dos dientes.



Al carne de los carneros de dos dientes que no son maruecos: es muy buena para el cuerpo de los hombres 7 de buen gouerno: 7 muy ligera de digerir. 7 es mas caliente 7 mas ymida que las carnes de las vacas nin de los cabrones: 7 es menos humida 7 mas ligera de digerir que la carne de los puercos. 7 los carneros viejos son mas secos 7 mas duros 7 no de tan buen gouerno como los carneros que son de dos dientes. Pero que los corderos son mala carne. Por mucha superfluidad que en ellos hay donde la su carne es muy viscosa 7 no de buen sabor. 7 es mala para el estomago emblandescido 7 para todo estomago en que han grand pujamiento 7 demastada humidad. E la carne de las ouejas es mas fria 7 mas humida que la de los carneros 7 no es en ninguna manera tan de buena condicion para la salud 7 mantenencia de los cuerpos de los hombres como la de los carneros. E dezimos que entre todas las carnes del mundo la carne de los carneros es la mas ligera de comer a toda manera de gentes: para de cada

dia ni podran los hombres ninguna otra carne usar rã luengo tiempo rã syn enojo como usan la carne de los carneros. donde es vianda de cada dia segund la costumbre de los hombres. Assy como el pan. Esta carne quando es comunamente gruesa: tiene el su caldo el vientre bien blando 7 largo para complir su officio en echar de ty las superfluidades de la vianda assy como deuen segund su natura.

**Capitulo. xix.** muestra conoscer las condiciones de la carne de los puercos que no son berracos.



Al carne de los puercos que no son berracos es carne de muy grand gouerno 7 muy tenprado para la mantenencia de los cuerpos de los hombres. Pero que es dura de digerir. E por ende se deuen guardar los hombres que no hanel el estomago bien caliente 7 biẽ reziõ. 7 deue los hombres comer la carne de un puercõ vn poco sal presa. 7 si la come fresca deuen la comer con sal picon o cõ mostaza: o cõ otra salsa aguda que ayude al estomago a la digerir atajando la su viscosidad que es muy grande: 7 otro sy tenprada la su humidad que es mucha. E señaladamente los puercos que son criados en casa encerrados son de mucha humidad 7 viscosidad sobrada. E por ende son mejores de comer los puercos monteses que los domesticos: ca el su gouerno es mas ligero apartado de toda otra superfluidad. ni es la su carne tan fuerte de digerir: En el estomago como la de los animales domesticos. Como quier

que es mas tiesta 7 mas enjuta . E por ende parece al comer mas dura 7 a todo esto es por ra, on del grand mouimiento que hazen los puercos monteses por el ayre, o por el sol, q̄ no dexa en ellos ayutar ninguna mala superfluidad, 7 demas d̄sto los puercos monteses no comen ninguna mala vianda mas paçen sus yeruas 7 sus frutas muy limpias. E por ende el su gouierno es mas apartado de suziedad 7 de todo podrimiento 7 corrupcion que el de los domelticos. E la carne de los lechones es muy humida 7 de grand viscosidad. E por ende es mala para el estomago: onde nunca la deue ningũd hombre mucho vsar. E el que voluntad tiene de la comer: deuela comer con alguna cosa que quite la su viscosidad, 7 ayude al estomago contra la su friura. Assy como con ajos o con vinagre: o con algunas otras tales especias. E el puerco salado es muy menos viscoso que el fresco. Ca la sal consume mucho la su viscosidad, pero que los puercos iouenes no se deuen tener mucho en sal. E cumple q̄ sean vn poco sal presos. Ca tan tierna es la su carne que luego traspassa la sal. E si mucho y estan desecanse en tal manera que no son de comer. E las morçillas de los puercos que son hechas con su sangre es muy mala vianda por razon q̄ todas las superfluidades q̄ esta uã en las venas de los puercos miẽtra q̄ erã biuos salẽ en la sangre q̄ndo los matan de la q̄l sangre se hazen las morçillas. E por ende bien pesçe que son muy mala vianda. E en esto grand cordura hazen los iudios que no comen la sangre d̄ ninguna destas animalias, 7 las mor-

çillas mellizas son m̄dos malas que las otras. E las longanizas que no son muy saladas ni muy gordas no han ninguna malicia grande. Como que las no deue hombre mucho vsar. E no vsan comunamente los hombres de comer el cuero ni la corteza de ninguna de las otras animalias de quatro pies: sy no las de los puercos. E dezimos que la su corteza es muy dura de digerir. E es mala para el estomago. E el su gouierno es poco 7 no bueno.

**¶** El capitulo. xx. muestra conoçer las condiciones de la carne de las bacas.



**B** la carne de las bacas es seca 7 dura de digerir. E estriñe el vientre. E el su gouierno es grande en los estomagos que la muy bien pueden digerir. Pero la sangre que d̄ ella se engendra es muy pessima 7 mala 7 muy espessa 7 muy malencónica. E los hombres que la mucho acostumbrazen o vsaren son muy aparejados 7 dispuestos para bauerles de venir muy malas 7 peruerlas dolencias 7 enfermedades. E por aquesta razon 7 causa se deuen mucho de gnardar 7 apartar de la carne de la baca a aquellos que temen enfermedades 7 dolencias de malencónica. Ansy como son las quartanas 7 gasedades 7 enfermedades de toda otra qualquier manera de manzillas en la carne. E otrosy se deuen de ella mucho guardar los que tienen temor de alguna enfermedad d̄ traçormamiento de meollo, ca los bafos de la carne de la baca q̄ ala cabe

ga suben son bajos negros y secos y eipescos y turban el meollo. y hazen al hombre andar triste y medroso y que le espante de ligero por muy pequeña razon y turban el entendimiento. y haze soñar sueños espantosos. E turban la vista de los ojos. E la carne de los bues ha esas mismas condiciones saluo que no es tan fria como la de las vacas. E es mas seca. Pero dezimos que quando las vacas y los bues son bien gruesos son muy mas sanas de comer. Ca la su grossura enmienda mucho la secura grande y las otras malas condiciones que han por su disposicion natural. E la carne de las terneras lechares es assaz buena carne y de buen gouerno y temprado. E ligero y digerir. Ca la edad enmienda mucho la malicia de su natural complexion. E es mucho menos fria que la carne de las vacas viejas. E han muy mayor humidat por razon de la leche que se gouernan. E no han aquel coplimiento de malas condiciones. E toda via quanto mas va envejeciendo tanto es peor. y o que es ya muy vieja no es vianda que deue comer ningund hombre que la pueda bien escusar. E generalmente dezimos que ningund hombre no deue mucho usar la carne de la vaca. En ningund tiempo se cuerda mēte quiere guardar su salud.

¶ Capitulo .xxi. muestra conoscer las condiciones de los ciervos.



A carne de los ciervos es dura de digerir y el su gouerno es muy malenconico. y los ciervos lechares

son muy mejores que los otros. ca son mas tiernos y mas sabrosos. y muy mas temprado y mas sano gouerno. y dezimos que quando son mas jouches tanto son mejores. y quanto son mas viejos tanto son mas duros y mas malenconico el su gouerno. y son en todo peores. Pero que dezimos que quando son los ciervos muy gruesos entōces son menos secos. y menos malos para comer. Ca la su gordura enmienda mucho de las sus malas condiciones que ha por la natural complexion.

¶ Capitulo .xxii. muestra conoscer las condiciones de los conejos.



A carne de los conejos y de las liebres es carne muy seca y muy enjuta. onde a peta el vientre y enjuga el estomago emblandecido. E ay en el su gouerno es en mucha manera malenconico. Donde con muy grand diligencia se deuen dello mucho guardar todos los hombres que son tristes. y que temen muchas enfermedades y dolencias que se causan de malenconia y de fealdad. E dezimos que los conejos y lebrastreros lechares que son comunmente llamados y se llaman gacapos son muy mejor vianda en todo que los otros que son ya mas grandes. E tanto quanto mas nobezitos fueren. tanto son muy mejores. E tanto quanto mas fueren viejos tanto mas empeoran sus condiciones. E otrosy dezimos que quando son ya mas gruesos. tanto es su sostenimiento y el su gouerno en grã manera mejor y

las mejores 7 mas sin malas condi-  
 ciones sobredichas. E dezimos que  
 los conejos son menoz malos q̄ las  
 liebres 7 quanto aprouecha la carne  
 dela liebre como quier q̄ las liebres  
 seã muy buenas para muchas cosas  
 de sílica para guarerçer algunas do-  
 lencias. La los meollos dela liebre  
 son muy buenos para los que han te-  
 mor de los miembros. Otrosy hazen  
 perder el dolor que hã los niños q̄n-  
 do les nasçen los dientes. sy les vi-  
 tare con ellos las enzias. Otrosy el  
 cuajo dela liebre aprieta muy biẽ el  
 flujo de el vientre. E otrosy los  
 pelos dela liebre retienen muy bien  
 el flujo dela sangre donde quier que  
 salga. Otrosi la sangre d̄la liebre es  
 muy buena para el dolor delas re-  
 nes. 7 quebrantan la piedra todas  
 estas cosas hazen los miẽbros sobre-  
 dichos dela liebre en qualquier ma-  
 nera que los hombre coma por su ca-  
 bo o con otra vianda que ayude aq̄-  
 llas mesmas enfermedades para q̄  
 han los hombres menester el reme-  
 dio. Otrosy el caldo en que es bien  
 cozida la liebre es muy bueno para  
 lavar los miembros en que el hom-  
 bre siente algund dolor de gota:

**El capitulo. xx. iij.** muestra con-  
 ser las condiciones delas leches de  
 las mugeres 7 delas otras animalia-  
 as: 7 qual es la mejor.

**D**ezimos que generalmen-  
 te toda la leche es de com-  
 plexion semejable dela cõ-  
 plexion cuya es el anima-  
 lia de cuyas tetas es ordeñada. E  
 porende la mejor para los cuerpos d̄  
 los hombres entre todas las leches

es la leche dela muger: La es mas  
 semejable de la natura 7 dela cõple-  
 xion de los hombres que ninguna o-  
 tra leche de qualquier delas otras  
 animalias 7 la leche delas animalia-  
 as negras es muy mejor que la d̄las  
 animalias blancas 7 es mas cumpli-  
 damente cozida en las tetas. E por-  
 ende es mas ligera de digerir en los  
 estomagos de los hombres. E otrosi  
 la leche que es ordeñada de mañana  
 ante que las animalias cuya es ayã  
 comido ninguna cosa es muy mejor  
 que la que es ordeñada ala tarde: o  
 en qualquier ora despues que las a-  
 nimalias han comido. 7 la leche d̄las  
 animalias que son muy razien pari-  
 das es muy mala vianda: ca es muy  
 llena de superfluidades 7 es fría. ca  
 no es avn bien limpia delas superflu-  
 dades del parto. E delas renes. E  
 en todas sus condiciones esta leche  
 es de muy mala qualidad. E poren-  
 de ningund hombre no la due comer  
 Otrosy es muy mala vianda la le-  
 che delas animalias que ha luengo  
 tiempo que parierõ. ca esta leche es  
 caliẽre 7 seca 7 espesa 7 mala de dige-  
 rir 7 ligera d̄ podresçer. 7 de mala q̄-  
 lidad 7 de mal gouierno 7 d̄ grãd a-  
 pesgamiẽto pa los cuerpos d̄ los hõ-  
 bres. 7 por estas razones 7 dezimos q̄  
 generalmẽte q̄ ningũd hõbre due  
 comer la leche sino desq̄ son pasados  
 veynte o treynta dias d̄spues d̄l par-  
 to. 7 q̄ndo comieçã las animalias den-  
 magreçer 7 su leche comieça ya apo-  
 car 7 de espesar a las animalias de q̄  
 es segũd su natura en comieça ha en-  
 trar en celo la su leche no es d̄ comer  
 Otrosi dezimos q̄ la leche d̄las anima-  
 lias q̄ paçẽ e prados o cerca d̄ riberas  
 d̄ aguas o d̄ manãtales 7 seña lada

mente es muy buena la leche de las animalias que por su natura se pagã de pastos limpios 7 enjutos. E comen los grumos 7 los tiernos cogollos de los arboles. E por ende de si pues de la leche de la muger la leche de las cabras es la mejor sobre todas las leches de las otras animalias. ca sobre todas ellas es muy quita de superfluidades 7 es muy apartada de podrimiento. E es bien cozida en las tetas mas ligera de digestion en los estomagos de los hombres. E no basosa ni dañosa para los hombres ni para el estomago assy como son todas las otras leches que los hombres usan comer por vianda 7 pareçe en su color 7 en su olor 7 en su sabor. Ca en la color es muy blanca 7 el su olor es muy suave. 7 en el sabor es mas dulce 7 mas sabrosa que ninguna leche de las otras animalias. Etrosy en su substancia no está gruessa ni tan mantecosa ni tã aguada ni tan deslauada como lo son cada vna de las otras leches. E dezimos que la leche es vianda muy sabrosa 7 muy ligera de digerir: 7 de muy grand gouerno 7 muy bueno: aumenta muy bien los neruios de secados. 7 engorda los hombres en magrecidos 7 emblandesçe los pechos 7 la garganta 7 amansa muy bien los dolores de las entrañas esclaresçe la boz. 7 haze muy buena color de rostro señaladamente sy la hõbre comiere de mañana con vn poco de buen açucar. E tiene el vientre muy tempradamente largo para cõplir su officio. E es muy buena vianda para los eticos 7 para los tescos. E para todos aquellos que se sienten consumir en las carnes 7 en

magrescer en el cuerpo. Etrosy para los que sienten grand comezon 7 aspereza en las carnes 7 haze muy bien de zmir de su sueño sabroso sin ninguna mala calidad. Etrosy la leche es muy buena vianda para los que han flaqueza de virtud que no pueden comer vianda quanto cumple por mantencion de su cuerpo ni puede bien digerir las viandas porq̃ no han dientes con que las mascar para qualquier flaqueza de virtud natural. E por todas estas condiciones la leche es muy buena vianda para los hombres viejos. Pero que buen comer con ella vn poco de buena miel que ayuda a los estomagos a las poder bien digerir por razon que los viejos naturalmente han los estomagos frios tornase muy ayna en flema 7 azeda se por mengua de la natural calentura de los estomagos. Ca como quier que la leche es muy ligera de digerir por la grand sotileza que ha en su substancia. Pero sy la calentura del estomago es tan fiaca que la no puede tan ayna digerir 7 conuertir en sangre de mudase ella luego en su natural 7 tornase azeda o cobra alguna otra mala qualidad o se conuierte en fleuma mal cozida. E por ende en los tales estomagos es muy dañosa sy la hõbre come sin alguna ayuda. Onde todos los hõbres que tienen los estomagos frios sy quier sea por vejez de hedad: sy quier por accidente qualquier deve comer la leche con vn poco de buena miel: por que no les pueda nascer alguno de los daños sobredichos. E dezimos que la leche es humida 7 muy pura 7 muy sotil segund su natura 7 por la su grand puridad 7 sotil

leza de substancia mudase muy deli-  
gero de su natural compisyon 7 qua-  
lidad. E por ende es cõsejo õ todos  
los filosofos 7 sabios dela fisica que  
el que se quisiere aprouechar delas  
sus buenas condiciones que la deue  
mamar 7 beuerla luego fresca sin nin-  
gund detenimiento. Assy como es or-  
denada ante que la pueda mudar el  
ayze 7 ante que se pueda esfriar: nin  
perder la natural condicõ con que  
salio delas tetas delas animalias õ  
que es. Otrosy deuela beuer o ma-  
mar teniendo el estomago vazio de  
toda otra vianda: 7 no deue comer  
sobre la leche: ni beuer ninguna co-  
sa: ni deue dormir. ni andar sobzella  
hasta que entienda que la leche es  
ya digerida enel estomago. 7 que se  
passa a los otros miembros. E vsan-  
do della en esta manera hallara por  
verdaderas todas las condiciones  
buenas que della hauemos dicho.

En otra manera muy dañoso es el  
vsar dela leche. E dezimos que se õ  
uen mucho guardar dela leche los q̃  
han el estomago encendido por mu-  
ch dumbre de colera: La se les en-  
ciende muy deligero la leche en los  
estomagos: 7 engendrase ende mu-  
cha colera que les es muy dañosa a  
los cuerpos. Otrosy la leche es ma-  
la vianda para los que han pujamie-  
ro de humores podridos o corrompi-  
dos enel estomago o en los miembros  
Ca la leche por la grand sotileza de  
su substancia corronpese muy de lige-  
ro en los cuerpos en que halla algun  
ayuntamiento de humores corrompi-  
dos. E por ende es la leche muy ma-  
la vianda para los que han hiebras  
podridas: o qualesq̃ter otras do-  
lencias de podrimiento: o de qualq̃

er corrupcion de humores: Mayor-  
mente quando con la corrupcion se a-  
yunta diuersidad 7 vaporacio algu-  
na. Otrosy se deuen dela leche guar-  
dar los que han el estomago delide-  
fioso E em blandesido. Otrosy los  
que han dolor en la cabeça. Ca a to-  
dos estos es dañosa la leche. E dezi-  
mos que ningund hombre no õue co-  
mer grand quantia de leche. Ca en  
poco es muy grande el su gouierno.  
E por ende pequeña quantia õlla cõ-  
ple a todo hombre. E la leche cozi-  
da cõ grijas muy roxas apriera muy  
bien el vientre. E las fresadas 7 las  
papas 7 todas las otras viandas q̃  
los hombres hazen de leche como q̃  
er que son de grand gouierno 7 õbu-  
en labor. Pero en todo lo al son da-  
ñosas mucho a la salud delos cuer-  
pos delos hombres.



Al diximos en como la le-  
che dela muger es mejor  
sobre todas las otras: 7  
mucho mas temprada so-  
bre todas para la salud delos hom-  
bres que otra leche ninguna delas o-  
tras animalias. E despues dela le-  
che õla muger es mejor sobre todas  
las otras: la leche õlas cabras: por  
las razones que deximos enel capi-  
tulo ante deste. E la leche delas oue-  
jas 7 delas vacas son muy malas pa-  
ra el estomago 7 es muy mala vian-  
da 7 muy basosa. Ca es mas mante-  
cosa que la delas cabras. Pero la le-  
che delas vacas es mas suaua en sa-  
bor 7 en olor que la delas ouejas co-  
mo quier que es mas gruessa 7 muy  
mas mantecosa que ella. E dezimos  
que la leche delas ouejas es mucho

enojosa 7 en ella mucha humedad: 7 no biē digesta. 7 la leche delas otras animalias no es de comer por viada ni la suelen los hombres vsar saluo quando les es menester por fisica cōtra alguna enfermedad. Yssy como los epticos suelen beuer la leche delas almas. E por esta razon no diremos agora aq las cōdicionēs dellas. La saliremos de nra entincion delo que prometemos dezir para eneste lugar deste libro.

¶ Capitulo. xxv. muestra conoscer las condiciones del queso.



**Q**ueso anejo es caliente 7 seco 7 es duro de digerir 7 muy pesado para el estomago: 7 quanto es mas salado 7 mas agudo tãto es peor 7 mas seco 7 mas caliente. E q̄ndo es menos salado 7 menos anejo. tanto es mejor. E el queso q̄n lo come en muy pequeña quantia encima dela otra vianda haze la descender al hondon del estomago 7 ayuda ha digerir señaladamente en los tiempos de grand frio. Si el queso es anejo: o en el verano si fuere el queso rezentel q̄ llaman en castilla çeraso. E el queso fresco que es hecho de buena leche 7 lo come hombre ante que se pueda azedar: es tempradamente bueno pa el estomago mayormente si lo comes con açucar o con miel. 7 a floxa el vientre sin enojo. 7 tiempza el encendimiento del estomago 7 de las tripas: 7 es humido. E el buen q̄so destes deue ser hecho de buena leche de cabras q̄ sea muy fresca. 7 las cuajadas semejables son a los q̄sos frescos en sus condiciones saluo que

son mas frias 7 mas humidas q̄ ellos por ende se deuen comer con mucha açucar o con mucha miel q̄ ayude al estomago contra la sufrura porque las pueda bien digerir. E el queso de vacas es muy mantecoso: 7 muy gruesso 7 muy viscoso. onde es muy malo para el estomago. La lo embiã de sece 7 lo afloxa 7 haze pder el sabor del comer. E haze voluntad de hazer camara. 7 es muy basolo 7 enciende mucho la cabeça 7 el rostro. E el q̄so se deue comer assado o con obleas. o con pan tostado: E como quier que esto haze y ha alguna pro no tanta por que lo pueda hombre comer sueltamente mucho amenudo sin grande rece lo de recebir algũ daño grã de delas sus malas condiciones. E los quesos delas cabras son mas secos 7 mas enxues 7 menos gruessos 7 menos viscosos q̄ todos los otros q̄sos de qualquier delas otras animalias. E por ende los q̄sos anejos delas cabras son muy sin cumo 7 sin sabor. E aprieta mucho el viētre enxugando el estomago. E los q̄sos delas ouejas muy anejos aquiē los come assados enxugan la boca del estomago 7 aprietã mucho el vientre mayormente sy los comiesse en el comienço dela otra vianda. 7 avn escallienta el estomago: 7 avn menos enojosos son quesos de las ouejas que son hechos dela leche de snãte cada que los otros. E generalmente dezimos que ningund hombre no deue mucho vsar de comer ningund queso por ninguna manera: nin de ninguna vianda destas que se hazen dela leche. La en qualquier manera que lo hombre coma. El luengo viso d̄llo es muy dañoso ala salud delos cuer

pos de los hombres: y haze auer aq̄  
en los mucho y la piedra y dolores d̄  
las renes y de las yjadas y causa to-  
roçones del vientre. E el su gouier-  
no es muy apesgado y espeso y no bu-  
eno pa la mantenencia del cuerpo.

Otro sy dezimos q̄ generalmente el  
q̄so y todas las otras viandas de le-  
che aquellas son mucho menos ma-  
las que son hechas de leche escogida  
segund las condiciones que dellas  
hauemos ya dichas.

Capitulo. xxvi. muestra conoscer  
las condiciones de la manteca d̄ estas  
animalias.

**L**a manteca destas anima-  
lias es semejable en su na-  
tura y en su cõplexion ala  
grossura de las saluo q̄s  
mas suauē q̄ ella. Onde la mante-  
ca cruda destas animalias emblãde  
çe los pechos y la garganta y ha vir-  
tud de amansar todos los dolores.  
E señaladamente haze muy biē que-  
dar los dolores q̄ han los niños quã-  
do les nascen los dientes si gela hom-  
bre diere a comer y si las vntare con  
ella las enzias. E es cosa prouada.  
E otro sy ha virtud de emblandesçer  
las asperezas: y las durezas de los  
miembros. Onde emblandesçer las  
tripas y el estomago y porende a flo-  
ra el vientre. po es muy mala para  
el estomago desdeñoso. y es vianda  
basosa para la cabeça. y es vianda  
q̄ se enciende mucho ay na y se torna  
en colora en los estomagos coloricos  
y calientes. E la manteca general-  
mente es caliente y humida y es de  
suauē sabor. Pero q̄ la manteca de  
las animalias que son gruesas d̄ su

natura. E muy humidas de su cõple-  
xion es muy peoz q̄ la q̄ es de las ani-  
malias que son secas de complexion  
por natura. E porende la manteca d̄  
las ouejas es muy peoz y mas enojo-  
sa mucho. y de las cabras y de las va-  
cas. y la manteca de las cabras es  
menos enojosa de todas las otras y  
mas enxuta. Por razon q̄ segund di-  
ximos en el capitulo de las cabras q̄  
son de muy teca complexion. y la su  
leche es muy limpia y muy quita de  
viscosidad. y de toda mala superflui-  
dad segund q̄ ya diximos en el capi-  
tulo de la leche. E los que grand ga-  
na tienen de comer manteca de uenia  
comer con pan tostado o con obleas  
bien tostadas por amparar al esto-  
mago de la grand blandura es cosa  
que haze muy grand daño al estoma-  
go. E dezimos que generalmēte nin-  
gund hombre no deue mucho vsar de  
comer manteca assy sola por vianda  
E si la hombre come en ayunas cor-  
bonde mucho el estomago y haze p-  
der la gana del comer. y sy la hombre  
come encima d̄ las otras viandas na-  
da sobre ellas. E embargo mucho la  
digestion: y hinche la cabeça de mu-  
chos malos bafos. E las natas son  
en sus condiciones semejables ala  
manteca: Saluo que no tiene tan  
grand virtud de emblandesçer como  
ella. E digos que son mucho mas vis-  
cosas. E porende son muy peozes de  
digestir. y muy mas dañosas en mu-  
cha manera para el estomago que la  
manteca. E no son tan ligeras de di-  
gestir. Ni es la substancia de las tã-  
fotil como la dicha manteca. E en to-  
do son de muy peoz condicion que la  
manteca. Saluo que non se enciend̄  
tan deligero en el estomago calis

ente ni se toman tan ayua en humos colerico. Pero son mas ligeras de se corromper : 7 de se conuertir en corrompimiento.

**Capitulo .xx vij.** muestra conofcer las condiciones de todos los pescados: 7 es el final capitulo de todo el libro.

**T**odos los pescados generalmente son de complexion fria 7 humida en comparacion delas carnes de las otras animalias sobredichas. 7 porende son todos muy dañosos de vsar a los hombres que han fria complexion 7 humida. E otro sy aquellos en cuyo estomago ha grand pujamiento de fleumar de crudos humores E los que han los nieruos blandos 7 flacos. E generalmente todos aquellos que temen dolencias frias 7 dolencias de nieruos assy como son gota fria 7 perlesia : o las otras tales dolencias. Mas los hombres que han grand encendimiento de colera en su complexion mayormente los que sienten grand encendimiento en el estomago: pueden mas vsar syn rece lo de los pescados frescos solamente que los sepan bien escoger en sus condiciones. Segun que aqui diremos E a los hombres de tal complexion es prouehoso al grand uso de los tales pescados buenos frescos porque se les templamuchaconellos el grand encendimiento que sienten en el estomago 7 que han en los otros miembros. Otro sy dezimos que generalmente son de poco gouerno. E engendran en los cuerpos de los hombres poca sangre en copacion de las carnes de las otras animalias sobre dichas. E

deuemos saber que generalmete son malos todos los pescados que crian en aguas que son acercanas de villas 7 que se gouernan de las superfluidades que hechan de las villas en aquellas aguas en que los pescados crian Sy quier sean estas aguas de mar sy quier de rios. si quier de lagunas. sy quier de estanques: mayormente quando echan apodrescer o aguar unos cañamos o algunas otras cosas tales. E esto es assy por razon que todas las animalias cuyo gouerno es poco 7 limpio 7 alongado de toda suziedad no son buenos ni sanos para los cuerpos de los hombres: como quer que auegadas las tales animalias. E los tales pescados son muy gruesos: 7 de buen sabor. Pero de uemos saber que el buen sabor de las viandas es muy mitorosa mandado de las propiedades dellas. ca muchas de las viandas ayunque tengan muy buen sabor. Pero en todo las otras cosas son muy mal condicionadas. Porende no es cosa en que hombre deua mucho vsar. Sy no quando conel se ayuntan las otras buenas condiciones que son menester para hazer prouecho al cuerpo del hombre Porende dezimos que son malos los pescados que se crian 7 se engendran de cieno 7 de vianda lodosa. assy como son las anguillas que son muy mal pescado 7 muy viscoso: ayunque el su sabor es muy bueno. Otro sy dezimos que son muy malos todos los pescados que crian en aguas estantias o que no corren bien rezias 7 desembargadamente. E porende son muy malos todos los pescados de lagunas 7 de estanques. Saluo si esta cerca de la mar o de los rios corrientes

tes que alimpe z refresque el agua  
dellas. z avn con todo esto a menes-  
ter que aya el su hondon arenoso. o  
de peñuelco: o de grijas limpias. no  
de cieno ni de lodo ni de tierra suzia.  
Otrosy por ende son malos los pesca-  
dos de los rios q̄ hã poca agua z co-  
re muy mansa mayormente sy corre  
sobre cieno o sobre tierra no limpia:  
o sy ha en ella muchedumbre de ao. u  
uas suzias o ayũtamiẽto de algũa oi-  
tra podredura o suziedad. dõde los  
pescados de agua dulce son buenos  
quando crian en rios que son alonga-  
dos de poblado cuya agua sea mu-  
cha z limpia z clara z corra muy re-  
zia sobre peñuelcos z sobre arena lin-  
pia z sobre claras grijas. z no sobre  
cieno ni sobre lodo ni aya en ella mu-  
chedumbre de uas ni de otros ma-  
los podrimientos corrompidos. E  
los pescados otrosy que crian en la  
mar o que nascen en ella maguer en  
ella no crien son assaz buenos: z son  
mas encurtos que los pescados de las  
aguas dulces. z son mas tiestos. z ge-  
neralmente son mas duros de diges-  
tir que ellos. z son de mas rezio go-  
uerno por razon que la saladura de  
la mar los enternece mucho los cuer-  
pos dellos z les consume las super-  
fluidades de la substancia. Las qua-  
les no pueden consumir las aguas  
dulces en que crian los otros. Onde  
esto pareçe en sus escamas. La los  
pescados de la mar han comuualmẽ-  
te mas duras las escamas. E muy  
mas rezias las espinas que los de las  
aguas dulces. Otrosy han la carne  
mas dura z mas tiesta z mas encura  
como quier que los pescados de las a-  
guas dulces han muchas mas espi-  
nas que los de la mar. z son les mei-

nesser por natura pa sustener la car-  
ne dellos que es naturalmente floxa  
z muy tierna en comparaciõ de la car-  
ne de los pescados de la mar. Segund  
dicho es. Otrosy dezimos q̄ los pes-  
cados que crian en las aguas que s̄  
descubiertas al sol z al ayze son muy  
mejores que los que crian en aguas  
sombrias o cerradas sobre q̄ no pue-  
de libremente entrar el sol z los viẽ-  
tos eran lombrios de cuestras o de ar-  
boles: o de qualquier otra cosa que  
les haga sombra. z les embarque la  
libertad del ayze z del sol. E mayor-  
mente son buenos los pescados de las  
aguas que corren por logares de bu-  
en ayze z limpio en el qual suelen a-  
menudo andar buenos vientos seña-  
ladamente de çierço z de solano re-  
zio. E quando los vientos son mas  
rezios z andan mas brauamente en  
las aguas tanto los pescados de las  
son mejores. Otrosy dezimos q̄ ge-  
neralmente todos los pescados q̄  
son muy ligeros en su nadar son muy  
mejores que los otros. La el grand  
trabajo del rezio mouimiento z lige-  
ro que hazen carmenar la su vascoly-  
dad. z no dexa en el ayuntar ningun-  
na grand superfluidad. Onde los ta-  
les pescados nunca son muy gruesos  
z son muy tiernos z muy ligeros  
de dige stir z son muy syn vascosidad  
z de buen sabor z no dan hartura cõ  
apelsingamiento enojoso. E por ende  
dezimos que son malos todos los pes-  
cados q̄ estan represados z retenidos  
z encerrados q̄ no pueden libremente  
andar z nadar a su voluntad. La  
la mengua del libre mouimiẽto ayũ-  
ta en ellos muchas supfluidades. E  
gran vascosidad. Onde son muy apa-  
reçados para dar a los cuerpos de los  
f iij.



hombres gouerno muy ligero de poder ser. Etrosy dezimos que los pescados que hã escamas: que son mas sanos que los que las no han. Que los que han escamas: son muy mas tiernos: y mas ligeros de digestir q̄ los pescados cõchudos. Quales son las hostias y las langostas. Etrosy son mas limpios y vascosidad. E de otra mala supfluydad que todos los otros pescados sy quier sean cõchudos si quier no. E los pescados que han las escamas grandes y duras son muy mejores que los otros. E por ède son muy mejores y comer los espinazos de los pescados q̄ los vientres ni las yjadas que comunamente todos los pescados escamudos han mas grandes y mas duras escamas en los espinazos que en las yjadas. Onde los espinazos de estos pescados son muy mas q̄tos de vascosidad y alargados de podrimiento q̄ los vientres dellos. E dezimos que los pescados conchudos son comunalmẽte menos viscosos que los que no han conchas ni escamas quales son los congrios y las vallenag y las lampreas. Onde pareçe q̄ esto es verdad que generalmẽte estos pescados conchudos nunca han manifesta grossura. La qual han muy grãde y muy sobrada todos los mas de los otros pescados que no han cõchas ni escamas. Pero de uemos saber generalmente que todos estos pescados cõchudos como quier que han su sangre muy limpia y muy quita de vascosidad. Pero son mas duros de digestion. y la su dureza es tã sobrada que los no puede digestir. saluo muy sano estomago y muy rezio. Onde se quepan mucho del esto

mago conellos por la su grand dureza y con la quera echan los de sy ante de tiempo ante que los aya cumplidamente digestidos. E con aquesta manera afloran el vientre accidentalmente y ayuda mucho a esta accidental laxacion: que comunamente estos pescados saben a la saladura del agua de la mar. E por ende pone mucha gana de comer. E aquella agudeza de la saladura del agua de la mar aguija el estomago y punça los neruios del. Onde por enojo desta agudeza asse de mouer el estomago: para los echar de sy. E en esta manera alargan el vientre accidentalmente. Onde en esta laxacion no dene ningund hombre cuerdo fiar. La muy nescios son los que de tal laxacion se pagan. E hazese mayormente esta laxacion quando come hombre estos pescados crudos: Assi como suelen los hombres comer las hostias. La estõçe ha en ellos mas manifestamente la sabor del agua de la mar que quando las comẽ los hombres cozidas o adouadas en otra manera. Pero dezimos que estos pescados conchudos sy los bien puede digestir el estomago son de muy gran gouerno: y muy rezio. E generalmẽte dezimos que son muy malos todos los pescados en que ha manifesta vascosidad o limosidad o que han algund olor no bueno: o algun sabor de çieno: o de alguna cosa aborresçible. E son muy malos todos los pescados que se podresçen muy deligero. E son buenos los que hã buena carne no limosa ni viscosa ni molça: mas tierna y tiesta: y que son de buen olor y de buen sabor. E que se no podresçen ni hã sabor ninguno estraño de la su natura

ra. 7 los pescados cuyo color 7 sabor es blanco son mejores q̄nto son mas blancos. 7 los que son bermejos de su natura son mejores q̄nto son mas bermejos. E por ende las truchas 7 los salmones 7 las langostas 7 los camarones son mejores quanto son mas bermejos. Otrosy dezimos q̄ los pescados que no son de muy tierna substancia 7 son duros 7 digerir valen mas quanto son pequeños de cuerpos 7 quanto mas juvenes de edad: ca t̄to son mas tiernos 7 mas ligeros de digerir. 7 no ha en ellos aquella brava dureza que han en los que son viejos 7 grandes. E por ende vemos que es mejor el cauallate que la vallenga. E mas tierno 7 los tobinos que los pollos pequeños 7 juvenes 7 los pescados que segun su natura son tiernos valen mas quanto son mayores 7 cuerpos 7 mas viejos de edad sy alguna otra condiciõn no gelo impide. Pero que ningũn pescado que es mayor de cuerpo de quanto deue son por natura: No es bueno ni quando es muy viejo de edad. Otrosy deuenos saber que todos los pescados que por natura son tiernos se deuen comer frescos luego que del agua en que crian sean sacados que haya muy poca hora despues. Ca deue hombre recelar que por razon dela su ternura se podrescẽa mucho ayra. Sy los hombre detiene de que son fuera del agua muertos: que quanto se mas frescos comẽ tanto son mejores. E los pescados que segun su natura han dura carne deuelos hombre tener ante q̄ los coma dos o tres dias mas o menos segun la medida dela su dureza. quanto cumpla para enternecer que

grandes para el estomago quando la de digerir vianda muy dura: mayormente quando con la dureza se ayunta friura de qualidad 7 de cõplexiõn assy como diximos que es en todos los pescados. E por aquesta razon todo hombre q̄ cuerdo sea se deue guardar desta lid que a penas nõ ca ha buena salida. E quando estos pescados de dura carne son muy gruesos enmiendasse mucho la su dureza 7 vascosidad si son salados 7 son por ende mas tiernos 7 mas secos. 7 saben mejor. E otrosy los pescados que no son de muy tierna substancia ni otrosy muy dura. E son assay de grand cuerpo. Assy como son en callilla congrios eperos 7 perotas 7 salmones pueden se tener frescos ante q̄ los hombre coma vn dia o dos: mayormente en los tiempos de grand frio: quales son los tiempos delas grandes eladas. Pero que los due hombre luego abrir 7 sacarles las tripas 7 echarles sal en los viẽtres. E dezimos que ningund hombre no deue comer ningund pescado de que comiença apodrescer 7 parece en el algun seña de podrimiento en el olor o en mala blandura: o en qualq̄er otra cosa. Ca por fresco o por bueno que sea el pescado siemp̄e teme hombre que se engendrarã del humores corrompidos a podrimiento. quanto mas sy ante que lo hombre coma es ello ya podrido o començado a podrescer. Onde tanto valdrã a hombre comer ponçõña. Otrosy dezimos que todos los pescados de el mundo han su buena sazõ en seña los tiempos del año. Onde todo hombre deue comer cada vno de los pescados en aquel tiempo que hã su sazõ

buens. E desque de sazón salen ningún hombre no las deue comer. E generalmēte la buena sazón de los pescados es quando estan bien gruesos y bien sazónados segund su natura. E quando son lechales. E todos los pescados pierden su sazón q̄ que comiença a entrar en celo y se hincē de huebos y comiençan a enmagrescer. y pierden entonçe todo su buen sabor y gana sabor mucho enxuto y no suauē ni deleytoso como ante han uian. E deuenos aqui saber q̄ puede hombre dar arte y sciencia çierta para conoscer en general las buenas condiciones y las malas de los pescados. Mas en particular no se puede dar çierto conosçimiento de las condiciones de cada vno de los pescados. La esto es cosa en q̄ ha muy grand diuersidad segund la diuersidad natural de las naçiones y de las aguas y de los ayres de cada vno de ellos. La los pescados que tienen en vna tierra por buenos tienen en otra por muy malos. E por ende en esto deuenos creer ala costumbre de las gentes de la tierra y de la naçion donde son los pescados. E buenos comunalmente creer y tener lo que nos ende dixeren los vezinos y moradores de aquellos lugares que saben dello la verdad. y han prouado por vso y por costumbre de los pescados: quales son buenos y quales son malos en los lugares do ellos moran. E otra arte mas çierta no se puede de esto dar. La en esto en cada tierra ha su costumbre. La qual deue tener y creer los que nueva mēte vienen ala tierra. E dezimos que los pescados salados no son frios nin tan humidos nin tan viscosos como los

si estos que la sal enmiēda mucho la viscosidad y la sobrada humidad de los pescados que son muy gruesos: y muy grādes de cuerpos. y los pescados que son muy duros entorneçen mucho con la sal. y los pescados q̄ son muy gruesos y han pequeños cuerpos son buenos de comer sal presos de pocos dias salados. ca la mucha sal en luengo i po no la puede soffrir bien los pequeños pescados. ca los deca mucho. y cōsume la substācia de ellos: y de de adelante valē ellos muy poco. y los pescados q̄ son de mediana grādez ni muy grādes ni muy pequeños y son gruesos suffrē medianamēte la sal. y de los pescados de río ninguno no suffre tā bien la sal como las anguillas q̄ la han mucho menester. E son muy gruesas mas q̄ ningún pescado de río y son muy viscosas. y deuenos aqui saber q̄ ningún pescado salado no vale nada si lo no salgā luego fresco. ca si lo salgan de q̄ comēça a podrescer siēpre sera muy malo y muy dañoso para la salud de los cuerpos de los hombres q̄ la sal q̄ entōçe les hecā no puede emendar al podrimiento q̄ en ellos ay q̄ siēpre ende no q̄den enconados. y los pescados salados o salpresos puede hōbre mas sy n daño vsar en los tpos de grā frio. y no en los tpos de grā calentura y sequedad. ca entonçe dañoso seria el vsar de los tales pescados sy no a quien lo hiziesse por fisica cōtra alguna enfermedad. Pero q̄ se deue hōbre guardar en todo tpo de vsar mucho los pescados y viadas saladas: ca q̄ man mucho la sangre. y no cumple a q̄n cuerdamēte q̄ere guardar su salud y de los pescados q̄ son cōplidamēte salados q̄ son muy gruesos assy como

son la ballena y la tuya puede hō  
bre mas sin daño comer que la gran  
grossura d'itos pescados no conuen  
te ser d'senfrenada la secura dela sal  
y d'zimos q' los pescados cozidos sō  
mejores y mas ligeros de digestir q'  
en ninguna otra mañra adouados ma  
yormēte ly en la agua en q' los cuezē  
hā vn poco de vinagre o de vino blan  
co. ca esto quita mucho la valcosy/  
dad d'los pescados y no son tan vni  
dos como q'ndo son cozidos en la lo  
la agua simple. y los pescados assa  
dos son menos unidos y menos fri  
os q' los cozidos. po q' deue hombre  
guardar q' los no echē al assar ningū  
azeyte ni grossura de suso. ca si gelo  
echan cierran se le los poros. y non  
puede d'ellos salir la valcosydad q' en  
ellos esta encerrada y los pescados  
fritos son mas duros d' digestir q' los  
cozidos ni los assados. otrosi sō mas  
vicolos por razō q' con el olio en q' se  
frīē cierran se le los poros y no puede  
d'ellos salir la su valcosydad. y seña la  
d'adēte dezimos q' los pescados de  
grandes cuerpos no se deuen comer  
ly no cozidos. ca en ninguna otra ma  
nera se pueden adouar q' en ellos no q'  
de gran crueza porq' los no puede co  
plidamente trasparar la calētura d'  
tuego q'ndo los essan o los frīē. y los  
pescados pequeños q' an e sca mas va  
len poco. q'ndo los comen cozidos. y  
son mejores d' comer fritos q' en otra  
mañra q' q'ndo se cuezen en agua to  
dos se d'ssazē y pierden su sabor y no  
valen nada zesso mismo acaesce a los  
pescados q' son unidos y d' tierna sub  
stancia assī como son las bogas y las  
conchasca valen poco q'ndo las co  
men cozidas. y son mejores d' comer  
lritas o assadas. y los pescados q' sō

cozidos enpanados sō mejores q' en  
otra manera. Pero son malos porq'  
no puede d'ellos salir sus malos bafos  
y otra p' ninguna tiene saluo q' se con  
serua mejor pa leuar camino. Pero  
el q' haze enpanados d' pescados due  
les poner algūas especies en las en  
panadas pimienta y gengibre y can  
ela. E todo hombre se deue guardar  
d' comer el pan d' las enpanadas. Lo  
vno por la agudeza d' las species y lo  
otro por la grand valcosidad y vni  
dad q' se en ello d'tiene d' los pescados  
onde este pan es daño a los q' lo v'san  
comer. otrosi d'zimos q' los pescados  
salados y sal p'sos son mejores d' co  
mer cozidos q' en otra manera.

### Deo gracias:

¶ Aquí comiençan las Reçebras d'  
romero en q' d'clara las grandes vru  
des q' tiene: y otras reçebras muy  
marauillosas.

**M**uy marauillosa reçepta  
d' las vrueds d' el romero en  
espeçial d' la flor d' el q' se a  
d' fazer azeyte con el q' o  
braras y curaras infinitas passiones  
de enfermedades y p'meramente es  
te cōtra mucho el coraçō y da sofor  
leza a los miembros enflaq'cidos y cu  
ra a los q' tiemblan la cabeça; y las  
manos y q'ta las manzillas d' la cara  
y cōserua a la p'sona q' se vntare el ro  
stro en yuuentud: y si pusiere vna go  
ta en los ojos a los q' touieren telas  
en ellos o manzilla o lagrima q' empa  
che la vista todo lo d'ssaze y sana y pō  
lo por tres vezes. Otrosy a puecha  
mucho a aq'llos o aq'llas q' touieren  
en los miembros algun mal y se vnta

ren con este azeyte seran sanos. Otrosy aprouechan a todos los dolores de frialdad o de humoz descendientes coyunturas. Otrosy aprouechan a los pacientes dela passion de colica z aprouechan a las enfermedades delas mugeres de rasiumento o la madre. Otrosy aprouechan a qualquier enfermos de postemas.

#### Otra recebta.

**Q**ste es el secreto muy maravilloso de como se ha de sacar el azeyte de la flor del romero se pas que maestre Arnao de villa noua estando en Bauilonia estaua ende vn moro muy grande filosofo z maestro en medecina z era muy grande estrologo. z rogole muy abincadamente que le enseñasse a hazer el olio de la flor del romero z el moro le dixo pues se he enseñado las virtudes del romero. Plazeme de te enseñar a hazer el azeyte de la flor del. z dixo el moro al christiano: Amigo sabe que vna delas mas excellentes virtudes que el romero tiene es en flor que se haze assy como miel a manera de balsamo z es muy grand secreto en medecina: z la manera del dicho olio es como se ha de hazer es esta.

**Q**uia la flor del romero q sea limpia y pura z metela en vna redoma de vidrio z hinchela muy bien dela flor en manera que no aya allí otra cosa: saluo que ella sea pura: z se abien atapada con cera gomada por manera que no pueda salir ningund licor del vapor si no que se abe en cerrada z atapada con la cera. z

assí preparada la redoma sea puesta en arena fasta la meytad z dexela estar al sol z al sereno por treynta dias despues quitala de allí z abzela z colareys lo que dentro hallardes en manera que dela flor no caya cosa alguna: con vn paño delgado de lino limpio z sea bien espremido que non quede cosa alguna de olio en la flor z ello sea puesto en vna redoma de vidrio z cierrala muy bien como de antes estaua z sea puesta al sol z al sereno por cinquenta dias z fazer se ha espeso como miel z despues el dicho olio sea bien guardado z con este olio vntaras a los pacientes z enfermos en los logares en que sintieren pena z passion. Ansy al dolor de la cabeça como al dolor de todo el cuerpo z leran muy bien reparados en su salud. Ansy mesmo seran muy bien reparados al dolor que esta en el cerebro: z ayn a los paños de los ojos z maculas z lagrima. E ansy mesmo alimpia todas qualesquier mázillas que este en el rostro. E assí mesmo tiene virtud que conserua z guarda en su iouentud: z tambien a las nubes que se hazen en los ojos: z al paño z a la lagrima. E para curar esto Toma ala noche z hecha vna gota de aqueste olio en el ojo que esta z aquesto se haga por tres vezes z luego sera sano z guarido el paciente z queda la vista muy clara z buena: z assy cura todos los males del cuerpo marauillosamente. E sabed que haze prouea del balsamo que sy vna gota deste olio lançares en el agua luego se ira alo fodo jutamente alí como si fuesse balsamo. otrosi dize: q si la flor del romero z las fojas del cañamoydes o secas fueren puestas en vna

caldera llena de agua 7 la pusieren acozer hasta que mengue vn tercio 7 tenga hecha vna estufa de madera o en vn baño artificial: 7 se lauare enel mes dos vezes: 7 lo continuare sepa que beuira sano en los días que dios le prometio 7 syn ninguna enfermedad 7 renouarse ha su carne en iuuentud como la iuuentud del aguila. **E secreto es de fuera dela medicina.**

### **C**otra recepta.

**D**rosy dixo este mozo que la flor del romero echada en la miel: **E** primero sea espumada la miel: **A**ntes que la dicha flor sea hechada. **E** asy que despues sea fecho letuario della ha manera de miel rossada. **E** asy q̄ la persona q̄ lo continuare a comer ala mañana en ayunas y ala noche quando se echare que tenga el estomago breue ordenado de vianda sera guardado de enfermedad encubierta: 7 por consiguiente delas enfermedades que se demuestran 7 hasta que hazen todas operaciones de fina atríaca: o de balsamo: 7 vsar este letuario es cosa muy marauillosa para toda sanidad delas personas.

### **C**otra recepta:

**D**ize maestre Arnaldo de villa noua que el andandoydo por el mundo a buscar las sciencias filosofales q̄ ouo de llegar ala çibdad de Babilonia y dize q̄ ende hallo vn mozo muy grande filosofo 7 era maestro en medicina en la çibdad 7 era muy grande estrologo: que se trabajopora

uer conel conuersacion de mucha amistança 7 esto fazia por sacar el mozo algunos secretos filosofales 7 estando asy en su amistança dixole con grand diligencia rogandole que por bondad le q̄liesse dezir 7 enseñar las virtudes que el romero hauia 7 ha q̄ enfermedades aprouechaua: 7 esto mesmo que lo enseñasse a sacar el olio dela flor: 7 para que enfermedades aprouechaua. **E** el mozo le respõdio que vno delos grandes secretos dela medicina quel tenia eran las virtudes del romero 7 de su flor. **L**o qual sopiesse de cierto que jamas a ninguno hauia reuelado nin enseñado tales cosas. **E** mperopues que el le rogaua 7 con muy grand diligencia de saber los muchos 7 grandes secretos encerrados 7 escondidos delas virtudes del romero: queria saber que el con mucho amor gelo queria enseñar 7 declarar: **L**o que nunca hasta oy hauia hecho a criatura ninguna. **E** esto hazia por vn solo dios en vnidad. **Q**ue todas las cosascrio para seruidumbre delos hombres 7 dixole el sobredicho mozo que vna delas mas excellentes cosas delas virtudes que el romero en sy ha: es que la su flor sy fuere puesta enel mosto quando sale delas vbas 7 heruierre conella. **E** sy por ventura no heruierre mosto: sea hechada en buen vino puro oliente tinto 7 hierna hasta que mengue el tercio: **E** tome el vino con la flor 7 beua dello hasta que sienta en si su salud. **E** ay nassy misuo sana 7 cura todas las enfermedades del dolor del estomago q̄ viene por partes de frialdad: o por pujamiento de color: o de mucha fleuma: 7 sana todo gomito: 7 ay n

sana a todos los que han dolor en la yjada que es de frialdad. o de conigelamiento de piedra 7 purga el estomago 7 sana a los que tienen colica passio: E la cura es en vn el tante. E ha se de beuer en ayunas. En qualquier tiempo segund acaesciere el accidente. E mas aprouecha a los que pierden el comer. E el olor de aquel vino conforta el cerebro 7 alegrá todos los sentidos del cuerpo 7 sy tiempo fuere que el mosto hallares haz lo beruir con la flor 7 bmedie el tercio. E para todas estas passiones suso dichas 7 enfermedades beua dello assy como te he dicho del vino 7 luego sera curado 7 sano de qualquier enfermedad de frialdad. o de qualquier humor corriente 7 fortifica todos los miembros del cuerpo 7 conserua 7 conforta propriamente la substancia del cuerpo: 7 haze sostener la iuuentud 7 quien vltare a beuer aqueste mosto: o el vino nunca sera corrompido su cuerpo de postemacion. E sy lauare su rostro con el vino o con el mosto renouara su rostro en iuuentud. 7 sy lauare la boca con ello nunca le olera mal 7 conseruarle ha la dentadura: assy dientes como muelas: 7 las enziás le seran guardadas 7 curadas. E mas guaresce las fistolas 7 otras qualesquier plagas. E si alguno estouiere enfermo de luengo tiempo 7 estouiere flaco tome del pan 7 tuestelo al fuego 7 metalo en el vino o mosto 7 vselo acomer 7 darle ha alegría en el coraçon 7 esfuerço en todo el cuerpo 7 en todos los miembros dibilitados y aqueste vino sea aguado con agua de lluvia cocha con la flor del romero 7 continuandolo a beuer guaresce a

los tificos: E este secreto me decíonal es prouado ciertamente. E mas aprouecha este vino a los que han fiebres cotidianas 7 tercianas y quartana. E vale a otras muchas passiones: 7 aprouecha mucho a los que tienen puço de vientre: y mas deste vino maravilloso que no se puede fazer fina atríaca sin ello y aprouecha contra las viandas venenosas 7 contra todo venino 7 ponçoña: y mucho aprouecha a los que tiembia las manos y la cabeça. y aprouecha mucho a las passiones de las mugeres humidas de complexion y adoua la madre: y aprouecha mucho para concebir y este vino aprouecha mucho a los gotosos beuiendolo y lauandose con ello los lugares donde touiere la gota. E si las hojas tomare y coziere con mosto blanco 7 se lauare la cabeça conseruarle ha q no se caygan los cabellos 7 hazer te ha hermoso rostro. Otro sy toma la flor del romero 7 hazla beruir en agua hasta que megue la meytad del agua 7 beue vlla que ha donde te sentieres embargado 7 lleno el estomago de malos humores. Sepas que quanto mal touieres en el cuerpo de todo seras sano 7 conseruado.

#### ¶ Otra recebta.



Otro sy toma la hoja del romero 7 hazla beruir en vino blanco que sea noble 7 lauare la cara 7 las sienes y sepas que nunca te envejeceras ni se te arrugaran las arrugas del rostro 7 quitar se han las manzillas del rostro 7 rugas.



#### ¶ Otra recebta:

¶ Ma el asil del romero 7 q malo hasta que se haga

carbones 7 muelelos 7 haz los pol-  
uos 7 pólos en vn paño delgado nue-  
uo 7 frega los dientes con ello 7 tor-  
nar se han blancos 7 nunca cayra en  
ellos guzano: ni niguijon que come  
los dientes. E si los ouiere en los di-  
entes. cahersehan 7 non cayra can-  
cer en la boca: ni enfermedad en ella  
7 los dientes 7 muelas seran firmes  
7 sanos.

**Contra recebta.**

**Q**rosy toma la flor del  
romero 7 sacala 7 mue-  
lela bien 7 ponla en vn  
pañol limpio delgado  
lino 7 atalo al lado o braço diestro.  
7 andaras muy alegre. 7 sano 7 non  
ayras miedo del enemigo malino.

**Contra recebta.**

**Q**rosy toma la flor del ro-  
mero 7 con pan de cente-  
no comela anti en ayunas  
7 todas las enfermedades  
de tu cuerpo seran sanas. assi de mu-  
ger como de ombre. 7 si la vsares a  
comer nunca seras enfermo. ni la mu-  
ger sera enferma de la madre.

**Contra recebta.**

**D**ira estar syempre sano:  
vsate bañar con el agua  
del romero que sea bien co-  
lorada 7 bañate todo el  
cuerpo 7 suda dentro en el baño 7 assi  
lo vsaras tres vezes en el mes: o dos  
al menos 7 syempre seras sano: 7 se-  
ras renouado como el aguila.

**Contra recebta.**

**Q**rosy vsaras sahumar tu  
camara o palacio con el ro-  
mero sepas que fuyran las  
culebras 7 salamanquesas  
7 todas malas cosas que está a la hu-  
midad 7 haze sana la casa.

**Contra recebta.**

**Q**ma la corteza del rome-  
ro 7 ponla sobre el boza-  
jo 7 atauiate bien la ca-  
beça 7 rescibe bien el hu-  
mo por las narizes quando estouie-  
res aromadizado 7 luego purga  
7 rag la cabeça. 7 seras sano.

**Contra recebta.**

**D**ira el vino que no sea a-  
zedo ni aya mal sabor to-  
ma la flor del romero pon  
la dentro en la tinaja 7 cõ-  
serualo: 7 esto sea qndo se trassiega.

**Contra recebta.**

**S**y que puestas la flor del  
romero entre la ropa nũ-  
ca polilla la comera ni se  
gastara.

**Contra recebta.**

**S**y alguna psona se tollie-  
re que sea de frialdad: o  
por sudor que le de ayre  
tome las hojas del rome-  
ro 7 pongalas en el agua fasta q men-  
gue el tercio 7 haganle baño con ella  
7 sude con el 7 guarde bien el sudor 7  
vselo por algũos dias 7 sera guarido.

**Contra recebta.**

**T**ichas vtudes ay en el ro-  
mero 7 en su flor que aquí

non te las digo. Mas creed señor que si a los niños bañaren con el agua bien cocha sepas que seran criados muy limpios y sin farna: ni algunos otros accidentes que vienen por parte de mal regimiento de las madres y de la mala ordenança en que los crían por desordenada leche.

**R**eceta real para purgar la fleuma, y colera y otros humores.

**R**ey real receta para purgar la fleuma y la colera y los otros humores sobre pujantes de que hazen en fermedad al cuerpo humano y el dia que purgare: coma de buena gallina que sea aguisada sin especias. Saluo sy fuere canela y açafra en la salsa: y la canela sea hecha en el caldo con las sopas.

**T**oma hermodatiles mondados de dentro y de fuera y media onça de turbit mondado de dentro y de fuera. Y ten vna onça de dragant: y medio adarme de almastiga de peso de diez granos de trigo y de agengibre blanco peso de veynte granos y trigo de açucar blanco peso de siete adarmes. Todo sea molido y çernido y sea todo mezclado en vno: y toma deste poluo. peso de vna blanca. y ponla en vn poco de vino blanco y asy lo tomaras ala ora de los maytines y no duermas sobrello.

**R**eceta para sanar los porros o quebrados.

**T**oma las hojas del Romero y pon la massa de las a escalentar y asy emplastro hecho ponlo en la quebradura. Por nueue dias luego seras sano y suelda la quebradura. Para esto mismo toma los pelos de la liebre confacionados con la miel. y haz los pildoras y dalos a comer. y sabe que muy ayna consuela. E dixo el dicho moro que sy el dicho romero de su hoja echares en el vino tinto: y sacares agua ardiente que sea fina. Cura toda fleuma: y toda farna. E lauando con ella el cancer curalo. E la fistola maravillosamente.

**R**eceta para sanar las quebraduras.

**T**asy toma peso de vna ochaua de piedra y man y sea bien molida: y toma pelo de vn tomin de limadura de azero: y confaciona lo en vno y dalo a beuer con vna poca de miel al que esta enfermo por espacio de treynta dias: y luego haras en vna plastro para que le pongas en la quebradura en aquesta manera. Toma vna parte de sangre de Drago y otra de almastiga y otra parte de encienso macho y otra parte de pez griega y todo esto sea muy bien molido cada vno sobre sy: y desque sean bien molidos todos aquestos materiales y sean todos muy bien encoorporados en vno. y ay si sean todos ellos hechos pesos y guales tanto de vno como de otro y asy que deues de hazer de todo lo sobredicho emplastro.

to en vna caçuela puesta en el : z haz  
emplasto z ponto en la quebradura  
z sea renouado de diez en diez dias  
hasta treynta dias z sera sano el pa  
ciente.

brado dos vezes cada dia en vn hue  
bo y este quinze dias en la cama que  
no se leuante z sera luego sano.

**T**em pa esta enfermedad  
delos quebrados toma la  
Rayz de vna yerua que se  
llama brusco . z muele la  
bien z çernida z dala a beuer al que

**Deo gracias**



**A**qui se acabo el presente libro llamado **Asacer** : el qual de  
lengua françesa traslado en la nuestra castellana. En fisico  
del rey de Francia llamado maestro **Sil** : z las virtudes  
el romero por **Arnaldo de villa noua**. El q̄l fue  
imprimido corregido y enmédado en la no  
ble z muy grãde y nombrada çibdad  
de **Granada** en casa de **Andres**  
**Burgos** impmidoz. Por  
mãdado del señoz **Juã lo**  
**récio** Acabose a .viij.  
de **otubre** de quẽ  
tos y diez y  
ocho a  
ños.

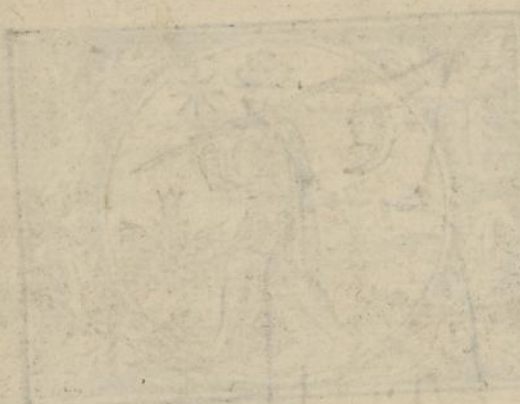


Libro de...  
por el...  
no se...

to...  
...  
...

...

...



...

