

«SENTADOS Á MESA DUN GALAICO-ROMANO: DIETA, ALIMENTACIÓN E HÁBITOS CULINARIOS NA GALICIA ROMANA»

Por Ana M^a SUÁREZ PIÑEIRO^{1*}

Abstract: As part of the daily life, we propose an approach to the food habits of the Roman Galicia. We use the comparison between the local communities and the Roman settlements in order to know the changes in the diet that the Roman people brought about.

Key words: Food, agriculture, fishing, hunting, cattle

I. INTRODUCCIÓN: A ALIMENTACIÓN ROMANA

Tódolos pobos da historia posúen unha cociña particular, vinculada ás súas tradicións, á súa posición xeográfica e ó seu medio natural. No caso de Roma, esta vai experimentar unha profunda evolución dende a austeridade culinaria dos tempos republicanos ó fasto imperial. O estado e o progreso das técnicas (caza, pesca, conservación de alimentos...) tamén van determinando o nivel da alimentación. Ademais, hai que ter en conta as enormes diferencias que se producen por grupos sociais, entre unha dieta cortesá, rica e variada, e a maioritaria da poboación, popular e de subsistencia. A alimentación é, por tanto, tamén un elemento que nos pode servir para segui-lo avance da romanización, como un aspecto máis da cultura romana, clave no desenvolvemento da vida cotiá.

Tradicionalmente, e como ideal, os romanos facían catro comidas ó día (en época clásica desaparecera xa a *vesperna* ou cea a media noite), aínda que polo xeral os textos falan só de tres: *ientaculum* (pola mañá), *prandium* (ó mediodía) e *cena* (pola noite). No período imperial algúns conservaban o costume das tres comidas, pero a maioría tras beber un vaso de auga ó se erguer suprimía unha das dúas primeiras. Nin o *ientaculum* nin o *prandium* eran moi copiosos, senón máis ben rápidos e frugais, comidas frías sen sentar á mesa (*sine mensa*). Ó remata-

^{1*} Investigadora contratada (I3P) do CSIC no Instituto de Estudos Galegos Padre Sarmiento.

la xornada, ceábase, ó termo da hora oitava en inverno e da nona en verán. Unha boa cea compúñase de sete pratos ou *fercula*: os entremeses ou *gustatio*; tres entradas; dous asados; e o prostre ou *secundae mensae*. Unha cea deste tipo era ofrecida por un romano acomodado e celebrábase no *triclinium* (comedor con leitos de tres prazas, ou *triclinia*), onde se recostaban os convidados coma signo de distinción. Sentados só comían os nenos, os escravos, os pailáns... ou os clientes de paso en pousadas e tabernas.

Comíase coas mans e de aí, precisamente, ó recurso ás ablucións, antes e despois de comer e tras cada servizo; ademais, cada convidado dispuña do seu pano de mesa no que podía leva-los restos da comida (*apophoreta*). O eructo na mesa era considerado coma unha cortesía xustificada polos propios filósofos, para quen respecta-la natureza era a proba máis clara de sabedoría (Cic. *Fam.* 9, 22; Martial. 10, 48; Iuv. 3, 107...). Seguindo esta mesma doutrina, Claudio redactou un edicto autorizando a expulsión doutros rúidos gasosos (Suet. *Claud.* 32), práctica que tamén recomendaban os médicos do tempo de Marcial (7, 18; 10, 15; *vid.* Petron. 47).

Polo que respecta á bebida, a cea comezaba cunha primeira libación. Tralos entremeses servíase un viño melado (*mulsum*) e entre os distintos pratos, os *ministratores*, ó tempo que ofrecían panciños quentes, enchían as copas cos viños. Rematada a comida, comezaba a *comissatio*, especie de borracheira protocolaria consistente en bebe-las sucesivas copas dun grolo, seguindo as instrucións do anfitrión (Plin. *nat.* 14, 22).

En canto á alimentación, esta era ampla e variada, en esencia de tipo mediterráneo. Algúns produtos tiveron unha aceptación xeral ó longo de todo o Imperio e tres deles foron considerados a clave da dieta romana, a tríade formada por trigo, vide e oliveira.

A base da dieta ó longo de toda a Antigüidade clásica foron os hidratos de carbono, consumidos en forma de cereais; con eles elaborábanse dúas preparacións básicas: o pan, presente en distintas formas e preparado de diversas maneiras, e o *puls* ou *pulmetum*, un puré a base de fariñas de trigo, millo ou sémolas de trigo, preparado con auga, leite ou mesmo caldo, que constituía unha parte fundamental da alimentación das poboacións agrícolas e urbanas de baixo poder adquisitivo. Os ricos comían trigo e os pobres, polo xeral, tíñanse que contentar coa cebada. Na historia da alimentación, o pan é un alimento das elites e o seu uso en Roma foi tardío (finais do s. III a. C.); co tempo, as distribucións de pan á plebe substituíron ás de trigo na Urbe.

As leguminosas eran tamén parte indispensable da alimentación. Pouco a pouco irán quedando relegadas ás mesas dos máis humildes, caso de fabas ou lentellas.

As hortalizas eran empregadas como base de moitas preparacións e como gornición de diversos pratos; as máis usadas eran: acelga, escarola, leituga, ramos, allo, porro, cogombro, cabaza, cebola... Como no caso das leguminosas, tamén irán limitando o seu consumo ós máis pobres. Pola contra, os cogomelos

(setas, champiñóns e trufas) estaban reservados para as grandes mesas, por seren moi apreciados. As variedades velenosas, ademais, eran usadas en farmacopea.

Respecto ó peixe, este era importante na dieta das poboacións costeiras. Sabemos que os romanos foron grandes degustadores deste alimento, tanto marítimo como fluvial, así como de mariscos e crustáceos baixo multitude de preparacións. As fontes documentan nas mesas ricas: túnidos, morea, linguado e rodaballo; e nas pobres: anchoa, sardiña, carpa, penca ou troita. Na época era tamén moi solicitado o polbo. O marisco é rico en proteínas, sales minerais e algunhas vitaminas, pero carece de hidratos de carbono e lípidos, polo que resulta un alimento incompleto. Por iso era considerado un manjar, un produto limitado ás minorías.

Polo xeral, o consumo de carne era escaso, xa que a cría de animais domésticos era pouco importante e na maioría dos casos empregábanse para os labores de tiro ou para a produción de la. Os romanos preparaban a carne asada, cocida, crúa ou ben embutida.

Dos produtos de procedencia animal, os ovos de diversa orixe estiveron moi presentes na cocíña romana; polo xeral tomábanse como aperitivo, na *gustatio*, e de aí a expresión «ab ovo ad mala» (co sentido «de principio a fin»). Ademais, ovellas, cabras, xunto con vacas, subministraron o leite para a confección de queixo (*caseus*) e manteiga (*butyrum*). Así mesmo, o uso de especias e herbas finas foi considerable —mesmo excesivo segundo os gustos da cocíña actual—.

A froita era un alimento moi solicitado como complemento dietético que se consumía en abundancia tanto fresca como seca, acompañando as comidas.

Por outra banda, e de forma xeral, as graxas de orixe animal precederon na dieta ós aceites vexetais, mais na cultura romana tanto a produción como o comercio do aceite de oliva —reflectedos nos milleiros de ánforas oliveiras rexistradas— tiveron un enorme desenvolvemento e testemuñan a relevancia deste produto. O mesmo ocorre co viño. A vide chegou a Europa procedente de Oriente medio. Os romanos elaboraron os seus propios caldos, pero tamén importaron outros moitos do Mediterráneo occidental e foron en parte responsables da extensión da súa produción.

A Antigüidade non coñeceu o azucre. Sen embargo, a cocíña romana era doce, recorrendo basicamente como único edulcorante ó mel. Diluído en diversos líquidos (auga —hidromel—, leite ou viño), este constituía tamén un ingrediente básico de preparados medicinais ou reconstituíntes.

Boa parte, pois, da alimentación común dun romano medio incluíría elementos de procedencia vexetal (cereais, froitos secos, landras, vexetais verdes ou tubérculos), xunto con proteínas animais. A dieta contiña lípidos, presentes nas graxas animais, no leite, no aceite e nas olivas; proteínas, nos ovos e no leite, pese ó baixo consumo de carne —agás nas clases ricas—. As vitaminas tamén están presentes: A, nos legumes verdes, froita fresca, graxas animais; B1, nos cereais; C, nos legumes verdes e nalgunhas froitas verdes ácidas; D, no peixe e nos ovos.

Diversas fontes falan da riqueza e variedade da cociña romana²; entre outras Catón, Varrón ou Columela, aínda que a mellor, sen dúbida ningunha, é Apicio co *De re coquinaria*. Pola súa banda, Marcial, no seu libro 12 dos *Epigramas*, enxalza a excelencia e variedade da gastronomía do seu tempo: peixe, crustáceos e mariscos do Mediterráneo; carne e produtos lácteos, queixos, verduras e legumes (coles, lentellas, fabas, leitugas, ravs, nabos, cabazas, melóns e espárragos); aceites; de Hispania, a salmoira coa que sazocaban os ovos; da Galia, a chacinería; de Oriente, especias; de Chíos os figos; de África, limóns e granadas; dos oasis, dátiles; de Damasco, cirolas. O mesmo autor (10, 37), vai salientar tamén os mariscos do «Océano Galaico».

Basten só estas liñas como rápida aproximación a algunhas características e costumes culinarios propios dunha cociña ideal da Roma imperial. Certamente, non é esta a cociña que vamos atopar ó longo do Imperio pero si nos pode servir como referencia. Para aproximarnos ó mundo da alimentación da cultura galaico-romana debemos ten en conta as fontes arqueolóxicas: en primeiro termo os datos, escasos pero fundamentais, que achegan a arqueobotánica e arqueozooloxía; por outra banda, algúns elementos domésticos, como a vaixela, a través dos que podemos coñecer diversos aspectos do proceso de elaboración e de consumo dos alimentos (ánforas, morteiros, olas...). O noso obxectivo é coñecer que nos poderíamos atopar de sentar á mesa hai uns dous mil anos na Galicia romana.

Para comprende-las achegas, novidades ou cambios que supón a chegada dos romanos ó noroeste peninsular neste ámbito temos que partir do coñecemento da situación preexistente. En primeiro termo, debemos pois ver como era a dieta fundamental das comunidades galaicas.

II. PRECEDENTES: A ALIMENTACIÓN CASTREXA

Os datos cos que contamos para coñece-los hábitos alimentarios para as comunidades prehistóricas comezan a ser máis abundantes na Idade do Ferro³.

Dieta vexetal

A explotación dos recursos vexetais baséase na agricultura de cereais e leguminosas, completando esta actividade coa recollida de landras (RAMIL, 1993). Os resultados obtidos a partir do estudo dos castros galaicos confirman a importancia dunha economía de base cerealeira, primordialmente trigo (*Triticum*);

² Vid. ó respecto ó traballo de SALZA PRINA (1993), p. 235 ss., onde mesmo se poden descubrir noventa receitas de cociña.

³ Seguimos aquí os traballos de VÁZQUEZ; URGORRI; TRONCOSO (1993); RAMIL (1993); RODRÍGUEZ; FERNÁNDEZ (1996); FERNÁNDEZ; RAMIL; RODRÍGUEZ (1998); e RODRÍGUEZ LÓPEZ (2001).

os outros cereais: millo (*Panicum miliaceum* L.), cebada (*Hordeum vulgare* L.) e centeo (*Secale cereale* L.) posuían menor relevancia. Mantense e mesmo se incrementa a actividade recolectora de landras de *Quercus*. Estas últimas aparecen na maioría dos asentamentos. En boa parte dos casos, os restos carecen de cúpula e o glande foi desprovisto manualmente das súas cubertas externas; esta operación, laboriosa, indicaría o seu emprego para a alimentación humana e non para a do gando. As landras, unha vez secas e peladas, pódense almacenar ou moer para obter unha masa de fariña usada para facer tortas.

Dieta cárnica

Durante moito tempo considerouse que a caza fora unha actividade corrente practicada entre as comunidades castrexas. Sen embargo, os estudos practicados nos últimos vinte anos modifican bastante esta imaxe ante a escaseza de restos correspondentes a especies salvaxes.

Para os poboados litorais non dispoñemos de evidencias de especies silvestres con importancia alimenticia. Aínda que se teñen recollido hastas de cérvidos, baixo a forma de útiles, en depósitos castrexos, iso non ten necesariamente que indica-la caza dos animais, senón, máis ben, a recollida de hastas de desmogue. Nos asentamentos do interior, máis vinculados coa agricultura e cos recursos forestais, a situación tampouco é moi diferente, xa que os restos son moi escasos e esporádicos.

Respecto á cabana gandeira prerromana, esta componse dos tres grupos máis característicos: bovinos (*Bos taurus*), suídos (*Sus domesticus*) e ovicaprinos (*Ovis aries* y *Capra hircus*). Aquí apréciáanse variacións segundo a área xeográfica, posto que na costa predomina o gando ovicaprino (habitualmente máis do 50%), principalmente *Ovis*; a continuación sitúase o bovino e, por último, presentando valores moi baixos, están os suídos. Pola contra, nas terras do interior, domina o gando bovino, seguido polo ovicaprino, namentres o porcino segue a ser moi pouco representativo (polo xeral, en toda a rexión non acostuma superar porcentaxes do 20%).

Tamén se constatan diferencias ó longo do litoral. Nos depósitos analizados da costa atlántica os ovicápridos presentan un maior índice de representatividade, entre o 50-55%; a continuación aparece o gando vacún co 30-35% —se ben debido á súa biomasa sería a especie con maior aporte cárnico—; por último, sitúase o gando porcino cun 10-15%. Para a costa cantábrica dispónse de menos información, limitada ós castros de ocupación tardía en fase xa romanizada; aquí a principal diferenza estriba no predominio dos bóvidos (superando normalmente a metade dos restos) fronte a ovicápridos e suídos (RODRÍGUEZ FERNÁNDEZ, 1996: 368-369).

En canto ás idades de sacrificio dos exemplares domésticos identificados, estas apuntan un aproveitamento máximo das especies; no caso dos animais que no ofrecen produtos secundarios (por exemplo, leite ou la), como os suídos, o

sacrificio demórase ata o momento no que o aporte cárnico resulta máis rendible (entre ano e medio e dous anos de idade).

Productos do mar

Na época prerromana parece que o nivel das augas se atoparía probablemente un par de metros por debaixo do actual e que as augas presentarían unha temperatura lixeiramente superior. A análise da fauna mariña recuperada indica este posible descenso térmico das augas, reflectido basicamente no sector cantábrico. En determinados castros da costa lucense (Fazouro, Nois, Punta do Castro e A Devesa) confírmase a presenza de *Thais haemastoma* e *Crassostrea angulata*, especies que na actualidade non existen nas costas galegas.

Por entón, o consumo de produtos mariños no Noroeste limitábase ás poboacións costeiras. Alí este tipo de alimentos desenvolvería un papel significativo na dieta e a súa recollida iría destinada a cubri-las necesidades de subsistencia do grupo, xa que se constata, con claridade, o marisqueo intensivo no medio máis inmediato das especies de maior carácter comestible, polo seu tamaño e calidade. A partir do estudio do material de varios depósitos castreños (Cabo de Cruz, A Lanzada, Baroña, Remedios, Santa Tegra, A Suvidá, Facho de Donón, Cíes, Queiruga, A Peneda, Montealegre, Neixón e Vigo) constátase que nos castros máis batidos polo mar dominan as mostras de lapas, mexillóns e percebes, xunto con caracois mariños en menor medida; pola contra, nos do interior das rías abundan os bivalvos como ostras, berberechos ou ameixas (VÁZQUEZ; URGORRI; TRONCOSO, 1993: 110).

Rodríguez López e Fernández Rodríguez analizan a área de captación de recursos e a profundidade da que proceden as especies. Nos castros litorais (Cantodorxo, Cabo de Cruz, Neixón, Baroña e Queiruga), os estudos indican unha área de explotación próxima ó depósito (cun radio menor a un Km); nos depósitos sublitorais estudados (Cíes, Montealegre e Borneiro), a área de captación chega a 1,5-3 Km. Respecto á profundidade da que proceden as especies, en época prerromana a captura en augas profundas é excepcional (RODRÍGUEZ; FERNÁNDEZ, 1996).

A análise das mostras obtidas nas campañas de escavación realizadas entre 1991 e 1994 no concheiro do castro do Achadizo (Cabo de Cruz-Boiro, A Coruña), pertencente ós séculos II-I a. C., proporcionou un importante material ictiolóxico con 390 pezas óseas (FERRÉ; REY; VÁZQUEZ, 1996). Recoñécense catorce especies: *Salmo salar*, *Conger conger*, *Merluccius merluccius*, *Pollachius pollachius*, *Trisopterus luscus*, *Trachurus trachurus*, *Sparus aurata*, *Dentex dentex*, *Pagellus acarne*, *Pagellus bogaraveo*, *Pagrus pagrus*, *Labrus bergylta*, *Symphodus melops* e unha especie indeterminada de *Serranidae*. Pola súa representación hai que salienta-los Espáridos, con cinco especies, e en particular a *S. aurata*—dourada—. Os resultados indican unha abundante e variada ictiofauna; a representación de certas especies como faneca, dourada, ollomol e maragota

constátase en tódolos niveis. A escasa presenza de restos vertebrais de dourada fronte ós doutras partes do corpo, permite ós investigadores avanza-la hipótese dunha posible manipulación de carácter conserveiro no lugar de captura.

III. A ALIMENTACIÓN NA GALICIA ROMANA

Dieta vexetal

Os romanos entendían a agricultura e, sobre todo, a fertilidade do solo dun xeito totalmente diferente ó das comunidades prerromanas. Estas últimas buscaban o descanso da terra para a recuperación da súa fertilidade. Pola contra, para os agrónomos romanos era preciso remove-la terra co arado, aireala, para poñela axiña a producir. Este cambio supuxo o inicio dunha importante transformación da paisaxe agraria en Galicia, que se ben carrexou certa deforestación, esta veuse compensada parcialmente pola extensión do castaño⁴. O emprego xeneralizado do ferro e dun instrumental especializado permitiu traballar amplas superficies e produciu unha notable mellora no sistema productivo.

Os restos vexetais que foron recuperados e estudados corresponden de maneira maioritaria a plantas cultivadas (cereais, leguminosas, etc), aínda que tamén é relevante a presenza de especies silvestres, entre as que sobresaen as landras de *Quercus*. Entre os cereais identificados predominan os diversos trigos. A continuación, as cebadas (*Hordeum vulgare* L.), predominando as de gran cuberto fronte ás de gran espido. Pola contra, constátase a escasa presenza de millo, identificado maioritariamente co *Panicum milaceum* e, en menor medida, co tipo *Setaria italica*. As avenas (*Avena sativa* L.) aparecen nun gran número de depósitos, aínda que adoitan presentar unha proporción menor có resto das gramíneas cultivadas. As leguminosas foron tamén en aumento progresivamente, alternando cos cereais que se beneficiaban así do seu rico contido en nitroxenados. A combinación dos dous garantía o consumo dos aminoácidos esenciais na dieta. Entre as leguminosas sobresaen as fabas (*Vicia faba*); tamén atopamos chícharos (*Pisum sativum*). Polo de agora non hai constancia do cultivo nin de lentellas (*Lens culinaris*), a pesar de que estas aparecen en poboados anteriores, nin de garavanzos (*Cicer arietinum*).

Nun gran número de asentamentos do norte de Portugal e de Galicia (Viladonga, Petón do Castro, Castro de Corredoiras), recóllese o cultivo de verzas (*Brassica/Sinapis*), que probablemente se aproveitarían en verde como ensalada e tamén como forraxe para o gando.

⁴ Unha das especies máis comúns da vexetación subatlántica na súa etapa tardía foi o *Castanea*; constátase a presenza do pole desta especie en cantidades elevadas en Galicia a partir do 2500 BP, aínda que se observa unha maior representación nun momento posterior que ben podería coincidir coa romanización. Non hai que esquecer aquí a utilidade alimentaria do castaño. AIRA; UZQUIANO (1996), p. 22.

A froita máis común, cunha aclimatación tardía que se podería seguir pola toponimia, podería incluír: mazá, pera, figo, pavías, abelás, cirola, cereixa, etc.

En canto ó problemático cultivo da vide e da oliveira hai que indicar que o número de sementes recuperadas é reducido, menos dunha ducia, e limitado á rexión Minhota. Estrabón (3, 3, 7) fala da escaseza do viño na rexión e do seu consumo rápido nos festíns familiares, así como da ausencia de vide e oliveira no norte peninsular a causa do frío (Str. 3, 4, 16). De acordo con estas fontes textuais e, sobre todo, cos datos arqueolóxicos (ánforas de viño), o consumo de viño no ámbito castrexo en época prerromana debeu de ser escaso e apreciado e parece moi probable que a introducción do cultivo da vide no Noroeste tivese lugar en época romana (SUÁREZ PIÑEIRO, no prelo). A arqueoloxía é a principal fonte pero, polo de agora, non ofrece datos rotundos. A manifestación máis evidente da produción de viño son os lagares, pero estes presentan importantes inconvenientes para a súa datación e a dificultade engadida de distinguilos das estruturas propias da fabricación de aceite pola súa similitude (BAS 1984: 203). En calquera caso, algúns achados illados parecen estar relacionados con lagares⁵ e ademais poderíamos incluír outros tipos, dubidosos, a partir de pías escavadas na rocha⁶.

Outra fonte de traballo, sen dúbida ningunha excepcional, constitúena os restos cerámicos; neste caso os estudos de ánforas de J. L. Naveiro facilitan o labor rastrexando a orixe das producións⁷. Por outra parte, algunhas representacións artísticas e certas dedicatorias epigráficas poden axudar a confirmala presenza deste produto⁸. Por último, a documentación altomedieval aporta bastantes topónimos que revelan unha importante implantación do cultivo de viñedos (RODRÍGUEZ COLMENERO, 1977: 191-3; 371).

Polo tanto, mentres resulta claro o consumo de viño, aínda son limitados os indicios, sobre todo das comarcas do sueste da actual Galicia, que apuntan a súa produción no Noroeste peninsular en tempos romanos.

⁵ O tipo predominante de lagar corresponde ó denominado 'de viga'. As instalacións máis completas, e que por iso dalgún xeito serven de modelo, foron atopadas no norte de Portugal, en Fonte do Milho, Vila Real. RUSSELL CORTEZ (1951), pp. 71-72; 78-83. Na comarca de Valdeorras temos noticia do achado dun posible lagar nas Viñas da Santa, cerca de Fonteí, referido por FERNÁNDEZ PÉREZ (1993), p. 13 ss., pero como noutras ocasións xorden aquí evidentes dúbidas sobre a cronoloxía da instalación.

⁶ Estas instalacións deben ser estudias con moita precaución, xa que ante a falta de referencias contextuais poden ser interpretadas de modo moi diverso. Aquí podemos tomar en consideración as pías, que aparecen ben illadas ou en conxuntos, comunicándose ás veces por medio de canles. Aínda que son poucos os casos, todos pertencen ó convento bracaraugustano, concentrándose en zonas como a ribeira do Douro e a maioría atópanse en castros romanizados ou nas súas proximidades (como é o caso de Medeiros, cerca de Verín). TABOADA CHIVITE (1944), pp. 287-88; TABOADA CHIVITE (1953), p. 67. Vid. outras referencias a posibles pías como lagares, en especial no norte de Portugal, en NAVEIRO LÓPEZ (1991), p. 107, n. 108. Sobre esta técnica vid. BROCHADO DE ALMEIDA et al. (1999).

⁷ O traballo de referencia neste terreo é a obra de NAVEIRO LÓPEZ (1991). Nun primeiro momento as ánforas de viño proceden da Campania e da Tarraconense e da Bética. En épocas máis tardías dominan as importacións dos viños orientais, en ánforas palestianas.

Dieta cárnica

Os datos procedentes de asentamentos romanizados (*villae*, campamentos, factorías ou cidades) rexistran de maneira constante a presenza de restos de especies silvestres, aínda que os seus valores seguen a ser moi limitados, sen supera-lo 10% do total. A caza inclúe especies diversas: cérvidos (cervo —destacado no campamento de Cidadela⁹— e corzo), suídos (xabariil) e lagomorfos (lebre e coello). Dada pois a escaseza de restos pódese pensar que a caza se asociaría, máis ben, a unha práctica de prestixio, propia das elites¹⁰.

Polo que respecta á cabana gandeira, o proceso romanizador non implica un cambio nos asentamentos castrexos. Os ovicápridos continúan a prevalecer no litoral atlántico e o gando bovino nos depósitos do interior e da costa cantábrica; namentres, os suídos manteñen os valores menores.

A partir do estudio dos restos rexistrados no castro costeiro do Achadizo (Cabo de Cruz-Boiro, A Coruña), Fernández Rodríguez (FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, 2001) indica que o proceso romanizador non alterou a cabana gandeira da zona. Neste caso dominan as mostras de ovicaprinos domésticos ó longo de toda a secuencia de ocupación (prerromana e romana), con valores que fluctúan entre o 50 e o 60%; mentres, bovinos e suídos presentan índices parellos, entre o 15 e o 25% do total, se ben se constata certo predomínio dos restos de vacún. Neste depósito a caza parece non ter relevancia.

Os asentamentos que xorden a partir da romanización presentan una ordenación bastante homoxénea nos seus rexistros faunísticos, pero diferente ó xa indicado. Aquí o predomínio case absoluto corresponde ó gando vacún, con valores que ás veces superan o 60% do total de restos. A continuación sitúanse os suídos, que de modo excepcional e en mostras numéricas moi pouco representativas, chegan a ocupa-la primeira posición (A Franxa e Casa Martelo, na Coruña; Igrexíña, Cangas do Morrazo). No último lugar aparecen os ovicápridos. Este cambio pode indicar novos gustos alimenticios coincidindo coa chegada de grupos de poboación que introducen os seus propios hábitos.

A idade de sacrificio dos animais parece manterse, pero xorden xa grupos de idade distintos, entre os que cabe salienta-los suídos infantís (leitóns) que presentan claramente ósos con marcas de carnicería. Este sacrificio de inmaturos habería que vinculalo coa existencia dunha clase social economicamente poderosa que puidese pagar exemplares aínda non rendibles.

⁹ Os restos analizados no campamento de Cidadela (correspondentes ás campañas de 1983, 1989, 1990, 1991 y 1992) confirman o predomínio de *Bos taurus* (como no resto de campamentos europeos, polo seu aporte cárnico, así como pola súa utilidade no transporte ou para elaborar peles); aínda que os animais domésticos son maioría, a presenza de cervos é significativa. FERNÁNDEZ, CAAMAÑO (1996).

¹⁰ A esta conclusión chega FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ (1992) a partir do estudio dos restos recollidos, non moi abundantes pero si uniformes, nos depósitos costeiros de Santa Tegra e Reinante, no interior de Viladonga e no campamento de Cidadela.

En canto ás aves de curral constátanse restos de galo doméstico (Santa Tegra), especie xa documentada no Castro de Vigo. Non temos referencias que testemuñen a súa presenza nunha fase anterior en Galicia; galináceas (*Gallus gallus*) aparecen tamén no Achadizo e en Lugo (galiña e ganso —*Anser anser*).

Os restos estudiados en tres depósitos da cidade de Lugo (San Domingos, Armañá, Batalla)¹¹ confirman resultados similares. Agás unha pequena parte, procedente da caza de animais salvases (xabaril, cervo, corzo, lebre e coello), o resto procede de animais domésticos, entre os que sobresa o gando vacún. Entre os demais animais domésticos consumidos atopamos ovella, cabra, porco, galiña e ganso. Aquí obsérvase unha diferenza de tratamento entre o gando vacún, por un lado, e o ovicáprido e o porcino, por outro. Os restos destes últimos indican que foron sacrificados moitos animais infantís e xuvenís; pola contra, o vacún presenta maioritariamente animais adultos, o que parece sinalar que tiña tamén outras aplicacións, ademais do subministro de carne, como a obtención de leite ou o aproveitamento da forza de traballo.

Productos mariños

Coa romanización, entre outras transformacións, produciuse un cambio progresivo no poboamento que tamén repercutiu na costa, onde algúns castros medraron e outros se abandonaron. Asemade xurdiron novos tipos de asentamentos vinculados ó mar, como *villae a mare*, factorías de salgadura...

Os restos malacolóxicos máis habituais inclúen lapas, mexillóns, bígamos, ameixas e ostras, reflectindo o litoral costeiro inmediato. Respecto ás técnicas de marisqueo empregadas, estas deberon ser a man ou con aixadas e rastros a pé nas baixamares moi vivas, ou ben dende pequenas embarcacións próximas á beiramar

Nesta etapa prodúcense cambios no sistema de explotación dos recursos mariños: moderado aumento da área de captación dos mariscos, así como do marisqueo de especies de fondo, o que supón unha intensificación da explotación co perfeccionamento técnico que iso implica. Xorde ademais un novo modelo de explotación baseado no aproveitamento intensivo dun reducido número de especies —sobre todo ostra—. Prodúcese deste xeito un cambio claro na alimentación das poboacións non costeiras, que por vez primeira na historia poden aproveitarse dun consumo regular de produtos mariños (RODRÍGUEZ LÓPEZ, C., 2001: 27-45), xa que mentres unha parte da produción se destina ó consumo inmediato da comunidade, outra podía desviarse para o abastecemento dos centros do interior. Ademais, a aparición de produtos de conserva en salgadura amplía considerablemente estas posibilidades.

¹¹ ALTUNA; MARIEZKURRENA (1996), pp. 55-106. Similares conclusións parecen desprenderse do estudo das coleccións de fondos osteolóxicos do Museo Provincial de Lugo (Batitales, Alameda e Porta de Santiago). FERNÁNDEZ; RAMIL (1995-96).

Por outra banda, a importancia dos produtos mariños pode quedar reflectida en diversas manifestacións artísticas, como son os testemuños musivarios: Cigarrosa e Parada de Outeiro, en Ourense, e a Piscina de Santamaría (lousado da Praza Catedralicia) e o Mosaico de Batitales en Lugo (neste último aparecen anguías, rodaballos, lampreas, estrelas de mar e moluscos bivalvos); ou as pinturas do *balneum* de Cambre (A Coruña).

Respecto ós castros litorais de maior desenvolvemento (Punta dos Prados, Remedios, A Suvidá, Donón, A Peneda, Vigo e Santa Tegra), en época romana estes amplían a área de captación dos recursos mariños a 1,5-3 Km, agás os da costa lucense que parecen ter unha zona menor (RODRÍGUEZ; FERNÁNDEZ, 1996: 370). Do mesmo xeito obsérvase que o interese por certas especies de substrato areoso como *Venerupis decussata* (ameixa fina), *Cerastoderma edule* (berberecho) e *Solen marginatus* (longueirón) está directamente vinculado con este aumento da área de captación.

Tamén só dende época romana medran os índices de profundidade á que son cativadas as especies, aínda que estes seguen a ser limitados. Os depósitos con maiores mostras destas especies están situados na Mariña lucense (superando ás veces o 40% da porcentaxe). Os mariscos teñen unha presenza destacada (caso da *Crassostrea angulata*), igual que en Lucus, o que fai considera-la posibilidade de ter practicado unha captura especializada de determinadas especies dende estes poboados tardíos (II-V). Parece pois claro o feito de que respecto á profundidade se produce un aumento en toda a costa en paralelo á mellora das técnicas de pesca e marisqueo durante a romanización.

A análise de restos óseos de peces procedentes de catro depósitos castreños e galaico-romanos (O Achadizo, A lanzada, Facho de Donón e Santa Tegra) dan como resultado o predominio das seguintes especies: maragota (*Labrus bergylta*), maioritaria; seguida por faneca (*Trisopterus luscus*), pargo (*Pagrus pagrus*) e aligote (*Pagellus acarne*) (VÁZQUEZ; REY; CAMINO, 1993: 97).

A partir dos estudos realizados sobre os moluscos mariños recollidos na cidade de Lugo (VÁZQUEZ VARELA, J. M., 1996) podemos coñecer o consumo de produtos mariños no interior da Galicia romana, dentro dun ámbito de consumo urbano. En Lugo, ante a ausencia total de restos de peixe, son relativamente abundantes os malacolóxicos. En concreto, Vázquez Varela analiza os moluscos rexistrados en diferentes sectores da cidade nas escavacións arqueolóxicas de 1986, 1990 e 1991. A mostra é significativa por diversas razóns: pola cantidade de pezas recollidas, polo feito de que estas aparezan en diversos puntos de Lucus Augusti (Batalla, A Raíña, Rúa Nova e Praza de San Domingos), así como pola dilatada cronoloxía que abranguen (case catro séculos). Entre as especies alí recuperadas rexístranse cinco moluscos, dous gasterópodos e tres bivalvos. Tres delas non se atopan hoxe vivas en augas galegas (*Crassostrea angulata*, *Astraea rugosa*, *Thais haemastoma*); por iso, Vázquez Varela propón a posibilidade de que entre o mundo romano e o século XVIII, cando Cornide cita

estas especies, houbera un arrefriamento das augas costeiras do Noroeste que produciría a súa desaparición.

Os moluscos consumidos en Lugo poden proceder da costa norte ou do litoral occidental, a unha distancia mínima de 65 km. Parece que o transporte sería máis doado polo oeste, empregando a *Vía XX per loca maritima*, que unía a capital do *conventus* con Flaviium Brigantium. Deste xeito, os moluscos poderían proceder das rías da Coruña, Betanzos ou Ares. O consumo deste tipo de alimentos no interior, nun ambiente urbano, indica ademais a demanda dun grupo reducido da poboación que pode facer rendible a explotación de recursos mariños así como o seu transporte e comercio. Esta idea vén reforzada polo feito de que as mostras aparecen en zonas prestixiosas da cidade.

En canto á forma de consumir estes produtos, é moi probable que as ostras se tomasen en cru, vivas ou mortas; tampouco sería raro que se condimentasen con algunha salsa de sabor forte. No caso dos gasterópodos pódese pensar nunha coidadosa cocción para extraelos logo da cuncha mediante algún tipo de gancho, alfinete ou pequeno garfo.

Por outra banda, fronte á maior ou menor continuidade doutras actividades vinculadas ó aproveitamento do mar, ou a súa intensificación, xorde unha innovación rotunda: a aparición de instalacións para a conserva de peixe mediante a técnica da **salgadura**. É dicir, incorpórase por vez primeira unha industria de transformación de produtos mariños á economía galaico-romana (SUÁREZ PIÑEIRO, 2003).

Entre os romanos, a salgadura de peixe chegou a constituír unha industria moi desenvolvida. O peixe era destripado e cortado en anacos, para ser colocado en grandes cubas de morteiro, onde era mesturado con sal. Trala súa maceración gardábase en ánforas que se almacenaban para a súa comercialización. Tradicionalmente a explotación de salgadura de peixe en Hispania circunscíbíase ás costas andaluza, marroquí e lusitana, así como á rexión levantina e insular da provincia tarraconense. Non obstante, as investigacións dos últimos anos permiten agrandar este cadro a novos territorios; inclúense xa a franxa cantábrica: factoría na Praza do Marqués, Xixón (FERNÁNDEZ OCHOA, 1994), a Armórica francesa (baía de Douarnenez), ou o litoral galego, que continúa deste xeito as producións do norte portugués¹². Por suposto, as explotacións do norte peninsular non presentan a mesma intensidade nin as mesmas dimensións doutras rexións máis destacadas. Pero son igualmente significativas porque, en moitos casos, a súa produción parece ser excedentaria, implicando saídas comerciais de maior ou menor alcance. A maioría das explotacións de salgadura descubertas na costa galega buscan lugares abrigados, acomodándose nas rías, en

¹² No norte portugués, as factorías máis setentrionais de Angueiras e Lama marcan a transición coas costas galegas. DA VEIGA FERREIRA (1966-67).

áreas que contan con auga doce en abundancia, necesaria para o lavado do peixe, e sal¹³.

De sur a norte, estas son as factorías de salgadura rexistradas ata o momento: O Fiunchal (Alcabre, Vigo), O Cocho/Punta Borralleiro (Alcabre-Vigo), A Igrexiña (Cangas do Morrazo), Bueu, Adro Vello (O Grove) e Vilagarcía de Arousa, na provincia de Pontevedra; Espasante (Ortigueira) e Bares (Mañón) na da Coruña; e Area (Viveiro) na de Lugo.

O consumo de peixe que facían estas factorías era moi importante. Tódalas especies eran susceptibles de ser tratadas, pero se preferían sobre todo os esturións e os atúns de diversas especies (escómbridos). Os escasos restos faunísticos que deixan estas instalacións, debido ó aproveitamento exhaustivo que se practica ás pezas, dificulta a investigación. De feito contamos con moi poucos estudos ictiolóxicos; pero, en calquera caso, estes revelan a presenza de especies de talle menor así como mostras doutras maiores. Se esta tendencia se confirmase poderíamos asistir a unha significativa variación nas capturas; da pesca litoral, típica das comunidades castrexas, á de altura, gracias ós cambios que propicia a romanización do litoral. Nos traballos realizados en Adro Vello, a partir dos restos escamo-osteolóxicos recuperados, entre as especies piscícolas recoñécense sardiñas e xurelos (CARRO OTERO, 1991: 95).

IV. A COCIÑA

Pouco sabemos con detalle das propias cocinas, espazos moi pouco coñecidos na arqueoloxía hispánica; polo xeral, estas consistirían en fogares delimitados e pavimentados con tégulas. Pola contra, máis información temos sobre os *instrumenta domestica*, algúns dos elementos cos que se preparan, elaboran e, finalmente, se serven os alimentos.

Xa mencionámo-la importancia dos cereais na dieta; ademais do pan con fariña elaborábanse tortiñas semellantes ás filloas e pratos de repostería. Normalmente, a moenda facíase na casa, como unha actividade en esencia doméstica, polo que é habitual atopar muíños nas intervencións arqueolóxicas. Utilizábanse pequenos muíños de granito —duns 40 cm de diámetro—, compostos por dúas pezas: unha fixa, cónica, a *meta*; e outra móbil, cunha perforación circular no centro para botallo gran, o *catillus*. Con carácter excepcional, aparecen nas cidades muíños maiores tirados por animais, para unha produción de tipo industrial —as *molae asinariae*—. Estas pezas estaban cubertas por unha armadura de madeira

¹³ O sal non só era apto e necesario para o consumo humano de forma directa, como aditivo culinario, senón que tamén se aplicou na conservación de alimentos, como carne, derivados lácteos e peixe. En Galicia, os depósitos salinos máis destacados sitúanse na ría de Arousa e, sobre todo, sobresaen as salinas descubertas na cidade de Vigo.

(situada no *catillus* ou parte superior), á que se enganchaba o animal mediante unha cadea e un collar. En Lugo, na Praza Maior, apareceu unha gran meta, de case un metro de diámetro. Tamén se coñece para o Baixo Imperio o emprego de muíños de auga para face-lo pan, pero non sabemos en que medida esta práctica se estendeu aquí.

Outro elemento de presenza obrigada nos depósitos é a cerámica. Un aspecto que ás veces se esquece ó falar da cerámica é precisamente a súa utilidade. Moitos estudos analizan tipoloxías, decoracións, orixes... pero a penas atenden ó uso das pezas. En recipientes cerámicos os alimentos almacénanse e transportáanse, sobre todo en ánforas e *dolia*; cocíñanse de diversas maneiras, en olas, tixolas...; e sérvense, nas moi variadas formas de vaixela de mesa (pratos, fontes...). Xerras, copas ou vasos completan o enxoval para serve-las bebidas. Na Galicia romana conviven varios tipos de cerámica: a de tradición indíxena, a común romana e a de importación (*sigillata*, de paredes finas...), con usos, formas e decoracións diferentes.

As comunidades indíxenas servíanse da súa cerámica tradicional para usos domésticos, sobre todo das pezas máis simples, aínda que contaban con outras máis finas e elaboradas. Dominan as formas de perfil pechado con abundancia de olas de variado tamaño, e en menor medida, de vasos. A influencia romana fará que progresivamente vaian adoptando novos tipos formais, como xerras e pratos, e aplicando novidosas técnicas decorativas.

A cerámica común (de mesa e de cociña) suporá o emprego dun novo enxoval; abandonárase practicamente a olería doméstica para ir asumindo a produción dos circuitos comerciais, cunha técnica máis rápida e eficaz. Coñecemos ben este tipo de cerámica gracias ós estudos de Alcorta Irastorza para o caso de Lucus Augusti (ALCORTA IRASTORZA, 2001).

Polo seu volume destacan as pezas de almacenaxe e transporte, ánforas e *dolia*; estes dous tipos caracterízanse polo grosor das súas paredes. As ánforas aparecen por todo o litoral, pero tamén se rexistran no interior. Os *dolia* son vasillas para conservar alimentos, contendo nas cociñas e adegas viño, gran, fariña...

As pezas de cociña tiñan que ser resistentes e adoitaban estar feitas dun material refractario á calor. Cada recipiente indica un xeito peculiar de preparación dos alimentos, ben coa calor húmida (en olas) ou ben coa calor seca (en tixolas). As olas son moi abundantes e de moi diversos tipos, con tapa de cerámica ou madeira; empregábanse para cocer todo tipo de alimentos en auga (carne, peixe, hortalizas, legumes...). O seu fondo plano favorecía o contacto coa calor para unha cocción rápida ou colgándoas con cadeas sobre o fogar permitían unha preparación máis lenta. Estas pezas tiñan bocas moi amplas para manipular con facilidade os ingredientes. En canto ás tixolas, estas presentan tamén a boca moi aberta e pouco fondo, con dúas asas nos extremos opostos (tamén había tixolas de metal, pero non aparece ningunha aquí, agás mangos soltos en Lugo).

Os morteiros, empregados para mesturar e amasar, masas e salsas, son abundantes; poderíamos engadir outras pezas como funís, coadores,

escorredoiros... Cántaros para auga, xerras de diverso tamaño ou pequenas cuncas a modo de copas completaban o enxoval doméstico básico.

A cerámica máis apreciada era a fina importada de mesa. A chamada *sigillata* caracterízase por pezas de gran calidade, en cor vermella. Primeiro chegan pezas de Italia, para a partir de principios do s. I d. C. notarse xa a presenza de produtos gálicos e posteriormente da *sigillata hispana* (dos obradoiros do val do Ebro e Andújar). Trátase de vaixelas de mesa de pouco peso e volume reducido, facilmente transportables, como pratos, cuncas, xerras, copas, botellas, etc.

As cerámicas de paredes finas son recipientes distinguidos pola delgadeza das súas paredes —entre 0,5-5 mm—, indicados para beber. Entre estes *vasa potoria* atopamos: gobeletes, copas, cuncas... A comercialización destas pezas parece estar vinculada, alomenos nun principio, co mercado do viño. A súa introducción no seo da sociedade castrexa crearía toda unha serie de tensións ó tratarse de aspectos que afectan directamente ós comportamentos relacionados co servizo de mesa e á alimentación do grupo. Unha vez que a súa función foi asimilada, apareceron toda unha serie de imitacións en cerámica de tradición castrexa, como é o caso dos vasos piriformes. Aínda que estas cerámicas finas non tiveron aquí a mesma implantación que outros produtos de importación, o conxunto das pezas abrangue un período que vai dende a segunda metade do II a. C. con formas de tradición itálica, ata o século II d. C. cando parece perdurar algunha forma do obradoiro de Melgar de Tera, Zamora (RODRÍGUEZ GONZÁLEZ; PERALTA BEJARANO, 1990-91). Por outra banda, este tipo de pezas acadará niveis de elevada perfección técnica como no caso da chamada cerámica de casca de ovo, pola extremada finura das súas paredes —menos de 5 mm—.

Asemade, os obradoiros indíxenas imitaban as formas que viñan do exterior e creaban outras propias. É o caso da cerámica bracarense, de pasta moi fina, cun baño vermello. Emparentada con este tipo parece estar a cerámica recollida en Aquis Querquennis, de pastas claras, fina e de gran calidade técnica, con decoración pintada a base de triángulos reticulados (GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, 1991).

Coñecemos tamén o uso de vasillas de madeira (Str. 3, 3, 7 para os cántabros), que cabe pensar serían de emprego habitual aínda, que non conservemos exemplos das mesmas (BALIL, 1981).

V. CONSIDERACIÓN FINAL

A información paleontolóxica (arqueobotánica e zooarqueolóxica), aportada polo estudio de mostras de poboados indíxenas do Ferro e de asentamentos romanos ou romanizados, resulta fundamental para coñecer as características da alimentación da poboación galaica e para seguir a súa evolución. En primeiro termo, hai que sinalar que non se aprecia unha ruptura brusca entrámbalas dúas fases culturais, pero si algúns cambios significativos.

Dentro dos compoñentes da dieta vexetal, os restos botánicos amosan continuidade. A maior parte deles corresponde a plantas cultivadas (cereais e leguminosas), xunto cunha importante presenza de vexetais silvestres, entre os que hai que salienta-las landras que confirman a importancia da recolección.

Así pois, a romanización parece ter desenvolvido un importante papel na progresiva transformación da estrutura agropecuaria e no incremento da produtividade do territorio, sen provocar cambios radicais no réxime alimenticio das poboacións locais. Aínda que o rexistro arqueobotánico segue negando a presenza de cultivos tradicionais romanos, como a oliveira, e fai moi dubidoso e limitado o cultivo da vide.

Respecto á dieta cárnica, dentro da gandería aprécianse algunhas modificacións no ámbito romanizado respecto ó castrexo. Predominan os bóvidos, o que implica maior aporte cárnico; a continuación aparece o gando porcino (adquirindo os súdos maior importancia entre as comunidades de maior relevancia e consumíndose xa animais novos); e, por último, resulta moi escasa a presenza de ovicaprinos, o que contrasta co réxime alimenticio das comunidades galaicas anteriores. Ademais aparecen novidades coa inclusión na dieta de aves, galos e galiñas ou mesmo gansos. Respecto á caza, no mundo castrexo recóllense mostras moi reducidas de cervo, que ademais non parecen integra-la dieta, mentres na etapa romana se rexistra unha presenza máis numerosa de especies silvestres: cervo, xabaril, corzo, lebre ou coello.

Polo que respecta ós produtos do mar, dase unha intensificación do seu aproveitamento e sobre todo, unha extensión do consumo, que chega xa con claridade a zonas do interior do territorio. Ademais, a incorporación da técnica de salgadura permite contar con peixe en conserva para unha produción importante e moi demandada.

Polo tanto, a dieta enriquecese con aves de curral, salgaduras de peixe, mentres se incrementa e se estende a presenza de froitos do mar. Tamén se observa unha demanda máis esixente por parte de grupos elitistas de produtos de maior valor como mariscos —ostras en particular—, leitóns, pezas de caza...

Por último, a menaxe de cocíña, basicamnete as pezas cerámicas, indican unha importante evolución nos *instrumenta domestica*, con novas formas e funcións, empregados na preparación, elaboración e consumo dos alimentos, ó tempo que as comunidades galaicas van asimilando os novos gustos culinarios e modas que impoñen os romanos.

BIBLIOGRAFÍA

- AIRA RODRÍGUEZ, M. J.; UZQUIANO, P. (1996): «Análisis polínico e identificación de carbones en necrópolis gallegas de época romana», *Lucus Augusti. I El amanecer de una ciudad*. A Coruña, pp. 47-53.
- ALCORTA IRASTORZA, E. J. (2001): *Lucus Augusti II. Cerámica común romana de cocina y mesa hallada en las excavaciones de la ciudad*, Lugo.
- ALTUNA, J.-MARIEZKURRENA, M (1996): «Estudio arqueológico de los restos óseos hallados en las excavaciones romanas de Lugo», *Lucus Augusti I. El amanecer de una ciudad*. A Coruña, pp. 55-106.
- BALIL, A. (1981): «Sobre el uso de vasijas de madera en el mundo romano», *Gallaecia*, 6, pp. 257-258.
- BALIL, A.(1983): «Observaciones sobre la estela de Iulius Severianus (IRG 1, 17)», *BMPL*, 1, pp. 179-183.
- BAS, B. (1984): «Os muíños de aceite en Galicia: estudo preliminar», *Gallaecia*, 7/8, pp. 201-224.
- BROCHADO DE ALMEIDA, C. A.; VIANA ANTUNES, J. M.; BAËRE DE FARIA, P. F. (1999): «Lagares cavados na rocha: uma reminiscência do pasado na tradição da técnica vinícola no vale do Douro», *Revista Portuguesa de Arqueologia*, 2/2, 1999, pp. 97-103.
- CARROTERO, X. (1991): «Adro Vello (San Vicenzo do Grove, Pontevedra)», *Arqueoloxía. Informes 2. Campaña 1988*, pp. 93-99.
- DA VEIGA FERREIRA, O. (1966-67): «Algumas considerações sobre as fábricas de conservas de peixe da Antiguidade encontradas em Portugal», *Arquivo de Beja*, 23-24, pp. 123-134.
- FERNÁNDEZ OCHOA, C. (1994): *Una industria de salazones de época romana en la Plaza del Marqués*, Gijón.
- FERNÁNDEZ PÉREZ, J. (1993): «Un lagar de época romana en Fontei», *Cuadernos do Instituto de Estudos Valdeorreses*, 9, pp. 13-19.
- FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, C. (1993): «Análisis de restos óseos de macromamíferos asociados a niveles romanos de yacimientos arqueológicos de Galicia: algunas consideraciones económicas», *Galicia: da romanidade á xermanización*, Santiago de Compostela, pp. 119-135.
- FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, C. (2001): «La alimentación cárnica en el castro costero de O Achadizo (Cabo de Cruz, Boiro, A Coruña)», *Gallaecia*, 20, pp. 165-192.
- FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, C.; RAMIL REGO, P. (1995-96): «Catálogo y revisión crítica de las colecciones faunísticas del Museo Provincial de Lugo», *Boletín do Museo Provincial de Lugo*, 7/1, pp. 189-218.
- FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, C.; RAMIL REGO, P.; RODRÍGUEZ LÓPEZ, C. (1998): «La dieta alimenticia desde la Prehistoria a la Edad Media en el noroeste ibérico», *V e VI Semanas Galegas de Historia, Morte e sociedade no noroeste peninsular. Un percorrido pola Galicia cotiá*, Santiago de Compostela, pp. 277-312.
- FERNÁNDEZ, C.; CAAMAÑO, J. M. (1996): «El campamento romano de Cidadela (A Coruña, Galicia): Análisis del registro faunístico», *Munibe*, 48, pp. 93-104.
- FERRÉ, M. C.; REY, J. M.; CONCHEIRO, A.; VÁZQUEZ VARELA, J. M. (1996): «Contribución al conocimiento ictiológico del castro de 'O Achadizo' (Cabo de Cruz, Coruña, Galicia)»,

- Biogeografía Pleistocena-Holocena de la Península Ibérica*, Santiago de Compostela, pp. 291-294.
- GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, E. (1991): «Aquis Querquernnis: aportación ó estudio dos vasos globulares pintados con decoración triangular», *Larouco*, 1, pp. 23-31
- NAVEIRO LÓPEZ, J. L. (1991): *El comercio antiguo en el NW peninsular*, A Coruña.
- RAMIL, P. (1993): «Paleoethnobotánica de yacimientos arqueológicos holocenos de Galicia (N.O. Cantábrico)», *Munibe*, 45, pp. 165-174.
- RODRÍGUEZ COLMENERO, A. (1977): *Galicia meridional romana*, Bilbao.
- RODRÍGUEZ COLMENERO, A. (1987): *Aquae Flaviae*, Chaves.
- RODRÍGUEZ GONZÁLEZ, X.; PERALTA BEJARANO, I. (1990-91): «A propósito de la cerámica de paredes finas y la romanización de Galicia», *Boletín Auriense*, 20-21, pp. 255-276.
- RODRÍGUEZ LÓPEZ, C. (2001): «La explotación de los recursos marinos en la prehistoria del noroeste peninsular», en *VIII Semana Galega de Historia. Galicia Mare Nostrum: A importancia do mar en Galicia*, Santiago de Compostela, pp. 27-45.
- RODRÍGUEZ LÓPEZ, C.; FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, C. (1996): «Una aproximación al estudio de los yacimientos castreños del litoral galaico: dimensiones ambientales y económicas», en *Biogeografía Pleistocena-Holocena de la Península Ibérica*, Santiago de Compostela, pp. 363-375.
- RUSSELL CORTEZ, F. (1951): «As escavações arqueológicas do castellum da Fonte do Milho», *Anais do Instituto do Vinho do Porto*, 12, pp. 17-88.
- SALZA PRINA RICOTTI, E. (1993): *L'Arte del convito nella Roma antica*, Roma.
- SUÁREZ PIÑEIRO, A. M. (2003): «La explotación del mar en la Galicia romana: el ejemplo de las instalaciones de salazón», *Cuadernos de Estudios Galegos*, 50/116, pp. 9-25.
- SUÁREZ PIÑEIRO, A. M.: «El vino en la antigüedad romana y su introducción en el noroeste peninsular», en *La cultura del vino. Primer Congreso Peninsular*, Santiago de Compostela (no prelo).
- TABOADA CHIVITE, J. (1944): «El castro de Medeiros», *BCMO*, 14, pp. 281-88.
- TABOADA CHIVITE, J. (1953): «Excavaciones en el Castro de Medeiros», *NAH*, 1-3, pp. 61-72.
- VÁZQUEZ VARELA, J. M. (1996): «Del mar al camino, del camino a la mesa: la fauna marina de las excavaciones arqueológicas de 1986, 1990 y 1991 en Lugo», en *Lucus Augusti I. El amanecer de una ciudad*. A Coruña, pp. 107-122.
- VÁZQUEZ VARELA, J. M.; REY SALGADO, J.; CAMINO, M. (1993): «La pesca en el mundo castreño y romano de Galicia», *Galicia: da romanidade á xermanización*, Santiago de Compostela, pp. 91-110.
- VÁZQUEZ, J. M.; URGORRI, V.; TRONCOSO, J. S. (1993): «El marisqueo en la cultura castreña de Galicia», *Galicia: da romanidade á xermanización*, Santiago de Compostela, pp. 101-112.