

Progetto Manuzio



Piero Cantalupo

Un trattatello medioevale salernitano sull'alimentazione: il De flore dietarum



www.liberliber.it

Questo e-book è stato realizzato anche grazie al sostegno di:

E-text

Editoria, Web design, Multimedia

<http://www.e-text.it/>

QUESTO E-BOOK:

TITOLO: Un trattatello medioevale salernitano sull'alimentazione:
il De flore dietarum

AUTORE: Cantalupo, Piero

NOTE:

DIRITTI D'AUTORE: sì

LICENZA: questo testo è distribuito con la licenza
specificata al seguente indirizzo Internet:
<http://www.liberliber.it/biblioteca/licenze/>

TRATTO DA: Un trattatello medioevale salernitano
sull'alimentazione: il De flore dietarum
(la fonte, testo e traduzione, index,
neologismi medioevali, varianti grafiche),
Quaderno di Annali Cilentani n. 2/1992,
Acciaroli (SA), Centro di Promozione
Culturale per il Cilento, 1992

CODICE ISBN: informazione non disponibile

1a EDIZIONE ELETTRONICA DEL: 29 settembre 1998

INDICE DI AFFIDABILITA': 1

0: affidabilità bassa

1: affidabilità media

2: affidabilità buona

3: affidabilità ottima

ALLA EDIZIONE ELETTRONICA HANNO CONTRIBUITO:

Piero Cantalupo

REVISIONE:

Piero Cantalupo

Informazioni sul "progetto Manuzio"

Il "progetto Manuzio" è una iniziativa dell'associazione culturale Liber Liber. Aperto a chiunque voglia collaborare, si pone come scopo la pubblicazione e la diffusione gratuita di opere letterarie in formato elettronico. Ulteriori informazioni sono disponibili sul sito Internet: <http://www.liberliber.it/>

Aiuta anche tu il "progetto Manuzio"

Se questo "libro elettronico" è stato di tuo gradimento, o se condividi le finalità del "progetto Manuzio", invia una donazione a Liber Liber. Il tuo sostegno ci aiuterà a far crescere ulteriormente la nostra biblioteca. Qui le istruzioni: <http://www.liberliber.it/sostieni/>

Piero Cantalupo
**Un trattatello medioevale salernitano
sull'alimentazione: il *De flore dietarum***
La fonte
Testo e traduzione
Index
Neologismi medioevali
Varianti grafiche
Annali Cilentani - *Quaderno 2*
1992

**L'alimentazione nel Cilento:
Il *De flore dietarum* (a cura di Piero Cantalupo)**

Salute e prevenzione: questo è uno degli argomenti dell'attuale dibattito socio-sanitario, che mira a diffondere una "cultura della medicina" in tutti gli strati sociali. L'intervento preventivo si sostanzia anche nella riscoperta e valorizzazione di un'alimentazione tradizionale come la "dieta mediterranea", capace di conservare a lungo salute e benessere. E probabilmente molte delle tradizionali usanze della cucina cilentana derivano dalla "regola sanitaria" della scuola medica fiorita nell'XI secolo a Salerno, allora famoso centro internazionale di studi e prima università medioevale.

Da tale punto di vista, risalta l'importanza della pubblicazione (curata da Piero Cantalupo) di un "nuovo" testo manoscritto di tale scuola, dimenticato per secoli in una biblioteca di Madrid, dal titolo *De flore dietarum*, "Il fiore delle diete". Poche pagine, ma dense di considerazioni e consigli sulla qualità dei cibi, frutto dello studio e del costante richiamo alla pratica tipico dei *magistri salernitani*. Per di più, il trattatello sembra ancorarsi ad una realtà territoriale locale, salernitana, in termini di disponibilità alimentari. Uno scritto quindi di grande valore, sia come memoria storica, sia per i moderni studi di dietologia, di linguistica, di storia locale. Il curatore, Piero Cantalupo, con certissima pazienza si è applicato alla lettura filologica del testo medioevale dandone anche una traduzione accessibile a tutti. L'opera rientra nelle iniziative della rivista "Annali Cilentani" - nella collana dei "Quaderni" - attiva e impegnata nella valorizzazione del territorio salernitano sotto ogni aspetto.

Centro di Promozione Culturale per il Cilento

I – PRAFAZIONE

Il codice madrileno de Villa-Amil n° 119, che va sotto il titolo di *Constantini Africani Opuscula Medica*ⁱ è un testo miscellaneo che raccoglie un trattato e diversi trattatelli di medicina medioevale, fra i quali occupa un posto di preminenza l'opera *Particulares Diète*, in tre libri, introdotta da un *Liber graduum*, che ne costituisce il prologo e che nell'intenzione di chi originariamente volle unificare due distinti lavori rappresenta il primo dei quattro libri che in definitiva vengono a costituire il trattatoⁱⁱ.

L'opera è nota anche per altri versiⁱⁱⁱ e nel suo complesso va attribuita con certezza a Costantino Africano (1015-1087), l'illustre medico cartaginese venuto a Salerno nel 1077 e monacatosi poi a Montecassino, dove per circa un ininterrotto decennio mise al servizio della medicina la sua erudizione cosmopolita, traducendo testi dal greco e soprattutto dall'arabo, non senza suoi personali contributi alla materia^{iv}.

Degli altri scritti presenti nel nostro codice, è probabile che si colleghino al magistero dell'Africano pure altri cinque trattatelli: *Questio discipuli ad magistrum*, *De singulis morbis interrogatio*, *Liber ponderum*, *De flebothomia*, *De elementis*, ed i pochi rigli della *Ammonicio magistri ad discipulum*, tutti compresi in una decina di fogli^v, ma certamente sono da ritenersi estranei alla sua personale attività scientifica i due ultimi lavori della raccolta, cioè il *De flore dietarum* e la *Practica secundum Trotam*^{vi}.

La *Practica*, su cui torneremo in un prossimo lavoro, non presenta problemi di attribuzione, dato l'espresso nome dell'autrice, Trota o Trotula, secondo la duplice indicazione del nostro codice^{vii}, anch'essa operante nell'XI sec., ma nel campo specifico della medicina femminile, particolarmente l'ostetricia e la cosmesi^{viii}. Il *De flore* invece, che qui di seguito presentiamo in edizione corredata da traduzione, non è opera del Cartaginese e ciò per una serie di considerazioni.

Posto innanzitutto in rilievo che per la stessa posizione occupata all'interno della miscellanea, aperta e conclusa da autori di medicina operanti nell'orbita della Scuola Salernitana, il *De flore* ha un buon motivo per non essere ritenuto estraneo alla sfera di quella medesima cultura medica, va osservato che, a parte la logica retrodatazione degli scritti presenti nel codice, compilato agli inizi XIII secolo^{ix}, il contenuto globale della raccolta riflette la temperie teorico-scientifica della medicina salernitana del XII secolo, allorché l'insegnamento dell'Africano come quello di Trotula cominciarono a fare proselitismo e scuola.

Naturalmente anche il *De flore* per il suo contenuto si allinea sul profilo di quella cultura e di quel secolo. L'opera a prima vista potrebbe sembrare un compendio o, meglio, un maldestro riassunto delle *Particulares diète* dell'Africano, il trattato riportato in testa al nostro codice, considerato che entrambi gli scritti affrontano con gli stessi presupposti teoretici il medesimo tema del rapporto fra gli alimenti e la costituzione del corpo umano; il primo però in forma più sintetica e limitata rispetto a i più ampi contenuti e le più estese argomentazioni del secondo. Ma è proprio da questa differenza che si evince un dato basilare, cioè l'estrema improbabilità che un codice medioevale abbia potuto accogliere un trattato ed insieme un suo estratto^x, e ciò c'induce a ritenere che lo scritto più sintetico sia un'opera diversa e di diversa valenza, e che debba indagarsi come tale.

Indubbiamente la dipendenza del *De flore* dalle *Particulares* resta ed è evidente, ma vi si riscontrano anche palesi contraddizioni, diversità di punti di vista, differenza di apporti, conoscenza di fonti distinte, insomma tali e tante difformità da rendere impossibile l'attribuzione dei due lavori ad uno stesso autore, anche nel caso che, rovesciando il problema, volessimo considerare il *De flore* uno scritto preparatorio alle *Particulares*. L'analisi filologica, anche in direzione di quest'ultima ipotesi, vi si oppone, specie in rapporto alle scelte lessicali^{xi}.

Le divergenze che si riscontrano fra le due opere già nella sistemazione generale della materia^{xii} si accentuano nella trattazione specifica delle voci all'interno dei raggruppamenti, dando luogo a se-

quenze assolutamente discrepanti fra loro. L'esame parallelo poi delle singole voci evidenzia numerose difformità nella loro assegnazione ai gradi di una scala riferita alle qualità naturali degli alimenti^{xiii}.

Marcare però soltanto le differenze fra i due scritti a ben poco servirebbe se non cercassimo nel nostro trattatello, al di là di una manifesta autonomia, lo spirito che lo informa, cioè la sua vera ragione d'essere.

Chi ha composto il *De flore* si muove con estrema sicurezza nella disciplina medica, mostra una buona preparazione nella dietetica, e sulla scia degli scritti specifici dell'Africano e del suo più ampio magistero riplasma dati desunti da fonti a lui precedenti, ivi compresi quelli delle *Particulares*, da cui prende di peso anche molti concetti, ma sostanzialmente si mostra in grado di ristrutturare autonomamente e con competenza non solo alcune voci specifiche del repertorio alimentare^{xiv} ma anche alcuni punti nodali dello scritto^{xv}. L'autore, che per il momento resta anonimo, forse non vi mette di suo se non quanto dettato dall'esperienza personale, ma rivela una discreta capacità di sintesi e di discernimento critico, tale da offrire in rapporto all'epoca un plausibile quadro della materia.

Ma quale è il valore che egli, l'anonimo autore, assegnava ad un'opera che, per quanto valida sul piano scientifico dei suoi tempi, doveva comunque confrontarsi con somme ben più ricche di nozioni e più vaste di contenuti, quale quella dell'Africano, e conservare una sua credibilità?

La strada per comprenderlo ci è indicata dal titolo: "Il fiore delle diete", ossia "Selezione di principi dietetici"; per cui, una volta verificato cosa vi è stato privilegiato e, di conserto, escluso nel campo delle possibilità alimentari dell'uomo medioevale, scopriremo che il trattatello trova la sua motivazione nella volontà di seguire un indirizzo particolare, uno schema specifico, pratico e, in definitiva, di volersi collocare in una precisa dimensione "territoriale".

Posto il raffronto, per ovvie ragioni il più significativo, con il trattato dell'Africano, troviamo innanzitutto che l'Anonimo esclude in blocco il vasto elenco dei semplici, per non aver essi nulla o poca attinenza con l'alimentazione, sfronda il repertorio di cibi e bevande non solo del complesso apparato teoretico che lo illustra, ma elimina anche tutte quelle voci che non hanno un plausibile riscontro in una realtà territoriale che la sua selezione qualifica come pertinente al meridione d'Italia ed ancor più al Salernitano. L'applicazione pratica di una astratta teoria, l'ancoraggio del trattatello ad una realtà concreta, si evidenzia nei riferimenti ad una effettiva e sostanziale disponibilità alimentare locale, dove per ragioni geografiche non può proporsi l'utilizzazione di carni di leone, di cammello o d'orso^{xvi}, pur contemplate nella casistica "universale" dell'Africano. Certamente l'Anonimo esclude anche le carni d'asino, di cavallo, di mulo, perché, salvo in casi d'estrema necessità, erano come tutt'ora restano estranee alla più generale tradizione alimentare dell'area salernitana, là dove più tardi, a partire dal tramonto del XIII secolo, anche la carne di bufalo non troverà comunemente posto sulle mense^{xvii}.

Ragioni ancora evidenti possono giustificare l'esclusione da una trattazione specifica di una serie di prodotti vegetali, quali sesamo, zizzania, papavero, cardo, ghiande, lupini, giuggiole, mirtilli ed altro, visto il loro scarso rapporto con l'alimentazione umana o il loro limitato potere nutritivo, così come il mancato inserimento in repertorio di zucchero, cannamele, cedro, zenzero, cannella e simili si impone là dove la rarità ne fa dei prodotti "esotici" o poco utili nella pratica quotidiana^{xviii}.

Ma meno evidenti motivazioni potrebbero suscitare perplessità quando l'esclusione riguarda frutta ed ortaggi quali pere, fagioli, indivia, albicocche^{xix}, meloni e melanzane^{xx}, giacché si dà per scontato sia un loro comune e talvolta antico o antichissimo uso alimentare, sia la loro ininterrotta presenza sul territorio, attestata almeno in un caso dal relativo toponimo^{xxi}. Allora piuttosto dovremmo chiederci cosa effettivamente conosciamo sull'alimentazione medioevale nel Salernitano, sulla diffusione, distribuzione o recessione areale delle specie vegetali, commestibili o non, ed ammettere che quasi sempre le nostre nozioni muovono da idee preconcepite e procedono in forza di distorsioni

prospettiche, con tendenza cioè a generalizzare indicazioni particolari ed a proiettare su vasta scala fenomeni e fatti di semplice valore locale.

Sono proprio fonti secondarie come il *De flore* che spingono a recuperare le dimensioni di un problema; la loro testimonianza sia diretta che *ex silentio* vale a sollecitare confronti e dubbi costruttivi, a promuovere una riflessione su fenomeni circoscritti e ad eliminare in definitiva qualche pregiudizio deduttivo. Il trattatello s'impone in forza di quell'esperienza personale e locale del suo autore, forse medico, ma sicuramente persona di buona cultura, che cerca tramite un manuale di facile consultazione di dare indicazioni dietetiche a lettori non necessariamente specialisti, ma sicuramente attenti agli aspetti pratici dell'alimentazione. Ed è ciò che ci assicura della validità dell'opera non solo per conoscere forme e tecniche alimentari, ma anche per uno studio della flora, della fauna e della produzione agricola nel Salernitano in pieno Medioevo.

Ma il merito del nostro anonimo non consiste solo nella spinta a riconsiderare posizioni ritenute acquisite, giacché la sua opera suscita attenzione sia per essere gravida di quei contenuti che saranno ripresi e sviluppati più tardi nel *Regimen Sanitatis*, sia per l'apporto lessicale al latino medioevale^{xxii}. Anzi, alla luce di quest'ultimo aspetto, andrebbero indagati ed analizzati tutti gli scritti del codice madrileno, una vera miniera di nozioni e di dati glottologici, che in molti casi possono correggere alcune "perle" dei nostri dizionari etimologici, spesso brancolanti alla ricerca di anelli mancanti, qui invece disposti in bella fila^{xxiii}.

C o n c l u s i o n e

Il *De flore dietarum* non è né opera diretta di Costantino Africano né estratta passivamente dai suoi scritti, l'autore, diverso dal Cartaginese, possiede una cultura autonoma, senz'altro non originale, ma è evidentemente in grado di operare scelte ed esprimere dei personali punti di vista su alcuni aspetti della dietetica, senza lasciarsi eccessivamente condizionare dalla sua maggiore fonte, le *Particulares diete*, di cui segue approssimativamente lo schema ma non l'ordine. Attinge ad opere diverse, a lui anteriori, più complesse ed organicamente sistemate, riduce l'enorme numero delle voci delle summe ad un più facile manuale di consultazione, dandoci un opuscolo apparentemente frammentario ed incompleto, ma con un puntuale riferimento alle pratiche possibilità alimentari del territorio salernitano.

Oggi che il richiamo alle diete è diventato un rilevante fenomeno sociale non tanto per l'aspetto medico quanto per quello estetico, certamente a ricostruire il tracciato evolutivo di questa antica scienza serve anche il nostro inedito trattatello salernitano, che, sfuggito finora alla conoscenza dei più, recupera innanzitutto la nostra attenzione sui cibi "mediterranei". Nella pur notevole letteratura sulla *Schola Salerni* non è stato mai posto adeguatamente l'accento sullo specifico settore della dietetica, passato pressoché sotto silenzio anche dalla più recente ed iconografica pubblicazione su questa scuola^{xxiv}; eppure non si può disconoscere l'apporto salernitano allo studio di una corretta alimentazione come medicina preventiva, già in auge presso i Romani al punto che i medici erano detti per antonomasia *diaetetici* in contrapposizione a *chirurgi*.

Pertanto l'edizione di questo testo valga a promuovere un'idonea e specifica attenzione sull'argomento, da approfondire anche per quelle implicanze caratteriali e psicogene connesse ad un'erronea alimentazione^{xxv}, già rilevate dall'ignoto autore medioevale, che, medico o studioso, per ora, finché altre fonti non ci soccorreranno^{xxvi}, resta l'Anonimo del *Flore dietarum*, testimone e valido rappresentante del sincretismo culturale della Salerno medioevale.

Va detto da ultimo che la nozione fondamentale per la comprensione del trattatello è la solita teoria ippocratico-galenica dei quattro umori che presiedono in armonia alla composizione fisico-caratteriale del corpo umano: sangue, bile gialla, bile nera e flemma, che con le loro eccedenze o

squilibri possono determinare l'insorgere delle malattie. Le sostanze alimentari, sia che valgano a conservare gli equilibri umorali sia a ricomporli, sono distribuiti lungo una scala di valori espressa secondo qualità che oscillano tra caldo e freddo, umido e secco, e secondo un'intensità che procede da un I° ad un IV° grado^{xxvii}.

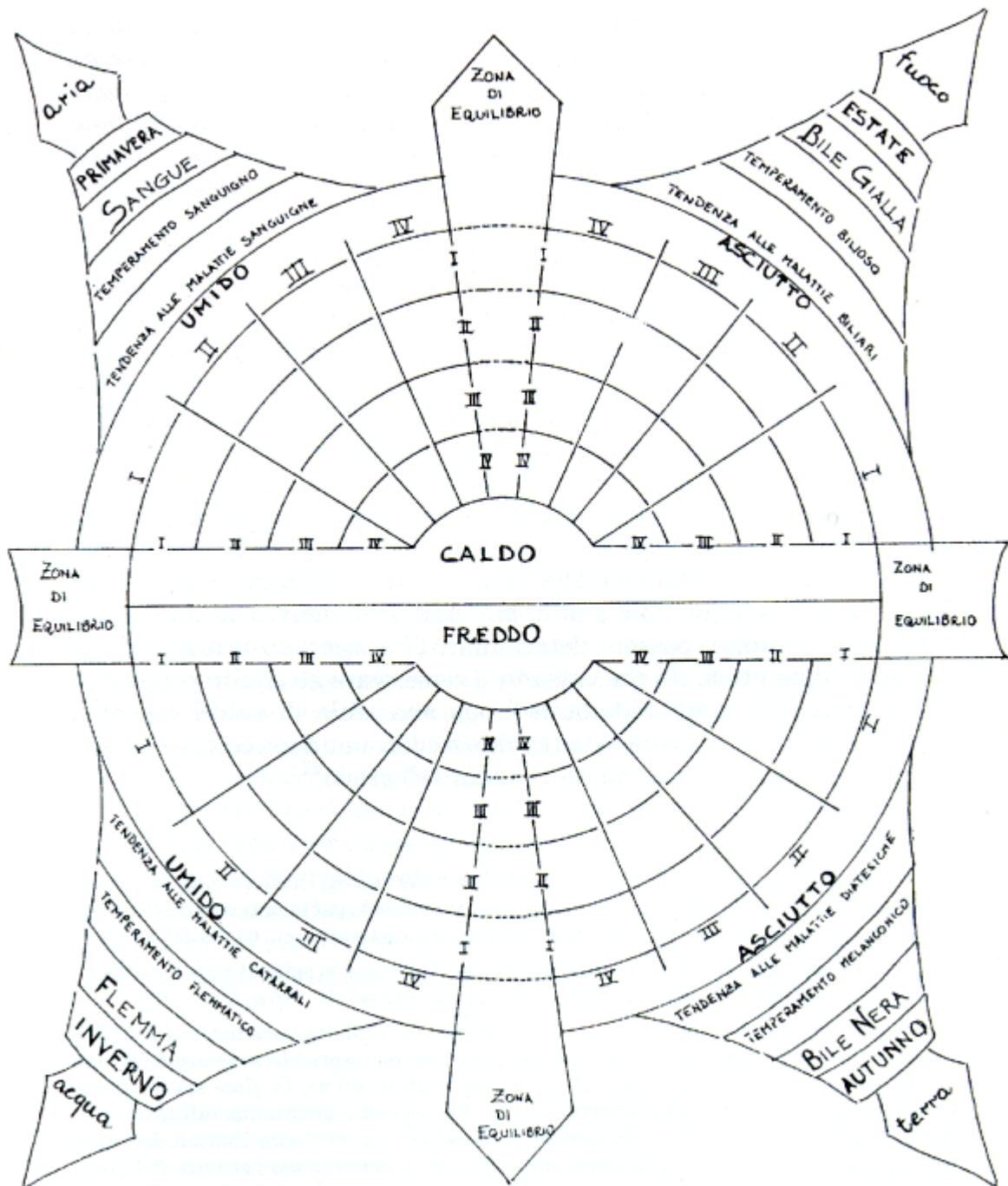


Figura 1 - Ipotesi di sistemazione grafica delle corrispondenze dei quattro umori con la tabella dei gradi.

¹ Biblioteca della Universidad Complutense di Madrid, Africanus Constantinus, *Opuscula Medica*, Sig. 116-Z-31, N° 119 del Cat. de Villa-Amil. Il titolo e l'autore sono segnati in testa al primo f. del ms. membran. con grafia moderna. La

notizia dell'esistenza del codice è riportata da John F. Benton, *Trotula, Women's Problems, and the Professionalization of Medicine in the Middle Ages*, in "Bulletin of the History of Medicine", 59 (1985), p. 41.

ⁱⁱ L'opera nel suo complesso occupa i ff 2^r-125^r del ms. Il nome dell'autore è espressam. menzionato solo nell'*incipit* delle *Particulares diete: Incipiunt particulares diete a constantino affricano*. Il raccordo fra le due sezioni dell'opera è attestato proprio dall'attacco del II libro (il I delle *Particulares d.*), che, dopo l'*incipit* di cui sopra, recita: *Complevimus in libro primo universales significationes generis ciborum et specierum eius*. Ma che in origine si trattasse di due opere distinte è dimostrato dal fatto che il *Liber g.* non solo raccoglie esclusivamente i semplici della farmacopea, ma li spiega in ordine alfabetico, a differenza delle *Particulares*, che tratta le sostanze alimentari in libere sequenze. Inoltre quei pochi semplici con valenza anche alimentare, quali sale, pepe, senape, prezzemolo, comino ecc., vengono puntualmente riproposti ex novo nelle *Particulares*. L'originaria divisione del trattato in due distinti lavori è poi dimostrata dal fatto che il primo di essi, cioè il *Liber g.*, si trova trasmesso isolatamente; così nel ms. miscell., secc. XII-XIII, n° 1481 (V. 2, 18) della Bibl. Angelica di Roma, dove ai ff. 46^r-63^r esso figura, sempre attribuito all'Africano, come *Tractatus de speciebus medicinalibus, earumque virtutibus, ordine alphabetico*; così nei testi a stampa quali l'*Opera Isaac*, Lugduni, 1515, II, ff. 186^v-189^r, che lo riporta col titolo *De virtutibus simplicium medicinarum*, e l'*Opera Constantini*, Basileae, apud H. Petrum, 1536, 1539, pp 342-87, che lo intitola *De gradibus simplicium*.

ⁱⁱⁱ Oltre agli scritti cit. in nota prec., v. il Pantegni in *Opera Isaac*, cit., II, *pract.*, ff. 58^r-143^v, ed il codice I. VI. 24 in Bibl. Naz. di Torino: *Constantinus Cassinensis de morborum ...*, ai ff. 196^v-201^v.

^{iv} Le opere di Costantino sono edite solo in parte, né d'altro canto risultano criticamente sistemate, nonostante il sostanziale studio di S. De Renzi, *Collectio Salernitana*, I-V, Napoli, 1852-1859, I, pp. 165-172, e i successivi apporti di P. O. Kristeller in "Rassegna Storica Salernitana" (R.S.S.) XVI (1955), XVIII (1957), e di altri. Si veda a questo proposito l'articolo di M. Oldoni, *La cultura latina a Salerno nell'alto Medioevo*, in R.S.S., II/1 (1985), partic. le pp. 61-63.

^v Ff. 125^r-134^r.

^{vi} Il *De flore* occupa i ff. 134^v-140^r. La *Practica* comprende i ff. 140^r-144^v. Va tenuto presente che un *Flores Diaetarum* adespota figura anche nel ms. miscell., sec. XIII, Gaddi 201 della Bibl. Laurenziana di Firenze (ff. 28^v - 37^r) il cui contenuto non è stato possibile confrontare con il ns., ma che, simile a questo nell'*incipit*: *Corpus humanum ex quatuor humoribus constat*, mostra un *explicit* diverso: *Confert quartanae mitridati potio sani*. Cfr. A. M. Bandini, *Catalogus codicum latinorum Bibl. Medic. Laurent.*, Firenze, 1776, X, p. 198.

^{vii} Il nome Trota compare sia nel principio del testo (*Secundum trotam ...*) sia sul margine del f. 140^r, dove viene indicato il paragrafo iniziale (*practica secundum trotam*); diversamente si ha il nome Trotula sia nell'*incipit* (*Hic incipit practica secundum trotulam*) che nell'*index* (*practica [sic] trotule minoris*); la grafia in tutti i casi è la medesima.

^{viii} Su Trotula si veda special. S. De Renzi, *Collectio Salernitana*, cit., I, pp. 149-161; J. F. Benton, *Trotula*, cit.; P. Cavallo Boggi, *Trotula de Ruggiero. Sulle malattie delle donne*, Torino, 1979; e F. Bertini, *Trotula, il medico*, in AA.VV., *Medioevo al femminile*, Milano, 1989, pp. 97-119.

^{ix} L'inserimento di titoli di parafraso nel testo, così come la correzione di alcune parole inizialmente mal lette, attestano già di per sé un manoscritto pervenutoci almeno in seconda trascrizione da fonti originali.

^x Anche il *Liber ponderum* sembrerebbe avere nello stesso ms. un suo contraltare in un breve e minuzioso codicillo su pesi e misure posto alla fine del *Liber graduum* (f. 41^v), ma si tratta di cosa diversa: il codicillo in questione risponde all'esigenza pratica di offrire un rapido orientamento nel campo delle misure farmaceutiche, il *Liber p.* affronta invece l'argomento delle misure su basi storiche, con riferimenti alla metrologia greca, romana, ebraica ed egiziana. L'internazionalità della cultura dell'Africano è qui espressa in modo conciso ma illuminante.

^{xi} A titolo d'esempio valga l'indicazione di alcune diversità terminologiche fra le *Particulares* (A) ed il *De flore* (B): A - *blitis*, B - *blita*; A - *cardiasis*, B - *cordis lapsus*; A - *geissa*, B - *geisa*; A - *lenticula*, B - *lens*; A - *zuccarum*, B - *zuccara* (indeclin.); A - *exuperat*, B - *exuberat*; A - *mordicatio*, B - *morsio*.

^{xii} Se nelle *Particulares* gli alimenti si presentano raggruppati all'interno della sequenza: Cereali e derivati - Leguminose - Frutta fresca (compresi uva, olive e olio) - Dolcificanti - Frutta secca - Ortaggi - Funghi - Condimenti aromatici e sale - Carne di quadrupedi - Frattaglie - Latte e derivati - Volatili - Pesci - Acqua - Neve - Vino. Nel *De flore* la sequenza si snoda invece secondo il criterio: Cereali e derivati - Leguminose - Ortaggi - Funghi - Frutta fresca - Frutta secca - Uva - Olive - Olio - Miele, sale e condimenti aromatici - Carne di quadrupedi - Frattaglie - Uccelli - Fritture - Pesci - Uova - Latte e derivati - Vino - Acqua e sue varietà.

^{xiii} Si confrontino le voci: miglio, lenticchie, nespole, castagne, mandorle, rucola, borragine, atreplice, blito, asparago, cipolle, aneto e vino.

^{xiv} Si veda, ad es., il paragrafo sul vino.

^{xv} Si vedano il paragrafo introduttivo e quelli sulle carni.

^{xvi} Anche se la presenza dell'orso è ancora attestata nei boschi di Sanza nel XVIII sec. (v. C. Gatta, *Memorie topografico-storiche della provincia di Lucania*, Napoli, 1732, p. 306), è impensabile, pur in riferim. ai secoli precedenti, un diffuso uso alimentare della sua carne alla stregua di comune selvaggina.

^{xvii} P. Cantalupo, *La comparsa del bufalo nelle terre del Salernitano*, in Idem (a cura di), *Il bufalo nella storia e nell'economia del Salernitano*, ANNALI CILENTANI - Quaderno 1, 1990, p.18. Sia la carne che il latte degli animali bufalini non vengono citati nello scritto del ns. anonimo, ma non trovano attestazione neanche nel repertorio "enciclopedico" dell'Africano, il che depone a sfavore della tesi di chi sostiene un'origine antica o un'importazione altomedioevale del bufalo nel Salernitano (v. Idem, *La comparsa*, cit., pp. 12-14). Nell'ambito delle opere della Scuola Medica Salernitana, la *caro bubalina* ed il *lac bubulae* sono in verità menzionati nelle *Tabulae Salerni* (S. De Renzi, *Collectio*, cit., V, rispettiv. pp. 246 e 242), risalenti al XII sec., ma questa testimonianza non può assumere una valenza "locale" dal momento che nelle stesse *tabulae* vengono parimenti elencati il *lac cervae* (p. 242) e il *lac camelae* (p. 245), la *caro* e l'*adepts leonis* (pp. 235 e 241), la *caro camelina* (p. 245) e quella *ursina* (p. 248). Quanto poi al termine *Bubula*, ricordato dal De Renzi (*op. cit.*, I, nota 1 a p. 44) quale titolo di un capitolo di un inedito trattato di dietetica riportato dal codice, XI sec., num. 69 di Montecassino, nulla se ne può inferire dato il limite dell'informazione.

^{xviii} Uniche eccezioni il latte di cammello, giustificato dalla sue applicazioni farmaceutiche, e le uova di struzzo, conosciute e comunem. importate dall'Africa, come i datteri, fin dall'Antichità.

^{xix} Tale è il signif. del lat. medioev. *crisomila* (cfr. *Particulares*, f. 57^v), conservato nel dial. cilent. grisòmmole. Il signif. di "mela cotogna", sostenuto da C. Battisti / G. Alessio, *Dizionario Etimologico Italiano* (sigla DEI) Firenze, 1975, alla v. *crisoméla*, è improprio giacché in questo senso specif. abbiamo il lat. medioev. *citonia*, riportato sia dalle *Particulares* (f. 59^r) sia dal *De flore* (58).

^{xx} Cfr. success. nota 23.

^{xxi} Cfr. il top. cilent. Perito. Per la sua documentaz. medioev. ed etimologia v. P. Cantalupo, *Centri viventi e scomparsi*, in *Storia delle terre del Cilento Antico* (a cura di P. Cantalupo e A. La Greca), I-II, Agropoli, 1989, II, P. II, *ad v.*

^{xxii} Si vedano, sotto l'aspetto glottologico, i termini *robella* e *geisa* (esaminati *infra*, in nota 3 al testo della traduz.), *zipulla*, "zeppola" (sconosciuto al DEI, cit., che crede la v. zeppola documentata solo a partire dal 1536) e, in generale, i neologismi elencati *infra*, Parte IV.

^{xxiii} Si vedano, ad es., nelle *Particulares* i termini *baucia*, "pastinaca" (f.10^r), *zaccara* "zucchero" (f. 69^r), *crisomila*, "albicocca" (*loc. cit.*) e *melongiana*, "melanzana" (f. 73^r), generalmente considerati apporti linguistici di XV e XVI secolo.

^{xxiv} M. Pasca (a cura di), *La scuola Medica Salernitana, storia immagini, manoscritti dall'XI al XIII secolo*, Napoli, 1987. Apprezzabile solo per la notevole bibliografia sulla Scuola; con diversi errori nelle didascalie delle immagini (v. pp. 64, 66-67, 89 e 98).

^{xxv} Come già nella più volte citata opera dell'Africano, la spiegazione di incubi ed agitazioni notturne è messa in rapporto con l'alimentazione (v. *infra*, 21 e 32).

^{xxvi} Nell'impossibilità di reperire al momento la pubblicazione tedesca del 1919 a cui J. F. Benton fa riferimento, non possiamo adeguatamente prendere in considerazione la sua affermazione (*op. cit.*, nota 34, p. 41) che l'autore del ns. *De flore* sia il medico Giovanni di S. Paolo. Su questa attribuzione, che comporta un'attenta valutazione di notizie desunte dal perduto manoscritto di Wroclaw, che lo stesso Benton definisce "ambiguous", e che solleva soprattutto il problema di retrodatare l'attività del detto Giovanni, considerato operante nella prima metà del XIII secolo (cfr. S. De Renzi, *Collectio*, cit., IV, p. 612), ritorneremo in altra sede.

^{xxvii} V. la sistemazione grafica proposta nella figura 1.

Criteria di edizione

Il testo latino è riportato integralmente nella forma originale, fatta eccezione per lo svolgimento delle abbreviazioni, la punteggiatura e le maiuscole, adeguati ai sistemi correnti. Le parole in sigla sono svolte tra parentesi tonde, le integrazioni di lettere, sillabe o parole mancanti sono poste fra parentesi quadre, le espunzioni fra parentesi acute. La divisione dell'opuscolo in paragrafi (indicati nei riferimenti col segno:) è conforme all'originale, ma ad essa è stata premessa una numerazione araba per comodità di richiamo. I titoli dei si trovano generalmente riportati sul margine dei fogli del ms. nella loro sequenza e corrispondenza; di essi però mancano quelli riferiti ai numeri 2-12, 38, 101 e 102, qui suppliti con indicazioni desunte dal contesto di riferimento, chiuse fra parentesi tonde se meramente indicativi, fra parentesi quadre se ricostruiti. Si è evitato di ripetere per ciascuno dei 67, 72, 80 e 97 il titolo che questi riportano sia sul margine che al principio del testo. Viene qui inoltre proposto un indice generale del De flore (v. infra, Parte III) secondo la sequenza numerica dei .

Ad evitare incertezze si dà conferma delle letture: primitus (8), eorum (20), perfectorum (84), mentre i termini: cocuntur (23), petrosilino (43), defeccionem (53), capud (56), percicis (57), salcis (96), fricsa (98), horidam (103) vanno considerati come varianti grafiche e come tali sono inseriti nell'elenco specifico riportato infra, Parte IV.

Nella traduzione, in cui la scorrevolezza è stata sacrificata alla massima aderenza al testo medioevale, sono evidenziati in corsivo i termini che non hanno nessun possibile o adeguato corrispettivo nella nostra lingua.

De flore dietarum*

PROLOGUS

De IIII humoribus

1) - Corpus humanum ex IIII^{or} constat humoribus, ex sanguine scilicet et colera rubea et colera nigra cum flegmate. Sanguis dominatur in dextero latere sub epate, colera rubea ibidem; in sinistro vero latere, scilicet in splene, colera nigra. Flegmatis autem una pars est in capite, alia in vesica, alia in corde. Sanguis est fervidus, humidus, dulcis, colera r(ubea) amara, viridis, ignea, sicca, colera ni(gra), acida, frigida et sicca, flegma insipidum, frigidum et hu[m]idum.

Sanguis crescit in uno tempore, idest in vere, ab VIII idus febroarii usque ad IIII idus maij. Colera r(ubea) in estate, idest ab VIII idus maii usque ad VIII idus augusti. Colera ni(gra) in autumpno, idest ab VIII idus augusti usque ad IIII idus novembris. Flegma vero in hyeme, idest ab VIII idus novembris usque ad VIII idus febroarii. Sanguis dominatur ab hora noctis IX usque ad terciam diei, colera r(ubea) ab hora diei III usque ad IX diei, colera n(igra) ab hora diei IX usque ad III noctis, flegma ab hora noctis tercia usque ad IX noctis.

Sanguis h(abe)t respirationem per nares, colera r(ubea) per aures, colera n(igra) per oculos, flegma per os.

2) - Flegma dominatur in pueris cum sanguine usque ad annos XV, inde colera r(ubea) usque ad annos XXVIII; ex inde colera n(igra) usque XLII cum maxima parte sanguinis. Hinc usque ad summam etatem, sicut in pueris, dominatur flegma.

3) - Sanguis facit hominem boni voti, simplicem, modestum, blandum, ylaem, summum et plenum.

4) - Colera r(ubea) facit hominem iracundum, ingeniosum, acutum, levem, audacem, macilentum, plurimum comedentem et cito digerentem.

5) - Colera ni(gra) facit hominem subdolum, iracundum, avarum, timidum, tristem, invidum.

6) - Flegma facit hominem compositum sed pigrum, inter se cogitantem, minus audacem, canos in capite habentem.

7) - Sciendum est, quotiens aliquis supradictorum hu(morum) alios excesserit, nisi a medico cito subveniatur, oriri non modicam distemperantiam vel egritudinem, sed si quis est doctus et diligens medicus egrotanti bene succurrere potest.

Nam si egritudo fuerit nata ex sanguine, qui est dulcis, calidus et hu(midus), ex amaris, frigidis et siccis curetur.

Si ex colera r(ubea), que est amara, ignea et sicca, ex dulcibus, frigidis et hu(midis) curatur.

Si ex colera n(igra), que frigida est et acida et sicca, calidis et hu(midis) et dulcibus sanatur.

Si ex flegmate, quod frigidum est et humidum, sanabitur calidis et siccis.

Quod si medicus negligens fuerit et imperitus, longa erit egritudo et tam diu protrahetur quousque hu(mor) ille tempus illius hu(moris) pertranseat et alius humor superexcedat atque humor excludatur a quo egritudo nata fuerit.

Ideoque scribendum est de cibus et potibus, qui sunt calidi et qui fri(gidi), qui humidi et qui sicci et quibusdam aliis ad supradictorum hu(morum) complexionem custodiendam necessariis et primum de frumento.

[DE CIBIS ET POTIBUS]

8) - [De frumento]

Frumentum omnibus granis laudabilius et temperatius est, calidum enim est in primo gradu, inter hu(midum) et sic(cum) temperatum, tamen videtur habere divisam naturam.

Sunt enim frumenti divisa genera: aliud est spissum et grave et frangi difficile, coloris exterius crocei, interius vero al(bi), superficie lene et lucidum, aliud rarum et leve, frangi facile, interiora eius albissima, superficie non lene. Farina et medulla primitus ex substantia sui corticem vincit et furfurum. Hoc melius est faciende simile quam farine, nutrimentum eius plus, eiectio eius tarda, digestio dura et inobediens, ad confortationes membrorum et vires dandas magis valet quam ad sanitatis custodiam. Nam ad membrorum confortationem necessarius est cibus durus digeri et cicius dissolvi. Granum quod leve est et facile frangi, furfur et cortex exuberat et medulla; huius rei gratia ad nutrimentum corporis minus est aptum, ad dissolutionem facile. Ideoque ad sanitatis custodiam magis prevalet quam ad membrorum confortationem.

Frumentum vero aliud nascitur in terra crassa et pingui atque putribili quod pinguius et gravius in pondere, nutribiliusque existit, aliud in terra macra et sicca quod levius siccusque existit in pondere et minus nutrit. Aliud nascitur in calida et sicca regione et minus est humidum, aliud in frigida et hu(mida) et magis est hu(midum), aliud in frigida et sicca et est ponderosum, medullam habet plurimam, cito digeritur et perfecte nutrit.

Item frumentum nascitur in moderato tempore, sed supervenientibus multis ymbribus humectetur. Vel nimius est vetus et cito desiccatur.

Frumentum quoque vel nimis novum pro humiditate vel nimis vetus pro siccitate. Siccum pro vetustate repudiatur, sed mediocre pro sui temperantia accipitur.

9) - Granum fractum et similia, si cum lacte coqua[n]tur, sanguinem laudabilem generant et bene nutriunt, nec tamen uti bonum est.

10) - Farina secundum naturam molliciem accipit. Perfecte enim trita bene nutrit, cito digeritur, non perfecte enim trita non bene nutrit nec cito digeritur. Que vicina est molliciei nimis calefit et constipat, que longinqua est, e contrario, que mediocris est laudabilis est et bona.

Ius de farina factum pargamentum est pectoris et pulmonis eorumque lenit asperitatem.

11) - Ptisanum ex frumenti farina factum ad tussim valet et ad sanguinis fluxum; furfur calorem habet, lavat et mundificat et dissolvit.

12) - Panis calidior est frumento ex quo fit, propter molliciem et excoctionem. Cuius III formas esse scimus, magnam scilicet et mediam et parvam. Magna medulle plus habet, corticem duriores, quod cortex parum nutrit, exsiccatur et constipatur. Medulla grossa est et viscosa et inflativa. Panis parvi et subtilis interiora perforat ignis et humiditatem medulle desiccatur. Unde Ypoc(ra)s: panis parvus ac tenuis medulle est pauca, nutrimenti pauci, eiectio eius tarda, ventrem constipatur.

Panis mediocris forma, conditione salis et fermenti mediocriter coctus, si ex farina candidi[di]ssima supradictorum granorum fiat, mollitio[n]is et coctionis observata mediocritate, sanis et temperatis optimus est.

Panis magnus siccus iuvat, parvus et tenuis humidus; panis secundus minus nutrit et citius digeritur. Panis azimus nimium nutrit et tarde digeritur, multum tamen iuvat laborantes.

13) - De fermento

Fermentum, diversis compositum virtutibus, calorem habet parvum et frigiditatem, unde subtilem habet virtutem extrahendi humores ex interioribus corporis.

14) - De zipullis

Zipulle ex farina frumenti cibus grossus est pro viscositate olei et farine, ideo viscosum flegma generat et nocet epati et spleni, et renibus minus tamen nocet si cum melle manducetur.

15) - De frumento assato

Frumentum recens assatum igne magis nutrit et ventositatem minus facit, inflativum est in aqua coctum et viscosum generat humorem et rugitum movet; si tamen bene digeritur multum nutrit et membra confortat, propterea dari oportet eis qui magis exercentur laboribus.

16) - De ordeo

Ordeum frigidum est et siccum in primo gradu, virtutem habet mundificativam et excolativam, nutrimentum ab inflatione liberum.

17) - De pane ordeaceo

Panis ordeaceus f(rigidus) est et siccus, minus nutriens quam panis frumenti et est constipativus. Hic cum unctis dietis debet comedi, ut est caro crassa atque butirum.

18) - De ptisano ex ordeo

Ptisanum ex ordeo factum f(rigidum) est et humidum et aqua frigidius. Ptisanum oculos iuvat atque sitiens et acutis febribus laborantes.

19) - De milio

Milium f(rigidum) est in primo gradu, siccum in III°. Panis ex eo factus minimum nec laudabilem generat sanguinem, non est eis utilis qui carnem suam augmentari volunt et pinguescere, sed his solum modo quibus sicut refrigeratio aut confortatio humorum superfluum desiccatio convenit.

20) - **De panico**

Panicum in forma et materia simile est milio, minus nutrit verumque tamen melius est in aqua coctum, quod fit ita: aut enim ablatis corticibus tantum in aqua coquatur, aut farina eorum bene purgata in aqua similiter coquatur. Quibuscumque modis comedatur aliqua pinguedine indiget.

21) - **De fabis**

Fabe si sunt virides humide sunt atque fl[egm]atice, si vero sicce frigide sunt et sicce et ventose et inflative et ad digerendum dure. Comedentes statim gravedinem capitis sentiunt et fatigationem; fumus enim per membra diffusus et in caput ascendens cerebro nocet et sompnia multa et corrupta inducit.

22) - **De menta**

Menta calida est et sicca in II^o gradu.

23) - **De fabis magnis et albis**

Fabe magne et albe nec veteres in aqua cocte laudabiles sunt, si eiecta priori aqua altera adiungatur et sic coqua[n]tur. Que sine cortice cocuntur minus sunt inflative et cicius digeruntur; utreque cum pipere et cimino vel aliqua pinguedine. Utiliores sunt assate, minus ventositatis et inflationis habentes, sed ad digerendum sunt difficiles. Verumtamen si aqua infundatur post assationem et cum menta, cimino, origano comedantur duriciem amittunt.

Si cum cortice coquantur in aceto, ventri iuvant fluxum et dissinteriam et vomitum, et farina earum cum amigdaleo et zucc(ar)a confecta tussientes iuvat, pectoris et pulmonis asperitatem lenit.

24) - **De cicere^{xxviii}**

Cicer al(bum) calidum est in I gra(du), hu(midum) in medio. Niger calidior est al(bo) et minus hu(midus). Utrumque nutrit, urinam movet, menstrua provocat, sperma auget; aqua ubi coquitur cum cimino, aneto et cinnamo calefacit, grossos hu(mores) dissolvit, lapidem renum et vesice frangit. Niger ad hoc fortior est al(bo), albus vero magis nutritibilis.

Sciendum est quod faba et cicer, si secundum quod superius docuimus bene coquantur et conficiantur, idem operantur quod frumentum in pasta et carnem, nutriunt et dilatant, et subtiliant cutem et inflant.

25) - **De lentibus**

Lentes f(rigide) sunt in II^o gra(du), s(icce) in III^o, propter hoc melancolicum sanguinem generant. Si vero eas temperare volueris, grandes et nove et coquibiles eligantur et emundentur et in aqua elixentur; qua eiecta, in aqua coquantur et cum aceto condiantur, et origano et menta, pipere et cimino et oleo vel pingui carne recenti.

26) - **De robellis, idest geisis**

Robelle, idest geise, f(rigide) sunt in I gra(du), medie inter sic(cum) et humidum; sine cortice cocte laudabiles sunt nec inflationem aut ventositatem generant; sicut fabe ad usum vero edendi bone sunt

in estate et calida regione. Ius ex illis factum valet ad cordis lapsum, ad corizam et ad tussim et ad pectoris dolorem.

27) - **De rappis**

Rappe calide sunt et hu(mide), grossum cibum habentes et spermatis augmentantes et aliquantulum sunt dyuretice. Si coquantur in aqua illaque proiecta, in alia recoquantur cum pingui carne, bene nutriunt, carnem tamen mollem et inflatam generant.

28) - **De radice**

Radix ca(lida) est in III^o gra(du), sic(ca) in II^o; nutrimentum cuius est durum digestioni et grossum stomachoque nocivum. Est enim laxativa, renes et vesicam de crossis hu(moribus) purgat, urinam provocat, lapidem^{xxix} frangit. Si vero cocta comedatur tussi de hu(midate) facte subvenit. Volentes eam pro vomitu sumere, ante cibum sumant, si propter supplementum secunde et tercie digestionis, post cibum sumatur, minorem agit tunc ventositatem superius ascendentem et cum sua gravitate inferius deponit cibum in locum digestionis et digeritur ut oportet.

29) - **De orobis**

Orobum calidum est in I^o gra(du), siccum in II^o.

30) - **De cepis**

Cepe calide sunt in IIII^[to] gra(du) et sicce pariter, tamen humiditatis quiddam habent, inflationem et dolorem capitis faciu[n]t; oportet eas lacte et aceto condiri.

31) - **De alliis**

Allia calidiora sunt cepis et sicciora, maximum calorem facientia corpori et ac<c>uta sunt. Que si coquantur ardorem amittunt et potiora et^{xxx} meliora sunt quam cibo; cocta magis nutriunt quam cruda, sanitatem custodiunt quia naturalem calorem confortant et digestionem adjuvant. Constipationem ventris habentes et capite dolentes non eis utantur.

32) - **De porris**

Porri ca(lidi) sunt in medio III^[o] gra(du), in fine sicci, capitis dolorem faciunt, emorroidas adjuvant, ventositatem intestinorum expellunt. Sive cocti, sive crudi stomacho sunt nocivi quia nervos eius mordent acumine sui, fumus quoque eorum ad caput ascendens visui obstat et facit terribilia sopnia et timorosa nisi prius comedantur lactuce, portulace vel similia a quibus temperies accipiatur.

33) - **De caulibus**

Caulis f(rigidus) et siccus est in I gra(du), turbidum et melancolicum generat sanguinem. Qui duplex est: quidam est bletis qui vocatur canabia et alius dicitur caulis verus. Alius est hyemalis, alius estivalis. Estivus acutior est hyemali, sed uterque ventrem humectat, urinam provocat. Sic autem temperetur et elixetur cum aqua; qua proiecta, in alia cum pingui carne recoquatur.

34) - **De maratro**

Maratrum calidum est in medio II^[ol] gra(du), siccum in eodem.

35) - **De salvia**

Salvia calida est et hu(mida).

36) - **De pineis**

Pinee calide sunt in II^o gra(du), sicce in eodem.

37) - **De spinachis**

Spinachia f(rigida) et hu(mida) sunt in fine primi gradus.

38) - **[De borragine]**

Borrago calida et hu(mida) est in II^o gra(du), habet proprietatem generandi leticiam ut apium.

39) - **De atriplice**

Atriplex f(rigida) est in II^o gra(du), hu(mida) in I, parum nutrit, eius enim liquor est aquosus et cito eicitur, illos tamen iuvat qui sunt calide complexionis et sicce.

40) - **De malva**

Malva f(rigida) est in I gradu, hu(mida) in II^o. Hec dissolvit flegmones, tussim sedat, asperitatem gutturis et pulmonis lenit si in aqua cum pinguedine coquatur.

41) - **De lactuca**

Lactuca f(rigida) est in II^o gra(du) et hu(mida), herbis tamen omnibus nutritibilior est; sanguis quem generat optimus est, sitim mitigat, sopnum provocat; sive cocta sive cruda melior est modo nascens quam nata.

42) - **De portulaca**

Portulaca f(rigida) est in III^o gra(du), hu(mida) in II^o. Illis valet qui sunt calide nature. Valet ad intensionem stomachi et matricis, vesice et renum morsionem; calorem et febrium acumen extinguit, stomachum confortat et intestina, et purgat nata vulnera in vesica, sanguinis fluxum undecumque fluat constringit.

43) - **De petrosilino**

Petroselinum ca(lidum) est et s(iccum) in III^o gradu, ideoque duricie est incidens, urinam et menstrua provocat, ventositatem et inflationem dissolvit, renum dolorem ac vesice placat, poros corporis aperit et rarificat hu(mores) - attenuatos cum urina et sudore proicit -, purgat sanguinem, os sto-

machi aperit et maxime elixatum epatis vulnera mundificat, eorum opilationem aperit et apostemata eorum curat, maxime qui sunt in renibus, et ventositatem colerice passionis dissolvit.

44) - **De cerofolio**

Cerofolium ca(lidum) est in III^o gra(du), sic(cum) in II^[o]; potui datum cum mellicrato urinam provocat et menstrua, lateris dolorem, renum et vesice placat, ventris solutionem de grossa ventositate mitigat, stomachi ventositatem et omne viscosum dissolvit et ventositatem grossam.

45) - **De ruta**

Ruta domestica ca(lida) est et s(icca) in III^o gradu, silvestris in IIII^{to}.

46) - **De pastinaca**

Blactra idest pastinaca ca(lida) est et s(icca) in III^o gra(du), hu(mida) in medio primi.

47) - **De cucurbita**

Cucurbita f(rigida) et hu(mida) est in II^[o] gra(du).

48) - **De blita**

Blita calida est et s(icca) in primo gradu.

49) - **De sparago**

Sparagus similiter f(rigidus) est et s(iccus) in I^o gra(du).

50) - **De aneto**

Anetum calidum est in fine II^[o] gra(du), s(iccum) in III^o.

51) - **De apio**

Apium ca(lidum) est in III^o gra(du), ventositatem dissolvit, urinam et menstrua provocat, co[n]stipationem splenis vel epatis aperit, sed tamen capitis dolorem gignit.

52) - **De cucumeribus et citrolis**

Cucumeres et citroli f(rigidi) sunt et hu(midi) in II^o gra(du). Calorem et sitim extinguunt, urinam provocant, sed citroli frigidiores sunt et aliquantulum stiptici.

53) - **De fungis**

Fungi f(rigidi) et hu(midi) sunt, ad digerendum duri et multam comesti angustiam in ore stomachi et gravitatem usque ad defeccionem et melancoliam generant.

54) - **De ficubus**

Ficus ca(lide) sunt in I° gra(du), virides hu(mide) sunt in II° gra(du), sicce inter hu(midum) et sic(cum) sunt temperate. Mediocriter nutriunt, bonum sanguinem generant, cito digeruntur, tussientes adiuvant, pectori, pulmoni, vesice et renibus munditiam provocant, sepe tamen et multum comedentes pediculis habundant.

55) - **De moris**

Mora f(rigida) sunt in II° gra(du), hu(mida) in III°. Si bene matura sunt, solubilia sunt, immatura stiptica et f(rigida) sunt et sicca et stomacho calido et hu(mido) utilia.

56) - **De prunis et cerasis**

Pruna et cerasa frigida sunt in I° gra(du), hu(mida) in II°. Acida frigidiora sunt et solubilia, calorem naturalem extinguunt. Dulcia solubilia sunt, sicca minus solvunt quam recentia. Si ante cibum sumantur et post vinum vetus et optimum bibatur non nocent.

Pruna vero matura et aquosa sunt temperata in I gra(du), f(rigida) et sicca in II°; acida sunt frigidiora, ante cibum comesta sunt stiptica, post cibum vero meliora si optimo vino conficiantur, stomachum confortant, fumum in caput ascendentem contrahunt.

57) - **De percicis**

Persica f(rigida) sunt et hu(mida) in II° gra(du), flegma generant, sed que facile ab osse separantur et tenere sunt substantie citius digeruntur; hec quoque ante cibum sunt comedenda et optimo vino conficienda.

58) - **De citoniis**

Citonia f(rigida) sunt et sicca in I° gra(du), sed sunt stiptica et stomachi calorem confortantia; ante cibum comesta constipant, post cibum solvunt.

Citonia parva et rotunda et odorifera meliora sunt.

59) - **De pomis**

Poma f(rigida) sunt et sicca et stomachi calorem confortantia, immatura stiptica sunt et ad digerendum dura. Acida sunt frigidiora, dulcia vel odorifera inter calidum et f(rigidum) sunt mediocria, stomaticos cardiacos confortantia, sed tamen ante cibum minus sunt utilia, post cibum enim sunt sumenda.

60) - **De malagranatis**

Malagranata f(rigida) sunt, in humiditate et siccitate mediocria. Acida frigidiora sunt, coleramen(igram) extinguunt, stomachum et epar confortant. Grana si sicca sint, solutioni ventris contraria [sunt], humores curant colericos. Grana si fuerint^{xxx} in ora tussientes ex calore adiuvant. Dulcia inter calidum et f(rigidum) sunt temperata et sunt humida.

61) - **De mespilis**

Mespila f(rigida) sunt et humida in I gra(du), acida tamen siccis sunt priores, flegma generant, sequentes coleram extinguunt.

62) - **De nucibus**

Nuces calide sunt et hu(mide) in II° gra(du); recentes minus sunt calide, cortex interior subtilis parum est constipativus.

Nuces mediocriter nutriunt sed in capite faciunt dolorem, bonum sanguinem generant et veneno obstant.

63) - **De avellanis**

Avellane calide sunt et sicce, dure ad digerendum et stomacho sunt gravissime, sed multum nutritive. Qui ante cibum eas comedunt securi sunt ne eis venenum noceat. Si cum ficu[bu]s manducentur valent contra morsus scorpionum.

64) - **De amigdalis**

Amigdale inter calidum et hu(midum), f(rigidum) et s(iccum) sunt temperate, adiuvant pulmonem et mundificant cum sint colative, mediocriter nutriunt, cum ficibus siccis comeste sunt solubiles.

Quedam sunt amare et magis colative, pectus mundant, constipationem epatis ac splenis aperiunt, urinam provocant.

65) - **De castaneis**

Castane[e] inter f(rigidum) et c(alidum) sunt temperate et in II° gra(du) sicce, inflative sunt et ad digerendum dure, sed multum nutriunt.

66) - **De dactilis**

Dactili bene maturi calidi sunt et hu(midi), satis nutriunt et solutivi sunt, non maturi sunt stiptici et stomach(hi) confortativi.

67) - **De uvis**

Uve dividuntur in duo: est que prope acerba, non matura, est matura et dulcis; que matura est calida est et humida; que vero acida est frigida est in III^{to} gra(du), sicca in II°. Dulces et mature multo meliores sunt; si pellem exteriorem habent non tenuem et intus multum humide, solubiliores sunt.

68) - **De uvis passis**

Uve passe naturaliter sunt tales quales sunt ille unde fuerunt, sed calidiores et nutribiliores sunt, pectus et pulmonem adiuvant. Albe leniter nutriunt, facile nutriuntur, venas perforant et urinam provocant. Nigre sunt dure digestionis sed stomachum confortant, tamen si bene digeruntur multum nutriunt.

Uva sine corio laudabilior est vel[ut] solubilior.

69) - **De olivis**

Olivarum duo sunt genera, una enim oleum emittit, altera aquam olei. Redditura oleum magis nutritiva est; aquam reddit[ur]a confortat stomachum, precipue cum aceto comesta, matura tamen calida est, immatura frigida.

70) - **De oleo**

Oleum recens, ab olivis novis, nigris et maturis quod emanat, calidum est et hu(midum) mediocriter, stomachum mollit et mediocriter humectat, cito in coleram transducitur.

Oleum ab olivis longe maturis si fuerit factum, omni carebit malicia quia aliquid remanebit ponticitatis, qua ablata, fit nocibile et cito in malos humores convertibile, stomachi tamen impedit digestionem; nisi vetus inconveniens erit usui, medicine utile.

71) - **De melle**

Mel calidum est et s(iccum) in II° gra(du), et frigidis et flegmaticis et senibus congruum, bonum enim sanguinem generat, calorem naturalem confortat. Colericis et iuvenibus non congruit: coleram r(ubeam) generat et colericos morbos et acutos maxime in estate. In his enim corporibus prius in colera[m] r(ubeam) quam in sanguinem mutatur. Colativum est et laxativum, acutum quoque, unde sitim facit; multum comedentes fastidientes facit et vomentes.

72) - **De sale**

Sal calidum est in II° gra(du), siccum in III°. Salis duo sunt genera, unum metallinum et aliud marinum. Metallinum laudabilius est quia caret lapidibus et est clarum et equale et est fortius marino. Marinum est vel si sit ex lacubus quos salinas vocamus vel ex aqua maris cocta sole estivo; quod melius si sit candidum. Utrumque mundificat, desiccatur superfluitatem putridorum hu(morum) et grossorum, humiditatem naturalem conservat, poros cutis claudit, condimentum dat cibis.

73) - **De eruca**

Eruca calida est in I° gra(du), sicca in II°; colericis et sanguineis non convenit, frigidis naturaliter convenit quia eorum vim digestivam adiuvat, ventrem humectat.

74) - **De pipere**

Piper calidum est et sic(cum) in IIII^{to} gra(du), frigidum et hu(midum) habentibus stomachum valet, et pectus et pulmonem de viscoso flegmate mundat, ventositatem et inflationem aufert, urinam provocat.

75) - **De sinapi**

Sinapis ca(lida) est et s(icca) in medio IIII^[to] gra(du), stomachum de grossis hu(moribus) mundificat.

76) - **De cimino**

Ciminum calidum est in III° gra(du), siccum in II°; ventositatem dissolvit, dolorem et tortionem ventris placat.

77) - De aceto

Acetum f(rigidum) est in I° gra(du), s(iccum) in III°, unde sue propter frigiditatis debilitationem corpus velociter perforat usque ad loca remota; dissolutivum est et extenuantem.

78) - De carne

Omnis caro ca(lida) est et hu(mida) et nutritibilis et sanguinis generativa, sed tamen alia plus, alia minus.

Caro porcina ca(lida) est et humida, temperata, nutritibilior quam quelibet alia caro et meliorem sanguinem generat.

Porcellina humidior et flegmator.

Agnina ca(lida) [est] et hu(mida); feminina malum generat sanguinem.

79) - De edulina

Edulina est temperata et bonum sanguinem generat, bene nutrit.

80) - De caprina

Caprina caro malum sanguinem generat et melancolicum.

81) - De bovina

Bovina caro multum est nutritiva et grossa et ad digerendum dura et melancoliam generat.

82) - De vitulina

Vitulina caro temperata est bonumque sanguinem generat et sicut agnina et edulina annualis temperata, ita et vitulina. Est enim regula generalis: ex humida natus matre, in adolescentia propter nimiam humiditatem tum etatis tum matris, inlaudabilis est, e converso in sicca matre.

83) - De arietibus

Arietes iuvenes minus sunt hu(midi) et viscosi et meliorem sanguinem generant quam oves.

Oves non conveniunt nisi his qui sunt sicce complexionis, generant namque viscosum flegma.

84) - De carne castratorum

Caro castratorum cito digeritur et melius nutrit.

Caro crassa ventrem mollit et ad digerendum dura. Magra latera^{xxxii} desiccant et facile digeritur. Caro que est inter crassam et inacidam temperatior est; iuvenibus et se exercitantibus et raros poros habentibus convenientior est.

Caro pecudum iam adultarum bona et non nondum in etate perfectorum et caprorum castratorum.

Ex<c>ercentibus vitulina et edulina bona.

85) - De anatibus et anseribus

Anates et anseres calide sunt et humide et malorum humorum generative.

86) - De carne silvestri

Omnis caro silvestris inlaudabilis est, melancolici sanguinis generativa; quibus tamen melior est capreolina et leporina.

Sciendum est quod animalium natura imitatrix est humane complexionis et in calidum et frigidum, in siccum et humidum et hoc dietarii provideant. Quidquid in animalibus lancinabilius est ad comedendum, lacerati esse videntur^{xxxiii}.

87) - De capite

Caput cibus grossus est et multum nutritivus et ad digerendum durus.

88) - De cerebro

Cerebrum humidum est et fastidiosum, medulla similiter.

Linguae sunt temperate.

89) - De pedibus et mamillis et testiculis

Pedes et aures atque labra ad digerendum facilia.

Mamillae et testiculi fastidiosi sunt et boni sed parum fastidiosi.

90) - De epate

Epas bonum sanguinem generat et bene nutrit sed male digeritur.

91) - De splene

Splen malum generat sanguinem.

Pulmo flegmaticus est et cito digeritur.

Cor durum est ad digerendum, sed si possit digeri bene nutrit.

92) - De renibus

Renes similiter.

Stomachus facile digeritur frigidumque generat sanguinem.

Ossa flegmatica sunt, cum carne comesta sunt meliora.

93) - De carne [volatilium]

Caro volatilium facilius est ad digerendum et laudabilior carne quadrupedum.

94) - De avibus communiter et primo de gallina

Gallina excedit omnia volatilia et fasiani et starni et pulli et perdices.

Passeres calidi sunt.

Turdi sunt moderati.

Palumbi parvi calidi sunt et melancolici sanguinis generativi.

Turtures melancolicum sanguinem generant.

Grues dure sunt et indigestibiles, similiter et pavones.

Galli castrati laudabiliores sunt omnibus volatilibus.

Extremitates volatilium meliores sunt omnibus aliis membris, sed maxime colla et ale.

Caro cum grano cocta multum est nutritiva et iuvat laborantes, cum aceto cocta convenit colericis, cum lacte nutritibilior est et frigidis non convenit, cum caulis melancolicum sanguinem generat et est solubilis, cum rapis calidum et hu(midum) generat sperma.

95) - **De frixis**

Omnem frixum ca(lidum) est et siccum ac desiccantem, sed cum aceto factum valet stomacho flegmatico atque defecto.

Caro assata ca(lida) est et temperata et multum nutritiva et ad digerendum dura.

96) - **De piscibus recentibus**

Pisces recentes fri(gidi) sunt et hu(midi), universaliter flegma generantes, sed tamen in mari nascentes vel in aquis salcis parum sunt calidi. In petrosis vero nascentes omnibus aliis sunt laudabiliores, maxime in magno flumine claro atque currenti versantes. Isti enim pisces habent carnes teneras, non viscosas, digestibiles, bonum sanguinem generantes, iuvenibus et calidis convenientes et positus in calidis et estivis locis et ab egritudine exeuntibus.

97) - **De piscibus lacuum**

Pisces in lacubus nascentes aut lutosi aquis sive fetidis et turbidis et multum quietis, pessimi sunt valde.

Pisces scamosi meliores sunt scamis carentibus.

Pisces sicci et salsi calidi sunt et sicci, flegmaticis tamen conveniunt si non multum comedant.

Pisces recentes colericis conveniunt et calidum stomachum habentibus.

98) - **De ovis**

Ova galline meliora sunt ovis ceterarum omnium et post illa ova perdicum atque starnorum, si tamen recentia sint. Vetera quoque facta in calido loco minime sana sunt. Anserina, anetina, strucionina dura sunt et indigestibilia.

Ova elixa et mediocriter cocta apta sunt digestioni, sed ad duriciem cocta tarde digeruntur.

Ova fricsa indigestibili[or]a sunt ceteris et grassiora citoque in fumositatem et colericos hu(mores) ac putredinem convertibilia.

Cum oleo cocta in aquis et condimentis, scilicet pipere et cimino et similibus, laudabiliora sunt et facile digeruntur. Similiter in aqua cum carne crassa non bene cocta, sed tamen calida et bibita, asperitatem gutturis et pectoris leniunt.

99) - **De caseo**

Caseus vetus et siccus vel nimis salsus pessimus omnium, sitim facit et dolorem capitis et constipationem epatis et lapidem in renibus.

100) - **De butiro**

Butirum temperatum est in ca(lido) et hu(mido), valens ad pectoris et pulmonis purgationem. Si vero in his locis apostema fuerit butyrum cum melle maturescit.

101) - [De lacte]

Lac universaliter f(rigidum) et hu(midum) est, coagulatum vero siccum.

Serum vero hu(midum), calefacit et ventrem solvit.

Lac vaccinum nutribile est et a stomacho descendit durum.

Lac camelinum habundat aqua et est minus nutribile et cito digeritur, unde iuvat ydropicos.

Lac caprinum inter hec duo est mediocre quia hec tria vi eo sunt equalia.

Lac ovinum medium est inter vaccinum et caprinum.

Lac mulierum que sanorum sunt corporum optimum, omne enim lac ex infirmo animali pessimum.

Lac recens calidum est et aliquando valet contra venenum.

Lac in vere aquosum est, in estate temperatum et in autumpno tendit ad crossitiem.

Lac si animal pascatur calidis pascuis calidum est, si stipticis stipticum, si temperatis temperatum.

Lac vero aquosum malum est.

102) - [De vino]

Vinum recens ca(lidum) est in primo gra(du). Vetus transiens ad VII annos ca(lidum) in IIII^[to] gra(du). Mediocre a duobus annis ad IIII^{or} ca(lidum) est in secundo gra(du).

Vinum quanto calidius tanto siccus et quanto minus ca(lidum) est tanto magis humidum est.

Vinum aliud album, aliud nigrum. Ex his componitur aureum, rubeum et glaucum et et[iam] roseum. Item aureum et citrinum et palmeum et subalbidum. Item vinum aliud dulce, aliud acerbum, aliud forte in odore et sapore. Vinum aliud subtile et aquosum aliud terrestre et grossum aliud mediocre.

Vinum si mediocre sit et ad misuram bibatur, prout etas, tempus, infirmitas vel sanitas exigit, sanum est. Medico autem necesse est ut in vino et in ceteris semper perpendat complexionem uniuscuiusque hominis et habundantiam humoris.

Vinum ut supra diximus bibitum moderate naturalem calorem confortat et augmentat, co(leram) r(ubeam) expellit cum sudore et urina, co(leram) nigram calefaciens et humectans temperat, solida, dura atque sicca membra ex labore et fatigatione nimia humectat, defectionem tollit egrotis et vires reducit, corpora pinguescit, virtutem et appetitum confortat, inflationem et ventositatem dissolvit. Sed neglecta rationali circumscriptione si bibatur, vel usque ad ebrietatem, generat mentis turbationem, stulticiam, apoplexiam, epilepsiam, paralysim, tremorem, spasmus et similia. Vene enim et ventriculi cerebri replentur et calor naturalis extinguitur.

Vinum album et grossum parum nutrit. Album et subtile satis est dyureticum, caloris natura congruum et dolorem capitis ex grossis hu(moribus) mitigat, nervos et membra adiuvat.

Vinum nigrum et grossum, ponticum, durum est ad digerendum et grossum sanguinem generat. Si iuuenibus detur ante cibum bonum est, virtutem enim tribuit et nutrimentum porcine carni vicinum. Senioribus ante cibum et post inconueniens est. Nigrum grossum et dulce non est bonum.

Vinum ruffum laudabilius est ad temperandum et adiungendum sanguinem et confortandum calorem naturalem, si in colore, odore et tempore mediocritas perpendatur.

Vinum subrufum, grossum et odoriferum male nutrit et bonum sanguinem facit.

Vinum grossum, rufum, ponticum minus est utile.

Vinum citrinum et subtile parum nutrit, tamen calidum est; citrinum grossum calidissimum est et acutissimum et cito ascendit ad caput; generat ebrietatem si sit vetus.

Vinum forte si est bibendum ante VI vel IIII horas multum aque admisceatur ei, vel panis mundus.

Vinum r(ufum) melius est nigro et in grossitudine et duricia. Roseum de rubeis uvis factum et palmeum melioris saporis est. Album et inaquosum nullam facit mundificationem. Subalbidum aperit poros et vias venarum perforat et cito eicitur.

Vinum dulce melius est in actionibus suis quam subalbidum.

Vinum clarum, odoriferum, generat sanguinem clarum et inundat, cor confortat, animum letificat, tristitiam et angustiam expellit et omnibus etatibus et complexionibus convenit.

Vinum coctum sanum est.

Vinum de melle inflativum est et ventositatis generativum, epatis et splenis opilativum.

Vinum de uvis passis confortat stomachum.

Vinum de ficibus ventrem solvit et malos et flegmaticos humores generat.

Vinum de dactylis melancolicos generat humores, mentem percutit, vix digeritur, splen et epar opilat.

Vinum de fermento vel ordeo malos fumos generat et malos hu(mores), splen et epar constipat, lapidem in renibus creat et vix digeritur.

Considerare debet prudens medicus ut secundum naturam hominis et vini potare doceat, cum cui custodiam sanitatis cupit.

103) - **De aqua**

Aqua f(rigida) et hu(mida) est naturaliter. Aqua alia sapida alia insipida. Sapida alia calida, alia non. Calida bona est ad bibendum sicut de fontibus orientalibus inest lucida, lenis, nullius odoris, cito calescens et cito frigescent, stomachum non gravans sed refrigerans et humectans et cito eicitur. Huic secunda^{xxxiv} est que est inter estivum orientalem et estivum occidentalem posita, cuius fons dicitur septentrionalis. Aqua fluens de montibus super petram, clarissimam arenam fortiter currens, post has tenet priorem gradum sanitatis; in hyeme enim sunt calide et in estate frigide.

Aqua non pura est illa que aliquantulum redolet et est sapida aut turbida, aut que ex grandine vel nive conficitur. Huiusmodi aque faciunt opilationem in epate et lapidem in renibus et difficile a stomacho egrediuntur.

Aqua putrida, sicut aqua paludum et lacuum, seu aqua in quam putredines civitatum influunt, sive lutosa et calida et spissa, splenem et epar magnificat, stomachum corripit, cutem horidam facit, diversas febres inducit.

Aqua pluvialis ceteris est laudabilior, est levior et mundior.

Aqua tonitrualis bona est quia tonitruum motu suo subtiliat fumum.

104) - **De nive**

Nix et glacies, si de aqua bona fiat, laudabilis est, sed illa melior est que super petram et mundam terram cadit. Que super metallinos et fetentes cadit terras omnino cavenda est.

105) - **De aqua salsa**

Aqua salsa ventrem mollit, sepe bibita ventrem constipat, corpus desiccatur, pruriginem et scabiem generat, sed ydropicos et frigidos iuvat; picea et sulphurea similiter. Aluminosa refrigerat et desiccatur. Nitrea ventrem solvit. De metallo f(e)r(re)o sumpta constipat, membra confortat, de metallo eris humiditati stomachi subvenit, de metallo argenti frigidat ac desiccatur.

Si quis abitans sit in regione<m> ubi non sint aque bone, pulverem illius quam solitus est bibere secum portet et illis quibus vult uti commisceat et colaturas bibat, alioquin coquat et optimo vino misceat.

106) - **De turbida aqua**

Si turbida sic sit aqua, mica tum de pane fiat in illa, si aluminosa, cum dulci vino commisceatur, si corrupta, cum odorifero, si salsa, cum ordei farina et bis vel ter coletur. Si quis frequenter aquam

bibit non evadit percussione viscerum saltim in senectute futura; nec sitibundus post sopnum bibat eam frequenter nec ieiunus.

Aqua calida ieiunum lavat stomachum, de fecibus ciborum purgat stomachum et omnem putredinem et solvit ventre

* Opusculum quod in codice, ut supra dictum est, sign. num. 119 apud Universitatis Complutensis Bibl. Madriti, ad ff. 134^v-139^v invenitur.

^{xxviii} Verbum *cicer* non solum genus neutrum sed etiam masculinum in hoc articulo exhibet.

^{xxix} In Constantini Africani opera, quae Particulares diete inscribitur, ad v. *radix* similis articulus invenitur, in quo contra verbum *libidinem*, quod in hoc loco scriptum est, verbum *lapides* legitur. Verum in praesenti articulo verbum *libidinem* suprascriptis litteris emendatum videtur, sed non ita ut plane in quam novam lectionem reducendum sit appareat. Forsan scriba verbum *lapidem* illic reficere intendebat ideoque a nobis ut aptius accipiendum est.

^{xxx} Verborum *potiora et*, incerta lectio.

^{xxxi} Verbi incerta lectio.

^{xxxii} Verbi incerta lectio.

^{xxxiii} In hoc articulo verborum *dietarii, provideant, lacerati et videntur*, lectio incerta est.

^{xxxiv} Verbi lectio alio verbo, in albo spatio desuper scripto, explicatur.

II - TRADUZIONE

(*Criteri di edizione:* nella traduzione, in cui la scorrevolezza è stata sacrificata alla massima aderenza al testo medioevale, sono evidenziati in corsivo i termini che non hanno nessun possibile o adeguato corrispettivo nella nostra lingua.)

INTRODUZIONE

I quattro umori

1) - Il corpo umano è composto da quattro umori, s'intende dal sangue, dalla bile gialla, dalla bile nera assieme al flemma. Il sangue predomina nel lato destro sotto il fegato, la bile gialla nello stesso posto, la bile nera altresì nel lato sinistro, naturalmente nella milza. Una parte poi del flemma è nella testa, un'altra nella vescica, un'altra nel cuore. Il sangue è ardente, umido, dolce, la bile gialla amara, verde, infuocata, asciutta, la bile nera aspra, fredda ed asciutta, il flemma insipido, freddo ed umido.

Il sangue si sviluppa in un solo periodo, cioè in primavera, dall'8 delle idi di febbraio fino al 4 delle idi di maggio. La bile gialla in estate, cioè dall'8 delle idi di maggio fino all'8 delle idi di agosto. La bile nera in autunno, cioè dall'8 delle idi di agosto fino al 4 delle idi di novembre. Il flemma in verità in inverno, cioè dall'8 delle idi di novembre fino all'8 delle idi di febbraio. Il sangue predomina dalla nona ora della notte fino alla terza del giorno, la bile gialla dalla terza ora del giorno fino alla nona del giorno, la bile nera dalla nona ora del giorno fino alla terza di notte, il flemma dalla terza ora della notte fino alla nona della notte.

Il sangue traspira attraverso le narici, la bile gialla per le orecchie, la bile nera per gli occhi, il flemma per la bocca.

2) - Il flemma prevale insieme al sangue nei fanciulli fino a 15 anni, poi la bile gialla fino a 28 anni; da quel momento la bile nera fino ai 42 con la massima parte del sangue. Da qui fino all'estrema età predomina, come nei fanciulli, il flemma.

3) - Il sangue rende l'uomo di buona indole, semplice, modesto, attraente, gioviale, alto e pieno.

4) - La bile gialla rende l'uomo collerico, ingegnoso, acuto, incostante, audace, magro, mangiatore fortissimo e dalla rapida digestione.

5) - La bile nera rende l'uomo scaltro, collerico, avaro, timido, triste, invidioso.

6) - Il flemma rende l'uomo misurato ma pigro, pensieroso, poco audace, con i capelli bianchi in testa.

7) - Bisogna sapere che ogni volta che qualcuno dei sopraddetti umori sarà prevalso sugli altri, qualora non ci fosse il rapido soccorso del medico (potrebbe) insorgere una non lieve discrasia o malattia, ma se vi è qualche medico esperto e diligente può opportunamente venire in aiuto del malato.

Infatti se la malattia sarà stata originata dal sangue, che è dolce, caldo ed umido, venga curata mediante sostanze amare, fredde ed asciutte.

Se dalla bile gialla, che è amara, infuocata ed asciutta, va curata con sostanze dolci, fredde ed umide.

Se dalla bile nera, che è fredda, aspra ed asciutta, va guarita con sostanze calde, umide e dolci.

Se dal flemma, che è freddo ed umido, verrà guarita con sostanze calde ed asciutte.

Poiché se il medico sarà stato negligente ed inesperto la malattia sarà lunga e si protrarrà fin tanto che quell'umore non trapassi il suo (proprio) tempo ed un altro umore si sovrapponga e venga estromesso l'umore da cui sarà stata originata la malattia.

Pertanto bisogna trattare di cibi e bevande, quali sono caldi e quali freddi, quali umidi e quali a-

sciutti, e di alcuni altri che sono necessari a conservare l'aggregazione dei sopraddetti umori, in primo luogo del frumento.

[CIBI E BEVANDE]

8) - [Il frumento]

Il frumento è il più pregevole ed il più equilibrato di tutti i cereali, infatti è caldo in primo grado, moderato fra umido ed asciutto, tuttavia sembra avere una distinta qualità naturale.

Vi sono appunto distinti generi di frumento: l'uno è fitto, pesante e difficile a rompersi, esternamente di color zafferano, all'interno senz'altro bianco, delicato e lucido di superficie, l'altro è rado e leggero, facile a rompersi, bianchissimo nelle parti interne, dalla superficie ruvida. La farina ed il midollo del primo per la sua consistenza supera la buccia e la crusca. Questo è migliore per far semola che farina, il suo nutrimento è superiore, la sua espulsione lenta, la digestione dura e disordinata, vale di più al ristoro delle membra ed a dar forze che alla salvaguardia della salute. Infatti per il ristoro delle membra è necessario un cibo duro a digerirsi e più rapido ad eliminarsi. Un cereale che è leggero e facile a rompersi sovrabbonda in crusca, buccia e midollo; per questo motivo è meno adatto al nutrimento del corpo, facile all'eliminazione. Pertanto è di maggiore efficacia per la tutela della salute che per il ristoro delle membra.

Il frumento altresì nasce l'uno in una terra densa, grassa e corruttibile poiché è più grasso e di maggior peso e si mostra più nutriente, l'altro in una terra magra ed arida poiché si presenta di peso più leggero e più secco e nutre meno. L'altro nasce in una regione calda ed asciutta ed è meno umido; l'altro in una fredda ed umida ed è maggiormente umido; l'altro in una fredda ed asciutta ed è pesante, ha moltissimo midollo, si digerisce rapidamente e nutre perfettamente. Parimenti il frumento nasce in un periodo temperato, ma sopraggiungendo piogge abbondanti venga inumidito. Oppure esso è troppo vecchio e rapidamente si essicca.

Anche il frumento (è) o troppo nuovo in ragione dell'umidità o troppo vecchio in ragione dell'aridità; l'arido per vecchiezza viene rifiutato, ma il mediocre venga accettato per la sua moderazione.

9) - Il grano pestato e la semola, qualora vengano cotti con il latte, generano sangue apprezzabile e nutrono bene, né tuttavia è bene servirsene.

10) - La farina secondo la qualità naturale assume morbidezza. Infatti macinata perfettamente nutre bene e si digerisce rapidamente, non macinata appunto alla perfezione non nutre bene né si digerisce facilmente. Quella che è vicina alla morbidezza si riscalda troppo e costipa, quella che ne è lontana (agisce) al contrario, quella che è nel mezzo è pregevole e buona.

Il brodo fatto con farina è un purgante del petto e del polmone e lenisce la loro irritazione.

11) - Il decotto fatto con farina di frumento è adatto alla tosse ed al flusso del sangue; la crusca contiene calore, lava, purifica e scioglie.

12) - Il pane è più caldo del frumento da cui deriva, a causa della morbidezza e della cottura. Di esso sappiamo che vi sono tre forme, una grande s'intende, una media ed una piccola. La grande ha più mollica, la scorza più dura, scorza che nutre poco, dissecca e costipa. La mollica è densa, viscosa e dilatante^{xxxv}. Il fuoco perfora le parti interne del pane piccolo e sottile ed asciuga l'umidità della mollica. Donde Ippocrate (afferma che) il pane piccolo ed esile contiene poca mollica e poco nutrimento, la sua espulsione (è) lenta, costipa il ventre.

Il pane di forma intermedia, cotto misuratamente con condimento di sale e lievito, qualora venga fatto con farina bianchissima dei sopraddetti cereali, osservato il giusto equilibrio di morbidezza e di cottura, è ottimo per i (temperamenti) sani e moderati.

Il pane grande giova agli asciutti (di temperamento), il piccolo ed esile agli umidi; il secondo (ti-

po di) pane nutre di meno e si digerisce più in fretta.

Il pane azzimo nutre eccessivamente e si digerisce lentamente, tuttavia giova molto a quelli che faticano.

13) - **Il lievito**

Il lievito, regolato da diverse proprietà, è scarso di calore e freddo, per cui ha una fine capacità di estrarre gli umori dalle parti interne del corpo.

14) - **Le zeppe**

Le zeppe di farina di frumento costituiscono un cibo grossolano per la viscosità dell'olio e della farina, pertanto (esso) genera un flemma viscoso e nuoce al fegato ed alla milza, e tuttavia nuoce di meno ai reni qualora si mangi col miele.

15) - **Il frumento tostato**

Il frumento nuovo, tostato al fuoco, nutre di più e provoca meno ventosità, cotto in acqua è dilatante e genera umore viscoso e suscita il borborigmo; se però si digerisce bene nutre molto e ristora le membra, perciò conviene che si dia a quelli che maggiormente siano impegnati in fatiche.

16) - **L'orzo**

L'orzo è freddo ed asciutto in primo grado, possiede la proprietà di purificare e di filtrare ed un nutrimento che non provoca dilatazione.

17) - **Il pane d'orzo**

Il pane d'orzo è freddo ed asciutto, meno nutriente del pane di frumento ed è costipativo. Questo deve essere mangiato con diete untuose, com'è la carne grassa ed il burro.

18) - **Il decotto d'orzo**

Il decotto fatto con l'orzo è freddo, umido e più fresco dell'acqua. Il decotto giova agli occhi, agli assetati ed a quelli travagliati da acute febbri.

19) - **Il miglio**

Il miglio è freddo in primo grado, asciutto in terzo. Il pane fatto con esso genera pochissimo sangue e per niente pregevole, non è utile a quelli che vogliono accrescere la loro carne ed ingrassare, ma solo a quelli insomma a cui si addice, così come il raffreddamento o il ristoro, l'essiccazione degli umori superflui.

20) - **Il panico**

Il panico nella forma e nella sostanza alimentare è simile al miglio, nutre di meno e pur tuttavia è migliore cotto in acqua, cosa che si fa così: o, in ogni caso tolte le bucce, si cuoccia soltanto in acqua, o la sua^{xxxvi} farina ben ripulita venga cotta similmente in acqua. In qualunque dei modi si mangi ha bisogno di un po' di grasso.

21) - **Le fave**

Le fave, se sono verdi sono umide e flemmatiche, se altresì secche, sono fredde ed asciutte, ventose, dilatanti e dure a digerirsi. Quelli che ne mangiano avvertono subito pesantezza di capo e stanchezza; l'esalazione infatti diffusa per le membra e salendo alla testa nuoce al cervello e provoca sogni frequenti ed insulsi.

22) - **La menta**

La menta è calda ed asciutta in secondo grado.

23) - **Le fave grandi e bianche**

Le fave grandi, bianche e non vecchie sono apprezzabili cotte in acqua se, buttata via la prima acqua, altra se ne aggiunga e così si cuocciano. Quelle che vengono cotte senza buccia sono meno dilatanti e si digeriscono più rapidamente; le une e le altre parimenti con pepe e comino o un po' di grasso. Sono più utili tostate, cagionando meno ventosità e dilatazione, ma sono difficili da digerire. Pur tuttavia qualora si spanda sopra dell'acqua dopo la tostatura e si mangino con menta, comino ed origano perdono la durezza.

Qualora si cuocciano con la buccia nell'aceto, giovano al flusso del ventre, alla dissenteria ed al vomito, e la loro farina preparata con olio di mandorla e zucchero giova a coloro che soffrono di tosse, alleviano l'irritazione del petto e del polmone.

24) - **Il cece**

Il cece bianco è caldo in primo grado, umido alla metà (dello stesso). Il nero è più caldo del bianco e meno umido. Entrambi nutrono, suscitano l'urina, provocano i mestruì, aumentano lo sperma; quando l'acqua si cuoce col comino, l'aneto e la cannella riscalda, dissolve gli umori densi, rompe il calcolo dei reni e della vescica. A ciò il nero è più energico del bianco, il bianco certamente è più nutriente.

Bisogna sapere che la fava ed il cece, qualora vengano ben cotti e preparati secondo quanto più sopra abbiamo indicato, operano lo stesso che il frumento impastato e la carne, nutrono e sviluppano, ed assottigliano la cute e gonfiano.

25) - **Le lenticchie**

Le lenticchie sono fredde in secondo grado, asciutte in terzo, perciò generano sangue bilioso. Se in verità le vorrai moderare, si scelgano grandi, recenti ed adatte alla cottura, si mondino e si lessino in acqua; buttata via questa, si facciano cuocere in acqua e si condiscano con aceto, origano, menta, pepe, comino ed olio o fresca carne grassa.

26) - **Le robiglie, cioè le cicerchie**^{xxxvii}

Le *robiglie*, cioè le cicerchie, sono fredde in primo grado, equilibrate fra asciutto ed umido; cotte senza buccia sono pregevoli e non generano dilatazione né flatulenza, come le fave sono in verità buone da mangiare in estate ed in una zona calda. Il decotto fatto con esse è adatto al vacillamento^{xxxviii} del cuore, al raffreddore, alla tosse ed al dolor di petto.

27) - **Le rape**

Le rape sono calde ed umide, contengono un alimento grossolano e sono accrescitrice di sperma ed un po' diuretiche. Qualora vengano cotte in acqua e, buttata via quella, si tornino a cuocere in altra con carne grassa, nutrono bene, tuttavia generano carne molle e gonfia.

28) - **Il ravanello**

Il ravanello è caldo in terzo grado, asciutto in secondo; l'alimento di questo è duro alla digestione, grossolano e nocivo allo stomaco. Ad ogni modo è emolliente, ripulisce i reni e la vescica dagli umori densi, provoca l'urina, rompe il calcolo. Qualora poi venga mangiato cotto combatte la tosse provocata dall'umidità. Quelli che lo vogliono prendere per il vomito, lo prendano prima dei pasti, se per coadiuvante della seconda e terza digestione, lo prendano dopo i pasti, allora suscita meno ventosità tendente a risalire più in alto e con il suo peso deposita il cibo più in basso, nel posto della digestione e si digerisce come conviene.

29) - **Le rubiglie**^{xxxix}

La rubiglia è calda in primo grado, asciutta in secondo.

30) - **Le cipolle**

Le cipolle sono calde in quarto grado e parimenti asciutte, tuttavia hanno una certa umidità, provocano dilatazione e dolor di testa; è necessario che siano condite con latte ed aceto.

31) - **Gli agli**

Gli agli sono più caldi delle cipolle e più asciutti, provocano il massimo calore al corpo e sono penetranti. Qualora questi vengano cotti perdono l'ardore e sono preferibili e migliori del cibo; cotti nutrono di più che crudi, proteggono la salute poiché rinforzano il calore naturale ed aiutano la digestione. Quelli che hanno costipazione di ventre e quelli che hanno dolor di testa non se ne servano.

32) - **I porri**

I porri sono caldi a metà del terzo grado, asciutti al termine del medesimo, provocano il dolor di testa, giovano alle emorroidi, espellono la ventosità degli intestini. Sia cotti che crudi sono nocivi allo stomaco poiché pungono i suoi nervi con il loro frizzo, ed anche la loro esalazione, salendo alla testa, fa da impedimento alla vista e provoca sogni terrificanti ed angoscianti, a meno che prima non si mangino lattughe, portulache o simili, da cui riceva moderazione.

33) - **I cavoli**

Il cavolo è freddo ed asciutto in primo grado, genera sangue torbido e melanconico. Esso è di due specie: uno è il *bleto* che si chiama *canabia*^{xi} e l'altro è detto cavolo vero; l'uno è invernale l'altro estivo^{xli}. L'estivo è più penetrante dell'invernale, ma entrambi inumidiscono il ventre, provocano l'urina. Perciò d'altra parte siano mitigati e si lessino in acqua; gettata via questa, siano cotti di nuovo con carne grassa.

34) - Il finocchio

Il finocchio è caldo a metà del secondo grado, asciutto nel medesimo.

35) - La salvia

La salvia è calda ed umida.

36) - Le pigne

Le pigne sono calde in secondo grado, asciutte nel medesimo.

37) - Gli spinaci

Gli spinaci sono freddi ed umidi al termine del primo grado.

38) - La borragine

La borragine è calda ed umida in secondo grado, ha la proprietà di generare allegrezza come il sedano.

39) - L'atreplice^{xlii}

L'atreplice è fredda in secondo grado ed umida in primo, nutre poco, la sua linfa infatti è acquosa e rapidamente viene espulsa, tuttavia giova a quelli che sono di temperamento caldo ed asciutto.

40) - La malva

La malva è fredda in primo grado, umida in secondo. Questa elimina i flemmoni, calma la tosse, allevia l'irritazione della gola e del polmone qualora venga cotta in acqua con grasso.

41) - La lattuga

La lattuga è fredda in secondo grado ed umida, tuttavia è più nutriente di ogni sorta di erbe; il sangue che genera è ottimo, mitiga la sete, provoca il sonno; sia cotta che cruda è migliore mentre cresce che cresciuta.

42) - La portulaca

La portulaca è fredda in terzo grado, umida in secondo. E' adatta a quelli che sono di natura calda. E' appropriata alla contenzione dello stomaco e dell'utero, alla trafittura della vescica e dei

reni; calma il calore e l'acutezza delle febbri, ristora lo stomaco e gli intestini, e ripulisce le ulcerazioni insorte nella vescica, chiude il flusso del sangue da qualunque parte scorra.

43) - **Il prezzemolo**

Il prezzemolo è caldo ed asciutto in terzo grado, pertanto è emolliente, provoca l'urina ed i mestruai, elimina la ventosità ed il gonfiore (di ventre), placa il dolore dei reni e della vescica, apre i pori del corpo e dirada gli umori - attenuati li elimina con il sudore e l'urina -, purifica il sangue, apre la bocca dello stomaco e, soprattutto lessato, pulisce le lesioni del fegato, apre la loro ostruzione e cura i loro ascessi, particolarmente quelli che si trovano nei reni, ed elimina la ventosità dell'affezione colerica.

44) - **Il cerfoglio**

Il cerfoglio è caldo in terzo grado, asciutto in secondo; dato a bere con l'idromele provoca l'urina ed i mestruai, placa il dolore del fianco, dei reni e della vescica, calma da una grossolana ventosità lo scioglimento del ventre, elimina la ventosità ed ogni viscosità dello stomaco, anche un'intensa ventosità.

45) - **La ruta**

La ruta domestica è calda ed asciutta in terzo grado, la selvatica in quarto.

46) - **La carota**

La *blattra*, cioè la carota, è calda ed asciutta in terzo grado, umida a metà del primo.

47) - **La zucca**

La zucca è fredda ed umida in secondo grado.

48) - **Il blito**^{xliii}

Il blito è caldo ed asciutto in primo grado.

49) - **L'asparago**

L'asparago è freddo ed asciutto similmente in primo grado.

50) - **L'aneto**

L'aneto è caldo al termine del secondo grado, asciutto in terzo.

51) - **L'appio**

L'appio è caldo in terzo grado, elimina la ventosità, provoca l'urina ed i mestruai, apre la costipazione della milza e del fegato, ma tuttavia genera il dolor di testa.

52) - **I cocomeri ed i cetrioli**

I cocomeri ed i cetrioli sono freddi ed umidi in secondo grado. Estinguono l'arsura e la sete, provocano l'urina, ma i cetrioli sono più freddi ed un po' astringenti.

53) - **I funghi**

I funghi sono freddi ed umidi, duri da digerire ed una volta mangiati generano molta difficoltà nella bocca dello stomaco, pesantezza fino allo sfinimento ed umor nero.

54) - **I fichi**

I fichi sono caldi in primo grado, verdi sono umidi in secondo grado, secchi sono equilibrati fra umido ed asciutto. Nutrono misuratamente, generano sangue buono, si digeriscono rapidamente, giovano a chi tossisce, stimolano la pulizia al petto, al polmone, alla vescica ed ai reni, tuttavia quelli che ne mangiano spesso e molto abbondano di pidocchi.

55) - **Le more**

Le more sono fredde in secondo grado, umide in terzo. Se sono ben mature sono lassative, immature sono astringenti, fredde, asciutte ed utili ad uno stomaco caldo ed umido.

56) - **Le prugne e le ciliege**

Le prugne e le ciliege sono fredde in primo grado, umide in secondo. Le aspre sono più fredde e più lassative, spengono il calore naturale. Le dolci sono (ancor) più lassative, le secche sciolgono (il ventre) meno delle fresche. Se si prendono prima dei pasti e si beve poi del vino vecchio ed ottimo non nuocciono.

Le prugne mature ed acquose sono altresì moderate in primo grado, fredde ed asciutte in secondo; le aspre sono più fredde, mangiate prima dei pasti sono astringenti, dopo i pasti sono anche migliori se vengono consumate con ottimo vino, confortano lo stomaco e riducono il vapore che sale alla testa.

57) - **Le pesche**

Le pesche sono fredde ed umide in secondo grado, generano il flemma, ma quelle che facilmente si separano dal nocciolo e sono di sostanza tenera si digeriscono più rapidamente; anche queste vanno mangiate prima dei pasti e consumate con ottimo vino.

58) - **Le cotogne**

Le cotogne sono fredde ed asciutte in primo grado, ma sono astringenti e ristoratrici del calore dello stomaco; mangiate prima dei pasti costipano, dopo i pasti sciolgono (il ventre).

Le cotogne piccole, rotonde e profumate sono migliori.

59) - **Le mele**

Le mele sono fredde, asciutte e ristoratrici del calore dello stomaco, non mature sono astringenti e dure a digerirsi. Le aspre sono più fredde, le dolci o profumate sono intermedie fra caldo e freddo, ristoratrici degli ammalati dell'estremità cardiaca dello stomaco^{xliv}, ma tuttavia prima dei pasti sono meno utili, infatti vanno consumate dopo i pasti.

60) - **Le melagrane**

Le melagrane sono fredde, misurate in umidità ed asciuttezza. Le aspre sono più fredde, calmano l'umor nero, ristorano lo stomaco ed il fegato. Qualora i chicchi siano secchi sono contrari allo scioglimento del ventre, curano gli umori biliosi. Qualora i chicchi ...^{xlv} aiutano quelli che tossiscono per l'arsura. Le dolci sono intermedie fra caldo e freddo e sono umide.

61) - **Le nespole**

Le nespole sono fredde ed umide in primo grado, le aspre tuttavia precedono quelle secche e generano il flemma, quelle che seguono calmano la bile.

62) - **Le noci**

Le noci sono calde ed umide in secondo grado; quelle recenti sono meno calde, la buccia sottile più interna è un poco costipativa.

Le noci nutrono misuratamente ma provocano dolore nella testa, generano sangue buono ed ostacolano il veleno.

63) - **Le nocciole**

Le nocciole sono calde ed asciutte, dure a digerirsi e sono pesantissime per lo stomaco, ma molto nutritive. Quelli che le mangiano prima dei pasti sono sicuri che il veleno non li nocchia. Qualora si mangino con i fichi sono efficaci contro il morso degli scorpioni.

64) - **Le mandorle**

Le mandorle sono equilibrate fra caldo ed umido, freddo ed asciutto, aiutano e puliscono il polmone essendo depurative, nutrono mediocrementemente, mangiate con i fichi secchi sono lassative. Alcune sono amare e più depurative, puliscono il petto, decongestionano il fegato e la milza, provocano l'urina.

65) - **Le castagne**

Le castagne sono equilibrate tra freddo e caldo e sono asciutte in secondo grado, sono dilatanti e dure a digerirsi, ma nutrono molto.

66) - **I datteri**

I datteri ben maturi sono caldi ed umidi, nutrono abbastanza e sono lassativi, non maturi sono astringenti ed atti a ristorare lo stomaco.

67) - **Le uve**

Le uve si dividono in due: vi è quella quasi acerba, non matura, vi è la matura e dolce; quella che è matura è calda ed umida ; quella altresì che è aspra, è fredda in quarto grado, asciutta in secondo. Le dolci e mature sono di gran lunga migliori; se hanno la pelle esterna spessa e dentro sono molto umide, sono più lassative.

68) - **Le uve passe**

Le uve passe sono di natura tali quali sono quelle da cui sono state ricavate, ma sono più calde e più nutrienti, giovano al petto ed al polmone. Le bianche nutrono leggermente, facilmente si conservano, sturano le vene e provocano l'urina. Le nere sono di digestione pesante ma ristorano lo stomaco, tuttavia se si digeriscono bene nutrono molto.

L'uva senza buccia è più pregevole siccome più digeribile.

69) - **Le olive**

Delle olive esistono due specie, l'una infatti emette olio, l'altra acqua di olio. Quella per rendere olio è più nutritiva; quella per rendere acqua ristora lo stomaco, soprattutto mangiata con aceto, tuttavia matura è calda, acerba è fredda.

70) - **L'olio**

L'olio recente, che proviene da olive fresche, nere e mature, è misuratamente caldo ed umido, ammorbidisce ed inumidisce equilibratamente lo stomaco, rapidamente si trasforma in bile.

L'olio, se sarà stato ricavato da olive assai mature, sarà privo di ogni frode perché vi rimarrà un po' d'asprezza, tolta la quale, diviene nocivo e subito convertibile in umori dannosi, se non altro impedisce la digestione dello stomaco; tranne che vecchio, sarà inadatto all'uso, utile alla medicina.

71) - **Il miele**

Il miele è caldo ed asciutto in secondo grado, confacente sia ai (temperamenti) freddi sia ai flemmatici sia ai vecchi, infatti genera sangue buono, rinforza il calore naturale. Non si confà ai biliosi ed ai giovani: genera bile gialla e malattie biliari, anche acute, soprattutto in estate. In questi corpi infatti si muta prima in bile gialla che in sangue. E' depurativo ed emolliente, anche penetrante, per cui provoca la sete; suscita la nausea ed il vomito in quelli che ne mangiano molto.

72) - **Il sale**

Il sale è caldo in secondo grado, asciutto in terzo. Le specie di sale sono due, uno minerale e l'altro marino. Il minerale è più pregevole perché è privo di pietre ed è chiaro ed uniforme ed è più forte del marino. E' marino sia che provenga dai bacini che chiamiamo saline sia dall'acqua del mare essiccata dal sole estivo; questo è migliore se è candido. Entrambi purificano, essiccano l'eccesso di umori putridi e densi, conservano l'umidità naturale, occludono i pori della pelle, danno condimento ai cibi.

73) - La rucola

La rucola è calda in primo grado, asciutta in secondo; non si adatta ai biliosi ed ai sanguigni, si confà per natura ai (temperamenti) freddi perché aiuta la loro capacità digestiva, inumidisce il ventre.

74) - Il pepe

Il pepe è caldo ed asciutto in quarto grado, è efficace per coloro che hanno uno stomaco freddo ed umido, pulisce sia il petto che il polmone dal flemma viscoso, toglie la ventosità e la dilatazione, provoca l'urina.

75) - La senape

La senape è calda ed asciutta a metà del quarto grado, purifica lo stomaco dagli umori densi.

76) - Il comino

Il comino è caldo in terzo grado, asciutto in secondo, dissolve la ventosità, placa il dolore e lo spasmo del ventre.

77) - L'aceto

L'aceto è freddo in primo grado, asciutto in terzo, donde per l'indebolimento (dovuto all'azione) della sua freddezza perfora rapidamente il corpo fino alle zone periferiche; è dissolutivo e riduttivo.

78) - La carne

Ogni carne è calda ed umida, nutriente e produttiva di sangue, ma tuttavia l'una più, l'altra meno. La carne di maiale è calda ed umida, moderata, più nutriente di qualsivoglia altra carne e genera sangue migliore.

La carne di porcello è più umida e più flemmatica.

La carne di agnello è calda ed umida; quella delle femmine genera sangue cattivo.

79) - La carne di capretto

La carne di capretto è moderata e genera sangue buono, nutre bene.

80) - La carne di capra

La carne di capra genera sangue cattivo e bilioso.

81) - La carne di bue

La carne di bue è assai nutritiva e spessa, dura da digerire e genera l'atrabile.

82) - **La carne di vitello**

La carne di vitello è moderata, genera sangue buono e, come la carne di agnello e di capretto di un anno è moderata, così anche la carne di vitello. Vi è infatti una regola generale: chi è nato da una madre umida, da giovane non è apprezzabile per l'eccessiva umidità sia dell'età che della madre, inversamente in (caso di) una madre asciutta.

83) - **I montoni**

I montoni giovani sono meno umidi e viscosi e generano sangue migliore rispetto alle pecore. Le pecore non sono adatte se non a quelli che sono di temperamento asciutto, generano infatti flemma viscoso.

84) - **La carne dei castrati**

La carne dei castrati si digerisce rapidamente e nutre meglio.
La carne grassa ammorbidisce il ventre ed è dura da digerire. La magra essicca i corpi e si digerisce facilmente. La carne che è tra la grassa e la acra è più moderata; è adatta di più ai giovani ed a coloro che si esercitano assai ed hanno i pori radi.
La carne delle pecore già adulte è buona e non (lo è) di quelle che non hanno raggiunto ancora il tempo e (quella) dei capri castrati. Per coloro che fanno del moto la carne di vitello e di capretto è buona.

85) - **Le anatre e le oche**

Le anatre e le oche sono calde ed umide e produttive di umori cattivi.

86) - **La carne selvatica**

Tutte le carni selvatiche sono per niente apprezzabili e produttive di sangue bilioso; di queste tuttavia è migliore la carne di capriolo e di lepore.
Bisogna sapere che la qualità naturale degli animali è imitatrice del temperamento umano sia nel caldo che nel freddo, nell'asciutto e nell'umido ed a ciò i (medici) dietisti prestino attenzione.
Tutto quel che c'è negli animali di più smembrabile per mangiare, sembra che è stato sminuzzato^{xlvi}.

87) - **La testa**

La testa è un alimento grossolano, molto nutritivo e duro a digerirsi.

88) - **Il cervello**

Il cervello è umido e nauseante, il midollo similmente.
Le lingue sono moderate.

89) - **I piedi, le mammelle ed i testicoli**

I piedi e gli orecchi ed anche le labbra sono facili da digerire.
Le mammelle ed i testicoli sono nauseanti e buoni, ma nauseanti poco.

90) - **Il fegato**

Il fegato genera sangue buono e nutre bene, ma si digerisce male.

91) - **La milza**

La milza genera sangue cattivo.
Il polmone è flemmatico e si digerisce rapidamente.
Il cuore è duro da digerire, ma qualora possa essere digerito nutre bene.

92) - **I reni**

I reni similmente.
Lo stomaco si digerisce facilmente e genera sangue freddo.
Le ossa sono flemmatiche, mangiate con la carne sono migliori.

93) - **La carne dei volatili**

La carne dei volatili è più facile da digerire e più pregevole della carne dei quadrupedi.

94) - **Gli uccelli in generale e in primo luogo la gallina**

La gallina supera tutti i volatili, anche i fagiani, le starne, i polli e le pernici.
I passeri sono caldi.
I tordi sono mediocri.
I colombi selvatici piccoli sono caldi e produttivi di sangue bilioso.
Le tortore producono sangue bilioso.
Le gru sono dure ed indigeste, similmente anche i pavoni.
I capponi sono più pregevoli di tutti i volatili.
Le estremità dei volatili sono miglior di tutte le altre membra, ma soprattutto i colli e le ali.
La carne cucinata con il grano è molto nutriente e giova a quelli che faticano, cotta con aceto è adatta ai biliosi, con il latte è più nutriente e non è adatta ai (temperamenti) freddi, con i cavoli genera sangue bilioso ed è lassativa, con le rape produce sperma caldo ed umido.

95) - **I fritti**

Ogni fritto è caldo, asciutto ed essiccante, ma fatto con aceto è adatto ad uno stomaco flemmatico e spossato.
La carne arrostita è calda, moderata, molto nutriente e dura da digerire.

96) - **I pesci freschi**

I pesci freschi sono freddi ed umidi, producono generalmente il flemma, ma tuttavia quelli che nascono in mare o in acque salate sono poco caldi. Quelli in verità che nascono in acque petrose

sono più pregevoli di tutti gli altri, soprattutto se dimoranti in un gran fiume limpido e fluente. Questi pesci infatti hanno le carni tenere, non viscosi, digeribili, produttrici di sangue buono, adatte ai giovani, ai (temperamenti) caldi, a coloro che si trovano in luoghi caldi ed assolati ed ai convalescenti.

97) - **I pesci dei laghi**

I pesci che nascono nei laghi o in acque melmose oppure fetide, torbide e molto tranquille sono di gran lunga i peggiori.

I pesci squamosi sono migliori di quelli che son privi di squame.

I pesci secchi e salati sono caldi ed asciutti, tuttavia sono adatti ai flemmatici qualora non ne mangino molto.

I pesci freschi si adattano ai biliosi ed a quelli che hanno lo stomaco caldo.

98) - **Le uova**

Le uova di gallina sono migliori delle uova di tutte le altre (specie) e dopo di quelle le uova delle pernici e delle starni, qualora tuttavia siano recenti. Anche quelle divenute stantie in un luogo caldo non sono per niente sane. Quelle di oca, di anatra, di struzzo sono dure ed indigeribili.

Le uova lesse e moderatamente cotte sono adatte alla digestione, ma cotte fino alla durezza si digeriscono con lentezza.

Le uova fritte sono più indigeribili delle altre, più grasse e rapidamente trasformabili in esalazione, umori biliosi e putrefazione.

Cotte con olio in acqua e condimenti, s'intende pepe, comino e simili, sono più apprezzabili e si digeriscono più rapidamente. Similmente cotte non completamente in acqua con carne grassa, ma tuttavia calde e bevute, calmano l'irritazione della gola e del petto.

99) - **Il cacio**

Il cacio vecchio e secco o troppo salato è il peggiore di tutti, provoca sete, dolor di testa, costipazione del fegato e calcolo nei reni.

100) - **Il burro**

Il burro è moderato in calore ed in umidità, idoneo allo spurgo del petto e del polmone. Se inoltre in questi posti si sarà prodotto un ascesso, il burro con il miele lo matura.

101) - **Il latte**

Il latte generalmente è freddo ed umido, cagliato è tuttavia asciutto.

Il siero in verità è umido, riscalda e libera il ventre.

Il latte di vacca è nutriente e scende duro allo stomaco.

Il latte di cammello abbonda d'acqua, è meno nutriente e si digerisce rapidamente, per cui giova agli idropici.

Il latte di capra è intermedio fra questi due perché questi tre per vigore sono inoltre uguali.

Il latte di pecora è a mezzo tra il vaccino ed il caprino.

Il latte di donne che sono sane di corpo è ottimo, infatti qualunque latte (provenza) da un animale infermo è pessimo.

Il latte recente è caldo e talvolta è efficace contro il veleno.

Il latte in primavera è acquoso, in estate moderato ed in autunno tende all'ispessimento.

Il latte è caldo qualora un animale si nutra in pascoli caldi, è astringente se i pascoli astringenti, moderato se in pascoli moderati.

Il latte acquoso in verità è cattivo.

102) - Il vino

Il vino recente è caldo in primo grado. Il vecchio che trapassa nei sette anni lo è in quarto grado.

Il mezzano dai due ai quattro anni è caldo in secondo grado.

Il vino quanto più caldo tanto è più asciutto e quanto meno caldo tanto più umido.

Il vino è l'uno bianco, l'altro nero. Da questi si ottiene il dorato, il rosso e il verdognolo ed anche il rosato. Similmente l'aureo, il citrino, il *palmeo*^{xlvii} ed il bianchetto. Parimenti il vino è l'uno dolce, l'altro acerbo, l'altro forte in odore e sapore. Il vino è l'uno delicato ed acquoso, l'altro ter-rigno e corposo, l'altro intermedio.

Qualora il vino sia mediocre e si beva misuratamente, secondo richiede l'età, il tempo, l'infermità o la buona salute, è sano. Al medico d'altra parte è necessario che nel vino e nelle altre cose tenga sempre presente il temperamento e la sovrabbondanza di umore di ciascun uomo.

Il vino, bevuto moderatamente come sopra dicemmo, conforta ed aumenta il calore naturale, espelle la bile gialla col sudore e l'urina, riscaldando ed inumidendo modera la bile nera, ammorbidisce le membra irrigidite, indurite e secche per la fatica e l'eccessiva stanchezza, toglie la spossatezza e ridona le forze ai malati, ingrassa i corpi, rinforza l'energia e l'appetito, elimina la dilatazione e la flatulenza. Ma, qualora si beva trascurando un ragionevole limite oppure fino all'ebrietà, genera turbamento della mente, stoltezza, apoplezia, epilessia, paralisi, tremore, spasma e simili. Infatti le vene ed i ventricoli del cervello si riempiono e si spegne il calore naturale.

Il vino bianco e corposo nutre poco. Il bianco e delicato è abbastanza diuretico, di calore adeguato per natura ed alleggerisce il dolor di testa dai vapori densi, giova ai nervi ed alle membra.

Il vino nero, corposo ed acre è duro da digerire e genera sangue denso. Qualora venga dato ai giovani prima del cibo è buono, infatti dispensa energia ed un nutrimento che s'avvicina alla carne porcina. Per i più anziani è inadatto prima e dopo il cibo. Il nero corposo e dolce non è buono.

Il vino rosso è più pregevole per regolare ed aggiungere sangue e per rinforzare il calore naturale, qualora nel colore, nell'odore e nel tempo si tenga presente la via di mezzo.

Il vino rossiccio, corposo e profumato nutre male e fa sangue buono.

Il vino corposo, rosso ed acre è meno utile.

Il vino citrino e delicato nutre poco, tuttavia è caldo; il citrino corposo è caldissimo, penetrante e sale rapidamente alla testa; genera ebbrezza qualora sia vecchio.

Se si deve bere vino forte prima dell'ora sesta o quarta, vi si mescoli molta acqua oppure pane di prima qualità.

Il vino rosso è migliore del nero sia per corposità che per asprezza. Il rosato fatto da uve rosse ed il *palmeo* è di sapore migliore. Il bianco e secco non compie nessuna purificazione. Il bianchetto apre i pori e stura i canali delle vene e rapidamente viene espulso.

Il vino dolce nei suoi effetti è migliore del bianchetto.

Il vino limpido e profumato genera sangue limpido e pervade, conforta il cuore, allietta lo spirito, scaccia la tristezza e le difficoltà e si adatta ad ogni età e temperamento.

Il vino cotto è sano.

Il vino di miele è dilatante e produttivo di flatulenza, ostruttivo del fegato e della milza.

Il vino di uve passe conforta lo stomaco.

Il vino di fichi scioglie il ventre e produce umori cattivi e flemmatici.

Il vino di datteri genera umori atrabiliari, scuote la mente, si digerisce a stento, ostruisce la milza

ed il fegato.

Il vino di fermentazione^{xlviii} o d'orzo genera cattive esalazioni e cattivi umori, costipa la milza ed il fegato, crea il calcolo nei reni e si digerisce a stento.

Il medico accorto, quando desidera salvaguardare la salute di qualcuno, deve badare ad istruire nel bere secondo la qualità naturale dell'uomo e del vino.

103) - **L'acqua**

L'acqua è per natura fredda ed umida. L'acqua è l'una saporita, l'altra insipida. La saporita è l'una calda, l'altra no. La calda è buona da bere così come dalle fonti sorgive si presenta lucente, delicata, inodore, che rapidamente si riscalda e rapidamente si raffredda, che non grava lo stomaco ma lo rinfresca ed inumidisce e velocemente si espelle. E' seconda a questa quella che è situata fra l'estivo orientale e l'estivo occidentale, la cui sorgente si dice settentrionale. L'acqua che fluisce dai monti sulla roccia, corre con forza su sabbia chiarissima, possiede dopo di questa il primo grado di sanità; infatti d'inverno (acque di questo tipo) sono calde e d'estate fredde.

Acqua non pura è quella che emana un po' d'odore ed è salmastra o torbida, oppure quella che si raccoglie dalla grandine o dalla neve. Siffatte acque procurano ostruzione nel fegato, calcolo nei reni e fuoriescono con difficoltà dallo stomaco.

L'acqua putrida, così come quella delle paludi e dei laghi, o l'acqua in cui confluiscono i liquami delle città, oppure fangosa, calda e densa, ingrossa la milza ed il fegato, attacca lo stomaco, rende la cute ruvida, cagiona diversi tipi di febbri.

L'acqua pluviale è più apprezzabile delle altre, è più leggera e più pulita.

L'acqua di tuono è buona in quanto il tuono con la sua attività assottiglia il vapore.

104) - **La neve**

La neve, (come) anche il ghiaccio, se prodotta da acqua buona, è apprezzabile, ma è migliore quella che cade sulla roccia e sul terreno pulito. Bisogna assolutamente guardarsi da quella che cade su terreni metalliferi e fetidi.

105) - **L'acqua salata**

L'acqua salata ammorbidisce l'addome, bevuta frequentemente costipa il ventre, asciuga il corpo, genera prurito e scabia, ma giova agli idropici ed ai (temperamenti) freddi; similmente la picea e la sulfurea. L'alluminosa raffredda ed asciuga. La nitrosa libera il ventre. Presa da una cava di ferro (l'acqua) costipa e ristora le membra, da una cava di rame viene in aiuto dell'umidità di stomaco, da una cava d'argento raffredda ed essicca.

Se qualcuno abita in una regione dove non vi siano acque buone, porti con sé la polvere di quella ch'è solito bere e la mescoli a quelle di cui vuol servirsi e ne beva i distillati, altrimenti la bolla e mescoli con ottimo vino.

106) - **L'acqua torbida**

Se l'acqua è tanto torbida, vi si ponga allora un pezzetto di pane, se alluminosa, si mescoli con vino dolce, se guasta, con sostanza odorosa, se salata, con farina d'orzo e si filtri due o tre volte. Se qualcuno beve frequentemente acqua non sfugge allo spasmo delle viscere, almeno nella vecchiaia a venire; né spesso la beva assetato dopo il sonno né a stomaco vuoto.

L'acqua calda lava lo stomaco a digiuno, lo purga dai sedimenti dei cibi e da ogni marciume e libera il ventre.

IV - NEOLOGISMI MEDIOEVALI E VARIANTI GRAFICHE PRESENTI NEL *DE FLORE DIETARUM*

A) Neologismi

- **assatio** - (deverb. < *assare*), abbrustolimento, tostatura, 23.
- **blactra** - (*idest pastinaca*), *blattra*, carota, 46.
- **bletis** - (*qui vocatur canabia*), *bleto*, ignota varietà di cavolo, 33.
- **blita** - (cl. *blitus*, -i, m. < gr. *blíton*), blito, atreplíce, 48. Nelle *Particulares d.* (cit., f. 79^v) è attestata anche una forma *blitis*, *is*, spiegata col termine *sicla*.
- **borrago** - borragine, 38.
- **bovina** - ([scil. *caro*], sostantivazione con ellissi del sostantivo; cl. *bubula* < *bos*), carne di bue, 81.
- **canabia** - v. *bletis*.
- **capreolina** - ([scil. *caro*], sostantivazione con ellissi del sostantivo, < agg. *capreolinus*), carne di capriolo, 86.
- **citrolus** - (cl. *citrium*, -ii, n., [cetriolo - Apicio], con aggiunta del suff. dim. -*olus*), cetriolo, 52.
- **colativus** - (< **colatio*, presupposto dal tardo lat. *excolatio*), depurativo, 64 e 71.
- **confortativus** - (< *confortatio*), atto a ristorare, 66.
- **coquibilis** - (deverb. < *coquere*), atto alla cottura, 25.
- **crossities** - (cl. *grossitudo*), grossezza, spessore, ispessimento, 101.
- **dietarius** - (cl. *diaeteticus*), (medico) dietista, 86.
- **dissolutivus** - (< *dissolutio*), dissolutivo, 77.
- **excolativus** - (< tardo lat. *excolatio*), filtrante, 16.
- **frixum** - (deverb. < *frigere*; cfr. *fricsa*, 98) frittura, fritto, 95.
- **fumositas** - (< *fumosus*), esalazione, evaporazione, 98.
- **geisa** - (v. *supra*, nota 3 al testo della traduz.), cicerchia, 26.
- **generativus** - (< *generatio*), produttivo, 78, 85, 86, 94 e 102.
- **inacidus** - (< *in* e *acidus*), acre, 84.
- **metallinus** - (< *metallum*), minerale, metallifero, 72 e 104.
- **mollitio** - (deverb. < *mollire*), 12.
- **morsio** - (deverb. < *mordêre*), morso, trafittura, 42.
- **mundificacio** - (/ -*atio*, deverb. < *mundificare*), purificazione, 102.
- **mundificativus** - (< *mundificatio*, presupp. dal prec. *mundificacio*), 16.
- **nutritivus** - (< *nutritio*), nutritivo, 63, 69, 81, 87, 94 e 96.
- **opilativus** - (< lat. medioev. *opilatio* < cl. *oppilatio*), ostruttivo, 102.
- **palmeus** - gialliccio (v. *supra*, nota 13 al testo della traduz.), 102.
- **ponticitas** - (< *ponticus*), asprezza, 70.
- **ponticus** - (< *Pontus*), acre, aspro 102.
- **porcellina** - ([scil. *caro*], sostantivazione con ellissi del sostantivo, < agg. *porcellinus*), 78.
- **robella** - (v. *supra*, nota 3 al testo della traduz.), "robiglia", 26.
- **solutivus** - (< *solutio*), lassativo, 66.
- **spinachium** - spinacio, 37.
- **starnus, i, m.** - starna, 94 e 98.

- **stomaticus** - (< gr. *stomatikós*), attinente alla bocca, 59.
- **superfluitas** - (deverb. < *superfluere*), eccesso, 72.
- **timorosus** - (< *timor*), che dà timore, 32.
- **zipulla** - zeppola, 14. Nelle *Particulares d.* (cit., f. 47^r) sono attestate anche le forme *zipu-la* e *zippula*.
- **zuccara, indecl.** - (cl. *sacharon*, -i, n.; lat. tardo *succarum*, -i, n.), zucchero, 23.

B) Varianti grafiche

- **abitans** - (cl. *habitans*), 105.
- **amigdala** - (cl. *amygdala*), 64.
- **amigdaleum** - ([scil. *oleum*], sostantivazione con ellissi del sostantivo; cl. *amygdaleum*), olio di mandorla, 23.
- **anetina** - ([scil. *caro*], sostantivazione con ellissi del sostantivo; cl. *anatina*), 98.
- **anetum** - (cl. *anethum*), 24 e 50.
- **autumpnus** - (cl. *autumnus*), 1 e 101.
- **azimus** - (cl. *azymus*), 12.
- **butirum /butyrum** - 100.
- **capud / caput** - 56 / 1, 6, 21, 30-32, 51, 62, 87, 99, 102.
- **cerofolium** - (cl. *caerefolium*), 44. Nelle *Particulares d.* (cit., f. 77^r) il termine è spiegato: *genus apii quod vulgus dicitur cerefolium*.
- **cicius** - (cl. *citius*), 8, 12, 23 e 57.
- **ciminum** - (cl. *cuminum*, *cym-*), 23-25, 76 e 98.
- **citonia** - (cl. *cydonia*), 58.
- **cocuere / coquere** - 23 / 9, 20, 23-25, 27, 31, 40, 105.
- **colera** - (cl. *cholera*), *passim*.
- **colericus** - (cl. *cholericus*), 43, 60, 71, 73, 94, 97 e 98.
- **coriza** - (cl. *coryza*), 26.
- **crossus / grossus** - 28 / 12, 14, 24, 27, 28, 44, 72, 75, 81, 87, 102.
- **dactilus** - (cl. *dactylus*), 66 e 102.
- **defeccio / defectio** - 53 / 102.
- **dissinteria** - (cl. *dysenteria*), 29.
- **dupplex** - (cl. *duplex*), 33.
- **duricies** - (cl. *durities*), 23, 43, 98 e 102.
- **dyureticus** - (cl. *diureticus*), 27 e 102.
- **edulina** - ([scil. *caro*], sostantivazione con ellissi del sostantivo; cl. *haedulina*), 79, 82 e 84.
- **febrouarius** - (cl. *februarius*), 1.
- **habundantia** - (cl. *abundantia*), 102.
- **habundare** - (cl. *abundare*), 54 e 101.
- **horidus** - (cl. *horridus*), 103.
- **intensio** - (cl. *intentio*), 42.
- **maius / majus** - 1.
- **malicia** - (cl. *malitia*), 70.
- **maratrum** - (cl. *marathrum*), 34.
- **melancolia** - (cl. *melancholia*), 53 e 81.

- **melancolicus** - (cl. *melancholicus*), 25, 33, 80, 86, 94 e 102.
- **mellicratum** - (cl. *melicratum*), 44.
- **mollicies** - (cl. *mollities*), 10 e 12.
- **obtimus** - (cl. *optimus*), 41, 56, 57 e 105.
- **occulus** - (cl. *oculus*), 1 e 18.
- **opilare** - (cl. *oppilare*), 102.
- **opilatio** - (cl. *oppilatio*), 43 e 103.
- **orobum -i, n.** - (lat. tardo *orobus*, -i, m.), 29.
- **percicum / persicum** - 57.
- **petroselinum / petrosilinum** - 43.
- **ptisanum, -i, n.** - (cl. *ptisana*, -ae, f.), 11 e 18.
- **rappa** - (cl. *rapa*), 27.
- **rarifico** - (cl. *rarefacio*), 43.
- **refrigerare / refrigidare** - 105 / 103.
- **scama** - (cl. *squama*), 97.
- **scamosus** - (cl. *squamosus*), 97.
- **so(m)pnium** - (cl. *somnium*), 21 e 32.
- **sopnus** - (cl. *somnus*), 41 e 106.
- **stipticus** - (cl. *stypticus*), 52, 55, 56, 58, 59, 66 e 101.
- **strucioninus** - (cl. *struthioninus*), 98.
- **tortio** - (cl. *torsio*), 76.
- **tristicia** - (cl. *tristitia*), 102.
- **ydropicus** - (cl. *hydropicus*), 101 e 105.
- **ylaris** - (cl. *hilaris*), 1.
- **yMBER** - (cl. *imber*), 8.
- **Ypocras** - (cl. *Hippocrates*), 12.

^{xxxv} Nel generale contesto di questo opuscolo il verbo *inflare* (gonfiare, dilatare) ed i deverbali *inflatio* (dilatazione, gonfiore) ed *inflativus* (dilatante), usati assolutamente, fanno sempre riferim. ad un'azione esercitata sul ventre; cfr. 15, 16, 21, 23, 26, 30, 43, 65, 74 e 102.

^{xxxvi} Il testo latino ha il pron. *eorum*, concettualmente riferito ai semi della graminacea in questione.

^{xxxvii} Il lat. medioev. *robella* (<**robilia*, costruito su *rubus*, rovo, come il lat. *ervilia* su *ervum*), attestato anche dal topon. salern. Rovella (Montecorvino), indicava genericam. le piante erbacee fornite di baccello (Leguminose) assegnate da Linneo nel 1734 al genere *Lathyrus* (< gr. *làthyros*, cicerchia). Esso si è evoluto nell'it. rubiglia (anche rubiglio e robiglia), specializzandosi ad indicare una varietà di pisello montano, dai fiori azzurrognoli, coltivato come biada (*Pisum arvense*); il suo accrescit. rubiglione indica il cicerchione, coltivato come foraggio. Parallelam. il lat. medioev. *geisa* (forse dal lat. [*fabā*] *Aegyptia*), conservato nel provenz. ant. *geissa* e nel franc. *gesse*, vecchia (XIV sec.), individuava il *gese nero* (XVII sec.), termine disusato per l'attuale cicerchia (*Lathyrus sativus*), la pianta erbacea rampicante dai semi commestibili. Va anche evidenziato che nel lat. tardo il termine *orobus* (< gr. *órobos*, vecchia, ervo) individuava la ns. rubiglia; cfr. 29.

^{xxxviii} Il termine lat. *lapsum* è troppo generico per poter determinare con esattezza di quale affezione cardiaca si tratti e, conseguenzialmente, stabilire se il preparato è indicato come cardiotonico, cardiocinetico o altro.

^{xxxix} V. *supra*, nota 3, alla fine.

^{xl} Nella citata opera dell'Africano, *Particulares d.*, a f. 80^r in un contesto simile si legge: ... *quidam bliti similis est et qui vocatur carambia* [sic]

^{xli} L'Africano (*ibidem*) assegna le varietà estiva ed invernale solo al "cavolo vero". Il testo dell'Anonimo, non perspicuo, potrebbe anche voler esprimere lo stesso concetto.

^{xliii} Pianta erbacea, detta anche atriplice, atrepice o atrebice, che comprende molte varietà, in particolare il bietolone rosso, le cui foglie ornamentali sono anche commestibili.

^{xliiii} V. *infra*, Parte IV, Neologismi, *ad v. blita*.

^{xliv} L'agg. sostantiv. *cardiacus*, che nel lat. cl. individuava esclusivam. l'ammalato del cardia, l'estremità cardiaca dello stomaco vicino al cuore, già nel lat. tardo passò ad indicare anche l'ammalato di cuore. Pertanto la specificazione di *stomaticus* (v. *infra*, Parte IV, Neologismi, *ad v.*), serve qui a ricondurre il vocabolo al primo significato.

^{xlv} Il testo latino non è perspicuo, tantomeno la sua lettura sul ms. è del tutto sicura, ma se il termine *ora* è un errore per *ore*, potrebbe qui tradursi: "siano stati posti in bocca".

^{xlvi} La traduzione del periodo è a senso, vista anche la difficoltà insita nell'incertezza del testo latino.

^{xlvii} L'agg. lat. medioev. *palmeus* (forse da *palmes*, tralcio della vite) indicava una qualità di vino prodotto da uve bianche ed invecchiato di due anni, il cui colore era intermedio fra il *subalbidus* ed il *citrinus*; equivale a "gialliccio".

^{xlviii} Quasi certamente il testo latino riporta erroneamente il term. fermento per frumento; cfr. Particulares d., cit., a f. 125^r: *Vina de frumento et ordeo sunt inacceptabilia et indigestibilia, malos fumos et humores generantia ...*