

# Índice

## *Introducción*

El significado de lo cocinado: aproximación antropológica  
al mundo de la cocina prerromana . . . . . 9

## *Capítulo 1*

Las cocinas fósiles de unos pueblos ágrafos . . . . . 13

## *Capítulo 2*

Los «paralelos» gastronómicos: las cocinas de los pueblos  
de tradición fenicia y púnica . . . . . 17

## *Capítulo 3*

Los métodos de la arqueología para reconstruir la cocina antigua:  
la arqueobotánica. . . . . 21

## *Capítulo 4*

Los pueblos peninsulares en vísperas de la conquista romana. . . . . 25

## *Capítulo 5*

Las herramientas de la cocina hace más de dos mil años . . . . . 45

## *Capítulo 6*

La despensa: conservar alimentos . . . . . 55

## *Capítulo 7*

Las materias primas de la cocina de los pueblos prerromanos. . . . . 61

*Capítulo 8*

Las evidencias del comedor: el banquete. . . . . 75

*Capítulo 9*

Los alimentos de las divinidades. Símbolo y significado culinario . . . 83

*Capítulo 10*

Los productos alimenticios de prestigio en la sociedad prerromana . . 87

*Capítulo 11*

La preparación de los alimentos . . . . . 91

*Capítulo 12*El fin de las cocinas indígenas y la irrupción de la cocina  
mediterránea romana . . . . . 105*Capítulo 13*

Algunos platos que podrían recordar la cocina prerromana . . . . . 113

*Epílogo*

Para una buena digestión. A modo de colofón . . . . . 127

Bibliografía. . . . . 131