

AMAZONAS

ANZOÁTEGUI

APURE

ARAGUA

BARINAS

BOLÍVAR

CARABOBO

COJEDES

DELTA AMACURO

DEPENDENCIAS FEDERALES

DISTRITO FEDERAL

FALCÓN

GUÁRICO

LARA

MÉRIDA

MIRANDA

MONAGAS

NUEVA ESPARTA

PORTUGUESA

SUCRE

TÁCHIRA

TRUJILLO

VARGAS

YARACUY

ZULIA

PROGRAMA NACIONAL
COCINAS REGIONALES

AVG

ACADEMIA VENEZOLANA
de GASTRONOMÍA

» GUÍA TEÓRICA SOBRE COCINAS REGIONALES

RAFAEL CARTAY

GUÍA TEÓRICA SOBRE COCINAS REGIONALES

Rafael Cartay



Caracas, octubre 2024



La *Guía teórica sobre Cocinas Regionales* de Rafael Cartay es una herramienta de orientación y consulta concebida especialmente, aunque no de manera exclusiva, para todos aquellos que participan en el Programa Nacional de Cocinas Regionales de la Academia Venezolana de Gastronomía.

Este Programa se inscribe en los objetivos de nuestra institución que, expresamente, refieren *a la investigación sobre las particularidades gastronómicas de cada región del país, y la conservación y perfeccionamiento de sus típicas manifestaciones como patrimonio de nuestra identidad cultural*; ha sido diseñado y asumido como un trabajo colectivo en el cual han participado y participarán gestores culturales, cocineros, investigadores y promotores de nuestra culinaria en toda Venezuela.

Para nosotros conlleva una importancia principal trabajar con Rafael Cartay, miembro honorario de esta Academia, escritor, docente e investigador acucioso y prolífico, que ha dedicado mucho esfuerzo y palabra a la valoración y divulgación de nuestra cultura gastronómica. De igual forma, nos complace que sea Rafael el Director académico del Programa Nacional de Cocinas Regionales, así como el autor de la presente Guía.

Confiamos en que sean muchos los títulos que se publiquen con el sello de la Academia Venezolana de Gastronomía, institución que arriba a sus 40 años de fundada en octubre de 2024.

Ivanova Decán Gambús

AGRADECIMIENTOS

A todos aquellos que me guiaron y atendieron con afecto, regalándome gran parte de su tiempo, durante la larga gira cumplida por la geografía venezolana y en la promoción del diplomado de cocinas regionales de Venezuela, con el aval de la Academia Venezolana de Gastronomía.

Este libro tiene la huella y la inspiración de todos mis amigos. Juntos daremos sentido a nuestro sueño de enriquecer la auténtica cocina popular, la que hace patria y es el fundamento de la cocina nacional.

DEDICATORIA

A la memoria de Rubén Santiago.

A todos los que sienten una inmensa alegría por dejar testimonio de su despensa alimentaria, a la maravillosa gente que produce los alimentos y oficia detrás de los fogones, dando sustento al sueño y sentido a la vida.

ÍNDICE

Introducción	11
Capítulo 1	
¿QUÉ SON LAS COCINAS REGIONALES?	15
Capítulo 2	
REGIÓN ALIMENTARIA Y REGIÓN GASTRONÓMICA	21
Capítulo 3	
DEFINICIÓN DE FUENTES Y TIPOS DE FUENTES DE INFORMACIÓN	29
Capítulo 4	
REGIÓN ALIMENTARIA TACHIRENSE: FINALES DEL SIGLO XIX Y PRINCIPIOS DEL SIGLO XX	33
Capítulo 5	
REGIÓN ALIMENTARIA TACHIRENSE: SIGLO XX Y COMIENZOS DEL SIGLO XXI	49
Capítulo 6	
TRADICIÓN Y PATRIMONIO	51
Capítulo 7	
LA COCINA DE LA COCINA I. ¿CÓMO HACER UN RECETARIO DE COCINA?	55
Capítulo 8	
LA COCINA DE LA COCINA II. ¿PARA QUÉ SIRVEN LOS RECETARIOS DE COCINA?	59
Capítulo 9	
LA COCINA DE LA COCINA III. ¿CÓMO ELABORAR UN DICCIONARIO DE COCINA?	69

Capítulo 10	
INGREDIENTES	79
Capítulo 11	
ESTACIONALIDAD DE PRODUCTOS E INGREDIENTES	89
Capítulo 12	
MEMORIA GUSTATIVA	93
Capítulo 13	
DISTINCIÓN ENTRE COCINAS TÍPICAS, TRADICIONALES Y PATRIMONIALES	99
Capítulo 14	
PATRIMONIALIZACIÓN: CIUDADES CREATIVAS GASTRONÓMICAS	109
Capítulo 15	
NOCIONES BÁSICAS DE NEUROGASTRONOMÍA	113
Capítulo 16	
NOTAS SOBRE NACIONALISMO GASTRONÓMICO	119
Capítulo 17	
PAÍS Y NACIÓN	125
Capítulo 18	
RAMÓN DAVID LEÓN, PRECURSOR DE LA GEOGRAFÍA GASTRONÓMICA EN VENEZUELA	135
Capítulo 19	
LA VOZ DEL PUEBLO	141
Referencias	145

INTRODUCCIÓN

Casi sin darme cuenta me he especializado en el estudio de las cocinas regionales de algunos países suramericanos, empezando por mi propio país. En Venezuela elaboré instrumentos para codificar las cocinas regionales y describirlas. Así recorrí el país durante muchos años, sabiendo que la verdadera esencia de la cocina venezolana estaba en el conocimiento de las cocinas estatales, y de sus particularidades regionales. En correspondencia con esa preocupación, escribí, como autor o coautor, diccionarios de cocina venezolana; compilé las recetas de los platos venezolanos más emblemáticos, estudiando su origen y evolución, como hice con el pabellón criollo, la hallaca, o el queso de mano, explicando sus variantes regionales; recorrí las diversas regiones del país, mostrando las preparaciones culinarias más representativas de cada estado en una suerte de guía para el turismo gastronómico y de naturaleza, que seguramente será una de las principales estrategias de desarrollo para lograr la recuperación económica del país en el próximo quinquenio.

En medio de la crisis económica, política y social que ha vivido el país, la destrucción sistemática de la clase media y el empobrecimiento de prestigiosas universidades públicas, que lanzó a la diáspora a recursos humanos calificados, que costó tanto esfuerzo espiritual y financiero formar a nuestro país, me residencié en Colombia, en el departamento de Santander, dedicándome a la docencia y la investigación en el estudio de la cocina bumanguesa en dos universidades: la Universidad Industrial de Santander (UIS) y la Universidad Autónoma de Bucaramanga (UNAB), elaborando una especie de historia económica de la alimentación departamental.

Después de algunos años pasé a Perú, residenciándome en Iquitos, la principal ciudad de la Amazonía peruana, contratado por la Universidad San Martín de Porres. Allí escribí el primer libro de la cocina amazónica peruana, una región entonces subvalorada ante el gran impulso de la gastronomía peruana moderna, afincada en la costa. También elaboré un diccionario de gastronomía y cocina de los seis países más importantes de la cuenca

amazónica, que aún permanece inédito, a pesar de que no se cuenta con un instrumento que dé una comprensión cabal del vasto territorio de la cuenca amazónica.

De Perú, me trasladé a la Universidad Técnica de Manabí, situada en Portoviejo, una ciudad de la costa ecuatoriana, en la cual me he afincado durante varios años, para colaborar con la redacción del primer diccionario de cocina manabita y realizar trabajos sobre la despensa alimentaria manabita.

En febrero de este año, 2024, regresé a Venezuela durante dos meses para iniciar una gira por todo el país, con la invaluable ayuda de los amigos en cada estado, promoviendo una actividad que mi amiga durante muchos años Leonor Peña, la mayor investigadora gastronómica tachirense, y yo llamamos diplomado de cocinas regionales de Venezuela. La gira comenzó en San Cristóbal, y en la medida en que me internaba en mi país, me percataba de la existencia de grandes fortalezas en algunos estados como Táchira, Carabobo, Aragua, Lara, Yaracuy, Nueva Esparta, Bolívar, y ciertas debilidades en otros, a pesar de tener una gran biodiversidad y una enorme despensa alimentaria, como en Sucre o en Guárico. ¿Qué ocurría en algunos estados andinos, como Trujillo, de una singular cocina, o en el resto de los estados llaneros occidentales?

A cualquier sitio donde llegaba, salvo en Táchira, Yaracuy, y Nueva Esparta, me encontraba casi siempre con lo mismo: un gran entusiasmo de la gente por la cocina regional, algunas muy buenas escuelas de cocina (aunque ignoraban a la cocina regional en sus programas de estudio), y la inexistencia de los códigos escritos fundamentales para el desarrollo de la cocina regional y de las actividades de turismo ligadas a la despensa alimentaria. Es decir, no había recetarios de cocina, ni diccionarios de gastronomía, ni inventario de la despensa alimentaria, ni un cuerpo de ensayos relacionados con la caracterización de la cocina y la gastronomía regional. Había la intención de hacerlos pero, por desgracia, con la intención no basta. En la medida en que visitaba estado tras estado, descubría que había mucho talento y entusiasmo en la gente, pero no existía un compromiso real para llenar esos vacíos, sin los cuales no se podía avanzar correctamente en el desarrollo de un cuerpo teórico y práctico de conocimientos culinarios en cada estado.

Para empezar a cumplir ese propósito **se necesitaban tres cosas**. La **primera** era la puesta en funcionamiento de una estructura organizativa, que logró establecerse con el apoyo invaluable de personas que asumieron la responsabilidad de organizar el programa en su estado respectivo, aunque esta condición no fue cumplida a cabalidad en todos los casos. Dos personas fueron muy importantes en esta parte del proceso: la investigadora



Leonor Peña, en el Táchira, y la animadora cultural bolivarenses María Fernanda Grisel, resultando una pieza clave para garantizar la continuidad del proceso en el resto del país. Esa estructura ya había sido suficientemente probada en los casos donde han funcionado movimientos gastronómicos, tales como Margarita Gastronómica (Fernando Escorcía y Rubén Santiago), Carabobo Gastronómico (Zoraida Barrios, “Mamazory”), y Cocinas patrimoniales de Yaracuy (Andrés Fernando Rodríguez), Guayana Gastronómica, animados por la familia Delgado de Cuisine Arte, Guayana Sabe bien, (Juan Carlos Sayalero), y Salón Sarrapia Venezuela de María Fernanda Grisel y Fundafolkpi, que fueron de gran utilidad para la constitución de los equipos de trabajo actuales. Esos responsables locales son ahora los verdaderos protagonistas de este programa, y los garantes de su éxito.

En segundo lugar, se necesitaba contar con una guía escrita para orientar el proceso en un escenario donde prácticamente se carecía de información especializada. Se trata del texto que ahora usted tiene en sus manos, probablemente inconcluso e imperfecto, pero que resulta útil para nuestros fines. Esta guía teórica fue elaborada por mí en apenas tres meses de trabajo, robándole tiempo al tiempo, en medio de las ocupaciones habituales de docencia e investigación que cumpla en universidades del Ecuador, y que se benefició de mi larga experiencia como investigador y docente en el área, facilitándome las cosas. De esa manera, pude convertir las horas diarias de descanso y el ocio de los fines de semana en el tiempo necesario para redactar este texto.

En tercer lugar, había que contar con el aval académico de una institución acreditada en el área, tal como la Academia Venezolana de Gastronomía, un organismo sin fines de lucro que ha cumplido desde su fundación, en el año 1984, una incansable labor de promoción y de valorización de la gastronomía venezolana. De allí que, cumplidas las tres condiciones que estimábamos necesarias, no hay motivo ni excusa posible para que nuestro programa nacional se convierta en el motor del desarrollo de las cocinas regionales de Venezuela.

CAPÍTULO 1

¿QUÉ SON LAS COCINAS REGIONALES?

Las cocinas regionales son las cocinas que se llevan a cabo en las regiones. Pero, ¿qué es una región?

Una región refleja un territorio particular, una cultura, una geografía, una biodiversidad y una historia. Esos rasgos la caracterizan y la hacen distinta de otras regiones. Las regiones crean una identidad, que se transmite por un proceso de tradición entre generaciones. De esta manera, lo que se transmite intergeneracionalmente se convierte en patrimonio regional. Las otras regiones son las regiones de los otros, diferentes a la nuestra.

En ese texto inicial encontramos varios términos, expresados como conceptos, que debemos comprender muy bien: región, territorio, cultura, geografía, biodiversidad, historia, tradición y patrimonio.

Esa diferencia entre lo propio (lo nuestro) y lo de los otros o lo ajeno, crea en la gente un sentido de pertenencia a una región y alimenta su concepto de identidad cultural. Uno dice, por ejemplo, “yo soy de tal sitio”, queriendo decir que ese lugar me pertenece y yo le pertenezco. Ese sentimiento es importante, porque es una de nuestras primeras definiciones como ser humano. Además, indica la pertenencia a una familia, a un sexo, a un grupo social, a un país, a una religión, o a un círculo de amigos. En este último caso, la amistad es muy importante en el desarrollo de la personalidad del individuo; la amistad cambia en la medida que cambian nuestros intereses como persona.

La pertenencia a una familia y a una cultura crea un lazo que marca a una persona en su proceso evolutivo, definiendo sus gustos tempranos, desde su infancia. Un lazo muy fuerte es el que nos une con la comida del hogar, administrada por la madre, o el elemento femenino que la sustituye en ese rol. Digo “femenino” porque la mujer se ha encargado desde la antigüedad de cuidar, proteger y alimentar a sus crías (inicialmente desde la

lactancia materna), de esta manera crea la estructura del gusto de esa persona desde que llega al mundo, hasta que comienza su proceso de independencia con la llegada a la escuela y a los comedores de los otros.

La identidad es un sentimiento difícil de definir, porque es lo que fui, estoy siendo y predice el que seré. En cada individuo está impreso ese sentimiento de identidad, y siempre aparece en nuestra vida, a veces de manera imperceptible, aún sin que nos demos cuenta. En el ámbito de la alimentación, ese sentimiento que nos ayuda a definir como persona se conoce como “memoria gustativa”. Algunos la llaman memoria gastronómica.

Fernand Braudel, un gran historiador francés que ha inspirado mi trabajo como historiador de la alimentación, dijo que la memoria gustativa es como una maleta en la que uno lleva cosas, que no se pueden ver, pero si sentir. Uno carga esa maleta, de la cual es casi imposible desprenderse, para cualquier sitio donde uno vaya.

La identidad es el sentimiento que une a los miembros integrantes de un grupo social y lo diferencia de los demás integrantes de otros grupos. Es decir, la identidad es lo que nos une como grupo y nos diferencia de otros grupos. Ese sentimiento de identidad es bueno, en la medida que nos estimula a preservar nuestras cosas buenas, y a transmitir las a nuestros descendientes.

A veces el sentimiento de identidad exacerbado es malo e indeseable, cuando nos hace creer que somos superiores a los demás e induce a comportamientos que nos llevan a agredir a los otros. Es lo que especialistas llaman racismo, complejo de superioridad y engendra sentimientos de xenofobia, del griego *xenos*, que significa extranjero, y *phobos*, que significa miedo.

La xenofobia es un sistema de creencias, ideas, sentimientos y prácticas que conducen a rechazar u odiar al extranjero o al inmigrante. Ese sentimiento puede engendrar manifestaciones de agresión al otro, hasta llegar al asesinato. Por el contrario, la comida nos une como grupo, pero también nos proyecta, en vez de enfrentarnos.

Ningún régimen alimentario es autárquico, es decir, autosuficiente y no necesitar de los otros, bien sean en ingredientes o en utensilios de cocina. La tendencia humana es a intercambiar alimentos para diversificar la dieta alimentaria y hacerla más atractiva y menos monótona. A eso nos ayuda nuestra condición de animal omnívoro, la cual compartimos con cerdos, ratas y otros animales, y que nos permite alimentarnos tanto de

sustancias vegetales como de animales, por sustitución entre sí y combinación; al contrario del herbívoro -alimentados con hierbas-, o carnívoros -alimentados con carne-.

Uno transmite a los descendientes solo aquello que vale la pena. Lo demás, que no vale la pena transmitir, lo olvidamos. El mecanismo por el cual salvaguardamos lo valioso del pasado, se llama tradición. La tradición es muy importante porque es el recuerdo trascendente de lo que hemos sido como sociedad. Ese recuerdo no es inútil, porque lo llevamos con nosotros como una fuente de energía que nos anima a seguir siendo.

Lo que efectivamente se transmite corresponde a lo que se conoce como patrimonio. El término patrimonio está formado por dos voces latinas: *patri*, *pater*, padre, y *omnium*, recibido o lo que se recibe. El patrimonio es el legado que una generación recibe de su antecesor, en sentido figurado, del padre (el *pater* familias). Hay que distinguir entre lo que se recibe del padre y lo que se recibe de la madre, que son legados diferentes. Del padre se reciben principalmente bienes materiales; de la madre, principalmente, bienes afectivos y valores cívicos.

Los bienes patrimoniales son valiosos legados de una generación a la otra.

Pero, ¿qué es una generación?

Una generación cubre a toda la gente (hombres y mujeres) que nace y crece al mismo tiempo dentro de un período de tiempo determinado. Durante ese período la persona nace y crece hasta convertirse en adulto. La palabra generación procede de “engendrar”, es decir, “dar vida a un nuevo ser”.

El concepto de generación está conectado con el período en el que se desarrollan los órganos sexuales, haciéndolos aptos para la reproducción. Los especialistas en ciencias sociales asocian al concepto de generación con el de “cohorte”, y lo ubican, en promedio, entre los 20 y los 30 años de duración.

La extensión de ese período se ve modificado por algunos factores sociales y económicos, como los de clase, género, educación (en especial, por el nivel educativo alcanzado por la mujer). No es lo mismo el período promedio de una generación en las sociedades rurales que en las urbanas, o en las sociedades industrializadas en comparación con las de bajo desarrollo industrial.

En gastronomía se consideran platos tradicionales aquellos que han trascendido de una generación a la otra, es decir, luego de transcurridos unos 20 años. No obstante, algunos investigadores consideran que un plato es tradicional solo cuando ha alcanzado dos o tres generaciones, es decir, de 40 a 60 años. La razón para la ampliación del período es que en una primera generación (por ejemplo, la de madre) se conoce, crea o adopta el plato, y en la segunda generación (la hija, que recibe ese legado) ese plato se inscribe como un patrimonio recibido dentro del repertorio culinario familiar.

Los procesos o dinámicas sociales se producen en espacios concretos, que significan algo más que una simple porción de tierra. Esos espacios especiales se conocen como “territorios”.

El territorio es un espacio concreto construido socialmente una vez, que los grupos sociales o las comunidades le han otorgado un sentido o significación, por el cual le otorgan “validez” al espacio. La validez jurídica está establecida por una norma consensuada y de cumplimiento general, tal como el derecho de propiedad, empleado como instrumento de poder y de dominación. Esa norma que hace “válida” a una cosa o a un territorio en una sociedad. La validez jurídica lo convierte en un espacio apropiable, y apropiado, diferenciable dentro de una estructura social inserta en una cultura históricamente determinada. Hay tres tipos de esa propiedad: pública, privada y social. En la práctica se distingue entre distintos tipos de propiedad pública: baldía (terreno propiedad del Estado), ejido o ejidal (terreno reservado por los municipios para el sustento de la vida comunitaria) y social (terrenos a los que la comunidad que los habita desde hace largo tiempo tiene derecho a utilizar).

Ese territorio o lugar concreto contiene una gran cantidad de seres vivos (plantas y animales y componentes bióticos), relacionados entre sí y con su entorno de elementos abióticos, como el suelo, el relieve, el clima, etc. Ambos, en su interdependencia, comparten el mismo hábitat, conformando unidades pequeñas (ecosistemas) o unidades mayores y menos restringidas que un ecosistema (son los biomas, o conjuntos de ecosistemas, determinados mayormente por elementos climáticos y geográficos). Cuando se hace referencia a las regiones es preferible utilizar el concepto de bioma, menos restringido que el concepto de ecosistema.

En ese espacio o lugar concreto, que constituye el territorio, habitan numerosas especies vivas (fauna y flora), relacionadas entre sí y con el medio en el que habitan. Allí se manifiesta el milagro de la vida, con inmensa variedad, es decir, la biodiversidad o diversidad biológica. Las regiones se

distinguen, además por su extensión, por factores como: clima, relieve o topografía, población, economía, organización política, etc., y por su riqueza en cuanto a biodiversidad que es consecuencia de algunos de esos factores, en especial de las condiciones geográficas y climáticas.

Hay tres clases de biodiversidad: 1. La genética, dada por el número total de características genéticas diferentes existentes entre individuos de una misma especie; 2. La de especies, dada por la diversidad de especies existentes en un ecosistema; y 3. La de ecosistemas. Motivado a que todas las especies dependen de su ecosistema, es importante tomar en cuenta la diversidad de ecosistemas como elemento clave para conservar el equilibrio biológico en el interior del mismo.

Actividades para el Capítulo 1

Resumen

En este capítulo definimos el concepto de región y sus interrelaciones con otros conceptos, como: territorio, pertenencia, tradición, patrimonio, identidad, biodiversidad. Cada uno de estos fue descrito brevemente, con el fin de lograr una primera aproximación conceptual que debe ser profundizada por el participante en el transcurso del diplomado.

Palabras clave: Se sugiere a los participantes que investiguen los siguientes conceptos, básicos e para la discusión en el salón de clases. Se sugiere presentar, al menos, una media página en cada caso.

Cocina Regional, Territorio, Geografía, Historia, Cultura, Biodiversidad, Diversidad Cultural, Identidad, Sentido de Pertenencia, Generación, Tradición, Patrimonio.

Preguntas sugeridas para discusión en el curso:

1. ¿Qué es la tradición, y cuál es su relación con el patrimonio cultural de una región?
2. ¿La biodiversidad puede existir en territorios de propiedad privada?
3. ¿En qué se diferencia un territorio de una porción de tierra cualquiera?

4. ¿Por qué es importante la biodiversidad para la cocina de una región?
5. ¿Por qué es importante el sentido de identidad?
6. ¿Qué cantidad de años debe transcurrir para que un platillo sea considerado tradicional?
7. ¿Por qué el período de una generación es menor en las sociedades rurales que en las urbanas, o en las sociedades altamente industrializadas que en las poco industrializadas?

CAPÍTULO 2

REGIÓN ALIMENTARIA Y REGIÓN GASTRONÓMICA

En el capítulo 1 nos hemos referido al concepto de región, como un espacio concreto donde se realizan actividades humanas, y que se interrelaciona con muchos otros aspectos.

El uso académico del término región se desarrolló en la geografía europea, desde las primeras décadas del siglo XX, buscando su propio significado en el campo de la geografía física. Se pasó así del concepto de región natural al de región geográfica, agregando la presencia humana y sus efectos sobre la construcción de un espacio determinado.

En ese espacio se producen complejas relaciones sociales, en forma de flujos, donde se interrelacionan aspectos diversos (geográficos, culturales, políticos y económicos). Ahora la región se considera un espacio, relacionado con una unidad mayor, la nacional, donde se produce una larga sucesión de intervenciones humanas. La mirada explicativa de la región se hizo compleja y diversa, abordable desde muchos puntos de vista. Así el concepto de región se convirtió en complejo y polisémico, que toma en cuenta diversas disciplinas científicas, diferente a la de geografía.

Hasta hace relativamente poco tiempo, la región era considerada como un espacio geográfico de extensión mediana, formado por áreas relativamente homogéneas (Dayries y Dayries, 1978). Ahora se admiten varias cosas: primera, una región no tiene por qué constituir obligatoriamente un espacio homogéneo desde el punto geográfico, social, político y económico; segunda, en una región pueden existir subregiones, que conservan sus peculiaridades distintivas, sin alejarse de la región en la que se inscriben; tercera, una región se inscribe en una unidad mayor, la nación; y cuarta, cada región está, en mayor o menor grado, interrelacionada con las otras regiones existentes en una nación.

Se sabe, ahora, que toda región presenta en la práctica algún grado de heterogeneidad entre sus diferentes componentes subregionales. Aunque, sin embargo, deben existir algunas características comunes que contribuyan a crear un conjunto de similitudes que definiría a la región (Muñoz, 1985).

En síntesis, una región está formada por espacios contiguos, con ciertas similitudes geográficas, algunos elementos compartidos de unidad sociolingüística, cultural, económica y política, y un pasado común descrito por la historia regional.

De ese concepto general, se desprenden otros conceptos como región alimentaria o región gastronómica. Una región alimentaria está determinada principalmente por factores ligados a la geografía. Allí encontramos varias similitudes de condiciones agroecológicas (suelo, lluvia, horas de luz solar, relieve, altura sobre el nivel del mar, etc.) y la convergencia de varios enfoques (económico, social y ambiental) que respeten la sostenibilidad del medio ambiente y promuevan la inclusión social.

Una región alimentaria garantiza la provisión de una serie de sustancias contenidas en los alimentos, tales como carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales, fibra alimentaria, agua y otras sustancias que son necesarias para la alimentación humana.

Cada región alimentaria está interrelacionada con otras regiones alimentarias, para facilitar la obtención de alimentos, derivados tanto de la producción propia (de la región) como de las producciones ajenas (de las otras regiones).

Las regiones alimentarias no son autárquicas, es decir, no producen la totalidad de los alimentos que consumen, beneficiándose del intercambio alimentario con otras regiones (dentro del país o fuera de él, en este último caso se habla de comercio exterior).

Una región alimentaria es la base inicial para obtener los alimentos necesarios para la nutrición humana. La nutrición constituye un proceso mediante el cual nuestro organismo toma del mundo exterior un cierto número de nutrientes, los transforma e incorpora a nuestros tejidos, para cumplir las funciones básicas del cuerpo humano (Grande Covian, 1981).

Esos alimentos son obtenidos de la naturaleza. Es decir, del espacio natural que nos rodea y que constituye nuestro entorno cercano (mundo exterior inmediato), o de ambientes naturales alejados (mundo exterior mediato). De ambos entornos obtenemos los nutrientes necesarios para asegurar nuestra existencia.

La alimentación constituye la suma de las producciones alimentarias de ambos mundos: el inmediato y el mediato. Por eso se dice que la alimentación es hija, o resultante, de la geografía, la economía, la política y la historia. Se pudiera pensar: ¿por qué de la historia?; la historia narra los procesos de intercambio alimentario derivados de las invasiones, la expansión de los imperios, los viajes por mar y tierra, los legados e introducciones de los exploradores y viajeros, y de los procesos de conquista y colonización que ha conocido la humanidad. Todos esos procesos actúan como factores de cambio de los hábitos, de los modos de producción y de los modelos de consumo de los alimentos. Esos factores contribuyen a moldear nuestra manera de nutrirnos, condicionan nuestras elecciones alimentarias, y explican la selección de determinados alimentos para satisfacer nuestra dieta diaria.

En esas elecciones alimentarias, hay comportamientos singulares. Por ejemplo, la comida rápida domina claramente en Estados Unidos. Referiré un ejemplo relacionado con la comida rápida consumida actualmente por los estadounidenses; en este sentido, Arun Gupta señala, en un artículo publicado en marzo de 2024, en Nueva Sociedad con la asistencia de Dissent, que cada estadounidense consume cada año un promedio de 200 sándwiches, 150 hamburguesas y 46 porciones de pizza, lo que hace que los estadounidenses obtengan un tercio del total de sus alimentos de solo tres preparaciones de comida rápida. Por eso Gupta los llama “alimentos plataforma”.

Ese ejemplo ilustra el hecho de que el sistema alimentario es el reflejo de las condiciones imperantes en una sociedad en un momento dado, y que copia las estructuras socioculturales existentes, al igual que sus usos alimentarios. El consumo de comida rápida (una comida servida en pocos minutos, de consumo rápido, rápida de preparar y de fácil transporte) es el resultado de la jornada de trabajo continua y de los horarios laborales, de los consumos de alimentos fuera de los espacios domésticos y de la falta de tiempo libre en gran parte del día, lo cual hace difícil cocinar los alimentos para consumir fuera de los fines de semana.

Sobre los diferentes niveles para analizar una región alimentaria hay, al menos, tres niveles de análisis de una región alimentaria:

a) El nivel geográfico, en el que se hace referencia al espacio de donde se obtiene el abastecimiento de alimentos, y a los intercambios internos y externos a la región donde se actúa para obtenerlos.

b) El nivel temporal, relacionado con el momento y las circunstancias en las que se genera la producción, la distribución y el consumo de los alimentos en una región.

c) El nivel social, tiene que ver con las diferencias de ingreso, educación y posición social, que existen entre los grupos sociales y su grado de desarrollo.

Criterios de homologación al interior de una región alimentaria

Una de las características principales de una región alimentaria es que los espacios homogéneos sean mayores en extensión e importancia que los espacios heterogéneos. Para determinar esa homogeneidad se emplean varios criterios. Tales como:

- 1) El criterio geográfico, incluye los factores físicos, como el relieve, el clima, el suelo, etc., determinan en gran parte el núcleo geohistórico regional dominante.
- 2) El criterio sociocultural, que toma en cuenta la naturaleza del poblamiento inicial del territorio, generalmente indígena. A ese poblamiento se suma el resultante de las distintas migraciones internas y externas, así como la unidad lingüística existente.
- 3) El criterio político-administrativo, que considera la estructura política administrativa del territorio regional, así como los actores y la interrelación que existe entre las distintas partes de la región.
- 4) El criterio económico, que atiende a las actividades económicas agrícolas, ganaderas y otras, así como las actividades de procesamiento agroindustrial; considerando también las relaciones con el mercado interno y externo.

Descriptores de la región alimentaria

Para describir y comprender una región alimentaria es recomendable estudiar los ingredientes y los productos consumidos, la manera de prepararlos, las técnicas y los utensilios empleados en la cocina, las preparaciones tradicionales y típicas, los servicios de comida cotidianos (en el hogar), los servicios especiales (festivos, celebratorios y conmemorativos), el comportamiento de los precios de los alimentos, etc.



En esta sección recomendamos la investigación de los siguientes descriptores, teniendo en cuenta que un descriptor es un término que facilita una búsqueda bibliográfica y su descripción, algo así como una “palabra clave” en investigación, contenida en los tesauros.

Los principales descriptores que se usan para describir una región alimentaria son los siguientes:

1. Ingredientes o tipos de producto.
2. Platos característicos, que componen un *corpus* culinario.
3. Bebidas alcohólicas y no alcohólicas, producidas y consumidas con frecuencia en una región. Pueden dividirse en bebidas refrescantes no alcohólicas, bebidas fermentadas y bebidas destiladas.
4. Provisión de agua potable (acueductos), hielo y helados.
5. Utensilios culinarios (accionados por energía humana) y artefactos relacionados con la cocina (accionados por otro tipo de energía, como la eléctrica).
6. Infraestructura alimentaria (restaurantes, cafeterías, etc.).
7. Tipos de comidas: cotidiana, festivas (banquetes), celebratorias (cumpleaños, bautizos, bodas, etc.), y conmemorativas (Navidad, Semana Santa, etc.).
8. Mercados, ferias y exposiciones.
9. Influencias culturales.
10. Evolución del precio de los alimentos.
11. Maneras en la mesa, horarios de comida, creencias y supersticiones, prohibiciones o tabúes alimentarios.

Intentos metodológicos para clasificar a las regiones alimentarias de Venezuela

Varios investigadores han intentado definir las regiones alimentarias del país, recurriendo a criterios de orden geográfico y económico, en especial en los textos de geógrafos extranjeros como Alejandro von Humboldt y Wilhelm Sievers.

Humboldt (1956) distinguió entre sabanas y dehesas, zonas de cultivo y zonas de bosques. Sievers (S.f.), por ejemplo empleando el criterio de las regiones naturales, distinguió cuatro regiones (costa, montaña, llanos y Guayana).

Una división más elaborada, en siete zonas, se debe al geógrafo Antonio Luis Cárdenas (1965): 1. Escudo guayanés; 2. Sistema de la costa; 3. Sistema de Los Andes; 4. Sistema coriano, y depresiones de Lara y Yaracuy; 5. Llanos; 6. Llanura deltaica; y 7. Depresión del Lago de Maracaibo.

José Rafael Lovera (1988) distingue dos zonas. La primera, atendiendo a los tipos de pan: zona de la asociación maíz-trigo (Andes); y la segunda, de acuerdo con el consumo de carnes: zona de la asociación ganado vacuno y ganado porcino (Los Andes, Llanos y Cordillera Central).

Actividades propuestas para el Capítulo 2

Resumen

En este capítulo hemos definido la región alimentaria andina y sus principales características. Señalamos que una región alimentaria es la suma de la producción de alimentos obtenidos en los entornos inmediato y mediano, así como los diferentes modos de distribución y consumo de alimentos en una región específica. Hicimos referencia a los niveles principales de análisis de una región alimentaria, y a los criterios de homologación empleados para definir a una región alimentaria, en la cual, a pesar de que la región pueda contener espacios distintos, impera la consideración de que la esencia de una región alimentaria está dada por el hecho de la prevalencia de la homogeneidad sobre la heterogeneidad. Nos referimos, por último, a los intentos de clasificación que algunos autores han hecho para distinguir las distintas regiones alimentarias de Venezuela.

Preguntas relacionadas con el capítulo 2:

1. Defina a una Región Alimentaria (RA), y señale su principal característica.
2. ¿Qué significa un entorno mediano para aprovisionarse de alimentos?
3. Nombre, al menos, cinco descriptores para definir una RA.



4. Distinga entre los términos de heterogeneidad y homogeneidad.
5. Señale algunos criterios de homologación aplicados a una RA.
6. Indique las zonas alimentarias establecidas por el geógrafo A.L. Cárdenas.
7. ¿Qué criterio le parece a usted el más conveniente?
8. ¿Cuáles son, en su criterio personal, las regiones de Venezuela?

CAPÍTULO 3

DEFINICIÓN DE FUENTES Y TIPOS DE FUENTES DE INFORMACIÓN

Ya hemos explicado en el capítulo 2 qué es un descriptor. A partir de este capítulo intentaremos describir las particularidades que presentó y presenta la región alimentaria del Táchira, utilizando algunos descriptores.

En este intento dividiremos el período estudiado en dos lapsos. El primero, comprendido entre finales del siglo XIX y principios del siglo XX, que presentamos en el capítulo 4. El segundo, que cubrirá todo el siglo XX y las dos primeras décadas del siglo XXI, será tratado en el capítulo 5. Ese período es prácticamente desconocido para nosotros, y es el que nos proponemos investigar.

Toda investigación tiene un objetivo, que es lo que queremos averiguar. Lo llamaremos objetivo general. En este caso, es caracterizar el comportamiento de la región alimentaria tachireNSE a partir de los inicios del siglo XX. Es un objetivo largo y complejo. Para simplificarlo, lo dividiremos por partes u objetivos específicos, en nuestro caso, lo dividiremos en partecitas o descriptores particulares. De esa manera avanzaremos, gradualmente, hasta conocer nuestro objetivo general. Es decir, buscaremos saber sobre cada descriptor, como si fuera nuestro objetivo. No obstante, sabemos que la caracterización y el comportamiento de la región alimentaria tachireNSE será la suma de la caracterización de cada descriptor que hemos establecido, de acuerdo a nuestro criterio personal.

Para llevar a cabo esa investigación, debemos previamente definir qué es una fuente de información, cuáles son los diferentes tipos de fuentes y cuáles son las principales técnicas para acceder a la información.

En este capítulo 3 repasaremos los conceptos básicos de investigación para conocer el comportamiento de cada descriptor. Para eso debemos conocer las diferentes fuentes de datos que requerimos emplear para obtener la información que necesitamos para nuestra investigación.

Para hacer la indagación sobre la región alimentaria tachireNSE que proponemos, necesitamos de algunas fuentes de información.

Para efectos de esta guía, una fuente de información o de datos es el documento o recurso del que se extrae información para conocer un hecho o fenómeno, tras someterlos al análisis. Esas fuentes vienen en numerosos soportes que traen la información que necesitamos.

Los principales soportes (es decir, el objeto donde viene la información) de las fuentes de información son: los libros, los artículos, la información de prensa, los artículos científicos, las cartas personales, los documentos oficiales, los diarios de vida y de viaje, los distintos manuscritos, los registros de propiedad, las estadísticas oficiales, los censos de población, las autobiografías, las grabaciones, los audios, las viñetas y pinturas, la información en internet o en las páginas web, los registros arquitectónicos, las evidencias arqueológicas, etc.

Las fuentes de información son divididas generalmente en tres tipos: las fuentes primarias, las fuentes secundarias y las fuentes terciarias.

La fuente primaria es aquella que nos presenta una información directa. Es decir, lo que ocurrió en el mismo tiempo y espacio del acontecimiento. Es aquella fuente que presenta evidencia de una información de primera mano. Por ejemplo, los precios de los alimentos en la central de mayoristas de San Cristóbal, en el mes de abril del año 2024, en el momento en el que estamos escribiendo esta guía. Esa información seguirá siendo primaria si la obtenemos de un documento de ese local de mercado fechado en el año 1988; pero si la obtenemos de otra fuente, como la de un artículo escrito por otra persona que cita ese documento primario, será, entonces, una fuente secundaria para nosotros. La información contenida en trabajos o tesis de grado, considerada “literatura gris” (porque no es de aceptación general), puede ser de dos tipos: primaria, si los hechos son recogidos directamente por el investigador, o secundaria, si la información resulta de citas que hacemos de otros autores.

La fuente secundaria es la que permite conocer un hecho o fenómeno, a partir de datos recopilados por otra persona y, por tanto, deja de ser una información obtenida de primera mano.

Toda la información distinta a la primaria es considerada como procedente de una fuente secundaria. Sin embargo, algunos investigadores consideran que hay una fuente terciaria, resultante de contenidos recopilados de manera sistemática y organizada para fines didácticos. Es decir, la información contenida en diccionarios, enciclopedias, catálogos, guías, etc.

Los investigadores en ciencias sociales utilizan distintas técnicas de investigación para recopilar la información necesaria. Las principales técnicas son: la visita u observación de campo, la investigación documental en bibliotecas o internet, la encuesta, la entrevista (estructurada o no estructurada), la historia de vida, etc. Las técnicas de recopilar de la información necesaria son los recursos de que se vale un investigador para acceder a la información que busca.

Actividades propuestas para el Capítulo 3

Resumen

Para hacer una investigación se necesita conocer algunos elementos relacionados con la metodología. El método es un camino para llegar de A (una pregunta sobre una situación, un hecho o un fenómeno que queremos conocer) a B (la posible respuesta a la pregunta, o preguntas, que nos hicimos al inicio de nuestra investigación).

Para hacer una investigación se requiere, por una parte, definir el problema a investigar y, por la otra, emplear fuentes de información y saber utilizarlas.

En este capítulo 3 definimos la fuente de información y sus diferentes tipos (primaria, secundaria y terciaria), así como el empleo de descriptores, para simplificar el problema de investigación, el cual generalmente es complejo y necesitamos analizarlo por partes.

Preguntas propuestas para una investigación:

1. ¿Cuáles tipos de fuentes de datos existen? ¿En qué se diferencia una de otra?
2. Un arma antigua, como un cañón del siglo XIX, ¿puede ser útil en una investigación?
3. De un ejemplo de una fuente terciaria. ¿Usted cree que pueda ser útil?
4. ¿Qué tiene mayor validez, una fuente primaria o una fuente secundaria?

5. Un recetario de cocina, ¿a qué categoría de fuente pertenece?
6. Según su opinión, ¿para qué sirve un recetario de cocina en una investigación como la que caracteriza a la región alimentaria tachirense?
7. Trabajamos con descriptores en la investigación que nos proponemos, ¿puede usted agregar otro descriptor distinto a los mencionados?

CAPÍTULO 4

REGIÓN ALIMENTARIA TACHIRENSE:

FINALES DEL SIGLO XIX Y PRINCIPIOS DEL SIGLO XX

La dieta alimentaria tachireNSE forma parte, de manera general, del régimen alimentario andino. No obstante, hay que considerar que el estado Táchira presenta algunas diferencias con las otras regiones andinas, como Trujillo y Mérida. Si bien los tres estados comparten un territorio atravesado por la cordillera de Los Andes, presentan marcadas diferencias entre sí.

Los tres son estados montañosos, en particular Mérida, aunque todos conectados con las tierras bajas, hacia el sur del lago de Maracaibo. No obstante, el estado Táchira está formado por tres regiones, bien diferenciadas por el relieve y el clima.

Las tres zonas del Táchira son: a) el circuito de montaña, que ocupa la mayor superficie del estado, con un clima templado de altura, donde se ubica la mayor concentración demográfica del estado, en las ciudades y localidades de: San Cristóbal, Táriba, Rubio, Cordero, San Antonio y Michelena; b) el circuito panamericano, al norte del estado, hacia el sur del Lago de Maracaibo, con ciudades como La Fría, La Tendida y Coloncito. El clima predominante en esta zona es el tropical de selva, con elevada pluviosidad y temperatura; y c) los llanos, al sureste del estado, con un clima tropical de sabana, donde se ubica La Pedrera, El Piñal y Abejales.

Una característica territorial del estado Táchira, no compartida por los otros estados andinos, es su cercanía geográfica con la frontera colombiana, pues la misma dista a 57 kilómetros de San Cristóbal, lo que marca al estado con la influencia social, cultural y económica colombiana.

Una característica socio cultural del Táchira es que su población estatal es mayoritariamente de raza blanca, sobre un 60 % del total; determinado desde su fundación (1561), por el arribo histórico de españoles, italianos, canarios y alemanes, que fueron muy importantes en su conformación demográfica. La ciudad fue levantada en el sitio donde vivía la tribu de los Auyamas, y desde entonces se convirtió en un punto estratégico geopolítico de concentración poblacional.

Otra característica del estado fue su constante aislamiento con respecto al resto del país, lo que marcó el carácter colectivo de los andinos durante mucho tiempo, y en especial de los tachirenses, por su interrelación con el café, la montaña y la frontera colombiana.

Un signo dominante en la Venezuela del siglo XIX fue la desarticulación física, económica y política de sus distintas regiones, aunque el problema se agravaba en los Andes por la irregularidad de su relieve montañoso, que dificultaba las comunicaciones.

Ese aislamiento cedió terreno a su progresiva integración con el país. Dos elementos contribuyeron a su unificación, sobre todo económica, con el resto del país. Uno fue la expansión de la economía cafetalera, que creó una extensa red comercial que relacionó al estado Táchira con la región del Lago de Maracaibo, y en particular con Maracaibo, que era el puerto de exportación estrechamente vinculado con la economía del café.

El sector cafetalero fue el motor más dinámico de la economía venezolana hasta la tercera década del siglo XX. Otro factor unificador fue la puesta en servicio del Gran Ferrocarril del Táchira, en el año 1896, que comunicaba a los pueblos de La Fría y Colón con Encontrados en el estado Zulia; y un puerto a orillas del río Catatumbo, un río internacional que nace en el Norte de Santander, en Colombia, y desemboca en el Lago de Maracaibo.

Por todos esos elementos, comprendidos por el puerto de Maracaibo, la economía del café andino y el estado Táchira crearon un extenso espacio de *hinterland* que benefició a toda la región andina.

El otro elemento dinamizador de la economía regional, e integrador de su espacio físico, fue la inauguración de la carretera Trasandina en el año 1925. Esta vía, con sus 1.529 km de largo, conectó los estados andinos, y en particular el Táchira, con el resto del país. Por allí se movilizaban las tropas del ejército, pero también las mercancías y los flujos migratorios.

También, se debe mencionar los estrechos lazos comerciales existentes entre la población de Rubio y la ciudad colombiana de Cúcuta. En Rubio se producía prácticamente la mitad del café que se exportaba, movilizándolo su producción por el Ferrocarril de Cúcuta.

La concurrencia de estos factores, ligados al alto potencial de sus suelos agrícolas y su diversidad de clima contribuyeron a convertir al estado Táchira en uno de los más importantes centros de producción agrícola y ganadero del país.



El desarrollo de la actividad cafetalera en toda la región andina, en particular desde el año 1870, creó una extensa red de comunicaciones, resultante de la apertura de muchas vías de penetración agrícola, aparte de la construcción de la carretera Trasandina, en el año 1925, y la puesta en servicio del Gran Ferrocarril del Táchira en el año 1895, con una longitud de 125 km, que liberó al comercio entre San Cristóbal y Maracaibo del paso por el territorio colombiano. En el año 1897 fue inaugurado el tramo ferrocarrilero Estación Táchira-Uracá, cerca de San Cristóbal.

El estado Táchira era, para el año 1873, la entidad andina con mayor número de caminos en la región. Contaba con cuatro vías, aunque todas presentaban malas o regulares condiciones, en la práctica, no pasaban de ser malos caminos de herradura, como señalaba Villafañe en el año 1877. La primera vía, la del norte, conectaba a San Cristóbal con Tárriba, Lobatera, Michelena y Los Llanos de San Juan, para terminar en el puerto El Guamas, sobre el río Grita. Otra vía era la de occidente, que comunicaba a San Cristóbal con San Antonio del Táchira, en la frontera colombo-venezolana. Por allí se practicaba el comercio con Maracaibo hasta el año 1895, cuando empezó a funcionar el Gran Ferrocarril del Táchira. La tercera vía era la de oriente, que enlazaba a San Cristóbal con Apartaderos y Mérida. En Apartaderos el camino se bifurcaba hacia Barinas o hacia Trujillo, y el resto del país. La cuarta vía era la del sur, que comunicaba a San Cristóbal con Periquera, Guasualito, permitiendo la entrada del ganado apureño al Táchira.

Descriptores en el caso tachirense

En esta sección trataremos con detalle los descriptores de la región alimentaria tachirense, basándose de manera extensa en la publicación de Rafael Cartay, “Caracterización de la región alimentaria andina”, publicado en la ciudad de San Cristóbal, Biblioteca de Autores y Temas Tachirenses, No. 138, del año 1997).

Tipos de productos y alimentos

Entre los productos tradicionales de la dieta alimentaria indígena en el hoy territorio tachirense figuran, dependiendo de las subregiones, el maíz, la papa, la arracacha o apio, el camote o batata, la auyama, la yuca dulce, el ají, el maní, el cacao, el frijol, el aguacate o palta, la piña, la guayaba, la

curuba, la parchita y la lechosa. A esos productos se unían otros rubros andinos casi desconocidos actualmente: el michiruy, la quinoa, la navila, la chuva, etc. Entre los alimentos proteínicos están los animales de caza terrestre y aves como la tórtola y la pava, y los pescados de agua dulce.

Con la conquista y la colonización española, cumplida a partir del siglo XVI, se agregaron nuevos productos a la dieta indígena, tales como el trigo, la caña de azúcar, el plátano, el cambur, la zanahoria, ocumo y algunas legumbres; también se agregaron, alimentos cárnicos y sus derivados, como la carne de res, de cerdo, de aves de corral (salvo el pavo, que es de origen americano, llamado regionalmente pisco), huevos, leche, queso, embutidos, etc.

Los productos indígenas y los europeos ampliaron y enriquecieron la dieta nutricional tachirense. Esta dieta a pesar de que era abundante en su contenido de carbohidratos y grasas, era notable, según algunos estudios correspondientes a la primera mitad del siglo XX, por su carencia de algunas vitaminas como la vitamina A. Por otra parte, algunos estudios hacen referencia al alto consumo de carne del pueblo tachirense.

En esta época se elaboraba la arepa de harina de maíz, y en especial el pan de harina de trigo cultivado en Los Andes, que venía de Tovar (Mérida), de Queniquea y de La Grita (Táchira), siendo esta última más barata en San Cristóbal. Otra parte de la harina era importada desde Estados Unidos.

Los tachirenses, al menos los de San Cristóbal, eran grandes consumidores de carne de res. El ganado venía de los llanos apureños, o de los llanos colombianos en el departamento de Arauca. A principios del siglo XIX se sacrificaban unas siete reses diarias en los días laborables, y catorce los sábados. Entonces, la población de la ciudad era de unos 16.000 habitantes. Las vísceras de las reses sacrificadas eran regaladas a los pobres, mientras que la carne de res era de muy bajo precio.

Un problema importante en materia alimentaria en el Táchira era el de la mala higiene de los alimentos ofrecidos en los mataderos públicos y los mercados. Aunque se había construido un mercado cubierto en San Cristóbal, en el año 1860, y un matadero público, en el año 1880, había frecuente adulteración en los alimentos y poca asepsia en su distribución. Un diario local (La Montaña, San Cristóbal 18.07.1896) denunciaba que el queso tenía gusanos y la manteca cucarachas.

Desde el inicio del siglo XX algunas casas comerciales tachirenses vendían semillas de hortalizas para la siembra, mientras que las hortalizas se expendían en los puestos de los mercados públicos.

Algunos autores, como Murillo Chacón (1969), y Ramón, Rivera y Aretz (1963), señalan que en el Táchira casi no se cultivaban hortalizas hacia el año 1939, salvo las conocidas como “cosepán” (yuca, auyama, ocumo, papa) y otras como tomate, lechuga, repollo y cebolla. Tampoco se consumía la coliflor, el perejil, la espinaca, la acelga o el nabo (Ramón, Rivera y Aretz, 1963).

Platos característicos

El aislamiento a que estuvo sometido gran parte del Táchira durante las primeras décadas del siglo XIX hacía que el régimen alimentario fuera un poco autárquico, con pocas influencias externas, al consumirse lo que se producía en el entorno inmediato.

La excepción era la zona de las tierras bajas hacia el Lago de Maracaibo, donde había mayores intercambios alimentarios. Pero pronto, a mediados del siglo XIX, se introdujeron en toda la región andina nuevos hábitos alimentarios, con la llegada de flujos de inmigrantes europeos. Esa tendencia se acrecentó en el primer tercio del siglo XX, con el aumento de los intercambios alimentarios gracias a la puesta en servicio de la carretera Trasandina.

Desde entonces, la dieta alimentaria popular se amplió y enriqueció. Prueba de ello son los nuevos platillos que aparecen en los recetarios de cocina, que reflejan la presencia extranjera.

El capítulo de sopas dentro del menú de la comida tachirense es particularmente diverso. Allí encontramos varias sopas de papa, de apio, de garbanzos, de arvejas, el chungute o cochute (de arvejas tostadas y molidas), la chanfaina, los garbanzos y la asadura de cordero, el gallinazo, la sopa de plátano verde, el mondongo o mute, la pisca andina, la sopa de tacones, el ajiaco, etc. Eran famosas las mazamorras tachirenses, hechas de maíz o de arroz, y los embutidos de fabricación local como chorizos, morcones y morcillas.

En el año 1936 algunas damas, encabezadas por María Teresa Musche de Pulido Méndez, instituyeron en San Cristóbal “La Sopa de los Pobres”, para colaborar con la asistencia de los ciudadanos con menores recursos.

También eran famosos los panes, mayormente dulces, como el pan aliñado, el pan dormido, la acema, la acemita, la acema de chicharrón, el bizcochuelo, la mantecada, el mojiçón, el pan de Tunja, y otros más.

Bebidas alcohólicas y no alcohólicas

Entre las bebidas regionales sobresalían la chicha andina de maíz, el chorote, el aguamiel, el guarapo de piña, la mistela y algunos “vinos” caseros de café, mora o naranja, el miche o aguardiente y algunas bebidas maceradas con dicitamo real.

Entre los ciudadanos urbanos con recursos económicos sobresalía el consumo de brandy (de las marcas Tres estrellas y Cuatro letras), las cervezas y los vinos importados. En las fiestas se tomaba mistela, guarapita, bull o ponche.

Los campesinos, y el pueblo en general, consumían aguardiente de caña de alta graduación alcohólica o miche.

El Censo Industrial y Comercial del estado Táchira del año 1936 registra la existencia de seis empresas productoras de bebidas alcohólicas. De las cuales, cuatro fabricaban cerveza (tres en San Cristóbal y una en Rubio), y una fabricaba vinos desde el año 1931.

En el estado Táchira había nueve fábricas de bebidas gaseosas, establecidas durante el período comprendido entre los años 1890 y 1938. De ellas, siete funcionaban en San Cristóbal y dos en Rubio. Según el Censo Industrial y Comercial del estado Táchira del año 1936, había en el estado doce fábricas de bebidas sin alcohol, que entonces era una actividad muy apreciada por la mala calidad del agua potable.

Era popular el consumo de café y chocolate en el Táchira. El café se tomaba, puro o mezclado con leche, en la casa o en cafeterías como El Búho, en San Cristóbal, en el año 1889, que funciona también como bar y era exclusivo para hombres. Otra bebida muy apreciada era el chocolate, que algunos llamaban chorote, el cual llevaba agua y no leche como el chocolate.

Agua potable, hielo y helados

El abastecimiento de agua potable fue muy precario, durante todo el siglo XX en las poblaciones tachirenses. El agua estaba contaminada y se servía en fuentes públicas, en ciudades como San Cristóbal. La primera fuente pública fue instalada en San Cristóbal en el año 1874. Hubo que esperar hasta el año 1931 para que fuera inaugurado el acueducto en San Cristóbal, alimentado con dificultad por el agua de la quebrada Las Cumbres, de poco caudal. Era un servicio que se interrumpía diariamente, desde las nueve de la noche hasta las tres de la mañana.



Otro acueducto fue inaugurado en el año 1946, que resultó pequeño dado el crecimiento de la población, por lo que otro más moderno fue puesto en servicio, en el año 1963.

En el transcurso del siglo XX se dotaron de acueductos otras ciudades tachirenses: Rubio entre los años 1941 y 1945, Táriba en el año 1946, y San Antonio del Táchira que fue abastecida por un deficiente acueducto en el año 1948.

Hacia el año 1880 comenzó la fabricación del hielo en Venezuela, en algunas ciudades, en especial las ciudades portuarias: La Guaira, Valencia y Puerto Cabello.

En las ciudades de la región andina no se utilizaba el hielo, ni se fabricaban helados hasta el final de la década del año 1920. La excepción fue la ciudad de Mérida, que se abastecía de hielo desde mediados del siglo XIX, traído desde el sitio de La Aguada en la Sierra Nevada. Para finales del siglo XIX funcionaba una fábrica de hielo en San Cristóbal, y dos más en el año 1929. En el estado Táchira se elaboraban y vendían helados en muy pocos sitios: en Rubio, en el año 1912, y en San Cristóbal en varios locales, en el año 1931.

Tecnología culinaria

En este descriptor nos referiremos a los utensilios y artefactos empleados en la cocina, así como a las técnicas de conservación y de cocción de los alimentos.

Hasta la llegada de los modernos artefactos de cocina (refrigeradores y cocinas), el escenario en las cocinas andinas era prácticamente el mismo entre los años 1870 y 1935.

En la cocina se usaba un fogón, alimentado con leña, compuesto por tres piedras o topias. Ese fogón permanecía encendido casi todo el tiempo, como a menudo sucedía en las cocinas tachirenses. La sala para cocinar era espaciosa, con un gran cimientado donde se instalaba el fogón. Al lado, las ollas y la piedra de moler los granos y las especias. Había, además, una alacena con víveres secos y una platera para acomodar, el canto, los platos de servicio, las tazas, los vasos y las pequeñas ollas. En el centro de la sala colgaba del techo un “farol”, que era una caja rectangular de madera cubierta con una tela metálica, donde se colocaban y resguardaban algunos productos (queso, mantequilla, pan y dulces) de insectos y roedores. Había, además, una mesa de madera para trabajar sobre ella o comer en la cocina.

En algunas casas de gente acomodada había una sala separada usada como comedor, presidida por una mesa de madera pulida y un juego de sillas. La batería de cocina estaba formada por ollas y sartenes de barro cocido en los hogares modestos, y ciertos utensilios hechos de taparo (*Crescentia cujete*); mientras que las familias acomodadas contaban con ollas y sartenes, metálicos hechos de hierro, y utensilios de peltre, hierro y barro.

Las cocinas económicas de hierro empezaron a llegar a Rubio desde el año 1891, al igual que máquinas para moler maíz y carne, azafates, abrelatas y cubiertos para mesa, vendidos en las boticas que actuaban también como ferreterías. Hacia el año 1930, encontramos en San Cristóbal y en Rubio una oferta variada de cocinas de hierro, a gasolina o a kerosene.

Las refrigeradoras eléctricas comenzaron a llegar a partir del año 1931, una vez que se regularizó el servicio de energía eléctrica en San Cristóbal.

No se conoce la existencia de recetarios de cocina impresos en San Cristóbal entre 1870 y 1935. Los había en Caracas (Cocina Campestre, de José Antonio Díaz, en 1861), y en Mérida (La Cocina Criolla o Guía del Ama de Casa, de Tulio Febres Cordero, en 1899), pero no en el Táchira. Lo que sí había era manuscritos de cocina o cuadernos con rectas en muchas familias. En ese tiempo, los periódicos de la ciudad traían frecuentemente recetas de cocinas, tal como sucedía en el diario El Comercio de Táriba, en 1891, o El Correo del Hogar, en San Cristóbal, en 1909, o El Nacional, de San Cristóbal, en 1933.

Infraestructura alimentaria

Hasta el año 1870 había pocos hoteles en las ciudades andinas. Y los viajeros se alojaban en posadas y pensiones.

La pensión Zamora, en San Cristóbal, establecida en el año 1875, fue uno de los primeros establecimientos de hospedaje de viajeros del estado. Allí se ofrecía también servicio de comida. Poco a poco se fueron abriendo más pensiones y hoteles, como el Hotel Piombino, en el año 1885. Ya para el año 1906 la ciudad de San Cristóbal contaba con una importante infraestructura hotelera, formada por hoteles, posadas y pensiones, que ofrecían servicios de alimentación. Se abrieron hoteles, posadas y pensiones también en Rubio, como el Hotel Colombia, en el año 1895, y otros más; en Táriba el primer hotel fue el Hotel Guzmán, abierto en el año 1876; en La Grita se abrió la posada La TachireNSE, en el año 1887; en Colón el Hotel Central se estableció en el año 1915, y así en otras ciudades del Táchira.



Los primeros restaurantes se crearon en San Cristóbal en el año 1875. Era un alivio para los viajeros, aunque muchos de ellos adquirían alimentos en las pulperías y botiquines, e incluso en las varias sucursales que tenía la Botica Alemana (en San Cristóbal, Rubio, Colón y Táriba) se vendían alimentos. Por ejemplo, en el año 1913, allí se ofrecía a los viajeros un “Paquete Bebé” para que llevaran como avío en sus travesías por los solitarios caminos andinos.

Comidas de ocasión

En la Venezuela del siglo XIX y la primera mitad del siglo XX habían numerosos días festivos, religiosos y oficiales. Los días de fiesta “nacional” cambiaban con frecuencia en un tiempo de caudillos, montoneras y cambio frecuente de los gobernantes, que a su vez cambiaban las fechas (e incluso la composición de la estructura política administrativa del país), de acuerdo a sus conveniencias personales.

En el año 1881 el Ministerio del Interior decretó como días de asueto obligatorio solamente el día primero de enero, el jueves y el viernes Santo, el día domingo y cuatro días de fiestas patrias. Pero solo fue en el papel, porque continuó la celebración de los días festivos. Tomás Castilla (1962) calculó que en el año 1881 los jornaleros de San Cristóbal perdieron 183 días de trabajo por estas celebraciones. El periódico Hojas (1906), de San Cristóbal, estimó que cada año se perdían en esta ciudad unos 190 días de clases en los planteles escolares.

En estos días de asueto laboral todo se trastocaba. La alimentación cotidiana se alteraba por las fiestas que todos celebraban a su manera. En varias de esas fechas se organizaban grandes banquetes, en honor a un personaje o en conmemoración de la ocasión, en los que participaba la élite. A veces se agregaba al pueblo, pero con un menú distinto, masivo y diferenciado, como una ternera a la llanera o, como se decía antes, “lonjas a la llanera”.

En San Cristóbal, al igual que en las ciudades más pobladas, se celebraba el Carnaval con un nutrido programa de eventos. Se elegía una reina, que era presentada y agasajada en el club de moda. Se acostumbraba, en el año 1925, intercambiar reinas de carnaval con la vecina ciudad de Cúcuta. Siempre había bailes y consumo abundante de licor, generalmente importados, durante el Carnaval.

La Semana Santa era, al contrario, de recogimiento y no de expansión de la alegría. El jueves y el viernes Santo había procesiones por las tardes hasta la noche. La ciudad se ponía triste. En la Cuaresma, sonaba la matraca, invitando a misa, con su triste sonido sustituyendo el tañer de las campanas. En esos días de conmemoración religiosa no se comía carne, no se decía groserías, ni se maldecía. Los residentes en las ciudades comían atún y sardinas, que venían en conservas enlatadas. Se acostumbraba compartir, el Viernes Santo o el Sábado de Gloria, la “sopa de Vigilia” o los “siete platillos”, que no incluían carne: sopa de pan con huevo, espaguetis, ensaladas, majarete y atol. Se preparaban para la ocasión diversos encurtidos, con cebollinos y pimentón en vinagre.

Los grandes abastos de alimentos ofrecían en San Cristóbal, en el año 1894, varios productos importados, como enlatados de macarelas, arenques, champiñones, alcaparras, aceitunas, *petit-pois*, y castañas, así como jamones, mortadelas, salchichas, chorizos, embutidos, quesos de Flandes y de los Pirineos, diablitos importados, y champaña.

La Navidad era una gran fiesta, pero de celebración privada, que algunos celebraban en la intimidad de su hogar, y luego se trasladaban a los clubes que se crearon en las ciudades. La celebración pública se restringía a los conciertos de las bandas musicales, en las principales plazas.

Es importante recalcar que los periódicos tachirenses del siglo XIX no hacían referencias a las fiestas de Navidad y a las comidas navideñas. Pero luego, a partir del siglo XX, y específicamente desde el año 1903, se inician las alusiones a la Navidad y se mencionan las “tradicionales hallacas” (el término “tradicional” alude a que se consumían desde tiempo atrás, pero, ¿desde cuándo?). En el año 1903, encontramos oferta de hallacas para la Nochebuena en la posada La Cucuteña. En el año 1904, “*Paloseco*”, el apodo de Jesús Contreras, ofrecía en el mes de mayo hallacas y chicha de ojo; también lo hacía para la Feria de San Cristóbal en enero, junto con pasteles, empanadas, bofe asado, papas enchaquetadas y chorizos fritos.

La Navidad era una fiesta hogareña en San Cristóbal, pero no el Año Nuevo que se celebraba con varios eventos, como sucedió el 31 de diciembre de 1917. Ese día se realizó un gran baile de gala en el Club Táchira, hubo un concierto de bandas municipales y el lanzamiento de fuegos de artificio en la plaza, dentro del marco político de la celebración gomecista.



En el año 1944 se introdujo probablemente el uso del arbolito de Navidad en algunos hogares de San Cristóbal, junto con el tradicional pesebre navideño, una herencia cultural española. Ese año la Panadería *La Española* ofreció pan de jamón en la ciudad (Frontera, San Cristóbal, 28. 01. 1944).

Ferias y mercados

La primera ciudad andina en contar con un mercado cubierto fue San Cristóbal. Fue construido entre los años 1874 y 1877 en la plaza Páez, que luego se llamó Plaza Bolívar, distinta a la antigua Plaza Principal. Años más tarde, hacia 1929, se erigió el edificio del mercado cubierto de Independencia.

Las más importantes celebraciones eran, sin embargo, las ferias. Un acontecimiento anual que dinamizaba el comercio local y regional, estrechando los lazos sociales y culturales de la ciudad con el resto del estado y con la región fronteriza colombiana. Las ferias creaban un espacio de sociabilidad en los ciudadanos, y aun de aquellos que acudían desde otras partes del estado y de la vecina Colombia. Era la ocasión de abastecerse de artículos de todas clases: alimentos, vestido, calzado y enseres de trabajo, y el momento propicio para la interacción social y el entretenimiento.

De todas las ferias regionales andinas venezolanas, la más importante era la feria de San Sebastián, en San Cristóbal, que se llevaba a cabo entre el 20 y el 26 de enero. Por eso le decían corrientemente “Las fiestas de enero”. Pero había otras interesantes, como la feria de Táriba del 16 al 19 de agosto, la de Rubio del 20 al 22 de diciembre, la de San Antonio del 12 al 16 de junio, y la de La Grita entre el 13 y el 18 de septiembre.

La importancia de las ferias tachirenses, en especial las de finales del siglo XIX y principios del siglo XX, radicaba en su carácter internacional y en su importancia comercial, porque allí convergían pobladores de la frontera Colombia. Concurrían oferentes de productos colombianos y demandantes de productos tachirenses. También los tachirenses acudían a las ferias colombianas, que tenían lugar en Cúcuta o Pamplona.

Murillo Chacón (1969) recordó aquellas ferias de San Cristóbal de principios del siglo XX, que se iniciaban el 20 de enero con una gran misa. Ese día cada quien vestía su mejor atuendo: los hombres, fluxes de casimir o liquiliqui, ataviados con sombreros de marca borsalino, conocidos como pelo e´ guama, y las mujeres con sus vestidos de gró, zapatillas charoladas

de Boccardo, pañolones de seda, y mantillas a la española. La banda estatal de música desfilaba tocando piezas musicales por las calles de la ciudad, mientras en cada esquina reventaban los morteros. En la feria había exposiciones y ventas de caballos y mulas (muy importantes para el transporte del café por los estrechos senderos andinos) que traían los colombianos, conocidos como reinosos. Había corridas de toros en la plaza Páez, peleas de gallos y el encendido de estructuras pirotécnicas, llamadas “castillos y castilletes”, que competían entre sí por el aplauso popular.

Juvenal Anzola (1981) cuenta que, en el año 1913 toda la ciudad de San Cristóbal en los tiempos de feria se convertía en un gran mercado, con barracas improvisadas y la gente deambulada de un lugar a otro, día y noche.

Influencias culturales

Aunque el país recibió durante el siglo XIX escasos flujos migratorios del exterior, no hay que menospreciar su gran aporte cultural y económico. Si bien entre los años 1830 y 1932, en el período de un siglo, apenas llegaron unos 63.000 inmigrantes, ellos representaron un valioso aporte. En el año 1881 había en Venezuela unos 35.000 inmigrantes legales, 8.500 de los cuales se instalaron en los estados andinos, de ellos 7.900 se radicaron en el estado Táchira, mayormente colombianos, según Landaeta Rosales (1963). Seguían los italianos, unos 499, y mucho más atrás, los franceses y los alemanes. Así fue durante varios años. Pellegrino (1989) señaló que, el estado Táchira fue la entidad federal con mayor cantidad de residentes extranjeros en el país. En el año 1891 los colombianos constituían el 9 por ciento de la población del estado, y el 98 por ciento del total de extranjeros residentes en el estado Táchira. Para el año 1926 esa situación se mantenía. De los 6.087 extranjeros que vivían en los estados andinos, en el Táchira se concentraban 5.293.

Ese predominio de la inmigración colombiana en el estado Táchira se explica por la expansión cafetalera en el estado y por la diferencia salarial entre las zonas de Cúcuta y Táchira, claramente mayor en este último. Donde, además, escaseaba la mano de obra para recolectar café y satisfacer los servicios básicos.

La inmigración colombiana se acrecentaba entre los meses de agosto y diciembre, por la cosecha del café. Después algunos jornaleros regresaban a Colombia, pero otros se quedaban, acrecentando las influencias culturales de uno a otro lado de la frontera colombo venezolana.



Isidoro Laverde Amaya (1889) señaló que, la mayor parte del pueblo de Cúcuta “estaba contaminado del modo de ser del venezolano”, y que “los tachirenses son muy parecidos los santadereanos”. Para él, Cúcuta “parece más venezolana que colombiana”. En este caso, la cercanía geográfica y la expansión cafetalera y comercial fueron grandes factores unificadores entre tachirenses y cucuteños. Además, el comercio del departamento de Santander del Norte (Cúcuta), e incluso de Santander (Bucaramanga), estaba muy vinculado con cuatro grandes firmas alemanas que actuaban en el territorio fronterizo.

Los apellidos de muchos tachirenses denotan la influencia de los italianos, procedentes en gran parte de la isla de Elba, una pequeña isla volcánica italiana de unos 224 km², con una agitada historia política de disputa entre italianos y franceses, y una gran riqueza en minerales. Entre estos apellidos: Anselmi, Adriani, Bottaro, Berti, Biaggini, Chiossone, Mazzei, Piombino, etc. Algo similar sucede con los inmigrantes corsos, procedentes de la isla de Córcega, isla mediterránea francesa, que desde el año 1768 se radicaron en el oriente del país y en la región andina. Los descendientes corsos se destacaron en las actividades productivas y en el comercio tachirense. Por ello, sobresalen apellidos como Branger, Bnedetti, Galeazzi, Semidei y Villet.

La influencia alemana fue muy importante en la región andina, aunque el número de sus nacionales fue reducido: en el año 1881 residían no más de 30 alemanes en todos los Andes. Pero muy activos en el negocio del comercio y exportación de café a través de sus casas comerciales instaladas en Maracaibo, pertenecientes o administradas por Otto Faber, Van Dissel, Rode, Beckmann, Thies, Blohm, etc. Esas casas eran exportadoras de café e importadoras de artículos europeos y estadounidenses. Había grandes casas importadoras como Christiansen, entre los años 1876 y 1899. Algunos apellidos de origen alemán denotan esas influencias: Muller, Buchard, Gumpel, Chistiansen, etc.

Las influencias culturales y económicas no solo provenían del extranjero, sino también de las migraciones de los estados llaneros: Barinas, Apure, Portuguesa y Guárico. Eran migrantes que huían de los estragos de la Guerra Federal (1859-1863), y la enfermedad del paludismo o malaria, causada por la picadura de mosquitos anófeles contagiados, que azotó los llanos venezolanos entre la segunda mitad del siglo XIX y las primeras décadas del siglo XX. Muchas familias llaneras se radicaron en el Táchira, principalmente barinesas. Entre ellos, personas de apellidos: Arvelo, Baldó, Canales, González, Bona, Inchauspe, Lazo, Lozano, Morantes Pulido, Rincones, Soto, Unda y Villafañe.

Esas migraciones poblacionales, de origen externo e interno, trajeron consigo muchos cambios favorables al estado Táchira. Esos cambios tuvieron repercusiones en la política, en la economía y en la vida cultural. Esos cambios se reflejaron en los modos de producción agrícola y ganadera, en la economía, las finanzas, y también en la gastronomía.

El menú ofrecido un domingo de junio del año 1907 por el restaurante del Hotel del Comercio, de Emilio Iglesias, ubicado en San Cristóbal, refleja, en pocas palabras, las influencias culinarias en la mesa tachirense de la diversidad de platillos ofrecidos a la clientela dominical (olla podrida castellana, ganso horneado, paella a la valenciana, raviolis a la italiana, carne rellena a la española, mondongo a la venezolana y arroz con camarones), a un costo por cubierto de cuatro reales, es decir, por persona.

Precios de los alimentos

La mayoría de la población, en una sociedad mayormente rural, se alimentaba básicamente de la producción local. Los de mayores recursos, en cambio, recurrían, para distinguirse socialmente, a los alimentos importados, con precios inaccesibles para la mayoría de la gente.

Al examinar un cuadro estadístico de los precios de catorce alimentos básicos (azúcar, arroz, arvejas, café, carne, leche, maíz, manteca de cochino, papa, plátano, panela o papelón, queso, sal y trigo) en el mercado de la ciudad de San Cristóbal, entre los años 1869 y 1949, un período de ochenta años, encontramos, de manera sorprendente, que esos precios casi no se modificaron durante ese largo período. Los únicos alimentos que presentaron cambios relativamente notables de precios fueron la sal, el azúcar y la harina de trigo importada de América del Norte (Cartay, 1997).

Al examinar detenidamente las variaciones de precios de esos productos por períodos, encontramos que las mayores variaciones interanuales entre los productos ocurren principalmente en el año 1929, lapso que coincide con el período inicial de la Gran Depresión (o Crisis del 29) que afectó a partir de ese año a Estados Unidos, y que se extendió a nivel mundial. Otro lapso de fuertes alzas de precios de los alimentos ocurrió entre los años 1877 y 1890, en especial entre 1884 y 1886, cuando grandes invasiones de langostas devastaron la agricultura, arruinando las cosechas en gran parte del país.



Al comparar los precios al por mayor de seis de los principales productos alimentarios registrados entre los mercados de San Cristóbal y Caracas, encontramos que para cuatro de esos productos (arroz, maíz, arveja y sal molida), los precios en San Cristóbal fueron mayores que los registrados en el mercado público de Caracas. Por su parte, los precios de la panela y el queso fueron mayores en Caracas que en San Cristóbal.

Actividades relacionadas con el Capítulo 4

Resumen

En este capítulo hicimos referencia a varias diferencias existentes en los estados, atendiendo principalmente a variables geográficas, como el relieve y el clima, así como a las influencias resultantes de la proximidad a la frontera colombo-venezolana. Luego, valiéndonos de descriptores diversos, tomados en extenso del libro de Rafael Cartay (Caracterización de la Región Alimentaria Andina. San Cristóbal: BATT, 1997), caracterizamos, de manera aproximada, el comportamiento en particular de los habitantes de la ciudad de San Cristóbal durante el período comprendido entre los años 1870 y 1940.

Preguntas y planteamientos para la discusión del capítulo

1. ¿Considera usted que la temática de los descriptores resulta un procedimiento útil para describir a la subregión alimentaria andina, representada por el estado Táchira?
2. ¿Qué otros descriptores agregaría usted para mejorar el análisis de la subregión alimentaria?
3. Intente resumir el comportamiento de la subregión alimentaria tachirense, en relación con los otros estados andinos y el resto del país.
4. ¿Considera usted importante ver al Táchira del siglo XIX dentro de un marco de estrechas relaciones con la situación existente en el departamento colombiano del Norte de Santander?

5. Explique el significado de la actividad cafetalera y agropecuaria en general, para contribuir a entender al estado Táchira actual.
6. ¿Cuáles son las variables económicas, geográficas y geopolíticas que pueden ayudarnos a comprender la importancia que han tenido los líderes tachirenses en la evolución política de Venezuela?

CAPÍTULO 5

REGIÓN ALIMENTARIA TACHIRENSE: SIGLO XX Y COMIENZOS DEL SIGLO XXI

Este capítulo es la continuación del capítulo anterior (capítulo 4), que trató el tema en el siglo XIX. Esta vez, utilizando los mismos descriptores que empleamos para describir el siglo XIX, debemos responder a las mismas interrogantes, intentando seguir el mismo patrón anterior. Con tal fin, los participantes del diplomado de cocinas regionales del estado Táchira, deberán llenar esa información utilizando fuentes bibliográficas más recientes para completar las diferentes secciones del capítulo 5.

CAPÍTULO 6

TRADICIÓN Y PATRIMONIO

La tradición es una estrategia de la cual se vale una sociedad para conectarse con el pasado. Los hechos del pasado no pueden cambiarse, pero sí reinterpretarse con el fin de darle un viraje a la construcción del presente. La tradición es un mecanismo complejo empleado para recordar de manera colectiva y constructiva al pasado, y recrearlo para no olvidar lo que fuimos, que es, en cierta manera, la base de lo que estamos siendo.

Marcos-Arévalo (2004) definió la tradición como “una construcción social que cambia temporalmente, de una generación a la otra, y de un lugar a otro, que varía dentro de cada cultura, en el tiempo y según los grupos sociales”. De allí que la tradición es un concepto que cambia de significado en el tiempo, dependiendo de quienes lo empleen y los usos a que los dedican.

Una definición interesante, por su sesgo político, la ofrece el historiador inglés Eric J. Hobsbawm (2001, s/p.):

Una serie de prácticas regidas habitualmente por unas normas aceptadas explícita o tácitamente y por un ritual de naturaleza simbólica, que tratan de inculcar a partir de su reiteración constante determinados valores y normas de comportamiento, lo que automáticamente implica un vínculo con el pasado.

La tradición, para Hobsbawm (2001), permite en la práctica el afianzamiento, la legitimación o la consolidación de los nuevos grupos sociales dominantes.

La palabra tradición procede del latín *tradere*, es decir, lo que se transmite desde el pasado, generalmente el conjunto de conocimientos, o acervo cultural, que una generación entrega como un legado a la otra. Pero la tradición “actualiza y renueva el pasado desde el presente”, recreándolo; a veces de manera exagerada y falsa. Por eso se dice que la tradición renueva el pasado, pero lo inventa y lo destruye cada día, desde la experiencia existencial de cada persona. A la tradición le pasa igual que a la memoria individual, que recompone los recuerdos a su antojo, ya que la réplica del

pasado no se realiza con toda fidelidad. Y lo recompone tras haberlo pasado por el filtro de la cultura, después de una selección cultural. Lenclud (1987) decía que es el presente el que reconfigura el pasado, cargándolo de sentido. De tal manera que la tradición, más que padre, es hija del presente. También, para Lenclud (1987, p. 115), “la tradición integra el pasado y el presente en el futuro en vez de sustituirlo”.

La tradición no es inmóvil, sino cambiante, dinámica y adaptativa (Rodríguez, 1999), lo que representa una estrategia para contribuir a solventar los problemas existenciales de la comunidad, vinculándose con la identidad del grupo social. Cada grupo social, o comunidad, posee una tradición propia, como resultado de haber compartido una memoria histórica colectiva. A partir de esas experiencias culturales, específicas y diferentes, se construye la identidad social y cultural (Marcos-Arévalo, 2004).

El cambio implícito en la tradición supone ciertos retos y riesgos, ante procesos como la transculturización alimentaria, a raíz de la globalización. Es decir, la adopción, parcial o totalmente, por parte de una comunidad de rasgos alimentarios y culinarios propios de otro grupo social, lo que puede traer como consecuencia cambios fuertes en los modos de producir, consumir los alimentos y en general, en los valores culturales y costumbres. Esa transculturización, a pesar de que es un proceso inevitable en un mundo multipolar, debe ser enfrentada fortaleciendo los sentimientos de identidad cultural y los elementos que componen una cultura alimentaria, tales como ingredientes, principios de condimentación, utensilios y maneras en la mesa.

Pero la transculturización no es el único riesgo. Hay otros como el de la enculturación y la aculturación.

La enculturación es cuando una cultura se transmite de una generación a otra, pudiendo haber en ese proceso la posibilidad de que el receptor adopte rasgos de la otra cultura, de manera literal o modificada, justificando esa adopción con razones políticas, económicas o geográficas.

La aculturación es cuando otra cultura sustituye a la propia. A veces esa adaptación se produce de manera gradual, y no se percibe claramente la pérdida de una cultura. Ese proceso puede ser el resultado de una imposición de parte de una cultura dominante, como sucede en los procesos de colonización, en el que hay un encuentro de culturas desiguales (Wachtel, 1976; Heise, 1994).

La aculturación puede ser alcanzada de una manera pacífica y gradual, con las migraciones o por vía de la publicidad que difunde el consumo de un producto importado (Mújica-Bermúdez, 2002; Pérez-Francés, 2011).

En la práctica, la tradición consiste en la transmisión de costumbres, comportamientos, recuerdos, símbolos, leyendas, creencia entre los miembros de una comunidad, para reafirmar una cultura, que se expresa en forma de manifestaciones culturales. En esa transmisión participan, al menos cinco elementos: el sujeto que transmite o entrega, la acción de transmitir o entregar, el contenido de lo que se transmite, la acción de recibir y el sujeto que la recibe. Ese acto de entregar/recibir un conocimiento comunitario, que vale la pena entregar /recibir, es crucial para garantizar la continuidad de un conocimiento y de una práctica, importante para la identificación de una sociedad.

Lo que se transmite y se recibe son bienes naturales y culturales (materiales e inmateriales), que pasan a formar parte del patrimonio de la comunidad, y que les son legados de forma oral o escrita, para dejarles como herencia una cierta idea del mundo, y un modo de insertarse en él. De esa manera una cultura permanece en el tiempo, y transmite a sus miembros un sentido de pertenencia y de continuidad. Una de esas manifestaciones culturales, quizás la más importante, es la de elegir, producir, preparar y consumir sus alimentos. Es decir, trasladar de una generación a otra, en el contexto de una cultura, un espacio y un período determinado, una enseñanza que les resulta fundamental para garantizar su supervivencia individual y como grupo (López-Ojeda, 2016; Kristbergsson y Oliveira, 2016). Al reconocer esos bienes, y transmitirlos de una generación a la otra, esos bienes se patrimonializan.

Dicho de otra manera, el patrimonio es la herencia que se recibe de los antepasados, resultante de la simbiosis entre la riqueza natural y la riqueza cultural.

El patrimonio cultural inmaterial (PCI) fue subvalorado durante mucho tiempo, y se corrió el riesgo de ser desvirtuado y mercantilizado, hasta que la UNESCO reconoció su importancia en el año 2003. En el marco de la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Intangible o Inmaterial, del año 2003, se reconoció su importancia, declarando que por PCI se entienden los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas, junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales propios (UNESCO, 2022).

Ese PCI, al igual que el patrimonio cultural material (PCM), es un acervo que la sociedad transmite de una generación a otra, y que es recreado constantemente por las comunidades y grupos que lo reciben en función de su entorno, de su interacción con la naturaleza y su historia; de esta manera, le otorgan a sus miembros un sentimiento de identidad, de continuidad

histórica en el tiempo y de pertenencia a un territorio históricamente concreto, en el que se promueve el respeto a la diversidad cultural, a la naturaleza y a la creatividad humana (Breihl-Altamirano, 2017; UNESCO, 2022).

Una característica fundamental del patrimonio cultural, tanto PCM como PCI, es que la comunidad lo asuma como propio, que lo sienta suyo y le reconozca que forma parte de su memoria histórica (Bonfil, 1993).

El concepto de patrimonio ha recibido varios cuestionamientos, empleando tres argumentos de base. El primero es que la tradición es dinámica, mientras que los institutos oficiales de patrimonio mantienen una visión estática de la cultura que le sirve de base. El deseo de resguardar una manifestación cultural las inmoviliza, es decir, congela y limita la creatividad de los cultores (Salazar, 2002; Arizpe, 2006; Mejías-López, 2012; Dosal-Ellis, 2014). Se olvida que esa manifestación es creada por las propias comunidades, como fruto de un proceso de interacción social, que reflejan valores, patrones de comportamiento y lógicas culturales (Santana y Llonch, 2015; Mejías-López, 2012). Para Santana y Llonch (2015) las únicas culturas estables son las que están muertas.

El segundo cuestionamiento es que la identidad cultural, vista como un sentido de pertenencia a un grupo social con el que se comparten rasgos culturales (Molano, 2007), también evoluciona. No es fijo, se recrea individual y colectivamente, y se alimenta continuamente de influencias exteriores (Bakula, 2000). La identidad se compone de símbolos internos y externos, aunque estos sean una proyección de los símbolos internos (como lo sagrado o el espíritu de un carácter). Lo sagrado, se refiere a la parte constitutiva del ser humano, su pensamiento mágico, su necesidad de mitos y ritos, para entender y explicar el mito, que algunos neurólogos sitúan en el hemisferio derecho, mientras que en el hemisferio izquierdo ubican el pensamiento lógico.

El tercer cuestionamiento es que la tradición, la identidad y el patrimonio, terminan mercantilizándose a través del turismo, a consecuencia de la aplicación de una lógica mecanicista e instrumental; buscando la rentabilidad económica, convirtiéndolo en un espectáculo que banaliza la manifestación cultural, despojándola de la autenticidad que posee, e incluso usándola como un instrumento político, poniendo en peligro su supervivencia (Basile, 2010; Churchill, 2010).

CAPÍTULO 7

LA COCINA DE LA COCINA I.

¿CÓMO HACER UN RECETARIO DE COCINA?

Supongamos que el municipio, estado o región que habitamos carezca de un recetario de cocina, y nosotros queremos escribir uno. Seguidamente la pregunta que nos hacemos, es cómo empezar o por dónde empezar.

Se debe empezar por la unidad más pequeña: el municipio. De esta manera, empezaremos con un recetario de cada municipio del estado.

Lo primero que debemos hacer es buscar un mapa del municipio para el que queremos hacer un recetario de cocina. El municipio es el área más pequeña en lo político y administrativo de un estado, regido por un órgano colegiado, cuyos dirigentes representativos son elegidos democráticamente.

En el territorio de un municipio pueden existir diferentes áreas de actividad económica diferenciadas por varios factores. Entre ellos los más determinantes son el relieve (medido por altura sobre el nivel del mar) y el clima (temperatura, vientos, humedad atmosférica, exposición solar y régimen de lluvias).

La acción principal de estos dos factores determinará la distribución de las actividades productoras de alimentos. Hay otras actividades, como explotaciones forestales y mineras, que influyen fuertemente sobre la dinámica municipal en cuanto a creación de empleos y de ingresos, además de estimular la demanda de alimentos; pero, en este caso, en beneficio de la sencillez, solo tomaremos en cuenta al territorio y a la actividad como fuente directa productora de alimentos. Es decir, como productora de ingredientes, que serán la base de las preparaciones culinarias (definidas por una receta, que, en conjunto, constituirán nuestro recetario).

¿Qué mapa?

Un mapa del municipio que muestre la distribución de los cultivos vegetales y las explotaciones de ganadería dominantes en cada área del territorio. En las diferentes áreas de un territorio en particular se desarrollan varios cultivos agrícolas y se crían diferentes especies animales.

En ese mapa señalaremos solo las especies vegetales predominantes, cultivadas y silvestres, así como las especies animales más importantes. Estas especies vegetales y animales constituirán los ingredientes básicos de nuestra despensa alimentaria, y la base principal para identificar las principales preparaciones culinarias de nuestro recetario municipal.

Para organizar y ordenar el recetario debemos emplear ciertos criterios para no perdernos en la gran cantidad de información que obtendremos.

Un criterio, que usaremos para identificar las preparaciones culinarias, es el criterio del ingrediente. Con el mapa haremos una lista de los principales ingredientes locales. Luego, para cada ingrediente alimentario haremos una lista de las distintas preparaciones que se pueden elaborar con el mismo. Luego, los ordenaremos de acuerdo al menú: sopa, ensalada, entrada, plato de resistencia con su contorno usual, postre, bebida. En este caso procederemos de acuerdo con la guía elaborada por María Fernanda Grisel, denominado: Instrumento de investigación.

Por ejemplo, un ingrediente es yuca (*Manihot esculenta*). Es importante preguntar a los informantes sobre los tipos de yuca (dulce y amarga), las distintas variedades de yuca que se siembran en el municipio y sus principales características (color de la pulpa, usos habituales, período de cultivo -desde la fecha de siembra hasta su cosecha-). Igualmente preguntaremos sobre las principales áreas de producción en el municipio.

¿Quiénes serán nuestros informantes?

Para los ingredientes, buscaremos información primaria entre los productores, los vendedores del mercado municipal y de los puestos de venta en la orilla de las carreteras.

Para las preparaciones culinarias, preguntaremos a las amas de casa, especialmente a las matronas reconocidas por su saber culinario y la buena sazón de las zonas urbanas y rurales, a las cocineras populares, a los cocineros profesionales y a las vendedoras de comidas de calle.



Si procedemos así, tendremos la posibilidad de hacer un segundo recetario: la cocina de la yuca en el estado Bolívar; es decir, aparte de los recetarios de cocina municipales que estaremos haciendo, podemos armar más tarde el recetario de cocina general del estado Bolívar, con todas las preparaciones culinarias del estado.

¿Cuáles técnicas de recopilación de información utilizaremos?

1. Observación de campo. Visita al municipio para hacer anotaciones.
2. Investigación documental. Indagación en artículos de prensa, artículos científicos, libros, informes técnicos, etc.
3. Encuestas. El número de encuestas a aplicar está determinado por un tamaño de la muestra, que depende del número de habitantes del municipio. Esa modalidad es costosa y fatigante.
4. Entrevistas. Esta técnica, selectiva y de aplicación menos costosa, es la más recomendable en estos casos, sobre todo cuando se hace con una modalidad de entrevista semiestructurada, mezclando preguntas cerradas y abiertas.
5. Historias de vida. Sería recomendable hacer varias historias de vida. Parecida a la entrevista, pero más larga, pues profundiza en los aspectos personales (procedencia, estado civil, edad, actividad actual y grado de instrucción) y familiares del entrevistado, con preguntas de mucho interés, como: quién le enseñó a cocinar, a qué edad aprendió, qué se comía en su casa cuando usted era pequeña, etc.

Actividades para el Capítulo 7

Actividad práctica complementaria

Denominación de la actividad: EL INGREDIENTE ESTRELLA.

Propósitos: recetario-curso-concurso-feria.

En la actividad complementaria se procede de la siguiente manera:

1. Hacer una lista de los ingredientes (de origen vegetal y animal) más importantes en el Municipio.
2. De la lista anterior, seleccionar el ingrediente estrella (el ingrediente más conocido, por ser el más producido y consumido en el municipio).
3. Investigar el *corpus* culinario específico para el ingrediente estrella (que se relaciona con la biodiversidad local, el territorio, el sentido de pertenencia y la identidad cultural).
4. Hacer un pequeño recetario para ese ingrediente.
5. Sobre la base de ese ingrediente, desarrollar un curso para amas de casa y cocineras populares.
6. Organizar un concurso sobre la mejor preparación culinaria con ese ingrediente.
7. Armar una feria semestral o anual para realzar el ingrediente estrella. La fecha seleccionada para la realización de la feria debe estar relacionada con la época de siembra o cosecha de ese ingrediente.

Preguntas sugeridas para discutir en el curso:

1. ¿Por qué se dice que un recetario de cocina es un documento etnográfico?
2. ¿Por qué un recetario de cocina actúa como un código o un protocolo?

CAPÍTULO 8

LA COCINA DE LA COCINA II.

¿PARA QUÉ SIRVEN LOS RECETARIOS DE COCINA?

Toda práctica social conforma una cultura organizacional, compuesta por un conjunto de creencias, hábitos, valores y actitudes, que rigen los comportamientos de los grupos que existen en una sociedad organizada. Se trata de un sistema de significaciones, expresiones, categorías, imágenes, modos de vida y de proceder, que se manifiestan en normas, reglas y procedimientos, aceptados pública y colectivamente por consenso, en el seno de un grupo social y que son transmitidos de una generación a la otra.

Ese sistema cargado de significaciones es conocido, por una parte, como un código de ética (un instrumento que promueve la ética que rige una organización) y, por la otra, como un código de conducta (un instrumento que establece las pautas de comportamiento de los individuos que integran un grupo social) (Arroyo Chacón, 2018). Ambos códigos norman comportamientos y son considerados como un faro que orientan la acción de los miembros de un colectivo, dentro de una cultura y un momento histórico.

Como la acción social es compleja y cubre muchos aspectos de la vida en sociedad, se requieren varios códigos para modelar, orientar y corregir los distintos aspectos sociales. Uno de ellos, es el código que determina el régimen de alimentación y organiza los comportamientos de los agentes culinarios y de los consumidores, relacionados con la selección de los ingredientes y su procesamiento para convertirlos en alimentos que se comen y beben.

Esa acción se cumple a nivel de las unidades político-administrativas más pequeñas, como la parroquia rural o urbana, o a una escala un poco mayor dentro de un estado, como el municipio. En ese sentido tenemos varias opciones para establecer nuestros instrumentos normativos y ordenar los comportamientos alimentarios de la sociedad de una región.

Las opciones posibles, y más concretas, buscan establecer códigos alimentarios, por ejemplo, a nivel de un municipio, de un estado o de una región gastronómica. En ese sentido hay ciertos códigos de uso, como el recetario de cocina, el diccionario de cocina, y los ensayos sobre la cultura alimentaria.

En los capítulos iniciales de esta guía se había establecido como premisa que la cocina nacional es una construcción cultural imaginaria, que se fundamenta, en realidad, en las cocinas regionales; un concepto fundado en la disponibilidad local de alimentos, con los que se arma la cocina del lugar, estrechamente ligada a un territorio y una tradición, este último como mecanismo de transmisión de ese conocimiento de una a otra generación.

Digamos, de entrada, que una generación es el lapso que transcurre entre el nacimiento de una persona y el momento en que puede biológicamente reproducirse fisiológica, psicológica y socialmente. Ese lapso varía dependiendo de si se trata de una sociedad rural o urbana, o de una sociedad poco o muy industrializada. Hablamos, de unos 20 años, en promedio, en el primer caso, y de unos 30 años en el segundo. El paso de un saber o conocimiento de una generación a otra se manifiesta de acuerdo con un proceso de transmisión, que está normado por el mecanismo de la tradición que actúa en una sociedad (Hobsbawm y Ranger, 1993).

El concepto de generación se parece bastante al de comestibilidad de algunos alimentos, como la carne de cerdo. Esta carne es apta para el consumo desde el punto de vista biológico, pero algunas religiones (judaísmo, islam) prohíben su consumo por razones religiosas o culturales. Es decir, la carne de cerdo es biológicamente comestible, pero incomedible desde el punto de vista de algunas culturas religiosas.

El concepto de generación responde a una condición fisiológica que puede medirse en años, pero no en el caso de la cultura. Se puede tener aptitud fisiológica para reproducirse, pero esta aptitud está condicionada y limitada por barreras culturales.

Una de las prácticas sociales imprescindibles de toda sociedad es la manera como las personas que la componen procuran sus alimentos: es decir, cómo desarrollan su modo de acceder a los alimentos para consumirlos. La alimentación, y en especial su metáfora: la gastronomía, resulta una práctica social total (desde el nacimiento hasta la muerte), compleja e imprescindible para la sobrevivencia.

El escritor irlandés Alfred Harmsworth (1865-1922), conocido como lord Northcliffe, fundador del periodismo popular moderno, decía que la comida es el tema más importante del mundo, pues “es lo que más preocupa a la mayoría de la gente durante la mayor tiempo de su tiempo” (Fernández Armesto, 2004). Lo cual hace que la práctica social de la alimentación sea de gran importancia y esté regida por una cultura organizacional, que se manifiesta en un sistema de comunicación integrado por códigos. Un código es un conjunto de elementos que se combinan de acuerdo a ciertas reglas, “encriptadas” en símbolos. Símbolos que deben ser descubiertos para lograr comprender su verdadero significado. Ese es su aspecto connotativo, un lado oculto y que se debe interpretar para comprenderlo. Esa es la tarea de la semiología de la alimentación.

Recetarios de cocina como códigos o protocolos

Los libros de cocina actúan como códigos que comprenden un conjunto de elementos que cambian y se combinan siguiendo ciertas reglas, como la gramática de la cocina o las maneras en la mesa y las creencias alimentarias. Esos elementos encierran valiosa información, sobre los procedimientos empleados para actuar en los espacios domésticos de la cocina y para guiar los comportamientos de los actores en la actividad social, cumplida en un territorio o espacio concreto y en una época determinada.

Los libros de cocina actúan como sistemas comunicativos de mensajes que un emisor, el que los escribe, transmite a un receptor en el curso del tiempo con el fin de conservar saberes culinarios, y aplicar conocimientos, a través de mecanismos ligados a una tradición, que los transmite de una generación a la siguiente para preservar informaciones de interés sobre el funcionamiento de una sociedad determinada, y reproducir ese conocimiento.

Algunos investigadores como Pazos Carrillo (2010) emplean el término de “protocolo”, en vez de “código”, para nombrar a ese conjunto de normas, procedimientos y comportamientos que cumplen los individuos dentro de un sistema preestablecido; todo ello, para “formalizar la jerarquía u organización de los sujetos dentro de un espacio preestablecido”, tal como se hizo para analizar el Manual de Cocina, de Juan Pablo Sanz (1819-1897), publicado antes del año 1857.

El manual de Sanz, fue el primer recetario de cocina ecuatoriano, presentado como un protocolo de recetas de la clase aristócrata quiteña.

Viudas Camarasa (1982) señala que, un recetario de cocina emplea generalmente un lenguaje técnico para crear un código que describe el *corpus* culinario de una época. Un lenguaje que se expresa de muchas maneras. Desde el dolor, por ejemplo, en forma de recetas para registrar memorias que pueden ser muy desagradables, tal como muestran Alcántara Sánchez y Belaosteguigoitia (2020), sobre lo que acontece en una prisión femenina, con sus restricciones en el uso de ingredientes o la monotonía de los menús. En este caso, los autores examinan este recetario de cocina como un mecanismo de protesta y de testimonios tristes del colectivo carcelario.

Otras veces, los libros de cocina tratan sobre la cocina de la precariedad, como es el caso del recetario “Cocina sin recursos”, de Ignacio Domenech (1940), editado por la editorial Siglo XX, en plena crisis alimentaria de la Guerra Civil española, en el que hay una receta de tortilla de papas que no lleva huevos ni papas. También, en el libro “Las recetas del hambre” (2024), los antropólogos españoles David Conde y Lorenzo Mariano dan testimonio de la hambruna sufrida por los españoles, en medio de la crueldad de la guerra civil española (1936-1939). Otros libros reflejan la invisibilidad y el menosprecio hacia los cocineros marginales, como el libro de Brena (2017).

Algunos investigadores analizan los recetarios como documentos antropo-semióticos, tal como hace Maury Santiago (2010), al examinar el ordenamiento simbólico de los códigos alimentarios para describir la creación de un espacio de comedor en un contexto ritual, parecido a una puesta en escena teatral. Este autor emplea el concepto de rito, desde una mirada etnográfica, como un elemento que modifica el entorno a través de la semiotización del espacio público en referencia con los alimentos y los agentes culinarios, considerándolos desde tres niveles espaciales: la plaza, el puesto y el “carrito” de venta de comida en la calle como un microespacio. Esos rituales de comensalidad abren un paréntesis en la vida cotidiana, afianzando los lazos de parentesco y favoreciendo la cohesión social.

Para Hernández (2016), con un enfoque similar al de Maury Santiago (2010), el recetario de cocina se comporta como un documento etnográfico, que él emplea para describir las particularidades de la comida de piezas de caza en la región española de Extremadura.

Para Rentería (2023), las actividades relacionadas con la alimentación (cocinar, compartir y comer los alimentos) crean un espacio que discurre en torno a la alimentación, promoviendo lazos de comunicación y de resistencia frente a las crisis y eventos traumáticos. En este caso algunas recetas contienen narrativas, historias de vida y de supervivencia, que van más allá



de compartir un procedimiento para preparar un platillo, convirtiendo al recetario de cocina en un libro testimonial de los cambios sociales. En este orden de ideas, Mendoza Guerrero (2018) examina los platos aparecidos en la prensa estadounidense, entre los años 1905 y 1984, para explicar la creación de una comida de frontera entre México y Estados Unidos; una cocina que se inserta dentro de un espacio cultural donde es común compartir, es decir, el sentimiento de mexicanidad en un lugar que busca definirse culturalmente.

Una interpretación corriente, entre los especialistas, es que los recetarios de cocina publicados en el siglo XIX en América Latina fueron empleados como instrumentos para fortalecer el sentimiento nacional, en una época en la que se estaban construyendo los distintos Estados-nación en la región (Caldo, 2013). Esos recetarios actuaron como códigos de organización social de los modos de producción y consumo de alimentos para la clase dirigente, una élite que sabía leer y escribir, frente a una mayoría sin ilustración considerada “pueblo”.

Paralelamente, se difundieron los manuales de urbanidad y buenas costumbres, que incluían comportamientos o maneras en la mesa ciudadana. Ambos eran, en la práctica, dispositivos discursivos en la consolidación de los nacientes Estados-nación (Vernot, 2019), y la “domesticación social” (Goody, 1977). Goody (1982) señala en sus escritos que los recetarios ilustraban la manera cómo se alimentaban los poderosos, los alimentos que consumían y las maneras de proceder en la mesa privada y pública, como un modelo a seguir por todos los miembros de una sociedad en su desarrollo. En ese caso se empleaba la escritura (los recetarios eran para los que sabían leer y escribir, una minoría) para ilustrar a las elites, sirviéndole como un instrumento de dominación y conquista (Goody, 1998).

Recetarios de cocina: documentos etnográficos

Los recetarios son mucho más que simples colecciones de recetas, y se emplean para establecer territorios, demarcar fronteras, y definir los espacios sociales de una élite que busca diferenciarse del pueblo llano. Según Lovera, en el Prólogo al libro de Márquez (2005), los libros de cocina ayudan a comprender la cultura de una sociedad, cumpliendo una función etnográfica.

En este caso, las recetas reflejan la narrativa de un grupo social, su historia, su territorio y su sentido de pertenencia al mismo. Un sentido de pertenencia generalmente a las clases sociales en ascenso.

Para Lovera, los recetarios de cocina ilustran sobre los ingredientes, las preparaciones culinarias y las técnicas, mientras ofrecen datos lexicográficos, folclóricos e históricos de una cultura culinaria, tal como sucede con los documentos etnográficos.

Así se había hecho en Francia en el siglo XIV, en una época de definición temprana de las cocinas regionales. Una práctica que se intensificó a partir del siglo XVIII, bajo la influencia de la burguesía comercial en algunas ciudades francesas. Esos recetarios empezaron, incluso desde el siglo XIV, a diferenciar los grupos sociales, su movilidad de ascenso, y a la consolidación de un “gusto”, para afirmar una clase social, y diferenciarla de las otras. Esos comportamientos se producen en todas las regiones del mundo capitalista en expansión. Appudarai (1988), tratando el caso de la India, muestra cómo esos recetarios ayudaron a establecer rasgos colectivos y homogéneos para una cultura o una clase social en ascenso.

Los recetarios creaban un imaginario de lo que se debía comer y cómo hacerlo, copiando y transmitiendo usos de las clases altas, que transmitían muchas recetas y sabores extranjeros, o extranjerizantes. De esa manera, se homogenizaba la cocina en términos de raza y de clase (Appudarai, 1988).

El recetario, y en particular la receta, expone la visión y la representación del “otro”, aquello que es diferente a “nosotros”; de allí que es usado como un instrumento o mecanismo de clasificación y homologación de lo propio, y diferenciación con lo ajeno en un ordenamiento social. Así se construyó una pretendida “autenticidad” de un *corpus* culinario.

En la práctica, en la construcción de una cocina “nacional” se mezclaron sabores variados y alternos, propios de las cocinas regionales, con recetas de “otras partes” del mundo con las cuales compartimos un pasado. Así sucedió con las recetas españolas, y de otras cocinas de moda europeas, como la cocina italiana y, especialmente la cocina francesa, que se modernizó en el transcurso de los siglos XIX y XX.

De esta manera, se fue creando un *corpus* culinario que alimentó a los recetarios latinoamericanos, que se convirtieron en muchos casos en meras copias de los recetarios europeos, dejando por fuera a los platos populares tradicionales de nuestros países. Esos recetarios, concebidos de ese modo, se tornaron en dispositivos o soportes escritos para mostrar el modelo de consumo de las clases altas.



Poco a poco, y gracias al uso creciente de los ingredientes locales, los recetarios empezaron a mostrar la biodiversidad regional, es decir, los componentes de la despensa local, democratizándose. Esos ingredientes, resultantes de las producciones propias creaban un sentido de pertenencia a la tierra originaria, o más bien a un terruño.

Los nuevos recetarios regionales y nacionales se esmeraron en la inclusión de los ingredientes locales, lo que muestra un entramado de historias diferentes a las del pasado.

Los recetarios modernos cuentan una historia diferente, son escritos y leídos de manera distinta a los del pasado (Laborde y Medina, 2015). Ahora se proponen, atendiendo a los paisajes gastronómicos de los que dan cuenta, al reflejar los espacios sociales, culturales, políticos, económicos e históricos relacionados con la comida (Adema, 2006).

De esa manera, los recetarios se convirtieron en documentos etnográficos que ayudaban a comprender y explicar a una sociedad; se convierten, así, en soportes de su patrimonio cultural material e inmaterial. Los recetarios modernos informan sobre las dos líneas maestras de toda cocina: la biodiversidad (o la despensa natural disponible) y la diversidad cultural de los agentes culinarios, lo que se conoce también como *ethnicity*, que combina los aportes alimentarios de las distintas culturas integrantes del mestizaje culinario, característico de una sociedad en evolución.

El patrimonio cultural alimentario es el resultado de la interacción, sobre todo en las zonas rurales, de un grupo social con la naturaleza, y también de la acumulación de saberes culinarios transmitidos por la tradición a lo largo del tiempo.

La gastronomía actúa, en este contexto, como un rasgo cultural identitario y una herramienta de desarrollo regional, para los territorios rurales y sus periferias (Fusté-Forné, 2015). En ese contexto, es necesario apoyarse en otras actividades más recientes como el turismo gastronómico y en una mayor participación de la colaboración de los productores, artesanos y autoridades de las comunidades locales, que promuevan con eficiencia la valorización de sus productos y difundan sus historias (Hobsbawm y Ranger, 1993).

Los recetarios de cocina en América Latina, en particular los fechados en el siglo XIX, son documentos que presentan algunas dificultades para ser usados por los investigadores. Muchos de ellos son ejemplares manuscritos, de difícil acceso, porque son únicos, y con frecuencia escritos con mala letra y mala tinta que tiende a borrarse con el uso y el paso del tiempo. Además

esos manuscritos son, por lo general, conservados celosamente por las familias que los poseen como un patrimonio familiar, que lo excluye de la labor de los investigadores.

Los recetarios de cocina impresos, por su parte, corresponden generalmente a muy pequeños tirajes, hechos en papel de baja calidad. Aparte de que los recetarios de cocina son documentos que se deterioran con rapidez, por las indeseables condiciones de manipulación en las cocinas (Lovera, 2005; Márquez, 2005).

Una breve mirada a los recetarios de cocina de allá y de acá

Apartando los viejos recetarios de cocina impresos de Europa occidental, que tuvieron un antecedente en *De Honesta Voluptate*, de Bartolomeo Platina, publicado en Roma en 1470, no hubo relativamente una abundante producción de recetarios en Europa occidental sino hasta el siglo XVIII, cuando se imprimieron recetarios en muchas lenguas destinados a cocineros que estaban al servicio de las elites de la aristocracia civil y eclesiástica.

Desde entonces los recetarios respondían a uno de dos modelos: el de una cocina de abundancia y lujo, destinados a los cocineros de oficio, y el otro, promocionaba una cocina burguesa, de las ciudades que se urbanizaban rápidamente al calor de la elite de los comerciantes. En este último caso, era una cocina más modesta, inspirada por las conductas del ahorro y la simplicidad.

Esos dos modelos para elaborar recetarios de cocina se difundieron en la América que estaba en proceso de convertirse en nuevas repúblicas, privilegiando la noción de construir una idea de nación, integrando los mercados internos, abriendo caminos para romper el aislamiento regional interno y crear los símbolos de la patria.

En ese proceso la cocina fue una ayuda de gran importancia, usando los recetarios de cocina. Como dice Back-Geller (2013), los primeros recetarios hispanoamericanos, que inicialmente tuvieron una impronta patriótica, ayudaron a crear un repertorio de ingredientes y platillos “nacionales”, a través de la articulación de un lenguaje culinario ajustado a la “nueva nación”, que forma parte de un concepto coherente, racional, auténtico y probado que le da a la nación una dimensión de autenticidad y tradición. En Hispanoamérica se combinaron los dos modelos de recetarios europeos, para adaptarlos a los usos de una clase social en construcción y ascenso.



Así sucedió con el primer recetario mexicano, en el año 1831 (Cocinero Mexicano, ciudad de México, Imprenta de Galván, 1831), el primero de América Latina, que sirvió de modelo para los que siguieron: Colombia (1853), Cuba (1858), Puerto Rico (1859), Perú (1866), Venezuela (1861), y otros más. Todos ellos, caracterizados por la imprecisión en las dosis de los ingredientes, la utilización de medidas ambiguas y de un lenguaje impreciso.

Al principio esos recetarios combinaban recetas locales o criollas con recetas extranjeras, españolas, como es natural, y propias de la cocina francesa para estar a la moda. Entonces, Francia estaba en la cima de la cocina moderna. Los mexicanos, estrenando su frágil aún república utilizaron su recetario, en el año 1831, para comenzar a establecer la noción de “mexicanidad”.

Eso también lo hicieron las otras naciones hispanoamericanas para promover su idea de “nación” (Martínez Carreño, 1985; Bak-Geller, 2008; Bak-Geller, 2013; Caldo, 2016; Gaviria Arbelaez, 2016; Vernot, 2019). Perú, México y otros países con un fuerte componente indígena y cultura prehispánica, aprovecharon esas adaptaciones interculturales, para fortalecer un lenguaje culinario propio.

Una excepción en América, en cuanto a su radicalidad en la sustitución, fue el primer recetario estadounidense, *American Cookery*, de Amelia Simmons editado en el año 1796 en Hartford, Connecticut. En este recetario, Simmons distinguía el gusto de los estadounidenses del gusto de los ingleses, adaptando las recetas inglesas a los ingredientes del Nuevo Mundo. Sustituyendo, por ejemplo, la avena por el maíz, incorporando la carne de pavo y una calabaza originaria (*squash*) en las recetas de su libro.

Venezuela no es ajena a lo que lo sucede en las otras cocinas hispanoamericanas. Una rigurosa investigación bibliográfica realizada por Márquez (2018), y comentada por Popic (2024), halló 1.720 entradas de publicaciones de cocina, entre ellas recetarios, durante los años 1845 y 2018, concluyendo que 1.609 son textos impresos y 111 son manuscritos. En su obra, Márquez señala que el primer recetario venezolano es “El agricultor venezolano”, de José Antonio Díaz, del año 1861. Sin embargo, hay un recetario parcial, que data del año 1851; se trata de “Recreaciones químicas de recetas aplicadas a la economía doméstica”, de Tomás Arratta, publicado en Caracas en el año 1851. Lo que lo haría el primero, pero se trata de la segunda edición de un texto publicado un año antes, en 1850, en La Coruña, España, que incluye muchas recetas extranjeras.

En un anuario, “El mundo a domicilio”, de Pedro Martel Larruscaín, publicado en Maracaibo en 1893, se incluyen unas pocas recetas de cocina. La primera mayor obra culinaria en Venezuela, en cuanto a recetarios, fue la de Tulio Febres Cordero, Guía del Ama de Casa, publicado por la Tipografía El Lápiz, de Mérida, en el año 1899; esta obra contiene más de doscientas recetas, escritas con claridad y utilizando ingredientes locales, aunque usando medidas imprecisas, porque, según el propio Don Tulio, había “un alto índice de analfabetismo en el país, muy acentuado en las clases menos favorecidas”.

CAPÍTULO 9

LA COCINA DE LA COCINA III.

¿CÓMO ELABORAR UN DICCIONARIO DE COCINA?

El primer paso hacia la sabiduría es llamar las cosas por su nombre.
Proverbio chino.

Si ignoras el nombre de las cosas, desaparece también lo que sabes de ellas. Carolus Von Linneo, naturalista sueco, considerado el padre de la taxonomía.

Donde fueres, haz lo que vieres. Donde fueres, escribe lo que oyeres.
Refrán popular.

A manera de introducción

El primer diccionario de la lengua española apareció en 1780. Se llamaba entonces Diccionario de Autoridades. El diccionario actual es el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE), cuenta con cerca de 100.000 palabras. Por su estructura retórica, el DRAE es de tipo descriptivo; si se toma en cuenta su intencionalidad, es de tipo explicativo. Los diccionarios regionales de cocina que nos proponemos elaborar en este diplomado son de condición discursiva mixta, tanto de tipo descriptivo como de tipo explicativo.

Los diccionarios culinarios son de un tipo particular, que incluye solo términos ligados con la cocina y la gastronomía, contentivos de sustantivos y verbos. Aun cuando en la escritura utilizamos artículos, sustantivos, verbos, conectores gramaticales y adjetivos, en los diccionarios culinarios solo incluimos términos sustantivos y verbos asociados a la cocina, la gastronomía y a los alimentos, bien sean como ingredientes, utensilios, procesos, técnicas culinarias, platillos y bebidas.

Recordemos que una oración es un conjunto de palabras ordenadas de manera que tengan un sentido expresivo. Una oración está formada por un sujeto (persona, animal o cosa, de la que se dice algo) y un predicado (la palabra o grupo de palabras que expresan lo que se dice del sujeto). De una manera simplificada, se puede decir que la oración está integrada por tres partes: el sustantivo (que realiza la acción), el verbo (que expresa la acción) y el predicado (que expresa el contexto sobre lo que hace el sujeto).

Idea común sobre los diccionarios y su utilidad

Casi todo el mundo sabe qué es y para qué sirve un diccionario y, probablemente, lo ha usado alguna vez para disipar alguna duda. Pero lo que mucha gente desconoce es, quizás, cuál es el significado real de un diccionario, su valor comunicativo y testimonial.

Un diccionario, va más allá de un glosario es un conjunto de palabras claves y sus definiciones, sobre un tema específico. Un diccionario es más amplio, resulta algo más que una lista de palabras clave con definiciones. Equivale, en realidad, a un código.

Un código es un catálogo de normas, disposiciones y conceptos referidos con cierta amplitud a un tema determinado. O para decirlo de otra manera, un código es un sistema de signos verbales y no verbales utilizado para entablar un proceso comunicativo, entre el emisor y el receptor. Por ejemplo, el código civil de un país recoge el conjunto de normas y disposiciones legales sistemáticas del derecho privado, para regular las relaciones civiles entre las personas físicas.

En nuestro caso, un diccionario de cocina trata sobre el conjunto de conceptos relacionados con ingredientes, técnicas y procedimientos, utensilios, artefactos, preparaciones culinarias, saberes y comportamientos culturales, generados entre los agentes culinarios, en el ámbito particular de la alimentación, la cocina y la gastronomía en una sociedad determinada, para comunicarse con claridad y precisión.

No hay que confundir un diccionario de cocina con un recetario de cocina (que recopila recetas de platillos y bebidas), tampoco con un libro sobre historia de la gastronomía (que describe el desarrollo del oficio, de los actores culinarios, la dieta y del modelo de consumo alimentario y de comportamiento en la mesa durante un período determinado en la historia de la humanidad), o con una guía de cocina turística (que informa al lector interesado, y específicamente, al visitante, sobre los principales platillos

tradicionales y los sitios recomendados para su consumo, dentro de un circuito turístico). Un diccionario de cocina regional es un conjunto unitario de términos, ordenados alfabéticamente, desde la A hasta la Z, y con rigor sistemático, contentivo de términos relacionados con la actividad de la alimentación, la cocina y la gastronomía practicada en la región o estado de la que se trate, o que tengan alguna relación con ella.

Un diccionario regional tiene como propósito central convertirse en la base terminológica que soporta la estructura comunicativa relacionada con la alimentación, la cocina y la gastronomía en una región determinada, y que nos representa fuera de ella.

Un diccionario de cocina no es una camisa de fuerza compuesta de términos exclusivos de una cocina, por ejemplo, tachirense, bolivarense, neoespartana o aragüeña; aunque se trata de términos necesarios para describir a una cocina en particular (por eso es descriptivo), para reforzar su significado e importancia en un ámbito mayor que el de la cocina local y de sus ofiantes.

Un diccionario de cocina puede contener más información de lo esperado en un diccionario corriente, y, en este caso, la osada pretensión de parecer enciclopedia, aunque en realidad, no lo sea.

Un diccionario enciclopédico es aquel que incluye términos, palabras y conceptos de una manera más amplia y detallada que un diccionario ordinario. Este diccionario a veces se vuelve casi una enciclopedia en varias circunstancias, cuando:

1. Aborda la descripción de algún ingrediente importante en la dieta regional, como el plátano, el arroz, el maíz, la yuca, el maní, el fréjol, las carnes de vacuno, de cerdo o de pollo.
2. Registra la variedad de peces y mariscos consumidos usualmente en la región, cuando trata sobre algunos productos de intercambio comercial destacados en el comercio interregional e incluso internacional, como el cambur, el plátano, el cacao o el café.
3. Describe algunos procedimientos que muestran una técnica tradicional y singular como el fogón de leña.
4. Referencia algunas preparaciones regionales muy populares como la pisca andina en la cocina tachirense, el sancocho de zapoara en la cocina de Ciudad Bolívar, o el pastel de chucho en la cocina de Nueva Esparta.

5. Cuando aborda algunos aspectos relacionados con la vida cotidiana, festiva o conmemorativa, vistos desde la óptica de la alimentación que, en el habla popular, emplean dichos y refranes que expresan la esencia del alma de la cultura regional, o se recurre al uso de adivinanzas escolares que nombran alimentos o se mencionan términos alimentarios en los versos que se encuentran en las canciones regionales.

Un diccionario no es, pues, como mencionamos anteriormente, un recetario de cocina ni un libro de gastronomía, ni una guía de turismo.

No obstante, en la compilación de un diccionario de términos culinarios el compilador se guía, básicamente, por los recetarios y por los elementos que componen una receta de cocina: los ingredientes y las operaciones para hacer un plato o una bebida.

Al describir un plato se informa brevemente, por lo general, sobre los ingredientes utilizados en una preparación, y sobre la manera básica de proceder en la cocina. Esos son materiales que ayudan a componer un diccionario.

Si se quiere hacer un diccionario un poco enciclopédico, se puede informar sobre los principales centros de producción del ingrediente, su procesamiento agroindustrial, el número de familias ocupadas en su producción o las principales variedades cultivadas. La razón es simple. No olvidemos que una cocina regional cubre un espectro territorial muy grande, donde hay cierta especialización en los ingredientes producidos, en los platos y bebidas elaborados, de acuerdo con las distintas zonas gastronómicas de la región o del estado, y que muchas de esas preparaciones no son bien conocidas en todo el territorio estatal o fuera de él, y no circunscritas estrictamente a un territorio determinado.

La cocina, como la música popular regional, no siempre está confinada estrictamente a un límite político administrativo, y con frecuencia las preparaciones (comidas y bebidas, y los ingredientes y las técnicas) viajan de un lugar a otro, junto con la gente, para reproducir la práctica culinaria, imprescindible para la supervivencia humana.

Un diccionario, por otra parte, al contrario de una novela que muchas veces surge de ficciones creadas por el novelista, nace de la inmersión constante en contextos culturales muy precisos, que constituyen la expresión pura de un pueblo y sus costumbres. Esas formas expresivas hay que buscarlas en muchos formatos comunicativos, desde las recetas de cocina orales o manuscritas que trascienden y evolucionan, como capas superpuestas de una cebolla que cambia sin perder su sabor y su aroma.

Son narraciones que encierran palabras perdidas en los cuentos infantiles. Los términos se encuentran escondidos en las páginas de los diarios y revistas, en la buena literatura, en la poesía, en las canciones regionales, hasta en los adustos libros de botánica, zoología, agronomía, biología marina, acuicultura, economía, administración, ingeniería industrial, o en las tesis de grado de diferentes especialidades y universidades. También, en la atenta escucha de los testimonios de encantadoras matronas que nos hablan de sus tiempos juveniles, de sus aprendizajes culinarios y de sus amores, mientras les brillan los ojos recordando un pasado que siempre es grato y aleccionador evocar, buscando las raíces de una vida y una cultura en los recuerdos memorables para no morir de un todo. Como me dijo certeramente un dirigente campesino, en un trabajo de campo: “Un pueblo que ha perdido su tradición es como si le hubiesen robado la memoria, convirtiéndose en nadie o en gente anónima”.

Eso es, en realidad, un diccionario es un catálogo de términos ordenados alfabéticamente, que evoca recuerdos y afectos ligados a la alimentación, como acto social total imprescindible para la supervivencia y la identidad cultural. Esa compilación, por modesta que sea, termina por convertirse en un puente que comunica a la gente con su memoria gastronómica, que es uno de los fundamentos de su identidad, su tradición y su territorio.

Un diccionario es, pues, un repertorio en el que se recogen, en un orden determinado (generalmente alfabético), palabras o voces de una materia concreta, acompañadas de su definición o descripción.

En ese sentido, un diccionario constituye, como dijo el semiólogo francés Roland Barthes, una suerte de arma para luchar contra el olvido o los cambios del lenguaje. Una incesante batalla campal contra el desgaste de las palabras por el paso del tiempo, y de sus viajes en un espacio donde se mezclan influencias gastronómicas de distintas regiones de un país, e incluso del extranjero. Aunque en esa lid, el diccionario siempre resulta ineficiente, porque la vida, esquivada, cambiante y caprichosa, termina desbordando la camisa de fuerza de las formas y los significados, como un líquido que rebasa el envase buscando caminos para desparramarse siguiendo, a veces, senderos insospechados.

Tipos de diccionarios

- **Normativo:** un repertorio elaborado en términos correctos, según la norma establecida por la DRAE. Es el diccionario usado comúnmente.
- **De uso práctico:** un repertorio que recoge palabras reconocidas por la DRAE, con la adición de otras palabras usadas ampliamente en una sociedad determinada.
- **Monolingüe o bilingüe:** propios de una lengua, o de dos.
- **Etimológicos:** repertorio que toma en cuenta el origen de la palabra en una lengua.
- **De sinónimos y antónimos:** repertorio con sinónimos (palabras similares) y antónimos (palabras opuestas).
- **Especializados:** repertorio dedicado a compilar palabras pertenecientes a un determinado campo del conocimiento. Es nuestro caso: UN DICCIONARIO ESPECIALIZADO EN COCINA Y GASTRONOMÍA REGIONAL.
- **Tesaurus:** repertorio de palabras relacionadas con la idea o palabra consultada.
- **Diccionario-enciclopédico:** un repertorio que ofrece información más amplia que un diccionario corriente.

Sabemos que el lenguaje cambia tomando formas distintas en la construcción de las denominaciones, de acuerdo con la geografía y las influencias culturales que se reciben. Pero, siempre, la gente tiene la necesidad de identificarse con su grupo y su cultura, y lo hace principalmente valiéndose de su manera de hablar y comer.

De allí que en un diccionario culinario de un estado, encontramos, aparte de las diferenciaciones existentes entre el habla rural y el habla urbana, hallamos dos zonas dialectales, que pueden distinguirse claramente de acuerdo a la geografía y ecosistemas que habitan, y a las prácticas sociales y actividades productivas que cumplen: asociadas al campo, a la agricultura, a la ganadería, o a los ambientes marinos, estos últimos a su vez asociados principalmente con la navegación y la pesca artesanal, en el litoral marítimo.

Para elaborar un diccionario se convoca a la participación de mucha gente, haciendo que una obra individual se convierta, en la práctica, en una obra colectiva. Una obra en la que el esfuerzo del compilador se difumina en medio de tantos créditos y palabras de agradecimientos a los colaboradores. Personas que aportan fragmentos de su mundo cotidiano y familiar atado a la cocina, o que facilitaron libros y testimonios que fueron básicos para orientar al compilador del diccionario en esa selva oscura y en ese camino tortuoso, que es, con frecuencia, la elaboración de un diccionario.

Un diccionario es, además, como todo diccionario, una obra incompleta y en constante elaboración. Los lingüistas señalan que toda lengua está sometida a un cambio continuo, aunque no lo parezca. Ese cambio ocurre en todos los ámbitos, de lo cual no escapa la culinaria popular, que, como sabemos, es una actividad en permanente evolución, aunque lo haga de una manera muy lenta.

No obstante, al compilador no le queda otra cosa que, a pesar de las limitaciones, entregar al público la “última” versión, con la ilusión de que valga la pena y contribuya a iluminar un camino inédito, al tratarse probablemente, del primer diccionario de términos de la cocina regional en ser escrito y publicado. Y debe concluirse a sabiendas de sus imperfecciones, para, como dijo una vez Roland Barthes, intentar vencer el desinterés y el olvido.

¿Qué es un diccionario de cocina, de términos culinarios o de gastronomía?

Llegado a este punto, definamos bien qué es un diccionario de cocina.

Un diccionario de cocina o de gastronomía es un repertorio que trata sobre el conjunto de conceptos relacionados con ingredientes, técnicas de conservación y de cocción, utensilios y artefactos, preparaciones culinarias que se comen o se beben; también contiene saberes y comportamientos culturales, creencias y supersticiones, tabúes, prohibiciones y preferencias, y maneras en la mesa, que se generan e intercambian entre las personas implicadas en la práctica alimentaria, cumplida en un territorio concreto y en el marco de una cultura históricamente determinada.

Una de las funciones de ese repertorio de términos culinarios es dar a conocer los elementos del lenguaje implicados en la práctica social alimentaria, y reforzar el sentido de pertenencia a un territorio, a un colectivo y a una cultura alimentaria, cohesionándolo como grupo y consolidando su identidad cultural.

Guía de uso para elaborar un diccionario de cocina

Un diccionario está compuesto de entradas o unidades léxicas. Las entradas o unidades léxicas se disponen en orden alfabético, de la A a Z, en el que, de acuerdo con el criterio de la Real Academia Española, las letras CH y LI no se consideran independientes, si no integradas a las letras C y L, respectivamente.

Cada entrada o unidad léxica comienza con un lema o término escrito en letras mayúsculas sostenidas. Por ejemplo, ARROZ, CERDO, MANÍ, ONOTO, PAN DE HORNO, QUESO DE MANO, etc. Cuando la entrada o unidad léxica alude a una especie animal o vegetal, se incluirá su nombre científico, en latín, escrito entre paréntesis y en letras cursivas, de acuerdo con las normas taxonómicas en vigor.

El nombre científico informa sobre el género, la primera palabra, que se escribe con mayúscula inicial, y la segunda, toda en minúscula, señala la especie. Este nombre científico equivale a la cédula de identidad de la planta o del animal, y se distancia del nombre común, que es solo identificable para los integrantes de un grupo o los habitantes de una región o país. Por ejemplo, Arroz (*Oryza sativa*) o Camarón (*Penaeus vannamei*).

Cuando en una entrada aparezca el lema con varios nombres comunes, el nombre que aparezca en primer lugar en la enumeración es el más utilizado en el contexto descrito en el diccionario. Por ejemplo, cochino, cerdo, marrano, chancho o puerco. En este caso, se dará mayor importancia al primer nombre común, que se describirá con mayor amplitud. En los otros, por ejemplo, se utilizará la siguiente fórmula: “Marrano Ver: Cochino”.

Al existir una remisión que envía de un lema a otro, por ejemplo de fruta china o tamarindo chino, se aplicará la siguiente fórmula: fruta china a tamarindo chino, se indicará, por ejemplo: “Fruta China, Ver: Tamarindo Chino.”

En caso de una entrada o unidad léxica que tenga, en su lema, acepciones o significados distintos, cada acepción se separará usando el signo: “/”, es decir, *slash*.

Cuando la escritura de una entrada o unidad léxica no sea homogénea, se utilizarán las distintas grafías, con la que cuenta, separada cada una con una coma, sin tomar partido por ninguna. Por ejemplo, Hallaca, Hayaca, Ayaca.

Es recomendable presentar las distintas abreviaturas empleadas en el diccionario. Por ejemplo: a.C. (antes de Cristo); cm (centímetro), etc. (etcétera); g (gramo); h (hora); ha (hectárea); hab. (habitante); Kcal (kilocaloría); kg (kilogramo), km (kilómetro); km² (kilómetro cuadrado); kg/p/a (kilogramo /persona/año); l (litro), lb (libra); m (metro); m² (metro cuadrado); m³ (metro cúbico); mg (miligramo); mm (milímetro); min (minuto); msnm (metros sobre el nivel del mar); n°. Número; pág. (pagina); p.ej. (por ejemplo); t (tonelada); tm (tonelada métrica), vol. (volumen); % (por ciento); °C (grado centígrado).

Práctica complementaria para elaborar un diccionario de cocina regional

Se trata de un juego con las palabras, que resultará, sin duda, divertido e instructivo. Tan divertido que me gustaría compartir esas reuniones grupales con ustedes.

Se le pide a cada participante que consiga diez palabras ligadas a la gastronomía del lugar de donde proviene (municipio, por ejemplo). Se hace una lista para cada participante. Si son veinte participantes, se harán 20 listas, con un total de 400 términos. Esa lista se depura, eliminando los términos repetidos en las listas y los términos incorrectos. Lo que quede va para nuestro diccionario.

Otros juegos son el de las frutas regionales, en el cual se hace una lista, con la ayuda de los participantes de las frutas consumidas en la región; el juego de los condimentos (hierbas, especias, semillas y otras plantas aromáticas) regionales; el de los tubérculos, raíces tuberosas, y cormos alimentarios regionales; y el juego de las proteínas usadas en la cocina regional. Todos estos juegos, se refieren a los ingredientes.

Ahora, pasamos a otro nivel: el de los componentes de un menú con el propósito de armar un *corpus* culinario.

Se empieza con las sopas y las entradas, luego los segundos o platos de resistencia, los contornos o guarniciones, para finalizar con los postres, en especial los dulces en almíbar, los panes, galletas y tortas. Y luego los atoles y mazamoras. Después las bebidas no alcohólicas, las bebidas fermentadas alcohólicas, y las bebidas destiladas alcohólicas.

Inmediatamente, pasamos a los tipos de comida: ceremoniales (banquetes oficiales), rituales (religiosos o ritos de pasaje: nacimiento, bautizo, confirmación, final de escuela y graduaciones, los cumpleaños, en especial los quince años, las despedidas de soltero, las comidas de compromiso y de bodas, los velorios, entre otros), y las fechas conmemorativas (Semana Santa, fiestas nacionales, fiestas patronales, etc.).

Solo haremos listas al principio. Luego empezaremos a detallar cada evento, comida y receta, de cada una de las preparaciones de las listas. Es decir, empezaremos a elaborar, divirtiéndonos, jugando, en paralelo, al mismo tiempo, tanto el recetario como el diccionario de cocina regional.

CAPÍTULO 10

INGREDIENTES

El ingrediente es una sustancia o elemento, que forma parte de una mezcla. Hay ingredientes naturales y sintéticos o industriales.

El ingrediente natural participa como un componente de una mezcla con fin de preparar una comida o una bebida. Es el inicio imprescindible de toda la actividad culinaria; y es el primer y principal vínculo entre la naturaleza y la cultura, en el campo de la gastronomía. Sin este no existiría la cocina, puesto que esta última se ocupa de la transformación del ingrediente en algo apto para ser comestible y así obtener una preparación culinaria, como producto de la cultura.

Sin ingredientes naturales no existiría la cocina, no obstante, podemos alimentarnos consumiendo los productos de la naturaleza, crudos o no transformados; pero, en este caso, ya no sería considerado un ingrediente (que requiere de una transformación cultural, para formar parte de una mezcla hecha conscientemente con un propósito), sino solo de un producto final.

La fotosíntesis es un proceso químico que se produce en las plantas, las algas y en algunos tipos de bacterias expuestas a la luz solar. En este proceso, el agua y el dióxido de carbono se combinan para formar carbohidratos y desprender oxígeno. El carbohidrato, resultante de este proceso natural, es un producto natural. Pero si ese producto natural es sometido a alguna acción transformadora, deliberada o voluntaria, como es la cocina, se convierte en un ingrediente culinario.

El producto natural, no transformado, está en la etapa inicial de la cadena trófica alimentaria. Sería un producto natural, y no un producto cultural, que no implica la intervención antrópica, y solo permitiría la sobrevivencia humana.

Así fue durante muchísimo tiempo, antes de que los seres humanos reprodujeran el fuego e inventaran la cocina y el lenguaje (lo que les permitió nombrar, para diferenciarlos, al ingrediente natural y los procesos culinarios en los que participa, y que nos hizo más humanos).

El ingrediente no existe para un animal, un ser autótrofo, que consume el alimento tal como lo consigue, preformado, que no lo transforma previamente en otra cosa antes de ingerirlo. El animal solo se alimenta con productos finales provenientes de la naturaleza, generalmente sin procesar, bien sean de origen vegetal o animal.

Hay un cierto tipo de ingredientes que participan de la mezcla en cantidades muy pequeñas, que son las sustancias agregadas a un alimento, de manera intencional, con un propósito tecnológico (para acelerar, retardar o controlar un proceso), se llaman aditivos. El aditivo no se consume como alimento por sí mismo; se consume como un elemento agregado a un alimento, con el fin de ayudar a su fabricación o a su tratamiento.

Los alimentos a los que se ha agregado un aditivo (sal yodada en forma de yodato de sodio, azúcar refinada, agentes preservantes, etc.), como parte de un proceso para prolongar su duración o hacerlos más atractivos y agradables, se llaman alimentos procesados. Y ultra procesados, cuando se elaboran, con ingredientes industriales, que incorporan poco o ningún ingrediente natural. La industria busca hacerlos más apetecibles, atractivos, durables y rentables, haciendo que parezcan, engañosamente, alimentos saludables sin serlo, pues son nutricionalmente desequilibrados, de alta densidad energética y que inducen al consumo y a la adicción. En el mercado se consiguen muchos alimentos altamente procesados, ofrecidos como *snacks* o bebidas vigorizantes. Se trata de “alimentos” elaborados con ingredientes industriales, y no naturales.

Cuando el ser humano consume directamente una sustancia alimentaria, con el mínimo procesamiento (solo quitarle la cáscara la piel, y las semillas), como sucede, por ejemplo, con las frutas de consumo directo o “frutas de mesa”, digamos un cambur o una naranja, consume ese alimento como un producto y no como un ingrediente. Pero si esa sustancia o materia entra en un proceso culinario, es considerada un ingrediente culinario.

¿Cómo nos relacionamos con el entorno o el mundo exterior?

Mary Douglas (1921-2007) fue una destacada antropóloga británica de gran influencia en los estudios del comportamiento social, en especial en el estudio de la relación existente entre las estructuras sociales y el modo de pensamiento, poniendo énfasis en lo simbólico. Basándose en el estudio de comunidades africanas, y en particular en los grupos étnicos Leles, y del Congo Belga.

El planteamiento central de Douglas estuvo basado en que las culturas podían compararse, por la manera en que manejan las distinciones sociales internas y en el énfasis que ponen al separar lo de adentro (su pensamiento individual, que llama la rejilla) y lo de afuera (el grupo), para evitar que se contamine su pureza. Al parecer, esas ideas fueron usadas por algunos neurocientíficos de sistemas, como Giorgi Buzarki, en el año 2019.

Giorgi Buzarki para entender la relación entre el cerebro y lo externo, compara dos modelos o marcos: el de afuera (inside-out)-adentro (brain) y el de adentro-afuera. En el primer modelo, la principal función del cerebro es la de percibir señales procedentes del mundo exterior e interpretarlas. Se parte de la idea de que existe un “procesador central”, tomador de decisiones. De esta manera, frente a una rosa o un alimento, las neuronas de la corteza visual no saben qué es una rosa o un alimento; no distinguen su aspecto, sino que reciben oscilaciones eléctricas procedentes de la retina.

En otro nivel, las neuronas de las áreas corticales sensoriales no pueden “ver” lo que sucede afuera, es decir, en el mundo; pues no hay un centro en el cerebro que interprete y atribuya un significado a esas descargas eléctricas en las neuronas.

En el segundo modelo, de adentro-afuera, existen redes cerebrales autoorganizadas, puesto que el cerebro no es un lienzo en blanco o una tabula rasa. Las neuronas están interconectadas, al menos en un grupo pequeño que está siempre alerta. Y se activa con rapidez, comparte la información en el contexto de su propio grupo, pero tienen múltiples conexiones y tienen altísimas velocidades de comunicación.

Son subredes de elite, conocidas como el “club de los ricos”, que representan cerca del 20 por ciento de la población total de neuronas y realizan casi la mitad de la actividad cerebral, incluyendo la interpretación.

Nuestro cerebro hace conjeturas sobre lo nuevo que acontece: relaciona lo nuevo con lo antiguo, generaliza, empareja acontecimientos del mundo sin necesidad de una reconfiguración sustancial de las conexiones. Las otras neuronas, la mayoría pero más lentas, el “club de los pobres”, entran en acción cuando se detecta algo importante para el organismo y que debe reconsiderarse. Ese algo debe almacenarse para consultas futuras, registrando las diferencias sutiles que hay entre una cosa y la otra, como el análisis de las diferencias y similitudes, o la aplicación de los métodos deductivo e inductivo. Las neuronas pasan mucho tiempo ocupadas en los propios circuitos internos del cerebro sin estar pendientes de los estímulos que vienen de afuera.

Aunque una persona cierre sus ojos, sigue sabiendo donde está, pues su “visión” está arraigada en su actividad cerebral. Ese modo de “desvincularse” le permite acceder a un mundo virtual, internalizado por la experiencia indirecta o imaginada, y acceder a distintos procesos cognitivos. Eso radica en el lóbulo temporal, en nuestro hipocampo. Esas redes se utilizan para organizar nuestro mundo interno. Allí se registran los recuerdos personales y se planifican las acciones futuras.

Nos guiamos por algoritmos neuronales en algunos desplazamientos mentales como ir y volver al trabajo desde la casa, o para ir al supermercado. Esa serie de acontecimientos generan recuerdos personales que se conocen como memoria episódica, por la cual relacionamos lo vivido en el pasado con la planificación del futuro. En realidad, el hipocampo jamás descansa, aunque el cerebro “esté en pausa”. Algunos neurólogos sostienen que la actividad neuronal “desvinculada”, contrastada simultáneamente con la experiencia, es la esencia de la cognición.

El hipocampo continua generando trayectorias neuronales breves y autoorganizadas. Son oscilaciones de ondas agudas y breves que ayudan a la formación de la memoria de largo plazo. Esas construcciones “subconscientes” se fundan en la prueba y el error. Esas alternativas, reales o ficticias, son la base para tomar decisiones.

La triple dimensión del alimento natural

Los alimentos obtenidos de la naturaleza son más que simples alimentos o nutrientes, pues presentan una triple dimensión. Son nutrientes, medicamentos y símbolos. Por lo general, la gente los ve solo como nutrientes, pero son, al mismo tiempo, medicamentos para algunas dolencias, y símbolos con significados que influyen aumentando o disminuyendo su consumo y preferencia.

Los nutrientes son sustancias contenidos en los alimentos, formados por moléculas fuertemente unidas, y que el organismo necesita para cumplir sus funciones vitales:

1. Energéticas, para dar energía a las células del organismo.
2. Plásticas, para formar estructuras en el organismo.

3. Reguladoras de las reacciones bioquímicas. Los nutrientes son macronutrientes (carbohidratos, proteínas y grasas) y micronutrientes (vitaminas y minerales).

Al consumir los alimentos y procesarlos en el estómago, el aparato digestivo se encarga de “romper” las uniones de las moléculas de los alimentos para liberar la energía contenida. Al romperse las uniones, se convierten en pequeñas moléculas que la sangre transporta hasta cada célula del cuerpo. En las células, las moléculas vuelven a unirse, pero de manera diferente con el fin conservar la energía para usarla de manera rápida (carbohidratos) o de manera lenta (grasas).

Las proteínas proporcionan energía complementaria, pero su función principal es formar nuevas células, enzimas y proteínas, aparte de ser necesarias para transportar las sustancias en la sangre.

Los alimentos pueden ayudar a mantener la salud de las personas, reduciendo los síntomas o revirtiendo un estado de enfermedad. Esa idea, de la comida como medicina, se inscribe en la filosofía de Hipócrates (460 a.C.-370 a.C.), un médico de la Antigua Grecia que desarrolló los métodos de observación y diagnóstico clínico de las enfermedades en los pacientes; Hipócrates clasificó las enfermedades (agudas, crónicas, epidémicas, endémicas), exponiendo el rol de los alimentos en la salud de los individuos (“que los alimentos sean tu medicina, y la medicina tu alimento”).

En este sentido se han utilizado los alimentos para contribuir a evitar o combatir ciertas enfermedades. Son los alimentos funcionales. Por ejemplo, como antiácidos (avena, zanahoria), antianémicos (hígado de ternera, morcilla, almejas), antiinflamatorios (ajo, limón, lechosa), antioxidantes (frutos rojos, cítricos, uva roja, tomate), antisépticos (arándanos), astringentes y antidiarreicos (arroz, manzana, níspero), laxantes (ciruelas secas, tamarindo, higos secos, alcachofa), diuréticos (espárragos, ajoporro, patilla), digestivos (lechosa, piña), entre otros.

En esta línea, al orégano se le atribuyen, de acuerdo a algunos hallazgos médicos, propiedades para aliviar inflamaciones causadas por la arterioesclerosis y osteoporosis.

El alimento actúa muchas veces como un símbolo que comunica, en el ámbito de una cultura, una idea o representación compleja, utilizando representaciones sensibles (o sea captada por los sentidos), que pueden ser imágenes, gestos, o lenguaje no verbal. Se trata de una representación imaginaria que resulta de un proceso de asimilación y síntesis de una idea en el interior de una sociedad.

Esa idea, a través del alimento como símbolo, expresa varias cosas de acuerdo con un contexto: diferenciación de clases, ostentación de poder y riqueza, sentido de pertenencia y de identidad cultural, religiosidad, pureza, y de vínculo con la naturaleza y lo natural.

Por ejemplo, la bandera y el himno nacional son símbolos de la patria, la paloma es un símbolo de la paz, y la cruz de religiosidad. Un símbolo crea un sentido porque está cargado de significado. Otro ejemplo, en la Eucaristía cristiana, la hostia y el vino representan el cuerpo y la sangre de Jesucristo.

El alimento ha estado cargado de significados desde la antigüedad. El uso de las especias eran símbolo de riqueza en la Edad Media. El consumo de carne, de vigor, fuerza. En la época colonial, en América Latina, el consumo de pan blanco era un signo de ostentación de la clase económicamente acomodada, mientras que el de pan moreno era un signo de clase modesta, y el de yuca de clase pobre.

En la actualidad, actúa como un símbolo de poder económico y distinción social lo que se posee y se muestra: la casa, el auto, la vestimenta, las joyas, el club social al que se pertenece, y la forma de consumo alimentario: qué se come y dónde se come.

En un restaurante de lujo y caro, uno ostenta, y ve y se deja ver. En un restaurante atractivamente decorado, sin ser especialmente lujoso, reputado por una excelente comida, uno puede compartir momentos placenteros mediados por el buen servicio y la buena comida.

El alimento está cargado de significados. De allí que se hable del alimento para pensar y distinguirse. Una significación que se proyecta en el ingrediente, y crea un sentido: lo comestible biológica y culturalmente (por ejemplo, el cerdo es comestible desde la óptica de la biología, pero no comestible desde el punto de vista cultural de un judío o un musulmán).

También, es el caso del cuy y del gusano de palma o chontacuro, el primero de la sierra andina y el segundo de la cuenca amazónica, no son comestibles culturalmente para muchos habitantes de la Costa de esas regiones; o de las ancas de rana para los ingleses, que las rechazan, aunque sean consideradas una comida de gente acomodada para los franceses.

Ingrediente principal e ingrediente secundario

El ingrediente participa en la mezcla alimentaria para elaborar una comida o una bebida, como un elemento principal o un elemento secundario. En el primer caso le otorga, con frecuencia, el nombre al plato o a la bebida, porque su participación se considera imprescindible. Por ejemplo: en la sopa de papas o de cebolla, la papa o la cebolla actúan, respectivamente, como un ingrediente principal, y nombran al plato.

En la milanesa, la carne de ternera dispuesta de un cierto modo (delgada y apanada) es el ingrediente principal, no el contorno o guarnición. En el arroz con pollo, el arroz y el pollo son ingredientes principales, combinados de manera indispensable en el plato. Pero otros ingredientes también participan como ingredientes secundarios, en muchas preparaciones culinarias. Por ejemplo, los condimentos actúan como ingredientes secundarios en muchos platos, a menos que la denominación del plato indique lo contrario. Es el caso del pollo al curry, el bisté a la pimienta, o el pescado al coco.

Una distinción interesante es la que se hace del ingrediente regional, desde sus varias maneras de registro. El primero, es el ingrediente “histórico”, presente tradicionalmente en nuestro entorno, que ha sido reseñado desde los relatos de los cronistas de Indias y registrado por la historiografía local. El segundo, es el ingrediente “culinario”, empleado en la cocina a lo largo de la evolución de la cocina local. El ingrediente “gastronómico” es aquel que está inscrito en los comportamientos alimentarios de los miembros de un grupo social, espacial e históricamente determinado.

Importancia del ingrediente natural y local en la buena comida

Si se le pregunta a un cocinero experimentado, y comprometido con su oficio, cuál es el secreto de una buena comida, dirá que es la sazón, la “mano”, de cada cocinero. La sazón es el estado de algo que ha llegado a la madurez o a la perfección. Una persona que tiene una “buena sazón”, es aquella que logra un buen sabor en lo que prepara en la cocina. Pero si se indagara más, el cocinero terminará confesando la verdad primera: que es la calidad del ingrediente.

La calidad de un ingrediente depende de muchos factores. Entre ellos, principalmente, las características organolépticas, su contenido nutricional y las condiciones de seguridad sanitaria del producto. Pero si vamos al detalle, encontraremos otros factores, tales como las características de la variedad cultivada, la distancia que media entre el centro de producción y el centro de distribución y consumo (que determina en gran parte su frescura), la estacionalidad del producto, el modo de producción, el cuidado del productor, el grado de madurez y aspecto del producto, la manera y cuidado en su procesamiento, el tipo de cocción al que es sometido, y el sistema de almacenamiento.

Algunas tendencias culinarias se basan en ciertas propiedades o condiciones que tiene el producto de la región, en relación con el de otras regiones, lo que le otorga una ventaja al producto local. La principal tendencia culinaria es la del kilómetro 0, derivada del movimiento de *Slow Food*, partiendo de la premisa de que el producto es más fresco y su uso es más sostenible desde el punto de vista ambiental y ecológico, si es muy pequeña la distancia que recorre entre el lugar de producción y el de consumo. Se trata de los denominados “alimentos de proximidad”.

Todos esos factores son importantes en la cocina regional, comprobable por la trazabilidad y reforzada por las indicaciones geográficas de protección, cuando existen. El producto local cuenta con una gran ventaja, frente a un producto sin las características de frescura de los productos transformados lejos de su centro de producción y sin el amparo de las Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP) y las Denominaciones de Origen Protegidas (DOP).

Un ingrediente especial: el condimento

Una de las sustancias más importantes para dar sabor, color y olor a las comidas, además de estimular el apetito y favorecer la digestión, es el condimento, un término genérico que viene del latín *condimentum*, y este a su vez, del verbo *condire*, sazonar.

Los condimentos son sustancias añadidas a las preparaciones culinarias para sazonar y mejorar su sabor. Son sustancias de fuerte sabor, por esta razón son utilizadas en muy pequeñas cantidades. Si el sazonador es integrado en la preparación, se le conoce más bien como un ingrediente; pero si es servido aparte, para sazonar al gusto del cliente, es considerado un condimento.

El condimento es un elemento de muy antiguo uso, conocido por todas las culturas culinarias. En *De re coquinaria*, un recetario entre finales del siglo IV y principios del siglo V, había una sección dedicada exclusivamente a los condimentos. Entre los más importantes destaca la sal común (de origen mineral); entre las sustancias de origen vegetal, las más conocidas son la mostaza, las hierbas aromáticas, las especias, los ajíes, el vinagre y el limón.

Adecuado procesamiento del producto o ingrediente para evitar grandes desperdicios y contaminación ambiental

Toda actividad productiva produce residuos, tras elaborar el producto principal. Esos residuos tienen dos destinos: se convierte en subproducto, con un valor agregado económico y social; o en desecho o desperdicios, tratado para que no se convierta en un elemento contaminante, con un costo económico y social.

El aumento creciente de los residuos derivados de la actividad agropecuaria constituyen actualmente un grave problema a nivel mundial. Son millones de toneladas de residuos que se convierten en desechos, produciendo contaminación ambiental y provocando elevadas pérdidas económicas y de recursos naturales, como el agua y el suelo, necesarios para producir los alimentos.

El reto consiste en optimizar el uso del residuo, convirtiéndolo en subproducto, agregándole un valor económico y social. Eso se puede lograr empleando técnicas de economía circular, para reciclarlos y reincorporarlos al ciclo económico.

La mayor parte de los residuos, cerca de un 90 por ciento, se producen en las primeras etapas de la cadena productiva (producción, cosecha, transporte y almacenamiento) y en las últimas (utilización doméstica y en la restauración). El resto, un 10 por ciento, se produce en el procesamiento agroindustrial. Si se procediera a una eficiente transformación agroindustrial se crearían subproductos con valor agregado, y se crearían nuevos empleos y mayores ingresos.

En el esfuerzo por minimizar los residuos y optimizar el uso del producto o ingrediente han surgido tendencias culinarias como “*Nose to tail*” (para aprovechar lo máximo del producto, desde la nariz hasta la cola), o movimientos como Kilómetro Cero.

También se han establecido campañas de educación al consumidor sobre el buen uso de los ingredientes, como “*Love food, hate waste*” (amar el alimento y rechazar el desperdicio); así como, programas de envases biodegradables, para evitar el plástico que contamina el ambiente, programas de intercambio de alimentos con bancos de alimentos, y los programas de asistencia alimentaria para los sectores de población más vulnerables, como *Feeding America* o *Food Recovery Network*. Por otra parte, se han aplicado sistemas de compostaje para abonos orgánicos y alimentos balanceado para animales y el uso de la biomasa para producir biocombustible, así como otras técnicas relacionadas con la economía circular, propia del desarrollo sostenible y cuidado medioambiental.

CAPÍTULO 11

ESTACIONALIDAD DE PRODUCTOS E INGREDIENTES

El término estacionalidad puede generar confusión, dando prioridad a su uso económico, centrado en la demanda de parte de los consumidores en un territorio. Se habla entonces de productos estacionales o temporales, que son aquellos productos que experimentan un aumento en su demanda en momentos determinados del año. En este caso, la estacionalidad del producto corresponde a la variable de aumento de la demanda de un producto, en un determinado período de tiempo.

Son ventas del producto que tienen lugar en períodos concretos del año, que resultan raras fuera de temporada y pueden, por lo general, tener efectos sobre el comportamiento de los precios del producto, induciendo a la baja o alza del mismo. Un ejemplo, es la venta de panes de jamón o de turrone en la época de Navidad.

En estos casos, se parte de la idea de que los comportamientos de los consumidores están influidos, en ciertas ocasiones, por factores externos, como la disponibilidad o no del producto en una época concreta, lo que genera ventas estacionales, con repuntes y picos en determinadas épocas o estaciones del año.

Este concepto también puede ser visto desde el punto de vista de la oferta del producto. En otras palabras, disponible en las épocas concretas del año en que se realiza la cosecha del rubro (fruta, hortaliza, etc.), y en el que es mayor la disponibilidad del fruto para satisfacer las necesidades del consumidor. Algunos lo llaman ventana de comercialización de un producto; es decir, cuando este salga al mercado.

Ilustremos esta idea con lo que ocurre con la cosecha del mango en una región determinada. Los sistemas de conservación permiten disponer de mango, o de pulpa de mango, durante todo el año calendario. Si nos atenemos a los tiempos de la cosecha del mango criollo, encontraremos que su máxima disponibilidad ocurriría durante los meses de la mitad de cada año, es decir, a partir del mes de junio hasta dos o tres meses después; pero, sin embargo, hay mangos disponibles durante todo el año.

¿Por qué ocurre eso?. Los expertos distinguen varios tipos de mango: poliembriónicos (mangos de bocado, de hilacha, etc.) y los mangos monoembriónicos (como los cultivares desarrollados en el sur de Florida hacia el año 1961: Haden, Tommy Atkins, Lippens, Smith, Keith, Kent, Zill). En algunos países se planifican cuidadosamente las siembras de mango, de tal manera que haya disponibilidad de la fruta durante todos los meses del año. Por ejemplo, dispondremos de mango *Haden* entre los meses de febrero, mayo o junio, y de otra variedad, como el mango *Kent*, de junio a agosto.

La cosecha es el tiempo en que se recogen los frutos, al alcanzar su madurez. Entonces, aumenta su disponibilidad, con consecuencias económicas sobre la variación de los precios. En el tiempo de máxima disponibilidad, los vendedores inundan las calles ofreciendo su mercancía barata; cuando nos alejamos de la cosecha, se reduce la oferta y aumentan los precios del producto.

En este sentido, es importante definir la madurez y distinguir entre las diferentes clases de madurez. Se entiende por madurez el momento cuando el fruto alcanza el punto adecuado de consumo, luego de que haya experimentado cambios en su color, textura y sabor. Algunos hablan mejor de “momentos de cosecha”, porque esos cambios no son tan notorios en todas las frutas y hortalizas, como en el caso de la lechuga, la remolacha, el espárrago y la sandía o patilla.

En ese momento, de madurez, se produce la cosecha, es decir, el lapso del ciclo agrícola en que se recogen los frutos que habían sido sembrados, de acuerdo con sus características. Y luego de la cosecha, se acondicionan los frutos para la comercialización.

Se distinguen frutas climatéricas y no climatéricas, en el momento en que se separa la porción del fruto de interés comercial, de la planta madre; esta porción puede ser: una fruta, como naranja o guayaba; una raíz, como yuca, remolacha, o zanahoria; una hoja como espinaca, acelga o lechuga; un tallo como el espárrago; o una inflorescencia como brócoli, coliflor, etc. Las frutas climatéricas son las que siguen vivas, respirando (gas etileno), aunque hayan sido separadas de la planta madre. Es el caso del cambur, el plátano, el aguacate, el níspero, la chirimoya, la guanábana o el mango. Las frutas no climatéricas son aquellas, que tras su separación de la planta, empiezan su proceso de senectud o pudrición. Es el caso de la piña, la naranja, la mandarina, el pepino, el zapallo o ahuyama, el tomate de árbol, el cacao, la berenjena o el limón.

Los expertos distinguen entre madurez fisiológica y madurez comercial. La madurez fisiológica es la que alcanza el fruto una vez que ha completado su desarrollo. La madurez comercial se refiere al estado en que el producto es requerido por el mercado. Las dos clases de madurez son independientes entre sí. La madurez fisiológica puede coincidir o no con la madurez comercial.

En la mayoría de las frutas el máximo desarrollo se alcanza antes que el producto alcance el estado de preferencia de los consumidores. A la madurez fisiológica y comercial sigue la sobre madurez, un estado en el que disminuye la preferencia del consumidor. En esa etapa el fruto, o fruta, pierde su atractivo, se ablanda en exceso, y pierde parte de su sabor y aroma característicos. No obstante, en ese estado el fruto es muy usado en la preparación de salsas y de dulces.

Es importante tomar en cuenta el tiempo en que el producto debe ser cosechado. Ese momento depende principalmente de la distancia que existe entre el sitio de cosecha y el sitio de consumo, es decir, de la distancia desde el campo hasta el mercado. Si el mercado está situado lejos, el fruto debe ser cosechado inmaduro, pero siempre que haya alcanzado su madurez fisiológica. En cambio, si el mercado es cercano al sitio de producción, el producto se puede cosechar con un grado de madurez más avanzado.

En Venezuela se cultivaron en el año 2019, según el Instituto Venezolano de Investigaciones Agrícolas (INIA), unas 247 especies hortícolas. De ellas, 36 son importantes, y a su vez, unas 12 de estas son muy importantes como, por ejemplo, tomate, cebolla, lechuga, celery, ají, acelga, ajo, brócoli, patilla, cilantro, maíz dulce, y zanahoria. Algunos investigadores señalan, por otra parte, que las frutas más producidas en Venezuela son: plátano, cambur, naranja, piña y mango. Sería recomendable construir un cuadro de sus ventanas de disponibilidad en el mercado, de acuerdo con su cosecha, una información que resulta útil para organizar los sistemas de distribución y consumo de los alimentos, así como para ordenar los procesos agroindustriales a que podrían ser sometidas tales productos. Las ventanas de oportunidades de mercado dependen de los tiempos de cosecha, que son determinados por factores físicos (clima, régimen de lluvias, altitud, y sus variaciones), así como por las especies y variedades vegetales que se cultivan.

CAPÍTULO 12

MEMORIA GUSTATIVA

La memoria gustativa no es un proceso simple, o solo fisiológico, que ocupa nada más a los neurólogos, es decir, a los procesos ligados exclusivamente a la memoria, sino que también es un proceso cultural.

Muchos sostienen que los hábitos alimentarios cambian, en la medida en que crecemos y nos insertamos cada vez más a una cultura. Es decir, influyen en ella también episodios que han impactado nuestra vida cotidiana.

Los primeros aprendizajes alimentarios, la memoria asociada y algunas de las formas sociales aprendidas en la vida se quedan, probablemente, ancladas de manera prolongada en nuestra conciencia (Mintz, 2001, p. 32).

El historiador Hobsbawm (2006) señala que, por ejemplo, el calendario judaico se basa en figuras de la memoria, ritos, festivales religiosos, imágenes, poemas, que se convierten en “islas en el tiempo”, que responden a imágenes de diferente complejidad suspendidas en el tiempo. En otras palabras, las personas crean una memoria individual relacionada con ciertos hábitos alimentarios, preferencias de comida degustadas en el espacio privado (del hogar), y que inscriben la memoria individual en una memoria cultural (Chen, 2008).

Esa inserción se convierte en un eslabón que une a los individuos con el grupo, dándoles un sentido de pertenencia a dicho grupo y a una cultura. De tal manera que nuevas experiencias pueden crear memoria cultural o una nueva tradición.

Una narrativa inicial fundadora del concepto

Marcel Proust (1872-1922), de los más celebrados escritores franceses, escribió, entre otros textos, una novela monumental. Se trata de “En busca del tiempo perdido” (*A la recherche du temps perdu*), compuesta de siete volúmenes, escritos entre los años 1908 y 1922, y publicados entre los años 1913 y 1927; los tres últimos póstumamente. Esa gran obra intenta reproducir los recuerdos de un joven escritor francés, perteneciente a la clase alta parisina, de comienzos del siglo XX.

En el primer libro, “Por el camino de *Swann*” del año 1913, se evoca la infancia del narrador (es una novela autobiográfica) en la población de Combray, una población situada en la región de la Baja Normandía, en el departamento francés de Calvados, donde pasaba vacaciones con familiares cercanos como la tía Leoncia. Una de las experiencias relatadas en esta novela se refiere a la memoria gustativa.

En un pasaje, *Swann*, el protagonista, prueba una magdalena, una especie de ponqué, humedecido en una infusión de té de hierbas, y la memoria se le aviva, “Y las buenas gentes del pueblo y sus viviendas chiquitas y la iglesia y Combray entero y sus alrededores, todo eso, pueblo y jardines, que va tomando forma y consistencia, sale de mi taza de té”. Aquellos recuerdos de infancia y juventud afloraron nítidamente a la memoria de *Swann*, como resultado de mezclar la experiencia vivida con una comida con una gran carga afectiva.

Pero, ¿qué es la memoria gustativa?

Las memorias gustativas son memorias de comunicación que los individuos construyen en base a la relación cotidiana (Chen, 2008). Se trata de hábitos alimentarios o preferencias, íntimamente relacionadas con la familia, amigos y vecinos (Reinhardt, 2007).

Son comportamientos ligadas estrechamente con la emoción, el terruño y la tradición, los cuales constituyen nexos muy duraderos que un individuo guarda con su lugar de origen y entorno.

Las experiencias individuales de comidas o alimentos específicos pueden crear memorias culturales, mediadas por el sentido del gusto, corresponden a sensaciones subjetivas que cambian de un individuo a otro.

La sensación de que algo está “sabroso” es una respuesta corporal al alimento: una respuesta generada por criterios individuales de gusto, formada y cultivadas a lo largo del tiempo. La respuesta del cuerpo al estímulo de los alimentos está influida por valores sociales y experiencias comunes en el tiempo.

Las experiencias vividas impulsan en el cerebro una actividad neuronal, que promueve la producción o síntesis de varias proteínas. Esas síntesis producen cambios en las conexiones de las neuronas, fortalecen los circuitos neuronales y dejan un “rastro de memoria”.

En ese proceso, juega un rol importante el actor de iniciación eucariótico 2, (F2d), encargado de activar los circuitos neuronales para formar nuevos recuerdos.

Pero el F2d ayuda también a sintetizar proteínas, a una clase de neuronas inhibitoras: las interneuronas de somatostatina. Esas neuronas liberan un neurotransmisor inhibitor llamado ácido gamma-aminobutírico (GABA), que excita una red cerebral encargada de cumplir funciones cognitivas complejas. Al aumentar la síntesis de proteína en las neuronas inhibitoras que expresa somatostatina en el hipocampo, se mejora la formación de la memoria de largo plazo.

El gusto es un sentido corporal, pero puede ser estudiado como una categoría histórica. Puede ser el caso de la tradición culinaria preservada, por ejemplo, por los inmigrantes italianos o canarios, y sus descendientes.

Esa tradición refuerza los lazos afectivos de la comunidad y la hace resistente al olvido (Nadalini, 2008). Montanari (2008) considera que el órgano del gusto no es la lengua, sino el cerebro, que es un órgano cultural e históricamente determinado, por medio del cual se aprenden y transmiten criterios de valoración.

Para Montanari (2008), el gusto puede ser caracterizado de dos formas. La primera, como un sabor o sensación individual en la lengua y el paladar, lo que constituye una experiencia subjetiva, fugaz e incomunicable. La segunda, como una evaluación sensorial de lo que es bueno o malo, como resultado de una percepción del cerebro. En este caso, el gusto es una sensación colectiva y comunicable.

Lo que muchos llaman memoria gustativa o gastronómica es una memoria a largo plazo, fundada en experiencias gustativas que se han consolidado en nuestro cerebro, por estar ligada fuertemente a unas intensas emociones durante períodos en los que somos particularmente sensibles a las experiencias, como sucede durante nuestra infancia y adolescencia.

Saborear una comida o catar una bebida no es un acto simple, sino que implica una complicada relación de interioridad-exterioridad, expresada en la voluntad, el placer y el gusto, que están alineados al sentido del gusto, y a los otros sentidos asociados en la experiencia de ese momento o de cierto lugar.

Lo anterior es de esperarse, porque los productos están asociados a un territorio, y más concretamente a su lugar de producción. Eso ya lo vimos en uno de los capítulos anteriores, dedicado a tratar sobre las indicaciones geográficas de protección.

La comida cotidiana, la que es preparada por la madre en el hogar o por las cocineras populares, encargadas de mantener viva la tradición alimentaria, repitiendo recetas y transmitiéndolas de una generación a otra; esta cocina, combina saberes y sabores que forman parte de la memoria colectiva en una sociedad enmarcada en un proceso histórico-cultural, que se relaciona con las tradiciones regionales, compartidas por los habitantes de esas comunidades. Esa es la base para construir las memorias gustativas de sus pobladores.

Algunos investigadores, como Bortnowska y Alberton (2015), plantean cinco dimensiones para relacionar el territorio con los productos alimentarios locales: la dimensión ecológica, en base a las características biofísicas y ecológicas de la región; la dimensión cultural, a partir de los saberes y prácticas artesanales para transformar los productos; la dimensión social, basadas en las redes sociales existentes entre los participantes en un sistema; la dimensión simbólica, fundamentada en los símbolos, marcas y rótulos que dan visibilidad a un producto y lo posicionan regionalmente); y la dimensión institucional, expresada en la valoración de la identidad del producto y de su calidad).

En esas dimensiones, inscriben tanto la posibilidad de que el producto local sea el soporte de acciones de desarrollo económico y social de la región, como que sea la base para la construcción de la memoria gustativa por parte de los habitantes de esas regiones.

Tradición y memoria gustativa

Nos alimentamos de sustancias y de cultura. La antropóloga británica Mary Douglas (1979) decía que las necesidades que satisfacemos corresponden a la biología y a la sociedad. Los alimentos que nos nutren poseen una fuerte carga cultural y simbólica. Los seres humanos elegimos qué comer y definimos lo que es comestible o no, desde nuestras pautas culturales.

Pero desde la segunda mitad del siglo XX se desarrolló la industria de alimentos, masificándose el consumo tan rápidamente que ya no sabemos qué comemos. Muchos ingredientes despiertan grandes, y muchas veces fundadas, sospechas, sobre su producción en un escenario de economía



lineal extractiva, la cual prevalece la rentabilidad económica en lugar de la salud y el bienestar de los ciudadanos, e incluso la sostenibilidad ambiental, creando grandes problemas ambientales: deforestación, contaminación ambiental, entre otros (Medina, 2023).

Ese alejamiento entre la producción y los productores, y el consumo creciente de productos ultra procesados industriales, ha creado en el consumidor una añoranza por lo natural y lo puro, como se acostumbraba en el pasado (Millán, 2002).

También dicho alejamiento de la naturaleza fue descrita claramente, en la segunda mitad del siglo XIX, por el arquitecto británico William Morris (1834-1896), fundador del movimiento *Arts and Crafts*. Entonces, muchas voces prestigiosas reclamaban volver a dar importancia a la tradición.

Hobsbawm y Ranger (1987) señalaron que, la tradición es un proceso que se inventaba y recreaba continuamente, aunque muchas de nuestras tradiciones carecían de profundidad histórica.

No obstante, necesitamos de las tradiciones porque son nuestras configuraciones culturales, y corresponden a nuestra manera de ver el mundo, de construir nuestra realidad, y de conectarnos con la autenticidad, una cualidad que, según Frigolé (2014), nos emparenta con el origen, con ese legado que es el patrimonio y, que nos vincula también, con la memoria gustativa.

En la novela “Como agua para chocolate”, de la escritora mexicana Laura Esquivel (1989), sobre un personaje que se marcha de su casa, la autora dice: “No cabalgaba sola, llevaba a su lado, en la alforja, su niñez encerrada en un bote de torrijas de nata”. Las torrijas de nata es un dulce mexicano, inspirado en la tostada francesa, hecho con una rebanada de pan, empapada en leche y rebozada en huevo, que se fríe en aceite utilizando una sartén, y luego se endulza con miel.

Schlosser (2002) señala que, los alimentos de la infancia parecen dejar una marca indeleble, y los adultos suelen volver a ellos sin saber exactamente por qué. Algunos los llaman *comfort food*, o alimentos reconfortantes, por ser fuente de placer y de tranquilidad. Es la *happy meal* que las cadenas internacionales de *fast food* promueven en la publicidad, para crear fidelidad de consumo en los niños, hacia un alimento seguro y amigable (Von Koppen, 2000; Medina, 2023).

Tradición y memoria gustativa están estrechamente relacionadas. Paul Auster, un magnífico escritor estadounidense, explicó esa relación en uno de sus libros, titulado: “Diario de Invierno” (2011), en el que se refirió a la

cena de Navidad celebrada en la casa de la familia noruega de su esposa, como acostumbraban hacer cada año. Era un menú que se repetía, año tras año, sin cambios, que estaba compuesto por “alimentos rituales que aportan continuidad, que contribuyen a la cohesión familiar: un ancla simbólica que impide la deriva a mar abierto”.

Eran alimentos rituales cargados de significados que se graban en la conciencia de los practicantes, como un “ancla simbólica”, que orientan los comportamientos para no perder el rumbo. De un lado, informa a la memoria declarativa, cuando la información accede a la conciencia y puede ser expresada a través del lenguaje. Esa memoria puede ser episódica (cuando se liga a un hecho y a un lugar) o semántica (sin relación con tiempo o lugar).

Aparte de la memoria declarativa, existe la memoria procedimental, o no declarativa, difícil de explicar, pues se trata de habilidades motoras: como caminar o correr, o conducir un auto, nadar, bailar, escribir, y otras acciones difíciles de explicar, las cuales aunque sabemos “cómo se hacen”, no podemos explicarlas con claridad.

Las áreas cerebrales implicadas en esas dos memorias son distintas: el hipocampo actúa en la memoria declarativa, mientras que los ganglios basales, el cerebelo y la corteza motora y prefrontal actúan en la memoria procedimental. Creo que la memoria gustativa corresponde a una memoria individual de tipo declarativa, de largo plazo, que puede durar, incluso, toda la vida.

CAPÍTULO 13

DISTINCIÓN ENTRE COCINAS TÍPICAS, TRADICIONALES Y PATRIMONIALES

Hay varias formas de distinguir la cocina como una actividad cumplida por cocineros. Una de ellas es la manera cómo fueron formados y actúan para ejecutar su oficio. Con ese criterio tenemos dos tipos de agentes culinarios.

Uno es el cocinero popular, capacitado por su madre, su abuela o algún otro familiar como persona cercana, o que adquirió su conocimiento de una manera autodidacta, observando a otros mientras cocinaban; sin seguir un programa de estudios sistemático, con un horario establecido e instructores especializados.

Otro es el cocinero profesional, que aprendió a desempeñarse en su oficio siguiendo un pênsum de estudios, en horarios preestablecidos, bajo la guía de instructores capacitados y autorizados para la enseñanza culinaria; y que al final de sus estudios recibió un diploma de suficiencia en la actividad.

Esa diferenciación en el aprendizaje es la razón de la diferente manera de proceder y sus objetivos, entre los dos tipos de cocineros.

El cocinero popular aprendió a cocinar dentro del marco de una tradición familiar, con los ingredientes locales que copian modos de actuar y recetas de su entorno, que se vienen transmitiendo de una generación a otra y usando utensilios culinarios básicos. Su misión es la de imitar o copiar esos conocimientos sin modificarlos, siendo fiel a un saber culinario que reproduce casi igual la manera de actuar de sus antecesores. Por esa razón el cocinero popular se convierte en el garante de un saber culinario y de un mecanismo para transmitirlo, que se conoce como tradición, procedente de generaciones pasadas.

El otro cocinero, el profesional, fue capacitado para innovar y asombrar con sus creaciones dentro del oficio, aprendiendo a cocinar con recetas y técnicas de vanguardia, con recetas y saberes culinarios de otras partes. Su modo de actuar se ubica dentro de un marco universal, adaptando los modos de cocinar a sus necesidades, para expresarse en la cocina de una manera distinta a la del cocinero popular. Su propósito es sobresalir en el oficio con una manera propia de hacer las cosas en la cocina, buscando un estilo personal, que lo lleva a desarrollar lo que se llama una cocina de autor.

Son dos cocineros que actúan en marcos distintos y buscan propósitos diferentes. El cocinero profesional, sin embargo, hurga, tarde o temprano en sus raíces para innovar, buscando una manera de expresarse sin perder su identidad y su sentido de pertenencia a una cultura, de la cual es muy difícil desprenderse.

Otra forma de establecer diferencias en el ámbito culinario es atender al ámbito geográfico o espacial donde se cocina, lo que determina el origen y la disponibilidad de ingredientes que se utilizan. En este caso, se distingue entre cocina local, regional, nacional e internacional. Y aún hay otra distinción más elaborada, que hace referencia a varios tipos de cocina: típica, tradicional y patrimonial.

Cocina típica

Una cocina típica es, estrictamente, una cocina elaborada con productos propios de un lugar, y solo de este. Productos peculiares de un sitio, característicos, que presentan una singularidad debido a la forma de cultivo, a un procedimiento particular, a que crecen en un clima o microclima específico, en un determinado tipo de suelo, o a que se desarrolla bajo ciertas prácticas culturales, que se han mantenido sin grandes cambios a lo largo del tiempo. Es decir, es una cocina muy particular, elaborada con productos tipos o típicos, o arquetipo, con los productos originales o determinados patrones, de los cuales se originan otros, que los imitan, copian o reproducen. Un arquetipo es un modelo original y primario, del cual se derivan otros que serán el punto de partida de una transmisión en el tiempo. Es decir, que serán fuente de tradición.

El fundamento de un producto típico es el de ser distinto a los demás de su especie, y que muestra en su desarrollo una manera particular que lo hace único en su clase. Se puede decir que una preparación típica es aquella que se deriva de un producto tipo, por ejemplo de una indicación geográfica de protección.

El producto típico de manera estricta no existe actualmente. Hoy en día no existe un lugar tan especial en el que todos los productos sean tipos en su categoría, a menos que sea una isla o un lugar recóndito caracterizado por un endemismo absoluto, en el cual todos los productos sean tipos o típicos, sin o con muy pocos cruces, y sin reflejar influencia alguna; adicionalmente, este producto debe estar presente en una variedad tan amplia que permita la elaboración de una comida completamente típica, o permitir sustentar las distintas preparaciones de una cocina en particular, considerada típica. Un ejemplo de esa “cocina típica” la encontramos, de cierta manera, en la América prehispánica.

Pero con los intercambios y las fusiones, esos productos dejaron de ser tipos puros. Sin embargo, se sigue llamando, impropriamente, “cocina típica”, a la cocina que se elabora utilizando productos locales. En algunos lugares se han mantenido durante un largo tiempo unas especies vegetales y animales que han cambiado poco, al igual que las prácticas culturales, los utensilios y el saber-hacer; aunque se sabe que todo está sometido a un constante cambio. Y eso pudiera ser considerado la base para el desarrollo de una cocina típica. Sabiendo las limitaciones que presenta el término, sin embargo, se sigue hablando de la existencia de una cocina típica.

Cocina tradicional

Una cocina tradicional es una cocina marcada por la tradición, estrechamente vinculada con costumbres, prácticas, valores, creencias y saberes ancestrales. Es decir, con condiciones y atributos que son transmitidas de generación en generación.

Es una cocina transmisible y transmitida, valorando elementos que vale la pena transmitir. La cocina patrimonial constituye un patrimonio cultural, material, por cuanto se trata de preparaciones, objetos culinarios concretos, y un patrimonio cultural inmaterial, por tratarse del resultado de la difusión de un saber culinario intangible recibido de anteriores generaciones por la vía de la tradición.

De allí que la cocina tradicional regional sea un acervo patrimonial, construido social e históricamente en el seno de una cultura regional. Un valioso acervo cultural que se ha venido enriquecido y modificando de una generación a la otra, despojándose de lo superfluo, sin perder su esencia. Esos procesos de enriquecimiento se gestan dentro del escenario local.

La palabra tradición, que le da sentido a lo tradicional, proviene del latín *traditio onis*, que significa entrega, y que deriva de la voz *traditare*, entregar al siguiente. Así se construye una cocina en la que se elabora y transmite un *corpus* culinario con historia, gestada en el seno de una cultura, para convertirse en una pieza fundamental de la sociedad y economía local.

Pero una cocina tradicional va mucho más allá de la simple referencia local. Un ejemplo de esa trascendencia lo da un interesante artículo, escrito por Eduardo Galax y Juan Pablo Escobar Rivera (2019), sobre las prácticas tradicionales empleadas por las cocineras populares de Tuluá, en el departamento colombiano del Valle del Cauca, un municipio situado cerca de Cali. En su investigación los autores emplean el concepto de *habitus*, de Pierre Bourdieu (1991), ese “poder ser”, que genera prácticas orientadas por la percepción personal en el oficio, en este caso el culinario, sin la orientación de manuales ni guías de instrucciones. Se trata de una cocina sin indicaciones de medidas precisas de ingredientes, estimadas “al ojo” por ciento, sin recetas exactas de porciones, y donde no hay homogeneidad, regularidad ni perfección en el producto.

Se crea así una situación en la que el cuerpo y el aparato sensorial de las cocineras populares se incorporan de una manera especial en las preparaciones culinarias, reproduciéndose un sabor/saber que se expresa en enseñanzas, experiencias, consejos, en artes de hacer y en un cierto sentido del gusto que desemboca en lo “sabroso”.

Se trata de una práctica culinaria donde el principal rasgo distintivo y su principal valor simbólico es su carácter artesanal espontáneo e imperfecto. Una práctica que es el resultado de años de experiencias, rutinas, repeticiones y paciencia, en la que las cosas en la cocina se hacen con paciencia, perseverancia y amor.

En esa investigación los autores concluyen que la cocina tradicional constituye un saber, encarnado en los cuerpos y saberes de viejas cocineras populares, que comprometen su memoria emocional en su trabajo, haciendo que la preparación de las comida no sea un acto razonado, sino sentido; es decir, no por el resultado de un código, sino de un sentimiento. En esta cocina, quienes la ejercen, aplican un saber, y lo multiplican transmitiéndolos a sus aprendices informales, permaneciendo en el oficio hasta que el cuerpo aguante y cuenten aún con la disposición y energía para seguir haciéndolo. Ese *habitus* que las anima les da sentido a su oficio y a sus vidas. Es una cocina con historia propia, con sabor a terruño y a pasado, aunque la calidez humana de la entrega esté siempre presente.

La cocina tradicional evoca los sentimientos de familia y de tradiciones, que expresa un sentimiento de identidad sociocultural, de pertenencia al territorio natal y que proyecta un espíritu de resistencia contra la moda y lo de afuera, enfrentándose a las sutiles trampas de la brillantez engañosa de la modernidad.

Cocina patrimonial

La cocina patrimonial es aquella cocina cuyos componentes (ingredientes, técnicas de conservación y de cocción, utensilios y artefactos y las preparaciones culinarias resultantes: comidas y bebidas) sean el resultado de la aplicación de una tradición cultural, que transmita sus elementos de una generación a la otra con el propósito de preservar la identidad cultural de una comunidad o de un grupo social, enclavado en un territorio históricamente definido e inserto en una cultura determinada.

Definida así, la cocina patrimonial, no presenta diferencias con la cocina tradicional, pues el elemento común entre las dos es una tradición concreta que remite a un sentimiento de pertenencia o de identidad con una cultura.

¿Hay cambios aceptables en la tradición?

Existe un elemento que algunos investigadores han destacado que permite la posibilidad de que esa tradición conozca algunos cambios, sin que la cocina patrimonial pierda su esencia.

Troncoso Pantoja (2019) señala que la comida, como un acto de intercambio social, permite su asociación a la tradición, y va aún más allá. Al plato tradicional se le asigna una función sociocultural que, aparte de su valoración nutricional, lo convierte en referente de una cultura.

En ese caso, lo tradicional supera los límites que le fija la tradición, e incorpora otros aspectos como el respeto al medio ambiente, a la ecología del lugar, a la geografía y a las historias locales, enlazando las nociones de cultura, tiempo, conocimiento ancestral característico de una etnia o cultura, así como del lugar geográfico de procedencia (Kroon y D'Antuno, 2013).

Troncoso Pantoja (2019) plantea la idea de que la tradición responde a un constructo social dinámico, que cambia de una generación a la otra, y se modifica dentro de la misma cultura, aceptando que el tiempo valida esos usos y costumbres tradicionales. Por ejemplo, se han producido cambios en

las cocinas tradicionales al sustituir el uso de grasas de origen animal, como de cerdo, por los aceites vegetales, aduciendo a presuntas razones relacionadas con la salud; también se han sustituido especies de pescado por otros en la medida que las existencias escasean.

En estos casos se considera que, a pesar de la modificación introducida no se altera la esencia del plato tradicional, la modificación se hace en pro de mejorar la condición del alimento usado, por lo más saludable posible o que responda a la necesidad de hacer más sostenible un recurso alimentario.

Matta y de Suremain (2019) estudiaron la noción de patrimonio y su resistencia al cambio aplicada a cuatro importantes restaurantes de Lima. Concluyeron en su estudio que la noción de patrimonio tiene una connotación muy particular cuando se aplica a un restaurante. Esa noción, más que promover la estandarización de los platos y las prácticas culinarias exigidas por la tradición, permite recrear modos de creación flexibles, que se pueden apartar del pasado y de sus usos, admitiendo cambios que se justifican por la supervivencia de un negocio en un mercado muy competitivo, y que el establecimiento debe adaptarse a las exigencias del mercado haciendo cambios en los platos “tradicionales”.

Para Matta y de Suremain (2019), el concepto de “patrimonial” está atravesado “por la diversidad cultural hecha mercancía”, una circunstancia que “se encargará de mantener la vitalidad y flexibilidad de las cocinas”. Y terminan preguntándose, si la tradición se modifica al nivel de los restaurantes (circunstancia que la UNESCO no supervisa), ¿para qué sirve, entonces, el concepto de patrimonio alimentario si cambia a conveniencia de los restaurantes, que deberían preservarlo?. Señalan, entonces, que el respeto a la tradición, que no ocurre en los restaurantes presionados por la necesidad de adaptarse a las demandas de los clientes, se traslada a dos ámbitos distintos: a la esfera de los gobiernos, a las corporaciones y a las industrias culturales y, en segundo lugar, al ámbito rural, en el que se enfrentan productores agropecuarios y comunidades campesinas en la búsqueda de representación política y la obtención de mejores condiciones de vida.

Sobre la patrimonialización y sus tipos

La cocina patrimonial es la cocina tradicional que ha sido convertida en patrimonial por los organismos del poder nacional o regional, tras haber cumplido la normativa de la patrimonialización.

La patrimonialización de un bien, sea recurso natural o cultural (material o inmaterial), es un proceso por el cual esos bienes se hacen reconocibles, transmisibles, heredables y objetos de una narrativa que los convierte en parte de una sociedad y una cultura históricamente determinada.

Esos bienes son tenidos como recursos únicos, especiales, raros, portadores de un gran valor emocional; dan testimonio de un territorio, una geografía y una historia, y que se constituyen en sujetos de una memoria colectiva y en símbolos culturales de una comunidad.

La patrimonialización puede ser impulsada desde lo interno de una sociedad o desde afuera de la misma, conocido como: endo-patrimonialización y exo-patrimonialización, respectivamente.

En la endo-patrimonialización se valoran las cocinas regionales, los saberes culinarios, las recetas y el conjunto de representaciones culturales (creencias, saberes, ingredientes, técnicas, prácticas y manifestaciones culturales).

Gracias a esta valorización de las cocinas regionales se recuperan las prácticas y elaboraciones culinarias domésticas, que han perdido importancia, como sopas potajes diversos, y se valorizan ingredientes como el ají, el tomate margariteño, el queso de mano llanero, o el casabe oriental.

En la exo-patrimonialización se promociona el producto regional ligándolo a campañas de turismo, como un valor añadido a la oferta local para aumentar el interés de los visitantes nacionales y extranjeros.

En la práctica, aunque se genere un beneficio económico para las comunidades receptoras, se ha producido, en algunos casos, un distanciamiento de las comunidades con los elementos valorizados por la mala gestión del proceso. Es el caso de la tan publicitada dieta mediterránea y sus beneficios, que no corresponde exactamente con las dietas tradicionales de los países mediterráneos, sino más bien a un modelo dietético idealizado por el discurso médico-nutricional estadounidense, que ha sido proyectado internacionalmente. En este caso el modelo dietético fue generalizado para todos los países mediterráneos, sin tomar en cuenta las diferencias de los consumos alimentarios de esos países en una macroregión, donde existe una gran diversidad de cocinas relevantes por sí mismas.

El modelo dietético mediterráneo fue así convertido en sinónimo de saludable y de autenticidad; fue patrimonializado a escala planetaria cuando la UNESCO lo declaró en el año 2013 como un patrimonio cultural de la humanidad. Esa declaratoria resultó muy beneficiosa para el sector turístico gastronómico a nivel mundial. Un ejemplo interesante fue la creación por la UNESCO del proyecto de redes de ciudades creativas en siete categorías, una de las cuales es la gastronómica.

Un patrimonio cultural corresponde a una construcción socio-histórica, a una representación cultural que surge como resultado de la negociación de los sectores sociales. Y que es, básicamente, un acuerdo para preservar a un número limitado de alimentos seleccionados, así como un modo especial de cocinarlos y procesarlos agroindustrialmente, al igual que a unos principios de condimentación característicos de una cocina regional y la adopción de un conjunto de reglas relacionadas con el *status* simbólico de esos alimentos.

En todo caso, la patrimonialización, endo o exo, es un proceso social y políticamente construido para visibilizar un patrimonio, bien sea natural o cultural material e inmaterial. Se trata de revalorizar, construyendo un expediente soportado por elementos de la geografía y de la historia regional, algunos elementos tangibles e intangibles de la vida comunitaria, como un ejercicio de reinterpretación de la memoria y de la tradición (Hernández Ramírez, 2018). Adicionalmente, la patrimonialización, es el resultado de una evaluación valorativa y selectiva de lo que vale la pena preservar para transmitir a las generaciones que nos sucederán. Con ese propósito se realizan inventarios, clasificaciones y justificaciones de lo que tiene las condiciones de ser patrimonio y de lo que no.

De esa manera, se seleccionan unos cuantos ingredientes que son la base de la alimentación regional, se escogen algunas técnicas indispensables de conservación y de cocción de los alimentos, así como, algunos principios de condimentación y algunos saberes culinarios marcadores que se practican en un territorio concreto. Luego se procede a otorgarles nuevas funciones y nuevos sentidos, para insertarlos en una realidad renovada o recreada, en un marco de disposiciones legales que establece la condición de un bien patrimonial. Un bien que se lega, de acuerdo con su etimología latina: *patrimonium*, algo que se recibe o hereda de los padres, y que debería ser conservado y transmitido a las futuras generaciones.



La patrimonialización es una estrategia para resistir a los funestos procesos de cambios, que destruyen o modifican la esencia de los bienes valiosos poseídos y resguardados por las comunidades. En especial, a los movimientos de globalización, que amenazan con alterar todo, sin importar que los recursos sean valorizados por los usuarios como elementos importantes para su vida.

La cocina patrimonial resguarda los productos y las prácticas culinarias tradicionales de la localidad, las que sustentan la integridad territorial y la identidad cultural regional. Para hacer frente a los efectos indeseables de la globalización, los productores locales se organizan para promocionar sus productos valiéndose de conceptos como trazabilidad, comercio y precio justo, estacionalidad de la producción, denominaciones de origen, y otros instrumentos que ayudan a promocionar la autenticidad de las prácticas agrícolas y artesanales regionales, y a garantizar el origen, la calidad y la sostenibilidad ambiental de los productos regionales.

La cocina tradicional se patrimonializa para vincularla a un territorio y a una ética del productor, valorizando el producto, en especial al alimentario, a lo largo de toda la cadena productiva, y servir mejor a los consumidores ofreciendo productos saludables y amigables ambientalmente. Muchas veces se patrimonializan las cocinas tradicionales para crear una oferta segura de alimentos que permita el desarrollo del turismo, en especial la modalidad de turismo gastronómico.

Lo que se hace es poner en valor un patrimonio alimentario adecuándolo a las exigencias de la actividad turística, y servir a los intereses de los productores locales, los elaboradores de productos alimentarios artesanales, de los cocineros populares y de las comunidades locales, que actúan en los escenarios donde se desarrollan los procesos.

CAPÍTULO 14

PATRIMONIALIZACIÓN: CIUDADES CREATIVAS GASTRONÓMICAS

La UNESCO es un organismo multinacional perteneciente a las Naciones Unidas (ONU), que se encarga de regular y promover las acciones internacionales vinculadas a la educación, las ciencias y la cultura. Fue creada el 16 de noviembre de 1945, su función principal es la de contribuir a la consolidación de la paz y la seguridad mundial, fomentando la cooperación internacional y la salvaguarda de los patrimonios culturales, una vez terminada la Segunda Guerra Mundial, que causó grandes pérdidas humanas y destruyó una gran cantidad de bienes patrimoniales.

La UNESCO dedicó su atención a la preservación de los bienes culturales materiales, es decir, a los bienes que se pueden “tocar” (*Res quae tongi possunt*), menospreciando la importancia de los hechos de la cultura, como obras de cine, arte, música, teatro, poesía, artesanía, gastronomía, etc., considerados bienes inmateriales o intangibles.

Esa situación cambió a partir del año 2003, por la influencia de intelectuales como el antropólogo francés Claude Lévi- Strauss, quien señaló que los patrimonios inmateriales, los que no se podían tocar, eran como “frágiles flores de la humanidad”, que “nacen, crecen, florecen y embriagan el aire con su perfume, y luego se marchitan”. Era necesario, pues, declarar a las prácticas culinarias y a sus productos como patrimonio cultural inmaterial para salvaguardarlas de la mercantilización. Una acción institucional evidente, desde el año 2003, que debía ser cumplida por la UNESCO, y lo hizo, declarándolos como patrimonios culturales inmateriales a esos bienes ligados a la alimentación, que la tradición popular transmite de generación en generación.

Dos cosas son importantes con ese propósito. La primera es que el acto de alimentarse solo se convierte en patrimonio cuando se enfoca como un proceso complejo, pero muy bien estructurado, desde la siembra, la cosecha y la utilización de las materias primas o ingredientes hasta el acto de

consumo de los alimentos y sus prácticas sociales asociadas (como rituales, fiestas tradicionales, folclore, cultura oral, y diversos espectáculos de representación y manifestación de la cultura popular) (Sinibaldi, 2020; Moro, 2023). Esos dos investigadores insistían, inspirados por Lombardi Satriani (1971), en que debía estudiarse, más que los objetos tradicionales, los procesos sociales y sus imaginarios que lo hacían posibles.

La segunda cosa es que la mejor estrategia para preservar los patrimonios alimentarios o gastronómicos la realicen las propias comunidades locales, a través de la transmisión voluntaria e intergeneracional de los conocimientos, técnicas y valores (Sinibaldi, 2020). Así, la memoria se convierte en la trama viva de una historia en movimiento, en la cual la comunidad participa activamente en el proceso de producción simbólica, que le concede el estatus de bien preciado y único.

Así ha sucedido con la declaratoria que ha hecho la UNESCO con muchos platillos del mundo convirtiéndolos en patrimonios culturales inateriales de la humanidad. Es el caso de: el pan de jengibre servido en Navidad en el norte de Croacia desde el siglo X, la fiesta marroquí de la cereza de Sefrou, el procedimiento del café turco y su recipiente cezve, el lentisco de Chios, el dolma azerí relleno y envuelto en hojas de parra del Oriente Medio, la harissa tunecina, la baguette francesa; el borscht ucraniano; el pan lavash armeni, el kimchi coreano, la pizza napolitana, el método georgiano de vinificación llamado kvevris, y de muchos otros platillos y procesos tradicionales.

Otra línea de acción de la UNESCO, quizás la más conocida, es la declaratoria relacionada con las grandes cocinas patrimoniales de la humanidad: la dieta mediterránea, la cocina francesa, la cocina mexicana y la cocina japonesa.

Esas cocinas de gran tradición aportan a las comunidades donde se realizan, un notable sentimiento de pertenencia, identidad y continuidad asociado a la cocina, y en particular a las cocinas regionales.

Porque ahora esas declaratorias toman muy en cuenta la excelencia de las cocinas regionales, como sucedió con la cocina regional michoacana, con el expediente de México, o con la práctica tradicional washoku, en el caso del Japón, que es un conjunto diverso de platillos locales muy decorados que se preparan en la víspera del Año Nuevo.

Entonces, me pregunto, ¿por qué no se intenta extender la declaratoria de platillos patrimoniales a platos tradicionales venezolanos? como la hallaca o la arepa rellena, referentes de la cocina venezolana; tal como es el tamal o el taco en la cocina mexicana, que si son reconocidos por la UNESCO.

Una parte importante de las acciones de la UNESCO se vincula con el patrimonio alimentario, que es el alimento con importancia simbólica, identitaria y cultural, que se manifiestan como el *corpus* culinario de una sociedad. Es decir, los ingredientes, las comidas y las bebidas, así como los conocimientos, las técnicas y los utensilios culinarios. Esas prácticas se inscriben dentro de la categoría de patrimonios culturales inmateriales o intangibles.

La UNESCO también concede el estatuto de ciudades creativas de la humanidad. Se trata de una red creada por la UNESCO, en octubre del año 2004, que abarca siete categorías: literatura, cine, música, arte popular, diseño, arte digital y gastronomía.

El propósito principal de esta red es el de incentivar la colaboración entre los sectores público, privado y de la sociedad civil, para promover asociaciones solidarias en el mundo, aprovechar el potencial creativo, social y económico de las comunidades locales, y para reforzar la diversidad cultural.

Las ciudades creativas son entornos culturales o espacios de convivencia que se convierten en polos de actividad cultural, que dinamizan las regiones, atraen al turismo y promueven la inclusión social y el desarrollo sostenible de los recursos naturales.

De esta manera, para el año 2023 había 52 ciudades creativas gastronómicas en todo el mundo. De ellas, 19 estaban localizadas en América del Sur, específicamente, cuatro en Brasil, dos en México, dos en Colombia, y una en Bolivia, en Perú, en Panamá y en Ecuador, y otros países, y ninguna en Venezuela en el área de la gastronomía; a pesar de que algunas ciudades venezolanas ostentan cocinas regionales con sobrados méritos para ser postuladas, y que contengan productos que gozan de Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP), como es el caso del cocuy, el ají margariteño, el ron y el café de Mérida. Aunque Caracas fue declarada ciudad creativa de la música, desde el año 2023, como un reconocimiento a la labor cumplida por el Sistema Nacional de Orquestas Juveniles e Infantiles de Venezuela, creado por el maestro José Antonio Abreu.

¿Qué se necesita para poder postular a una cocina regional como ciudad creativa gastronómica?. Investigar y elaborar expedientes que certifiquen su largo desempeño creativo y cultural, presentar un plan de acción y de infraestructura de apoyo, y comprobar que se busque integrar la creatividad y la participación de las comunidades en la planificación de la ciudad. Un propósito que debe estar obligatoriamente, como una condición impuesta por la UNESCO, secundada por las autoridades municipales, y que la institución municipal y las comunidades locales beneficiarias garanticen su continuidad en el tiempo.

CAPÍTULO 15

NOCIONES BÁSICAS DE NEUROGASTRONOMÍA

Santos (2005) acuñó el término de “alimentos-memoria” para referirse a las preparaciones que, al ser consumidas, provocan una experiencia nostálgica al conectar con contenidos simbólicos, asociados tanto a la memoria individual (recuerdos de personales de la infancia) como a la memoria colectiva (recuerdo de situaciones experimentadas o heredada de los grupos sociales), lo cual pone en funcionamiento la memoria gustativa.

El concepto de alimento-memoria se produce al ingerir un plato ligado emocionalmente a una vivencia individual o colectiva; si el mismo no está inmerso en una emoción, el concepto de alimentos-memoria no se produce (Gimenes, 2008).

De esta manera el acto de comer, una práctica social marcadora de la conducta, toma la forma de un discurso del pasado y se convierte en un relato nostálgico de un país, una región, una ciudad o del lugar natal de la persona que la evoca (Reinhardt, 2007).

Neurogastronomía básica y memoria

Eric Kandel recibió el premio Nobel de Medicina en el año 2000, por sus investigaciones sobre la sinapsis, que es la transmisión de información a través de las redes de células nerviosas o neuronas, capaces de crear billones de conexiones y hacer posible los procesos mentales. La cantidad de neuronas y las conexiones o sinapsis dependen de las nuevas experiencias.

Para Kandel hay dos tipos de memoria: la implícita y la explícita. La implícita comprende los hábitos, la sensibilización, el condicionamiento y las destrezas perceptivas y motoras. Un ejemplo, es andar en bicicleta. La memoria explícita, por su parte, comprende los recuerdos conscientes relacionados con personas, lugares, objetos, hechos y fechas.

Según Kandel hay una relación estrechísima entre el sistema nervioso y la conducta humana, hasta el punto que no hay cambios en la conducta que no estén reflejados en el sistema nervioso, ni cambios persistentes en el sistema nervioso no reflejados en algún nivel de la conducta.

Los especialistas hablan de tres etapas relacionadas con el funcionamiento de la memoria:

1. La adquisición o codificación de la información, en especial de los recuerdos de corto plazo, muy breve y la memoria a largo plazo, de mayor duración, que facilita la consolidación de la memoria.
2. La consolidación o almacenamiento de la información, cuando las ondas de la actividad nerviosa en el lóbulo temporal se sincronizan con las ondas en la corteza cerebral.
3. Finalmente la etapa de la recuperación de la información o estímulos que hemos experimentado (acontecimientos, ideas, sensaciones, emociones), que se puede hacer por recuerdo, reconocimiento o reaprendizaje.

Esa recuperación se hace de manera voluntaria, consciente, o inconsciente. La información difícil de recuperar es la que no es relevante, o cuando se tiene estrés, cansancio, depresión, se sufre de enfermedades crónicas y degenerativas, o de dificultad para concentrarse.

Las manifestaciones de afecto son muy importantes en los procesos de memoria. El psicólogo Harlow lo llama la “comodidad del contacto”, ese contacto de la piel del bebé con la piel de la madre o de una persona muy allegada.

La piel, es el órgano más extendido del cuerpo, está llena de cientos de miles de células receptoras especializadas que transmiten constantemente información sobre la temperatura, las sensaciones agradables o de dolor. Especialmente sensible es la piel de la palma de la mano y de la yema de los dedos. La totalidad de nuestras percepciones se forman con base en las experiencias de nuestras vidas (Buzarki, 2019).

Hay varios tipos de memoria en relación con el tiempo de almacenamiento:



- **Memoria sensorial:** breve, dura entre 200 y 300 milisegundos.
- **Memoria a corto plazo (MCP):** retiene poca información durante un corto período de tiempo. Allí está la memoria operativa o memoria de trabajo.
- **Memoria a largo plazo (MLP):** es más duradera. Permite almacenar mucha información por mayor tiempo. En ese tipo tenemos la memoria implícita o procedimental, de almacenamiento inconsciente, y la memoria explícita o declarativa, que es de almacenamiento consciente. Allí encontramos la memoria episódica (sucesos, y episodios personales) y la memoria semántica (información no relacionada con experiencias personales, como el nombre de objetos, países, capitales, significado de las palabras, etc.).

Hay otro tipo de memoria en relación con el tipo de información: verbal y no verbal (imágenes, sonidos y sensaciones).

El gran historiador francés Fernand Braudel (1979), aplica estos conceptos en su visión histórica para analizar una sociedad. Braudel distingue tres temporalidades: el tiempo inmediato o el acontecimiento, el tiempo medio o la coyuntura (entre 10 a 25 años), y el tiempo de larga duración o *longue durée*.

La memoria y los órganos del cerebro

Los órganos del cerebro relacionados directamente con la memoria son el hipocampo, la amígdala y el sistema límbico.

El hipocampo, ubicado en la corteza cerebral, en el interior del lóbulo temporal (en los laterales, cerca de los oídos), participa en el proceso de consolidación de algunos tipos de memorias (entre ellas, la memoria episódica y la memoria espacial), de memorización de experiencias y recuperación de recuerdos.

El lóbulo temporal es responsable del lenguaje, la audición y parte de la memoria.

La amígdala consolida trazos de memoria en otras partes del cuerpo. Se relaciona con las emociones asociadas con la supervivencia (miedo, ira, placer, etc.).

Otras partes del cerebro (además del lóbulo temporal) son el lóbulo parietal, el lóbulo frontal y el lóbulo occipital. El parietal está situado en la parte superior y central de la cabeza, y se encarga de la inteligencia, el lenguaje, la lectura y algunas sensaciones. El frontal, localizado en la frente, se encarga del razonamiento, la creatividad, el movimiento, el sueño y la conducta. El occipital, situado en la parte de la nuca, es el encargado de la visión, es decir, de la producción de imágenes.

El sistema límbico, localizado debajo de la corteza cerebral, está integrado por el hipocampo la amígdala, y actúa como el centro de las emociones y sus manifestaciones (amistad, afecto, estado de ánimo, etc.).

Se considera que hay tres cerebros: el reptiliano (responsable de las acciones automáticas y de alertar, asociado a la supervivencia); el límbico (es el centro emocional: el centro de las emociones), y el neocortex (responsable de la cognición, del lenguaje y el pensamiento. Es considerado el centro del razonamiento). Esos tres “cerebros” conforman el llamado “cerebro craneal”, que es donde la sensación se hace consciente. Algunos hablan del cerebro del corazón, responsable de la inteligencia emocional.

Aparte de estos tres cerebros, se han encontrado células nerviosas o neuronas en el estómago, llamado tentativamente el cerebro entérico o intestinal, que regula la digestión y es un centro productor de neurotransmisores como la serotonina (Romero Urría, 2013).

Los neurotransmisores son sustancias químicas que permiten la comunicación entre las neuronas, atravesando el espacio sináptico, y transmitiendo señales de una parte del cuerpo a la otra. La serotonina juega un papel clave en la regulación de las funciones fisiológicas necesarias para garantizar la supervivencia, como el hambre, el sueño, el dolor y la respuesta sexual.

El sistema nervioso entérico es un sistema nervioso autónomo, que controla directamente el aparato digestivo. Sus células son las neuronas entéricas, estas células enteroendocrinas forman un circuito que conectan el tracto gastrointestinal con el sistema nervioso entérico.

Los especialistas no descartan la posibilidad de que los circuitos neuronales intestinales puedan servir para explicar la relación entre la microbiota (grupo de microorganismos que pueden ser comensales, simbióticos o patógenos).



Hay ciertas evidencias experimentales de que algunas enfermedades neurodegenerativas, como el Parkinson, parecen estar relacionadas con un desequilibrio entre las bacterias patógenas y a las bacterias beneficiosas en el sistema nervioso entérico antes de dirigirse al cerebro. Esa situación es conocida como disbiosis. La microbiota es muy importante porque contribuye al metabolismo de los carbohidratos, las proteínas y los ácidos biliares (Rajilic-Stojanovic, 2013). Y evoluciona de acuerdo con la edad. Bajos niveles en la infancia y altos en la ancianidad (Mariat, et al, 2009).

La composición de la microbiota depende de varios factores: la dieta, el consumo de antibióticos, los procesos de infección, el estrés, la genética, y otros. Es importante el equilibrio entre las diferentes bacterias para asegurar la homeostasis corporal (Sacristán Oliveri, 2021). Los estados de disbiosis pueden afectar el correcto funcionamiento del organismo, y estimular el desarrollo de enfermedades neurodegenerativas (Parkinson, Alzheimer, Esclerosis múltiple) (Rajilic-Stojanovic, 2013)

CAPÍTULO 16

NOTAS SOBRE NACIONALISMO GASTRONÓMICO

En torno a la cocina actúa un nacionalismo feroz, que no mide sus límites para apropiarse de manera exclusiva de cualquier ingrediente, técnica e incluso de cualquier platillo o bebida. Esa rivalidad, que a veces llega a extremos peligrosos, produce entre las partes contenciosas odios irreconciliables.

Sobre el tema he tenido experiencias dolorosas. Pondré un ejemplo. He asistido como invitado a dar charlas en varios lugares de Colombia. La última fue en Medellín en septiembre del año 2023, en la realización de la VI edición del festival “La arepa invita”. Al inicio de mi charla me esperaban con una pregunta comprometedoras: “¿Quién es el dueño de la arepa: los colombianos o los venezolanos?”.

En un breve lapso, entre los dos festivales a los que fui invitado, había leído dos libros excepcionalmente bien documentados, de Carlos Gaviria Arbeláez, sobre la arepa en Colombia. En uno de ellos, “Técnicas profesionales de cocina colombiana”, Gaviria Arbeláez describe sesenta tipos de arepa que se sirven en las diferentes regiones del país.

En Colombia hay diferentes marcas de harina precocida de maíz, pero en varias regiones las arepas se siguen haciendo a la vieja usanza (con maíz pelado con ceniza o pilado), y se presentan como un plato o se comen acompañando las comidas; a diferencia de la vecina Venezuela donde las arepas son, desde mediados del siglo X, vehículos para rellenarlas con diversidad de alimentos, recibiendo nombres que en varios casos les atribuyen características antropomorfas.

En la charla en Medellín sostuve que el maíz y la arepa no tenían dueños, sino usuarios de su cultura, que el maíz se había originado en México, a partir del teosinte hace más de 8.000 años, y que se había difundido a través del intercambio desde hace cerca de 6.000 años, por las rutas terrestres y marítimas, hacia los cuatro puntos cardinales: América del Norte, América

Central y América del Sur; regiones estas que compartían sus culturas americanas con los usos de los granos de una planta maravillosa, considerada sagrada por sus habitantes, y que ha constituido históricamente su principal sustento, convirtiéndolos en hijos del maíz, tal como reza el *Popol Vuh*.

Escribí en mi cuenta de *twitter* sobre el cálido encuentro que había tenido con mis hermanos colombianos. Y algunos, para mi sorpresa, me llamaron en Venezuela “traidor, vende patria”. Uno de ellos, particularmente enojado, escribió que “ese tal Cartay, de dónde habrá salido, porque no sabe de qué habla”.

En un artículo, “La arepa, el territorio, el maíz y el drama”, publicado en la Revista de Gastronomía y Cocina, 2023, Vol.2 (2), 32-46, discutí la mediación del maíz como ingrediente de un patrimonio común alimentario, la arepa; un alimento que en la práctica separa, en vez de unir, a dos países hermanados por la cultura, la historia y las fronteras compartidas.

Esos enfrentamientos no son raros en el mundo de la cocina. Ucrania postuló ante la UNESCO la sopa *borscht*, una sopa de remolacha, para que fuera reconocida como patrimonio cultural gastronómico de su país. Los rusos protestaron. A la cabeza de la impugnación estaba el ministro de Relaciones Exteriores de ese país, y hasta Vladimir Putin en persona. Olvidaban que el *borscht* ucraniano se condimentaba antiguamente con las hojas de una planta umbelífera de la especie *Heracleum sphondylium*, que crece de forma silvestre a lo largo de las orillas del río Dnipro o Dnieper, que nace en Bielorrusia, atraviesa Ucrania y se extiende por algunos lugares de Europa. El género *Heracleum* cuenta con más de cuarenta especies. Una de ellas es *H. sphondylium*.

Otras disputas, ahora en territorio suramericano, giran en torno al origen de preparaciones como el arequipe o dulce de leche, que enfrenta principalmente a los argentinos y chilenos; la paternidad del pisco, un aguardiente que crea una fuerte rivalidad comercial entre Perú y Chile; la arepa, disputada entre colombianos y venezolanos, sin nombrar a los salvadoreños (que la llaman pupusa) o a los bolivianos del norte del país (que la nombran cotoca); y el cebiche, cuyo origen y autenticidad se atribuyen peruanos, ecuatorianos y mexicanos.

Esa idea de creer que lo mejor es lo nuestro, la llaman “patrioterismo” algunos intelectuales, u otros “chauvinismo” o “chovinismo” (del francés chauvinisme), y expresada entre nosotros con esa tan retorcida frase de “la mejor hallaca es la de mi mamá”, o la mejor milanesa, dicen los argentinos, o la mejor feijoada, los brasileños.

Ese sentimiento corresponde a una creencia narcisista, de que “lo propio” es mejor o superior a “lo ajeno”, en cualquier aspecto.

Debemos admitir, lo que no es malo, que cada país tenga su ícono culinario sin desmedro de los otros. Por ejemplo, España tiene su paella, pero esta es valenciana o levantina. También el gazpacho, pero este es andaluz o manchego. La categoría de “tapa” no es igual para un andaluz, un zaragozano, un vasco o un gallego. Esa creencia de superioridad permea también a lo social.

Existe la creencia irracional de la superioridad o el dominio de un grupo social, considerado fuerte o virtuoso, sobre otros más débiles. Llevada a un plano más alto, el chauvinismo es una forma de nacionalismo extremo, que grita una fe que preconiza la excelencia o la gloria de lo nacional.

Hannah Arendt señaló, en el año 1945, en su artículo “*Imperialism, nationalism and chauvinism*” publicado en *The Review of Politics*, volumen 7(4), que el chauvinismo es un producto casi natural del concepto de nación, en la medida que proviene directamente de la vieja idea de la “misión nacional”. Muchas veces el concepto incluye prejuicios u hostilidad hacia los extranjeros o grupos rivales, para volverse en xenofobia, que es diferente al chauvinismo.

El chauvinismo es también llamado “*jingoísmo*”, palabra derivada del inglés, que expresa una actitud de nacionalismo beligerante, que puede llevar a la guerra. Es el caso de los rusos con su vecina Ucrania. El chauvinismo es un patriotismo exclusivista, exagerado, fundamentado en una fe que no acepta ser contrariada, de manera irracional y acrítico. El chauvinismo es siempre nacionalista, pero no todo nacionalismo es siempre chauvinista.

La nación es un concepto que engloba un conjunto de personas, de un mismo origen étnico; este grupo comparten generalmente vínculos históricos, culturales, religiosos, etc., son conscientes de pertenecer a un mismo pueblo o comunidad, que hablan generalmente un mismo idioma y habitan un mismo territorio.

Pero ese concepto es a veces manipulado políticamente por las personas que detentan el poder, para obligar al pueblo a defender un patrimonio ajeno y a salvaguardar los intereses de la élite en el poder.

Esa idea del chauvinismo, de lo político, se pasó al mundo de la culinaria, se apoderó de algunas cocinas y de algunos cocineros que se creen superiores a los otros.

Un sistema alimentario forma parte de una cultura determinada, y como tal es parte de la identidad de un pueblo. Ese compendio de saberes y sabores, heredado de generaciones anteriores, se sintetiza en ingredientes, técnicas, platillos y costumbres, que definen una manera de ser, y una identidad propia.

El problema surge cuando un pueblo se cierra sobre sí mismo, por lo que se aísla de los otros, volviéndose impermeable a las otras culturas, y termina por defender al extremo “lo suyo”. Esto incluye a la cocina del pasado, como si la cocina constituyera un conjunto de tradiciones “anquilosadas”, al estilo de Parménides.

En la antigua Grecia se oponían las ideas de Parménides y de Heráclito sobre el cambio. Parménides enseñaba que la realidad era un fenómeno inmutable y estático, mientras que para Heráclito todo estaba en permanente cambio o movimiento. Pero la gastronomía, como el lenguaje, es “heraclitana”, es decir, mutable y dinámica.

Por ejemplo, los italianos se identifican con la pasta, pero el trigo *durum* con que la hacen fue introducido por los árabes a Sicilia en el siglo XII. La salsa de la pizza napolitana se elabora con tomate, un fruto americano introducido desde América a Sevilla, en España, y desde allí a Italia en el siglo XVI. Las “*frites*” (papas fritas) y el puré de papa derivan de la papa, un fruto americano introducido por el agrónomo y botánico francés Antoine Parmentier en la corte del Rey Luis XVI. Pero los belgas no aceptan la paternidad francesa sobre las papas fritas, la reclaman como suya, y alegan prepararlas desde el siglo XVIII. Otro ejemplo, es la tempura japonesa, una técnica que consiste en freír en aceite a altas temperaturas, a unos 180 °C, por no más de tres minutos, pequeños pescados, mariscos y verduras empanizadas, fue llevada por los misioneros portugueses a Japón en el siglo XVI. También, el famoso asado es herencia de España, porque en el Río de la Plata (Argentina y Uruguay) no había vacas antes de la época de la colonización española.

En este sentido, alguien dijo, no recuerdo quién, que “en materia culinaria conviene ser prudente, o más bien humilde, antes de pregonar verdades absolutas”.

También nacen algunas diferencias cuando se debate el tema de las cocinas patrimoniales de América Latina. Es conocido que hay cuatro gastronomías decretadas por la UNESCO, como patrimonio inmaterial de la humanidad: la cultura culinaria francesa (2012), mediterránea (2013), mexicana (2010) y japonesa (2013). De ellas, la única cocina americana reconocida es la mexicana, aunque los peruanos han hecho un gran esfuerzo

desde los sectores público y privado, así como desde la sociedad civil, para desarrollar su marca país gastronómica, y lograr la declaratoria de la UNESCO que certifique a Perú como cocina patrimonial inmaterial de la humanidad; dicha certificación podría ser un instrumento muy importante para la promoción del turismo en Perú, a nivel mundial, actividad que multiplicaría los empleos y los ingresos en las comunidades locales, dinamizando la economía nacional.

Este tema lo discuten S. Bak-Geller y R. Matta, en “Las cocinas mestizas en México y Perú. Claves para interpretar el multiculturalismo en América Latina”, artículo publicado en el año 2020 en Antípoda, Revista de Antropología y Arqueología (No. 39, pp.69-93).

Desde el año 2010, con la declaratoria patrimonial de México, concretamente de la cocina de la región michoacana, se intensificaron los encontronazos entre los partidarios de las dos cocinas: peruanos y mexicanos en las redes sociales.

Los peruanos alegaban que la cocina mexicana es poco diversa, muy homogénea, que se basa en la tortilla a la cual le ponen muchos rellenos para diversificarla y darle otras denominaciones. Uno decía que no había región en Perú “que no superara a la comida mexicana. Así de simple”.

Los mexicanos se defendían: “por más que quieran su gastronomía no es patrimonio de la humanidad, ya bájense de esa nube, y sean humildes”. Otro mexicano vociferaba: “Wey, comen cuyes. Nada más de ahí ya sabemos que la comida de Perú es mierda”. Un peruano respondía: “Anda, lávate esa boca, antes de ir a otro país a decir tonterías”.

Por donde vaya la historia regional revela fuertes discordias gastronómicas, que intenta anular los atributos o bondades del otro, o de lo otro, para afirmar su propia identidad.

La identidad es un concepto polisémico, que puede ser usado a conveniencia por cada persona o grupo con un propósito, muchas veces de afirmarse como ente social, justificando su existencia y su distinta visión del mundo. Con la identidad se une y cohesiona el grupo, diferenciándose del otro y de los otros.

Esa diferenciación se hace muchas veces a expensas de la anulación del otro, que, supuestamente, tiene menos atributos que nosotros. Recuerden aquella frase de Sartre: “*L'enfer sont les autres*” (“El infierno son los otros”).

El filósofo Avishai Nargalit, en su libro “La ética del recuerdo” (Herder, 2002), definió a la nación como una sociedad que alimenta una mentira sobre sus ancestros y mantiene una rivalidad común con sus vecinos. Nargalit sostiene que la necesidad de mantener una nación se basa sobre memorias falsas y el odio a todo aquel que no las comparta. Nuestro proceso de construcción se nutre de una memoria histórica común hispanoamericana, que refleja influencias de gran fuerza como la ibérica.

Algunos, como el destacado intelectual mexicano José Vasconcelos (1882-1959), han construido, sobre esa base, el concepto de mestizaje, que él llamó en el año 1927 la construcción de una raza cósmica, resultado del cruce de las cuatro razas primigenias del mundo: la roja de la América indígena, la blanca europea, la negra africana y la amarilla asiática. Ese cruce se expresó en un mestizaje creativo, una idea que influyó en el desarrollo del pensamiento de los creadores del muralismo mexicano, principalmente de Rivera y Siqueiros.

Llevada al plano culinario, la idea del mestizaje filosófico sirvió de base para la creación de un mestizaje culinario: práctica resultante de la mezcla (mestizo viene del latín *mixticius*) de ingredientes, técnicas y corpus culinarios. Un ejemplo de esa mezcla es el mole poblano, del cual hay más de cincuenta versiones, que expresa claramente el sincretismo culinario mexicano.

En la práctica, la cocina “mestiza” sufrió varias prohibiciones. Una de ellas es la prohibición a los indígenas del cultivo y consumo del amaranto o huatli (*Amaranthus caudatus*, *A. tricolor*), una planta sagrada para los indígenas mexicanos. Con la masa del amaranto los indígenas moldeaban la figura de *Huitzipochtli*, la principal deidad de los mexicanos, que asociaban al sol.

CAPÍTULO 17

PAÍS Y NACIÓN

Este capítulo trata sobre el origen y la evolución del pabellón criollo, un plato considerado emblemático de la cocina festiva tradicional venezolana, que se popularizó a partir de la primera década del siglo XX. El mismo se basa en una investigación que desarrollé sobre la base de un largo examen de la prensa de Caracas durante el período comprendido entre la segunda mitad del siglo XIX e inicios del siglo XX. Abordé el objeto de investigación empleando la premisa de que la cocina regional es la verdadera base para la estructuración de la llamada “cocina nacional”. Asimismo, discutí sobre las razones por las cuales se convirtió el pabellón criollo en uno de los platos icónicos de la cocina venezolana, y un alimento cargado de diversos contenidos simbólicos.

Reflexiones iniciales

Hace poco un amigo periodista venezolano, que vive en México desde hace varios años, me preguntó ¿por qué el pabellón criollo es el plato más emblemático de Venezuela, desde cuándo y quién lo decretó?

Para intentar responder esas preguntas debí hacer referencia a dos cosas. La primera se relaciona con los tipos de lectura: literal (leer tal como aparece escrito: “en la línea”), inferencial (leer “en entrelíneas”) y crítica (“leer más allá de la línea”). Esta respuesta debe leerse inferencial y críticamente. Dado lo que te diré más adelante no es la pura verdad, sino mi interpretación de la verdad, interrelacionando diversas disciplinas, para conformar una mirada “crítica”. Y me atrevo a decirla, porque tengo casi cuarenta años intentando responderla. Mis primeros escritos sobre el pabellón aparecieron en el año 1988, después de haberlo investigado durante más de un año.

La segunda cosa es que los conceptos tienen dos dimensiones: el denotativo y el connotativo. El denotativo es el significado que aparece en los diccionarios, y en los sistemas de búsqueda como Wikipedia. Son recursos que están más o menos bien, pero que no pasan de “la línea”, y no aparecen sustentados por una investigación sistemática. Cuando yo escribí

sobre “el origen del pabellón criollo”, lo hice responsablemente, y tras haberme sumergido de manera casi obsesiva en la revisión de los periódicos de la segunda mitad del siglo XIX.

La otra dimensión del concepto es la connotativa, lo que no se ve a simple vista, y se debe descubrir, porque está oculta entre significados, convertido en un símbolo que no se ve, a menos escarbando en el contexto donde está enterrado. Uno termina comportándose como un arqueólogo de la historia de la alimentación. Y eso fue lo que hice durante aquel año que pasé metido entre las páginas de los periódicos y las revistas capitalinas.

Cómo se hizo

El método que empleé en esta investigación hemerográfica fue de carácter descriptivo, exploratorio, cualitativo, documental e histórico. Pasé meses examinando los periódicos editados en Caracas, de circulación nacional, metido de cabeza durante un año en las dos hemerotecas más importantes del país: en la biblioteca Don Tulio Febres Cordero, en Mérida, y en la Biblioteca Nacional, en Caracas, buscando la primera mención del pabellón nacional o pabellón criollo. También, examiné los contenidos de los volúmenes de la revista quincenal *El Cojo Ilustrado*, que circuló entre los años 1892 y 1915. Un período en el que pensé haberme convertido en casi un ciudadano caraqueño de ese tiempo, en el que yo había sido parte activa en los acontecimientos de tan largo período, indagando sobre los interrogantes para descubrir: ¿cuándo y dónde nació el pabellón criollo? ¿cuándo y por qué se convirtió en un plato emblemático de la nación?

Lo hallado

En mi investigación la única pista con la que contaba inicialmente la había obtenido de mi recordado amigo José Rafael Lovera (+), en su *Historia de la Alimentación en Venezuela*, publicada en el año 1998; este se convirtió en nuestro libro de cabecera y despejó el camino para el inicio de la historia de la alimentación en el país.

El pabellón criollo nació en el plano de la nación, que no es país. Hay una gran diferencia entre los conceptos de país y nación, aunque muchos usan ambos términos como sinónimos.

Si se busca el término de Venezuela, en el diccionario, es decir, en el plano denotativo, se encontrará que se trata de una república con un área delimitada geográficamente, caracterizada por tener una extensa superficie, varios ecosistemas, una población determinada, y con unas fronteras, aunque estas últimas todavía no hayan sido bien delimitadas por negociación con los países vecinos. Se sabrá, entonces, que Venezuela es una entidad política administrativa y geográfica, que se distingue por sus aspectos sociales, políticos, demográficos, territoriales, ambientales y culturales. Un país se decreta, como sucedió con la organización de las repúblicas tras la disolución de la Gran Colombia, entre finales de la década de 1820 e inicios de la década de 1830. Al contrario del país, una nación no se decreta, pues se va construyendo lenta y progresivamente, con componentes emocionales y con la participación activa del pueblo (Carrera-Damas, 1988).

La nación presenta una imagen diferente a la del país. La nación es una construcción imaginaria que se levanta dentro de los límites del territorio de un país, y lo excede, porque puede existir la nación fuera de los límites de un país. La nación es un concepto étnico y antropológico, más que físico, geográfico o material. Los más de siete millones de compatriotas que emigraron de Venezuela, durante las últimas dos décadas, ya no están dentro de su país pero no han dejado de ser venezolanos. Lo anterior quiere decir que dejaron atrás su país, pero cargan la nación venezolana con ellos donde quiera que vayan como una forma de identidad cultural.

La nación es una construcción subjetiva, emocional, colectiva y afectiva, aunque fraguada individualmente, crea una pertenencia sentimental a un territorio, que trasciende su dimensión geográfica para cargarse de significados o símbolos que contribuyen a construir otra realidad.

Anderson (1991, p.16) señala que "...la nación se concibe siempre como un compañerismo profundo, horizontal". Una nación consiste en un conjunto de personas que comparten una cultura y una historia, es decir, un pasado, en respuesta a unos símbolos propios como la bandera, el himno, el escudo, el culto a los héroes, los días patrios, la arquitectura emblemática (Panteón nacional, cementerios, iglesias, museos, academias nacionales y regionales, monumentos históricos, etc.), la música y la comida; elementos que crean un sentimiento de pertenencia y de orgullo para sus habitantes.

Los platos tradicionales constituyen, tras su reconocimiento, platos patrimoniales. Y el pabellón criollo constituye, por su significación, un patrimonio cultural intangible, un capital simbólico vinculado a la noción de identidad que debe ser protegido de alteraciones, tanto por sus valores estéticos y culturales como por lo que representa para un colectivo (Bourdieu, 1999).

De allí que el concepto de identidad sea el resultado de un hecho objetivo y de una experiencia subjetiva. Objetivo, porque la identidad está determinada geográfica, espacial e históricamente, además por unas condiciones socioeconómicas específicas. Y subjetiva, porque está determinada por una dimensión metafísica de sentimientos y afectos, de experiencias vivenciales, de la conciencia de pertenencia a un contexto local o de otro nivel de integración sociocultural, a una tradición, a un capital cultural, y sistema cultural que representa rituales, creencias, símbolos y valores. La identidad, y sus elementos representativos, constituyen, en suma, un proceso de construcción ideológica (conjunto de representaciones, valores, creencias y símbolos), política (para enmarcar los límites entre “nosotros” y “ellos”) y cultural (basado en la historia y la tradición- que representa el vínculo genealógico- y la herencia cultural) (Pujadas, 1993; Agudo-Torrice, 1998).

Para que un país se convierta en una nación necesita de un territorio, una población, una historia, una cultura, un idioma, unos símbolos patrios, una tradición, unos patrimonios naturales y culturales, y de un gobierno. Esos atributos conforman una identidad nacional que cohesiona a sus habitantes y los diferencia de otros grupos, países y naciones.

Otro concepto estrechamente vinculado a los de país y nación es el de estado. El estado es la vestidura orgánica y política de una nación, que se convierte en una investidura: una estructura construida sobre la nación preexistente como unidad antropológica y social. La nación actúa como la base humana e histórica (*ab inmemorabili*), sobre la que el estado se levanta.

El concepto de territorio es el mediador entre los conceptos de país y nación. Pero no se trata del mismo concepto de territorio.

El territorio de un país es un elemento físico, medible y poseedor de una biodiversidad y de un conjunto de recursos naturales. El territorio de una nación, en cambio, es un elemento sensible, no medible, cargado de manifestaciones culturales, emocionales y simbólicas.

Si aquel, el país, es un territorio que contiene diversidad biológica y ecosistemas, este último, la nación, es un territorio que contiene diversidad cultural, etnias e identidades culturales. El territorio de una nación posee bienes culturales heredados, tanto materiales o tangibles, como bienes inmateriales o intangibles. Entre estos últimos están las manifestaciones culturales ligadas a la gastronomía de los grupos sociales. En ese ámbito nace la cocina de una comunidad, como una práctica social que la caracteriza, y nacen los platos tradicionales de una región.

Pero, ¿por qué de una región?. Porque la región es la síntesis de las cocinas de las partes más pequeñas que la forman. En cada una de ellas se hace la cocina con los ingredientes del entorno, con lo que se tiene a mano. Aunque la autarquía no existe de manera estricta. Ese conjunto de ingredientes del entorno inmediato, resultado de las producciones propias, va aumentando, y enriqueciéndose, para ir superando la monotonía de la dieta original, en la medida en que se van sumando los ingredientes de otros territorios, del entorno mediato, resultantes de las producciones ajenas. Ese paso del uso de un ingrediente propio al uso de un ingrediente ajeno se da con el intercambio interregional, y en un ámbito mayor, con el comercio internacional.

Así se va creando la cocina regional. Algunos platos son más viejos que otros, porque no todos se crearon al mismo tiempo. Algunos de los platos son más populares que otros, porque hay diversidad en el gusto entre los miembros de las comunidades. Esos platos son transmitidos de una generación a otra por el mecanismo de la tradición. Los platos que se han transmitido durante un período que comprende varias generaciones se convirtieron en tradicionales. Algunos de esos platos tradicionales fueron reconocidos por las entidades, encargadas de convertirlos en patrimonio. Por eso se volvieron platos patrimoniales.

Pero, ¿qué pasa con los platos de la cocina nacional?. La cocina nacional existe en la medida en que existan sus cocinas regionales, que constituye su estructura de base (Carrera Damas, 1988; Appadurai, 1988; Pizarro, 2009). Los platos nacionales, que representen a toda la nación, son aquellos que se preparan utilizando ingredientes que se pueden conseguir y producir en todas las regiones del país.

Pondré dos ejemplos de platos regionales, que no trascienden al nivel nacional: el sancocho de sapoara, de Ciudad Bolívar, y el pisillo de chiguire, de Barinas y Apure. La sapoara o zapoara (*Semaprochi-lodus laticeps*) es un pez que abunda en el río Orinoco y que se pesca en ciertas temporadas, cuando hay ribazón. Con la sapoara se prepara el sancocho de sapoara o

zapoara, un plato regional que actúa como un elemento identitario de Ciudad Bolívar, donde existe un mito relacionado con su consumo: el que come savora, allí se queda. Reproducir ese plato en Caracas, incluyendo su entorno, es imposible. La sapoara, le dicen también yaraquí, es un pez endémico de las aguas del río Orinoco, pero se encuentra también en ciertas partes de la cuenca del río Amazonas, porque la cuenca del río Orinoco está intercomunicada con la del río Amazonas, por el brazo Casiquiare. Además, la sapoara es un pez migrante en ciertos ríos de ambas cuencas.

Lo mismo sucede con el pisillo de chiguire, una preparación de cocina regional que se hace con la carne del chiguire, el mayor roedor americano, que vive en los llanos venezolanos inundables. El chiguire, chigüiro, capivara o carpincho (*Hydrochoerus hydrochaeris*) no es, sin embargo, un ingrediente exclusivo de los llanos inundables de Venezuela, sino que se extiende a la zona de humedales de la América del Sur, pues se encuentra en las cuencas de los grandes ríos: Amazonas, Orinoco y Río de la Plata. En la medida en que el chiguire se difunda en criaderos por toda la geografía del país, lo que no es fácil ya que no existen humedales en todas partes, se estarán creando, o no, las condiciones para que el pisillo de chiguire se convierta en un plato nacional. Mientras tanto, el pisillo de chiguire será solo una preparación propia de la cocina regional de una parte de los llanos occidentales.

Las preparaciones nacionales, son los platos que se pueden preparar en cualquier parte del país, porque usan ingredientes que se producen o se pueden adquirir en todas partes del país. Ejemplos de ellos son: el pabellón criollo, la hallaca, la cachapa y el arroz con pollo. El pabellón criollo es una preparación compuesta, integrada básicamente por tres ingredientes: arroz blanco, carne desmechada y caraoatas negras refritas. Después se le fueron agregando otros componentes, como tajadas fritas de plátano maduro, para ser conocido como “pabellón con barandas”, y más tarde, en algunas versiones, una rodaja de aguacate, huevo frito y queso blanco rallado. La agregación de ingredientes está muy bien descrita en el poema “Canto al Pabellón”, del poeta humorístico caraqueño Francisco Pimentel (1859-1942), conocido por el alias de *Job Pim* o *El Jobo*. Todos los ingredientes se pueden encontrar en cualquier región de Venezuela, aunque no se produzcan necesariamente allí. Con ellos, y la historia de cada ingrediente, la gente fue construyendo calladamente ese plato icónico del país.

El pabellón criollo no aparece mencionado en ninguna de las publicaciones relevantes del país en el siglo XIX. Una de ellas es la de José Antonio Díaz (1861), un libro sobre agricultura donde aparece una sección de recetas de cocina, por lo que es considerado como el primer recetario de cocina de Venezuela. Allí está la hallaca, pero no el pabellón criollo. Otro es

el libro de Miguel Tejera (1877, II, 24), que aborda diversos aspectos de la Venezuela pintoresca de su tiempo, e incluye un inventario de platos tradicionales del país, pero no figura el pabellón caraqueño o pabellón criollo. Tampoco aparece en el Recetario de Cocina Criolla de don Tulio Febres Cordero (1899), el primer recetario venezolano elaborado de manera sistemática.

Una excepción a esa literatura que no reconoce el pabellón es la referencia marginal que hace el joven médico alemán Karl Sachs (1853-1878), que viajó por Venezuela entre los años 1877 y 1878. En su libro, Sachs relata que comió un plato “compuesto” por carne frita, arroz y plátano maduro asado, es decir, un pabellón incompleto, sin caraoatas negras, que le sirvieron en una posada de Las Adjuntas, cerca de la ciudad de Los Teques, en el año 1877. José Rafael Lovera (1988, 1998) señala, por su parte, que el pabellón no existía entonces como plato unificado, pero si sus componentes, servidos de dos en dos. Como sucedía en el año 1886, tal como aparecen en el menú ofrecido por el restaurante caraqueño El Vapor.

Realicé una revisión selectiva de la hemerografía de la capital del país buscando la primera mención escrita, en este caso periodística, del pabellón caraqueño o pabellón criollo. Pero la búsqueda, que cubrió el período desde mediados del siglo XIX hasta las primeras décadas del siglo XX, resultó infructuosa. Entonces, a partir de finales del siglo XIX los diarios capitalinos acostumbraban insertar entre sus páginas el menú ofrecido por el principal restaurante de la ciudad, y el pabellón criollo jamás fue mencionado en tal publicidad. Incluso, en Caracas, funcionó en el año 1893 un restaurante llamado El Pabellón Nacional (La Opinión Nacional, 25.01.1894), y en los menús que este restaurante presentaba en los periódicos nunca apareció un plato con el nombre de pabellón caraqueño, criollo o nacional. Es lógico esperar que el plato figurara, de haber existido, como una especialidad del restaurante Pabellón Nacional (Cartay, 1988; 2005; 2021).

Hay varios vacíos en la búsqueda del año preciso de nacimiento del pabellón criollo, lo que es normal en la historia de la gastronomía, en la que es difícil determinar con precisión la fecha originaria y el creador de un plato. A pesar de que la fecha del nacimiento del pabellón sea elusiva, creemos, no obstante, por inferencia, que la preparación debe haber nacido en Caracas durante el lapso comprendido entre los años 1900 y 1910, con el nombre de pabellón caraqueño.

Me baso en el hecho de que en 1916 el poeta caraqueño Francisco Pimentel (1859-1942), alias *Job Pim* o *El Jobo*, escribió el poema “Canto al Pabellón”, en el que describe la evolución del plato. En una estrofa dice: “Es de épocas remotas/ el plato de sensación/ carne, arroz y caraotas:/ Pabellón”. A partir del año 1916 es frecuente su mención en la prensa caraqueña. Unos pocos años más tarde, el plato empezó a popularizarse en Caracas con el nombre de pabellón criollo, dejando atrás la denominación de pabellón caraqueño.

Era la época del criollismo, de la exaltación de los valores culturales populares en América Latina (Cartay y Dávila, 2023). La publicación en Venezuela de la novela “En este País”, de Luis Manuel Urbaneja Achelpohl (1916, 1920), fue una pieza clave en la irrupción del criollismo en Venezuela. El criollismo es un movimiento literario que aparece como una reacción contra el romanticismo poético, abriendo paso al modernismo. Esta novela es un alegato contra la Venezuela rural y agraria, un escenario donde actuaban caudillos y terratenientes, y su trasfondo social era el predominio de las clases sociales aristócratas ligadas a la tierra.

En la década de 1940, con el surgimiento de la democracia, el poeta Juan Liscano, dedicado al estudio del folclore, organizó el 17 de febrero del año 1948 la “Fiesta de la Tradición, Cantos y Danzas de Venezuela”, en ocasión del ascenso a la presidencia de la república del novelista Rómulo Gallegos (Cartay, 1988, 2003, 2005 y 2023). Allí le mostró a los caraqueños, por primera vez en el Nuevo Circo de Caracas, un gran espectáculo con las principales manifestaciones culturales, populares regionales, como el joropo, las danzas y los cantos populares de Venezuela (Calderón Sáenz, 2015). Con eso quiero decir que, se estaba despertando en el país el sentimiento de lo criollo y de la fuerza de lo regional en la cultura nacional. Gallegos, nuestro gran novelista, creador de la “Novela Regionalista” (Marinone, 2007; Goycochea y Angelini, 2014; Zambrano, 2018), escribió una novela para cada región del país, probablemente durante el tiempo en que el pabellón caraqueño pasó a llamarse pabellón criollo.

Algunos restan importancia a la representación simbólica del pabellón criollo, como plato emblemático nacional, resultante del proceso de mestizaje culinario, que combina los colores de ingredientes de su constitución: el aporte de los negros esclavos (simbolizado por las caraotas negras, una variedad de frijoles leguminosos de la especie *Phaseolus vulgaris*, de origen americano), la contribución de los colonizadores españoles blancos (con el arroz, de origen asiático, introducido en América del Sur a partir del siglo XVI) y, por último, el aporte de los indígenas prehispánicos, simbolizado por el color marrón de la carne.

No obstante, creo que esa simbología, aunque parezca folclórica, es aceptable, pues el símbolo es una construcción imaginaria que busca transmitir una representación de forma visual. Y resulta válida, si consigue su objetivo (De Matta, 1988; Finol y Pérez, 2016).

Se trata de ofrecer imágenes emblemáticas, símbolos y figuras en las que se sintetizan, de una manera sencilla, aspectos relacionados con los orígenes de una cosa con el fin de movilizar el sentimiento de adhesión a la sociedad (Rago, 1999). Y, en este caso, la imagen del pabellón (tres colores de la bandera, tres razas) lo logra, pues transmite con propiedad la condición de mestizaje del plato, y de la cocina asociada; aparte de que el término “pabellón” es sinónimo de “bandera” (símbolo patrio), que articula, en el caso de Venezuela, a tres importantes alimentos separados con colores distintos, transmitiendo la idea de mestizaje y un sentido de pertenencia a la nación a través de un símbolo patrio.

En conclusión, el pabellón criollo es un plato completo, festivo, equilibrado desde el punto de vista nutricional y de sencilla preparación, que se come en cualquier época del año, con escasa variación regional, cargado de elementos simbólicos.

Un simbolismo que está presente en sus tres componentes-alimentos, servidos por separado en el plato, que forman una estructura tricolor que recuerda la bandera nacional; la equivalencia lingüística entre los términos de pabellón y bandera, símbolos de la patria, y, finalmente, la vinculación de los tres colores de la preparación con el mestizaje racial y cultural del venezolano. Asociaciones que cumplen las condiciones básicas de todos los platos festivos, que expresan con claridad la idea de un rito de agregación y de unión (Da Matta 1988; Contreras, 1993).

CAPÍTULO 18

RAMÓN DAVID LEÓN, PRECURSOR DE LA GEOGRAFÍA GASTRONÓMICA EN VENEZUELA

El brillante periodista cumanés Ramón David León (1890-1980), cofundador del periódico “La Esfera” en el año 1927, escribió unos singulares editoriales, entre los años 1951 y 1954, saliéndose del rol tradicional de un editorial de periódico, que comentaba el acontecer político del momento, sin tomar partido por el gobernante de turno o para no sentirse obligado a tomarlo. León acostumbraba, cada vez que podía, lo que era con frecuencia, ponerse su capa de viajero, como decía Arturo Uslar Pietri, y se iba a recorrer los caminos de Venezuela buscando las preparaciones culinarias populares más destacadas de cada lugar, para reseñarlas en sus editoriales en el diario que dirigía.

Esa era una época de grandes cambios políticos, económicos, sociales y culturales en el país, que ameritaba sesudos análisis políticos para orientar el rumbo de un país atrasado que estaba en trance de perder su identidad y casi disgregarse. Pero no.

Ese agudo periodista escribía, sobre los platillos y bebidas de las cocinas populares de cada estado, reconociendo, quizás, que una de las partes más vulnerables, y a la vez la fortaleza, de una sociedad es su régimen alimentario. Si un fenómeno externo, lo contamina y destruye, está atentando contra la identidad cultural de ese país y los fundamentos de esa cultura. Desconozco si León lo hacía con un propósito político, pero era un periodista agudo como pocos en su época, y creo que sabía claramente que la cocina era una práctica social que constituía una poderosa herramienta para resistir, desde el terreno de la cultura, a los embates de una “modernidad” que estaba empezando por dinamitar las bases de nuestra manera de ser.

La resistencia al cambio inevitable había que hacerlo desde el escenario político y también desde la arena de la cocina regional (que es el fundamento de la cocina nacional, uno de los pilares de lo que somos). Era una manera adelantada para no perder la identidad y terminar siendo otra cosa desde el punto de los valores éticos de aquello que habíamos sido y aún continuábamos siendo.

Ramón David no está ahora físicamente por acá, murió en el año 1980, para corregirnos la plana y hablarnos sobre su verdadero propósito. Pero estudiando las incidencias de su vida, su actividad intelectual y su credo político de conservador, por las que fue reconocido (entre otros galardones, recibió el premio de periodismo María Moors Cabot, administrado por la Universidad de Columbia), no me queda la menor duda de que León tenía mucha claridad en lo que quería y hacía.

Ramón David era de la vieja escuela, o de la nueva escuela, vaya usted a saber, de que el tipo de alimentación, el modo de producción y el modo de consumo, en dos platos, la cocina y sus usos sociales, nos define como humanos y, en nuestro caso particular, como venezolanos.

En el año 1936, tras la muerte de Juan Vicente Gómez, un cruel dictador por casi tres décadas, se abrió un período de cambio en medio de una gran incertidumbre política. El gobierno del general Eleazar López Contreras, heredero del dictador Gómez, presidió un gobierno autoritario de transición. Promulgó el Programa de Febrero de 1936 para distanciarse de los 27 años de gobierno gomecista, caracterizado por una fuerte represión política. Aunque se crearon varias organizaciones partidistas, no había libertad.

Meses después de la muerte del temido dictador, el país empezó a reaccionar y se hicieron manifestaciones populares solicitando la restitución de las garantías políticas. Los obreros de la industria petrolera estadounidense, que había sido protegida por Gómez, se lanzaron en huelga. Las razones esgrimidas por los sindicatos eran justas: aumento de salarios, rebaja de la jornada laboral a ocho horas de trabajo y el reconocimiento de sus sindicatos.

Era un tiempo de “tensa paz”: lo que algunos llamaron: “gomecismo sin Gómez”, pues continuaba la represión. El ministro de defensa del régimen, el general López Contreras, desde el año 1931, y hombre de confianza del dictador, asumió la presidencia del país, y trató de apaciguar los ánimos en el convulso panorama político, ahora sin la mano del hierro del dictador muerto.



Los intelectuales de la época, dirigidos por los “periodistas”, el grupo de la vanguardia política, se organizaron en partidos políticos. Uno de ellos era el Partido Democrático Venezolano (PDV). El PDV se estableció en Caracas el 27 de diciembre de 1937. El presidente del partido era el general José Rafael Gabaldón un antiguo opositor de Gómez, que había pagado con cárcel su rebeldía. En el directorio político del PDV figuraban Carlos Eduardo Frías y el poeta cumánés Andrés Eloy Blanco.

Carlos Eduardo Frías fue un gran periodista, creó el periódico *Ahora*, la revista *Elite* y fue el fundador de la Agencia de Publicidad ARS, que moldeó la historia de la publicidad moderna en el país; además fue secretario de la delegación venezolana en la Sociedad de las Naciones, en los años 1936-1937. Blanco, nacido en Cumaná en el año 1896, fue el gran poeta popular de Venezuela y muy influyente en el desarrollo de la literatura venezolana.

En el directorio del PDV estaban importantes venezolanos, como Juan Pablo Pérez Alfonzo (el gran reformador de la legislación de la industria petrolera y uno de los fundadores de la OPEP), el maestro Luis Beltrán Prieto Figueroa (ícono de la educación pública venezolana y uno de los grandes luchadores por los derechos políticos de los educadores venezolanos), Antonio Arraíz (novelista y cuentista venezolano, miembro fundador de los periódicos *Ahora* y *El Nacional*), Héctor Guillermo Villalobos (periodista y poeta), Felipe Massiani (novelista, autor de *Geografía Espiritual*, en 1949), Fernando Paz y Castillo (poeta, crítico literario y diplomático, fundador del *Círculo de Bellas Artes*) y Humberto García Arocha (médico investigador y político).

La enorme valía de ese selecto grupo de intelectuales venezolanos, casi todos nacidos, entre 1890 y 1910, es incuestionable en aquel país que estaba despertando a la democracia política tras una larga época de oscurantismo.

Ramón David León venía de otro grupo, también brillante, alineado con el conservadurismo, que se concentraba en la redacción de *El Universal*, y comulgaba con la tesis del Cesarismo Democrático, afecto a la defensa del gobierno de J.V. Gómez. De *El Universal* pasó como director a *La Esfera*, que circulaba desde marzo de 1927. Y allí estuvo hasta el año 1955, cuando el periódico fue adquirido por Miguel Ángel Capriles, quien formó, con *Últimas Noticias* y la revista *Elite*, el grupo de la Cadena Capriles, cuadrado con el perezjimenismo y su doctrina del Ideal Nacional.

Entre los años 1936 y 1954 pasaron muchas cosas: la presidencia del general Eleazar López Contreras (1936-41), la presidencia del general Isaías Medina Angarita (1941-45). Pero Medina no pudo terminar su período presidencial, pues fue depuesto por un golpe cívico-militar. De allí surgió el gobierno del novelista Rómulo Gallegos, que sufrió otro golpe militar que devino, al final, en la dictadura militar del General Marcos Pérez Jiménez (1948-1958). Entre los periódicos que se plegaron a la alabanza del dictador estuvo *La Esfera*, dirigido por León hasta el año 1955. Entonces, precisamente en esa época, comenzaron a aparecer los “singulares” editoriales de León que hablaban de la cocina venezolana, en vez de comentar la cruel represión de la dictadura, y la violación sistemática de los derechos humanos.

De esa manera, R.D. León, obligado o voluntariamente, se convirtió en un comentarista social, y en el iniciador del periodismo gastronómico en Venezuela, a la manera del gran periodista francés Maurice-Edmund Sailland (1872-1956), apodado Curnonsky, que llegó a ser considerado en su país el “príncipe de los gastronomos”. A él se deben muchos artículos de prensa comentando sus incursiones en la Francia rural compilados en los 28 volúmenes de la *France Gastronomique*, aparecidos entre los años 1921 y 1928. Curnonsky se volvió, poco a poco, en el gran defensor de la cocina regional francesa.

León se convirtió, con sus crónicas gastronómicas, en el Curnonsky venezolano. Un día León hablaba acerca de la hallaca venezolana, detallando sus características, variedades y significado. Para él, la hallaca, “Más que confección alimentaria, es un lazo espiritual. Vincula íntimamente a los venezolanos más que cualquier otra tradición nativa”, dictaminando que al compatriota que no le gusten las hallacas, terminaría siendo “un prófugo de la nacionalidad”. La hallaca era para León un símbolo de unificación ciudadana: “La deberíamos saborear todos los venezolanos en torno a la mesa común de un cordial entendimiento”.

Otro día León se refería al pabellón caraqueño, describiéndolo de una manera muy simple y hasta humorística: “Si los prietos granos y la carne nutren, el arroz satisface. Entreverando las dulces lajas plataneras sirven de postre, de modo que resulta una obra bastante completa. Hay golosos que le encaraman al plato, en todo el centro, un huevo frito, que lo hace todavía más sustancioso”.



Esas sabrosas crónicas se referían a muchas preparaciones del *corpus* culinario venezolano. Entre ellas a la arepa, el pabellón criollo, la hallaca, las caraotas negras, la cachapa, los chorizos, el cochino frito, el casabe, el sancocho, los frijoles, la guasacaca, el papelón, el mejillón, el talkari de chivo, la chanfaina, el frito, la morcilla, el mondongo, la polenta, el bienmesabe, el gofio, y muchos otros platillos más. Crónicas periodísticas que empezaron a ser comentadas y se fueron abriendo paso en forma de libro: *Geografía Gastronómica Venezolana*, editado en Caracas por la Editorial Garrido, en el año 1954 con 186 páginas. Ese libro, en sus setenta años de existencia, se ha convertido en un clásico de la gastronomía venezolana, y ha merecido muchas reimpressiones.

El libro de León, que compilaba sus artículos de prensa en el periódico *La Esfera* entre los años 1951 y 1953, fue publicado en Caracas en el año 1954. Ese libro tuvo tres grandes antecesores, quizás mejor escritos que el de León, aunque menos valorados académicamente.

Se trata de “Alegoría de la Tierra. Pequeña apología de nuestra agricultura antigua”, de don Mario Briceño Iragorry, publicado en el año 1952; “Menú. Vernaculismos” (dos libros diferentes, que la Editorial Edime editó en un solo volumen en 1953), del Dr. Aníbal Lisandro Alvarado, hijo del sabio Lisandro Alvarado, y “La Cocina de Casilda”, de Graciela Schael Martínez, publicado en el año 1953, uno de los libros de cocina más importantes publicados en Venezuela durante el siglo XX.

CAPÍTULO 19

LA VOZ DEL PUEBLO

Los seres humanos construimos “nuestro” mundo a través de historias. Con frecuencia relatamos oralmente esas historias, las escribimos, o las cantamos. Hay gente que, sin saber leer y escribir, o aun siendo alfabetizados, prefieren expresarse de una manera particular a través de versos y coplas, por lo que se expresan cantando. Algunos, dotados de una sensibilidad especial, describen poéticamente cantando su forma de estar en el mundo y de construir su realidad. Ellos son los juglares del pueblo.

El pueblo, el pueblo verdadero, todo pueblo, llano y amoroso, se expresa cantando. Algunas veces magistralmente, como lo hacía el inolvidable Simón Díaz (1934-2014). *“Camino del llano viene, / puntero en la soledad / el cabrestero cantando, / ay, su copla en la madrugada. / La luna busca la sombra, / y no la puede encontrar/ porque la sombra se esconde, ay, detrás de la madrugada. / Ay, no llores más nube de agua, / silencia tanta amargura, / que toda leche da queso, y toda pena se cura. / Ya viene la mañanita, cayendo sobre el palmar, / y el cabrestero prosigue/ en su doliente cantar/ y, mañana, cuando me vaya, / ¿Quién se acordará de mí? / ¡Solamente la tinaja por el agua que bebí!”*

¿Quién se acordará de ti, Guácara (*Megalobulimus oblongus*), Cerecita o semeruco (*Malphigia glabra*), ¿Quién? Si no, tú, Luis Mariano Rivera (1906-2002), el gran cantautor oriental, con sus coplas sencillas y tiernas, que hablan de ese humilde caracol, que saciaba el hambre del niño campesino pobre y que asaban vivo entre las brasas: *“Guácara, me dan por nombre, mi forma es de caracol”,* y *“Cuando el hambre lo atormenta, pone su cuerpo al fogón , y me retuerzo de dolor sobre la brasa inclemente, pidiendo más compasión para mi cuerpo inocente”*. O quien describiría más tiernamente esa delicada cerecita: *“Cerecita de mi monte, frutica sabrosa y pura”*.

También el testimonio inspirado de Rafael Rincón González (1922-2012), con sus cerca de seiscientos composiciones musicales, en las que recuerda a los pregoneros de Maracaibo, su pueblo, vendiendo su mercancía, que: “*son las cinco y el lechero nos viene anunciando el día*” y ahí viene el panadero, “*pan, pan, pan*”, y trae también “*galletas, bizcochos y mandocas calienticas, y piñas, guineos y chirimoyas*”.

Expresiones musicales de la gastronomía

Esos compositores musicales, juglares del pueblo como también los llaman, fueron reconocidos y viven en un rincón especial de la memoria popular de sus comunidades, convertidos, por justo mérito, en patrimonios culturales vivientes. Algunos de ellos relacionan sus evocaciones con elementos de la gastronomía. Es el caso de Simón Díaz, Luis Mariano Rivera, Rafael Rincón González, Luis Laguna, Conny Méndez, Ricardo Portillo, Virgilio Arrieta, y algunos otros que nos dejaron sus composiciones en diversos géneros musicales, en especial en ritmo de merengue oriental, de gaita zuliana o de tonadas llaneras. Algunos de esos compositores y cantores populares recibieron muchos reconocimientos.

El máximo galardón, que se podía aspirar, el *Doctorado Honoris Causa* de las universidades venezolanas, les fue otorgado como un justo reconocimiento por su gran contribución a la preservación de la cultura popular y por sus aportaciones a la exaltación del paisaje natural. Simón Díaz recibió cuatro doctorados (entre ellos el conferido por la Universidad Pedagógica Experimental Libertador -UPEL-, la Universidad de Los Andes -ULA-, y la Universidad Central de Venezuela -UCV-), Luis Mariano Rivera recibió tres (UCV, Universidad de Oriente -UDO- y Universidad Experimental de Guayana). Rafael Rincón González recibió el doctorado de La Universidad del Zulia (LUZ).

Con el explosivo crecimiento de las ciudades empezaron a enmudecer los versos de los juglares de pueblo. Y ahora ya casi no se oyen, considerado un oficio cultural de segunda categoría o propio de una fiesta de pueblo. No son aquellos cantantes populares adoptados por las disqueras y llevados a los grandes escenarios o al gran público, ni de los grandes conjuntos musicales como el quinteto Contrapunto, que pusieron cantar a Venezuela entera, o la Serenata Guayanesa. Ahora las composiciones son más estilizadas y tienden a ser usadas para convertirlas en mediadoras de la práctica política.



Por eso resulta un poco inusual el surgimiento de un conjunto de música popular tradicional venezolana dedicada a cantarle a los productos, los procesos y personajes del mundo de la cocina venezolana, así como a los avatares del amor gastronómico. Ellos crean su propio material, lo musicalizan y lo interpretan con gran sentimiento y propiedad.

Se trata de la agrupación de música tradicional que, con el ingenioso nombre de Tusasong, surgió en la ciudad de Maracay en el año 2020. Es un grupo musical integrado por profesionales diversos, apasionados por la música, que son además de músicos, compositores, organizadores de corales y poetas, que andan con su música por todo el país sin estar movidos por un interés primordialmente económico. Ya llevan unos cuatro años de actuación, más de cuarenta canciones compuestas e interpretadas por ellos mismos, a pesar de su relativa juventud en los escenarios. Se trata de una música alegre y delicada como la buena comida, que canta a los hechos de la gastronomía venezolana, utilizando unos pocos, pero tradicionales, instrumentos musicales: cuatro, mandolina, maracas, a veces un tambor. Su música siempre contiene una bella expresión cargada de humor, que se mete en las cocinas humildes de los pueblos para no dejar languidecer el espíritu festivo que sembraron aquellos juglares del pueblo, cuya letra y música resuenan en todo el país, exaltando los platillos y personajes más representativos de nuestra gastronomía regional.

La agrupación Tusasong se ha convertido en la continuación de los grandes cantores del pueblo, con la diferencia de que su área se dedica exclusivamente a valorar el *corpus* culinario de las cocinas regionales del país.

REFERENCIAS

- Adema, P. (2006). *Festive foodscapes: Iconizing food and the shaping of identity and place*. Austin: The University of Texas.
- Agudo-Torrico, J. (1998). Cultura, patrimonio etnológico e identidad. *Boletín del Instituto Andaluz del Patrimonio Histórico*. 29, 36-45. Granada.
- Alcántara Sánchez, M. de los A. y Belaosteguigitia, M. (2020). Lo crudo, lo cocido y lo finamente picado. Sabores y sinsabores de mujeres en prisión. Recetario de cocina. *Arte y Políticas de Identidad*, Vol. 23, pp. 119-143.
- Anderson, B. (1991). *Imagined communities. Reflections on the origin and spread of nationalism*. Londres: Verso.
- Appadurai, A. (1988). How to make a national cuisine: cookbooks in Contemporary India. *Comparative Studies in Society and History*, 30(1), pp. 3-24.
- Arizpe, L. (2006). Los debates internacionales en torno al patrimonio cultural inmaterial. *Cuiculco*, 13(38), pp.13-27.
- Arroyo Chacón, J. I. (2018). Los códigos de ética y los códigos de conducta en la promoción de la ética institucional. *Revista de Administración*, Vol.9 (1), pp. 87-103. Documento en línea, recuperado desde: <https://doi.org/10.22458/rna.v9i1.2104>
- Auster, P. (2011). *Diario de Invierno*. Barcelona: Anagrama
- Bak-Geller Corona, S. (2008). *Les livres de recettes "francisés" au Mexique au XIX siècle. La construction de la nation et d'un modele culinaire national*. *Anthropologie of Food*. , S4, may.
- Bak-Geller Corona, S. (2013). Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890). *Desacatos*, 43, sept-dic.

- Bakula, C. (2000). Reflexiones en torno al patrimonio cultural. Lima: UNSM.
- Banesco/Cyngular. (2024). 70 años de crónicas gastronómicas. Caracas: Banesco/Cyngular.
- Basile, M. (2010). Políticas culturales públicas: desplazamiento en el modo de concebir la cultura y su articulación con el estado. *Abaco*, 2, Nos. pp. 64-65.
- Bonfil, G.B. (1993). Nuestro patrimonio cultural: un laberinto de significados, 19-39. En: Enrique Florescano (Comp.). El patrimonio cultural de México. México, D.F.: FCE/CNCA
- Bortnowska, K. y Alberton, A. (2015). Comida local y memoria gustative. El Tiroloerfest de Treze Tílias (Brasil). *Estudos e Perspectives en Turismo*. 24(3), julio, pp. 736-754.
- Bourdieu, P. (1999). *La distinction*. Paris: Editions Minuit.
- Breihl-Altamirano, N. (2017). La patrimonialización como un recurso de preservación de la fiesta andina. Caso: La Yumbada de Cotacallao. Trabajo de grado. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Brena, V. (2017). ¿Culinaria afrouruguaya? Saberes y sabores: entre la invisibilización y la codificación. *Estudios sobre Culturas Contemporáneas*. XXIII(46), pp. 27-53.
- Buzarki, G. (2019). *The brain from inside-out*. Oxford: Oxford University Press.
- Calderón -Sáenz, C. (2015). Aspectos musicales del joropo de Venezuela y Colombia. *Música Oral del Sur. Revista Internacional*, No. 12, 419-444.
- Caldo, P. (2013). Recetarios, recetas, correspondencia y otras hierbas. El contenido y las formas de un corpus de fuentes para una historia de mujeres que experimentan. En: XIV Jornadas Interescuelas/Departamentos de Historia. Departamento de Historia de la Facultad de Filosofía y Letras. Mendoza, Argentina: Universidad Nacional de Cuyo.



- Caldo, P. (2016). Revistas, consumos, alimentación y sabores femeninos. La propuesta de Damas y Damitas, Argentina. 1939-1944. Secuencia, *Revista de Historia y Ciencias Sociales*, No. 94, pp. 210-239.
- Carrera-Damas, G. (1988). Prólogo, 13-21, a José Rafael Lovera. *Historia de la alimentación en Venezuela*. Caracas: Monte Ávila Editores.
- Cartay, R. (1988). El Pabellón ¿Símbolo gastronómico nacional? , 523-532. En: *Venezuela: Tradición en la Modernidad*. Caracas: Universidad Simón Bolívar- Fundación Bigott.
- Cartay, R. (1995). *El pan nuestro de cada día*. Caracas: Fundación Bigott.
- Cartay, R. (1997) Caracterización de la región alimentaria andina. San Cristóbal: Biblioteca de Autores y Temas Tachirenses, No. 138.
- Cartay, R. (2003). *La hallaca en Venezuela*. Caracas: Fundación Bigott.
- Cartay, R. (2005). Aportes de los inmigrantes a la conformación del régimen alimentario venezolano en el siglo XX. *AGROALIMENTARIA*, Vol. 20 (10), 43-55, ULA. Venezuela.
- Cartay, R. (2021). Breve reseña histórica de la hallaca en Venezuela, con especial referencia a la hallaca merideña. En *Prospectiva*, Vol. 2 (2), julio-diciembre.
- Cartay, R. y Dávila, L.R. (2023). *Historia y semiología de la alimentación en América Latina*. Amazon. Generis Publishing.
- Chen, Y. (2008). *Bodily memory and sensibility: culinary preferenes and national consciousness in the as of "taiwanese cuisine"*. *Taiwan Journal of Anthropology*, 3, pp. 165-196.
- Choo, S. (2004). *Eating satay babi; sensory perception of transnational movement*. *Journal of Intercultural Studies*, 25 (4), pp. 203-213.
- Churchill-Conner, N. (2010). La gestión del patrimonio cultural inmaterial: la experiencia del carnaval popular en la ciudad de Puebla. En: Nivón, E. y Rosas-Mantecón, A. *Gestionar el patrimonio en tiempos de globalización*. México: UNAM.

- Conde, D. y Mariano, L. (2021). *Recetas del Hambre*. Ediciones de la Universidad de Extremadura. España.
- Contreras, J. (1993). *Antropología de la alimentación*. Madrid: Eudeba.
- De Matta, R. (1988). *Notas sobre el simbolismo de la comida en Brasil. América Indígena*, Vol. XLVIII, México.
- Díaz, J.A. (1861). *El agricultor venezolano o Lecciones de agricultura práctica nacional*. Caracas: Rojas Hermanos Editores/ Imprenta Nacional de M. de Briceño.
- Domenech, I. (1940). *Cocina sin recursos*. Madrid: Siglo XX.
- Dosal-Ellis, A.L. (2014). ¿Cómo puede funcionar la cultura y el patrimonio como mecanismo de exclusión? *Pasos, Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 12 (1), pp. 137-143.
- Douglas, M. (1979). *Les structures du culinaire. Communications*, 31, pp. 145-170.
- Esquivel, L. (1989). *Como agua para Chocolate*. Ciudad de México.
- Fernández Armesto, E. (2004). *Historia de la comida: alimentos, cocina y civilización*. Barcelona: Tusquets.
- Finol, J.E. y Pérez, B. (2016). Semiotic Food, semiotic cooking: The ritual of preparation and consumption of hallacas in Venezuela. *Semiotic. Issue* 211, p. 271-291.
- Frigolé, J. (2014). Retóricas de la autenticidad en el capitalismo avanzado. *Endoxa*, Series filosóficas. 33, pp. 37-60.
- Fusté Forné, F. (2015). El turismo gastronómico: autenticitat i desenvolupament local en zones rurals. *Documents d'Anàlisi Geogràfica*, 61(2), pp. 289-304.
- Fusté-Forné, F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *Dixit*, 24(1), pp. 4-16. Documento en línea, recuperado desde: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0797-36912016000100001



- Gimenes, M.H.S.G. (2008). *Cozinhando a tradicao: festa, cultura e história no litoral paranase*. Tese. Doutorado em História. Universidade Federal do Paraná. Curitiba, Brasil.
- Goody, J. (1977). *La domesticación del pensamiento salvaje*. Madrid: Editorial Akal.
- Goody, J. (1982). *Cocina, cuisine y clase. Estudio de Sociología Comparada*. Barcelona: Gedisa.
- Goody, J. (1998). *El hombre, la escritura y la muerte*. Barcelona: Ediciones Península.
- Goycochea, E. y Angelini, L. (2014). Civilización y barbarie. Rómulo Gallegos y la persistencia de una dicotomía. *Coordenadas. Revista de Historia Local y Regional*. Vo.1 (1) 27-49.
- Heise, M. (1994). Interculturalidad: un desafío. En: M. Heise, F. Tubino y W. Ardito. *Interculturalidad. Un desafío*. Lima: CAAP.
- Hernández, A.P.E. (2016). El recetario como un documento etnográfico. La comida de caza en Extremadura. *Etnicex. Revista de Estudios Etnográficos*. No. 8, pp. 129-142.
- Hobsbawm, E. y Ranger, T. (1987). *Invention of tradition*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hobsbawm, E. y Ranger, T. (1983). *The invention of tradition*. Cambridge: University Press.
- Hobsbawm, E.J. (2001). Inventando tradiciones. 203-214. En: *Historia Social* No. 40, La construcción imaginaria de las comunidades nacionales. Madrid: Fundación Instituto de Historia Social.
- Kristbergsson, K. y Oliveira, J. (2016). Traditional foods: General and consumer aspects. Integrating food Science and Engineering Knowledge into the food chain. Springer US, pp. 55-86.
- Laborde, G. y Medina, X. (2015). De los recetarios nacionales a los expedientes patrimoniales. En: *Alimentos, cocinas intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades, resignificaciones*. México: Universidad de Guadalajara.

- Lenclud, G. (1987). *La tradition n'est plus ce qu'elle était. Sur les notions de traditions et des sociétés traditionnelles en ethnologie. Terrain*, 9, pp. 110-123, Paris, Ministère de la Culture.
- López-Ojeda, A. (2016). *La gastronomía tradicional, patrimonio cultural y factores de desarrollo*. México: Secretaría de Cultura de México.
- Lovera, J.R. (1988). *Historia de la alimentación en Venezuela*. Caracas: Monte Ávila Editores.
- Lovera, J.R. (1989). *Gastronáuticas*. Caracas: CEGA.
- Lovera, J.R. (2005). Prólogo. En: Márquez, O. *Recetarios de cocina venezolanos, ensayo bibliográfico*. Caracas: CEGA.
- Marcos-Arévalo, J. (2004). La tradición, el patrimonio y la identidad. *Revista de Estudios Extremeños*, 60 (3), pp. 925-956.
- Mariat, D.; et al. (2009). La relación Firmicotes/Bacteriaes, de la macrobiota. *Microbiología BM*, Vol. 9, pp. 1-6.
- Marinone, M. (2007). La Literatura se acompasa a la nación: Rómulo Gallegos y su Venezuela moderna. *Remate de Males*, Vol. 2 (27), 231-242.
- Márquez, O. (2005). *Recetarios de cocina venezolanos, ensayo bibliográfico*. Caracas: Centro de Estudios Gastronómicos (CEGA).
- Maury Santiago, E. A. (2010). Ritos de comensalidad y espacialidad. Un análisis antro-po-semiótico de la alimentación. *Gazeta de Antropología*, 26(2), pp. 1-13. Documento en línea recuperado desde: <http://www.gazeta-antropologia.es/?p=1805>
- Medina F.X. (2017). Reflexiones sobre el patrimonio y la alimentación desde las perspectivas cultural y turística. *Anales de Antropología*, 51(2), pp. 106-113.
- Medina, F.X. (1998). *Mediterranean Food: The return of tradition. Rivista di Antropologia*. 76, Suppl. 1, pp. 342-351.
- Medina, F.X. (2023), Tradición y presente en nuestra alimentación. Claves de la Razón Práctica, No. 286. Enero-febrero, España.



- Mejías-López, J. (2012). La perspectiva antropológica en el estudio del patrimonio intangible. *Revista de Antropología Experimental*, No. 12, Texto 18, pp. 241-248, Universidad de Jaén, España.
- Mendoza Guerrero, J.M. (2018). Cocina mexicana en los periódicos estadounidenses de los platos europeos en una comida de frontera (1905-1984). *Culinaria*, No. 15.
- Millán, A. (2002). Malo para comer, bueno para pensar: crisis en la cadena socioalimentaria. En: Gracia, M. (ed). *Somos lo que comemos. Estudios de alimentación y cultura en España*. Barcelona: Ariel.
- Mintz, S. (1996). *Tasting food, tasting freedom. Incursions into Eating, Culture and the Past*. Boston, Mass.: Beacon Press.
- Molano, L. (2007). Identidad cultural: un concepto que evoluciona. *Revista Ópera*, No. 7, Mayo, pp. 69-84.
- Montanari, M. (2008). *Comida como cultura*. Sao Paulo: SENAC.
- Moro, E. (2023). Patrimonio cultural alimentario: entre el orgullo y el prejuicio. *Revista Andaluza de Antropología*. No. 24, pp. 101-119.
- Mujica- Bermúdez, L. (2002). Aculturación, interculturación e interculturalidad. Fénix. *Revista de la Biblioteca Nacional del Perú*. Nos. 43-44, pp. 55-78.
- Nadalini, A. P. (2008). Alimentação e mitos nas religiões de matriz africana na Curitiba atual. En: Encontro Regional de Associação Nacional da História Anpuh/PR, Curitiba.
- Opinión Nacional, La. *Caracas*, 25.01.1894.
- Pablo Otero, N. A. (2023). Análisis y documentación del flujo migratorio de Bahía de Caráquez, del siglo XIX al XXI. *Ñawi: arte, diseño, comunicación*. 7(1), pp. 197-213.
- Pazos Carrillo, S. (2010). Permanencias culturales y culinarias del Manual de Cocina, de Juan Pablo Sanz, en Quito: protocolos, cocina tradicional y formas de preparación. Tesis de maestría. Universidad Andina Simón Bolívar. Quito.

- Pérez, M. de los A. (1997). Los recetarios de mujeres y para mujeres. Sobre la conservación y transmisión de los saberes domésticos en la época moderna. *Cuadernos de Historia Moderna*, vol. 19, pp. 121-154.
- Pérez-Francés, M.J. (2011). Interculturalidad vs. Aculturación. *Pedagogía Magna*, No. 11, Febrero, pp. 393-397.
- Pini Rosalem de Fonseca, D. (1999). De la cocina de...Manabí. Historia y Vida Edición. Serie Documentos Primarios, Tomo 1. Quito.
- Popic, M. (2024). El laberinto de las recetas que se bifurcan, pp. 254-263. En: Banesco/ Cyngular. 70 años de crónicas gastronómicas. Caracas: Banesco/ Cyngular.
- Pujadas, J.J. (1993). *Etnicidad, Identidad Cultural de los pueblos*. Salamanca: Eudema.
- Rago, V. (1999). Llano y llanero: contribución al estudio del forjamiento de una imagen. *Boletín Antropológico*, Museo Arqueológico ULA, No. 45. Enero-abril.
- Rajilic -Stojanavic, M. (2013). Función de la microbiota. *Mejores prácticas e investigación en la gastroenterología clínica*. No. 1, pp. 5-16.
- Reinhardt, J.C. (2007). *Dize-me o que comes e te dirai quem és: alemaes, comida e identidade*. Tese. Doutorado em História. Universidade Federal do Paraná. Curitiba.
- Rentería, M.L. (2023). ¿Cómo se lee un recetario? Testimonio y memoria. *Leer, Escribir y Descubrir LED*, Vol. 1 (12), Article 3. Documento en línea recuperado desde: <https://digitalcommons.fiu.edu/led/vol1/iss12/3/>
- Rodríguez, S.B. (1999). Patrimonio cultural y patrimonio antropológico. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*. Tomo LN, pp. 107-123.
- Romero Urría, H.E. (2013). El segundo cerebro del ser humano. *Revista Científica y Tecnológica*. UPSE-CTU. Vol.1 (2). pp. 90-99
- Sachs, K. (1987/ 1878). *De los llanos: descripción de un viaje de ciencias naturales a Venezuela*. Caracas: CONICIT.

- Sacristán Oliveri, I. (2021). Influencia de la microbiota en el eje intestino-cerebro y el desarrollo de enfermedades. Tesis de grado. Nutrición humana y dietética. Universidad de Valladolid, España.
- Salazar-Peralta, A.M. (2002). El uso social del patrimonio cultural: el dilema de la ciudadanización. *Revista de Arqueología Americana*. No. 21, pp. 107-121.
- Santana-Mestre, J. y Llonch-Molina, N. (2015). Historia y definición del concepto de patrimonio cultural inmaterial, 11-17. En: J. Santana-Mestre y N. Llonch-Molina (eds.). *El patrimonio cultural inmaterial y su dialéctica*. Ediciones Trea.
- Santos, C.R.A dos (2005). *A Alimentacao e seu lugar na história os tempos da memoria gustativa*. *História. Questoes & Debates*. 42 (1), pp. 11-31.
- Schlosser, E. (2002). *Fast food, el lado oscuro de la comida rápida*. Madrid: Grijalbo.
- Sinibaldi, E. (ed). (2020). *L´UNESCO e il patrimonio culturale immateriale: patrimonializzazione e salvaguarda*. UNESCO. MBACT.
- Tejera, M. (1877). *Venezuela Pintoresca e Ilustrada*. Librería Española de E. Denne Schmitz. 2 tomos.
- UNESCO (2022). *Textos fundamentales de la Convención para la Salvaguarda del Patrimonio Cultural Inmaterial de 2003*. París: UNESCO.
- UNESCO. (2024). *Red de ciudades creativas. ¿Qué es la red de ciudades creativas?*. Documento en línea, recuperado desde: <https://es.unesco.org/creativecities/content/ciudades-creativas>
- Urbaneja Achelpohl, L.M. (1920/ 1916). *En este país*. Caracas: J. Tagart.
- Vernot, D. (2019). Los recetarios de cocina en América Latina: más allá de la escritura y reproducción de recetas que se inician en los Estados-nación. *Boletín de Antropología*, 34(58), pp. 94-107.
- Viudas Camarasa, A. (1982). El lenguaje técnico de un recetario de cocina. *Anuario de Estudios Filológicos*, Vol. 95. Universidad de Extremadura, España.

- Von Koppen, K. (2000). *Resource, Arcadia, Lifeworld, Nature Concepts in Environmental Sociology*. *Sociologia Ruralis*, 40 (3), pp. 300-318.
- Wachtel, N. (1976). *Los vencidos: los indios del Perú frente a la conquista española (1530-1570)*. Madrid: Alianza Universitaria.
- Zambrano, G. (2018). Rómulo Gallegos y Doña Bárbara: el poder del símbolo. *Contexto. Revista Anual de Estudios Literarios*, Vol. 23 (25), pp. 16-26

Academia Venezolana de Gastronomía

Consejo Directivo 2023 – 2025

Presidente

Ivanova Decán Gambús

Vicepresidentes

Miro Popic

Luis Troconis Vezga

Tesorera

Marianella Abadí Abilahoud

Secretario general

Gustavo Velásquez B.

Vocales

Rafael Arráiz Lucca

Ocarina Castillo D'Imperio

Otto Gómez Pernía

Rafael Ernesto López

Jorge Redmond

Vladimir Viloría

John Zubillaga

GUÍA TEÓRICA SOBRE COCINAS REGIONALES

© Rafael Cartay, 2024

Reservados todos los derechos

Dirección editorial

Ivanova Decán Gambús

Correctoras de Estilo

María del Carmen Paz y Marysela Morillo

Diagramadora

Marysela Morillo

Diseño de portada

Ira León


Hecho del Depósito de Ley
Depósito Legal: MI2024000570


Editado en la República Bolivariana de Venezuela



Final Av. Principal de Las Mercedes
Hotel Tamanaco, PB, Local 11
Urb. Las Mercedes
Caracas, Venezuela

www.academiavenezolanadegastronomia.org

 @academiavenezolanagastronomia

 @avdgastronomia

Esta es una edición de la Academia
Venezolana de Gastronomía ©
Caracas, octubre 2024

RAFAEL CARTAY

Economista, Universidad Central de Venezuela (1966). Maestrías en Economía Agrícola (México, 1968), y en Economía del Desarrollo Agropecuario (Costa Rica, 1969). Doctor Tercer Ciclo Ciencias Sociales, EPHE—Université de Paris I—Panthéon—Sorbonne (Francia, 1976). Profesor Titular Jubilado de la Universidad de los Andes (ULA), Venezuela. Profesor invitado y contratado de importantes universidades (Universidad Politécnica de Madrid, University of Texas at Austin -USA-, Université de Laval —Canadá-, Université de Toulouse Le Mirail —Francia- y otras universidades de América Latina). Actualmente Profesor contratado de la Universidad Técnica Manabí, Portoviejo, Ecuador. Asesor Académico del Instituto de Estudios Culinarios Laurus (Venezuela). Miembro Honorario de la Academia Venezolana de Gastronomía. Miembro Académico del Comité de Ciudad Creativa Gastronómica de Portoviejo, UNESCO. Entre sus principales premios destacan: *Fulbright Fellowship* (USA, 1984-1985), *Premio Nacional de Nutrición* (Venezuela, 1994), *Premio Gourmand World Cookbook Awards* (2006, 2013 y 2020), *Gran Tenedor de Oro* de la Academia Venezolana de Gastronomía (2011), *Primer Premio del Concurso de Ensayo Gastronómico* de la Academia Venezolana de Gastronomía (2012). Algunos de sus libros referidos a la gastronomía son: *Historia de la gastronomía del nuevo mundo* (Ediciones Futuro, Fundación Polar, 1992), *La tecnología culinaria doméstica en Venezuela* (Fundación Polar, 1994), *El sistema alimentario venezolano* (Fundación Polar, 1994), *El pan nuestro de cada día* (Fundación Bigott, 1995), *El escenario mundial agroalimentario* (Fundación Polar, 1996), *Diccionario de alimentación y gastronomía en Venezuela* (Fundación Polar, 1997), *La Hallaca* (Fundación Bigott, 2003), *El cultivo del plátano en Venezuela* (Fundación Polar, 2007), *Entre gustos y sabores. Costumbres gastronómicas de Venezuela* (Fundación Bigott, 2010), *La Mesa de la Meseta. Historia Gastronómica de Mérida* (Editorial Venezolana, 2014), *Anotaciones sobre gastronomía* (Fundación Bigott, 2014), *La despensa de la cocina afrovenezolana* (Fundación Bigott, 2018), *Historia y Semiología de la Alimentación en América Latina* (Generis Publishing, 2023) y otros.

