

El contenido de esta obra es una contribución del autor al repositorio digital de la Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, por tanto el autor tiene exclusiva responsabilidad sobre el mismo y no necesariamente refleja los puntos de vista de la UASB. Este trabajo se almacena bajo una licencia de distribución no exclusiva otorgada por el autor al repositorio, y con licencia Creative Commons – Reconocimiento de créditos-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 Internacional



Trayectorias de la alimentación andina y mesoamericana

Mónica Gioconda Izurieta Guevara
Sofía Tinajero Romero, edición

Quito, septiembre 2020

Trayectorias de la alimentación andina y mesoamericana

Por: *Mónica Izurieta Guevara*

Edición: *Sofía Tinajero Romero*

Spondylus, el boletín oficial de la Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador llega a su edición número 200, luego de 10 años de circulación quincenal.

En sus números, *Spondylus* refleja el intenso trabajo diario de la Universidad a través de sus áreas académicas y docentes.

Acoge a las voces de investigadores de distintos países, que dedican su trabajo a las ciencias humanas, administrativas, de la salud y el derecho, y que por ser referentes en sus áreas, han sido invitados a coloquios, congresos, seminarios o conferencias magistrales.

Asimismo, da cuenta de la participación de los docentes de la Universidad en espacios internacionales.

En esta ocasión, para celebrar las 200 ediciones de *Spondylus*, invitamos a un conversatorio especial dedicado a la historia de las cocinas de Ecuador y México, como una construcción cultural de sus pueblos.

Para ello, contamos con la presencia de Sara Bak Geller, profesora e investigadora en el Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM, y Julio Pazos Barrera, poeta, investigador de las cocinas del Ecuador y Premio Eugenio Espejo.

Tenemos a dos excelentes invitados, y estamos además entrelazados con México y Ecuador. Bienvenida, Sarah; bienvenido, Julio.

Vamos a hacer un recorrido de la alimentación en la Región Andina y Mesoamérica; centrándonos en la historia cocinas en México y Ecuador, buscando coincidencias y diferencias; aquello que nosotros podemos evocar ahora, desde un pasado hacia lo moderno, y que debe ser valorado y recordado.

Esta conversación servirá además para que nuevas generaciones tengan conexión con el pasado en cuanto a la alimentación, en sus formas, sus relaciones y logren, de cierta manera, reconocerse en ellas, y también ser leales a estas formas, a esta cocina de origen.

Vamos entonces a remontarnos a la alimentación en Mesoamérica y la Región Andina, en la época prehispánica. ¿Qué me pueden contar ustedes, Sarah y Julio, de las primeras y más importantes civilizaciones mesoamericanas y andinas? ¿Cómo era su alimentación, en sus formas de adopción y consumo de alimentos; su influencia en el poder y el gobierno y las relaciones con la naturaleza? Al día de hoy, ¿qué es lo que no podemos perder de vista?

Sarah Bak Geller:

Es una pregunta compleja, no sólo porque implica remontar hacia muchos siglos atrás; Mónica nos pregunta sobre la época precolonial. Es un reto ir tantos siglos atrás; estamos hablando de regiones también muy vastas.

De todas las preguntas que pusiste sobre la mesa, Mónica, retengo qué conservamos de aquellas sociedades, de aquellos saberes culinarios: en Mesoamérica, conservamos la parte instrumental, los utensilios. Lo que aquí llamamos el molcajete y metate aunque se usa cada vez menos, pero estas piedras de moler siguen siendo utensilios que están presentes en las cocinas, cada vez menos por supuesto pero que siguen siendo objetos familiares para los mexicanos.

Si nos ayudas a imaginar cómo era esta cocina prehispánica en Mesoamérica, tomando en cuenta las principales civilizaciones en estos territorios. ¿Cómo podríamos recrearlas? ¿Cómo eran en cuanto a la cocción y el consumo de alimentos en esas épocas?

Sarah Bak Geller:

Cocinas muy variadas. Tenemos algunas fuentes que nos hablan sobre estos platillos que se consumían hacia el siglo XVI; tenemos la obra de Sahagún, por supuesto, que relata, incluso da los nombres, de una variedad de tortillas de maíz impresionantes y que va a cambiar de nombre, si la tortilla está hecha además de maíz con otro producto, en la forma y la textura, y el grosor; según qué tan gruesa es la tortilla también recibe un nombre diferente. Había toda una variedad de tamales de tortillas impresionante que el día de hoy no conocemos más.

Debemos pensar también en una cocina muy variada en cuanto a ingredientes. Las sociedades mesoamericanas nos legaron grandes descubrimientos. Yo creo que son las aportaciones al mundo: por ejemplo, lo que fue el sistema de cultivo agroecológico de la milpa. Esta manera de cultivar diferentes plantas, en específico el maíz, el frijol, la calabaza y unos quelites, el chile, de manera que esta combinación de plantas enriquece el suelo y hace que las diferentes plantas crezcan mejor.

La nixtamalización no sólo tiene aportes nutritivos muy importantes. Debemos imaginar que la cocina mesoamericana le debe mucho a la nixtamalización, porque a diferencia de las cocinas europeas, donde el maíz se usa solamente a manera de harina -el maíz en grano seco y pulverizado-, en la nixtamalización el maíz se usa en masa húmeda. Y esto abre una gama de posibilidades enormes culinarias de poder hacer mucho más; es más versátil el uso del maíz cuando se usa la masa, y no sólo la harina.

Entonces, sí debemos pensar que tanto los descubrimientos que tienen que ver con la agricultura, con las técnicas, los instrumentos, la variedad de ingredientes, deviene un imaginario de cocinas complejas y variadas también, dependientes de la temporada.

Y estos instrumentos, ¿cuáles son? Porque ahora tenemos el microondas, el cuchillo, la tabla de picar y la licuadora. Pero, en ese entonces, ¿de qué instrumentos estamos hablando?

Sarah Bak Geller:

Mencionaba el molcajete para moler semillas. Es una piedra cóncava y adentro ese ponen los chiles o las semillas, y con el uso de otra piedra, se va moliendo. Es una especie de mortero, en realidad. Un mortero hecho de piedra volcánica.

El metate, que sirve para moler, es una piedra plana para moler cacao. Esto me parece que está presente también. Me gustaría saber, doctor Pazos, supongo que existen también los metates, quizá con otro nombre, en la Región Andina.

El comal para tostar chiles, semillas, y no sólo por el sabor sino porque se sabe que gracias al tostado también de ciertos granos, se podía extraer aceite, grasas, lo cual le da un sabor particular a las comidas, además de una función nutricional muy importante.

Doctor Pazos, en la Región Andina, hablando de la cocina prehispánica, ¿cómo nos imaginamos estas formas de preparar los alimentos? Primero de abastecerse de ellos y luego transformarlos. ¿Cómo fue?

Julio Pazos Barrera:

Lo primero, habría que mencionar que la herramienta para poder averiguar eso está en la arqueología. La arqueología nos ha descubierto yacimientos de ceramios y de objetos de piedra. Nos ayudan a ver cómo se comporta la cocina de muchos años atrás. Por decir, en el caso del Ecuador, 6 000 años antes de Cristo, ya parece que se procesó el maíz en la cultura Las Vegas, que queda en la provincia de Santa Elena. Se encontraron fitolitos de maíz, dicen los arqueólogos. Lo que da a pensar que la domesticación del maíz fue a lo largo de todo el continente; del Norte, del centro y del Sur. Las investigaciones se están haciendo todavía, en Perú, y se están encontrando novedades, tal como el caso del cacao de la Amazonía, por ejemplo. Plantas no domesticadas, pero que luego, al ir hacia el norte fueron ya domesticadas por las civilizaciones de América del Norte, especialmente de México y Centroamérica.

Entonces, esas piezas que descubre la arqueología ayudan a pensar, a deducir cómo se procesaban. Debo decir que igual que los objetos de piedra para moler -nosotros llamamos piedra de moler a esos objetos- y también con la cerámica, el caso del tiesto que decimos, que también fue mencionado, tienen un tratamiento. Pongo un ejemplo en Quito, de la cultura Cotacollao, aproximadamente 1500 años a. C. se encontró un rallador de barro con dientes de pescado, o probablemente de hueso.

¿Para qué servía el rallador?, piensa uno. Para rallar el maíz tierno y para rallar la yuca, probablemente. Eso dice que un alimento de tantos años atrás pudo haber sido la chicha que decimos y también la masa de maíz en formas diversas, cocinadas o tostadas, como tortillas. La palabra española *tortillas*; *tortilla pequeña*, *tortita pequeña*.

También a través de la investigación de los fitolitos, por ejemplo, se encontraron en Cotacollao, cerca de Quito, semillas de calabaza. Eso quiere decir que se consumían huesos de pato y huesos de algunos animales comestibles que se han encontrado. Todo esto pues es una gran batería de cocina, y se ve cultura por cultura. Es un abanico de culturas, y esas culturas difícilmente se pueden ordenar en el tiempo. Pero se han puesto etapas, años aproximadamente. No creo que sea tan definitivo.

Yo digo que cuando llegaron los incas, una cultura tan avanzada, llegaron al territorio que hoy llamamos Ecuador, trajeron los sistemas nuevos de moler el maíz. Tienen un molino de piedra; una gran medialuna de piedra sobre una piedra plana, que dos personas podían mover de un lado hacia otro.

¿Cómo se sacaba la harina más delgada, refinada? La sacaban poniéndola en un paño, en una tela y dos personas blandían la tela. Lo grueso iba a los lados, y lo fino iba al centro. Se recogía eso del centro, que es muy fino como una maicena. Y esto se sabe que era para gente principal, para los caciques. La gente en general comía el maíz molido, en forma más gruesa y hacía su pan, que acá le llamamos nosotros *humita*, en kichwa. Y en otras lenguas, *zambate*, *chumal*. Pero es este maíz envuelto con hoja y cocinado en agua. La que comemos hoy es sumamente sofisticada, porque la hacemos al vapor y con huevos de gallina y con mantequilla y con sabores y olores, en fin, de nuestra cocina.

Y una cosa final. La cocina en la región andina, especialmente lo que llamamos hoy Ecuador, se diferencia del resto por la llamada verticalidad. Por la configuración geográfica de altas montañas, las pequeñas hoyas o mesetas, aún ahora estamos en terrenos muy bajos y de clima muy caliente, la verticalidad hizo que las culturas intercambiaran productos y cosas, objetos. Por eso, en la Sierra se encuentran objetos elaborados en la Costa, del borde del mar. Y hasta se ha encontrado en el Oriente, en la Amazonía estos caracoles *spondylus*, que son propios exclusivamente de la costa de Manabí, que fueron hacia el Sur, y que fueron hacia Centroamérica también.

De manera que esa verticalidad es una característica del comportamiento culinario del remoto pasado, pero que también tiene una imagen hoy de nuestros platos. Prácticamente es muy difícil definir que sean de tal lugar, y solamente se hacen en ese lugar, porque se hacen en todo el país, y es por la proximidad. Entonces, se han generalizado, por decir, el ceviche, o el viche, las tortillas de papas están hoy en Sierra, Costa, Oriente; una especie de proximidad. Esa es la idea que he comentado y han comentado los arqueólogos.

¿Qué me puede decir, Sarah, de esta gran potencia simbólica reflejada en las formas y en la materialidad de esa cocina prehispánica? ¿Qué se puede resaltar de la subjetividad, de lo simbólico?

Sarah Bak Geller:

Hablando sobre esta dimensión simbólica de la comida prehispánica, podemos observarlo en dos momentos, desde dos perspectivas. Por una parte, en aquella época también existen diversas fuentes históricas que nos hablan de todo en los rituales que acompañaban, tanto prácticas agrícolas, como prácticas de consumo de alimentos, de ofrendas. Las referencias a estos son vastísimas.

Nada más por dar un ejemplo, se sabe que hay una coincidencia en la fecha de la celebración de quien era considerado Tezcatlipoca, la deidad a quien se le ofrecían cuerpos desollados, las pieles desolladas. Se sabe que en esta festividad, a los prisioneros cautivos se les retiraban las pieles, se les desollaban y se les ofrecían a Tezcatlipoca. De hecho, hay algunas representaciones en el Museo Nacional de Antropología, donde se ven estas estatuas, estos monolitos de piedra, y está Tezcatlipoca con pieles superpuestas, ajenas. Lo que es muy curioso es que para esa tradición también se celebraba

nixtamalizando maíz, porque hay una asociación entre el desollar prisioneros ofrecidos a Tezcatlipoca, con el desollar el maíz.

Finalmente, la nixtamalización lo que hace es este proceso de cocer durante mucho tiempo a una temperatura estable en agua alcalina con cal. Ahí se vierte el maíz, de modo que la pielecita del maíz, al fin de la cocción, se puede desprender más fácilmente, y con esto es mucho más maleable la masa. Además de que tiene otras otras ventajas para la digestión, para para quienes lo consumen.

Pero entonces es interesante ese tipo de simbolismos entre los rituales que tienen que ver con deidades, con incluso rituales políticos, con la organización política de las ciudades, en este caso aztecas y esta interpretación de la nixtamalización.

Existen diferentes momentos. El calendario azteca está lleno de estos rituales, fechas de conmemorar en las que siempre hay algún alimento específico que acompaña estas celebraciones.

Esto es por una parte. Pero yo creo que cuando hablamos del simbolismo de la comida prehispánica, también debemos pensar en tiempos más actuales; en el siglo XIX, la cocina azteca es recuperada como uno de los baluartes de la grandeza de la nación mexicana. Es interesante que para el caso mexicano, en este proceso de construcción de nación después de la Independencia de España, de la monarquía española y que empieza este proceso de construcción de un Estado independiente soberano, la cocina va a ser uno de los símbolos más importantes para mostrar esta nueva identidad nacional mexicana, diferente al resto de la monarquía española. Y por supuesto, lo que va a hacer diferente al país de las otras repúblicas latinoamericanas.

Y aquí el papel de la comida prehispánica es muy importante. No es coincidencia que en el siglo XIX, los eruditos, las élites intelectuales van a buscar, van a recuperar estas historias coloniales estas crónicas que habían quedado en el olvido, en el fondo de las bibliotecas privadas, de los conventos, y van a buscar los detalles de esta cocina compleja y tan rica y tan elaborada de las culturas prehispánicas. Entonces la cocina prehispánica, y en específico la cocina del centro de México -porque hay que también decir que es un país muy centralista- la cocina azteca va a ser uno de los símbolos de la riqueza y la grandeza de la cultura mexicana desde el siglo XIX, y hasta la fecha, en realidad, ese imaginario nacional en torno a la cocina azteca.

Doctor Pazos, si pensamos en la hoya de Guayllabamba y en estos espacios domésticos, donde se estaban preparando los alimentos, en las formas de estas ollas, en el fogón, en las pinturas que reflejaban símbolos, dibujos; las mismas formas de las hoyas. ¿Qué cree usted que estaban interpretando o significando en relación a lo social, a la naturaleza?

Julio Pazos Barrera:

En el período preinca, sobre todo la cerámica está hecha o imita los productos de la naturaleza. Eso quiere decir que hay un culto a la tierra – en kichwa es *pachamama*-; culto a la naturaleza. Que no diferencia del ser humano y la naturaleza, porque son objetos cotidianos de casa; las ollas tienen forma de zapallos. Las vasijas tienen forma de hoyas, de guanábanas, de frutas diversas. Toda esta relación del ser humano y el mundo natural. Especialmente se observa esto en las culturas de la Costa, y probablemente 1000 años a

partir de Cristo, esas culturas se desarrollaron. Entonces, sí pienso yo que esos objetos son simbólicos, si se trata de definir lo que es un símbolo.

Pero también se han visto esculturas con mazorcas de maíz en las manos. El sacerdote tiene en las manos mazorcas de maíz. El producto es muy especial. En la cultura inca se hacía una diferencia, ya que la gente gorda, obesa y que no servía para la guerra comía papa. En cambio, los que comían maíz eran los soldados del imperio, estas culturas de altura, los incas y los aymaras, etc. Comían maíz, especialmente.

Había diferencia social en el consumo de la chicha, que no era para todo el año, como dijeron los primeros cronistas españoles, que dijeron “viven embriagados todo el año”. Esa es una forma de desprestigiar. Solo un mes al año se podía beber chicha fermentada, *chicha de jora* o *azua*. Esa chicha era una chicha especial para la gente importante y para las mujeres entregadas al Sol. Y para la mayor parte de la población. Son formas de diferenciación social. También tenían los incas un cocinero a la manera de las cortes europeas, que solo hacía la cocina para los incas. Esto está en el libro muy interesante sobre cocina inca que escribió la historiadora peruana Rosario Olivas Weston.

Estos simbolismos que han quedado, como remanentes, se puede pensar que mucha gente, en general atribuye a los alimentos ciertas virtudes. Por ejemplo, a todo lo que tiene que ver el cacao, el chocolate, son alimentos cálidos, se recomienda para las personas que se enferman de frío, es decir, tienen resfríos o reumatismos: tome chocolate. Y de otros alimentos dicen que no es apropiado para tal o cual persona. Por ejemplo, leía yo en alguna crónica que en la hoya de Guayllabamba, el ají no era permitido para jóvenes señoritas que todavía no se habían convertido en mujeres. Era prohibido. Solamente después de ese cambio, podían comer ají ¡Qué significado, qué simbolismo hay entre ese consumo y la vida humana!

Los incas movieron gente por miles de kilómetros, si quiera 70 000 individuos, que eran los conquistadores, y uno se pregunta con qué proteínas subsistieron. Y es que vivieron con el cuy. Se les daba cuy a la brasa o a la forma cusqueña, que es con piedras calientes dentro del cuy, una especie de carne no muy cocinada. Era maíz, mote pelado -llamamos nosotros al nixtamalizado, es el mote pelado-. Mote seco y con agua y cuy asado. Esto comían. Se les prohibía que coman ciertos alimentos, por ejemplos melloco, que en Perú creo que dicen *olluco*. Se dice que era afrodisiáco, que era prohibido que los soldados coman melloco. Y había castigos, y se les aplicaba un tratamiento a aquellos que habían comido eso, para evitar que los incas -como todo conquistador, se siente superior- se mezcle con la población nativa. Nuestra diferencia, digamos, en el caso de Ecuador, nuestra idea de la antigüedad de nuestro país es muy diferente a la de México, porque no tuvimos la revolución mexicana.

Hay una gran imitación de la cultura francesa y de ciertas normas españolas que se mantuvieron. El caso es que el afrancesamiento de nuestra cocina proviene del siglo XIX. Hay un recetario que encontré en una referencia de finales del siglo XVIII. Es un recetario francés, lo que quiere decir que esa familia fue muy adinerada, en la provincia de Chimborazo: en 1736, esa familia hablaba francés y tenía el recetario de cocina francesa. Esa es una cosa muy exclusiva.

La milicia española nos mata a Atahualpa y a Cuauhtémoc. Se desmoronan el Imperio Inca y el Imperio Azteca. Estamos en el siglo XV. Durante estos tiempos

sombríos de colonización, que se extienden hasta 300 años, ¿qué pasó con la agricultura, los mercados y las cocinas? ¿Qué muere, qué resiste, qué se transforma y prevalece?

Julio Pazos Barrera:

Yo pienso que en el caso de la conquista española, como todo conquistador, el sentido era desprestigiar. Mucho se ha hablado por qué ocurrió eso, con tanta gente que tenían esos imperios, y con tan pocos españoles que llegaron.

Algunos hablan de que las culturas eran mesiánicas, y esperaban que lleguen sus dioses por el mar. Y eso es lo que pasó tanto en México, en Yucatán, y en el Sur, en el Perú.

Los españoles degradaban lo que encontraban. Por ejemplo, no les gustó la sal gema, la sal de las minas. Decían que solo hay que comer sal del mar, y privilegiaron esta sal del mar secada al sol y sin yodo -o sea, un daño terrible- porque la sal gema de mina sí tiene yodo.

Los cultivos se hacían en terrazas. Era una forma muy interesante para el riego, para el agua. Los incas tenían el sistema de terrazas. Pues ahora solo han quedado restos. También de las costas eran una formas llamadas albarradas para conservar el agua para las épocas de poca lluvia o sequía. De modo que no comían los conquistadores, les parecía que los alimentos que encontraban no eran buenos. No se parecían al aceite de oliva ni se parecía a la harina de trigo, que es lo que ellos valoraban. Ellos, poco a poco, debieron aceptar los productos latinoamericanos, que a la postre cambiaron el mundo.

Dotora Bak Geller, ¿Cómo se desarrollaron los *tianguis* en esta época de la Colonia? ¿Cómo eran estos movimientos de los alimentos en estas disputas y tensiones entre conquistadores y conquistados?

Sarah Bak Geller:

Lo que mencioné sobre el *tianguis* es uno de los aspectos que ha tenido más continuidad en este país. Para el *tianguis*, que viene de la palabra náhuatl, que significa mercado, tenemos descripciones del siglo XVI, de Bernardo Díaz del Castillo, que es uno de los soldados que llega con Hernán Cortés a México-Tenochtitlan. Y dedica muchas páginas de su crónica a describir este *tianguis*, este mercado de Tlatelolco, con el cual se fascina. Está impactado este español del siglo XVI que llega a México-Tenochtitlan, y descubre no sólo el tamaño, la variedad de productos, de platillos ya confeccionados que también se venden en el *tianguis*. Pero además está la organización, la manera de estructurar y organizar los diferentes comercios y diferentes especialidades dentro del *tianguis*.

Entonces, el *tianguis* sigue siendo una forma de comercio muy vigente en México, hasta el día de hoy. Pero ¿qué otras cosas cambiaron? Yo creo que lo importante de esta pregunta que fórmulas, es que nos hace pensar en la fuerza, en la resistencia de la cultura alimentaria mesoamericana, que ha sobrevivido a pesar de tres siglos de colonización, y lo que significó esto: una guerra y un desprestigio contra el maíz, por ejemplo. Buffon, este científico renombrado al que se le puede llamar el padre de la botánica en Francia, en el siglo XVIII escribió muchísimo sobre la mala calidad y lo inferiores que eran los productos alimenticios en América, comparados con los del Viejo Mundo.

Entonces, si desde la ciencia se atacaba a los alimentos americanos, desde las plumas más eruditas europeas criticaban la calidad de los alimentos americanos, y no solo los alimentos, sino los cuerpos mismos de los indios por ser estas personas que ingieren alimentos considerados inferiores y que hacen degenerar -como decían ellos- a la especie humana. A pesar de todos estos prejuicios y teorías científicas escritas desde Europa contra los alimentos americanos, siguen siendo la dieta base de nuestros países de Centroamérica y de México.

Entonces, eso me parece que es impresionante: la resistencia, la vitalidad, la importancia que tienen los alimentos en México, incluso durante esos tres siglos de colonización. Por ejemplo, hubieron muchas políticas en los siglos XVIII y XIX para sustituir la tortilla de maíz por pan de trigo, considerado pues un alimento mucho más civilizado, porque el trigo tenía una connotación europea, una connotación cristiana, junto con el aceite de oliva, el vino, estos alimentos muy asociados a la liturgia católica.

Y finalmente somos países que consumimos mucha más tortilla -por lo menos en México- que pan. Lo que sí cambió -y hay estudios sobre ello- es que con la llegada de los españoles se introduce el sistema agrícola del monocultivo. Con los españoles llegó el interés de cultivar los terrenos con sobretodo trigo; con un solo cereal.

Y esto significó que la mano de obra indígena tenía que dedicarse a cultivar este cereal. Y, por lo tanto, muchas de las prácticas de recolección fueron abandonadas. Sabemos que para el centro de México, muchos de los alimentos procedían no sólo de la milpa, de la agricultura, pero también de la recolección, tanto en monte como en las lagunas, en los lagos. El centro de México era un territorio con muchos lagos y lagunas. Estos alimentos se fueron perdiendo. Ya en el siglo XIX, muchos de estos alimentos que se recolectaban en los lagos y de los cuales Bernal Díaz del Castillo, por ejemplo, o Sahagún mencionan, ya los mexicanos del siglo XIX no los conocen.

Entonces, eso es un gran cambio también para el sistema alimentario de los mexicanos; en la introducción del monocultivo que hace que la recolección se vuelva secundaria; muchas de las prácticas y de los productos que se podían consumir, pues fueron dejados en el olvido.

Y además de estas prácticas, en las cocinas, justamente en estos espacios familiares y toda su instrumentación hay cambios. Las vajillas que traían los conquistadores versus nuestras ollas trípode, por ejemplo. O las piedras de moler. Supongo que hay algunas tensiones y transformaciones. Además de estos choques de lo cortesano en las mesas...

Sarah Bak Geller:

Sí, aunque yo creo que sí puso mucho más el modelo local mesoamericano. En las crónicas de los siglos XVI, XVII se habla, por ejemplo, de cómo confeccionar ciertos platillos muy españoles, muy europeos con productos americanos. O sea, muy pronto hay esta búsqueda de emplear lo que existe en el territorio.

Julio Pazos Barrera:

Hay platos que son además el resultado de la mezcla. Por ejemplo, en el caso de Ecuador tenemos las famosas tortillas de papa, que en kichwa se llama *llapingachos*. La misma palabra *llapina* que es aplastar, y *gacha* que es una bola de harina de trigo en los romanos.

Acá es de papa. *LLapingachos*, una tortilla de papa. Deliciosa, le llaman también plato ambateño.

Pero eso indica que lentamente, el conquistador fue adoptando los productos y adaptándolos a sus prácticas, como ha dicho la doctora. De hecho, los sistemas de cocinar: no se usaba el cocinar al vapor; se desconocía esa técnica. Todo se cocinaba con agua y también se secaba al sol. Seguramente, ha quedado la práctica de secar al sol la carne, y otras formas de enterrar el alimento en cenizas: camote o papa se mete en la ceniza y se aza de esa manera. Son formas tradicionales de la cocina del incario.

Pero luego eso ha ido desapareciendo poco a poco y no practicamos eso, y son las técnicas europeas las que se impusieron. Por ejemplo, freír; los incas desconocían esta idea de freír en grasa. La forma de consumir era asar a la brasa, el cuy se asaba a la brasa. Y lo relativo al tianguéz, que decimos acá, es palabra que nos trajeron los españoles, en el libro de cabildos de Quito, los primeros españoles que hacían las actas dicen “en el tianguéz”, al mercado en la plaza de San Francisco, en el Centro.

El tianguéz era una explanada en la que las comunidades en la zona de la hoya intercambiaban sus productos. Pero se ve que hubo una geometría, una organización de los productos en ese espacio. La hemos conservado hasta hoy, especialmente en lugares pequeños, en cantones, en provincias. La plaza tiene una organización; el mercado que uno dice: la fila de las carnes; la fila de las harianas; la fila de las frutas; la fila de las verduras; y así sucesivamente, que se conserva hoy.

No sé si lo europeos o los españoles tenían ese sistema de ofrecer los productos. Porque acá no había venta; era intercambio. Los incas pusieron un sistema de control en los tambos. En los tambos había grandes hilos para guardar fréjol, para guardar papa, para guardar maíz, etc. De esos hilos se repartía a la población. No se comía carne todo el tiempo; solo cuando el representante del Inca disponía que había que cazar. Toda la comunidad iba a la caza de venados, por ejemplo, cerca de Quito. Tal cantidad de venado había que se comían los sembrados de maíz. Entonces, los dirigentes incas habían dispuesto la caza y se comía la carne.

No se comía azúcar. Los españoles introdujeron la caña de azúcar. El dulce que ellos conocían, en kichwa es *mishqui*, que significa dulce. Era el dulce de las frutas o del maguey que se sacaba, como en México que es muy generalizado eso. Pero no más. Y sal se comía muy poca, porque ya he dicho que traían del mar, o las minas de sal, que en este territorio nuestro, casi 2000 kilómetros de extensión del Norte al Sur, solo había dos minas de sal: una en la provincia de Bolívar, que llamamos hoy; y otra en Mira. Entonces, era un objeto de lujo la sal; no se usaba. Por tanto, no había seguramente hipertensión arterial, ni diabetes, supongo.

Fueron los españoles que fueron introduciendo popo a poco, tanto así que las monjas - algunas pocas españolas que llegaron a estas tierras y terminaron en los conventos cuando se quedaban viudas- cocinaban los dulces famosos, y de ahí de los conventos irradió a todo el territorio. Yo he visto eso en el Perú, y también he revisado los libros de postres de Chile y es el mismo proceso. Sale de los conventos y se va a todos los lados. No por monjas que se hayan ranclado, sino las empleadas de las monjitas que cuando eran viejitas las mandaban fuera, y entonces llevaban dulces.

Gente pudiente, los criollos compraban los dulces en los monasterios. Dulces que nos han quedado tienen ese origen, y son de corte español. Nosotros decimos espumilla a un dulce que ellos dicen bienmesabe. Pero es la espumilla.

Ahora estamos por inicios del siglo XVIII, y parece que las cocinas, los recetarios, los espacios están en un momento de ebullición. ¿Qué tienen estas cocinas de sabor independentista, de sabor a gritos de libertad? ¿Qué hay Sarah en lo que tú has encontrado en tus investigaciones, por ejemplo, de los recetarios en esta época de la independencia?

Sarah Bak Geller:

Pues para el caso mexicano es *El cocinero mexicano*, el primer recetario publicado, impreso en México, en 1831. La Independencia se concluye en México con la toma de la Ciudad de México por el Ejército Trigarante en 1821.

Estamos hablando de que este recetario mexicano es publicado muy poco después de la Independencia; la primera Constitución de la República Mexicana es en 1824. Entonces, si tenemos en cuenta estas fechas, hay que pensar que el recetario *El cocinero mexicano* es uno de los primeros libros que aparece impreso en el México independiente.

Y esto tiene una importancia trascendental; este recetario nacional es el primer símbolo en realidad de la identidad mexicana. Para 1831 no hay todavía un himno nacional. Eso va a componerse en 1854. No existe un museo todavía que relate la historia nacional; no existe una obra, un libro de historia nacional que haga el recuento desde tiempos prehispánicos hasta entonces. La bandera mexicana va a estar cambiando cada tantos años. O sea, todavía no hay un símbolo patrio definido.

Entonces, el libro de cocina es uno de los primeros símbolos de identidad nacional. Y eso se puede ver además en el interior; no sólo por el nombre *El cocinero mexicano*, sino también por el tipo de recetas y de textos que acompañan estas recetas. Yo siempre digo que este libro es algo más que un compendio de fórmulas para cocinar sabroso y darle consejos a las amas de casa. Es prácticamente un manifiesto político.

¿En qué texto se puede ver eso?

Sarah Bak Geller:

En el apartado sobre productos de maíz, el editor Mariano Galván va a hacer todo un elogio del maíz; va a hacer un elogio del frijol. Va a decir que si los europeos no les gusta el frijol es porque en sus tierras crece muy mal y sabe muy feo; pobres europeos que no conocen el buen frijol. O por ejemplo, va a ser todo un elogio al pulque, a esta bebida que ya mencionaba el doctor Pazos sobre estos métodos de extraer el aguamiel y fermentarlo del maguey. El pulque -lo que conocemos como pulque en México- va a decir Galván, salvó la vida de muchos europeos que lo despreciaban. Va a hacer el elogio al chile. Va a decir, bueno lástima que los europeos no lo quieran comer, pero el chile es de lo más sabroso que existe en el mundo.

Vamos a ver esta reivindicación de los ingredientes americanos, y en específico mexicanos, porque también el interés de Galván es demarcarse de las otras excolonias españolas. Entonces va a decir, bueno quizá los frijoles crecen en otras partes de América,

pero los más sabrosos son los mexicanos. Es decir, realmente es un documento nacionalista pero muy precoz. Estamos hablando -insisto- muy pocos años después de que se promulgue la Constitución de México. Yo creo que es el primer símbolo nacional en México.

Y acá, por Ecuador, se ofrecen comidas al libertador Simón Bolívar, en Cuenca y en Quito, doctor Pazos. Además, de paso sea dicho, se comparten mesas románticas con nuestra libertadora Manuelita Sáenz, coronel también, luchadora independentista de nuestro Quito. Son datos que recoge en uno de los capítulos de su libro *El sabor de la memoria*, doctor Pazos.

Julio Pazos Barrera:

Sí, pero antes quiero mencionar un libro publicado en Minerva, en Italia, en 1771, de un jesuita de la expulsión, que se llama Mario Cicala. El libro está escrito para europeos que no conocen los productos americanos. Los describe, tanto vegetales como animales cárnicos, y también describe cómo se hacen. Son recetas muy generales, pero describe cómo se procesa tal producto. Por decir, cómo se hacen los diversos platos con la papa. Este me parece un antecedente importante que anuncia -la misma expulsión de los jesuitas anunciaba independencia, luego de 40 ó 50 años se iba a producir la independencia-.

No tenemos en nuestra bibliografía algo que plantee cómo se vio la independencia a través de las cocinas. Tanto que yo he observado que las comidas que le dieron a Bolívar son comidas de la cocina española, todavía. El puchero, olla española también le llamaban; hicieron puchero en Cuenca, hicieron puchero en Quito. No hicieron otra cosa.

En Cuenca aparece el mote en ese ofrecimiento. Y más bien lo que sí aparecen son las bebidas. Vino francés, vino champaña y vino *bordeaux*. Era imposible pensar cuando el dominio español todavía, que ya se podía importar vino francés.

El primer recetario, hemos tenido oportunidad de ver, y el Municipio de Quito publicó, se llama *El manual de la cocinera*, de Juan Pablo Sanz, un arquitecto que se dedicó y recogió las recetas y las publicó en un libro en la década de 1850. Fecha que yo había puesto en ese libro es 1882, pero está equivocada. Hubo un historiador que aclaró que es 1850. Lleva este prólogo de un historiador, y lleva la explicación de las recetas de mi hijo Santiago Pazos, que es chef, cocinero, e ingeniero en empresas gastronómicas.

El libro dice “a la vista del manual francés”. Eso quiere decir que el manual francés desde los años de la Independencia – Ecuador se forma en 1830, pero la Independencia ocurrió en 1822, el período de lo que llamamos La Gran Colombia-, y luego la formación de este país en 1830. Y quiere decir que ya ese manual francés -que ya encontramos de qué manual se trata- que se publicaba en español y para diversos países de América, y se ve cómo recomienda el señor Juan Pablo Sanz, que deben ser los servicios de cocina. Claro, a la forma francesa y de la aristocracia francesa. Eran cuatro servicios, cosa impensable acá. Tal vez en una sola casa, porque la gente en general no tenía esas posibilidades.

Pero de allí vienen las recetas, y muchas formas o productos que provienen de la cocina europea, pero que también tienen que utilizar los productos del medio. Lo cual estaría indicando que se está formando una nueva cocina. Como somos un pueblo nuevo -he dicho yo a todos, desde México hasta la Patagonia, somos un pueblo nuevo- debíamos tener una cocina nueva, y eso es lo que ha ocurrido. Porque a parte de toda la influencia

extranjera tan novelera, que solamente llega a muy poca gente, la gran parte de la cocina nuestra es de tradición, y más con el ejemplo de México que tenemos, porque es el país que más se ha caracterizado por defender su tradición. Se sienten muy orgullosos de su tradición. Claro, les ocurrió la revolución mexicana y la Constitución que salió de ahí indica la antigüedad de esa cultura. Lo que no nos ocurrió a nosotros. Los padres de nuestra República estaban siempre con la mente en Francia.

Nuestra Universidad Andina Simón Bolívar hace un homenaje todos los meses de julio a nuestro Libertador. Lleva su nombre en recuerdo de este emblemático personaje. Además también tiene el edificio Manuela Sáenz. Hay una anécdota sobre estos encuentros, estas cenas en Quito y Cuenca que se ofrecieron al Libertador Simón Bolívar.

Julio Pazos Barrera:

Lo que encontré, lo digo porque me ocurrió, son documentos donde están las listas de los productos que se compraron. En Quito pertenece el documento a la historiadora Tamara Estupiñán; un antepasado de ella fue subalterno de Bolívar, y en la familia han conservado ese documento. En Cuenca, se conserva el documento en un museo.

El documento de Quito tiene ese origen y el de Cuenca de un informe que dio la madre superiora Del Carmen Asunción, de los gastos hechos. El informe dio un año más tarde. Por qué se demoró tanto, no sé. Porque se rompieron, se desaparecieron vasos, copas, en fin que eran tan caros, y la monjita tuvo que ver cómo resolver el problema. En todo caso, están las listas: qué cosas se compraron, las cantidades y el costo. Una cosa muy simpática.

Se sabe que Bolívar no comía mucho; no era amigo de grandes comilonas. Comía poco como estuvo un tiempo en España, y sobre todo su viaje por Francia, Italia y Austria ya tuvo la influencia de esa culinaria. También de apreciación de la música; él asistió en esas cortes al desarrollo del vals.

Ya sabían los gustos que él tenía. No exigía enormes cantidades de comida, sino algo como un poco más refinado. Pero no han quedado documentos que yo pueda dar, ojalá se encuentren, cómo fueron las comidas. Yo veo que había comida del año 1822, si quiera para mil personas. Ha de haber sido en algún convento nuestro, en alguna hacienda, porque en una casa no era posible preparar una comida así tan grande. Sin embargo, se ve por las cantidades de todo lo que compraban.

La herencia de la Independencia cambió las costumbres pero con cierta orientación a lo francés. Solo a finales del siglo XIX, se evidencia la presencia de los ingleses. Se ve en los escritores en la segunda mitad y más tarde, los últimos 25 años, se ve la presencia de la cocina. Y algunos de los escritores, por ejemplo Juan León Mera se burla de la cocina inglesa, no la tolera.

Y al final del siglo ya entró Italia con todos los fideos. Y hubo una fábrica en Guayaquil. Esto ya es con la apertura del Canal de Panamá. Durante el siglo XIX, el primer diplomático español acreditado en Quito encomendó a España cosas que debían traer para vender en Quito. Eran artefactos de metal: molinos de café, platos enlozados, ollas de metal. Con el Canal de Panamá ya todo cambió, porque todas las cosas venían de Nueva

York; cocinas de leña traídas de Nueva York. Los juegos de ollas grandes, medianas, traídas de Nueva York.

Qué decir de la alimentación moderna. ¿Hoy las cocinas son creación humana o más de empresas y capitales? Afrontamos epidemias, encarnamos las dietas industriales y en los campos se nos mueren suelos y la vida en el agua de los ríos y océanos por la producción y desecho de empaques de alimentos, entre otros tóxicos: pesticidas en los campos y enfermedades de productores y consumidores.

Estaríamos hablando de un resucitar de nuestra alimentación de origen o ¿qué hacer, qué transformaciones deberíamos evocar ahora después de esta magnífica conversación, situándonos en la alimentación al día de hoy?

Sarah Bak Geller:

Pues sin duda, Mónica, yo creo que acabas de dar en el clavo. Es el gran reto en nuestros países. Qué hacer con nuestros sistemas alimentarios. Supongo que el caso mexicano es similar al de sus países, del uso de agroquímicos, las semillas transgénicas.

Cada vez la mayor variedad, el acceso, la penetración de los mercados de la agroindustria hasta el último pueblo más recóndito. El abaratamiento de la comida chatarra. Todo esto está transformando; los ritmos de vida moderna, la interrupción, la transmisión de los saberes culinarios entre generaciones. Todo esto tiene un impacto en los sistemas alimentarios.

Pero creo que también hay que ver el aspecto tan resiliente de los campesinos mexicanos que siguen cultivando sus maíces criollos; que siguen conservando sus semillas; que se organizan ferias de intercambio de semillas; que se organizan en asociaciones, en organizaciones que demandan derechos, demandan territorio; luchan por la recuperación de territorios de los que han sido despojados.

Yo creo que es una situación crítica, pero creo que también permite ver el apego de las personas hacia sus alimentos, hacia sus semillas. La conciencia también que tienen sectores de la población, de sus derechos por tener una mejor alimentación; derecho por tener tierra: por heredar ese territorio, no sólo como espacio para producir, pero también como lugar de arraigo, de identidad a sus hijos, a sus nietos. Hay también mucho interés entre mujeres de hacer recetarios locales, de que se organicen talleres para que las recetas no mueran y que se transmitan estos platillos muy tradicionales locales.

Es decir, creo que Latinoamérica también es un lugar para observar esa vitalidad, ese apego, esa resistencia, esa lucha de la gente por conservar y también revitalizar tierras y semillas y culturas culinarias. Y yo les aplaudo, a todos esos movimientos yo les aplaudo.

Les aplaudimos muy fuerte. Doctor Pazos

Julio Pazos Barrera:

Yo quería solo anotar que en la Constitución de 2008 de Ecuador, hay un articulado que tiene que ver con la seguridad alimentaria. Es el primer caso en las constituciones, por lo menos en América del Sur, que esté presente ese articulado. Mas yo creo que con el paso de los años, desde el 2008 hasta el presente, muchos actores intervienen y se discute en torno a esto. Es precisamente la defensa de los productos y que el Ecuador no admite los

transgénicos. Alguien muy próximo me decía, sí esto se declara por ley, no hay transgénicos en Ecuador, pero que en verdad sí hay, que sí han entrado subrepticamente.

Pero la idea es la defensa de las variedades nativas, como ha dicho la doctora. Que no nos ocurra como en México, que ya no se encuentran variedades nativas de maíz, cómo escuché a un experto mexicano que vino. Acá tuvimos mucho eso en la Costa de Ecuador, el maíz amarillo que se llama, o de pollo, que se introdujo desde los Estados Unidos, y que acabó con las variedades nativas. En el caso de los Andes, todavía se conservan variedades nativas de maíz, por ejemplo.

Me parece que debe ser una discusión muy clara de quienes hacen las leyes, porque el futuro de las generaciones está en eso. De qué se van a alimentar en el futuro. Cómo lo van a hacer, porque hay muchos problemas planteados. Por los materiales que se utilizan, aún desde las fundas que se utilizan para meter los alimentos: los alimentos enfundados, los que ponen en tarros, pero cómo hacer el *slow food* que dicen. Yo creo que debe ser una discusión muy seria de quienes hacen las leyes y quienes tienen el poder.

Y también la discusión y acción desde las universidades. En ese sentido, en la Universidad Andina Simón Bolívar, en algunas de sus Áreas Académicas y también desde el Programa Andina EcoSaludable, se encuentra en permanente actividad de docencia investigación y acción en territorios, junto a organizaciones agroecológicas.

Hay un sistema de abastecimiento de productos agroecológicos, tanto en el comedor, como en ferias, que no es solamente un acceso al campo, o un proceso de circulación directa, sino que también significa una reivindicación a la mujer en el campo, a las familias campesinas de hombres y mujeres; al alimento sano, bioseguro, y a esa historia de la que hemos hablado el día de hoy.

Por ejemplo, nos llegan a la Universidad harinas, la jícama, que ya no la saben preparar algunos chefs. Y entramos en procesos de transformación para revitalizar procesos que nos son propios y que son sanos además.

Y ojalá luego podamos involucrar a los más jóvenes que están inmersos, son nativos digitales, que es en este espacio digital donde más se ha extraviado esta historia.

Gracias a estas luces que nos han dado hoy la doctora Sara Bak Geller, de México, de la Universidad Nacional Autónoma de México UNAM, y el doctor Julio Pazos, querido profesor que nos ha enseñado con sus libros, nos ha remontado a aquellos espacios que ahora están cubiertos de cemento, pero que alguna vez fueron centros de adopción y consumo de alimentos en sentido armónico con la naturaleza y con el otro y la otra.

La Universidad Andina y *Spondylus* les agradece su presencia.

Perfil de nuestros invitados

Sara Bak Geller Corona es profesora e investigadora en el Instituto de Investigaciones antropológicas de la UNAM, miembro del sistema nacional de investigadores. Doctora

en Historia por la Escuela de Estudios Superiores en Ciencias Sociales de París, Francia. Exalumna de la Escuela normal superior en París, y de la Universidad de Hong Kong.

Sus líneas de investigación se centran en la dimensión política de las prácticas alimentarias y las formas de representación de la comida en sus contextos de colonialismo y de creación de la nación en México y América Latina. Sus trabajos sobre cocina, cultura y poder abarcan diferentes temas, como son: alimentación, cuerpo y raza en América Latina, los recetarios y las identidades nacionales, lenguajes alimentarios, y construcción de ciudadanías. Así como procesos de patrimonialización de las cocinas indígenas en Mesoamérica.

Forma parte del grupo mexicano de antropología de la alimentación y es miembro oficiado del laboratorio Patrimonio local del Museo Nacional de Historia Natural en Francia. Es coeditora del libro Patrimonios alimentarios, consensos y tensiones, y autora de Habitar una cocina. Bienvenida, Sarah.

Julio Pazos Barrera. Nacido en Baños de Agua Santa, es uno de los poetas más importantes del Ecuador. Además de su fructífera poesía que recorre paisajes, escenas cotidianas, reflexiones, amor e historia, Julio Pazos ha sido un incansable investigador de las cocinas tradicionales del Ecuador y la región. También ha dedicado su obra a la crítica literaria y la apreciación del arte.

En 2008, publicó *El sabor de la memoria*, libro que recoge la historia de la cocina del Ecuador; sus recetas, utensilios, ingredientes, todos como elementos de la construcción cultural e histórica del país.

Julio Pazos ha recibido las distinciones Juan León Mera y Juan Montalvo del Municipio de Ambato; la Condecoración Aurelio Espinosa Pólit, del Municipio Metropolitano de Quito; la condecoración Benjamín Carrión de la Casa de la Cultura Ecuatoriana Núcleo Tungurahua; la condecoración al Mérito Cívico del Gobierno Provincial de Tungurahua.

En 1982, recibió el Premio Casa de las Américas, en Cuba; y en 2010, mereció el Premio Nacional Eugenio Espejo, otorgado por el Estado Ecuatoriano.

Dedicó varios años a la docencia universitaria, principalmente en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Actualmente, es Miembro de Número de la Academia Ecuatoriana de la Lengua. Algunos de sus poemas han sido traducidos al inglés, francés, portugués y hebreo.