



1er. CONGRESO PARLAMENTO VIRTUAL DEL FOLKLORE DE AMÉRICA - 2020.

Organizado por COFFAR – Consejo del Folklore de Argentina y COFPAR – Consejo del Folklore de Paraguay en el marco de actividades que lleva a cabo el COFAM – Consejo del Folklore de América para la revalorización del Patrimonio Cultural Americano.

Octubre de 2020

Jornadas Virtuales – República Argentina

Título ponencia

“El Patrimonio Culinario y la Herencia Cultural”

Grupo conformado por investigadores de AProdeMus

Autores: María Carolina Baratero¹; María Susana Martínez²; Ester Lucía Camarasa³ y Carlos Alberto Molinari⁴

¹ Nacionalidad: argentina. Productora agropecuaria. Localidad: Irigoyen. Fecha de nacimiento: 26/ 6 / 1963. Estudios secundarios completos Colegio “San Miguel Arcángel” Modalidad: Bachiller. 1980. Rosario. Estudios universitarios incompletos “Licenciatura en Comunicación Social”. Escuela de Comunicación Social. UNR.1981-1983. Rosario. Curso de Posgrado Turismo Rural UBA 2011. Promotora Pro Huerta Inta y Turismo Rural Inta. Presidente Comisión de Cultura Irigoyen.

² Nació en Mar del Plata. Es Museóloga graduada en el Instituto Formación Docente y Técnica N°8, La Plata y Licenciada en Museología y Repositorios Culturales y Naturales, graduada en la Universidad Nacional de Avellaneda. Con una Formación académica complementaria como_Maestra Normal Superior expedido por Instituto Formación Docente N°10, Tandil; Profesora Especializada en Nivel Preescolar expedido por Universidad del centro de la Provincia de Buenos Aires, Tandil; Docente Especializado en Jardín Maternal expedido por Instituto Formación Docente N°19, Mar del Plata.

Desde el año 1986 al 1º/02/2020 trabajó en el Sistema Educativo Municipal de General Pueyrredón desempeñando cargos del escalafón docente en diferentes niveles de enseñanza. En la actualidad está jubilada de su actividad docente. Desarrolla cursos relativos a la formación profesional museológica y de cultura general. Realiza prácticas museológicas en el Museo Municipal de Arte Juan Carlos Castagnino de la ciudad de Mar del Plata.

Es miembro de AProdeMus (Asociación Profesionales de Museología).

³ Nació en Arocena provincia de Santa Fe, el 17 de octubre de 1960. Cursó sus estudios primarios y secundarios en su localidad natal. En el Instituto Superior Técnico y Docente N° 8 de la ciudad de La Plata se graduó como Museóloga y Archivera y Guía de Turismo local en San Nicolás.

Se inicia en la docencia en 1994 desempeñándose por Orden Técnico otorgado por la Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires como Investigadora Museológica de los Cementerios Museos a Cielo Abierto. Es Profesora en el Instituto Superior de Formación Técnica N° 178, en la Carrera de Técnico Superior en Turismo a cargo de la cátedra de Patrimonio Turístico de Europa, África, Asia y Oceanía.

Expuso en diversos Encuentros, Jornadas y Congresos sobre Cementerios, Patrimonio y Educación, tanto en Argentina como en países Latinoamericanos.

Tema: “El Patrimonio Culinario y la Herencia Cultural”

Resumen

Este tema de investigación surge a raíz de las recetas que realizaban las abuelas inmigrantes y es en Establecimiento San José de Pueblo Irigoyen donde se comienza a trabajar esta temática. Este histórico lugar que fue poblado por la convocatoria realizada por Don Bernardo de Irigoyen cuando visitaba las provincias argentinas por orden del general Justo José de Urquiza convocando para la firma de un acuerdo: el Acuerdo de San Nicolás, base para la Constitución Nacional Argentina.

Es por todo esto que el **Patrimonio Culinario** es patrimonio cultural dado que a través de él tanto las técnicas de cultivo de los vegetales como con la cría de diversos animales se puede estudiar parte de la historia de las comunidades. Gran parte de una cultura europea se fusionó con las costumbres nativas.

Los inmigrantes buscaron las zonas aptas para su asentamiento, en especial las zonas rurales, con la finalidad de obtener su pequeño predio.

Este fenómeno se dio en diversas provincias de la Argentina con **fértiles tierras**, esto facilitó el asentamiento de agricultores inmigrantes quienes comenzaron a instalarse desde mediados del siglo XIX aproximadamente, según las referencias existentes. Por su acción tesonera los campesinos, la mayoría de ellos pudo poseer su pequeño predio.

Fue así que la población rural experimentara una multiplicación provechosa de sus actividades, entre ellas la labranza de tierras, las huertas y la cría de ganado, coincidiendo con el cultivo como lo realizaban en su tierra natal.

Primeramente se ensayo la adaptación de plantas que traían de su patria y así fueron labrando y sembrando estas nuevas tierras.

Hoy se trabaja esta temática para este congreso desde un enfoque patrimonial, **folclórico** y pedagógico sumando además, la **cocina nativa**.

Palabras clave: Patrimonio Culinario, fértiles tierras, folclórico, cocina nativa.

Es miembro de AProdeMus (Asociación Profesionales de Museología⁴), formando parte de la Comisión Directiva a partir de 2019. Ha sido designada Co Presidente de la Red Argentina de Valoración y Gestión Patrimonial de Cementerios desde el año 2014. Es miembro de la red Iberoamericana de Valoración y Gestión de Cementerios Patrimoniales.

Organizó el Primer Encuentro Santafecino de Pueblos Rurales Patrimoniales realizado en Pueblo Irigoyen ex Colonia Vercelli Irigoyen (2019).

⁴ Nace en la ciudad de La Plata el 15 de noviembre de 1963. Es Profesor en Historia de Artes Visuales, Museólogo, Cocinero, repostero, Auxiliar de Protocolo y ceremonial.

Cuenta con 27 años de experiencia docente. Ha realizado diversos cursos y seminarios a los que asistió: Curso Practico cocina y repostería Escuela de Educación técnica N° 9, Formación Profesional Hotelería Instituto Profesional San Pablo 100hs, formación Gastronomía, especialización practico en buffet frio, Instituto Profesional San Pablo carga horaria 150hs. Formación Profesional Auxiliar en Protocolo y ceremonial, Instituto Profesional San Pablo carga horaria 100hs. Formación Profesional Gastronomía Instituto Profesional San Pablo carga horaria 150hs. Higiene alimentaria y manipulación de alimentos nivel 1, Subsecretaria de Planificación de la salud carga horaria 20hs cátedras. Curso de mermeladas y conservas, Instituto Profesional San Pablo. Otros antecedentes de interés: Dicta clases de producción de conservas dulces y saladas, cocina, en el CEA N° 28, a demás de dictar curso de educación Artística, Historia del Arte en niveles secundarios, terciarios y universitarios.

Los años de docencia en diferentes niveles de la educación pública, le han permitido, generar un buen desempeño a nivel pedagógico, como en el desarrollo de los contenidos de las diferentes materias por las dictadas generando un vinculo con sus alumnos.

Introducción

Existe mucho material sobre patrimonio cultural, natural, histórico, arquitectónico, oral, entre otros, sin embargo poco se dice sobre el Patrimonio Culinario. Si bien degustar un alimento es un Patrimonio Tangible está directamente influenciado por el Patrimonio Intangible a través de lo heredado de nuestros antepasados: el Patrimonio Oral.

El patrimonio culinario es un elemento de comunicación cultural, y en ello se manifiestan tanto las tradiciones propiamente culturales como las idiosincrasias naturales de un lugar. La cocina y la gastronomía implican una indisoluble relación entre la vida rural y el sector de los servicios.

Aquí se comparte no sólo la historia de esos alimentos y sus características, sino que también se transmiten las más ricas, curiosas y tradicionales recetas, esas que realizaban los inmigrantes cuando llegaron para hacer La América.

Valor cultural otorgado por el ser humano a los platos y productos típicos, arte culinario de un lugar, a través del cual se generan emociones o sentimientos mediante su consumo o evocación. Supone una expresión creativa propia de cada región, estrechamente ligada a su historia y condicionada por su geografía, su suelo y su clima, así como la calidad del agua, los cuales afectarán a las materias primas procedentes tanto de la agricultura como de la ganadería. Su fundamento se encuentra en la tradición y en continuo crecimiento, dado que evoluciona con la propia sociedad y se adapta. El valor nutricional, por otra parte, es un elemento que no se suele tener en cuenta al valorar una muestra de Patrimonio Culinario. La UNESCO reconoce a los patrimonios tradicionales de la dieta mediterránea, como patrimonio cultural inmaterial de la humanidad⁵.

Este patrimonio es un elemento de comunicación cultural, contiene saberes heredados de nuestros ancestros que han sido atesorados en los hogares argentinos pasando de madres a hijas; da cuenta de la identidad y de la diversidad. De acuerdo al sitio del que provenían serán los ingredientes utilizados guardando en ellos sus costumbres.

Muchas recetas disfrutadas hoy en familia, ponen en valor las identidades y las prácticas culinarias para que estas no se esfumen en el tiempo. En este caso la cocina mediterránea es el disparador para un trabajo de investigación grupal.

Por todo lo expresado el patrimonio culinario es patrimonio cultural dado que a través de él se estudian las costumbres, las raíces y la herencia de los pueblos.

Marco teórico

Este trabajo de investigación se inició en el marco de lo pautado en las declaratorias de la UNESCO. Con la firma de la Convención en 2003, proporciona a las comunidades un sentimiento de identidad y de continuidad: favorece la creatividad y el bienestar social, contribuye a la gestión del entorno natural y social y genera ingresos; su objetivo es la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, queda en claro tanto el valor de las expresiones y las prácticas culturales como así también el Patrimonio Culinario a partir del año 2010. Se entiende por Patrimonio Cultural Inmaterial:

“Los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas – junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que les son inherentes- que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural. ... Este Patrimonio Cultural Inmaterial, que se transmite de

⁵ <https://diccionariodegastronomia.com/word/patrimonio-gastronomico/>

generación en generación, es recreado constantemente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad, y contribuyendo así a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana, se tendrá en cuenta únicamente el Patrimonio Cultural Inmaterial que sea compatible con los instrumentos internacionales de derechos humanos existentes y con los imperativos de respeto mutuo entre comunidades, grupos e individuos y de desarrollo sostenible”⁶.

Y por Patrimonio Culinario:

“El patrimonio culinario de un país, región o localidad comprende la adición secuencial y estratificación de elementos que secularmente lo han ido conformando”⁷.

A través del Patrimonio Culinario se encuentran contemplados numerosos saberes tanto tradicionales como autóctonos, están integrados, o se pueden integrar, en las políticas sanitarias, la educación o la gestión de los recursos naturales.

Objetivos

- Retomar las recetas de la cocina de los antepasados y a través de ellas profundizar la historia y las costumbres culinarias.
- Difundir una etapa de la historia a través de la alimentación.
- Relevar datos significativos sobre algunos cultivos y carnes que se conservaban y consumían en aquella época en que vinieron los inmigrantes a hacer “La América.

Entonces surge la pregunta ¿Qué es el Patrimonio Cultural Inmaterial?

El “patrimonio cultural” se ha transformado en las últimas décadas, esto se debe en gran parte a los instrumentos elaborados por la UNESCO. Este patrimonio comprende las tradiciones o expresiones vivas heredadas de los antepasados y transmitidas a sus descendientes, tales como: tradiciones orales, artes del espectáculo, usos sociales, conocimientos y prácticas relativos a la naturaleza y el universo, y saberes y técnicas vinculados a la artesanía tradicional

El patrimonio cultural inmaterial está caracterizado por su fragilidad, considerado un importante factor del mantenimiento de la diversidad cultural frente a la creciente globalización.

La comprensión del patrimonio cultural inmaterial en su íntima relación con el aspecto culinario de diferentes comunidades contribuye al diálogo entre culturas y promueve el respeto hacia otros modos de vida.

La importancia del patrimonio cultural inmaterial está conformada por el acervo de conocimientos y técnicas que se transmiten de madres a hijas.

El patrimonio cultural inmaterial es⁸:

⁶ UNESCO. “Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial 2003” Artículo 2: Definiciones. Disponible en:

http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=17716&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html

7

“Tradicional, contemporáneo y viviente a un mismo tiempo: el patrimonio cultural inmaterial no solo incluye tradiciones heredadas del pasado, sino también usos rurales y urbanos contemporáneos característicos de diversos grupos culturales.

***Integrador:** podemos compartir expresiones del patrimonio cultural inmaterial que son parecidas a las de otros. Tanto si son de la aldea vecina como si provienen de una ciudad en las antípodas o han sido adaptadas por pueblos que han emigrado a otra región, todas forman parte del patrimonio cultural inmaterial: se han transmitido de generación en generación, han evolucionado en respuesta a su entorno y contribuyen a infundirnos un sentimiento de identidad y continuidad, creando un vínculo entre el pasado y el futuro a través del presente. El patrimonio cultural inmaterial no se presta a preguntas sobre la pertenencia de un determinado uso a una cultura, sino que contribuye a la cohesión social fomentando un sentimiento de identidad y responsabilidad que ayuda a los individuos a sentirse miembros de una o varias comunidades y de la sociedad en general.*

***Representativo:** el patrimonio cultural inmaterial no se valora simplemente como un bien cultural, a título comparativo, por su exclusividad o valor excepcional. Florece en las comunidades y depende de aquéllos cuyos conocimientos de las tradiciones, técnicas y costumbres se transmiten al resto de la comunidad, de generación en generación, o a otras comunidades.*

***Basado en la comunidad:** el patrimonio cultural inmaterial sólo puede serlo si es reconocido como tal por las comunidades, grupos o individuos que lo crean, mantienen y transmiten. Sin este reconocimiento, nadie puede decidir por ellos que una expresión o un uso determinado forma parte de su patrimonio”.*

Patrimonio más herencia cultural: identidad

Es común hablar de patrimonio y de un conjunto de bienes que una persona adquiere por herencia familiar; en este caso la herencia son las recetas, los procedimientos, los ingredientes, las costumbres heredadas: la identidad.

Las comidas son parte de la historia de las familias, son un modelo cultural que incluye actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos antiguos, técnicas culinarias, costumbres y modos ancestrales⁹.

Las recetas de cocina, en su mayoría son no sólo las que se realizan con los frutos de la tierra en las que cultivaban, sino también con todo aquello que debían reciclar y es así como el pan oreado, los quesos, los frutos secos y los hongos entre otros conformaron los sabores de la época.

Degustar los sabores de las comidas de cada región es una forma de conocer la historia, las raíces y la herencia cultural. Cada pueblo tiene sus costumbres y su comida, va

⁸ <https://ich.unesco.org/es/que-es-el-patrimonio-inmaterial-00003>

⁹ UNESCO: patrimonio gastronómico

conformando así su propia idiosincrasia. La comida compartida hace que las personas se trasladen a otros tiempos y a otros sitios desde los sabores del paladar. ¿A quién no le sucede que al degustar una comida que preparaba su abuela o su mamá cuando era niño se siente transportado a su niñez y sus recuerdos?

Hoy la idea es compartir las recetas que viajaron desde Piamonte italiano y que llegaron a Colonia Vercelli, de Balagué que llegaron a San Eugenio y a San Fabián.

La cocina está directamente relacionada con el patrimonio heredado y la evolución cultural en cada espacio geográfico argentino. Comenzó con la llegada de los inmigrantes provenientes de diversos lugares. Ellos plasmaron las tradiciones propias de su tierra natal en la arquitectura, en el trabajo y en la mesa diaria que reunía a la familia.

Algunas veces se identifica a los italianos con las pizzas y las pastas, pero los italianos del norte consumen sobre todo arroz. Esto se debe a que en Piamonte es uno de los cultivos principales por las características de su suelo.

La comida mediterránea *“involucra a varios países: Grecia, Chipre, Croacia, Italia, Portugal Marruecos y España. Es considerada como la opción más saludable y cuya frecuencia prolonga la vida¹⁰”*.

Establecimiento San José en Irigoyen, Provincia de Santa Fe es un lugar donde se degustan comidas típicas y sus platos han sido reconocidos como arte presentando sus platos en plena naturaleza irigoyense, *“toda una tradición de la cultura italiana¹¹”* heredada de Vercelli y va más allá del aceite de oliva, los quesos y los mariscos, entre otros. Lo que se trabaja son las costumbres heredadas, los procedimientos, los ingredientes y como se comparten en familia.

Estas *“Tradiciones orales, músicas, danzas, rituales, saberes o técnicas vinculados a la artesanía tradicional son otras prácticas consideradas bienes inmateriales, ya que constituyen legados culturales, expresiones vivas y conocimientos heredados de los antepasados¹²”*.

Las recetas surgen a partir de alimentos tales como el pan oreado y con los elementos que se contaba en aquella época. Luego de hacer el pan casero, pasados un par de días el pan estaba en muy buenas condiciones pero con cierta dureza, pero si se lo remoja cambia su textura y al condimentarlo se convierte en un bocado muy rico: Las Marimollas para los catalanes, Pan Dorado para los verselieses. Ni qué hablar de la crema catalana, otro clásico que se extendió por toda España.

Es común hablar de patrimonio y de un conjunto de bienes que una persona adquiere por herencia familiar; en este caso la herencia son las recetas, los procedimientos, los ingredientes, los condimentos, entre otros.

Degustar los sabores de las comidas de cada región en una forma de conocer su historia, sus raíces y su herencia cultural. Cada pueblo tiene sus costumbres y su comida va conformando así su propia idiosincrasia. La comida compartida hace que las personas se trasladen a otros tiempos y a otros sitios desde los sabores del paladar. ¿A quién no le sucede que al degustar una comida que preparaba su abuela o su mamá cuando era niño se siente transportado a su niñez y sus recuerdos?

Hoy la idea es compartir las recetas del Piamonte italiano que llegaron a Colonia Vercelli; de Balagué que llegaron a San Eugenio y a San Fabián; de Lijar, Almería a

¹⁰ <https://www.cocinadelirante.com/tips/gastronomia-patrimonio-de-la-humanidad-unesco>

¹¹ Diario: El País, 2017, *“Otras 12 comidas que son Patrimonio Inmaterial de la Humanidad”*.

¹² Idem anterior.

Tandil; tras llegaron a La Plata y todas forman parte de la identidad cultural de los argentinos. Algunas recetas familiares se fueron recopilando a través de datos que aportaron integrantes de las familias, otras para sorpresa de sus descendientes fueron encontradas escritas y así se procede a reconstruir parte del legado de aquellos inmigrantes.

Por todo lo expresado se puede decir que muchos de estos platos han hecho un largo viaje hasta que llegaron a la mesa. No es justamente el país de donde provienen nuestros antepasados sino que pasaron previamente por otras culturas, hicieron un gran recorrido y fue en ese recorrido que se les fueron incorporando ingredientes. Ahora solamente se van a presentar platos con historia desde un enfoque museológico y con sus recetas que forman parte de la herencia cultural e identidad.

El Patrimonio Culinario está presente en la mesa de cada argentino y eso obliga a compartir estos secretos heredados de las abuelas. Este impresionante patrimonio en muchos casos se ha fusionado con la cocina nativa y surgen exquisitos platos que serán presentados a través de una investigación posterior.

“El Patrimonio Culinario es un elemento de comunicación cultural, y en ello se manifiestan tanto las manifestaciones propiamente culturales como las idiosincrasias naturales de un lugar. La cocina y la gastronomía implican una indisoluble relación entre la vida rural y el sector de los servicios. Así, gastronomía desarrollo local y también desarrollo turístico¹³”.

Los platos son un conjunto de costumbres otorgadas a través de la historia que los acompaña. Esos sabores de antaño que rememoran recuerdos, emociones y sentimientos.

Las comidas además poseen ese toque de sabores otorgado por las abuelas, los transmitieron tal como los recibieron de sus antepasados. Esa es la puesta en valor que se quiere realizar a través de este trabajo conjunto que recién comienza.

Esta investigación tiene como objetivo compartir historias de los platos típicos de cada familia, recuperarlos y compartirlos mediante el turismo rural donde se ofrecerán estos sabores característicos traídos por quienes vinieron a este bello país.

La cocina de Verselli en Irigoyen y su herencia cultural¹⁴

Con el nombre de Colonia Vercelli - Irigoyen se fundó en Agosto de 1881, en Provincia de Santa Fé, Argentina, un poblado a cinco leguas al sur de Coronda, en el campo de un visionario: el Dr. Bernardo de Irigoyen, ubicado en el centro del departamento San Jerónimo de la provincia de Santa Fe, a los 32° 09` de latitud y 61° de longitud.

Se constituía la fundación con aproximadamente 160 personas naturales de Italia, siendo muchos de ellos oriundos de Vercelli, Piamonte, Italia, nombre que se diluyó en el tiempo, quedando definitivamente el de Irigoyen. En su población gran porcentaje de los inmigrantes fueron piamonteses y más tarde se sumaron españoles y criollos.

Esta población se encuentra a 100 Km de la ciudad de Rosario y a 85 km de la ciudad de Santa Fe, está en una zona de llanura con tierras fértiles aptas para la agricultura y la ganadería que son las principales actividades de la región.

¹³ Francesc Fusté-Forné. “Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario”. Disponible en: researchexperiencetourism@gmail.com

¹⁴ María Carolina Baratero. Irigoyen (Ex Colonia Vercelli-Irigoyen). Provincia de Santa Fe.

Si se hace un seguimiento histórico, la cocina ha evolucionado en todas partes del mundo, pero...en las distintas colonias de inmigrantes quedaron impregnados los sabores de la patria natal.

Hay que tener en cuenta que una misma comida puede tener distintos ingredientes, ni hablar de los nombres otorgados en cada dialecto propio de cada zona. Las preparaciones de algunos platos típicos de una región pasan a otra modificando tanto su fonética como su escritura. Han pasado de familia en familia y de país en país hasta que llegaron a estas colonias.



Algunas recetas para compartir

Croquetas de Ortiga

Ingredientes

5 o 6 ramas de ortiga,
2 huevos,
Harina de trigo o de maíz
Aceite para freír

Preparación

Pasar las ramitas de ortiga por agua hirviendo. Escurrir y mezclar con los dos huevos ya batidos y condimentados. Agregar harina hasta formar una pasta no muy espesa. Tomar la mezcla con una cuchara y colocarla en el aceite calentado previamente.

Arroz con leche con caramelo

3 tazas de leche,
1 taza de agua,
1 taza de arroz,
4 cucharadas de azúcar,

Esencia de vainilla, cascaritas de naranja/ limón.

Para el caramelo

3 cucharadas de azúcar

Preparación

Se lleva a hervir la leche, el agua y el azúcar, se agrega el arroz y se cocina a fuego muy suave hasta que tenga consistencia cremosa. Retirar y dejar reposar.

Se coloca el azúcar en una ollita sobre fuego mínimo, sin revolver, hasta que se disuelva y tome color castaño claro. Si se pasa de punto resulta amargo.

Se baña el arroz con el caramelo. Puede servirse tibio o frío.

La cocina en el Rio de la Plata¹⁵

Según Ulrico Schmidel cronista de la expedición de Pedro de Mendoza, los indios querandíes, eran nómades y vivían de la caza y de la pesca, llevaban diariamente al Fortín de Mendoza un insuficiente tributo de carne y pescado. Hasta que se crearon situaciones hostiles, en donde el fuerte fue sitiado, por el tormento del hambre el autor relata que debieron comer ratas y ratones e incluso los correajes y los cueros de los zapatos. En intentos desesperados por conseguir auxilio el capitán Juan de Ayolas había establecido relaciones con los tambúes o los chanás quienes les proveyeron abundante maíz y pescado.

Luego de abandonada la región, se remontaron subiendo el Rio de la Plata a lugares más prósperos y seguros, en 1580 Juan de Garay funda la ciudad de Buenos Aires, al llegar a la llanura bonaerense los sorprendió la existencia de una gran cantidad de tropillas de potros chúcaros, descendientes de los caballos y yeguas abandonados con la despoblación del anterior establecimiento. En 1587 el Adelantado Juan Torres de Vera y Aragón, introduce el ganado vacuno, según una carta de Irala se desprende habíase traído también entonces una serie de cerdos, aunque parece increíble que hayan hecho cría y no hayan sido comidos durante la gran penuria, Alvar Núñez importó caballos y asnos, Entre 1542 y 1550 entraron, con los conquistadores del norte, caballos, ovejas, cabras, cerdos y vacas. Poblada por inmigrantes libres, con una escasa presencia de grupos indígenas, su economía se basaba en la producción ganadera orientada a la exportación de cueros y desde el siglo XVII.

Los Diaguitas, Omahuacas, Apatamas, Ocloyas, Tonocotes, Lules y Juríes, al noroeste Argentino lo llamaban Tucumán o Tucma, que abarcaba las actuales provincias de Jujuy, Salta, Tucumán, Santiago del Estero, Catamarca, La Rioja, parte de San Juan y el norte de Córdoba. Preparaban su alimento a base de carnes de caza, pescado y cultivos (fundamentalmente maíz).

Preparaciones Antiguas

La “Chuchoca” (locro con maíz tostado y carne de cabrito); el “Alcuco”, era una preparación a base de trigo pelado y molido, y luego hervido en agua salada con zapallo, cebolla, cabrito o charqui, tomando la consistencia de una sopa espesa; el “Chancao” (maíz machacado sancochado en grasa de llama u oveja con ají), éste era un plato muy consumido por los Coyas pobres. En el ámbito central cuyano abundaban los guanacos, vizcachas,

¹⁵ Carlos Alberto Molinari. La Plata. Provincia de Buenos Aires.

liebres y armadillos, estos últimos, cocidos dentro de su propio caparazón; la “chichaca” (pimientos, tomates y zapallos secados al sol).

El ámbito del noroeste influenciado por la cultura Guaraní contaba con platos con tatú, venados, corzuelas y coatíes. Con vegetales como la mandioca, las judías, el maní y las batatas. Los Jesuitas integran el arroz y el trigo. El “Quibebe” es una preparación muy sabrosa hecha a base de zapallo y queso criollo. En el ámbito pampeano, (las recetas de cocina están fuertemente influenciadas por la cocina de Europa. La comida argentina surge como una fusión, entre platos españoles, con el aporte de ingredientes empleados por los indígenas, el empleo de la carne, en forma asada, pavo relleno, además de vizcachas, gallaretas, perdices y la comida de olla como son los guisos, locro, pucheros, olla podrida.



Así europeos como americanos, que, fiados en su robustez, almuerzan, meriendan y cenan jamones, chorizos y morcillas, cochinitos rellenos, cebollas y ajíes curtidos en vinagre, alcaparras y alcaparrones y todo género de marisco que encuentran en las playas. Un trozo de ternera, pierna de carnero, pavo o gallina, bien lardeados, con bastantes ajos y algunas frutas y queso. En este marco cambiante y diverso la alimentación de los porteños suele ser caracterizada por su informalidad, por el escaso apego a los modales y por su simplicidad casi rústica: abundancia de carne y escasez de tenedores. La imagen que se suele transmitir acerca de las prácticas de alimentación es bastante estática y homogénea, el mate parece ser el símbolo que resume la fluidez y la familiaridad de las relaciones entre las personas y el cambio social explicado como el producto de una influencia externa. Según relata Mac Cann en su libro: “Viaje a caballo por las provincias argentinas en el capítulo en la zona de los toldos en un rancho fue hospedado por un negro y una mulata los cuales les sirvieron para la cena un asado de cordero y un puchero de vaca que fue tomado con unas cucharas muy prácticas de hasta de cuerno, si bien los anfitriones prepararon de buen gusto

la cenas. La cultura afro-argentina, se originó desde la llegada de los africanos a nuestro país, es una mezcla de cultura, costumbres, tradiciones, etc. Entre África y Argentina. Llevando a la creación de una historia en común... que a la vez conforman la identidad de las personas y un grupo. El mondongo más típico de Argentina y Uruguay suele ser un guiso realizado con el cuajar de una vaca (menos frecuentemente con el "libro" o librillo). Esta parte del estómago rumiante se lava bien, se fracciona en dados y se pone a hervir dentro de una olla o cacerola en abundante agua hasta que quede "a punto", es decir masticable, aunque en lo posible sin reblandecimiento. El tipo de guiso más común acompaña al cuajar con los siguientes ingredientes: arroz descascarado, papas cortadas en cubos de mediano tamaño, rodajas de cebollas, dientes de ajo y tomates.

Empanadas

Cada región tiene su empanada, estas llegaron a América de la mano de los españoles en el siglo XVI y con el tiempo se integraron a la concina criolla de diferentes regiones, con los ingredientes característicos de cada zona, así las típicas de Jujuy llevan arvejas en su relleno de carne, luego se le puede colocar carne de charqui o acompañar con ají (picante) y otros como el queso. Las empanadas salteñas son las más apreciadas, utilizan papa en el relleno que se suma a la carne cocida con pimentón, la masa se hace con grasa de cerdo y va al horno. las tucumanas son un poco más saladas llevan matambre y grasa de pella se cocinan al horno, la masa de las santiagueñas se hacen con salmuera, son más picantes, la carne es nalga y se utiliza huevo duro, Las empanadas sanjuaninas, la masa lleva vino blanco, además de huevo y el relleno, carne picada de dos clases, morrón, tomate y los infaltables huevo duro y aceitunas van al horno. Empanadas mendocinas la masa lleva huevo y leche, el relleno es clásico carne picada condimentada con pimentón huevo duro y aceitunas descarozadas. Empanadas dulces realizadas con vino dulce para el relleno y una masa que requiere azúcar impalpable, son las tradicionales de dulce de membrillo y cayote.

Historia del dulce de leche¹⁶

En Argentina, se encuentra en el Museo Histórico Nacional un documento que fecha la invención del dulce de leche hacia 1829 en instancias en que estaban por reunirse para firmar el Pacto de Cañuelas Juan Manuel de Rosas y su enemigo político (y primo hermano) Juan Lavalle en la estancia del primero en el Partido de Cañuelas, en las afueras de Buenos Aires. Lavalle fue el primero en llegar y, fatigado, se recostó sobre el catre de Rosas y se quedó dormido. La criada de Rosas, mientras hervía leche con azúcar (preparación conocida en esa época como lechada) para acompañar el mate de la tarde, se encontró con Lavalle durmiendo sobre el catre de su patrón. Ella lo consideró una insolencia y fue a dar aviso a los guardias. Poco tiempo más tarde arribó Rosas, que no se enfadó con Lavalle y pidió a la criada el mate con leche, quien recordó en ese momento que había dejado la leche con azúcar al fuego durante un largo tiempo. Al regresar a buscar la lechada, la criada se encontró con una sustancia espesa y de un color similar al marrón. Su sabor agradó a Rosas y se cuenta que compartió el dulce con Lavalle mientras discutían los puntos del pacto.

¹⁶ Comercio y Justicia. *Castelli, Sergio y Leiva, María Constanza* “. Más argentino que el dulce de leche”. Disponible en: <https://comercioyjusticia.info/opinion/mas-argentino-que-el-dulce-de-leche/>

Revuelto Gramajo

En la primera campaña al desierto, a Gramajo le gustaba desayunar todos los días mezclando huevos fritos, papas fritas, trocitos de jamón y de cebolla. En 2001, Derek Foster la publicó su libro "El gaucho gourmet", en el que, si bien recoge la historia de Félix Luna, también expone otra muy diferente. Miguel Brascó dice: un joven playboy argentino de la década del treinta, llamado Arturo Gramajo, solía pasar gran parte de su tiempo en París colaborando a la economía nocturna parisina con sobrado entusiasmo. Sus horarios contradecían la lógica normal de cualquier ciudadano, fuera o no argentino. Se acostaba cuando el sol se levantaba y se levantaba cuando el sol se ponía.

La influencia de la cocina francesa

Inmigrantes franceses, al principio comenzaron reproduciendo sus platos en las colonias y luego fueron mestizando su cocina con la criolla, huevos poché, salsa bechamel y la masa de hojaldre pasaron a integrar parte del recetario casero, a partir de fines del siglo XIX, un lugar especial en lo referente consideración social. De hecho, se la consideraba la más importante del mundo e influyo notablemente en los hábitos alimentarios argentinos.

La influencia de la cocina italiana

Ellos trajeron no sólo platos y recetas, sino hábitos sociales vinculados con el comer -como las pastas familiares de cada domingo, impusieron el culto al aperitivo (léase *tomarse un vermut o un fernet*)- y convirtieron a Buenos Aires en el tercer centro consumidor de pizza en el planeta. El primero, por supuesto, es Italia; el segundo, la ciudad de Nueva York, y luego se ubica la Reina del Plata. El primer gran asentamiento de la cocina italiana en el país tuvo lugar en la ciudad Capital, en el barrio de La Boca. Desde allí se desparramó por todo el territorio nacional una lista interminable de ingredientes: las pastas en toda su gama de posibilidades desde los argentinos tallarines hasta los ñoquis, los ravioles y los canelones-, la pizza, la fainá, las Milanesas, los helados, los *risottos*, la preparación de pescados y mariscos, el consumo de frutas secas, la salsa de tomates en todas sus variedades, el pesto, la afición por el aceite de oliva y las aceitunas, casi toda la fiambrería actual antes llegaban jamones y embutidos españoles, pero eran de consumo limitado, el gusto por los quesos y la difusión masiva del vino, por sólo mencionar algunas de las ingesta más habituales de estas latitudes. Después de los italianos, la mesa de los argentinos cambió. El bife y el asado siguieron estando en el centro de esta sociedad carnívora, pero las pastas y las pizzas no se quedaron atrás.

El Patrimonio culinario y la herencia cultural de la familia¹⁷

A veces es el paso de los años lo que hace valorar las experiencias de vida, así de a poco se arma un rompecabezas personal con las vivencias, experiencias y los recuerdos guardados en los sentidos. Todo eso es parte del patrimonio intangible que a su vez se complementa con piezas de los otros, así va tomando forma, a veces inacabada volviéndose sorprendente a través de los días, la atenta escucha y observación.

Si hubiera sabido que era la última vez que me iba a sentar arriba del viejo baúl mientras la abuela María hacía las migas sobre la inmensa sartén al fuego de la cocina a leña hubiera quedado más tiempo....para comer con ella una cebollita más al rescoldo

¹⁷ María Susana Martínez. Mar del Plata. Provincia de Buenos Aires.

(brasas) mientras le ayudaba a alimentar la leñera y quedaron trucas muchas cosas más. Pasaron muchos años desde aquel 1978...la abuela y el abuelo ya hace mucho que no están... pero sí quedó su historia para compartir con ustedes....

Y todo el desafío comienza en 1937 para los abuelos oriundos de Lijar, Almería, tan jóvenes, Antonio y María Martínez Sánchez con pasaporte de emergencia en el Barco Campana con rumbo a la Argentina pues en España había comenzado la Guerra Civil Española y el abuelo era Argentino pudo pedir repatriación (que por esas cosas del destino los bisabuelos españoles estaban trabajando esclavizados en minas de Brasil, lograron escaparse de sus grilletos y llegaron a Rosario de Lerma Salta, Argentina donde nació el Abuelo para luego regresar a su España natal, pero esa es otra historia). Los abuelos María y José viajaron más de un mes en el barco Campana de bandera Argentina su hijo José (de 3 años) José mí y sus hermanos Antonio (de 4 años) y Miguel (que nació en el barco).

Estuvieron muy poco tiempo en Buenos Aires para decidir en pocos días, puesto que unos paisanos de Lijar ya se habían afincado allí antes, que su vida sería la ciudad de Tandil -fundada por el Gral. Martín Rodríguez en 1823 quien la describió así en una carta que da cuenta de su empresa «*Campos hermosos, extendidos y quebrados, pastos fuertes y abundantes, aguadas de un gusto exquisito, permanentes por todas partes, lugares privilegiados para todo ramo de agricultura y fruto; sitios aparentes para establecer pueblos defendidos de los vientos más incómodos, y poca costa...*». Tal vez hayan sido estas palabras vueltas sensaciones las que en el espíritu de agricultores de los abuelos los llevó a afincarse en un terreno al lado del Arroyo de Azul de la ciudad de Tandil, Provincia de Buenos Aires, donde hicieron huerta con tantísima variedad de hortalizas y legumbres, la misma los abasteció para consumo y fuente de ingresos familiar. Luego incorporaron gallineros que los proveían de huevos, pollos y gallinas. Plantaron frutales que brindaron sus aromas, sombra y dulces frutos.

Los abuelos buscaron para sus hijos lo mejor para su educación y alimentación dentro de los que conocían. Por eso la abuela los hacía comer deliciosas ensaladas de berro que crecía al costado del arroyo, habas y guisados con arvejas, estas dos últimas las cuales José aborreció de grande por haber comido tantas de chiquito, arroz con porotos, garbanzos, polenta con estofados con animales y aves que ellos mismos cazaban (libres, perdices, etc.) pucheros de trigo con patitas de cerdo, hinojo, papas, pucheros de gallina...

Por aquellas épocas era considerada una falta de respeto levantarse de la mesa antes de terminar de comer (no en el caso de las migas, que se comían de la sartén).

Los postres y confituras no eran abundantes ni cotidianos, pero sí naturales y calóricos para soportar los fríos del Valle de Tandil: zapallo en almíbar, dulces de higos, de tomates y ciruelas, sémola con leche y azúcar quemada¹⁸, leche frita, torrijas.

Todas esas preparaciones de los abuelos fueron pasando de José y Susana, enriquecidas algunos y originales otras, quienes las replicaron y, además, incorporaron desde las manos de mamá el amasado en sus diferentes variantes (fideos, raviolos, tortas fritas, pasteles, empanadas) hasta comidas que con la leche fresca (yogures, manteca, postres con maicena y cascara de naranja) que traían puesteros desde sus campos. Se creció saboreando todas estas delicias a tres cuerdas de las Sierras de Tandil junto a José Nicolás y Juan Miguel.

La esencia familiar nunca cambio, como la costumbre del abuelo de “hacer la quinta” en un terreno al lado de la casa que el mismo había construido. Y los gallineros,

¹⁸ En Barcelona: crema catalana.

tres, a falta de uno según la condición de las aves. Y se seguía comiendo sano, delicioso, variado, abundante... Todo lo que se cosechaba se consumía en la familia, el pequeño excedente se vendía pesado en la balanza romana o se regalaba a los vecinos.

Los domingos que no almorzábamos que no se almorzaba con los abuelos, Susana (la madre de la familia) y sus dotes culinarias naturales agasajaba con deliciosos ravioles de acelga de la quinta y seso, pucheros de gallina con chorizos y morcillas, escabeches de liebre, perdices y pescados, bacalao frito, hasta compotas y dulces variadísimos, castañas en almíbar, aceitunas en salmuera, estas últimas especialidades de José (el padre de la familia).

A veces, se tenían domingos en familia en casa de la abuela María y el abuelo Antonio con sabores tan deliciosos como únicos... La comida la preparaba la abuela en la cocina a leña ubicada un galponcito pequeño con una ventana, mosquitero, vista al patio con limonero y a la bomba de sapo. El almuerzo –siempre abundante– dispuesto sobre la enorme mesa cuadrada de madera con mantel de hule, en la cocina, el corazón de la casa de los inmigrantes que solo conocieron el trabajo esforzado sin ningún descanso ni premio más que el comer algo gratificante un día la semana con la gran familia. Y las preparaciones variaban según las estaciones del año; en otoño e invierno (y época de caza), se disfrutaba de la sartén enorme de migas con pollo, chorizo, morcilla, perdices fritas acompañadas por remojón humeante en la cual todos comían del mismo utensilio con la cuchara o de un succulento y variado puchero de trigo con carne de cerdo, legumbres varias, trigo e hinojo silvestre. En primavera y verano: arroz con pollo (o gallina), con azafrán. No era habitual que ofrecieran postre elaborado, sí alguna fruta fresca o en compota o zapallo en almíbar. A la tarde los mayores jugaban a la brisca saboreando leche frita y así transcurría el domingo.

La mayoría de estas últimas preparaciones culinarias son fruto de una situación inmersa en la escasez, en las carencias de una vida salpicada por vientos de guerra y desarraigo que pasaron los abuelos inmigrantes como tantos de sus paisanos. Cocinaban con lo que tenían en sus huertos y corrales. La crisis española de la preguerra, guerra y post guerra se une en este aspecto a muchos países de todos los continentes que atravesaron avatares en estas circunstancias y dejaron huellas profundas en su Patrimonio Culinario.

Este patrimonio tan específico, único, particular y definitorio en una región no puede analizarse solamente en sí mismo sin que se observen las variables que lo atravesaron en su tiempo y espacio como la escasez predominante (mencionada en el párrafo anterior) y la del ahorro en todos sus niveles además de la consideración del valor que se le otorgaba a la tierra por brindar sus frutos y abrigo.

El hecho de trasladar conocimientos referidos a la cocina de la Madre Patria que hicieron los abuelos semianalfabetos a toda la familia sin perder en absoluto su raíz, con todos sus valores, sencillez, honradez y nobleza, el respeto por los ingredientes utilizados en sus platos (tan de moda ahora), permitiendo que, luego de tantísimas décadas, se pueda estar escribiendo ahora desde el corazón e intentando comprender después de años de estudios tan sabia esencia natural en ellos. Pusieron en práctica sus saberes manuales y herramientas, al igual que sus hijos haciendo uso racional, consciente de la tierra, de sus frutos, aprovechando hasta lo último e intentando disfrutar en ese contexto tan duro y difícil en que vivieron. Superaron el desarraigo y el dejar sus seres queridos para echar raíces en un sitio que les era extraño, lograron sin escribir ni una sola palabra que se los recuerde a través de los años por todo lo que implícitamente enseñaron, por los aromas de sus cocidos y la nobleza de sus actos. Como tantos otros resilientes de su generación...

Las recetas de las migas, el remojón y el puchero de trigo fueron elegidas dentro de todo este Patrimonio Culinario de Almería que regalaron los abuelos, se pensó en ellas pues fueron que más huellas dejaron en el espíritu y aquí transcritas para compartir desde este espacio.



María Susana Martínez

Receta escrita por José Martínez

Recuerdos de Tandil

La niñez-Sabores nunca olvidados

Patrimonio Culinario en Tandil

Las Migas

Acerca de esta preparación

Su origen se remonta a varios siglos antes. Una de las primeras manifestaciones de comidas con pan migado o laminado se encuentran en la cocina del Imperio Romano, pero su forma de cocinarlo se parece más a las actuales torrijas. Por ello, los expertos se remontan a los 'tharid', fórmulas de pan espeso, cocido o salteado en un medio más o menos húmedo y adicionado de grasa animal y, en ocasiones, carne. Este plato, de origen árabe, suponía un obsequio para invitados distinguidos.

Durante la Edad Media y el Renacimiento, este plato desapareció de los recetarios españoles y no fue hasta 1611 cuando se recuperó. Es a partir de los años inmediatamente posteriores cuando se empieza a hablar de migas. En la actualidad **existen unas ocho tipos diferentes**: manchegas o ruleras, andaluzas, gachasmigas (Región de Murcia), de Almería, extremeñas, alentajana (Portugal), turriyones (Zamora) y aragonesas.

Las típicas de Almería, tierra de los abuelos se preparan directamente con harina y no con pan, como las manchegas, por ejemplo. En esta región están asociadas con la lluvia ya que se dice que cuando uno hace migas va a llover. Para prepararlas se necesita una paila y una rasera. La paila es una sartén grande de metal, con mango y poco profunda. Y la rasera es una paleta de metal, que se usa para mover las migas en la paila.

Ingredientes (para 4 comensales)

1/4 litro de aceite, 1 litro de agua y 1 kilo de harina común,

Preparación

Colocar en una sartén grande o paila 1 litro de agua calentar hasta que hierva, retirar del fuego y agregar 3 o 4 cucharadas de aceite.

Luego agregar 1 kilo de harina común revolviendo bien y cuando se mezcle todo colocar el resto del aceite y revolver con la rasera todo el tiempo en fuego mediano moviendo y desmenuzando la preparación hasta lograr el tamaño de las migas deseado.

Remojón (caldo) para acompañar las migas

En un litro de agua colocar 3 tomates pelados en trozos, 1 pimiento morrón chico colorado y una cebolla chica pelada y cortada en cuartos

Además, las migas, se pueden acompañar con piezas de caza (liebres), sardinas, pollo, chorizo o morcilla fritos en trozos.

Puchero de trigo, olla de trigo o cocido de trigo de Almería

Preparación

Este plato es muy típico de los pueblos del interior de Almería, es una muestra adentro de una olla de todo lo que se puede cultivar o los animales que se pueden criar en una casa, los chacinados que se hacían con ellos se dejaban oreando en las despensas o fiambreras. El hinojo crece en los huertos de Almería al llegar la primavera y perfuma de manera particular todo el plato.

El trigo, en las casas se sembraba para preparar pan pero en este caso de este potaje era utilizado reemplazando al arroz que era un cereal que debía comprarse.

Es un plato que tiene un alto contenido en grasas, muy condimentado y necesita mucho tiempo de cocción, tiende a perderse su realización en los hogares de la actualidad, pero permanece vigente en los restaurantes tradicionales de la región. Actualmente se hace con trigo pelado.

Ingredientes para 4 comensales

Un puñado de garbanzos por persona,
150 gr. de trigo, un manojo de hinojo fresco,
un rosco de morcilla de cebolla,
un espinazo de cerdo salado (costillas saladas),
patitas de cerdo saladas,
un trozo de tocino/panceta,
1 hueso de jamón/parta de cerdo,
3 patatas/papas medianas,

Preparación

Paso 1: Poner en remojo de víspera los garbanzos con un puñado de sal. Poner en una olla grande los garbanzos, el espinazo, la costilla, los huesos, las patitas y el tocino (panceta).

Paso 2: Limpiar el trigo poniéndolo en una fuente amplia, con las manos ir removiendo y estrujándolo para quitarle la cascarilla que iremos soplando de vez en cuando para que salte y deje el grano limpio. Se puede hacer con trigo pelado y no es necesario este paso.

Cocer en una olla aparte hasta que esté tierno unos 45 minutos.

Paso 3: También se puede limpiar y poner en remojo de víspera para que se hinche y luego poner a cocer a la par que el resto del potaje.

Cuando los garbanzos estén blandos sacamos “la pringue” y los reservamos, ponemos el trigo y las patatas (papas) cortadas en trozos, y echamos un atadillo que habremos hecho con los hinojos o si queremos podemos ponerlos picados.

Paso 4: Dejamos hacer hasta que las patatas (papas) estén tiernas, probamos de sal y rectificamos si es necesario.

Unos 5 minutos antes de apartar el potaje del fuego añadimos el roscó de morcilla para que le de sabor.

Paso 5: Servir el potaje y en un plato aparte poner “la pringue”.

Pringue: Grasa que suelta el tocino u otro alimento grasiento sometido a la acción del fuego. Ejemplo" este chorizo me deja los dedos manchados de pringue"

Se utiliza solo carne de cerdo y embutidos en este plato ya que en la región de Lijar, Almería donde vivieron los abuelos era una carne de uso habitual por la crianza de esos animales en el hogar.

Luego de un buen plato principal, vienen los postres...

Algunos datos importantes sobre la fusión de culturas europeas¹⁹

Norberto E. Petryk, chef, expone que: “...las preparaciones gastronómicas de los primeros europeos procedentes de España ya traían incorporados algunos de los platos que habían recibido de Italia...”

Salvo situaciones precisas y debidamente registradas es muy difícil establecer el origen de un plato, este mismo pudo surgir, o haber sido creado, ya sea por motivos de necesidad, de estacionalidad de los ingredientes o por ser los mismos ingredientes la materia prima base de una zona determinada, pero ese mismo platillo al pasar de una familia a otra, de una zona rural a otra., de una provincia a otra y de un país a otro es muy probable que fuese sufriendo procesos de modificación tanto en ingredientes como en nombres y hasta en técnicas de preparación.

Las Marimollas, una receta que surge a partir del pan oreado y con los elementos que se contaba en aquellas épocas en que se estaban poblando las grandes extensiones de campo argentino. Luego de hacer el pan casero, pasados un par de días el pan estaba en muy buenas condiciones, pero con cierta dureza, pero si se lo remoja cambia su textura y al condimentarlo se convierte en un bocado muy rico: “las Marimollas”.

Resultó que lo que eran Marimollas en Catalunya en Vercelli se llamaban: “Pan Dorado”.

Pan Dorado (versión de Vercelli), **Marimollas** (versión catalana)

Ingredientes

Se corta un pan (preferiblemente del día anterior) en rodajas. A continuación, se prepara una mezcla con tres huevos, una taza de leche, esencia de vainilla y una copita de licor o vino dulce.

Nota²⁰: en la versión catalana no lleva licor ni vino dulce. Puede incorporarse canela y ralladuras de limón y/o naranja.

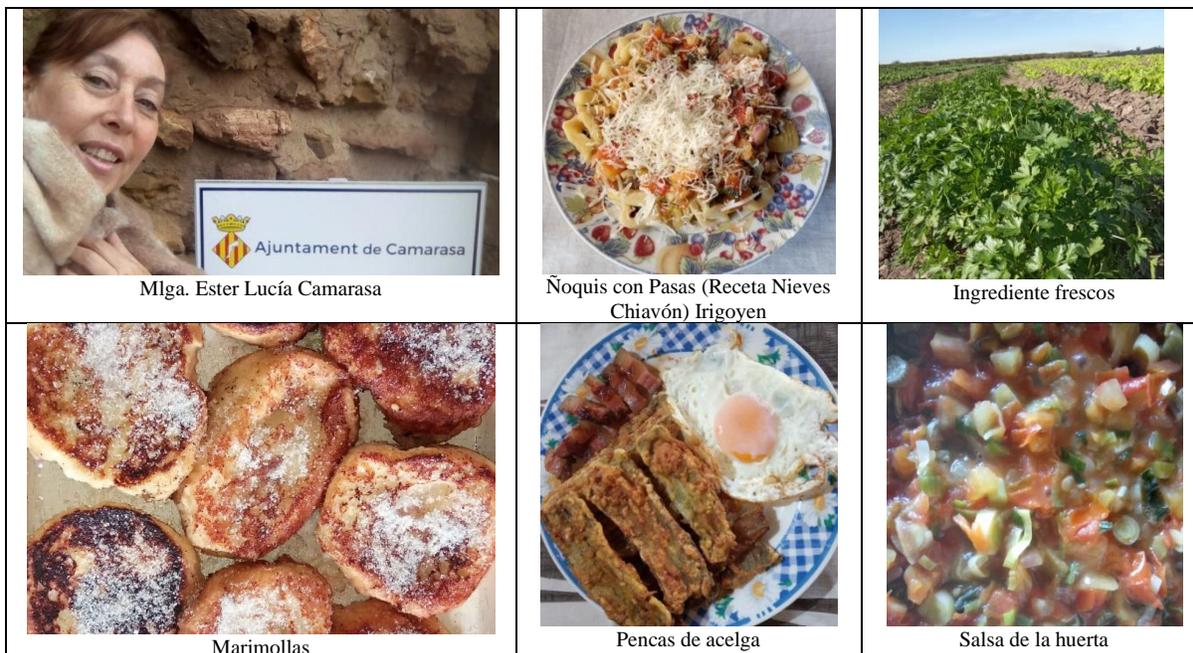
Preparación

Pasar las rodajas por la mezcla, y cocinar en aceite o grasa bien caliente.

Espolvorear con azúcar.

¹⁹ Ester Lucía Camarasa. Arocena (Ex Colonia Colastiné). Provincia de Santa Fe.

²⁰ Estas versiones pueden deberse a costumbres familiares.



La cocina catalana

Si bien la cocina catalana tiene uno de los orígenes más antiguos de Europa. De hecho, algunos de los primeros recetarios de cocina europea escritos en lenguas románicas fueron escritos en lengua catalana, y se cree que el primer libro de cocina española fue escrito en catalán²¹.

Se originó a partir de productos autóctonos: verduras, cereales y carnes. Pero poco a poco se influenció por otras culturas de civilizaciones que conquistaron el territorio catalán. Esta dieta mediterránea cuenta con diversas comidas que hacen al deleite de sus tradiciones culinarias.

Los sabatots o panadons

De Catalunya, Lleida, provincia de donde vino Micaela Más y Francisco Camarasa, una de las recetas típicas es el panadó o sabatots. Se preparan con diversos rellenos, los más típicos son: de verdura, de calabaza y los de pollo. En la cocina catalana suelen combinarse los sabores dulces (a través de las pasas de uva y piñones), y salados (en este caso nunca faltan el ajo, el aceite de oliva y el pimentón).

La comida es cultura, transporta en el tiempo, es historia. En particular, tal es el caso de los sabatots que se remontan a la Edad Media cuando se comienza a cultivar el trigo. La masa utilizada era la de pan que se estiraba hasta que quedaba de un espesor de medio centímetro. Esta típica empanadita de Lleida posee variantes en su relleno tales como: verduras y hortalizas, para Cuaresma y Semana Santa. En otras épocas pueden contener diversos rellenos: con cebolla, calabacín, pollo y curry; o bien tomate, calabacín, berenjena, pimiento rojo, pimiento verde y cebolla. Siempre condimentados con pimentón, ajo y aceite de oliva.

²¹ <https://turris.es/es/gastronomia-catalana-ingredientes-historia/>

Pencas de acelga

Ingredientes

1 atado de acelgas
6 huevos
2 ajos
1 hoja de laurel
2 cucharadas de harina
150 grs de panceta salada o jamón
2 cucharadas de vinagre
200ml de aceite de oliva o girasol
Sal y pimienta

Preparación

Lavar las acelgas y separar las hojas de las pencas a las que se les deberán quitar los hilos. Colocar una cacerola en el fuego con la hoja de laurel y abundante agua con sal donde se colocarán las pencas a hervir durante 15 minutos. Sacar, escurrir y salpimentar.

En un bol colocar la harina y en otro dos huevos batidos, pasar las pencas por harina y luego por huevo batido.

Freírlas en aceite bien caliente hasta que estén doradas. Escurrirlas y mantenerlas calientes.

Este plato puede acompañarse con 1 huevo frito o un huevo duro por comensal.

Freír la panceta cortada en cuadrados o bien el jamón en tiritas.

Incorporar los huevos y la panceta en cada plato acompañando las pencas.

Conclusión

Este trabajo conjunto nace de las diversas investigaciones realizadas de modo individual con la finalidad de compartirlas en este trabajo grupal. Cada uno desde sus raíces, fue conjugando la herencia cultural, la formación profesional, las actividades y las vivencias personales.

El territorio y sus factores naturales tales como el clima, las estaciones y las costumbres culturales, en especial en las zonas rurales facilitan una dieta saludable, típica y con las frutas, verduras y carnes que se obtienen en esa región.

La suma de las comidas típicas, las costumbres, los festejos y los rituales definen la identidad del lugar.

“El hecho, por ejemplo, de explorar y conocer de primera mano quién es el artesano que conrea, muñe o pesca representa un atractivo más que beneficia el desarrollo local, ayuda a potenciar los eventos culinarios y es un reconocimiento a los artistas del paisaje²²”.

“El tema de los alimentos reviste importancia desde los aspectos macro, regulados por situaciones de orden más estructural como es la producción, el abastecimiento y la distribución de los alimentos, hasta los micro (entendiendo, por esto, las relaciones empresariales, personales o de grupos que socializan en torno a la preparación y consumo de los mismos). Con ello, se pretende colocar a las costumbres gastronómicas en una

²² Fusté-Forné, Francesc.(2016) “Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario” Universitat de Girona, Girona, España

dimensión despojada de aquello que, en el contexto del turismo, sólo le atribuye un carácter de arte de exportación, expresión folklórica o exhibición de valores de mesas expresadas como “cocina gourmet”, “nueva cocina” o “cocina étnica”. Las costumbres, hábitos o patrones de alimentación de una sociedad constituyen una expresión de lo que llamamos el alma colectiva, una suerte de “grupo que siempre se mueve en los bordes interiores de una cultura”. Ahora bien, un punto importante a considerar es que el turismo es un campo social en el que los sujetos actúan individual y colectivamente en favor de ciertos intereses en situación de colaboración en muchas ocasiones, pero también, en otros momentos, de conflicto²³”.

Degustar los sabores heredados y comenzar a comer sano, delicioso, variado, y abundante es posible construyendo una huerta. Puede diseñarse hasta en un balcón.

Bibliografía

- Diario: El País, 2017, “Otras 12 comidas que son Patrimonio Inmaterial de la Humanidad”.
- FORCHINO, Livio – Irigoyen mi pueblo Centenario – Comisión de Homenaje del Centenario 3-9-1981 – Editorial: Escuela de Artes Gráficas del Colegio Salesiano San José – Rosario.
- Camarero Izquierdo, C., Garrido Samaniego, M. J. (2004). Marketing del patrimonio cultural. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández Armesto, F. (2004). Historia de la comida: alimentos, cocina y civilización. Barcelona: Tusquets.
- Fusté Forné, F. (2015). Internacionalització de les destinacions rurals i de muntanya: idees per a la Vall de Boí del turisme gastronòmic de la regió de Canterbury (Nova Zelanda). Revista Iberoamericana de Turismo-RITUR.
- Real Academia Española. (2014). Cultura. Diccionario de la lengua española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=BetrEjX>
- Santamaría, S. (2002). La cocina de Santi Santamaría: La ética del gusto. Barcelona: Everest.
- UNESCO. (s. f.). ¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial? Recuperado de <http://www.unesco.org/culture/ich/es/que-es-el-patrimonio-inmaterial-00003>
- Concolorcolvo, Viajes desde Buenos Aires a Lima en 1773
- Williams Mac Cann, Viaje a caballo por las provincias argentinas
- María Marschoff, La sociedad virreinal en Buenos Aires: un análisis desde la cultura material y la alimentación Universidad Nacional de La Plata-
- La vida cotidiana en tiempos de la Independencia 1816 – 1916.
- Blanca Cotta, por Cocina argentina, 200 años.
- Profesor: Carlos A. Molinari Conservas dulce y saladas, mi experiencia, clases teórico prácticas.

²³ Magri Harsich, Gabriela. “El patrimonio gastronómico como parte del turismo”