

LA ALIMENTACIÓN EN LOS PUEBLOS ORIGINARIOS

Víctor Manuel Barceló R.

El ser humano lleva un largo proceso de evolución, en que se realizan diversos cambios y circunstancias que van dando sentido más preciso a la vida gremial, fortaleciendo la identidad. Primero la recolección, caza y pesca fueron los mecanismos utilizados para conseguir la alimentación. Largo tiempo esos agrupamientos dedicaron a la búsqueda de animales susceptibles de ser dominados para que sirvieran de alimento, así como de plantas suculentas que los paladares de aquellos momentos aceptarían en su ingesta.

Cuando el hombre descubrió el fuego, encontró las metodologías para plantar y cosechar alimentos vegetales, localizar y domesticar animales, aliñarlos para alimentarse, el salto tecnológico fue sustantivo. Unos antes que otros, empezaron a crear fórmulas de elaboración de sus alimentos. Al principio se tiraban al fuego y se comían, sin otros ingredientes. Las verduras apenas si se lavaban con las aguas de los cristalinos ríos y lagunas impolutas, libres aún de la acción descocada de la civilización moderna que infecta ríos, destruye lagunas, las azolva para desviar la corriente, construir una casa, un puente, a veces innecesario, terminando con la belleza y uso de fuentes de agua dulce, que cada vez escasean más en el planeta.

Larga es la evolución humana en el tema de la alimentación. Conforme se constituían en organizaciones mayores las sociedades —tribus en su mayoría— mayor sofisticación se alcanzaba en la preparación de los alimentos. Influenciaron en ellos: el hábitat en que se desarrollaban, los criterios antropológicos, ideológicos, religiosos, políticos, las condiciones políticas y sociales en general.

En las fastuosas comelitonas que caracterizaron a los imperios de la antigüedad, se comían manjares simples: carnes de venado, pato, cisne, codorniz, alondra y cualesquiera otro animal de caza, preparados a las brasas y listos para comerse, generalmente acompañados con vino, cerveza y otras bebidas desarrolladas en la antigua Europa y las tierras aledañas de Asia. Pero en todas las regiones

todavía no “descubiertas” por la civilización occidental ocurría algo similar.

En América, el fondo de la alimentación se caracterizó por una fuerte religiosidad —en los pueblos originarios— con alimentos populares que imitaban los ofrendados a los dioses e ingeridos por los sacerdotes. Así, al amaranto se le coloreaba con achiote u otras plantas que lo teñían de rojo, como si fuera sangre. Ese era uno de los alimentos más considerados en Mesoamérica, que tras la invasión -conquista del imperio español fue prohibido, no sólo su ingesta, sino también su siembra y recolección, con lo que afectaron considerablemente el nivel alimentario de los pueblos y comunidades.

Empero, los pueblos continuaron sembrando este alimento, de manera oculta y utilizándolo en sus ofrendas a los dioses, dado que la religiosidad se mantuvo activa en dichas poblaciones, muy a pesar de la yuxtaposición cultural y religiosa llevada a cabo durante los trescientos años de vida colonial. En Sudamérica ocurrió algo parecido, las culturas nativas continuaron con sus costumbres, que aún ahora son parte de la riqueza cultural de Mesoamérica, la región incaica y todo el continente.

La Colonia española trajo a la Nueva España y todas sus posiciones logradas a sangre y fuego en el continente americano, sus animales domésticos y algunas frutas y legumbres, llevándose de nuestro entorno una cantidad creciente de frutas y verduras que reprodujo en aquellos lugares. Sobresale la papa, con su importante valor nutricio y muchos otros que solo se reproducen por acá, como la piña, el mango, el banano o plátano y otros, junto a hortalizas y verduras propias de nuestro medio, que nunca lograron el tamaño, color y sabor nativos, por lo que siguieron siendo llevados hacia la península ibérica y otros rumbos por los puertos de Cartagena, Veracruz y Acapulco.

Pero ese intercambio de animales domésticos, frutas y verduras, que enriquecieron en ambos lados las posibilidades de una alimentación rica y saludable, resulta en toda la región, con énfasis en Colombia, Ecuador,

Perú, México y Centroamérica, un elemento sustantivo de su rica y variada gastronomía, apreciada ampliamente en Latinoamérica, conocida y aceptada en muchos rumbos más de la madre-tierra.

El empeño de muchos años lleva a contar con restaurantes que ofrecen comida colombiana, mexicana o peruana, cada vez más cercana a los sabores y olores que inundan los restaurantes que en el territorio regional existen y que cada vez hay más en los países hermanos del Caribe. Aún en los que existen alimentos con influencia nativa de origen europeo —Uruguay y Argentina— esta comida atrae por sus delicadas o intensas emanaciones, su sabor excepcional, incluso su picor, que bien medido, es un alentador de mayor ingesta, mejor sabor y creciente digestibilidad.

Mucho se escribe, desde hace tiempo, acerca de la gastronomía latinoamericana. No sólo nativos del solar patrio han lanzado sus dardos deliciosos para postular la genialidad de varios platillos de la región, fuertemente influenciada de la cocina asiática y de otros orígenes como: el ajiaco con pollo colombiano, tamales con molidos, el mondongo y otros; el ceviche peruano, el cuy, el rocoto relleno y el ají de gallina; los mixiotes de pollo; los moles mexicanos, que son la delicia culinaria del centro y sur del país; el pozole, de diversos colores como el mole, que se jerarquiza como un alimento completo, que ofrece proteínas, carbohidratos y grasas en las proporciones adecuadas para una palatabilidad de sabores y digestión saludable. Allí van, en una mixtura excepcional: verduras, frutas, semillas, aves (pollo, guajolote o pavo) y cerdo y muchos platillos más que se degustan desde el más modesto restaurante, paradero o fonda, hasta restaurantes de alta culinaria regional e internacional.

Empero hay un alimento que cubre muchos recovecos de la necesaria alimentación cotidiana, mismo que puede encontrarse en México, tanto en sus restaurantes sofisticados o populares, como en carretas y puestos por doquier. Allí los trabajadores, empleados, funcionarios, políticos y todo tipo de personas, degustan el taco, los tacos, en los que se amalgaman una serie de ingredientes que les hace un bocado excepcional.

El taco es el resumen de la alimentación popular. Se presenta con una tortilla de maíz redonda y caliente, en que se van incorporando, como en un rito, sus ingredientes: una embarrada de frijol refrito, a lo mejor aguacate en tiras, carne (res, cerdo, pollo) o pescado. Una salsa bien condimentada viene a darle lo profundo del sabor y habrá de comerse sobre un plato, un papel o servilleta, mediante una reverencia que a la vez que le consagra, evita la caída de ingredientes en manos, camisa, pantalón o demás prendas. Es una ricura imposible de olvidar. ☒



Víctor Manuel Barceló R. (Tabasco, 1936). Mexicano. Maestro Normalista por la Escuela Nacional de Maestros, Licenciado en Economía por la Universidad Nacional Autónoma de México y Maestro en Evaluación Educativa por el Colegio de Puebla. Fue gobernador interino del estado de Tabasco, en 1999. Actualmente se desempeña como Embajador de México en el Uruguay y como representante permanente ante la Asociación Latinoamericana de Integración (ALADI), cuya sede tiene 60 años en Montevideo.