



De la solapa

ALIMENTOS: DEL TIANGUIS AL SUPERMERCADO

AGUSTÍN LÓPEZ-MUNGUÍA

ADN Editores/Consejo Nacional
para la Cultura y las Artes, 1995

Nos levantamos muy temprano. Me había despertado el escándalo de los guajolotes que criaban los vecinos. También criaban perros pelones (zoloizcuintle) pero para mi sorpresa parecían no saber ladrar. Era una mañana muy fría y caía una ligera llovizna. Del interior de la cabaña de Tonahuac se admiraban los volcanes nevados y una extraña mezcla de luces y sombras daba al ambiente un aspecto que me hizo sentir nostálgico.

—Se me antoja un chocolate bien caliente y espumoso —comenté, al tiempo que me frotaba contra la manta de fibra de maguey con la que había dormido.

Tonahuac levantó las cejas asombrado.

—No soy rico, Pablo, aunque en una época me aficioné al chocolate. De unos meses para acá, lo he dejado; me resultaba peligroso dada mi terrible adicción, pues me estaba bebiendo todo mi capital.

—En mi época pasa lo mismo, aunque nos hemos vuelto más refinados. Ya no se bebe el dinero directamente.

—Mejor esperemos llegar a las cocinas de Moctezuma, donde el chocolate sobra. El Tlatoani bebe todo el día. Es la fuerza de Quetzalcóatl. ¿Sabías que regaló la planta a nuestros antepasados toltecas, después de robarla a otros dioses? Esa debió ser la causa de su partida, pues los dioses enviaron a Tezcatlipoca en venganza. Dicen unos que lo obligó a mirarse al espejo, dicen otros que lo engañó y lo hizo beber pulque. No sé, pero el humillado huyó entristecido. Además vio que la planta de cacao estaba seca. Debió ser terrible. En

las playas de Tabasco arrojó las últimas semillas y desapareció. La planta no creció más en el altiplano. Creció en tierras que lo vieron partir. Moctezuma se une en espíritu a Quetzalcóatl al beber chocolate. No sé. Al beber se excita. No duerme.

—Han de ser la teobromina y la cafeína —comenté, consciente de que mi conocimiento sólo explicaba parcialmente el encanto que esta bebida tenía sobre nuestro pueblo.

—¿Quiénes son esas señoras? —preguntó con sincera ingenuidad.

—Son sustancias naturales que provocan excitación, te activan, te mantienen despierto. Déjame decirte que en el futuro, este regalo que Quetzalcóatl les hizo, se extenderá por todo el mundo. Primero algunos lo consideraron como “brebaje”, y la espuma les producía asco, pero después... no hay pueblo en el mundo que no lo conozca.

No pareció sorprendido, pero continué:

—Porque con el tiempo, se encontró que con la grasa del cacao se elaboran dulces que resultan irresistibles y se puede dar sabor a mil cosas. Imagina una pequeña pasta suave, que al calor de la boca, se disuelve liberando un sabor equivalente a todo el chocolate que Moctezuma se bebe en una jicara, aunque con mucho menos grasa, menos espeso.

—¿Qué es la grasa?

—Bueno, la grasa es parte de muchos alimentos, nos proporciona energía, es decir fuerza, para toda actividad como correr, subir pirámides, cargar piedras; hasta para dormir y pensar necesitamos de esa fuerza que nos da la energía proveniente de la grasa. Es nuestro almacén de energía —estuve a punto de tomarlo de una lonja pero me contuve. Hay grasa en la leche de animales que amamantan a sus crías, hay grasa en la carne de los animales, grasa en verduras como el aguacate...

—¿Aguacate?, eso suena como a “ahuacatl”, árbol de los testículos: ¿su fruto tiene grasa?

Dudé una fracción de segundo; el albur era posterior a la Conquista, así que mejor no dije nada. Qué bueno que era yo el del viaje y no el “Kori”, que nos habría hecho pasar vergüenzas con nuestros antepasados.

—En efecto, ahí también hay grasa, como en el coco o en granos como el maíz y el algodón. Aunque uno de los usos más importantes ustedes todavía no lo conocen: freír los alimentos. Quizás es por eso que aquí no hay gordos ni hipertensos.

—¿Hipertensos?

—Cuando se excede el consumo de ciertas grasas, se acumulan en los conductos por donde viaja la sangre, los tapan. Entonces el corazón tiene que trabajar con más fuerza, ya que sube la presión que tiene que vencer para hacer llegar la sangre a todo el cuerpo.



—¿Conoces al cacique de Zempoala? Es gordo y seguro es hipertenso.

—He oído de él. Pero bueno, la grasa está formada por ácidos grasos y glicerina. Hay alrededor de unos 18 ácidos grasos importantes y, dependiendo de cuáles tenga la grasa, ésta es líquida o sólida a la temperatura del ambiente. De hecho, cuando es líquida se le denomina aceite y grasa cuando es sólida. Volviendo al chocolate, su grasa tiene una alta proporción de tres ácidos grasos (palmítico, oléico y esteárico). Esto hace que sea sólida en el medio ambiente de la ciudad, pero se disuelve al calor del cuerpo (en realidad a 34°C), por lo que no puede masticarse: se disuelve en la boca.

—Tu español es raro, mucho más que el de Tzopini, el sobrino de Jerónimo. Anoche me hablabas de bichos y enzimas. Yo creo, cuando dices haber visto todos esos, como los llamas ¿microorganismos?, que es bajo el poder de teihuinti, que pasa frente a los ojos toda suerte de visiones —comentó Tonahuac, refiriéndose a otro hongo alucinógeno—. El cacao sólo lo tostamos, lo molem hasta hacerlo polvo, lo mezclamos con agua y le damos sabor con miel y vainilla. Antes de beber, lo batimos para que aparezca la espuma.

—Qué raro, yo creía que lo tomaban amargo (*xócoc* = amargo, *atl* = agua) —no agregué que el chocolate español era más bien amargo y que el suizo y francés dulce, pues en estos países se le agregó azúcar, pero continué:

—Pues sé que no quieres que te hable del futuro, pero de entrada ahora se producen 2.4 millones de toneladas de granos y los principales productores son Costa de Marfil, Malasia e Indonesia. Sí, sí, ya sé —comenté, al ver que me iban a interrumpir—, luego te digo a cuántos costales equivale esa cantidad y dónde están esos mundos, pero todos están confinados a latitudes 20° norte o sur del Ecuador. Bueno, el caso es que antes de embarcar el grano hay que curarlo, es decir, fermentarlo. Ahí es donde entran los bichos.

—¿Podemos verlos?

—Sólo cuando se juntan muchos de ellos. El caso es que por mecanismos que aún en mi época no se conocen bien a bien, los granos frescos que están cubiertos por una pulpa blanca rica en azúcares se fermentan rápido. El azúcar y el calor penetran en la piel e inician cambios que son muy importantes para el color y el aroma. Después viene el tostado. Y luego un prensado. La calidad del cacao depende de la eficiencia con que se fermentó la cocoa.

—Muchas palabras y cosas nuevas Pablo; cuando dices cacao y dices cocoa, ¿dices lo mismo?

—Sí, se usan indistintamente. Al prensar el licor, se separa la grasa, a la que llaman mantequilla de cacao, y la otra mitad, que-

da como un licor de chocolate con el que se hace polvo para darles el sabor del chocolate a muchos productos, o se bebe directamente.

—Ayer hablabas de las enzimas, que permiten las reacciones, y que provocan cambios, ¿tienen que ver también con el chocolate?

—Vaya que sí tienen que ver. De entrada, para que puedas usar la energía de la grasa en el cuerpo, es necesario que separes los ácidos grasos de la glicerina. Esto lo hacen las enzimas que se llaman lipasas. ¿Y sabes dónde las tienes?... en la panza (para ser más precisos en el páncreas), tanto tú como el tlatoani.

—Cada vez resultas más complicado, comprendo poco. Aunque quizá sepas por qué enfermo con ese olor raro que a veces tiene el tlalcacahuatl, "cacao de tierra" —preguntó al tiempo que tomaba un puñado de cacahuates de un costal.

—¿Comprendes poco?, lo dudo. Los cacahuates, o como tú les llamas, también tienen mucha grasa, y cuando la grasa es "no saturada" (contiene ácidos grasos no saturados, que pueden ser oxidados), se deteriora fácilmente, se "oxida" y da lugar a un sabor a "rancio". Eso también lo hace una enzima que se llama lipoxigenasa. En mi mundo ahora está de moda consumir grasas "no saturadas". Dicen que por eso los esquimales, que viven en mares fríos, casi no mueren del corazón.

—¿Abolieron los sacrificios?

Fragmento del capítulo 4.

LAS SUSTANCIAS DE LOS SUEÑOS: NEUROPSICOFARMACOLOGÍA

SIMÓN BRAILOWSKY

Colección La ciencia desde México.

Fondo de Cultura Económica, 1995

Este libro trata sobre los agentes químicos, fármacos, medicamentos o drogas que tienen efectos en el cerebro, es decir, en el sistema nervioso central. Y al referirnos a ellos emplearemos estos términos indistintamente.

Existen sustancias naturales, como el café o el chocolate hasta la morfina o el peyote, y sintéticas (fabricadas por el hombre) que, a causa de sus propiedades fisicoquímicas, interactúan con porciones del cerebro que las reconocen como propias. Pero ¿cómo es