MAGAZINE

The Foodies Studies

#3

Directora
Yanet Acosta

Secretaria
Claudia González

Consejo de redacción
Ariadna Acosta, Lakshmi Aguirre, Curro Lucas, José Ramón Navarro

Consejo asesor
Graciela Padilla (UCM), Victoria Tur (UA), Carlos Lozano (URJC), Vanessa Quintanar (UCM)

Diseño gráfico
María Creo

Maquetación
Noemí Martínez

Administración
The Foodie Studies
C/Carretas, 7
28012 Madrid

ISSN 2660-888X

4 **Cannabis como el nuevo súper alimento.**
María Elisa Rueda.

6 Introducción
6 Hipótesis y justificación
7 Metodología
10 Terminología
14 Antecedentes: históricos, religiosos y culturales del cannabis en el mundo
17 Situación actual en el sector gastronómico
19 Cannabis como alimento: semilla, hoja y flor
21 Cómo hacer uso de la planta del cannabis
24 Preparaciones básicas
26 Recetas con cáñamo y cannabis
31 Conclusión

32 **Dulces de Quito en peligro de extinción: Caramelo de mistela.**
Ana Belén Veintimilla.

33 Antecedentes y justificación
34 Metodología de la investigación
35 Dulces en peligro de desaparecer
41 Caramelos de mistela
54 Dulces e identidad
69 Conclusiones y recomendaciones

74 **Viaje, paratopía gastronómica e identidad cultural en El Chef ha muerto.**
Yanet Acosta y Fernando Valerio Holguín.

75 Introducción
76 El viaje y la novela: transnacionalismo y cosmopolitismo
76 El viaje y los personajes en `El chef ha muerto´
78 Conclusiones

MAGAZINE TheFoodieStudies Número 3, año 2018, ISSN 2660-888X

CANNABIS COMO EL NUEVO SUPERALIMENTO

Elisa Rueda
https://www.linkedin.com/in/maria-elisa-rueda-7aa48a113/?originalSubdomain=co

Resumen

En la actualidad está creciendo la "permisividad" del cannabis con fines medicinales y recreativo tanto en todo el mundo, así como la legalización en algunos países.

Junto a este crecimiento se encuentra el apogeo de la cocina, lo que ha dado lugar a una nueva tendencia: "la cocina cannábica". No obstante y pese a los 100 años de prohibición el cannabis siempre ha existido como ingrediente con fin medicinal, espiritual o nutricional.

Este artículo analizará la historia, usos actuales y propiedades de esta planta, así como a los pioneros del movimiento de la cocina cannábica. En él se incluye la experiencia personal del cultivo, su estudio como ingrediente culinario y la viabilidad de la desestigmatización de su uso.

Palabras clave: cannabis, cocina cannábica, Colombia, legalización, superalimento

1. Introducción

Los estudios realizados sobre la planta del cannabis, por lo general, se desarrollan desde la perspectiva de esta planta como droga estupefaciente y pocas veces desde la perspectiva nutricional o alimenticia, a pesar de que el ser humano lo ha utilizado en sus diferentes ámbitos. Cuando se profundiza en la historia se puede ver cómo ha sido considerado un superalimento desde los inicios y que la estigmatización sólo se ha dado en los últimos 100 años.

Las investigaciones alrededor del cannabis han sido limitadas por la prohibición, a pesar de que hoy ya se está invirtiendo en el desarrollo científico, el proceso ha sido lento gracias a la misma complejidad de la planta. El único estudio realizado sobre el cannabis desde una perspectiva diferente en los últimos años fue desarrollado por el Dr. Raphael Mechoulam en Israel, quien a principios de 1960 logró sintetizar el THC de la planta.

Actualmente el cannabis está retomando cierto protagonismo en distintas áreas. En el campo de la medicina, esta planta aparece como solución alternativa a los medicamentos que existen hoy, que crean efectos secundarios irreparables. En el área de consumo alimenticio, se está abriendo un comercio enorme gracias a la manifestación del verdadero valor que aporta esta planta, al punto de ser considerado el siguiente superalimento. Asimismo, el comercio industrial está reiniciando la manufactura de productos a base de cannabis. El conjunto de estos proyectos en desarrollo, sumado a la nueva situación de paz en Colombia ha llevado a dirigir la mirada a esta planta, que contiene la solución a varios de los conflictos internos del país.

Para poder hablar hacia dónde va el país con respecto al cannabis, se debe entender la planta, su taxonomía, sus efectos. Por este motivo, en el artículo se hará un breve recuento de la historia y cómo ha sido utilizado el cannabis en todo el mundo desde en la religión, en la cultura, en la tradición, hasta llegar al momento de estigmatizarla, para finalmente,entender por qué hoy se está empezando a valorar. Luego se profundizará sobre las características biológicas de esta planta, sobre manejo que se debe brindar, el THC, el CBD, cannabinoides, sistema endocannábico, los efectos psicotrópicos, la estructura física y sus propiedades terapéuticas. A partir de lo anterior se expondrá los beneficios del cannabis como ingrediente dentro de la cocina desde su valor nutricional, cómo introducirlo dentro del uso diario, cómo tratarla para usarla como cura, como fin específico. Finalmente, se analizará la viabilidad, con base en conocimiento fundamentado, lograr desestigmatizar el cannabis y que se conozca como lo que es: una planta.

2. Hipótesis y justificación

La hipótesis de la que parte este trabajo es que el cannabis puede ser usado como ingrediente en la cocina, independientemente de sus efectos psicoactivos.

La justificación de este trabajo surge a partir de la inquietud sobre las posibilidades de trabajo para los 6700 excombatientes de la FARC en Colombia después de dejar el conflicto, teniendo en cuenta que una de las principales actividades económicas que financiaba las actividades delictivas de este grupo guerrillero era el procesamiento de

cocaína y marihuana, y detrás del procesamiento de los estupefacientes, hay miles de personas, entre esos los 6.700 excombatientes, que han aprendido a desarrollar los cultivos de las plantas de coca y cannabis..

En Colombia la producción de droga ha estado estrechamente relacionada al conflicto interno, como fuente de financiación de los grupos al margen de la ley. No obstante, a partir de la firma del Acuerdo de Paz comenzaron los distintos proyectos de reinserción de los excombatientes. A su vez, en el país está avanzando fuertemente el proceso de la legalización del cannabis para uso medicinal. La idea de desarrollar productos a partir del cannabis, que ha sido históricamente estigmatizado y asociado a la violencia, en un contexto de postconflicto, se constituye en una oportunidad.

Adicionalmente, a través de la comida, se pueden romper estereotipos y desarrollar nuevos productos con cannabis que contribuyan al desarrollo económico y social de los reinsertados a la vida civil con la producción de los distintos productos alimenticios, entre otros, aceites, leche, semillas y miel. De esta forma, buscar una manera de poder contribuir al desarrollo del postconflicto en Colombia por medio de la comida que, además, al consumirlo tiene propiedades terapéuticas beneficiosas para la salud.

En este contexto, se abre la oportunidad de desarrollar un proyecto donde la comida sea una manera de reintegración a la vida social y oportunidad económica legal para los excombatientes, que además lleve a la desestigmatización del cannabis. Eliminar el estigma sobre el cannabis y confirmar el convencimiento de que esta planta puede ser el próximo superalimento, más allá de sus efectos psicoactivos, puede convertir al cannabis en un instrumento de desarrollo para la paz.

3. Metodología

La metodología aplicada para este proyecto es un análisis cualitativo descriptivo. A partir del objeto de estudio (cáñamo) se usaron herramientas de análisis taxonómicos para la identificación clara del cannabis y análisis de una planta específica. El presente documento utilizó como herramientas el análisis de fuentes bibliográficas y el análisis descriptivo del objeto de estudio, así como la experimentación personal.

Análisis taxonómico

El cáñamo y el cannabis son exactamente la misma planta, pertenecen al mismo género de cannabis Sativa de la familia Cannabaceae. La diferencia es que el cáñamo se cultiva para que contenga la menor cantidad posible de cannabinoides, mientras que el cannabis se cultiva para que contenga la mayor cantidad posible de cannabinoides. Aunque se consideran como dos plantas distintas, en realidad sólo son diferentes variedades de la misma planta. Culturalmente, la planta ha estado presente en los distintos aspectos de la historia y de la sociedad; se ha utilizado con propósitos religiosos, culturales, medicinales y comerciales.

Existen distintas variedades, sustancias, términos que son necesarios para entender de lo que se está hablando.

Cáñamo

Del latin cannăbum, por cannăbis. Es una planta originaria de Asia central y el norte de Afganistán y los montes del sur de Siberia.

Es una planta anual, tiene su propia familia llamada las cannabáceas, y puede llegar a medir de dos a cinco metros de altura. Tiene un tallo central, hueco y fibroso, gracias a la resistencia del tallo es una planta que puede resistir condiciones de agua y viento fuertes, donde sus raíces se transforman a ser más fuertes. El cáñamo es principalmente cultivado por su tallo, que proporciona fibra textil de excelente calidad.

A lo largo del tallo, va creciendo la planta, se van creando nudos donde a partir de ellos emergen las ramas laterales, con hojas puntiagudas y luego brotan flores verdosas, aunque según su variedad pueden terminar siendo flores verdes, rojizas o violetas. El cáñamo también es cultivado por la cantidad y calidad de semillas que es capaz de producir con un alto contenido nutricional.

Una propiedad particular de esta planta es que presenta géneros separados. Las plantas machos y hembras son fundamentalmente distintas entre ellas y tienen usos incomparables. Las plantas machos tienen baja o casi nula concentración de cannabinoides y es utilizada para productos industriales o para fecundar a las hembras si se requiere. Para usos medicinales o recreativos se utiliza es la hembra no fecundada, ya que al fecundarse pierde la mitad de sus propiedades al concentrarse en crear semillas, y no en alimentar la flor al final de su ciclo. Estas flores son las más apreciadas, puesto que segregan más resina. Durante el proceso de cultivo la energía de la planta se puede

Hembra **Macho**

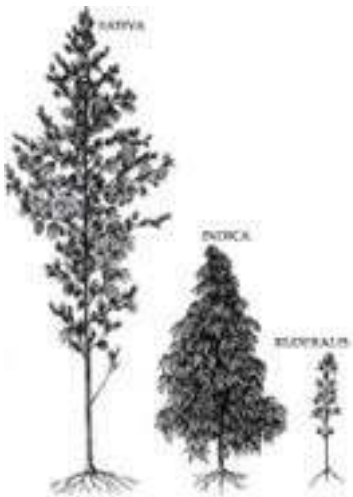
dirigir para producir abundante fibra para aplicaciones industriales, o para producir grandes brotes para medicamentos o uso recreativo, pero la planta no puede producir ambos en la misma cosecha. El cáñamo y el cannabis se han convertido en sujetos diferentes debido principalmente a la naturaleza psicoactiva de sus flores.

Tipos de cannabis

Cannabis sativa: es originaria de las zonas ecuatoriales como Tailandia, sur de la india, Jamaica, Colombia, México. Es el tipo de cannabis utilizado para uso recreativo, aunque según como se use también puede ser considerado medicinal. Es una planta grande y ancha con varias ramas laterales, sus hojas son largas y finas. Sus cogollos o flores suelen ser más grandes, pero menos densos que las indicas. Su olor es menos fuerte que las indicas, su color es un verde más claro, no tan intenso. Sus efectos son euforizantes, proporciona energía y potencia la creatividad. Se caracteriza por subir el ánimo, y abrir el apetito.

Cannabis indica: es originaria del Himalaya, India, Pakistán, Afganistán, Líbano y Marruecos, aunque también se puede ver en el Mediterráneo. Es una planta más baja y robusta que la sativa, es de hojas anchas y su contenido de resina es mayor. Tras la cosecha se separa la resina de la planta para hacer lo que se conoce como hachís. Tiene un período de crecimiento más rápido. Sus flores o cogollos son pequeños, pero más compactos que el de la sativa, y suelen ser más pesados al secarse. Sus efectos son físicos y corporales, potencia las sensaciones físicas como el tacto, el sonido, el gusto. Produce una relajación física y mental.

Cannabis ruderalis: es originaria de la Unión Soviética, sus usos son únicamente industriales al no tener contenido THC. Físicamente su hoja es similar a la sativa, pero con estructura de indica.



Composición de cannabis

El cannabis está compuesto naturalmente por 60 activos singulares llamados cannabinoides. Donde dos importantes son el tetrahidrocannabinol (THC) y el cannabinol (CBD). El THC es el único compuesto psicoactivo entre todos, es el único cannabinoides que se ha podido sintetizar farmacológicamente y se receta legalmente. Sin embargo, vale la pena resaltar que el THC equilibra su efecto con el resto de los cannabinoides de la planta.

4. Terminología

A continuación se van a definir algunos de los términos más utilizados cuando se habla de cannabis, con el fin de poder explicar de manera precisa de que se está hablando. Por lo general las personas al ver que el símbolo del cannabis, que es la hoja, creen que lo que se consume es esta misma, sin entender todo el proceso y de qué está compuesta la planta. También es necesario entender la planta, para entender que efecto causa sobre nuestro cuerpo, la ignorancia ante el tema ha llevado a grandes conflictos.

a. Cannabinoides

Los Cannabinoides son sustancias químicas que se encuentran en la resina sobre la flor del cannabis (Fotografía anterior), la resina brota en la flor y las hojas del cannabis como un terciopelo blanco que se va acumulando en su etapa de floración. Los cannabinoides actúan sobre los receptores de los cannabinoides (CB1 y CB2) del organismo. Existen más de 100 tipos de cannabinoides distintos, aunque los Fitocannabinoides más comunes son THC, CBD, CBG y CBC, cada uno proporciona distintos beneficios medicinales.

Los cannabinoides se encuentran en tres sitios:

1) Los producidos por la planta de Cannabis, y se denominan Fitocannabinoides.
2) Los producidos por el cuerpo humano, o Endocannabinoides, y
3) Los producidos de forma sintética en un laboratorio.

b. Tetrahidrocannabinol o THC

Se encuentra en la resina de las flores de la planta. Según las especies puede variar su cantidad de THC en la planta. Se puede encontrar de un 1% a un 7%, una planta con un porcentaje mayor a 6% es considerado que tiene un efecto potente. Hoy en día gracias a la industria de drogas se encuentra cannabis con un 28.7% de THC como la variedad Ghost OG.

Entre los efectos negativos del uso de este tipo de cannabis a largo plazo es el deterioro cognitivo causado por variedades como la variedad Ghost OG. El exceso de THC deteriora las neuronas o puede tener efectos negativos en el ánimo. Todas las plantas de cannabis tienen THC pero según los demás componentes estos efectos se anulan. Para que el efecto del THC se active debe pasar por un proceso de calor, por eso se suele fumar o vapear. Si se va a comer debe des-carboxilarse previamente.

Por lo general la variedad cannabis sativa predomina el THC.

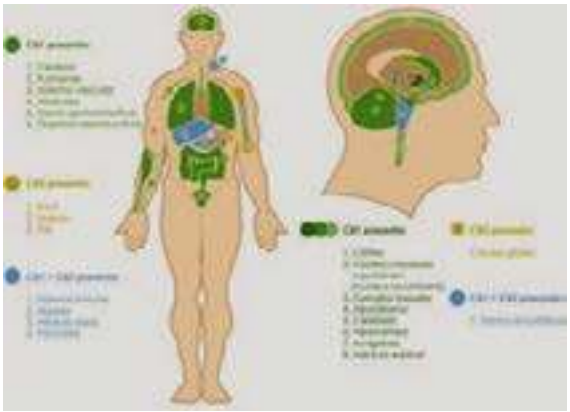
La planta de cannabis cruda está cubierta de ácido tetrahidrocannabinólico (THCa), que es diferente del THC

c. Cannabinol o CBD

Es una de las sustancias de la planta que la consideran medicinal. Una planta puede variar desde 1% a un 95% del total de cannabinoides. Sus efectos varían es des inflamatorio, relajante, ansiolítico, neuroregenerador. Si una planta tiene más contenido de CBD a THC el efecto del THC se anula. Por lo general la variedad indica tiene alto contenido de CBD.

d. Sistema endocannabico

El sistema endocannabinoide es un sistema de comunicación intercelular. Se trata de un sistema de neurotransmisión, aunque se encuentra en otros órganos y tejidos del cuerpo, y no exclusivamente en el cerebro. El sistema es la versión evolucionada de un sistema ancestral de comunicación intercelular encontrado también en las plantas, el sistema de ácido araquidónico. La naturaleza de los endocannabinoides está directamente relacionada con el ácido araquidónico" (Fundación Canna).



El sistema endocannabinoide está compuesto de receptores cannabinoides y los endocannabinoides que interactúan del mismo modo que lo hacen una cerradura y su llave. Los receptores cannabinoides son proteínas de membrana celular que actúan como la cerradura de los endocannabinoides, ligando endógenos de naturaleza lipídica producidos por las distintas células corporales, que actúan como una llave perfecta que se une a los receptores. Esta activación produce cambios dentro de las células que desembocan en las acciones finales del sistema endocannabinoide sobre los procesos fisiológicos del cuerpo. El sistema endocannabinoide se implica en una amplia variedad de procesos fisiológicos (por ejemplo, la modulación de la liberación de neurotransmisores, la regulación de la percepción del dolor y las funciones cardiovasculares, gastrointestinales y hepáticas) que explicaremos con algo más de detalle en este artículo (Fundación Canna).

El nombre "sistema endocannabinoide" hace referencia al hecho de que este sistema endógeno es el que se ve afectado por la ingesta de los fitocannabinoides que actúan como una falsa llave capaz de encajar en la cerradura de los receptores cannabinoides, produciendo un efecto diferente al de la llave perfecta, representada por los endocannabinoides producidos por el cuerpo".

e. Terpenos

Los terpenos son uno de los tantos compuestos de la planta del cannabis, su función es proteger con su fuerte aroma natural de plagas, es el responsable de los sabores encontrados el momento de consumir esta hierba, adicionalmente tienen beneficios terapéuticos. Los terpenos no son exclusivos de esta planta, los más comunes, que también se encuentran en otras plantas, son el Mirceno, Pineno, Limoneno, Linalol, Eucaliptol y Cariofileno. Aporta aromas y sabores que se pueden relacionar al momento de usar en la cocina.

f. Mirceno

Este terpeno lo hace al cannabis primo hermano del lúpulo, también se halla en el tomillo y el mango. Se encuentra principalmente en las variedades índicas, lo que puede relacionarse con un efecto de relajación física.

Tiene propiedades antiinflamtorias, también ayuda a mejorar el sueño. Al consumir Mirceno previamente del cannabis, como en un zumo, ayuda a incrementar el efecto de los Cannabinoides y favorece su entrada en el cerebro.

g. Pineno

El Pineno es uno de los terpenos se encuentra en el pino y otras coníferas, es de los más usados en la industria de productos de limpieza. Este terpeno es uno de los más comunes en el reino vegetal y sirve como repelente.

Como propiedad medicinal, es antibiótico, antiinflamatorio y broncodilatador. Aunque aún falta por investigar más al respecto parece tener un efecto positivo sobre la memoria.

h. Limoneno

Se encuentra en la cáscara de los cítricos, lo cual lo ha llevado a ser muy utilizando en distintas industrias como odorizante y saborizante. En las plantas tiene la función es insecticida y repelente.

Entre sus propiedades es un antiséptico natural, ansiolítico y antidepresivo. Además, se ha visto relación entre el Limoneno y la muerte de las células cancerígenas en mujeres con cáncer de mama.

i. Linalol

Da olor a Lavanda, frecuentemente utilizado en productos de limpieza e higiene. Alivia el dolor de las quemaduras de la piel, ayuda a reducir la ansiedad, sirve como analgésico y también actúa como anti convulsionante.

j. Eucaliptol

Es sencillo relacionarlo al eucalipto, se encuentra mayoritariamente en las cepas Sativas, y en baja concentración en las índicas Al igual que algunos de los otros terpenos, es insecticida y repelente, aunque también se utiliza para atraer a las abejas.

Los beneficios como mejorar el asma, analgésico, antiinflamatorio e inmunosupresor, son comunes.

Este terpeno, en altas cantidades, tiene propiedades psicoactivas, puede ser el que cause el efecto euforizante de las variedades Sativas, junto con el THC.

k. Cariofileo

Este compuesto se encuentra también en la pimienta negra y su función es el de la supervivencia de plantas parasitadas, atrayendo a los depredadores para reducir daños. Además sirve como antifúngico.

Entre sus propiedades medicinales se encuentra antiinflamatorio, analgésico, anticoagulante y protector gástrico.

l. Marihuana

Se le denomina marihuana específicamente a la parte de la planta, es decir la flor o cogollo de la planta femenina en seco sin procesar. Se fuma o consume para beneficiarse de sus efectos terapéuticos o recreativos.

m. Hachís

El hachís es mayormente producido en países de origen árabe como Marruecos, Líbano, o Afganistán. Proviene de la misma resina de la planta femenina del cannabis pero procesada, se separa a través de medios mecánicos o químicos, luego es moldeado y prensado en placas. De manera más rústica se frota la planta fresca de modo que la resina queda adherida a la piel y luego se recoge.

5. Antecedentes: Históricos, religiosos y culturales del cannabis en el mundo

La primera referencia mesopotámica al cáñamo no se produce hasta el siglo IX a.C, en tiempos de dominio asirio y hace mención a su empleo como incienso ceremonial. En el mapa anterior se puede observar la expansión del uso del cannabis medicinal en la historia. (Zuardi, 21 noviembre 2005)

El bracero abierto era ya frecuente entre los escitas (pueblo de lengua irania, que desapareció en el siglo II a.C.), quienes arrojaban grandes trozos de hachís sobre piedras calentadas y sellaban el recinto para impedir la salida del humo. Una técnica parecida usaban los egipcios para su kyphy, otro incienso ceremonial cargado con resina de cáñamo (Molina, 2008).

Es indudable que esta planta fue conocida por todos los pueblos de la antigüedad, según parece, la utilizó Helena para mitigar las penas de Telémaco (guerra de Troya). Los hindúes la alababan tanto como, al igual hicieron los incas con la coca, dándole un origen divino. Los hindúes explican que aconsejados por el dios Visnú, todos los dioses menores y demonios se reunieron un día para obtener el elixir de la inmortalidad. El resultado, que precisaría páginas para explicar puesto que, según la leyenda, no fue nada fácil conseguir, resultó ser el cáñamo índico del cual se extrae el hachís. O sea, la resina que se extrae de las hojas y de las inflorescencias hembras del cáñamo índico, que se consume mascada o fumada. (Molina, 2008)

Además de vinos y cervezas, los griegos usaron con fines ceremoniales y lúdicos el cáñamo y otras solanáceas, en ocasiones mediante sahumerios o inciensos. Conocían también un extracto de hachís con vino y mirra para estimular reuniones privadas.

En Roma, por su parte, aunque las plantas principales fueron la adormidera (como el opio) y la vid, sabemos que en tiempos de los césares no era poco frecuente fumar flores de cáñamo hembra (marihuana) en reuniones para "incitar a la hilaridad y al disfrute", costumbre que pudo venir tanto de la sociedad ateniense como de los celtas. (Molina, 2008).

En relación a la cocina como alimento se encuentran registros en diferentes culturas, como en la India se hacen bebidas como el bhang, al que se añade pimienta, aromáticas y azúcar, el poust se prepara con agua, el louki con alcohol y la mourra con tintura de opio.

En Tíbet, los dugpas beben en copas labradas en cráneos humanos, momea es una mezcla de grasa humana fundida y de resina de la marihuana.

En Irán se encuentra en tortas, preparadas con mantequilla y esencia de rosas.

En Egipto existe el chastri, bebida hecha de hachís, azúcar, raqui (aguardiente de arroz fermentado) y aromáticas; pero en el resto de África se fuma, sobre todo la marihuana. (Molina, 2008)

En Medio Oriente se toma madjoun es mezcla de hachís, opio, nuez vómica, semilla que contiene estricnina y datura, una planta altamente tóxica; el dawamesk, mermelada semejante al rahat loukoum, hecha de hachís, almizcle,

canela, pistacho y azúcar. Los escritores franceses Charles Boudelaire y Teófilo Gautier probaron esta mermelada. (Molina, 2008)

Durante la edad media en Alemania e Italia, las semillas y el aceite de cáñamo se utilizaban para cocinar una gran variedad de platos. En las regiones del noreste de Europa y en los países bálticos donde tradicionalmente se cultiva cáñamo, la semilla de cáñamo local se sigue utilizando para elaborar aceite, y también se usa entera o machacada en distintas recetas.

El cáñamo también presente en la cocina tradicional de hoy, al ser una planta que se adapta fácilmente los diferentes hábitats podemos encontrar sus usos en poblaciones rurales del norte de Asia y el noreste de Europa, en China, Mongolia, Rusia, Alemania y otros muchos países. El cáñamo es una planta económica de producir y crece de forma abundante a lo largo y ancho de estas zonas, tanto cultivado como silvestre.

Las semillas pueden prensarse para extraer aceite, y pueden usarse enteras, o trituradas, laminadas o molidas para producir distintas harinas. A partir de éstas, se pueden elaborar diferentes tipos de gachas (avena cocida), sopas y guisos.

Debido a que las técnicas de descascarillado requieren maquinaria, las harinas hechas con cáñamo en las zonas rurales suelen ser grumosas y espesas, ya que quedan restos de las cáscaras molidas. Por lo tanto, se prefieren otros tipos de granos, y el cáñamo es apreciado, sobre todo, en tiempos de hambruna.

Durante la edad media en Alemania e Italia, las semillas y el aceite de cáñamo se utilizaban para cocinar una gran variedad de platos. En las regiones del noreste de Europa y en los países bálticos donde tradicionalmente se cultiva cáñamo, la semilla de cáñamo local se sigue utilizando para elaborar aceite, y también se usa entera o machacada.

En Letonia, se comen platos elaborados con semillas de cáñamo durante las celebraciones anuales del Día del Solsticio de Verano en junio, que marcan tradicionalmente el día más importante en el calendario de Letonia. La mantequilla de cáñamo tradicional, conocida como kanepju pavalgs, todavía se consume en Letonia a día de hoy y está disponible en la mayoría de los mercados de agricultores y tiendas de alimentos naturales. La mantequilla de cáñamo normalmente se consume untada sobre una tostada o pan de centeno, o puede utilizarse como aditivo en diferentes recetas.

En la víspera de Navidad en hogares de Polonia, Lituania y Silesia se consume Stephanski una sopa a base de semillas de cáñamo.

En Lituania, las gachas de cáñamo saladas (kanapiø kodë) se sirven tradicionalmente con patatas sin pelar al horno.

En Asia el aceite obtenido de las semillas de cáñamo se ha utilizado como aceite de cocina en los hogares del Nepal rural durante generaciones, y se sigue utilizando en la actualidad. El aceite de semillas suele representar la única fuente de aceite vegetal en algunas poblaciones remotas y aisladas.

Hoy en día en siendo que Estados Unidos fue el promotor de la prohibición, se está viviendo un momento de auge después de su legalización en varios de sus estados, donde una nueva manera de consumir cannabis es introducién-

dolo en la comida. Siempre se ha visto su consumo como alimento como más peligroso que inhalado, pero después de legalizarlo han avanzado en investigación y en el control del uso.

a. El origen de la prohibición de cannabis

El cannabis se convirtió en una droga ilegal y peligrosa a partir de 1937, donde comenzaron por intereses económicos y sociales, una coalición de la industria farmacéutica y la industria textil, la moción de prohibición. El cannabis, como el opio y la cocaína, eran productos fáciles de conseguir y fabricar en ese entonces, motivo por el que las farmacéuticas debían deshacerse de la planta que crecía fácil en todas partes y le hacía competencia a las drogas farmacológicas que ellos producían, más aún si era una sustancia donde aún no se había podido sintetizar en ese momento.

Por otro lado, en ese mismo periodo se había creado nueva maquinaria para cosechar con mayor facilidad el cáñamo, la aparición de dicha máquina preocupó a los algodoneros viendo que el cáñamo podría superarles en producción y venta, para las nuevas fibras sintéticas como el nailon, que buscaban hacerse campo en la industria, también le interesaba la desaparición del uso del cáñamo. El valor de cáñamo se reconoció muy temprano como una materia prima superior y sus muchas aplicaciones industriales. Se convirtió en una seria competencia industria química de la época. La industria del petróleo temía por sus beneficios frente a la superior fibra de la planta del cáñamo. Con el fin de mantener el predominio de las fibras sintéticas y del combustible y plástico a base de petrolero. Su efecto psicoactivo, no fue esa la razón principal de la prohibición del cannabis.

A su vez, se sumaron a la propuesta grupos puritanos que querían limpiar el país de vicios. Usando esta fórmula como máscara para propaganda que criminalizaba las drogas, donde también las asociaban al gran número de llegadas de inmigrantes al país y sus negativas, problemas raciales, laborales y el cannabis fue asociado a los mexicanos.

Estados Unidos rápidamente encontró aliados a este tema, como Gran Bretaña que luchaba contra el uso del cannabis como costumbre en los países que tenía sometidos, prohibiendo sus costumbres propias.

De aquí, la propaganda sobre el cannabis se asociaba a crimen, violencia e indecencia moral, donde se asociaban a grupos de inmigrantes o marginales, donde adjudicaban todos los males de la sociedad.

Hasta llegar los años sesenta y setenta, con el movimiento hippie que buscaban todo lo contrario, libertad, naturalidad, recreación, pero fue una corriente al mismo tiempo que produjo rechazo, la contra propaganda los vendía como vagos, perniciosos, vicioso por culpa del cannabis.

Hasta 1996 en California, Estados Unidos se decretaron leyes a favor del uso médico de la marihuana para enfermos de cáncer o que reciben quimioterapia, bajo control estatal. A continuación, se sumó el estado de Arizona, aproximadamente hasta 30 estados permiten el uso medicinal, aclarando que las personas pueden consumir los productos farmacológicos con THC sintético. El problema es que el THC natural no funciona solo, debe funcionar con sus otros componentes y el THC sintético crea en muchos casos ansiedad, por esto la persona nuevamente recurre al cannabis natural, obtienen mejores resultados y no es tan costoso como el de las farmacéuticas.

Holanda, permite el uso del cannabis desde 1976, donde el consumo era tan habitual que el gobierno se planteó la descriminalización, puesto que vieron que lo consumían tantos ciudadanos que no era lógico que fuera ilegal. Aunque ya existían estudios que demostraban que el cannabis es menos perjudicial que el alcohol, el tabaco o el café, fue la conclusión que obtuvieron después de un largo estudio al establecer distinción entre drogas duras y blandas, legalizando las blandas. Hasta el 2003 se aprobó la venta de marihuana en farmacias bajo receta médica.

Canadá permite el uso terapéutico a enfermos graves a partir del 2001.

Uruguay permite el consumo, recreativo y terapéutico, bajo control del estado desde el 2016, como resultado los dispensarios no dan abasto con la demanda.

b. Historia del cannabis en Colombia

El ser humano ha hecho uso del cannabis aproximadamente durante 8,000 años hasta 1930 donde por la influencia de Estados Unidos, comienza la prohibición del uso y cultivo del cannabis. Hasta este punto era una planta de suma importancia utilizada con distintos fines.

A Colombia llega en 1900 y fue consumida principalmente por comunidades indígenas y de bajos ingresos. El enfoque de Estados Unidos en detener el cannabis que provenía desde México a mediados del siglo XX permitió la "bonanza marimbera" colombiana. En la década de 1960 Colombia comenzó a ser proveedor principal para el mercado americano. El cultivo durante la bonanza se centró en la región caribe de Colombia y el mercado local tuvo tres puestos principales. Los cultivadores que se establecieron en la Sierra Nevada de Santa Marta, una de las cordilleras costeras más altas del mundo, a Khiron, una empresa local que está abriendo mercado en la bolsa de Toronto.

6. Situación actual en el sector gastronómico

Existe un movimiento gastronómico de cocina cannábica en Estados Unidos especialmente en el estado de California, liderado por mujeres, según el grupo Vice. "El futuro es femenino, especialmente cuando se trata de llevar alimentos infusionados con marihuana al mundo de la alta gastronomía." (Norman, 2017)

Cada uno con su especialidad en este movimiento dominan, por lo general, profesionales en cocina y pastelería. Realizan productos de pastelería, dulces, cenas clandestinas, productos como quesos y foie infusionados con cannabis, pero para cualquier situación se requiere una tarjeta de autorización de consumo de cannabis medicinal válida para todas las cenas y eventos. A continuación, una lista de los chefs y pasteleros con más nombre dentro de este movimiento.

Vanessa Lavorato, es coproductora y productora culinaria del programa de cocina de marihuana Bong Appétit de Viceland, donde combina su talento en la cocina con su conocimiento del cannabis. Es la fundadora de Marigold Sweets, una confitería de cannabis. Desde 2010, elabora chocolates gourmet hechos a mano en California, también cubre la escena de la comida para Paper, Monocle, Time Out y Resy. Participó en el Proyecto de Alimentos Sustentables de Roma de Alice Waters. (En anexos Entrevista a la presentadora Vanessa Lavorato).

Mindy Segal ganó el Premio al Mejor Chef de Pastelería de la Fundación James Beard en 2012, ahora fabrica comestibles de cannabis medicinal.

Andrea Drummer, graduada de Le Cordon Bleu College of Culinary Arts en Pasadena, Drummer ha cocinado en el Ritz-Carlton en Los Ángeles y bajo el destacado chef Neal Fraser en Redbird y Vibiana en Los Ángeles.

"Mis menús varían. Mi base de clientes es muy amplia. Los atiendo. Les doy lo que quieren. Lo veo como hacer una boda. Me siento y hablo con los clientes sobre qué tipo de comida les gusta y luego hago una degustación de menú. Y, sí, he hecho bodas infundidas con cannabis ". (MURRIETA, 2017)

Coreen Carroll, graduada de la Escuela de Cocina de San Francisco, Carroll enseñó en la Escuela de Queso de San Francisco y trabajó como carnicero en la meca de la carne de la vieja escuela 4505 carnes en San Francisco.

En 2014, Carroll cofundó Madame Munchie, una fábrica de cannabis medicinal de San Francisco, galletas de merengue de estilo francés, y ganó un premio High Times de la Copa Cannabis de NorCal por el mejor comestible ese mismo año

Carroll cultiva su propio cannabis, que infusióna en aperitivos como en pasteles de polenta con queso de cabra y mermelada de tomate o queso blanco hecho en casa en crostini.

Con un enfoque no psicoactivo, para cocinar están la hoja de cannabis. Mezcla la hoja picada en una pasta pâte à choux que hierve para hacer gnocchi y luego fríe la yema no descarboxilada en grasa de panceta y mezcla ambos con parmesano.

Michael Magallanes, trabajo en los restaurantes Mourad y Aziza, con estrellas Michelin, en San Francisco. Renunció a la industria de los restaurantes para lanzar Opulent Chef 2016, organizando talleres de cocina y cenas privadas, que incluye cannabis. Ejemplo de un plato: "Hago polvo de cannabis con aceite de coco y lo espolvoreo encima de una galleta de arroz cubierta con zanahoria, chile en escabeche, cilantro y yogurt. Una pequeña esfera de leche infunsionada con cannabis, regaliz y bayas de enebro. Tostada francesa infusionada con cannabis, cubierto con erizo de mar y ruibarbo en escabeche. Zanahorias asadas con café con ganache de chocolate salado infusionado con aceite de coco hachis y chiles secos, como un juego de mole" (MURRIETA, 2017)

Payton Curry, graduado del Culinary Institute of America en Nueva York, Curry es un veterano de las cocinas con estrellas Michelin, incluyendo Quince y el difunto Ame en San Francisco y ahora el bar Martini en Santa Elena. Ha enseñado en Le Cordon Bleu College of Culinary Arts en Scottsdale

"Tratamos de maximizar la planta entera: la hoja, el brote, incluso el cepellón, que puede prensarse en frío para hacer un almíbar. Flourish está en sociedad con un productor de cannabis en 162 hectares en el norte de California. Pruebo mi suelo en busca de minerales y nutrientes antes de probar mi cannabis. Es importante que conozcamos nuestro suelo como conocemos a nuestro granjero " (MURRIETA, 2017)

Jaime Lewis, graduada Le Cordon Bleu College of Culinary Arts en San Francisco, de practicante para el chef Laurent Gras en el legendario restaurante con estrellas Michelin Fifth Floor en San Francisco.

"Siempre he sido un gran admirador del cannabis. Un operador de dispensarios de San Francisco me pidió que

creara comestibles para pacientes con SIDA y cáncer. Me enamoré mucho de producir algo que pudiera brindarles a las personas una calidad de vida y hacer que se sintieran bien. Cocinar es así. Es una experiencia muy íntima. Luego agregas este valor nutritivo y medicinal. Yo estaba volcada en ese punto ".

Chris Sayegh, después de estudiar biología celular molecular en la Universidad de California, Santa Cruz, Sayegh recurrió a la gastronomía molecular, aprendiendo a cocinar en el trabajo en restaurantes con estrellas Michelin, incluyendo Mélisse en Santa Monica y 11 Madison en Nueva York.

Su acercamiento a la dosificación: las elegantes fiestas de Sayegh pueden tener hasta 25 platos, pero por lo general se completan a 10. La potencia oscila entre 1 mg y 5 mg por plato. Los cursos posteriores contienen CBD no psicoactivo y calmante en lugar de THC para disminuir los comensales. "No queremos asustar a nadie". Como líder de la cocina de cannabis, debemos asegurarnos de tomar esta corriente principal de forma muy responsable y no arruinar la velada de nadie".

"La mayoría de las veces el cannabis sabe bastante desagradable y no puede equilibrarse. Me he vuelto muy hábil para enmascarar y maniobrar el sabor. Lo que realmente me importa son los ingredientes que brillan. Como todo el mundo ha dicho, desde Escoffier hasta Thomas Keller: quieres que los ingredientes hablen por sí mismo ". (MURRIETA, 2017)

La tienda THCHESSE en San Francisco está especializada en productos gourmet infusionados con cannabis como foie gras, quesos, encurtidos, tapenade y más. (http://thcheese.org/, 2015)

Como también ya se están comenzando a ver programas de televisión en relación a la cocina cannábica.

7. Cannabis como alimento: Semilla, hoja y flor

a. Propiedades nutricionales

Aunque hoy en día aparentemente se esté empezando a hablar del cáñamo y del cannabis la planta de cáñamo ha sido vital para la humanidad durante miles de años. Antes de ser utilizada con fines psicodélicos/espirituales fue una fuente nutritiva a lo largo de la historia. Como anteriormente se aclaró el cáñamo y el cannabis son la misma especie de planta, genéticamente son similares y contienen un mismo perfil nutricional. El cáñamo es considerado un superalimento por sus componentes.

Ácidos grasos esenciales: La semilla de cáñamo contiene gran cantidad de ácidos grasos, comer suficientes ácidos grasos es esencial para un sistema endocannabinoide (ECS) saludable. Una cucharada de semillas de cáñamo puede contener hasta 1000 mg de ácidos grasos omega-3 y 2500 mg de ácidos grasos omega-6. También es una gran fuente de ácido gamma linolénico (GLA), que es un tipo de ácido graso omega 6 con características únicas. Es responsable de aliviar la neuropatía diabética, el dolor de la artritis, acné, eczema, alivia los síntomas de ADD / ADHD.

Proteína: contiene alto contenido proteico, dos cucharadas de semillas de cáñamo sin cáscara contiene 11 gramos de proteína. En las plantas, esto es una peculiaridad. La semilla chía queda por detrás del cáñamo en términos de

proteína total por porción contiene solo 4 gramos por porción.

Vitaminas y minerales: Es una buena fuente de algunas vitaminas y minerales diferente. La vitamina E es un antioxidante soluble en grasa que ayuda a mantener la piel, el cabello y la función inmunológica saludables. Dos cucharadas de semillas de cáñamo contienen el 77% del valor diario de vitamina E. Además, contiene magnesio, 30 gramos (2 cucharadas) de semillas de cáñamo sin cáscara contienen más del 48% de su valor diario de magnesio, que es esencial para más de 300 reacciones bioquímicas en el cuerpo.

Ácidos cannabinoides: Se recomienda el cannabis en bruto, los ácidos cannabinoides son, antiinflamatorio, antioxidante, antidiabético, antisquémico, efectos antitumorales.

b. Beneficios terapéuticos: enfermedades y medicamentos a sustituir

Para ciertas enfermedades, el cannabis y los medicamentos a base de cannabis pueden ser más seguros y eficaces que los tratamientos estándar actuales. Los pacientes de cannabis medicinal empiezan a sustituir o complementar los medicamentos convencionales por cannabis, procurando encontrar una alternativa a los efectos secundarios de los medicamentos convencionales.

En estados de los Estados Unidos que han legalizado el uso medicinal del cannabis en las últimas dos décadas, las tasas de uso de opioides recetados han disminuido de manera significativa, al igual que las tasas de mortalidad relacionadas con el uso de opioides con prescripción.

"Los enfermos que sufren de enfermedades crónicas afirman que el consumo de Cannabis no sólo mitiga los síntomas físicos, como el dolor, las náuseas y la falta de apetito, sino que también mejora el bienestar general y disminuye la ansiedad y la depresión. En varios estudios clínicos, en los que fueron monitorizados los parámetros subjetivos, los cannabinoides no sólo mejoraron los síntomas físicos, sino también dieron lugar a mejora del bienestar y a efectos antidepresivos cuantificados. Estudios realizados con voluntarios sanos que fumaban Cannabis mostraron una correlación positiva de puntuaciones en una escala de depresión (la MMPI), lo que indica un efecto antidepresivo" (José Henry Osorio, 2009)

c. Algunas patologías y efectos del cannabis

Cáncer- Consumir cannabis antes de los tratamientos de quimioterapia evitan las náuseas, vómitos y estimulan el apetito.

SIDA- estimula el apetito, alivia los espasmos musculares, dolor, fatiga, evita el vómito.

Esclerosis múltiple- ayuda en el control de los temblores y espasmos musculares y ayuda en la coordinación general.

Epilepsia- mejoría general especialmente en los casos graves. El caso de Charlotte's Web en el 2013 (Young, 2013)

Otras: artritis, asma, glaucoma ocular, estrés y depresión, trastornos alimentarios, migraña.

8. Cómo hacer uso de la planta del cannabis

Los alimentos infusionados con cannabis producen efectos psicoactivos más potentes y duraderos que inhalados, el cannabis comestible se metaboliza en el cuerpo de forma diferente a la flor inhalada, el cuerpo metaboliza el THC más fuerte, se incorpora más fácilmente desde la sangre y hacia el cerebro que el THC en forma de humo. Antes hay que entender que hacer con que parte de la planta, las hojas, las flores, la raíz, crudo, cocido, activo e inactivo, el cáñamo.

a. Cáñamo y aceite de cáñamo

El cáñamo proviene de la planta del cannabis macho, las semillas no contienen ningún efecto psicoactivo el THC es casi inexistente. El aceite que se obtiene al prensar las semillas del cáñamo, tiene propiedades medicinales por su contenido en ácidos grasos esenciales. Ingerir regularmente cáñamo en aceite en ensaladas, semillas como aderezo o aplicado externamente sobre la zona de la piel afectada, hidrata la piel y alivia los eccemas. Las enfermedades cardiovasculares son de las más comunes hoy en el mundo, los ácidos grasos omega-3 y omega-6, que el aceite de cáñamo contiene en una excelente proporción, ayudan a rebajar los niveles de colesterol en la sangre.

El cáñamo es bueno para los desórdenes de hiperactividad, que cada vez presentan más niños, estudios científicos han hallado una relación entre los niños hiperactivos y dosis bajas de omega-3 y 6.

Pérdida de peso, aumentar el consumo de EFA (ácidos grasos esenciales) hasta que constituyan el 12-15% del total de la comida diaria hará que nuestro metabolismo se acelere. Esto da como resultado una reacción termogénica que hace que se quemen las grasas y se pierda peso.

Los ácidos linoleico y linolénico también acortan sustancialmente el tiempo que requieren para recuperarse los músculos fatigados después del ejercicio, pues facilitan la conversión de ácido láctico en agua y dióxido de carbono.

b. El consumo de Cannabis en crudo

El cannabis en crudo no tiene ningún efecto psicoactivo de ningún tipo. El THCa se convierte en THC a través de un proceso de calentamiento llamado des carboxilación. THCa y CBDa no producen los mismos efectos que THC y CBD. En crudo las hojas pueden implementarse como una hierba más, tiene notas cítricas y balsámicas, puede ser usado, como el perejil, la espinaca, el cilantro, para finalizar un plato o mezclar dentro de una ensalada, puede extraerse el jugo de las hojas para un batido verde.

Preparar un té es popular en Jamaica, aunque el calor pueda activar ligeramente los ácidos de cannabis, la resina de cannabis no se disolverá en agua. Este té no será psicoactivo, aunque puede ser calmante. La dosis estándar de cannabis en bruto puede ser mayor que una dosis de cannabis activado. Si bien la dosis recomendada de THC activado es de aproximadamente 10 miligramos orales, una dosis de ácidos de cannabis en bruto puede ser de hasta mil miligramos.

Consumir las hojas del cannabis directamente de la planta produce una multitud de beneficios terapéuticos. El primero y más importante, se conservan los ácidos cannabinoides en su estado natural, THCa (ácido tetrahidrocannbinólico) y CBDa (ácido cannabidiólico).

El CBDa tiene propiedades antiinflamatorias, funciona como agente antibacteriano y se sabe que mitiga las náuseas y los vómitos, como en enfermedades como el cáncer.

El THCa puede proteger frente a enfermedades neurodegenerativas, trata la epilepsia y los espasmos musculares y alivia el insomnio y todo tipo de dolores físicos.

El cannabis también conserva más terpenos que son beneficiosos cuando no se quema, los terpenos presentan cierto potencial terapéutico, ya que han demostrado poseer propiedades antibacterianas, antifúngicas y anticancerígenas.

Al igual que otros vegetales verdes y de hoja, el cannabis crudo es alto en fibra, antioxidantes, proteínas, ácidos grasos y hierro. También aporta una abundante dosis de vitamina C para la función inmune, vitamina K para la absorción de calcio, calcio para huesos más fuertes y ácido fólico para la reparación celular. Si el cannabis es de hojas violetas o moradas también se puede consumir, están llenas de antioxidantes y antocianinas, que ayudan a depurar las células dañadas del cuerpo.

Las formas activas e inactivas se están investigando por separado, y actualmente se considera que el THC y el CBD tienen potencial terapéutico. Sin embargo, el cannabis como planta en crudo es un alimento integral y saludable, pero hay que saber utilizarlo.

c. Descarboxilación

La descarboxilación es el proceso de transformar el THC y otros cannabinoides en su forma activa. La descarboxilación siempre se debe hacer para usar las flores o cogollos, después de descarboxilar se puede simplemente echar marihuana activa en cualquier cosa que se vaya a consumir, siempre y cuando el resto del proceso de cocción use poco calor, para no perder el THC y el CBD. El proceso es sencillo, se debe tostar el cannabis seco en una bandeja para hornear con una temperatura baja en el horno uno 115 grados alrededor de 90 minutos. Conservar en un frasco seco y oscuro.

d. El consumo del cannabis activo

Para el cannabis activo se utiliza las flores o cogollo, después de escoger una variedad y entender los aportes que puede proporcionar, debe pasar por el proceso de descarboxilación, sea con fin medicinal o recreativo. El cannabis es liposoluble, se debe infusionar en una materia grasa (mantequilla o aceite) o en alguna alcoholatura. Cocinar con cannabis no es una tarea fácil, cada cuerpo es distinto y cada planta reacciona distinto en cada cuerpo, por eso cocinar con cannabis debe ser algo muy personal pues la planta es selectiva.

En la cocina lo más sencillo es tener recetas bases de mantequilla, aceite o alcohol y añadir al momento que se

vaya necesitando o dar la posibilidad de que cada persona se suministre su dosis.

Se puede adaptar recetas de todo tipo desde salsas, postres, carnes, bebidas.

e. Errores más frecuentes al momento de cocinar con cannabis

Siempre hay que tener claro cuál es el resultado que se desea, si es como nutrición, como medicamento comestible o recreativo.

Cuando se usa el cannabis sea como medicamento o recreativo, siempre se deben descarboxilar las flores.

Nunca ingerir la flor o el cogollo en crudo, ni entero. Siempre infusionado sobre alguna materia grasa o alcohol, ya que ingerir la parte vegetal puede crear efectos negativos como una "intoxicación". No se han registrado víctimas mortales por intoxicación de cannabis pero sí puede resultar un "viaje" poco placentero y lo máximo que puede llegar a pasar es que la persona duerma por días.

Es importante tener en cuenta que los comestibles pueden tardar hasta una hora en hacer efecto.

Si por alguna razón el efecto no es el deseado, se puede revertir, al igual que para potenciar el efecto está el Mirceno que se encuentra en mangos, se puede consumir Pinelol que está en frutos secos como los pistachos, los piñones. También las grasas suelen ayudar a cortar los efectos al igual que un vaso de leche o cítricos, un vaso de jugo de limón o naranja.

f. Cómo adaptar recetas usando el cannabis

El cannabis es una sustancia liposoluble por esto hay que hacer una base grasa, como mantequilla, aceite o alcohólica. Ahí las sustancias psicoactivas quedan fijadas y a punto para que el sistema digestivo pueda absorberlas mejor. El hachís puede usarse directamente en cualquier receta, sin necesidad de transformarlo antes en mantequilla o extracto, como sucede con la hierba. Para que sea más manejable y fácil de incorporar a las recetas, sólo se debe disolver en un poco la base preparada.

g. Temperatura de cocción y cantidad de comida

La temperatura y la cantidad son dos factores importantes al momento de cocinar con cannabis, no es lo mismo que la dosis de hierba empleada. El cannabis a altas temperaturas se deteriora y no es conveniente abandonarla, porque que se destruyen los ácidos grasos y las vitaminas, los cannabinoides se alteran también por efecto del calor. Es necesario descarboxilar el cannabis para que sus compuestos se activen y queden disueltos en la base grasa o alcohólica. Por eso, al cocinar con cannabis, es mejor hacerlo durante más tiempo a menor temperatura, que no poco tiempo a alta temperatura.

Nunca usar el microondas. La cantidad de comida ingerida junto al cannabis marcará también una diferencia. Las dosis empleadas siempre deben ser las mismas, son fijas por persona y se refieren al total; es el máximo que se debe

tomar cada vez. Por tanto, cuanta más comida tomes, menos efecto surtirá. Lo más aconsejable es comer un solo plato cannábico o añadir luego a la preparación aceite o mantequilla, vigilando la dosis de consumo.

h. Dosis

En la cocina del cannábica, hay que ir con cuidado tanto con la cantidad que se utiliza en cada receta como con la cantidad de comida con marihuana que se ingiere. El efecto de la marihuana en comida puede llegar a ser fuerte. La potencia final de una receta depende de la variedad utilizada, pues no toda la marihuana es igual; y de la cantidad que se use en la receta: de 0,5 a 2 gramos de hoja por persona, y de 0,15 a 0,5 de flor. También es relevante la constitución y experiencia del consumidor, a menos peso y experiencia consumiendo marihuana, más prudente se debe ser.

Dosis por persona

Hoja de calidad media: de 0,5 a 2 gramos.

Cogollo o hachís de calidad media: de 0,15 a 0,5 gramos. Mantequilla y aceite de marihuana: de 2,5 a 10 gramos.

La dosis total varía según la receta, el número de comensales, la experiencia cannábica de los mismos y la potencia a experimentar.

9. Preparaciones básicas

Lo más práctico es tener listo un par de preparaciones básicas, en las que la marihuana ya se encuentre en su forma activa y en la forma más sencilla para incorporar después a muchas recetas. Estas preparaciones son: harina, extracto, concentrado y mantequilla.

a. Mantequilla de marihuana

Ingredientes:

100 g de hoja de marihuana 1 y ¼ 1 de agua

500 g de mantequilla

(Por cada 50 g más de hoja añade 100 g de mantequilla y 250 ml de agua)

Elaboración:

Pon en una cazuela todos los ingredientes y llévalo a ebullición. Tapa y déjalo hervir a fuego lento entre una hora

y media y dos horas, removiendo de vez en cuando. Retira la mezcla del fuego cuando veas que ha ligado (agua, mantequilla y hojas ya son uno), pero aún es líquida. Cuela la mezcla. Lo que interesa es el líquido filtrado. Exprime bien las hojas para sacarles todo su contenido, toda la mantequilla que hayan absorbido. Deja reposar el líquido hasta que la mantequilla se separe del agua. Mételo así en la nevera o el congelador. Cuando la mezcla esté fría, la mantequilla se habrá solidificado totalmente sobre el agua, que no debe llegar a congelarse. Ahora puedes extraerla fácilmente. El agua no sirve para nada. Si quieres guardar la mantequilla de forma más cómoda, déjala entibiar y moldéala en forma de bloque. Consérvala en la nevera o congelar una parte. Ciento veinticinco gramos de esta mantequilla de marihuana equivalen a un poco más de 25 gramos de hoja. Por tanto, divide entre 5 la cantidad de mantequilla que vayas a usar en una receta para saber a cuántos gramos de hoja equivale. O, lo que es lo mismo, si partes de una receta calculada con harina de hoja y quieres emplear mantequilla, multiplica por cinco los gramos necesarios.

b. Aceite de marihuana

Ingredientes:

100 g de hoja de marihuana

¼ 1 de agua. 500 ml de aceite

Elaboración:

Sigue el mismo proceso que para hacer la mantequilla, pero para enfriar el líquido cuando lo hayas hervido, filtrado y dejado reposar, mételo en el congelador en vez de en la nevera. Debes dejar que el agua se congele para poder separar mejor el aceite. Una vez hecho todo este proceso guarda el aceite en la nevera. El grado de concentración es igual que el de la mantequilla. Una dosis individual tanto de mantequilla como de aceite es una cucharadita de postre, rasa.

c. Alcohol de marihuana

El alcohol es, además de las grasas, el otro gran diluyente de los tricomas ricos en THC. A partir del alcohol puedes hacer extracto de marihuana (que no sirve para cocinar, tiene todavía una alta concentración de alcohol) o concentrado, que es el que se usa en cocina. Para hacer extractos y concentrados de alcohol hay que elegir licores de alta graduación (ron, vodka, whisky, ginebra…). Son, sin lugar a dudas, los más eficaces. Aunque si hay algún otro licor que se encuentre entre tus bebidas favoritas, puedes usarlo también, claro, sólo que no será tan eficaz. En todo caso, el proceso es el mismo sea cual sea la graduación: Pon 100 g de hoja de marihuana en un bol grande y cubrir con 1 litro del alcohol que hayas elegido. Remueve bien la mezcla, asegúrate de que las hojas quedan en el fondo, tápa-

lo y déjalo reposar como mínimo dos días. Luego cuela la mezcla, exprimiendo las hojas a conciencia, y guarda el líquido resultante en una botella. Yo te recomendaría que además le pusieras en un lugar bien visible una etiqueta de advertencia, o el símbolo de alta tensión, pues acabas de fabricar un elixir potente que debe tomarse con mucha moderación. ¡Toma una sola copa de este licor! Si aumentas la dosis, no conseguirás multiplicar los efectos psicoactivos, sino la sensación de mareo, que es el efecto que produce mezclar grandes cantidades de marihuana y alcohol.

d. Concentrado de marihuana

El concentrado, que se hace también a partir del alcohol, es el que se usa en cocina. Su nivel de alcohol es mucho menor que en el extracto, lo que está más concentrada es la marihuana. Para hacer el concentrado, empezamos de la misma manera que con el extracto: disponemos 100 g de hoja de marihuana en un bol y las cubrimos con 1 litro del alcohol elegido. Removemos, tapamos y lo dejamos reposar dos días como mínimo. Pero pasado este tiempo, en vez de filtrarlas y envasadas, lo que hacemos es quitar la tapa y dejar la mezcla al aire durante toda una noche. El líquido debe reducirse a la mitad. Entonces sí lo filtramos y exprimimos bien las hojas. Deberemos tener medio litro de concentrado. En este punto, el volumen de alcohol se habrá evaporado tanto que ya podemos calentarlo sin peligro de incendio. Calienta el medio litro de concentrado a fuego lento, hasta que se reduzca a la mitad, y tienes el resultado final, que es un cuarto de litro de concentrado de gran potencia. Piensa que media cucharadita de postre de este líquido equivale a 1 g de hoja. Respeta las dosis y sé preciso en las mediciones, por tu bien.

10. Recetas con cáñamo y cannabis

a. Ensalada de aguacate y fresas con vinagreta de cítricos

Ingredientes:

4 tazas de hojas verdes

1 taza de fresas rebanadas 1 aguacate picado

2 cucharadas de semillas de cáñamo.

Unas cuantas almendras o semillas de calabaza.

Vinagreta de cítricos para el aderezo:

2 cucharaditas de aceite de oliva extra virgen (o aceite de cáñamo)

1 cucharada de zumo de naranja fresco

1 cucharada de zumo de limón fresco

1 cucharadita de jarabe de arce pizca de sal, al gusto

Elaboración:

En un tazón pequeño, mezcle los ingredientes para el aderezo, el zumo de naranja, de limón, jarabe de arce y la sal.

En 2 tazones, divida las hojas verdes. Cubra con los trozos de fresas, aguacate y espolvorear con las semillas de cáñamo.

Rocíe con el aderezo al gusto.

Añadir unas cuantas almendras por encima. Cantidad: 2 raciones.

b. Batido verde de cannabis

Ingredientes:

Hielo

Hasta 15g de recortes, hojas

Unas ramitas de menta (sin tallo)

1 puñado de hojas de espinacas lavadas

1 kiwi

1 cuarto de piña

1 cuarto de pepino

4 manzanas verdes recién exprimido zumo de un limón

Un poco de jengibre

Elaboración:

Pasar todo en una licuadora o mejor por un extractor de zumo, colar. Enfriar y beber

c. Helado casero de cannabis

Ingredientes:

1 cucharadita de extracto de vainilla o media vaina de vainilla raspada

1 yema de huevo

1 huevo

Un poco más de una taza de leche entera

1/4 de taza de azúcar

Menta fresca (la cantidad al gusto de cada uno)

De 5 a 10 gramos de marihuana picada (con la ayuda de un grinder).

Esto también se puede hacer con hachís

Elaboración:

Vierte la leche, la marihuana, la vainilla y la menta en un cazo. Mantén el cazo a fuego lento, asegurándose de que la mezcla no llega a hervir. Añade el azúcar y remueve la mezcla hasta que éste quede bien disuelto.

Tapa el cazo, para potenciar la mezcla de los sabores de los diferentes ingredientes. Retira la mezcla del fuego y tenla en reposo en la nevera durante unas 24 horas aproximadamente.

**Para evitar el excesivo color verde es aconsejable escaldar las hojas primero.*

*** Si se busca un efecto psicoactivo previamente se debe descarboxilar las flores.*

11. Diario de cultivo: experiencia personal

Primera generación de la variedad Frida en Colombia

La primera generación de esta variedad comienza desde la germinación de las semillas. En Colombia esta variedad no existe, por lo general se consigue la variedad nativa llamada Corinto o semillas importadas de España. Esta variedad tiene la particularidad de ser medicinal de la variedad indica, con un 12% de CBD, proviene de una madre ACDC. Como se explicó previamente al tener un contenido alto de CBD no tiene efecto psicoactivo mental y no ceda, se le llama "la heroína del dolor". Tiene efectos relajantes, ayuda al dolor muscular, la reduce la inflamación, el estrés, ayuda al insomnio y calambres musculares. Entre sus efectos físicos negativos reseca un poco los ojos. Tiene notas cítricas, dulce y un poco picantes.

Comenzó el proceso germinando 12 semillas, cuando se hizo el primer trasplante sobrevivieron al estrés solo 9 germinados. En principio solo se les regaba con agua, pero al ver que estaban creciendo un poco amarillas y muy delgadas hicimos buscamos información al respecto y no es tan sencillo como sólo darles agua. Las plantas del cannabis que se cultivan al interior en maceta especialmente deben ser abonadas cada semana en su riego. Hay varios factores a tener en cuenta la cantidad de luz que recibe la planta para aprovechar al máximo su estado vegetativo, debe ser entre 18-20 horas de luz. Abonarlas preferiblemente con productos orgánicos y con regularidad. Cuidar de

sus hojas, esta es una variedad que tiende a ser frondosa, con gran cantidad de hojas y se deben ir removiendo, sino las hojas no permiten que le penetre la luz al tronco de la planta. El exceso de hojas los utilicé para elaborar batidos verdes, encurtí las unas hojas para utilizarlas como las hojas de parra y harina.

En esta etapa aprendí que las plantas del cannabis deben ser trasplantadas lo menos posible. En este momento las había trasplantado por 3 vez. En este mismo momento las plantas ya estaban comenzando a mostrar su sexo debí arrancar 2 de las plantas y dejé una para procrear una de las hembras. El problema de lo anterior es que las plantas machos pueden fecundar a las hembras hasta 20 metros a la redonda, aunque aleje la planta macho con una de las hembras, en la primera generación varias hembras sacaron semillas. Antes de pasar al proceso de floración realice unos esquejes de la mejor hembra para clonarla, por si no llegaba a realizar el proceso de procreación de las semillas correctamente, además la siguiente generación me aseguraba que todas las plantas serían hembras. Aunque también si uno no es cuidadoso con el control de la luz se pueden volver hermafroditas y dañar todo el cultivo.

Luego de pasar por el estado de floración comenzaron a desarrollar los pistilos con tricomas, por lo general los profesionales observan el color de los tricomas por medio de lupas hasta que estén en una tonalidad ámbar que es su "mejor" momento.

A partir de aquí cada planta madura en un momento distinto y cuando considere que ya estaba en su punto, las corte y limpie. Limpiar las ramas para colgarlas a secar es un trabajo meticuloso donde uno debe mirar con cuidado no quitar las hojas de azúcar, son hojas que también contiene tricomas. Para colgarlas debe ser un lugar seco y oscuro y se deben dejar aproximadamente 1 semana diez días.

Luego del secado, pasar por un proceso que se llama el curado. Como con los embutidos se guardan en frascos de cristal en un sitio oscuro y cada día se destapan para sacar la humedad y prevenir los hongos. De aquí en adelante se aconseja consumir en menos de 6 meses, a partir de los 6 meses empieza a perder propiedades.

En esta primera generación cometí muchos errores, no las alimenté desde el principio. Además salieron varias plantas machos y no manejaba la luz con temporizador sino manualmente. No hice una reproducción responsable, las cambié mucho de lugar dentro de la casa y a las plantas no les gusta el cambio.

12. Conclusión

Podemos observar cómo el cannabis es la próxima tendencia por llegar o recuperar. Es una planta que hemos usado durante nuestra historia, donde realmente por conflictos de intereses se vetó y hoy solo casi 100 años después la estamos volviendo a rescatar. Es evidente que el mundo está pasando por una etapa de concienciación donde se está comenzando a invertir dinero en programas de televisión, en experiencias gastronómicas, industria y comercio alimenticio. Observándolo como una posibilidad tanto como alimento y medicina. Está generando cambios importantes en la vida, como en el caso de las personas que sufren de epilepsia, como un superalimento que contiene naturalmente en altas cantidades nutrientes que necesitamos.

Cuando se profundiza en la historia se pude ver cómo ha sido considerado un superalimento desde los inicios, que además vale la pena aclarar, ha sido estigmatizada sólo en los últimos 100 años de historia.

Las investigaciones alrededor del cannabis han sido limitadas por la prohibición, a pesar de que hoy ya se está invirtiendo en el desarrollo científico, el proceso ha sido lento gracias a la misma complejidad de la planta. En este trabajo llegamos a resumir el valor potencial de esta planta, donde relacionarlo a la cocina no es ninguna locura o novedad, es algo que ya se hacía en el pasado y donde hoy podemos ver de manera tangible y con números las bondades positivas.

El conjunto de estos proyectos en desarrollo, sumado a la nueva situación de paz en Colombia ha llevado a dirigir la mirada a esta planta, que contiene la solución a varios de los conflictos internos del país. Considero que aún es un producto que no se ha explotado con la tecnología que poseemos hoy en día, hace falta investigación para poder encontrar solución a problemas relacionados a medicamentos sintéticos con efectos secundarios.

Finalmente, se reconoce la viabilidad, con base en conocimiento fundamentado, desestigmatizar el cannabis que es sencillamente una planta con un gran futuro.

Bibliografía

- McKenna, Terence. (1993). El manjar de los dioses: la búsqueda del árbol de la ciencia del bien y del mal. Una historia de las plantas, las drogas y la evolución humana.
- España: Paidós. Sebastián,Juan. Las Drogas. (1975). Barcelona: Editorial Bruguera, S.A. Tokatlián.
- Juan Gabriel. (1995). Drogas, dilemas y dogmas. Estados Unidos y la narcocriminalidad organizada en Colombia. Colombia: Tercer Mundo.
- Vargas, Ricardo (Compilador). (1994). Drogas, Poder y Región en Colombia. Santafé de Bogotá: Cinep. Wolfgang Schivelbusch

MAGAZINE TheFoodieStudies Número 3, año 2018, ISSN 2660-888X

DULCES DE QUITO EN PELIGRO DE EXTINCIÓN

CARAMELO DE MISTELA

Ana Belén Veintimilla
https://www.linkedin.com/in/anabelen-veintimilla/

Resumen

En este trabajo de investigación se analizan las causas y consecuencias de la desaparición de algunos de sus dulces más tradicionales, en especial el caramelo de mistela, se estudia si la extinción de este patrimonio gastronómico puede llevar a una pérdida de identidad y se recupera la memoria de elaboración de este dulce tan propio de la cultura ecuatoriana.

Palabras clave: Dulces, Quito, Cultura Gastronómica, Patrimonio Culinario

1. Antedecedentes y justificación

El presente proyecto de investigación forma parte de 'Dulce paladar quiteño' una propuesta que tiene como fin dar a conocer los postres tradicionales y rescatar aquellos que son poco conocidos, sus formas de preparación y los lugares en los que es posible encontrarlos. Así mismo, el proyecto busca revalorizar los dulces por su representación en la cultura como identidad y patrimonio.

Para el desarrollo de la investigación de dulces de Quito se han tomado en cuenta los dulces desde el siglo XVI cuando Quito se convierte en el centro de difusión de la cocina dulce. Las preparaciones que permanecen son herencia de conventos como el convento del Carmen Alto o del Carmen de San José, el convento de Santa Catalina de Siena, el convento de Santa Clara y el Monasterio de la Inmaculada Concepción. Previo a la conquista española, los únicos dulces que se han registrado provienen de la fruta nativa o coladas de la fruta, no a través de elaboraciones ni repostería. Así lo asegura el historiador Julio Pazos, escritor del libro 'El Sabor de la Memoria, historia de la cocina Quiteña'. En entrevista, Pazos explica que además de la fruta, lo único que los nativos pre-hispánicos conocían como dulce era la miel de agave también llamada como chawar mishky, la cual se utilizaba tanto en el jucho -refresco o dulce de capulíes, panela, peras y duraznos- así como en el arroz de cebada. (Pazos, 2018)

Para dar inicio a esta investigación, la búsqueda de información se ha centrado en los dulces que actualmente se encuentran en riesgo de desaparecer y la importancia que esto tendría en la identidad culinaria del Ecuador. Para conocer cuáles son los platillos que podrían escasear, se ha realizado entrevistas con nueve chefs ecuatorianos y docentes de gastronomía quienes, desde sus perspectivas e investigaciones, han dado a conocer un listado de dulces que consideran en peligro. Posteriormente se ha realizado un análisis de datos recogidos por el ente Patrimonio Alimentario del Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador. Los entrevistados fueron escogidos por sus cargos tanto en el ámbito docente como en el gremio de cocineros. En su mayoría, los entrevistados coinciden en que existen variedad de platillos tanto dulces como salados que son representantes de una cocina heredada que corren el riesgo de desaparecer. Entre los dulces más mencionados se encuentran los caramelos de mistela, el ron pope, las moncaibas y los bizcochos con panela o mojicones.

De acuerdo con el listado de Patrimonio Alimentario del Ministerio de Cultura y para profundizar la investigación, se ha tomado en cuenta únicamente a los caramelos de mistela. A través de este producto tan tradicional, que se ha convertido en un emblema de los dulces de Quito, se busca ejemplificar los dulces en peligro de desaparecer.

Esta investigación será la base para un modelo de futuras investigaciones que permitan revalorizar otros dulces importantes que se destacan en el país.

2. Metodología de la investigación

Hipótesis

La desaparición de los caramelos de mistela conlleva a una pérdida de identidad debido a la desaparición de un patrimonio culinario.

Pregunta de investigación

¿La posible desaparición de dulces como los caramelos de mistela conlleva a una pérdida de identidad culinaria por parte de los ecuatorianos?

Objetivos

1. Analizar qué dulces están en peligro de desaparecer
2. Determinar por qué los caramelos de mistela están en peligro de desaparecer
3. Analizar si la posible desaparición de los caramelos de mistela conlleva a una pérdida de identidad

Procedimiento metodológico

Se presentará la investigación y sus resultados a través de la metodología por pregunta para acercar más fácilmente el proyecto al público.

Para responder al primer objetivo se realizará un análisis de datos y entrevistas a chefs y académicos de la gastronomía ecuatoriana para determinar el número de dulces en peligro, y cuáles son. Al mismo tiempo se realizará un análisis de los datos recogidos por del Instituto de Patrimonio Alimentario en donde se señalan productos elaborados en peligro de desaparecer, entre ellos preparaciones dulces.

Para dar respuesta al segundo objetivo, se realizará un análisis de la bibliografía existente sobre los caramelos de mistela.

a) Análisis del origen de los caramelos de mistela
b) Análisis de los caramelos de mistela en otros países
c) Análisis de las evolución de las recetas y la preparación actual con visita a dos productores de caramelos de mistela.
d) Guía de los locales que venden caramelos de mistela

Finalmente, se realizará un sondeo de opinión mediante encuestas en línea para definir si la población encuestada siente una pérdida de identidad en relación con la mistela y el patrimonio culinario.

3. Dulces en peligro de desaparecer

Para el desarrollo de esta investigación se ha tomado en cuenta la definición de dulce que menciona el diccionario virtual de la Real Academia Española.

Dulce:

1. Que causa cierta sensación suave y agradable al paladar, como la producida por la miel, el azúcar, etc.

2. Alimento preparado con azúcar; p.ej., el arroz con leche, las natillas, etc. (Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española, 2017)

La segunda definición es la que se ajusta al proyecto considerando que dentro de esta acepción encajan dulces como los caramelos de mistelas, las galletas como las moncaibas, las tortas o las bebidas como el rompope y las coladas, entre otras preparaciones tradicionales.

Consumo y producción de dulces en el Ecuador

La vinculación del gusto por el dulce se destacó en Quito, por sobre otras ciudades, desde el siglo

XVI. En 1736, Jorge Juan Antonio de Ulloa describe este gusto incomparable por el dulce en sus informes para el Rey de España quien lo envió junto a los científicos de la Misión Geodésica Francesa. Los relatos de Ulloa se recogen en Noticias Secretas de América.

La propensión de aquella gente a las cosas de dulces, excede a la que dexo expresada en los otros países; y assi es cuantioso el consumo de azúcar, y miel tanto en Quito, como en todas las poblaciones grandes de su jurisdicción. Después de cuajada la miel de cañas fabrican los pequeños panes a manera de tortas, que llaman raspaduras: estas se las comen a bocados, y es uno de los alimentos más frecuentes de la gente pobre. Pues con un pedazo de ella; otro de queso y pan se dispensa de la regular comida, y suelen preferirlo a las cosas calientes (Romero, 2003, págs. 154-155).

El dulce continúa siendo un gasto primordial para los ecuatorianos. Según la última Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares Urbanos y Rurales 2011 -2012, Dentro del gasto corriente mensual más de USD 20 000 000 se destina a azúcares, mermelada, miel, chocolates y dulces de azúcar como parte de la compra de alimentos. Si bien es el menor rubro dentro de la canasta de alimentos considerada en esta encuesta, forma parte del listado principal considerado para los gastos corrientes mensuales. Inclusive, cabe resaltar que el gasto en dulces difiere apenas en más de 12 800 000 del consumo de pescados y mariscos, considerando que el Ecuador es un país es costero y se consume mariscos en toda la región.

CUADRO 1. GASTO CORRIENTE MENSUAL DE ALIMENTOS EN ECUADOR, 2011

Gasto corriente mensual de Alimentos - Ecuador	
Carnes frescas y congeladas	USD 114 566 977
Pan y Cereales	USD 109 894 753
Leche, derivados y huevos	USD 81 731 008
Hortalizas, verduras, leguminosas y tubérculos	USD 76 209 783
Frutas	USD 53 426 619
Pescado y mariscos frescos, procesados, refrigerados y congelados	USD 33 655 624
Azúcar, mermelada, miel, chocolates y dulces de azúcar	USD 20 817 139

Fuente: INEC - ENIGHUR 2011-2012 (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Ecuador, 2011)

Los productores de dulces en el Ecuador se cuentan dentro del gremio de panaderos, pasteleros y confiteros que suman 27 147, según el Censo Nacional Económico y el Censo de Población y Vivienda 2010. A pesar de la alta cifra de productores de dulce, la encuesta muestra que a nivel nacional se registraron únicamente 3 174 establecimientos especializados de venta al por menor de productos de panadería, confitería y repostería. De estas cifras se destaca, sin embargo, que Guayas es la provincia con mayor número de personas dedicadas a esta profesión con 6 652 panaderos, pasteleros y confiteros. (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010).

Opinión de expertos

Para conocer los productos elaborados que están en riesgo de desaparecer se consultaron a 10 expertos en gastronomía ecuatoriana y cocina popular, quienes desde su perspectiva en las cocinas mencionaron algunos de los dulces que corren el peligro de perderse totalmente del acervo culinario del país y específicamente de la ciudad.

Formaron parte de la investigación chefs activos en cocinas locales, chefs docentes de universidades e investigadores. A todos se les realizó la misma pregunta ¿Qué dulces considera usted que están en peligro de desaparecer? Aunque las respuestas fueron diversas, todos consideraron tajantemente que al perder estas preparaciones el país pierde identidad.

En esta encuesta participaron Mauricio Armendaris, presidente de la Asociación de Chefs del Ecuador; Mauricio Acuña, cocinero del restaurante El Salnés y organizador del festival gastronómico Cero Latitud; Esteban Tapia, representante de Slow Food Ecuador y docente de la facultad de Gastronomía de la Universidad San Francisco de Quito; Alfredo Salazar, docente de la Universidad de las Américas en Quito; Juan Pablo Holguín, docente de la Universidad Tecnológica Equinoccial del Ecuador; Alberto Guzmán, director del Centro de Formación Hotelera Alberto Guzmán;

Gabriela Cadena, chef ejecutiva del hotel Whyndham; Luis Narváez docente de gastronomía y creador del blog Cocina Nativa, Santiago Cueva, chef de República del Cacao y Santiago Pazos, docente e investigador de cocina tradicional quiteña y teoría en la hospitalidad.

CUADRO 2. LISTADO DE DULCES EN ESCASEZ SEGÚN EXPERTOS

Nombre	Dulce en escasez
Mauricio Armendaris	Garrapiñadas Compotas
Esteban Tapia	Mistelas Limones Rellenos
Alfredo Salazar	Ronpope Moncaibas (Amor con hambre) Bizcochos bañados en panela y anis
Juan Pablo Holguín	Yemitas de huevo Miñones de coco Huevitos movos
Santiago Cueva	Moncaibas Colaciones Garrapiñadas Bizcochos bañados en panela y anís
Alberto Guzmán	Dulce de membrillo Chilighualcán Dulce de floripondio Bolitas de tocte con panela
Mauricio Acuña	Moncaibas Bizcochos bañados en panela y anís Dulce de Membrillo
Luis Narváez	Dulce de Capulí Moncaibas Aplanchados Postres con frutas
Santiago Pazos	Rosero

Instituto de Patrimonio Alimentario

El Instituto de Patrimonio Alimentario es un proyecto que ejecuta el Ministerio de Cultura y Patrimonio Ecuatoriano que busca revalorizar la cocina ecuatoriana a nivel local y promocionarla a escala internacional. De esta manera, señalan que se garantizará la salvaguarda de la diversidad de productos, conocimientos, técnicas y recetas que constituyen parte fundamental del patrimonio cultural de los ecuatorianos.

A partir de este concepto se llevó a cabo una investigación sobre los productos nativos o elaborados que forman parte del patrimonio alimentario y se creó el portal: http:// patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec en el 2015. La página guarda un listado de los alimentos y su estado de conservación.

Del listado de alimentos considerados como Patrimonio Alimentario del Ecuador, se han tomado en cuenta los productos elaborados, puesto que los dulces -como se menciona en su definición- pasan por algún tipo de preparación antes de su consumo, en la que se suma el azúcar.

CUADRO 3. NÚMERO DE DULCES ECUATORIANOS SEGÚN SU ANCESTRALIDAD

Estado de conservación	Ancestralidad	Cuenta
Común	Criollo	35
	Criollo	1
	Prehispánico	1
	Prehispánico y criollo	6
Total común		43
Escaso	Contemporáneo	3
	Criollo	21
	Prehispánico	10
	Prehispánico	1
	Prehispánico y criollo	1
Total escaso		36
En peligro	Criollo	12
	Prehispánico	3
Total en peligro		15
Total general		94

Fuente: (Instituto de Patrimonio Alimentario, 2015)

De un total de 283 platos considerados como patrimonio alimentario del Ecuador, 94 corresponden a aquellos que se pueden categorizar como dulce, los cuales representan el 33% del total. El cuadro superior indica que el 16% de los dulces se encuentran en peligro, de los cuales el 80% pertenecen a preparaciones criollas, es decir preparaciones que adaptan la cocina española a los ingredientes y producción local.

El chef Esteban Tapia formó parte de la recopilación de datos por parte del Instituto de Patrimonio Alimentario en calidad de técnico de la institución. Explica que para reconocer los platillos en peligro de extinción se trabajó una metodología por preguntas.

Dentro de la metodología de investigación de Patrimonio Alimentario que se desarrolló en el Ministerio de Cultura y Patrimonio, se tomaron en cuenta algunos parámetros para ver tipos de alimentos que sean primarios o elaborados. Para ello, había criterios como ancestralidad, temporalidad, y uno específico que hablaba de cómo se encuentra en nuestra sociedad: común, raro, escaso o ya no se encuentran. Se partió de lo que la gente considera como patrimonio. A través de grupos focales, entrevistas y algunas otras cosas en cada territorio. A la gente se le consultó ¿Qué reconoces tú como el patrimonio culinario o gastronómico de tu localidad?". (Tapia, 2018)

En esta investigación participaron: Líderes de las comunidades, antropólogos, sociólogos, cocineros, amas de casa, universidades. Así como colectivos: Colectivo Nacional Agroecológico, Red de Guardianes de Semillas, entre otros. Tapia asegura que para generar el Atlas de Patrimonio Alimentario de Pichincha se contó con 800 personas quienes coincidieron que los siguientes postres se encontraban en estados de conservación: común, escaso o en peligro. (Tapia, 2018)

De la tabla generada a partir del listado de Patrimonio Alimentario (ANEXO 1) se ha extraído el listado de dulces que se encuentran en peligro de extinción para analizar los espacios en los que todavía se los consume. La gran mayoría se mantiene dentro de los hogares, lo que muestra que las elaboraciones todavía se transmiten de generación en generación. Hay pocos dulces que se mantienen únicamente en locales comerciales como son los caramelos de mistela, las hostias y los rosquetes de viento. Dos de estos tres productos coinciden con la percepción de los expertos consultados.

Además del consumo en distintos tipos de locación, los datos del Instituto de Patrimonio Alimentario dan luz sobre las provincias en las que más se consume todavía estos dulces.

La información proveniente de la investigación del Instituto de Patrimonio Alimentario presenta dos fallas en la sección de zonas de consumo. La mayor cantidad de dulces en peligro se encuentran en la Sierra ecuatoriana. Pero el listado divide por un lado las provincias de Imbabura, Pichincha y la ciudad de Quito como entes independientes, aunque forman parte de la región Sierra. Oficialmente los dulces de la Sierra en Peligro llegan al 66,66%.

CUADRO 4. LISTA DE DULCES POR ESPACIO DE CONSUMO

Estado de conservación	Espacio de consumo	Nombre
En peligro	General	Alfeñique de panela
		Amor con hambre
		Babaco enconfitado
	Hogares	Colada de oca
		Machangapi
		Máchica traposa
		Pakó malá
		Patacón dulce
		Puchero
		Sango de dulce
	Hogares y locales comerciales	Delicados
		Miel de azahares
	Locales comerciales	Caramelos de mistela
		Hostia
		Rosquetes de viento

Fuente: (Instituto de Patrimonio Alimentario, 2015)

CUADRO 5. LISTA DE DULCES POR ZONAS DE CONSUMO

Estado de conservación	Zonas de consumo	Nombre
En peligro	Azuay	Alfeñique de panela
		Amor con hambre
		Babaco enconfitado
	Esmeraldas	Patacón dulce
	Imbabura	Machangapi
	Pichincha	Rosquetes de viento
	Quito	Caramelos de mistela
		Miel de azahares
	Santo Domingo de los Tsáchilas	Pakó malá
	Sierra	Colada de oca
		Delicados
		Máchica traposa
		Puchero
		Sango de dulce
	Todo el país	Hostia

Fuente: (Instituto de Patrimonio Alimentario, 2015)

Justificación de elección del caramelo de mistela

Tomando en cuenta el listado de dulces provenientes de la investigación del Instituto de Patrimonio Alimentario y las entrevistas a los expertos consultados existen dulces que coinciden como productos elaborados en riesgo de desaparecer como las moncaibas también conocidas como amor con hambre, las hostias y el caramelo de mistela.

Considerando el acceso a la información, las posibilidades de desarrollar entrevistas de campo e investigación 'in situ' se consideró a los caramelos de mistela como el dulce base sobre el que se erige esta investigación. La dificultad de su receta y el riesgo que existe al perder este producto no solo a nivel de producto elaborado sino también de técnica fueron clave para elegir este como un primer producto de investigación. A esto se sumó el surgimiento de nuevos locales que lo venden y la variedad de preparaciones que se han desarrollado alrededor de este caramelo, pues permiten que se convierta en un ejemplo claro de revalorización de los dulces tradicionales. Lo que permitirá conocer si el dulce está realmente perdiéndose o únicamente está desvalorizado entre el público local

4. Caramelos de mistela

Para entender el por qué estos dulces se encuentran en riesgo de desaparecer se realizará un análisis de la bibliografía existente sobre los caramelos de mistela, así como visitas de campo a locales que todavía las expenden o elaboran y un análisis de sus preparaciones.

Para comprender este estudio es importante definir la palabra caramelo que según el diccionario de la RAE proviene del portugués. La institución define al producto bajo tres aspectos:

1. m. Azúcar fundido y endurecido.
2. m. Golosina hecha con caramelo y aromatizada con esencias de frutas, hierbas, etc.
3. m. Filip. azucarillo.

(Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española, 2017)

Para el propósito de esta investigación se toma en cuenta la segunda definición puesto que combina tanto el azúcar como las esencias de frutas que caracterizan a los caramelos de mistela.

Según la RAE la palabra mistela viene de 'mistella' o de misto que quiere decir mixto. Esta palabra se presenta con dos definiciones:

1. f. Bebida que se hace con aguardiente, agua, azúcar y otros ingredientes, como canela, hierbas aromáticas, etc.
2. f. Líquido resultante de la adición de alcohol al mosto de uva en cantidad suficiente para que no se produzca la fermentación y sin añadir ninguna otra sustancia.

(Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española, 2017)

La gran diferencia entre estas dos definiciones marca un importante distancia de la bebida ecuatoriana elaborada con aguardiente, de la preparación conocida en España a base de uvas. El nombre de esta bebida alcohólica es la que da nombre al caramelo tradicional de Quito. Aunque su nombre está mal usado puesto que oficialmente se debería llamar caramelo de mistela, para diferenciarlo de la bebida, pero en vocablo popular se lo conoce solo como mistela.

La golosina de la que se habla en esta investigación conjuga los dos términos de caramelo y mistela puesto que se elabora a base de azúcar y se aromatiza con frutas o hierbas y lleva licor en su interior como el aguardiente. El caramelo tradicional se deriva de la bebida y por ende adoptó su nombre.

En Memorias de la Academia Ecuatoriana correspondiente de la española No. 28 el caramelo de mistela se presenta la siguiente definición:

Son una especialidad que va desapareciendo en el Ecuador. Consiste en confites huecos coloreados, en formas caprichosas - peces, estrellas, figuras geométricas- de pasta de azúcar sumamente delgada que contienen licor endulzado o mistela. (Larrea, 1970, pág. 10).

Origen del caramelo de mistela y consumo

Los caramelos de mistela aparecen en los recetarios del siglo XVII, pero investigadores gastronómicos como Santiago Pazos Carrillo lo vinculan directamente al periodo barroco que se desarrolló entre la segunda mitad del siglo XVI, XVII, XVIII y primer cuarto del siglo XIX. El origen de la repostería y dulces se relaciona con los conventos radicados en toda América.

Julián Estrada Ochoa, investigador colombiano, autor de la investigación 'Colombia de Sal & Dulce' resalta que el origen de estos productos es España. En entrevista vía correo electrónico señala que "todas las cocinas de dulce iberoamericanas (repostería, panadería, confitería, dulces de almíbar, heladería, etc.) son un legado de la cocina española". (Estrada Ochoa, 2018)

Existen algunos indicios que demuestran la adaptación del licor de mistela hacia los caramelos. Uno de ellos es la habilidad de las monjas en transformar los productos dulces en diferentes elementos y otro es las enumeraciones de dulces en distintos listado en los que se incluye también a la mistela, dejando deducir que el elemento nombrado se refiere más al caramelo que a la bebida.

Julio Pazos en su libro 'El Sabor de la Memoria: historia de la cocina quiteña' relata lo siguiente:

La cocina de los habitantes andinos del siglo XVI se mantuvo inalterada en gran medida; no obstante a ella se incorporaron los alimentos introducidos por los españoles, tanto vegetales como cárnicos.

Mientras se aclimataban los productos introducidos, los españoles adoptaron la cocina andina. Sin embargo, acomodaron la harina de maíz a la forma de pan horneado. Además como la cocina estuvo en manos de mujeres indias, estas introdujeron técnicas y géneros a la nueva cocina.

Erigido el Obispado, robustecidas las órdenes religiosas masculinas, fundados los claustros de monjas y creada la

Real Audiencia, entró la cocina española de la burguesía. (Pazos Barrera, El Sabor de la Memoria: Historia de la cocina quiteña, 2008, pág. 178)

Como las mesas de los ricos criollos y de los chapetones fueron refinándose, entraron en ellas, después del puchero de país, toda clase de dulces, galletas, tortas, confituras, bocadillos, turrones, alfajores, bizcochuelos, mazapanes, colaciones, mermeladas, délficas, helados y mistelas. (Pazos Barrera, El Sabor de la Memoria: Historia de la cocina quiteña, 2008, pág. 181)

Durante esta época en la que las órdenes religiosas se permitían elaboraciones más delicadas y trabajadas en la cocina, William Bennet Stevenson recorrió América Latina en su cargo de secretario del Conde Ruiz de Castilla. Su libro Veinte Años de Residencia en Sudamérica se publicó en Londres en 1825. En su texto, Stevenson comenta sobre una de las preparaciones de helados, según lo recoge Pazos en Elogio de las cocinas tradicionales del Ecuador

Los helados son preparados por las monjas quienes disponen para ello moldes de peltre a modo de frutas, constan de dos piezas unidas primero con cera y atadas: por un pequeño orificio, hecho en uno de sus extremos, se derrama jugo de la fruta imitada, ya lleno, lo cubren de cera y lo colocan al molde dentro de hielo quebrado con sal, en donde se los mantiene hasta congelarlos; luego destapan el molde y ponen el contenido en un plato; así es como los helados son perfectas imitaciones de piñas, naranjas, melocotones, higos y más frutas. Cuando congelan leche o crema, las echan dentro de un molde en forma de queso. Estas imitaciones, ya en platos y adornadas con hojas, etc. difícilmente se diferencian de las frutas verdadera con las que se mezclan. (Pazos Barrera, Elogio de las cocinas tradicionales del Ecuador, 2017, pág. 105)

Este estilo de preparación en la que un helado como producto elaborado busca semejanza con los ingredientes que le dan origen se asemeja a la idea del caramelo de mistela. Puesto que el caramelo en su versión tradicional se asemeja a botellas, queriendo imitar los frascos que guardan la bebida de mistela. Pazos resalta que estos elementos forman parte de las características que destacan la cocina barroca. En su libro 'Elogio de las Cocinas Tradicionales del Ecuador' menciona dos elementos que convierten tanto a los helados mencionados como a las mistelas en productos de la época barroca:

1. Ilusionismo. Mezcla de lo real con lo irreal
2. Fusión de artes: formas plásticas, colores. (Pazos Barrera, Elogio de las cocinas tradicionales del Ecuador, 2017, pág. 105)

Las elaboraciones dentro de los conventos en la ciudad ganaron fama y se asociaban a distintas festividades. Las monjas del Convento del Carmen Alto fueron de las más reconocidas por su aporte culinario.

Las madres llegaron a desarrollar una reconocida habilidad culinaria para realizar desde los sencillos potajes de cada día hasta la repostería más elaborada; durante el almuerzo solían compartir postres preparados a base de leche, los más apreciados eran los helados, especialmente el de almendras que solían dar en las elecciones priorales. Pero los bocadillos más selectos estaban reservados para las festividades importantes del año, en el mes de enero, con ocasión de día de Reyes se preparaban alfajores y bizcochos. En marzo, para festejar al patrono San José cocina-

FOTOGRAFÍA 1 . Mistelas Jiménez en forma de botella con licor anisado. Foto: Ana Veintimilla

ban tamales, dulces y empanadas. (Pacheco Bustillos, 2000, pág. 67)

Las mistelas no se han definido con alguna festividad particular. Aunque en la actualidad se suman a las ferias de dulces en diciembre por las fiestas de Quito. Estas recetas se regaron poco a poco en la población civil a través de trabajadoras de los conventos que no pertenecían a ninguna orden y por tanto no tenían restricciones de contacto con el mundo exterior.

En el libro Memorias del VI Congreso de Cocinas Regionales Andinas del 2014 se muestra un cuadro con la difusión de los dulces españoles y repostería desde el siglo XV hasta el XVII. Entre ellos, se menciona a la mistela tanto como bebida y dulce. Resaltando que las figuras de azúcar o el caramelo se han difundido principalmente en Quito.

CUADRO 6. DIFUSIÓN DE LAS MISTELAS DEL S.XV HASTA LA ACTUALIDAD

Repostería y dulces españoles Siglo XV - XVI-XVII	Monasterios de la audiencia de Quito	Difusión actual en el país
Mistelas	Mistelas de aguardiente de caña dulce y sabores de frutas	Mistelas de aguardiente de caña dulce de naranja, menta, leche... (Manabi...). Mistelas de figuras de azúcar (Quito).

Fuente: (Escuela de Hotelería y Turismo de la Universidad Católica del Ecuador, 2015)

El consumo de la mistela como bebida se daba en los hogares. Algunos registros muestran este hábito desde el siglo XVI. Jorge Juan Antonio de Ulloa explica uno de las formas y momentos de consumo más tradicionales.

Todos beben aguardiente de caña; aunque las "personas decentes" lo beben con moderación y en la forma de mistelas. Prefieren las mistelas porque dicen que el vino que se trae de Lima es muy caro. Mestizos, mestizas y mujeres vulgares españolas beben aguardiente de caña a todas horas. (Pazos Barrera, El Sabor de la Memoria: Historia de la cocina quiteña, 2008, pág. 155)

Para Cicala la embriaguez se generalizó en Quito a partir del año de 1745, cuando se estableció el monopolio del aguardiente por parte de la Corona. Antes de esta fecha dice que si alguien iba a visitar en la mañana o en la tarde era agasajado con chocolate o un refresco de piña, o con dulces de exquisitas conservas, con agua de nieve u otras bebidas delicadas. En su lugar se podía ofrecer rosado o mistela o aguardiente fortísimo con algún bizcochito dulce. (Pazos Barrera, El Sabor de la Memoria: Historia de la cocina quiteña, 2008, pág. 157)

La tradición de brindar o recibir visitas con este licor se mantiene todavía en locales comerciales de cocina tradicional en Calacalí o Riobamba. El caramelo de mistela, por su parte, se lo consumía como un bajativo. Juan Pablo Sanz en su recetario 'Manual de la cocinera Método compendioso para trinchar y servir bien una mesa' de 1882, explica el momento de consumo de las mistelas en forma de botellas para el caramelo.

Estas botellas son primorosas en una mesa por la diversidad i transparencia de los licores; i tanto mas agradables, cuanto más pueden contener licores para facilitar la dijestion. (Sanz, 2010, pág. 267).

Los caramelos de mistela en otros países y resurgimiento en el Ecuador

Las semejanzas que existen en las cocinas iberoamericanas son extensas y los caramelos de mistela no son una excepción. Esta misma preparación se ha encontrado en diferentes países como México y Colombia, en ambos países se conoce al caramelo de mistela como 'borrachitos' o 'borrachines'. Aún así las preparaciones extranjeras se elaboran con leche, dándole un aspecto y sabor completamente diferente. Sin embargo, las variaciones hacen notar que la preparación colombiana es la más similar a la ecuatoriana.

Según el investigador Julián Estrada esta preparación se conoce en toda Colombia, pero se elabora únicamente en una región, desde donde se desarrolló la receta y se mantiene hasta hoy. Estrada Resalta que los artesanos que elaboran estos productos muchas veces pasan desapercibidos sin recibir reconocimiento alguno por su esfuerzo en preservar las tradiciones culinarias. Estrada resalta la importancia de diferenciar nuevamente la bebida del caramelo. (Estrada Ochoa, 2018)

En Colombia la denominación de "Borrachitos o Borrachos" apunta siempre a preparaciones de dulce con mezclas de licor y la mistela (no es un postre o dulce) es una bebida alcohólica (casi siempre aguardiente anisado) a la cual se le añade frutas (moras, brevas) en su estado natural y una generosa cantidad de azúcar refinada; finalmente se envasa todo en una Damajuana y se lleva a la sombra durante 2 o 3 meses.

En cuanto a los pequeños dulces de consistencia azucarada con formas de animales, botellitas (rellenas de licor) éstos sólo se hacen en Palmira, una ciudad de Colombia ubicada en el Valle del Cauca cercana a Cali; siendo famosos en todo el país. (Estrada Ochoa, 2018)

En el Ecuador los dulces se mantuvieron en un perfil bajo hasta hace 17 años cuando se retomó la venta comercial. Curiosamente vino de la mano de un artesano colombiano, Marco Antonio Jiménez. Jiménez cuenta que inició la preparación como parte de un legado familiar junto a su esposa Delia Calderón. (Jiménez, 2018)

"Según las personas antiguas de Quito las mistelas eran de la época de la Colonia. Se perdió la tradición porque posiblemente las personas que hacían murieron y nadie más hizo.

Cuando llegamos empezamos a hacer mistelas. Los mayores que las conocían las reconocían y las llamaban mistelas. Hace 40 años habían desaparecido".

Aunque aseguran que han tenido un crecimiento en estos años dentro del negocio y se niegan a dar cifras oficiales, datos del diario El Comercio reflejan que en el 2007 entregaban cajas de mistelas a 40 locales. En el 2018 en entrevista directa comentan que sus productos van a siete locales, además de las ferias de dulces. (Monroy, 2007)

La producción de Mistelas Jiménez hoy suma los 5000 caramelos de mistela al mes con 13 sabores frutales y 5 de licores, según comentaron en la entrevista. La importancia de sus datos refleja una baja en la cantidad de locales a los que proveen, mostrando una baja en la demanda de estos caramelos, lo que podría generar una pérdida directa de la elaboración del caramelo.

Sin embargo, la reducción también podría deberse al crecimiento de la competencia. Desde el 2015 apareció la marca Miski'Cor. La pareja María Elena Cantero y Andrés Mena iniciaron la búsqueda de la receta de mistela como una experimentación. Tras una crisis financiera, Mena se quedó sin empleo. La mamá de Cantero tenía una isla de ventas en el Centro Histórico de Quito y les ofreció el espacio para que vendan algún producto. Ella sugirió las mistelas pues reconocía que la gente le pedía y ella no las ofrecía. (Cantero, 2018)

Tras meses de experimentaciones lograron sacar la preparación y ponerla a la venta. Cuentan que trabajaron con chefs y estudiantes de gastronomía para asesorarse sobre su producción. Su insistencia y la demanda del público muestran que todavía existe una generación que teme perder el dulce y su compleja técnica de elaboración ha impedido que se popularice más allá del Centro Histórico. Cantero y Mena lograron replicar la receta aunque aún no la estandarizan. Además se apropiaron de la receta creando nuevos sabores. Hoy su producción ofrece 32 sabores de mistelas entre bocaditos con y sin licor. Miski'Cor al momento produce 200 cajas diarias con 25 unidades de caramelo de mistela cada una. Esta producción, al momento, cuenta con un diseño conocido como pasa bocas. Aunque aseguran estar trabajando en más diseños personalizados. (Cantero, 2018)

FOTOGRAFÍA 2.
Caramelo de mistela con forma de pasa bocas.
Foto: Ana Veintimilla

Evolución de la receta de caramelo de mistela

Según los registros de Patrimonio Almentario, las mistelas en forma de botella correspondían a las que llevan licor anisado, mientras que las que tenían forma de animales o figuras no contenían licor, sólo jalea de frutas para los niños. Sin embargo, la preparación es similar, solo cambia el punto de cocción dependiendo de la fruta o licor.

Para las recetas se toma en cuenta la versión más antigua que se tiene registro de 1800 dentro del manual de Juan Pablo Sanz. Además se retratará la receta de Mistelas Jiménez y Miski' Cor, únicos productores del caramelo en la ciudad de Quito. Cabe resaltar que ambos productores son celosos de sus preparaciones y no comparten abiertamente las recetas. Lo que se ha podido recolectar son los procedimientos más no cantidades exactas que utilizan para sus preparaciones. Sin embargo, el procedimiento permite conocer de primera mano la evolución que ha tenido la receta.

FOTOGRAFÍA 3.

Caramelos de mistela con forma de animales y objetos

Foto: Ana Veintimilla

Receta de 1800

La receta más antigua que se ha encontrado de la elaboración del caramelo de mistela corresponde al libro de Juan Pablo Sanz. En el 'Manual de la cocinera Método compendioso para trinchar y servir bien una mesa', Sanz menciona las mistelas como bebida. Pero dentro de un apartado diferente hace mención a una de las formas más antiguas de preparar los caramelos, las botellas a las cuales nombra: Botellas fundibles de azúcar.

La receta identifica una preparación laboriosa, sin detalles específicos en cuanto a las temperaturas o punto de cocción del caramelo. La receta y sus variaciones mencionadas por Sanz se presentan a continuación.

Botellas fundibles de azúcar

Se clarifican tres ó cuatro libras de buen azúcar, á que se añade buena jalea de manzanas á fin de comunicar la pastosidad, é impedir que se desmigaje. No se ha de poner á la vez más que media libra, poco más ó ménos, como para hacer pastillas, en el que debe cocerse hasta acaramelarse; i despees se va echando en pequeñas cantidades sobre una losa de mármol untada con buen aceite de olivas, formando con ella pedacitos como avellanas. Cuando

está todavía caliente la masa, se horma una bola que se prolonga, i tomando luego, un tubo de vidrio de medio pié de largo i del grueso de una pluma de ganso, untando en su extremidad con dicho aceite, se aplica á él la bola prolongada. Se sopla así poco á poco, presentando el azúcar al fuego i formando con el pulgar i el índice el cuello de la botella. Cuando se la juzgue del grueso conveniente, se hace el fondo con un pedacito de madera que tenga su figura. Conforme se van haciendo las botellas, se las va poniendo sobre papel blanco en tamizes, i cuando hai ya bastantes, se llenan con un embudito de plata en forma de bomba, de marrasquino de Zara, ó de otro cualquiera licor, preparado como se dirá. Se cuidara de que al echarlo no caiga sobre la botella para no mancharla i quitarla su transparencia. Cuando todas se han llenado. Se enciende una vela, i presentando á su llama el cuello de la botella, se dilata este: en cuyo instante se la aprieta suavemente con la punta de un cuchillo, i queda cerrada la botella.

Para que las botellas salgan iguales se toma al soplar el azúcar un molde de hoja de lata de la forma i tamaño de solo el cuerpo de la botella; se la unta con un buen aceite de olivas, i se aplica contra el azúcar que toma su forma.

Se prepara el licor, echando en él una tercera parte de azúcar, á medio almíbar, cuando ya no embebe: se menea después esta mezcla, i cuando está no mas que tibia, se llenan las botellas.

Estas botellas son primorosas en una mesa por la diversidad i transparencia de los licores; i tanto mas agradables, cuanto más pueden contener licores para facilitar la dijestion. Sobre cada una se pega su correspondiente rótulo ó emblema.

De otro modo

Se prepara los moldes hechos con pedazos de papel, que se arrollan en un cilindro de madera para que se tomen su figura. El cilindro deberá se de una pulgada de diámetro, sobre cuatro ó cinco líneas de largo: la extremidad inferior del papel debe sobresalir del molde lo bastante para que doblando sus bordes uno sobre otro cierren la abertura por aquella parte. Se colocan estos moldes, o se clarifican dos libras de azúcar, que se cuecen en un cazo el pico al unto de caramelo, i se le añade una cantidad suficiente de cualquier ratafía, como un buen elicsir de Garus ú otro, para descocer el azúcar i ponerlo al soplillo. Se echa después caliente en los moldes, i se pone a la estufa por seis horas, i de este modo el azúcar endureciéndose envuelve al licor que queda en medio. Se quita el papel, humedeciéndolo ligeramente con agua i retirándolo prontamente: puede dejarse solamente el papel cuando sea mui blanco. (Sanz, 2010, pág. 267)

La combinación del azúcar con el licor, la transparencia del caramelo y la forma de botellas permite asociar la receta con el caramelo conocido en la actualidad como mistela. La diferencia principal con las recetas actuales está en los moldes de papel y la forma de insertar el licor. Esta receta lleva más tiempo y trabajo en la confección, lo que pudo derivar en los nuevos moldes a base de harina.

Preparación Mistelas Jiménez desde 2001

Mistelas Jiménez producen dos estilos de caramelos de mistela: con y sin licor. En distintos diseños como botellas, animales, figuras y pasa bocas. Ellos utilizan una receta familiar para la preparación del caramelo, aunque no reve-

lan detalles específicos ni puntos de cocción porque consideran la preparación un secreto familiar. Aseguran que usan la esencia de las frutas porque la pulpa no mantiene el caramelo. El licor que más utilizan es el aguardiente. La siguiente receta es una transcripción de la entrevista con Marco Antonio Jiménez y Delia Calderón, propietarios de Mistelas Jiménez, editada para fines de comprensión (Jiménez, 2018).

1. Primero se prepara la harina que funciona como molde. Se la coloca sobre cajas de madera y se usan plantillas de la forma de animales, botellas o pasa bocas. Estas dejan la marca sobre las harinas para luego colocar el caramelo.

2. Luego se prepara el almíbar. Para esto se cocina agua con azúcar y licor hasta que dé el punto de caramelo. Ahí se añade la esencia y colorante.

3. Entonces se coloca la mezcla en los moldes. Se cubre con la misma composición de harina.

4. Se deja reposar y se espera 12 horas. Una vez que se han secado los caramelos, se los da la vuelta y se deja en reposo durante 12 horas más. En este tiempo se cocina el caramelo.

5. Una vez que han transcurrido 24 horas se escarba los caramelos con brocha para retirar la harina y evitar que se rompan por su delicado exterior.

6. Se deja secar los caramelos por momentos y se empaquetan en cajas de plástico. (Jiménez, 2018)

FOTOGRAFÍA 4. Moldes de harina de Mistelas Jiménez
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 5. Armado del molde de harina
Foto: Ana Veintimilla

La forma circular de las canicas crea un pasa bocas uniforme. La harina hace que el caramelo no se pegue a otras superficies.

FOTOGRAFÍA 6. Primer plano del molde
Foto: Ana Veintimilla

Sabores de caramelos de mistela

Los sabores de caramelos sin licor varían por temporada pero priman los sabores permanentes de fruta como limón, manzana, piña, maracuyá, fresa, chocolate, guanábana, mango, naranja, uva, coco, chicle y frutas de temporada. Para las versiones originales de licor se incluye el aguardiente en un anisado y se ofertan también caramelos de Whisky, Pájaro azul, Tequila, Vodka, Amaretto. (Jiménez, 2018).

FOTOGRAFÍA 7. Caramelos de mistela en forma de animales y objetos
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 8. Distribución de caramelos en proceso de secado
Foto: Ana Veintimilla

Preparación de Miski'Cor desde 2015

La elaboración de la receta de Miski'Cor parte de una experimentación personal en la que trabajaron María Elena Cantero y su esposo Andrés Mena. A continuación se muestra de forma gráfica la elaboración con la que trabajan. Las imágenes buscan ilustrar el proceso de elaboración de las mistelas en forma de caramelo. (Cantero, 2018).

FOTOGRAFÍA 9. Paso 1: Colocar el azúcar al fuego
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 10. Paso 2: Añadir el agua
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 11. AGREGAR LA ESENCIA O LICOR DESEADO

Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 12.

PASO 4: EBULLICIÓN

Foto: Ana Veintimilla

Esperar hasta que la cocción rompa en ebullición. Mezclar constantemente para que no se pegue el caramelo a la base.

FOTOGRAFÍA 13.

PASO 5: MEZCLAR EL COLORANTE CON AGUA PARA QUE SE DILUYA

Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 14.

PASO 6: COLORANTE

Foto: Ana Veintimilla

Combinar el caramelo con el colorante. Calentar el agua para evitar un choque térmico con el caramelo.

FOTOGRAFÍA 15.

PASO 7: COLOCAR LA MEZCLA EN EL MOLDE DE HARINA

Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 16.

PASO 8: CUBRIR EL CARAMELO CON HARINA

Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 17. PASO 9: VOLTEAR
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 18.
PASO 10: LIMPIEZA DE CARAMELOS
Foto: Ana Veintimilla

Recoger los caramelos, limpiándolos de la harina con una brocha y mucho cuidado para que no se rompan.

FOTOGRAFÍA 19. PASO 11: EMPAQUETAR
Foto: Ana Veintimilla

FOTOGRAFÍA 20. PRESENTACIÓN DEL CARAMELO
Foto: Ana Veintimilla

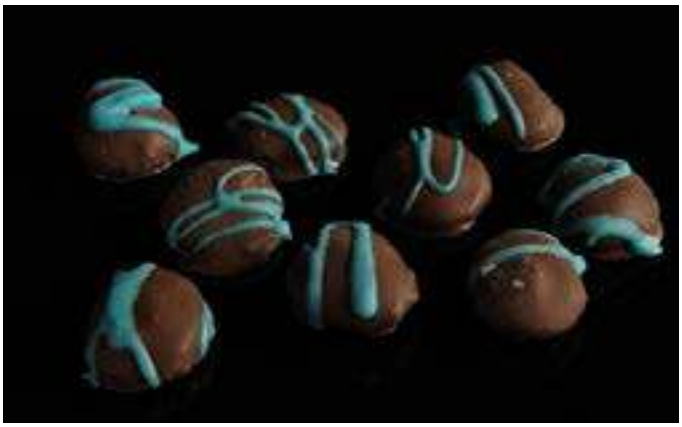
Innovación en el caramelo de mistela

Desde el 2015 que Miski´Cor entró al mercado con los caramelos de mistela, han posicionado la experimentación con licores no tradicionales e incluso con cocteles. La pareja señala que las preparaciones más demandadas son mojito maracuyá, tequila, cuba libre y mojito fresa. Han creado incluso una alianza con la marca Lovisone, que produce licores de cacao para la elaboración de mistelas con esta bebida. Así mismo, trabajan sabores por temporalidad. Por ejemplo, en diciembre durante fiestas de Quito sacan a la venta caramelos de canelazo, bebida tradicional de las fiestas. Una de sus primera inmersiones en licores tradicionales fue el uso de Pájaro azúl. (Cantero, 2018).

Otra de las innovaciones que han posicionado en el público son los caramelos de mistela bañados en chocolate. Miski'Cor busca posicionar también el producto ecuatoriano, más allá del caramelo. Por ello trabajan con el chocolate ecuatoriano Pacari. Este funciona como una cobertura para el caramelo de mistela, lo que permite ofrecer una

presentación premium a los clientes, sobre todo extranjeros que desean llevar el delicado caramelo fuera. La cobertura de chocolate evita que los delicados caramelos se rompan en la caja. (Cantero, 2018)

FOTOGRAFÍA 21. CARAMELO DE MISTELA RECUBIERTO
Foto: Ana Veintimilla



Caramelos de mistela de Miski'cor con licor de pájaro azul, envuelto en chocolate.

FOTOGRAFÍA 22. CARAMELO DE MISTELA DE ÁLVARO REINOSO
Foto: Tomada del Facebook de Álvaro Reinoso

El chef Álvaro Reinoso ofrecía mistelas en Chilcabamba Lodge, ahora en su restaurante Elements

Pero más allá de su propuesta, existen chefs que también trabajan con los caramelos de mistela en sus postres o preparaciones para realzar en la cocina de autor los sabores tradicionales. Sin embargo, estas propuestas no superan los cinco años de existencia, al ser de alta cocina se enfocan en un público extranjero lo que impide al cliente local ver o degustar de estas preparaciones.

La chef Gabriela Cadena elabora caramelos de mistela con anisado en el hotel Wyndham de Tababela, cerca del Aeropuerto Internacional de Quito Mariscal Sucre. El chef Álvaro Reinoso trabaja los caramelos en sus postres experimentando con sabores decoración y textura. Las sirve frías con flores de la zona. Son caramelos más grandes que funcionan como postres. (Cadena, 2018)

Locales que venden caramelo de mistela

Desde el 2015 que Miski´Cor entró al mercado con los caramelos de mistela, han posicionado la experimentación coLos caramelos de mistela de Mistelas Jiménez se encuentran disponibles en ferias de dulces y en los locales de Quito:

*Las Quesadillas de San Juan - Centro Histórico de Quito

*El Pretil - Centro Histórico de Quito

*Fabiolita - Centro Histórico de Quito

*Colaciones Cruz Verde - Centro Histórico de Quito

*CCI: Islas de las obleas

*Heladería San Agustín - Centro Histórico de Quito

*Santa Clara

*García Reinoso

Los caramelos de Miski'cor se encuentran disponibles en los locales de Quito:

*Pasaje Arzobispal - Centro Histórico de Quito

*Mercado Artesanal – Centro Turístico

*Centro Comercial Quitos

*Granados Plaza

5. Dulces e identidad

Para comprender la relación que tienen los comensales con los dulces como los caramelos de mistela se realizará un sondeo de opinión mediante encuestas en línea para definir si la población encuestada siente una pérdida de identidad en relación a los caramelos de mistela y el patrimonio culinario

Según la RAE, el concepto de identidad tiene cinco definiciones. En esta ocasión el término que más se acerca es el segundo:

2. f. Conjunto de rasgos propios de un individuo o de una colectividad que los caracterizan frente a los demás.

(Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española, 2017)

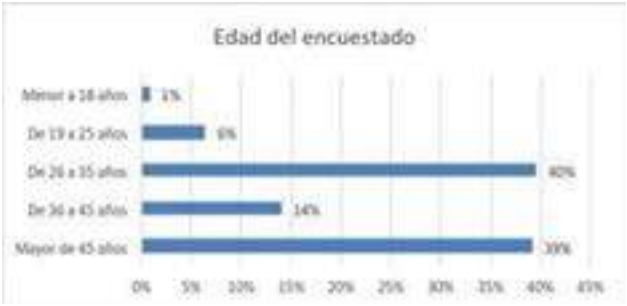
Se toma en cuenta como rasgos propios o de la colectividad también a los aspectos culinarios que definen a esa

comunidad. En este caso los caramelos de mistela se consideran un elemento que forma parte de la cocina característica de un lugar como Quito y por tanto de sus habitantes.

Resultados de la encuesta de consumo e identidad

1. Edad

CUADRO 7 . EDAD DE LOS ENCUESTADOS

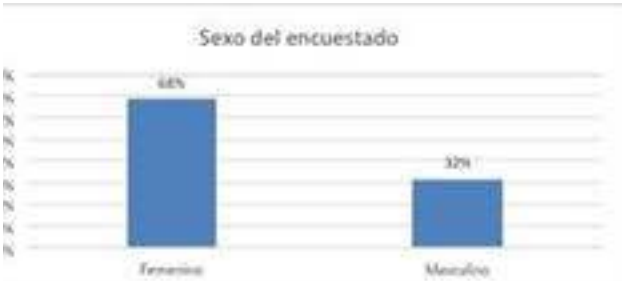


Fuente: (Veintimilla, 2018)

La edad de los encuestados nos permite dividir el grupo entre generaciones y entender la posición e interés que existe en el caramelo de mistela entre estos grupos de personas. Los grupos más prominentes fueron de entre 26 y 35 años con un 40% y mayores de 45 años con 39%. Sin embargo, los análisis tomarán en cuenta todos los grupos etáreos para dar una comprensión general sobre el acercamiento y consumo de los caramelos de mistela en las distintas edades. Para siguientes análisis al grupo menor de 18 años se lo conocerá como Grupo 1, a quienes tienen de 19 a 25 años se conocerá como Grupo 2, quienes van de 26 a 35 años se los llamará Grupo3, a quienes tienen de 36 a 45 años Grupo 4 y a quienes superan los 45 años Grupo 5.

2. Sexo

CUADRO 8. GÉNERO DE LOS ENCUESTADOS



Fuente: (Veintimilla, 2018)

Las respuestas fueron incógnitas, pero se seleccionó el género de los encuestados para analizar un cruce de variables entre edad y género. Al mismo tiempo se analizarán las diferencias de elecciones y preferencias en cada género. Tomando siempre en cuenta que la encuesta tuvo un mayor porcentaje de respuestas femenino. Más del doble de las mujeres (68%) accedieron a responder a esta encuesta que de hombres (32%).

3. Ciudad de residencia

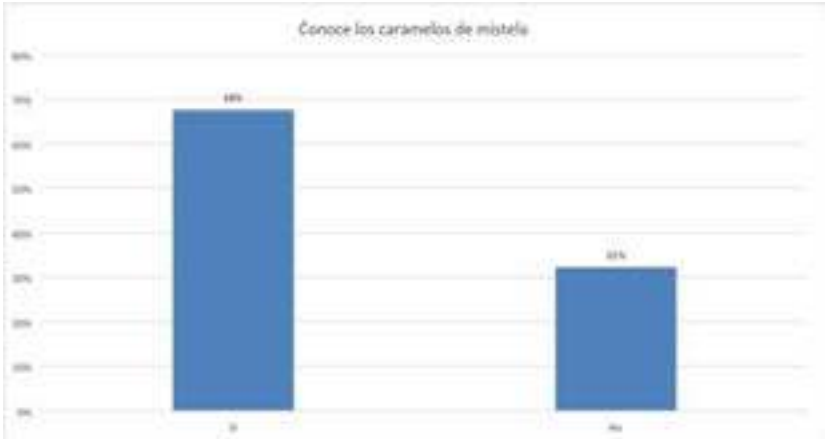
CUADRO 9. CIUDAD DE RESIDENCIA

Fuente: (Veintimilla, 2018)

De los 250 participantes en la encuesta, el 86% reside actualmente en Quito. Sin embargo, para el análisis se han utilizado todos los resultados puesto que la encuesta fue dirigida para ecuatorianos, sin importar si residen o no actualmente en el país. Los encuestados que se encuentran fuera del país suman solo el 3.2%. Mientras que 96,8% vive actualmente en el país, aunque la mayor cantidad de respuestas se encuentra en Quito, también se analizarán respuestas de otras ciudades como Guayaquil, Ibarra, Riobamba, Ambato, Lago Agrio, Quevedo, Manta y Loja. Estas muestra busca representar las elecciones o preferencias del público ecuatoriano.

4. ¿Conoce los caramelos de mistela?

CUADRO 10. CONOCIMIENTO DEL PRODUCTO



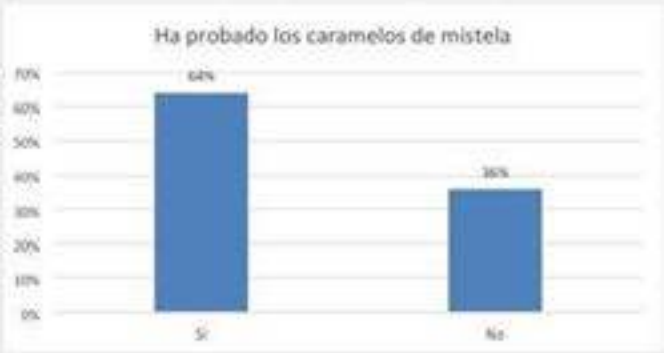
Fuente: (Veintimilla, 2018)

La primera respuesta directa sobre el caramelo de mistela muestra un alto número (68%) de personas que conocen el caramelo de cerca. Pero la cifra que más nos compete es el 32% de personas que no conocen el producto. En el universo de las 250 personas, este porcentaje asciende a 80 personas e iguala directamente al porcentaje masculino

dentro de la encuesta. Si bien no es una cifra alarmante es un porcentaje considerable al tratarse de un alimento que está considerado en riesgo de desaparecer y sobre todo un alimento considerado como Patrimonio Alimentario del país.

5. ¿Ha probado los caramelos de mistela?

CUADRO 11. DEGUSTACIÓN DEL PRODUCTO



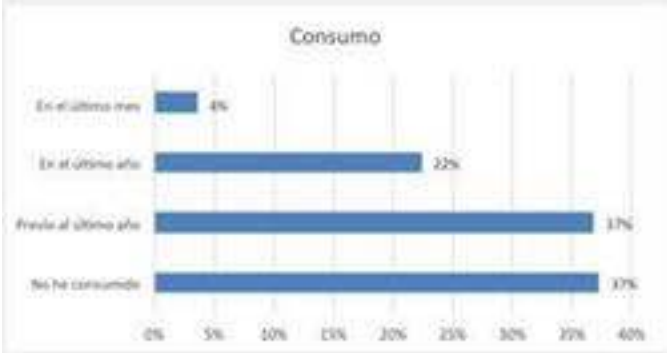
Fuente: (Veintimilla, 2018)

Las respuestas en las preguntas 4 y 5 son similares, pero muestran una ligera variación del 2%. El objetivo de separar estas dos preguntas era analizar si existe una gran diferencia entre el porcentaje de gente que conoce versus el que realmente ha probado el caramelo. De esta cifra se podría deducir que de 250 personas, 169 conocen el caramelo, pero de ellas 9 personas que sí lo conocen nunca lo han probado. Aunque es una cifra relativamente baja, el investigador Santiago Pazos Carrillo señala que la mistela, al igual que otros dulces y platillos ecuatorianos se ha mitificado.

Las mistelas son de alta cocina, cocina delicada. Pero parece que ya están mitificadas. Muchas personas conocen, saben que es un postre pero no lo han probado o visto. Lo escucharon de la abuelita, lo vieron en alguna parte. Es como un mito, se transmite dentro de un modelo alimentario. (Pazos Carrillo, 2018)

6. ¿Cuándo fue la última vez que probó los caramelos de mistela?

CUADRO 12. PERIODO DE CONSUMO

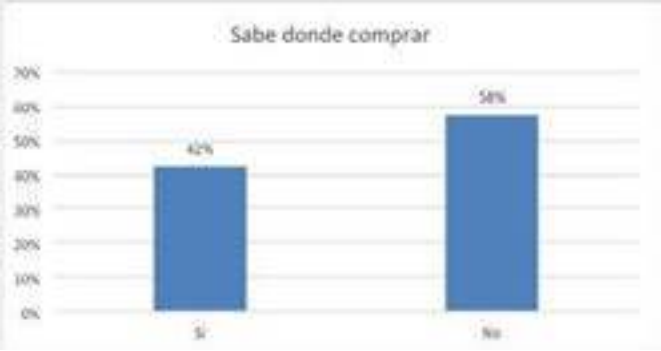


Fuente: (Veintimilla, 2018)

Aunque un 64% de los encuestados ha degustado por lo menos una vez este dulce, solo el 4% lo ha hecho en el último mes, mientras que solo el 22% lo ha probado en el último año. Dadas la ferias de dulces que se realizan en diciembre, el porcentaje de gente que lo degusta por lo menos una vez al año debería ser más alto. Sin embargo, cerca del 40% de los encuestados reconoce no haber consumido la mistela en un tiempo superior a un año.

7. ¿Sabe donde conseguir o comprar caramelos de mistela?

CUADRO 13. LOCALES DE VENTA

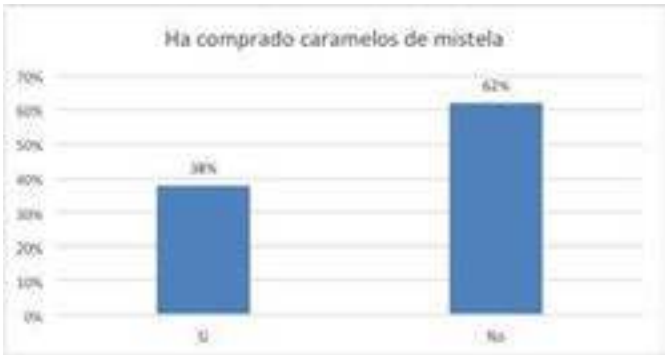


Fuente: (Veintimilla, 2018)

Como se menciona en el apartado de los locales de venta, de 11 locales que expenden mistelas en la ciudad 6 se encuentran en el Centro Histórico de la ciudad de Quito. La concentración de este producto en un sector turístico de la ciudad puede ser uno de los motivos por los cuales el mayor porcentaje de los encuestados desconoce dónde conseguir el caramelo de mistela. Este dato brinda una luz tanto para productores como comensales, para difundir el caramelo más allá de Quito y también fuera de los círculos turísticos.

8. ¿Ha comprado caramelos de mistela?

CUADRO 14. CONSUMO



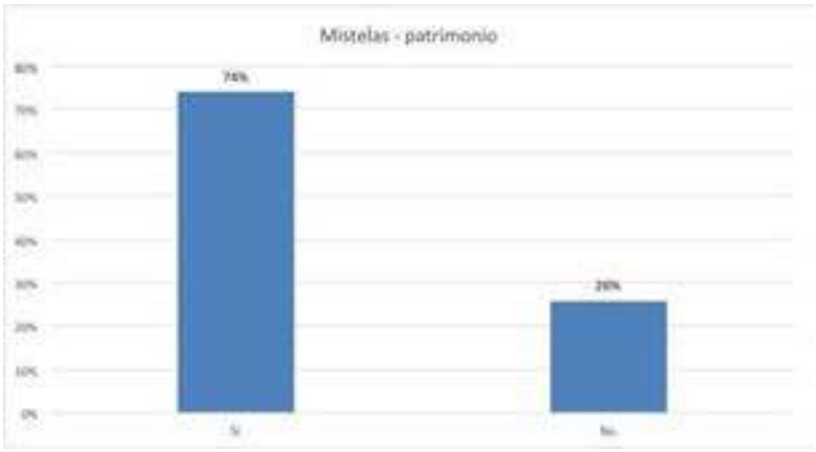
Fuente: (Veintimilla, 2018)

La diferencia es mucho mayor entre las respuestas de las preguntas 7 y 8. Aunque el 58% de encuestados conoce dónde comprar mistelas, el 62% no ha comprado este producto ni una sola vez. Tan solo el 38% sí lo ha hecho. Otra de las consideraciones para tomar en cuenta el caramelo como producto elaborado en peligro de desaparecer es su accesibilidad, pero aunque la gente conozca dónde se encuentra el producto, este resultado permite inducir que no

necesariamente influye en su decisión de comprarlo. Tal vez porque el producto va perdiendo interés en el público.

9. ¿Considera usted que los caramelos de mistelas deberían formar parte del patrimonio alimentario del Ecuador?

CUADRO 15. PATRIMONIO

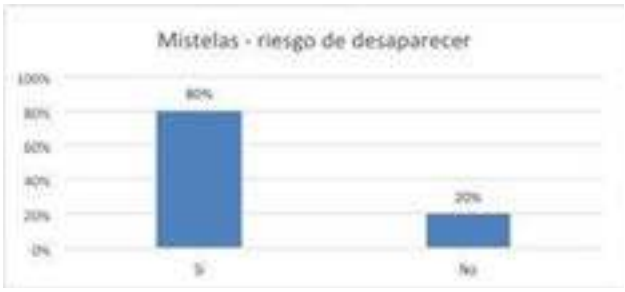


Fuente: (Veintimilla, 2018)

A pesar de que más del 30% de los encuestados reconocen no saber sobre el caramelo de mistela y no haberlo probado, cerca del 74% considera que este alimento sí debería formar parte del patrimonio alimentario del Ecuador. Aunque dentro de los registros oficiales ya forma parte, esta pregunta busca entender si los encuestados consideran este como su patrimonio culinario. Más de la mitad sí lo hacen a excepción de un 26% que podría corresponder al primer grupo mencionado.

10. ¿Considera que este producto está en riesgo de desaparecer?

CUADRO 16. PRODUCTO EN RIESGO



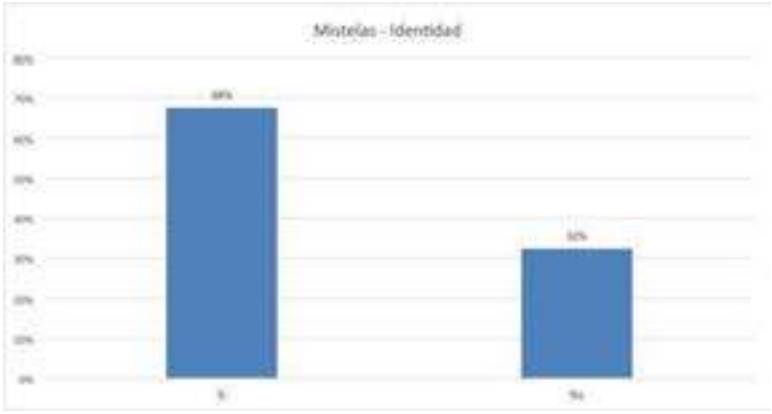
Fuente: (Veintimilla, 2018)

La cifra aumenta cuando se consulta a los encuestados si consideran este alimento en riesgo de desaparecer. El 80% de los encuestados consideran que sí. Esta cifra es una de a respuestas más altas de toda la encuesta, pues se suma público que reconoce no conocer del caramelo y por ello lo considera en riesgo de desaparecer, puesto que

ya no se sabe de él.

11. ¿Cree usted que la pérdida de este dulce significaría una pérdida de la identidad culinaria de los ecuatorianos?

CUADRO 17. PRODUCTO E IDENTIDAD



Fuente: (Veintimilla, 2018)

La relación de los caramelos con la identidad culinaria se responde de forma paralela que la pregunta 4. Esto podría indicar que los mismos encuestados que conocen el caramelo lo encuentran como parte de una identidad culinaria. Mientras que para quienes es desconocido no existe relación alguna con su identidad culinaria.

Análisis de los resultados de la encuesta de consumo e identidad

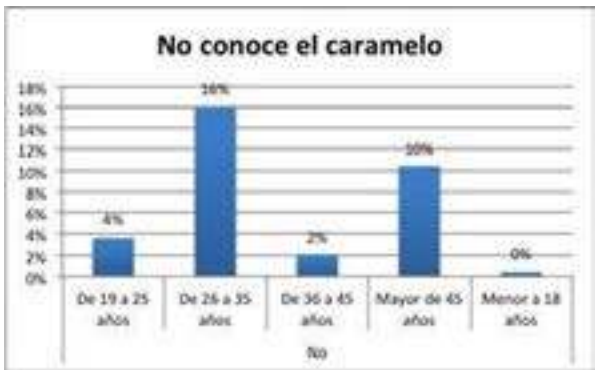
¿Conoce los caramelos de mistela?

Los siguientes cuadros muestran la relación entre quienes conocen los caramelos de mistela y quienes no, divididos por edades.

CUADRO 18. EDAD VS. CONOCIMIENTO

Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 19. EDAD VS. CONOCIMIENTO



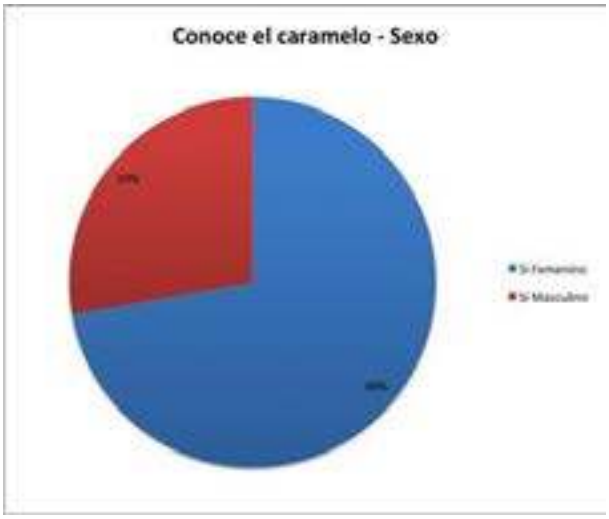
Fuente: (Veintimilla, 2018)

Existen dos grupos que claramente conocen más el caramelo de mistela y se encuentra en el Grupo 3 y 5. Sin embargo, hay una clara diferencia con el Grupo 3 pues un 16% desconoce de la existencia de este caramelo, mientras que un 24% sí lo conoce. En el Grupo 2 es superior el público que desconoce por 1%. Lo que podría indicar que son generaciones a quienes no se les ha acercado este producto. Sin embargo, la diferencia no es tan grande para considerar que se desconoce totalmente.

Conocimiento del caramelo dividido por género

El siguiente cuadro muestra que los caramelos de mistela son más populares entre la audiencia femenina. El 49% de mujeres reconoce que sí sabe de este producto mientras que únicamente el 19% de los hombres da cuenta de este dulce. Es decir que un 20% de hombres no ha visto a los caramelos mientras que solo el 13% de las mujeres consideran que no saben de este producto.

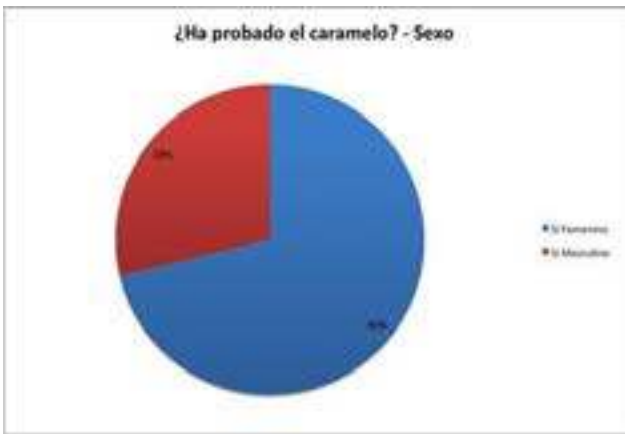
CUADRO 20. SEXO VS. CONOCIMIENTO



Fuente: (Veintimilla, 2018)

Ha probado el caramelo de mistela dividido por género

CUADRO 21. SEXO VS. DEGUSTACIÓN

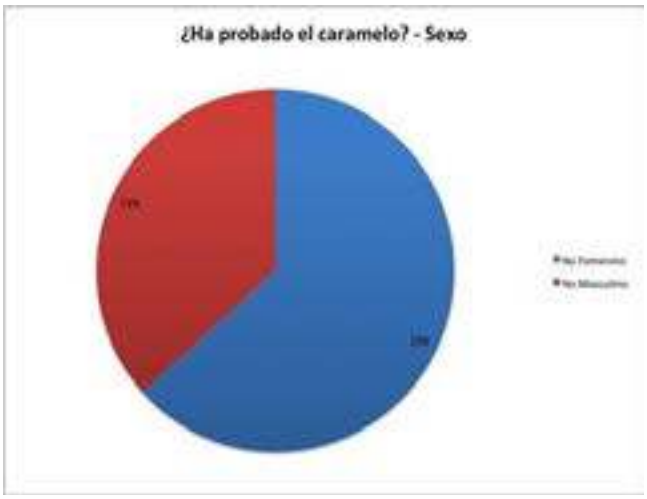


Fuente: (Veintimilla, 2018)

Aunque muchos reconocen que existe el caramelo, no todos lo han probado. Comparando géneros, se muestra claramente que entre los encuestados, la población femenina ha probado el caramelo más que la población masculina. Con un 46% la población femenina tiene mayor acercamiento con los dulces que el 18% de la población masculina.

Aún así un 23% de las mujeres que respondieron reconocen que no han degustado el dulce, mientras que el 13% de los hombres tampoco lo ha probado. En el caso de las mujeres es mayor la población que si conoce, pero en el de los hombres la población que no ha probado supera la mitad de la población encuestada.

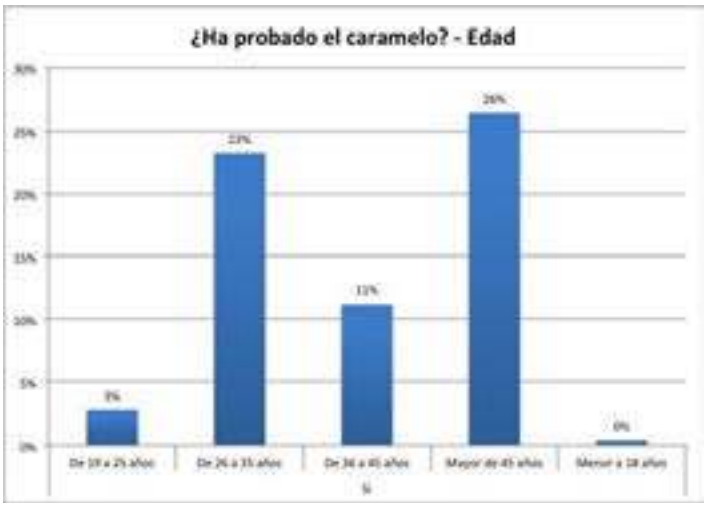
CUADRO 22. SEXO VS. DEGUSTACIÓN



Fuente: (Veintimilla, 2018)

Ha probado el caramelo de mistela dividido por edad

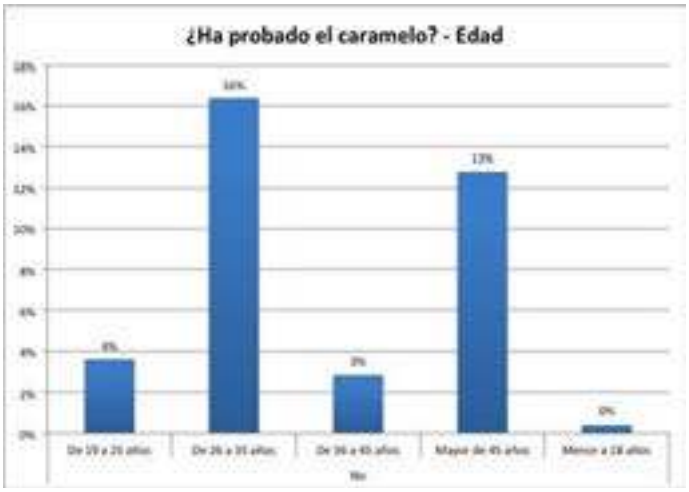
CUADRO 23. EDAD VS. DEGUSTACIÓN 1



Fuente: (Veintimilla, 2018)

Nuevamente los grupos etáreaos más prominentes son el Grupo 3 y Grupo 5. La población del grupo 5 ha degustado más que cualquier otro grupo etáreo. Aún así, cerca del 13% de este grupo reconoce que no ha degustado el producto. En el caso de los jóvenes entre 26 y 35 años el 23% ha probado el caramelo alguna vez en su vida, mientras que el 16% no lo ha hecho. De estos gráficos es fácil concluir que existe mayor acercamiento al caramelo de mistela con las generaciones superiores a los 45 años puesto que era un producto colonial que se heredó pero ha perdido conexión con las nuevas generaciones. Allí radica su escasez y posible desaparición.

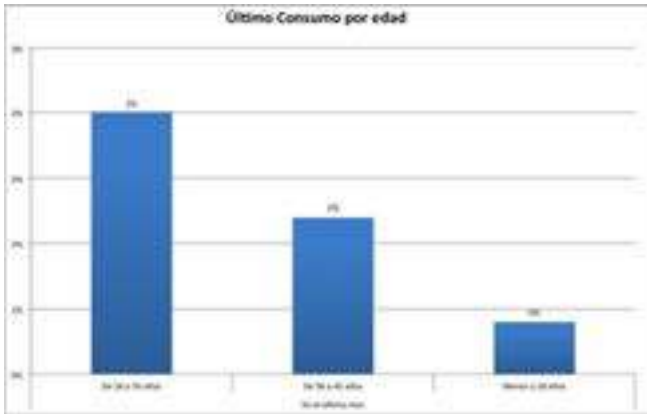
CUADRO 24. EDAD VS. DEGUSTACIÓN 2



Fuente: (Veintimilla, 2018)

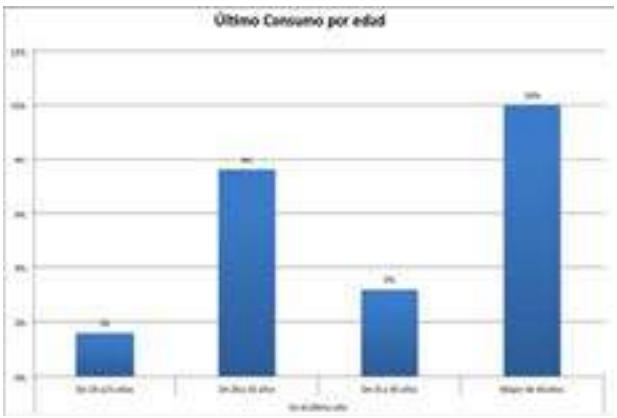
¿Cuándo fue la última vez que probó el caramelo? Dividido por edad

CUADRO 25. CONSUMO VS. EDAD 1



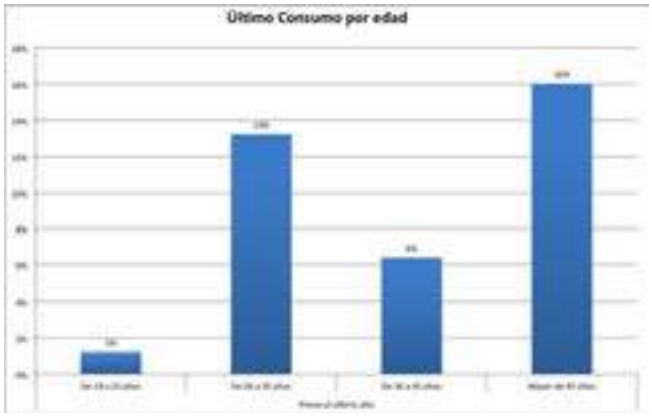
Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 26. CONSUMO VS. EDAD 2



Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 27. CONSUMO VS. EDAD 3



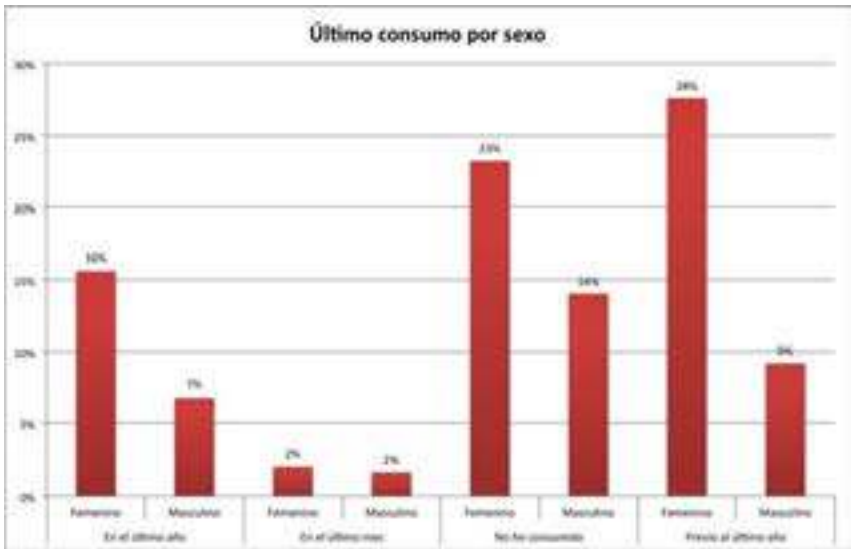
Fuente: (Veintimilla, 2018)

En los tres cuadros se muestras el consumo de caramelo de mistela en el último mes, año o previo a ello considerando las diferencias de edades. El grupo 5 lidera los cuadros en los que se señala que han consumido el caramelo en el último año o previo a ello. Un 16% de esta población lo probó hace más de un año, un 10% en el último año y tan solo un 1% lo consumió en el último mes. En este cuadro solo un 2% de jóvenes del Grupo 3 han degustado la mistela en el último mes.

Para estas respuestas hay que considerar la temporalidad del producto. Ambos productores reconocen que le venta del caramelo aumenta en épocas como agosto, mes de las artes dónde surgen ferias y en diciembre por fiestas de Quito. Aun así es bajo el porcentaje de comensales que consumieron las mistelas en el último año, el grupo que más consumió llega solo al 10% y nuevamente recae en el grupo de mayor edad.

¿Cuándo fue la última vez que probó el caramelo? Dividido por género

CUADRO 28. CONSUMO VS. SEXO



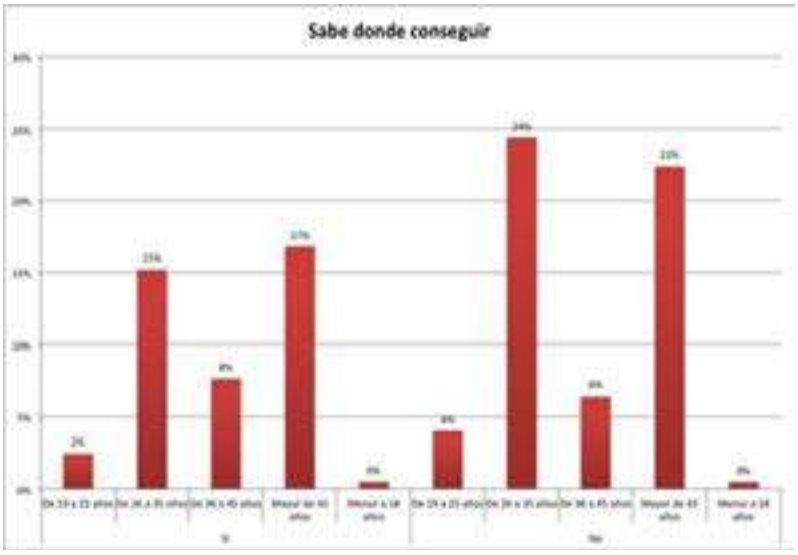
Fuente: (Veintimilla, 2018)

Considerando que en la población encuestada había más mujeres es normal que sus números sean mayores. Aún así, es importante notar que dentro del último mes solo el 2% de la población tanto femenina como masculina consumió el caramelo. Entre las mujeres la mayoría consumió el dulce previo al último año, mientras que el mayor porcentaje de hombres vuelve a reconocer que no ha consumido el producto.

Este cuadro refleja que mientras más se aleja el tiempo es mayor el número de consumidores, lo que podría demostrar una baja en el consumo de mistelas con el pasar del tiempo. Considerando esto, si los caramelos no se acercan a las nuevas generaciones se podría perder u olvidar este producto.

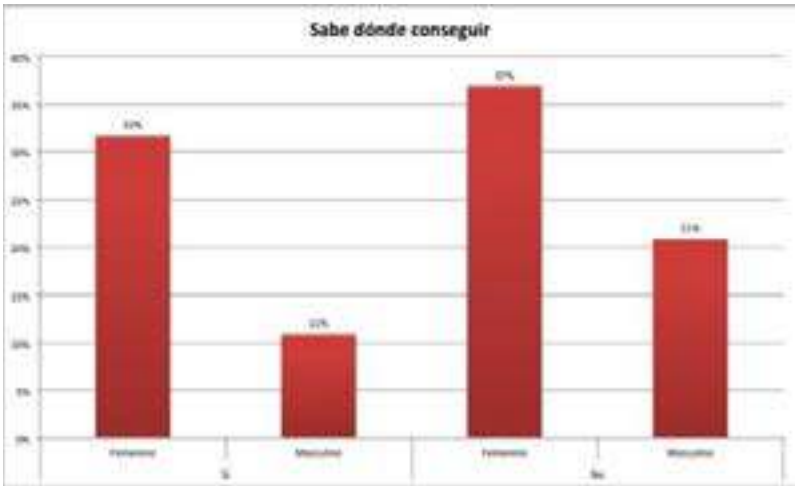
¿Conoce dónde conseguir el caramelo de mistela?

CUADRO 29. ACCESIBILIDAD VS. EDAD



Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 30. ACCESIBILIDAD VS. SEXO



Fuente: (Veintimilla, 2018)

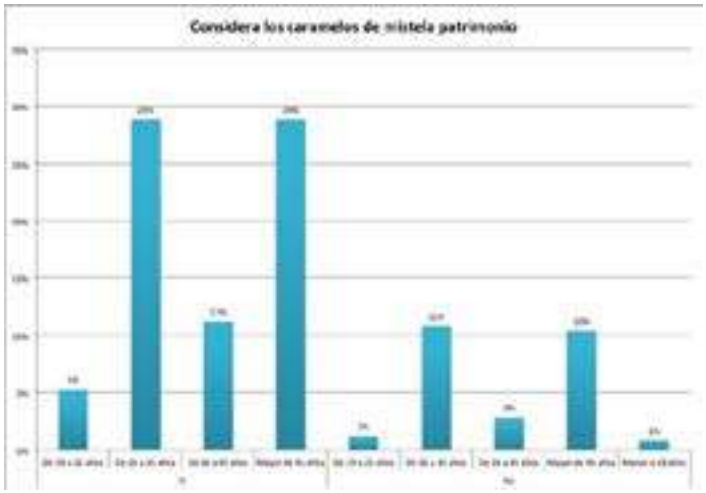
Esta pregunta busca comprender si la ubicación de los caramelos puede ser uno de los componentes que la llevan a la categoría de desaparición. En grupos etáreos se refleja que tan solo un 17% del Grupo 5 y un 15% del grupo 3 conocen dónde se encuentra el producto. Aún así es mayor la población que desconoce. En el cuadro 26 se muestra que el Grupo 3 supera al grupo 5 con un 24% que desconoce en dónde conseguir mistelas.

Mientras que el Grupo 4 se muestra como el único cuya población que sí conoce el caramelo supera a aquella que desconoce por un 2%. En el resto de grupos etáreos se ve que la población que desconoce supera a aquella que sí.

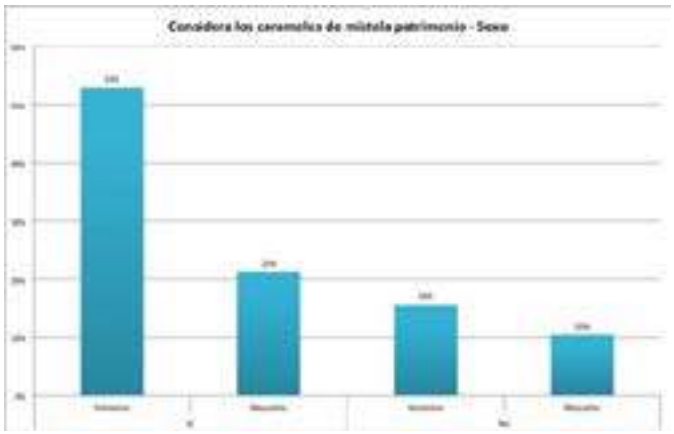
En cuanto a la relación por género, es posible deducir que en ambas poblaciones el desconocimiento supera a la población que conoce. Tomando en cuenta que los caramelos se expenden, en su mayoría, en el Centro Histórico de Quito, se convierte en un caramelo más difícil de encontrar en otras zonas de la ciudad. Esto impide, en gran parte su popularización y por tanto se encasillan en productos pensados únicamente para turistas, sin consumo local.

Considera a los caramelos de mistela como patrimonio culinario: por edad y por sexo

CUADRO 31. PATRIMONIO VS. EDAD



Fuente: (Veintimilla, 2018)

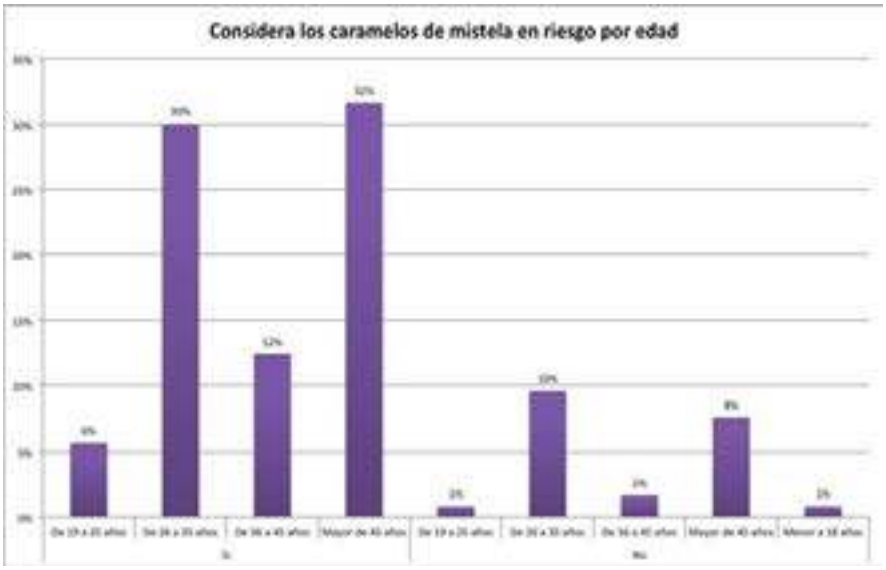


Fuente: (Veintimilla, 2018)

Los grupos 3 y 5 superan y doblan a la población que piensa que no se debe considerar a este dulce como un patrimonio. En dodos los grupos es mayor la población que sí considera que aquella que no. De este primer cuadro, sin embargo, es posible deducir que los encuestados, a pesar de no conocer completamente al dulce o no haberlo degustado, lo consideran un producto patrimonial. Aquí se resaltaría la idea del mito mencionada por Pazos Carrillo puesto que el mito del dulce prevalece más que el mismo producto. Lo mismo se refleja en la división por género a esta pregunta. En ambos casos la población que acepta el caramelo como un patrimonio dobla a la que no lo considera.

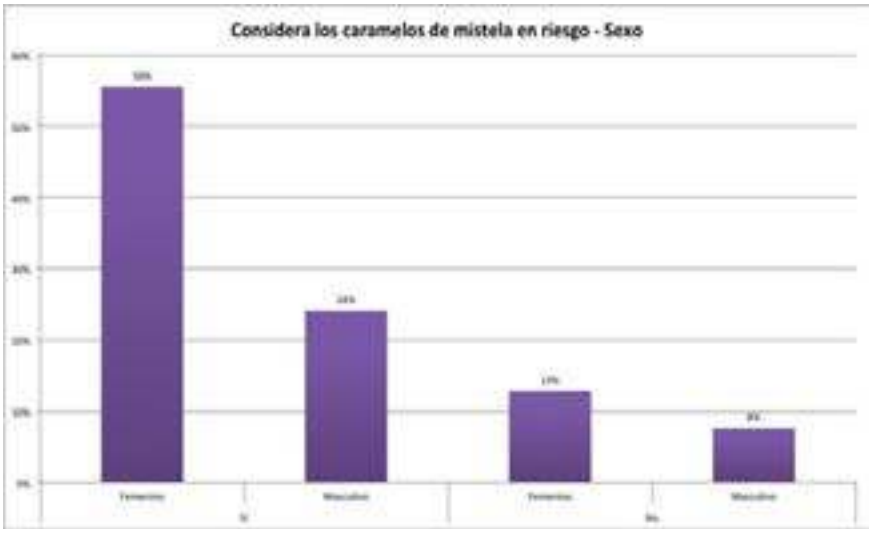
Considera que los caramelos de mistela están en riesgo de desaparecer: por edad y sexo

CUADRO 33. RIESGO VS. EDAD



Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 34. RIESGO VS. SEXO



Fuente: (Veintimilla, 2018)

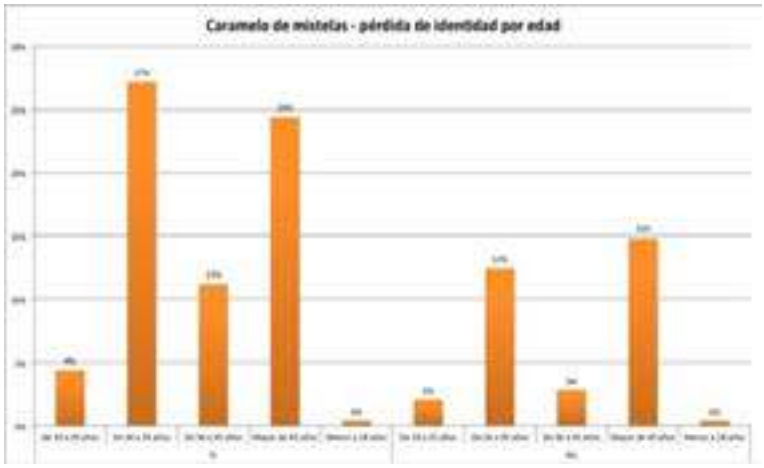
Una de las preguntas más importantes dentro de la encuesta era conocer si el público considera que este es un producto en peligro de desaparecer. Nuevamente las respuestas señalan que a pesar de no conocerlo completamente las poblaciones del Grupo 3 y 5 son las que consideran que sí está en riesgo, en mayor porcentaje en un 30 y 32% respectivamente. Quienes consideran que no están en riesgo en estos mismos grupos alcanzan un 18%, sin embargo esto también puede deberse a que su desconocimiento del producto los lleve a considerar que no se encuentra en riesgo alguno.

La población femenina de la encuesta lidera el sí con un 56%, tan solo el 13% lo ve como un producto sin riesgo. El caso de la población masculina quienes consideran en riesgo superan a aquellos que no con un 16%.

Ambos cuadros reflejan que el caramelo se encuentra en riesgo de desaparecer desde la perspectiva de la gente. Ya sea por desconocimiento o porque no existe cercanía con el mismo, la población ve al producto como algo que no necesariamente perdurará.

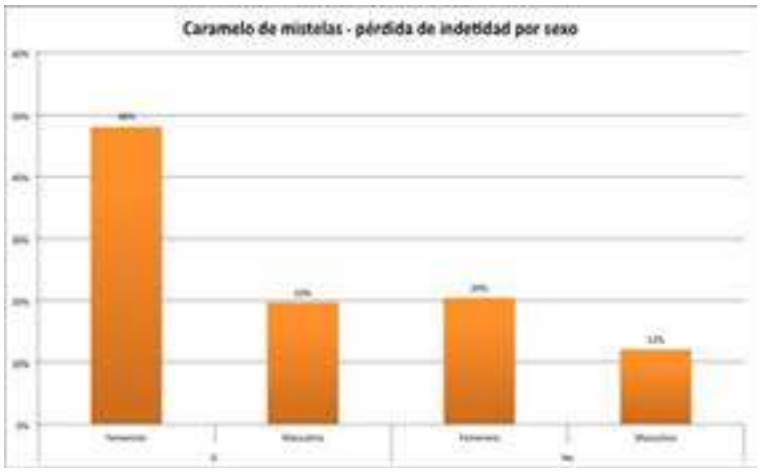
¿Cree usted que la perdida de este dulce significaría una perdida de la identidad culinaria de los ecuatorianos?

CUADRO 35. IDENTIDAD VS. EDAD



Fuente: (Veintimilla, 2018)

CUADRO 36. IDENTIDAD VS. SEXO



Fuente: (Veintimilla, 2018)

Al igual que en la pregunta anterior, esta relación entre identidad culinaria y los caramelos de mistelas buscaba una conexión o desmitificar la conexión entre el caramelo y la identidad. En ambos casos los datos muestran que tanto el público femenino como el masculino consideran que sí se pierde identidad con la pérdida de este caramelo. De igual forma los grupos étareos divididos que consideran que sí se pierde identidad doblan en número a aquellos quienes consideran que no. Estos cuadros permiten comprender a breves rasgos que los caramelos de mistela se consideran parte de la identidad culinaria de los ecuatorianos. Lo que muestra la primea tabla es que los jóvenes del Grupo 3 son quienes más concuerdan con esta premisa, pues en un 27% superan al resto de grupos etáreos. En los cuadros de género se visibiliza que existe mayor aceptación femenina a esta premisa que masculina. De igual forma en ambos casos el sí supera por el doble a quienes consideran que no se pierde identidad.

6. Conclusiones y recomendaciones

1. Las ciudades de Quito y Guayaquil son las que mayor consumo de dulces tienen e incluso las que más productores de repostería poseen a diferencia de otras ciudades. Este dato corrobora la pre conpceción de Quito como una ciudad dulce que busca celebrar el proyecto Dulce Paladar Quiteño. Entre los dulces que se consideran parte del acervo culinario del país existen varios que se encuentran en peligro de desaparecer, algunos se encuentran dentro de un listado erigido por el Patrimonio Alimentario, pero también en el imaginario de la gente y sobre todo de quienes trabajan en la cocina local pues conocen o investigan las preparaciones o recetas que con el pasar del tiempo se van olvidando. Pazos Carrillo resalta que esta pérdida es simple evolución de la cocina local y su desaparición no acarrea una pérdida fundamental. "Si lo veo románticamente se pierde saberes, cultura, ciencia y memoria. (…) Pero los platos se pierden y hay que rescatarles o se olvidan y hay que revalorizarles".

Tras la investigación con expertos e institución local se encontró una variedad de dulces que podrían estar en riesgo de olvidarse o desaparecer por completo. Existen postres cuya desaparición no se considera opción todavía para el público como las Moncaibas también conocidas como Amor con Hambre, puesto que los locales de comida rápida como KFC ofrecen estas galletas como parte de sus combos a bajo costo. Aún así cada vez pierden mayor conexión como dulces tradicionales y su sabor ha cambiado. Por otro lado, algunos expertos coinciden en que los caramelos de mistela están en peligro de desaparecer, comparando con el listado de Patrimonio este producto se encontró bajo el listado de 'En Riesgo'. En este estado se encuentran 94 dulces que representan el 33% del total de platillos considerados en Patrimonio Alimentario y 24 dulces considerados por cocineros e investigadores locales. Si bien la cifra no es alarmante, los platillos en este estado se podrían olvidar y sin investigaciones es difícil que se vuelvan a revalorizar.

2. Tras el análisis tanto de las recetas y los productores de caramelo de mistela es importante mostrar que el dulce se encuentra como 'En Riesgo' por varias circunstancias. Una de ellas es la poca producción. Durante 1800 existen registro del consumo y producción de estos caramelos pero en 1900 estos datos son escasos. En Quito es la única ciudad donde se encuentran dos productores de caramelos mistelas y resurgieron recién en los 2000. Durante

14 años solo había un productor de caramelos de mistela con una receta de herencia familiar colombiana. Aunque Mistelas Jiménez revivió el caramelo en la ciudad, su venta casi reducida al Centro Histórico se ha distanciado de otros ciudadanos que no circulan por el área turística de la ciudad, concibiéndola como un producto escaso.

Desde hace tres años con la aparición de Miski'Cor la producción de caramelos de mistela se ha diversificado en sabores, su producción con cocteles llama la atención al igual que el baño de chocolate, lo que podría acercar el producto a nuevos públicos. Sin embargo, aunque esta receta innova en sabor ha perdido la costumbre de diferenciar a los caramelos de mistela con sus formas de animales u objetos. Al mismo tiempo, han recluido su venta al Centro Histórico con pocas ventas fuera de esta zona.

Ambos productores guardan sus recetas con recelo, confirman que tienen proyectos de exportación del producto y continúan con la experimentación de nuevos sabores para el caramelo. Aún así ninguno ha logrado posicionar ni vender los caramelos de mistela más allá de Quito, únicamente en ferias esporádicas fuera de la ciudad. Por lo que, además de mayor producción del caramelo de mistela, se visibiliza claramente que hace falta difusión del producto en otros sectores de la ciudad y en otras ciudades del país. Así como mayor difusión de su conexión como patrimonio culinario tanto en el país como fuera de él.

Otro elemento que influye en la percepción de los caramelos de mistela y en su posible desaparición son sus largos procesos de elaboración. El caramelo es frágil y su trato debe ser delicado o se rompe inmediatamente soltando el líquido interior. Por ello, los productores lo preparan con guantes y lo secan en harina. Aún así el producto requiere de dos reposos que suman 24 horas, en las primeras 12 horas se realiza una inspección caramelo por caramelo, lo que impide una masificación del producto o que llegue a tiendas populares como lo han hecho dulces como las quesadillas que han logrado permanecer como un dulce favorito e identificativo de la ciudad, a pesar del paso del tiempo son parte del acervo culinario popular.

Además del tiempo de elaboración el producto requiere de licores, lo cual lo convierte en un dulce poco accesible para todos, sobre todo en el Ecuador que no produce gran cantidad de licores y cuyas importaciones tienen aranceles. Las innovaciones que promueven el uso de licores de alta gama o cocteles evitan que este producto esté al alcance de todos para prepararlo. Pero el uso de aguardiente -con el cual se creó el producto- lo mantiene en un ambiente más popular y su costo a USD 3 por caja.

3. A través de las encuestas se logró identificar que existe un 34% de desconocimiento sobre el caramelo de mistela. Un 64% de los encuestados ha degustado por lo menos una vez este dulce, solo el 4% lo ha hecho en el último mes, mientras que el 22% lo ha probado en el último año. Lo interesante fue que a pesar de que no todo el público ha degustado el producto un 80% lo considera en riesgo de desaparecer y un 74% lo considera parte del patrimonio culinario. Mientras que un 68% asegura que se perdería identidad culinaria si desapareciese este producto. El desconocimiento del producto, pero su alta demanda del producto como patrimonio permiten comprender que todavía existe relación con los caramelos, tal vez como un mito, como menciona Pazos Carrillo o como un producto que permanece pero no permea en la ciudad.

Existe un mayor interés del caramelo por parte del público femenino por la alta respuesta que se dio en las en-

cuestas, casi el doble que el público masculino. Aunque esto puede deberse al público que llegó la encuesta en línea, se puede considerar que la herencia de repostería y dulces que partió desde las monjas de los conventos se mantiene hasta hoy como un legado femenino. Irónicamente fueron hombres quienes han rescatado la receta.

A través de la encuesta también se pudo comprender que el público más cercano al producto supera los 45 años, pues fueron quienes más degustaron el producto o lo conocían. Considerando esto, si los caramelos no se acercan a las nuevas generaciones se podría perder u olvidar este producto, las variaciones con cocteles podrían significar este acercamiento.

A través de las encuestas se pudo concluir que los caramelos de mistela todavía se consideran parte de la identidad culinaria ecuatoriana, su pérdida podría arriesgar este patrimonio que sobre todo se exalta en celebraciones de la ciudad como las fiestas decembrinas, pero que de difundirse bien podría llegar a distintos sitios y momentos de celebración de la ciudad y promoverse a nivel país como un dulce tradicional.

4. Los caramelos de mistela representan patrimonio e historia de la ciudad, se encuentran escasos, pero no han desaparecido. Su revalorización permitirá promocionar no solo el dulce sino también la ciudad desde una perspectiva culinaria y evitar que desaparezcan y con ellos una parte de la identidad culinaria. Este dulce que a pesar de su delicado proceso de preparación y tiempo ha sobrevivido muestra la importancia de una identidad culinaria que está en riesgo pero con difusión correcta marca una guía para otros dulces que estarían en el mismo riesgo de desaparecer.

Bibliografía y referencias

- Acuña, M. (23 de Mayo de 2018). Entrevista a Mauricio Acuña. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Armendaris, M. (22 de Mayo de 2018). Entrevista a Mauricio Armendaris. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Cadena, G. (30 de Mayo de 2018). Entrevista a Gabriela Cadena. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Cantero, M. E. (12 de Junio de 2018). Entrevista a Miski'Cor. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Cueva, S. (22 de Mayo de 2018). Entrevista a Santiago Cueva. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Escuela de Hotelería y Turismo de la Universidad Católica del Ecuador. (2015). Memorias del VI Congreso de Cocinas Regionales Andinas, Tesoro de la Hospitalidad Andina. Quito, Pichincha, Ecuador: Centro de Publicaciones de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Estrada Ochoa, J. (14 de Junio de 2018). Colombia de Sal & Dulce. (A. Veintimilla, Entrevistador)

- Guzman, A. (29 de Mayo de 2018). Entrevista a Alberto Guzmán. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Holguín, J. P. (22 de Mayo de 2018). Entrevista a Juan Pablo Holguín. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Instituto de Patrimonio Alimentario. (2015). Patrimonio Alimentario del Ecuador. Recuperado el 25 de Abril de 2018, de Patrimonio Alimentario del Ministerio de Cultura y Patrimonio del Ecuador: atrimonioalimentario. culturaypatrimonio.gob.ec
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2010). Ecuador en cifras. Recuperado el 02 de Febrero de 2018, de Censo Nacional Económico: http://www.ecuadorencifras.gob.ec/ censo-nacional-economico/
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Ecuador. (2011). Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares Urbanos y Rurales - Gasto corriente de consumo mensual del hogar por decil de ingreso, según división, grupo, clase de gasto, y área geográfica . (INEC, Productor) Recuperado el 2018 , de Ecuador en c i f ras: http:// www.ecuadorencifras.gob.ec/encuesta-nacional-de-ingresos-y-gastos-de-los-hogares- urbanos-y-rurales/
- Jiménez, M. A. (07 de Junio de 2018). Entrevista en Mistelas Jiménez. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Larrea, P. (1970). Memorias de la Academia Ecuatoriana correspondiente de la española.

  Monroy, A. (30 de diciembre de 2007). La mistela pasó de medicina a golosina. EL COMERCIO.
- Narváez, L. (30 de Mayo de 2018). Entrevista a Luis Narváez. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Pacheco Bustillos, A. (2000). Historia del Convento del Carmen Alto. Quito: Ediciones Abya-Yala.
- Pazos Barrera, J. (2008). El Sabor de la Memoria: Historia de la cocina quiteña. Quito, Pichincha: Fonsal.
- Pazos Barrera, J. (2017). Elogio de las cocinas tradicionales del Ecuador. Quito, Ecuador: Centro de Publicaciones de la Pontifica Universidad Católica del Ecuador.
- Pazos Carrillo, S. (06 de Junio de 2018). Entrevista a Santiago Pazos Carrillo. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Pazos, J. (02 de Febrero de 2018). Entrevista a Julio Pazos. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española. (2017). Diccionario de la Lengua Española. Recuperado el 21 de Enero de 2018, de http://dle.rae.es
- Romero, X. (2003). Quito en los ojos de los viajeros. Quito: Ediciones Abya-Yala.
- Salazar, A. (22 de Mayo de 2018). Entrevista a Alfredo Salazar. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.

- Sanz, J. P. (2010). Manuel de la cocinera: Método compendioso para trinchar y sercir bien una mesa de 1882. Quito, Pichincha, Ecuador: FONSAL.
- Tapia, E. (06 de Junio de 2018). Entrevista a Esteban Tapia. (A. Veintimilla, Entrevistador) Quito, Pichincha, Ecuador.
- Veintimilla, A. (5 de Junio de 2018). Encuesta de consumo de mistelas. Google Forms.

MAGAZINE TheFoodieStudies Número 3, año 2018, ISSN 2660-888X

VIAJE, PARATOPÍA GASTRONÓMICA E IDENTIDAD CULTURAL EN EL CHEF HA MUERTO

Yanet Acosta y Fernando Valerio Holguín

Resumen

La unión de crítico y autora ha dado lugar a esta comunicación presentada en el Congreso Internacional Iberoamericano de Ecocrítica 2018 celebrado en Segovia del 20-22 junio 2018.

Palabras clave: ecocrítica, gastronomía, viaje, literatura, el chef ha muerto

1. Introducción

El viaje es cultura; la gastronomía es cultura. Estas premisas verdaderas nos llevan a una conclusión aparentemente falsa: El viaje es gastronomía. Si bien es cierto que no todos los turistas viajan con el propósito de conocer la gastronomía de un país, no menos cierto es que todo viajero se enfrenta a una cocina diferente, gústele o no le guste. El viaje pone en cuestión el sentido de pertenencia, por tanto, la identidad cultural y gastronómica de los sujetos. ¿Es la gastronomía un pretexto para viajar o es el viaje un pretexto para comer? Países, ciudades y barrios de diferentes culturas, donde los personajes tienen que negociar el sentido de sus vidas, sirven de telón de fondo a la novela negra gastronómica El Chef ha muerto de Yanet Acosta. En esta novela, los personajes viajan incesantemente por varios países y ciudades. El detective, la periodista, los chefs y los foodies se trasladan de un lugar a otro, tras la pista de un asesino, en busca de restaurantes, a la caza de recetas y platillos, en lo que denominamos una "paratopía gastronómica". En estos "desplazamientos gastronómicos", tanto la autora como los personajes exploran las "roturas" del espacio social. Bohemios, solitarios, foodies, lesbianas y artistas, se desplazan de un lugar a otro, sin sentirse cómodos en ningún lugar (Kristine Vanden Berghe 87).

Un ejemplo de esta paratopía gastronómica es el caso del detective Ven(ancio) Cabreira, que como agente del Servicio de Inteligencia de la Transición (CESID), viaja a Caracas, Venezuela con el propósito de espiar a los miembros del grupo separatista Eta, exiliados en ese país. Allí trabaja en un restaurante donde se hace famoso por una famosa salsa verde, que no es más que una pastilla de caldo concentrado disuelta en agua. También el chef argentino Kristof Kastrup, quien tiene un restaurante en Dinamarca, se hace pasar por danés y aspira a suceder al Chef, supuestamente muerto. Finalmente, el mismo Chef, posible personaje en clave de Ferran Adrià, el líder de una revolución culinaria mundial, reaparece en el condado de Yangshuo, China, preparando nada más y nada menos que fabadas y otros platillos tradicionales españoles. Sujetos, nacionalidades y nombres, y platillos gastronómicos se encuentran dislocados en la novela. El sabor y el saber que confluyen en los personajes de El Chef ha muerto se producen en los espacios paradójicos o paratópicos de la gastronomía. La comida tiene como objetivo, por una parte, definir el carácter, el estatus social y la identidad cultural de los personajes y, por otra, establecer una poética relacional en el espacio social en que se desenvuelven dichos personajes. Nuestro propósito, en esta comunicación conjunta del crítico y la autora vis-à-vis, es explorar la relación entre viaje y gastronomía. Estas miradas, exterior e interior, respectivamente, nos permitirán reflexionar sobre la construcción de una identidad gastronómica en espacios sociales paradójicos en la novela El Chef ha muerto.

2. El Viaje y lanovela: Transnacionalismo y cosmopolitismo

Para muchos comer es una razón para viajar, para otros viajar es una razón para comer. El viaje y la cocina se remontan a la historia antigua. En años más recientes, cuando en 1889, los hermanos André y Edouard Michelin fundaron la compañía de neumáticos y en 1900 publicaron la primera edición de la Guía Michelin, lo hicieron tomando en cuenta las necesidades del viajero. El turismo gastronómico ha alcanzado un auge extraordinario en los llamados Dinks foodies (parejas jóvenes sin hijos y doble salario). No es nuestro propósito en esta comunicación trazar la historia de los viajes y la cocina alrededor del mundo. Más bien examinar cómo los viajes inciden en la gastronomía de unos personajes transnacionales en la novela El Chef ha muerto. En el caso específico de esta novela, los personajes no son turistas gastronómicos, sino un grupo de personajes, cuyas vidas profesionales giran alrededor del mundo de la cocina o como parte de la investigación de un crimen.

Entre el punto de partida y el punto de llegada, en ciudades, pueblos y aldeas, hay hostales y hoteles, aeropuertos y estaciones de autobuses, aviones y taxis, es decir, espacios y vehículos de transición. Es por lo que CLR James prestigia el movimiento sobre el espacio: "… lo que importa es el movimiento, no donde estés o hayas estado, sino de dónde vienes, a donde vas y el tiempo que te tome llegar" (Citado por Clifford 96). En los personajes de la novela se habrá instaurado "Una distancia entre dos puntos" (Abril Trigo 11). De manera tal que se invierten el aquí/allá y ahora/entonces y el aquí/ahora se convierte en allá/entonces. Dicha inversión transforma la identidad de los personajes, que se encuentran en una posición paratópica en las ciudades que transitan. Algunos de estos espacios constituyen "no-lugares". En su libro Non- Places [No-lugares], Marc Augé denomina no-lugares a aquellos espacios con los que un sujeto no puede relacionarse ni afectiva ni cognitivamente. Algunos espacios incluyen aeropuertos, autopistas, supermercados y hoteles. Habría que agregar ciudades extranjeras (extrañas). Aunque Augé está mucho más interesado en los espacios que en los sujetos que habitan esos espacios, también se podría denominar no-gastronomía a la comida que se consume en esos espacios; y aún más a la comida rápida, a la comida basura que se consume para satisfacer el hambre y en la cual no podemos relacionarnos afectivamente o reconocernos en la misma. Espacios y comidas que producen una "extrañeza perturbadora".

3. El viaje y los personajes en El chef ha muerto

Gastronomía y viaje para la autora de la novela son sinónimos. Y cada viaje le inspira una novela que invita a viajar al lector y aunque siempre Madrid es el centro neurálgico de sus novelas negras gastronómicas, el detective que las protagoniza, Ven Cabreira, se ve obligado a ir de un lugar a otro.

El chef ha muerto, su primera novela, arranca con la muerte del mejor chef del mundo en una isla lejana de Corea del Sur al atragantarse al ingerir pulpo vivo. Esta isla es Jeju, una belleza cercana al paraíso que la autora visitó antes de ambientar el comienzo de la novela en ella. Un lugar perfecto para morir. Bello, tranquilo, donde mujeres vestidas de buzo capturan marisco para ganarse la vida. No obstante, la experiencia original que vivió la propia autora de

tomar pulpo vivo y que consideró "un mal trago cercano a la muerte" fue en Seúl. Una tradición en la cultura coreana que se ha cobrado ya algunas víctimas por asfixia y que tiene implícita la metáfora de cuanto más vivo o fresco está el producto más vitalidad transfiere al comensal.

En El chef ha muerto, el viaje es el movimiento vital de la narración a través de sus personajes. Hay lugares de los que se habla o recuerda como Nueva York, Caracas, Seúl, Japón o Canarias, y otros a los que viajan los personajes como Copenhague y Viborg en Dinamarca, Venecia en Italia, Murcia en España, Arcachon en Francia, Shanghai y Yangshuo en China. Otras ciudades son las que habitan como Buenos Aires y Madrid, a donde siempre vuelve la narración, tomándola como base de operaciones. Otros lugares aparecen a través de la comida como Nueva Orleans a través del gumbo (un guiso de arroz caldoso) y los tomates verdes fritos; y Colombia por su tradicional viudo de pescado. El País Vasco se refleja en una merluza en salsa verde, mientras que Jerez en sus vinos. Otras bebidas hacen viajar a sus personajes como el Singapur Sling, a la vez que hay productos como las bayas de Goji, que también viajan.

Sin embargo, lo que sorprende es que por aquellos espacios de alta cocina, por los que transitan los personajes, estos no se identifican a través de sus platos con ningún lugar, independientemente de que se encuentren situados en Dinamarca, Francia o Murcia. Este tipo de nueva cocina aparece en la novela como una suerte de "no lugar" gastronómico también, pero a la inversa del que puede suponer la comida rápida, productos industriales o los platos preparados que aparecen en la novela como los perritos calientes, las fabadas en lata y el nesquik.

La que ahora se considera la cocina más exquisita del mundo sigue una corriente conocida internacionalmente como cocina de vanguardia, cocina tecnoemocional o cocina molecular que tiene como característica una nueva filosofía y nuevos métodos de preparación, pero también una internacionalización de los productos y una descontextualización en búsqueda de un nuevo lenguaje culinario con el que, aunque en ocasiones se apela a la emotividad del comensal por la proximidad, se busca también la reacción intelectual, el conocimiento o el humor.

Este "no lugar" gastronómico de la alta cocina que se muestra en la novela es una crítica profunda que implica también una nueva mirada al viaje que cada vez se internacionaliza más como producto económico en el que se ofrece al turista, que no viajero, lo que desea: las marcas que conoce en cualquier ámbito de los servicios, desde alojamientos hasta alquiler de automóviles o cadenas de venta de ropa o de comida; o los productos o platos que consume, como por ejemplo la pizza, que se encuentra desde Italia hasta Bolivia como comfort food mundial. O, también, el tipo de cocina, como es la cocina de vanguardia, la sofisticación al servicio de una parte de la población mundial.

El viaje que se produce en la novela también tiene un carácter social, no solo por los lugares transitados sino por los tipos de comida y los ambientes reflejados, por ejemplo, en la propia ciudad de Madrid, desde donde parten y regresan los personajes. Para Ven, protagonista de la novela, el bar de Sito es un espacio donde se siente como en casa. Se encuentra en Villaverde, en la periferia sur de Madrid. A dos autobuses de allí —el tiempo en este espacio urbano se mide con los transbordos que se deben tomar en transporte público— alcanza el centro neurálgico que se encuentra entre Sol y Gran Vía y sus calles aledañas repletas de bares de siempre con cañas y tapas a veces de dudosa salubridad de pulpo a la vinagreta y ensaladilla, que se sirven como cortesía con la bebida y sus turísticos centros "gourmets" como el Mercado de San Miguel. Desde ese centro turístico y de gran tipicidad en la ciudad, la

narración de la novela viaja al centro económico del Paseo de la Castellana y sus restaurantes para ejecutivos. Solo Linda Meyer traspasa esas fronteras invisibles para ofrecer sus platos de alta cocina en un polígono industrial y ejercer una "Resistencia gastronómica", descontextualizando el ambiente de la alta cocina y realizando así lo que ella considera que puede ser la verdadera revolución. Una alta cocina que viaja a través de los "no-lugares" gastronómicos destinados a ciertas clases sociales.

Es Linda Meyer también la que representa en la novela una forma de viajar por trabajo diferente, pues cada viaje y el encuentro sexual que lleve asociado se convierte en un souvenir de sabor que traduce en recetas. Entre ellas Gelatina caliente de caipirinha, espuma de té verde y quenelle de nata y regaliz que se trae de Brasil, Nube de leche que le inspira Francia, o Sopa fría de remolacha y champán con tostada de café que son los labios del jardinero suizo del restaurante en el que hizo una de sus estancias o Pan de centeno tostado con miel, fresa y crocante de wasabi recuerda al japonés del restaurante vasco". Con respecto al viaje social a través de la comida, se puede hablar de los platos más sofisticados servidos en los mejores restaurantes del mundo y que aparecen en la novela considerados como gastronómicos, junto los no-lugares gastronómicos de la "no-comida" como el interior de un avión donde Ven analiza de forma crítica qué es lo que está ingiriendo al tomar un refresco y un aperitivo salado envasado y eso pese a que Ven es un anti-gourmand que no puede apreciar la gastronomía del "lugar", lo que lo confina a un "no-lugar" gastronómico con las fabadas en lata, el nesquik y el whisky. Sin embargo, sí es capaz de identificar la "no-comida" que no solo es la accesible para cualquier ciudadano sino también la utilizada por los chefs de vanguardia como el ovulato o el isomalt, un derivado de la sacarosa típico de los dulces y caramelos industriales desde los años 80, conocido como E-953 o la metilcelulosa, uno de los aditivos que simbolizó el cisma entre Santi Santamaría, defensor de la cocina burguesa de influencia francesa, y Ferran Adrià, líder de la revolución culinaria de vanguardia.

Los personajes de la novela no aparecen como turistas sino como viajeros que transitan por lugares en los que se impregnan de emociones y paisajes a los que no fotografían, sino que viven y experimentan de tal manera que les hace evolucionar bien hacia el encuentro con los otros o con el propio ser bien hacia la huida de los demás y de sí mismo.

4. Conclusiones

En la novela El Chef ha muerto, parafraseando a CR James, lo más importante es el movimiento, la situación paratópica o de desplazamiento constante en que se encuentran los personajes. Este viaje permanente sitúa a los personajes en lugares y no-lugares, en los que la gastronomía juega un papel importante en término de la identidad de los mismos, su manera de sentir, su evolución profesional y emocional y su relación con quienes les rodean.

El aquí/allá y ahora/entonces se invierten incesantemente en cada desplazamiento de unos personajes, que parecen no encontrar su lugar en ninguna parte, ya sea Madrid, Nueva York, Caracas, Seúl, Japón o Canarias. La gastronomía es mediadora del tránsito permanente.