

## TRIUNFO DE LA COCINA BOLIVIANA



### Raúl Pino-Ichazo Terrazas

**No** se deben separar los conceptos de alta gastronomía y cocina popular, porque esta última es el origen primigenio de la gastronomía gourmet. Existe un sinnúmero de personas persistiendo en la creencia de que la alta gastronomía y la cocina popular no tienen relación y hasta manifiestan que son dos mundos separados por una inalcanzable distancia de elitismo, infraestructura, precio, ingredientes y la infaltable moda, según algunos autodesignados reputados críticos.

Es una verdad indiscutible que no puede existir alta gastronomía sin una sólida base de cocina popular; la que se elabora en las casas, en las calles, en los kioscos de comidas y en las fondas recónditas y enjundiosas en su creatividad e iniciativa culinaria, que es la constante que sigue todo mundo. Es absurda una posición contraria, pues las comidas populares son como las leyes que nacieron de las costumbres de los pueblos, hasta consolidarse en leyes promulgadas y parte del cuerpo jurídico de dichos pueblos.

En Bolivia la cocina casera es excepcional, precisamente por su cuidadosa elaboración, en la cual participan el conocimiento, la inventiva y el amor. Muchos bolivianos no se han percatado todavía de que el mapa gastronómico de Bolivia es, sin atisbo de chauvinismo, uno de los más extensos y variados, precisamente porque el país es síntesis del mundo, al tener alturas, nieve, microclimas como Los Yungas –cuyo desayuno toma carta de representatividad en todo el departamento–, valles, medio valles, depresiones que son un verdadero tesoro climático, climas tropicales, lugares paradisiacos en donde habita gente maravillosa, heredera por tradición de secretos culinarios que han implementado con la inventiva que se requiere cuando se aspira a cocinar manjares típicos.

Existen platos tan prolijamente elaborados que ostentan una cocción de tres o más horas para obtener de los ingredientes el máximo rendimiento en textura y calidad degustativa: por ejemplo, un loco de las regiones orientales de Santa Cruz, Beni y Pando o un majadito en diferentes versiones. Es similar el caso de la repostería de esos bellos lugares, la cual es única, exquisita en su

elaboración y sapiencia en la dosis y manejo de los ingredientes. Los pescados del oriente son muy cotizados por el entorno sano en el cual se desarrollan (aunque hubo alguna vez atisbos de contaminación); el rubro de pescados en dicha región es múltiple en su variedad y se presenta armónicamente en las recetas, que han sido adaptadas en la cocina de toda Bolivia.

No muchos conocen la detallada y elaborada preparación de un chairo paceño, de un fricase, una sajta de pollo o una sopa de maní del occidente del país, no solo por los tiempos de cocción, sino por el aditamento preciso de los ingredientes para obtener la textura deseada. Igualmente, el bocadillo de la salteña es complicado en su elaboración para producir el jugo exquisito y concentrado de los ingredientes cuando se la degusta. Las truchas del lago Titicaca tienen fama no solo continental, sino universal, porque la trucha salmonada del altiplano boliviano compite con los sabores más exigentes que ofrece el salmón; el factor diferenciador es la textura y la alimentación de la trucha, que obtiene una calidad superior y no necesita aditamentos para degustarla.

La cocina de los medio valles y valles tiene una característica fundamental, que es el marinaje de las diferentes carnes utilizando las bebidas regionales, que le asignan un sabor inimitable, situando a esas cocciones a un nivel internacional porque para marinar se debe conocer el resultado que se espera en el sabor y textura. Esa condición la dominan muy bien las cocineras y cocineros del valle.

Cochabamba es un departamento gastronómico incomparable que continuamente lanza a los clientes nuevas innovaciones de su cocina regional, simplemente compruébese la delicia que es un sillpancho cochabambino o un picado a lo macho. Similar situación es la de Sucre, que no ha variado la forma artesanal y secreta de los ingredientes de sus chorizos que estructuran un manjar único y son ecológicos, pues contienen mínima materia grasa, siendo prioritariamente su contenido, además de carne seleccionada, hortalizas y especias. En el inefable departamento de Oruro la preparación del cordero es genuinamente original, desde a la brasa en cruz hasta el tratamiento de las cabezas para su ingreso al horno, preferentemente artesanal. Degustar una cabeza de cordero proporciona al comensal sabores más depurados e intensos.



Locro

Es de una capacidad imaginativa excepcional la elaboración de la famosa sopa llamada khala purka, en el departamento de Potosí, que independientemente de su apetitoso sabor contiene una piedra volcánica en el centro del plato para mantener la temperatura y retener los sabores. El mercado tradicional de Tarija donde se expenden las comidas, quizás, las mejor elaboradas, constituye una visita gastronómica obligada. Reiterando lo tocante a Beni y Pando, que ofrecen manjares genuinos, solo les falta promoción.

Es evidente que existe una carencia de difusión programada del mapa gastronómico de Bolivia, para ello deben corregirse algunos detalles, como la presentación, que debe circunscribirse a los niveles de exigencia internacionales, y seleccionar los canales televisivos interamericanos y europeos apropiados, consensuando que la empresa que elabore el spot televisivo y cinematográfico sea la mejor. Esta será la más rentable inversión que haga el ministerio pertinente en beneficio de Bolivia y una ofrenda a los miles de artesanas y artesanos de la cocina boliviana.

Se infiere, finalmente, que se han nombrado solo algunos platos relevantes de la inmensa variedad que dispone Bolivia en su envidiable mapa gastronómico, muchísimo más extenso que el de la mayoría de los países limítrofes. ☐

---

**Raúl Pino-Ichazo Terrazas** (La Paz, 1946). Boliviano, abogado corporativo, catedrático y escritor. Doctor Honoris Causa. Posgrado en Educación Superior e Interculturalidad. Entre sus libros publicados cabe citar *Adiós a las drogas*, recientemente recomendado como texto para escuelas y colegios por el Ministerio de Educación de Bolivia.