

# ÁFRICA EN NUESTRO PALADAR

## GASTRONOMÍA AFROVENEZOLANA

**José Marcial Ramos Guédez.**

**Los** africanos y sus descendientes dejaron sus huellas en el “arte culinario” de la Venezuela colonial, pues ellos trajeron muchos productos para el consumo: tubérculos, frutas, especias y aves, e igualmente participaron en la confección de los platos típicos de la época a través del ejercicio de los oficios domésticos, principalmente como cocineros o cocineras en las casas de las familias mantuanas y en los hogares de algunos pardos y pulperos adinerados. Por otra parte, los alimentos que se consumían entonces con mayor frecuencia habían pasado por un proceso de hibridación, que se produjo entre los alimentos autóctonos o indígenas, los traídos por los europeos y los procedentes del continente africano. Al respecto, veamos la siguiente opinión de Miguel Acosta Saignes:

Al mismo tiempo que algunos grupos indígenas recibían aportes culturales de los africanos, estos tomaron de los indios numerosos rasgos. Todavía se conservan algunos tan importantes en las zonas de población negroides, como el complejo de la yuca, con la factura de cazabe con sebucán. La yuca, el maíz, la auyama, la piña, pasaron a ser cultivos de los africanos y sus descendientes desde muy temprano. La arepa, de origen indígena, se convirtió en pan de los negros, pero también en pan de todos los sectores de nuestro país. La mayor parte de los africanos llegados a Venezuela parecen haber sido agricultores. Pero seguramente del tipo agrícola que completa su alimentación con la cacería. Lo mismo ocurría con muchos grupos indígenas [...] Ha existido una alimentación nacional de origen mixto: peninsular, africano e indígena...<sup>1</sup>

Otro aspecto que debemos tomar en cuenta es el relacionado con el trabajo de los esclavizados africanos y sus descendientes en los conucos y pequeñas sementeras, con la finalidad de obtener los alimentos para su subsistencia, pues generalmente los amos de las haciendas de cacao, caña de azúcar, añil, tabaco, café, etc., y en algunos hatos no se los suministraban. Por tal motivo,

muchos de los propietarios de las unidades productivas antes mencionadas, permitían que la población esclavizada aprovechara las horas extras y los días feriados para cultivar plátano, ñame, ocumo, cambur, maíz, yuca, frijoles, criar pollos y gallinas, cerdos y otros nutrientes.<sup>2</sup> Asimismo, vale la pena destacar la siguiente cita:

... Los esclavos que trabajaban en las haciendas cacaoteras tenían frecuentemente la posibilidad de cultivar un pequeño conuco del cual se ocupaban los fines de semana, más la cría de gallinas o cochinos, lo cual les permitía tener una dieta relativamente suficiente para mantenerse. Un poco mejor era la alimentación de los esclavos en las obras pías, como la hacienda de Chuao, donde un reglamento imponía dar de comer, a niños, viejos y mujeres embarazadas, maíz, yuca, arroz, plátano, cebolla, leche y carne de res.<sup>3</sup>

### Sabor a África

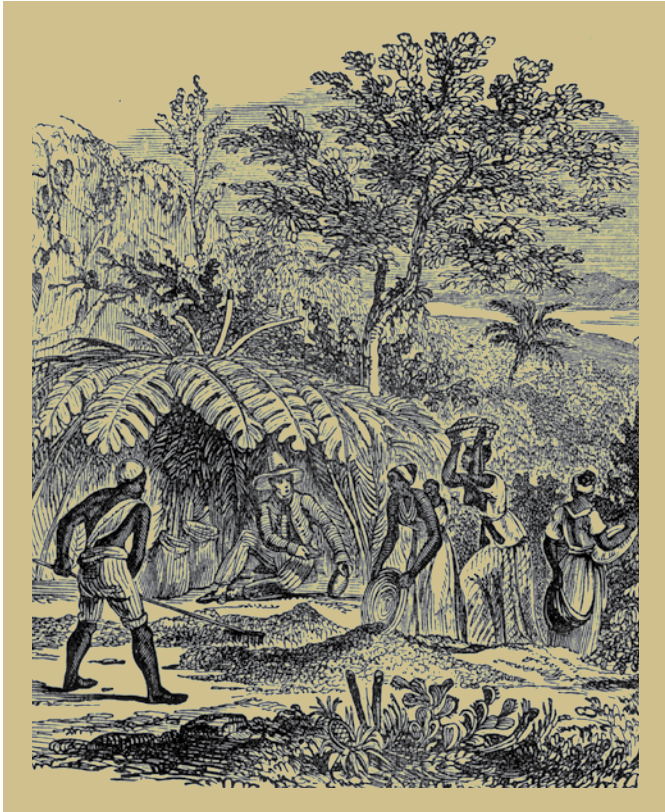
A continuación nombraremos, sin querer agotar la temática existente al respecto, algunos alimentos, originarios del continente africano, consumidos habitualmente en la Venezuela colonial y, posteriormente, durante los siglos XIX, XX y XXI:

- Tubérculos: el ñame, la malanga, etc.
- Legumbres u hortalizas: alubias, habas, garbanzos, lentejas, el quimbombó o bahmía, etc.
- Frutas: melones, sandías o patillas, dátiles, higos, boabad, granadas, limones, naranjas, gandul, cambur guineo, etc.
- Oleaginosas: el aceite de palma (*Elaeis Guineensis*).
- Aves: la gallina de Guinea, la garcita reznera (*Bubulcus Ibis*), el yaguaso cariblanco (*Dendrocygna viduata*), el yaguaso colorado (*dendrocygna bicolor*).
- Medicinales: sábila (*aloe vera L.*), flores de Jamaica, etc.
- Especias: pimienta de guinea y otras.

<sup>1</sup> Miguel Acosta Saignes, “Los descendientes de africanos y la formación de la nacionalidad en Venezuela.” En *Anuario*, Caracas, Universidad Central de Venezuela, Instituto de Antropología e Historia, Tomo III, 1966, pp. 40-41.

<sup>2</sup> Ermila de Veracochea, “El trabajo libre de los esclavos negros en Venezuela”. En *Boletín de la Academia Nacional de la Historia*, Caracas, Tomo LIII, N° 212, Octubre-Diciembre de 1970, p. 672; y José Marcial Ramos Guédez, *Contribución a la historia de las culturas negras en la Venezuela colonial*, Caracas, Fundación Editorial El perro y La rana, 2011, Tomo I, pp. 115-116.

<sup>3</sup> Sheila Salazar, “La alimentación de los esclavos”. En *Desafío de la historia*, Caracas, Año 3, No. 23, [s.f.], p. 53.



## Desde África y la Península Ibérica

Apreciamos que muchos productos y hábitos alimentarios autóctonos del continente africano fueron utilizados en primer lugar en la Península Ibérica y luego trasladados a las Américas. El hecho antes mencionado nos permite explicar por qué los españoles, ya en el siglo XVI, cultivaban en el valle de Caracas y zonas vecinas frutos como "...granados, todo género de limas y limones, naranjas y cidras (...) trigo, cebada, garbanzos, habas, cebollas, lechugas, rábanos, berenjenas, coles, nabos, perejil, hierbabuena, ajos sin dientes, culantro, berros, mostaza, eneldo, biznagas, melones, hinojo, poleo, ruda, mastuerzo, sábila, manzanilla y mucho arroz..."<sup>7</sup>

Además, tenemos un testimonio significativo sobre el consumo de una fruta originaria del África, como es la sandía o patilla. En tal sentido, Miguel de Santiesteban señala: "...a 5 leguas (de la ciudad de El Tocuyo) está la hacienda de Juan Jiménez sobre el camino donde llegamos a medio día fatigados con el calor del sol, y como nos convidasen con mucho agrado y cortesía nos apeamos y (sic) inmediatamente nos trajeron algunas sandías que apagaron grandemente la sed que traíamos..."<sup>8</sup>

- Bebidas aromáticas: el café (originario de Etiopía) y algunos guarapos de contenido alcohólico, que preparaban con la caña de azúcar u otras plantas.

Para ampliar la información antes mencionada, vemos que, en palabras de Francisco Morales Padrón, "...Al esclavo [...] se deben ciertos tipos de plátano, el ñame, la malanga, el quimbombó, la sandía, el gandul, el aceite de palma y la gallina Guinea..."<sup>4</sup> Asimismo, tenemos que Alfredo N. Neves, considera el ñame como voz africana: "...planta herbácea de las discoráceas exóticas, aclimatada y ampliamente cultivada en la América intertropical / Su rizoma, grueso y harinoso, que cocido o asado constituye un alimento popular muy importante..."<sup>5</sup> También observamos en el ecosistema llanero venezolano gramíneas que, según el investigador Arturo Álvarez D'Armas, son originales de África, y llegaron "...a las costas americanas (Brasil y el Caribe) en forma involuntaria. Con pastos se hacían las camas en los barcos que traían esclavos, y una vez llegados a puerto los tallos eran arrojados a las playas. Ejemplo de ello es el pasto Guinea (*Panicum maximunjacq*), introducido en Cuba en el siglo XVII, y otras especies que han desempeñado a lo largo del tiempo un gran papel en el desarrollo de la ganadería en los trópicos americanos y especialmente en los llanos."<sup>6</sup>

<sup>4</sup> Francisco Morales Padrón, *Atlas histórico cultural de América*, Las Palmas de Gran Canaria, Conserjería de Cultura y Deportes, 1988,

<sup>5</sup> Alfredo N. Neves, *Diccionario de americanismos*, Buenos Aires, Editorial Sopena Argentina, 1973.

<sup>6</sup> Arturo Álvarez D'Armas, *Lista preliminar de gramíneas forrajeras africanas en los llanos de Venezuela y Colombia*, Caracas, 1987 [Mimeografiado], pp. 1-6.

En el "arte culinario" de la Venezuela colonial podemos ver un conjunto de técnicas y costumbres relacionadas con la preparación de los diferentes alimentos, los cuales tuvieron sus influencias africanas a través de las cocineras o cocineros que bajo el manto de la esclavitud, ejercían dichos oficios en las casas de sus amos y en diferentes unidades de producción, tal como lo hemos señalado anteriormente. Al respecto, podemos mencionar el "sofrito", la condimentación de los hervidos, el asado a fuego directo, el uso de las hojas de plátanos para envolver los alimentos (en este tópico, podemos apreciar la posible elaboración de las hallacas, plato típico de las navidades venezolanas, fenómeno híbrido ya que posee ingredientes españoles y la masa de maíz de origen indígena). Asimismo, el predominio de grasas en la preparación de salsas y guisos y la utilización del coco en muchos hervidos, cocidos y dulces. Un ejemplo concreto de lo aludido lo tenemos, según Juan Pablo Sojo, en la "... Alcasada (...) manjar de maíz, dulce de coco, también se llama pelota. En Brasil, según Gilberto Freyre, el mismo manjar popular —con idéntica preparación— se denomina Acaca, atribuyendo su origen a la repostería criolla de los negros bahianos..."<sup>9</sup> Además, el autor antes citado, señala

<sup>7</sup> Juan de Pimentel, "Relación geográfica y descripción de la provincia de Caracas y gobernación de Venezuela (1573)." En *Boletín de la Academia Nacional de la Historia*, Caracas, Tomo X, No. 40, Octubre-Diciembre de 1927, p. 286.

<sup>8</sup> Miguel de Santiesteban, "Viaje muy puntual y curioso que hace por tierra Don Miguel de Santiesteban desde Lima hasta Caracas, el año de 1740". En *Boletín de la Academia Nacional de la Historia*, Caracas, Tomo XLVIII, No. 191, Julio-Septiembre de 1965, p. 449.

<sup>9</sup> Juan Pablo Sojo, *Estudios del folklore venezolano*, Los Teques, Biblioteca de Autores y Temas Mirandinos, 1986.

que el “sofrito”, constituye “...una salsa (...) compuesta de cebollas, ajo, pimiento y tomates...”<sup>10</sup>

Igualmente, existen algunos testimonios que destacan la costumbre de las cocineras esclavizadas de origen africano de utilizar el onoto o achiote en las comidas que les preparaban a sus amos, tradición que aún tiene vigencia en varios países del continente americano, siendo Venezuela uno de ellos. Para ampliar, lo antes citado, veamos: “La práctica culinaria resultante de las mezclas culturales a que nos hemos venido refiriendo, produjo una cocina común al ámbito caribeño, entre cuyos rasgos característicos encontramos : el sofrito, base de la mayoría de los platos de la región, consistente en la fritura de los condimentos y un picadillo de cebollas, tomates y ajos en manteca de cerdo a la cual se le daba color con el achiote u onoto; el aderezamiento con ajíes (dulces o picantes), cilantro y orégano; y el empleo del caldero...”<sup>11</sup>

También, apreciamos el aporte de los africanos en la alimentación de la subregión de Barlovento (estado Miranda) e igualmente en las costas y valles de Aragua y Carabobo, donde se destaca la labor de las cocineras africanas y sus descendientes, quienes confeccionaron dulces y platos tales como la cafunga, las conservas de coco y papelón, el quimbombó, el calalú, el mondongo, y el consumo del ñame, la patilla, el cambur guineo, las gallinas guineas, naranjas y limones, bebidas aromáticas como el café, el uso de la sábila como planta medicinal, etc.<sup>12</sup> Con relación a la cafunga, de inconfundible origen africano, vale la pena tomar en consideración el siguiente texto : “...El tipo de alimentación imperante en África en aquel entonces era la papilla o poleada, masa obtenida a partir del majado de cereales o tubérculos, más o menos consistente; ‘la cafunga’ de la región de Barlovento [...] es un ejemplo de ello, y tiene su antecedente directo o indudablemente en el ‘fu-fú’ del África Occidental. Con la pulpa del coco [...] rallada, añadida al almíbar obtenido del papelón se produjo una pasta usada como golosina [...] la conserva de coco de las colonias españolas o la ‘sucre á coco’ de las Antillas Francesas...”<sup>13</sup> Además, no debemos olvidar que el mondongo, como hervido típico de la población venezolana, tiene su epónimo en un gentilicio (grupo étnico) procedente del Congo, región de África de donde llegaron miles de esclavizados durante la época

<sup>10</sup> *Ídem.*

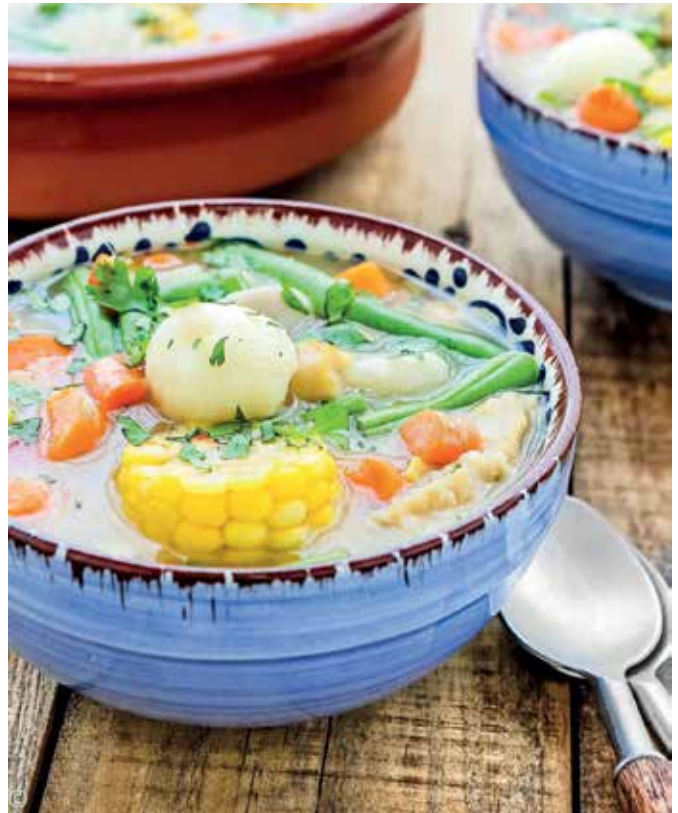
<sup>11</sup> José Rafael Lovera, *Gastronomía caribeña. Historia, recetas y bibliografía*, Caracas, CEGA (Centro de Estudios Gastronómico), 1991, p. 56.

<sup>12</sup> Cf. Luis Alberto Paúl, *Barlovento riqueza dormida*, Los Teques, Biblioteca de Autores y Temas Mirandinos, 2005, pp. 66, 77-80, 97; y José Marcial Ramos Guédez, *Op. cit.*, Tomo II, p.53-60.

<sup>13</sup> José Rafael Lovera, *Op. cit.*, p. 55.

<sup>14</sup> Jesús García, *África en Venezuela. Pieza de indias*, Recopilación e interpretación documental y bibliográfica, Caracas, Cuadernos Lagoven, Editados por la Filial de Petróleo de Venezuela, 1990, p. 83; y Carmen Luisa Ferris, “Régimen alimentario de los esclavos en la provincia de Caracas, 1750-1854.” En *Tierra firme. Revista de historia y ciencias sociales*, Caracas, Año 9, Vol. IX, No. 33, Enero-Marzo de 1991, pp. 58-59.

<sup>15</sup> Cf. Diana Iznaga, *Transculturación en Fernando Ortiz*, La Habana, Editorial de Ciencias Sociales, 1989, pp. 43-65.



colonial, tanto a Venezuela como a otras áreas geográficas de América del Sur y el Caribe.

Ahora bien, podemos señalar que en nuestro país, desde el período de la colonia, se conservaron prácticas y tradiciones alimentarias de origen africano, en el ámbito de las haciendas cacaoteras, tal como lo vemos en “... el caso de los derivados del cacao, que van desde bebidas alcohólicas hasta las bolas de cacao.”<sup>14</sup>

Por último, estamos conscientes, que muchas técnicas y hábitos alimentarios originarios de África, sufrieron múltiples modificaciones debido al régimen de vida a que fueron sometidos los esclavizados negros, mulatos y zambos (sin omitir la existencia de grupos étnicos, originarios del continente de ébano, que lograron su libertad a través de diferentes mecanismos tanto en el período colonial como en el siglo XIX), quienes fueron influenciados de una u otra manera por el proceso de hibridación o transculturación.<sup>15</sup> Tal situación ocasionó, entre otras cosas, nuevos hábitos en los patrones de alimentación e igualmente la invención y utilización de técnicas y costumbres adaptadas a los recursos necesarios para la alimentación, existentes tanto en el continente americano (de procedencia indígena) como a los productos importados tanto de Europa como de África. ☒

**José Marcial Ramos Guédez** (Caracas, 1950). Venezolano, doctor en Historia, es jubilado de la Universidad Simón Bolívar y actualmente ejerce la docencia en la Universidad Pedagógica Experimental. Es corresponsal de *Archipielago* en Venezuela.