

Libros de cocina: ¿poseen valor didáctico?

Autor: Esp. Jorge L. Méndez Rodríguez – Arencibia

País de residencia: Cuba

Cargo/actividad que desempeña:

- Graduado de la carrera Profesor Secundaria Superior en la especialidad de Español – Literatura. Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”, 1981.
- Graduado de Especialista de Postgrado en Gestión Hotelera. Universidad “Camilo Cienfuegos”, Matanzas, 2007.
- Chef Internacional. World Chef – Federación Culinaria de Cuba, 2011.
- Especialista Ramal Superior en Gestión de Alimentos y Bebidas. Dirección de Operaciones, Ministerio de Turismo (desde 2006).
- Presidente ejecutivo. Cátedra Cubana de Gastronomía y Turismo (desde 2017).
- Profesor Principal (a tiempo parcial). Escuela Ramal de Turismo (Formatur).
- Profesor Asistente (a tiempo parcial). Facultad de Turismo, Facultad de Comunicación e Instituto de Farmacia y Alimentos (IFAL) de la Universidad de La Habana.

Contactos:

Correo electrónico: jorgel@mintur.gob.cu
Centro de trabajo: 7840-1213
Particular: 7832-9287
Móvil (institucional): 5 216 3707

Fecha: Octubre 30, 2020

Resumen

De las más antiguas culturas greco-romana, china, hindú y europeas, existen referencias relativas a textos y escritores dedicados a las artes culinarias, en particular, y a la gastronomía, en general. Considerados desde su aparición como "literatura menor" y de no abundante producción hasta los siglos XVIII y XIX, a partir de dichas épocas progresivamente ganan espacios, no solo para interés de los profesionales dedicados a asuntos de comer y beber, sino también demandados por el gran público, cada vez más diverso. Ha faltado atención y justeza en la apreciación de sus contenidos, toda vez que tienen prevalencia los que no se limitan a una mera consecución de recetas con ingredientes y descripción de procedimientos para elaborar alimentos. Incluyen, además, amplio caudal de información histórica, socio-cultural, nutricional, dietética y consejos para preservar la salud, al igual que sobre insoslayables aspectos éticos y estéticos que deben caracterizar los servicios a la mesa, en tanto dictan cuál debe ser el comportamiento de anfitriones, comensales y personas dedicadas a servir. Representa la finalidad esencial del presente trabajo destacar el valor de uso de esta literatura especializada, por contribuir a la elevación del conocimiento e instruir procedimientos para garantizar la primera de las necesidades humanas: la alimentación.

Palabras claves: Cocina, gastronomía, servicio, alimentación.

*Si Aristóteles hubiera guisado,
mucho más hubiera escrito.*

Libros de cocina: ¿poseen valor didáctico?

Por: Esp. Jorge Méndez Rodríguez – Arencibia

Desde la propia antigüedad

No solo para prominentes ramas del saber, como filosofía, lingüística, ciencias, literatura, artes visuales y escénicas, constituyeron -y lo son aún en la actualidad- prevalentes aportes de las antiguas civilizaciones greco-latinas a la cultura universal. También las formas de elaborar y consumir alimentos y bebidas fueron objeto de estudio y legados escritos. Montecinos (2012) refiere varios ejemplos de la atención dedicada a los menesteres de cocinar, comer y beber, así como a factores éticos, venidos de la antigüedad: “Los filósofos griegos dieron gran valor a la gastronomía, reconociendo en sus escritos ancestrales a los siete cocineros legendarios [Egis, Nereo, Chariades, Lampria, Apctonete, Euthyno y Ariston], quienes fomentan las bases de la cocina occidental, aunque el primer gran tratadista y viajero gastronómico fue [el griego] Arquestrato” (...) “Representa realmente un esfuerzo trascendental al valorar a los artesanos griegos que desempeñaron la función de cocineros” (...) “Uno de los más antiguos libros latinos de cocina que se conservan tiene el título de *Apiti Celi de Re Coquinaria Libri decem*”. Se asume la autoría de esta obra al romano Marco Gavio Apicio (siglo I d.C.). Recoge las grandes recetas de los primeros años imperiales y comprende 477 platos” (...) “Su extraordinaria celebridad fue muy imitada; incluso, existió la secta de los llamados *Apicianos*, que se dedicaban a los placeres de la mesa. Los cocineros se identificaban con él, como lo hicieron los filósofos con su maestro Platón o los médicos con Galeno”. ⁽¹⁾

También cronológicamente enmarcados en la antigüedad, se conocen varias referencias más sobre literatura gastronómica. En China, antes de nuestra era, ya se hacía uso de una amplia variedad de técnicas de cocina. Durante los periodos llamados “de Primavera y Otoño” (770-476 a. C.) y de “los Estados Guerreros” (475-221 a. C.), fueron estudiadas técnicas y confeccionados manuscritos sobre preparación de comidas. Secularmente, en esta nación asiática, la cocina ha constituido tema de discusión y reflexión para escritores, filósofos y emperadores, al punto de plantearse la no delimitación de dónde termina la medicina y comienza la gastronomía. Lao Tsé (604 a.C. – 531 a.C.), considerado el más aplicado de los discípulos de Confucio, comparaba “el arte de gobernar un imperio con la delicadeza de freír el más pequeño de los pescados”. ⁽²⁾

En la India, el *Nimmatnama-i Nasiruddin-Shahi*, traducido como El Libro de las Recetas, cuya aparición data del año 1500, explica el arte de preparar *Kheer*, un postre a base de leche. La tradición de fabricar azúcar, junto a la elaboración y consumo de platos dulces, constituían práctica de los hindúes desde el año 500 a. C., pues ya se había desarrollado la tecnología para producir cristales de azúcar. En la lengua del lugar, se llamó *khandā* a la sustancia cristalizada resultante de la evaporación de los líquidos, que se asume como raíz etimológica del término inglés *candy*, equivalente a golosina. ⁽³⁾

A la Europa Medieval igualmente se extendió el gusto por los bocados dulces. Referencia de ello se encuentra en la estrofa 1337 del *Libro del Buen Amor*, con autoría del Arcipreste de Hita, clérigo español del siglo XIV, quien concluyera esta emblemática obra el 23 de julio de 1289, donde expresa:

*Sabed que to´açucar ally anda baldonado:
Polvo, terrón e candy e mucho del rosado,
Açucar de confites e mucho del violado
De muchas otras guisas, que ya he olvidado* ⁽⁴⁾

Gutiérrez (2012) refiere: “El profesor De la Granja Santamaría presentó, en 1960, una tesis doctoral sobre la cocina arábigo-andaluza, sobre el texto árabe *Fadalat al Jiwan* (...) “Por otra parte, el profesor Ambrosio Huici Miranda escribe la obra *Traducción española de un manuscrito anónimo del siglo XIII sobre la cocina Hispanomagrebí*, publicada en Madrid, por el Ayuntamiento de Valencia en 1966. Este es un tratado que se compone de seis partes muy desiguales. Una primera muy extensa de recetas, la segunda de jarabes, la tercera de lácteos, la cuarta de digestivos, la quinta de polvos medicinales, la sexta de arropes, mantrillos, granadas e higos. Las páginas constituyen una serie de resumen culinario donde aparecen, sin ningún orden lógico, las más diversas especialidades, ninguna composición de las dietas y ninguna manera de manipularlas. Exalta la limpieza y el aseo que debe tener la cocina y cita varios ilustres sibaritas y Califas, además de sultanes que compusieron textos delicados y sobrios sobre este tema. Establece también los distintos utensilios de la cocina, así como las normas a seguir en el servicio doméstico”. ⁽⁵⁾

Montecinos (2012) abunda sobre los estudios de la cocina mudéjar –o arábigo-andaluza- al precisar el nombre completo de “*Fadalat Al-Jiwan fi tayyibat al-ta´amwab-l-alwan*, que significa en árabe *Relieves de la mesa sobre manjares y guisos*. Se trata de un libro de recetas del siglo XIII, cuyo autor es el murciano Abu-l- Hassan, sobre cocina Al-Andalus, que son las costumbres gastronómicas practicadas en el territorio de la península Ibérica bajo el poder musulmán de la Edad Media (711 – 1492 d.C.)”. ⁽⁶⁾

Sin obviar la indudable existencia de otros muchos estudiosos sobre asuntos de fogones y mesas, dentro del contexto geográfico y cultural del llamado Nuevo Mundo resalta como figura primigenia Juana Inés de Asbaje y Ramírez de Santillana (1651 – 1695), mejicana, más conocida por su nombre religioso de Sor Juana Inés de la Cruz, que integró la entonces Orden de San Jerónimo. Desde la adolescencia, sorprendió por su afán de aprender, muy bien respaldado por la brillantez de su talento e inteligencia, inquietudes que mantuvo hasta

después de abrazar la monástica devoción. Tanta fue la fama de su sabiduría que recibió críticas por parte del obispo de Puebla, Monseñor Manuel Fernández de Santa Cruz, quien empleó el seudónimo de Sor Filotea de la Cruz para remitir su carta, advirtiéndole lo impropio de dedicarse al conocimiento mundano y no encauzar sus dotes en cuestiones puramente teológicas. La respuesta de Sor Juana, considerada como joya de la literatura hispanoamericana de la época, posee una depurada retórica, mediante la cual esgrime sus argumentos con elegantes y doctas ironías, entre las que meritan destacar las siguientes citas: “Veo que un huevo se une y fríe en la manteca y, por contrario, se despedaza en el almíbar; ver que para que el azúcar se conserve fluida, basta echarle una muy mínima parte de agua en que haya estado membrillo u otra fruta agria; ver que la yema y clara de un mismo huevo son tan contrarias, que en los unos, que sirven para el azúcar, sirven cada una de por sí y juntos no.” (...) “Pero, señora, ¿qué podemos saber las mujeres sino filosofías de cocina?” (...) “Si Aristóteles hubiera guisado, mucho más hubiera escrito”.⁽⁷⁾

Escribió uno de los primeros recetarios de cocina que se tiene noticia en el contexto hispanoamericano, con una treintena de elaboraciones, la mayoría dulces, que dedicó a su hermana Josefa. “Treinta y seis recetas acompañan 25 años de vida de Sor Juana Inés de la Cruz y dejan testimonio del proceso de mestizaje que siempre ha encontrado en el fogón una de sus muestras más conspicuas”.⁽⁸⁾

Se considera *La Physiologie du Goût o Meditations de Gastronomie Trascendentale* (La Fisiología del Gusto o meditaciones de gastronomía trascendental), publicado en 1825, como primer tratado de gastronomía, con autoría de Jean-Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826), jurista que se desempeñó en importantes cargos políticos con posterioridad a la Revolución Francesa. En el capítulo dedicado a sus aforismos, sentencia, con tono un tanto lapidario, las siguientes conclusiones: “Más contribuye a la felicidad del género humano la invención de una vianda [elaboración culinaria, plato] nueva, que el descubrimiento de un astro” (...) “Dime lo que comes y te diré quién eres”⁽⁹⁾

El también francés, abogado y periodista Alexandre Balthazar Laurent Grimod de La Reynière (1758-1838), se asume como el creador de la crítica gastronómica. Escribió el *Manuel du Amphitryon* (Manual del Anfitrión) y el *Manuel du Gourmet ou Le Calendrier Nourrissant* (Manual del Gourmet o el Calendario Nutritivo), que tuvieron una gran demanda popular. Sus famosos *Almanachs* (Almanaques) son considerados como antecesores de las actuales guías gastronómicas. Vale aclarar que, con independencia del indiscutible valor profesional y reconocimiento universal de las obras aquí mencionadas, ninguno de estos autores galos fueron cocineros.⁽¹⁰⁾

Marie-Antonie Carême (1784-1833), famoso cocinero francés, es una de esas figuras indispensables de la historia de la gastronomía universal, considerado como creador de la cocina francesa moderna y autor de obras tales como *Le Cuisinier parisien ou L'Art de la cuisine a dix-neuvième siècle* (El cocinero parisién o El arte de la cocina en el siglo XIX). Estudió arquitectura, fue pastelero, además de salsero de la Casa Condé, cocinero de Murat y del propio Napoleón

Bonaparte. Se le atribuye la creación del *vol-au-vent* (pastelillo confeccionado a base de masa de hojaldre, con relleno semi-descubierto). ⁽¹¹⁾

Auguste Escoffier (1847-1935), insigne cocinero francés, autor de valiosas obras sobre gastronomía, cuyos conceptos, definiciones y recetas constituyen aún en la actualidad obligada fuente de consulta y guía en la cocina profesional. Se le considera indistintamente “Chef de los Emperadores y Emperador de los Chefs”. Fue fundador de la revista *L’Art Culinaire* (El arte culinario) en 1873. Su primer libro fue *Tratado sobre el arte de trabajar las flores de cera*, publicado en 1886. La publicación que alcanza mayor éxito fue *La guide culinaire* (La guía culinaria), en 1902, con unas 5,000 recetas. También fue autor de los libros *Carnet d’Epicure* (Cuaderno del epicúreo) y *Ma Cuisine* (Mi cocina); este último, con más de 2,000 elaboraciones. Participó en la compilación del paradigmático diccionario *Larousse gastronomique* (Larousse gastronómico), en su edición de 1934. En 1920 recibió la Legión de Honor, siendo el primer chef a quien se otorgara tan altísima condecoración; y posteriormente, en 1928, nombrado Oficial de Legión. Es Francia el país donde casi exclusivamente se otorga a cocineros lauros de igual envergadura que a estadistas, jerarquías militares, artistas, literatos, científicos y otras personalidades relevantes. ⁽¹²⁾

Cuba no quedó atrás en cuanto a producción de literatura gastronómica. Y, curiosamente, la autoría de las primeras evidencias impresas correspondió a hombres de nacionalidad española, los cuales, sin embargo, legaron una copiosa información no sólo en materia de elaboración de alimentos, educación nutricional y los servicios a la mesa; contribuyeron, además, a enaltecer los valores de la cubanidad, a partir de los ingredientes, formas de cocinar y denominación de platos, a todas luces representativos de la mayor de Las Antillas. Entre los títulos publicados y escritores más conocidos, se encuentran:

- *Manual del Cocinero Cubano*, escrito por Eugenio de Coloma y Garcés (La Habana, 1857), donde se ofrecen, además de 728 descripciones de recetas y consejos útiles de la época, manifiestas expresiones de nacionalismo, a través de términos como criollas, cubanas, habaneras, reglana, matancera y santiaguera.
- *Nuevo Manual de la cocinera catalana y cubana*, escrito por el catalán Juan Cabrisas. La Habana, 1858.
- *Nuevo manual del cocinero cubano y español*, de J.P. Legran. Papelería La Cruz Verde, calle Mercaderes No. 39, La Habana (¿1864?).
- *Manual del cocinero criollo*, de José E. Triay, poeta y dramaturgo nacido en España en 1844 y fallecido en La Habana en 1907. Publicado por la imprenta y papelería habanera La Moderna Poesía, en 1914, con prólogo de Gonzalo Aróstegui y del Castillo. También escribía para el periódico cubano *Diario de la Marina*.

- *Novísimo manual del cocinero, pastelero, repostero, dulcero y licorista cubano* de J.F. Noviat. Librería de Salud No.23, La Habana, Cuba, 1894.

A época contemporánea de los anteriores títulos pertenece también *El cocinero de los enfermos, convalecientes y desganados. Dedicado a las madres de familias, arreglado todo al gusto de la Isla de Cuba*. (No consigna nombre del autor). Imprenta y librería La Cubana, calle O'Reilly No. 62, La Habana, 1862.

Utilitarismo guarnecido con conocimiento

Importantes transnacionales y grandes empresas productoras de equipamiento, enseres, utensilios y productos empleados en la elaboración de alimentos advirtieron, desde recién comenzado el siglo XX, la conveniente recurrencia mediática de los recetarios de cocina como vía promocional. Así, apenas surgían avances tecnológicos, tales como cocinas a gas o eléctricas, equipos de refrigeración, ollas de presión, batidoras, licuadoras, máquinas de moler y cortadoras de vegetales, entre otras novedades del momento, se conjugaban los manuales de instrucciones y recomendaciones de los fabricantes con decenas y hasta centenares de elaboraciones culinarias. También proliferaron los anunciantes de la más diversa índole de mercancías y servicios.

Otra particularidad de estas publicaciones consistía en que eran dirigidas hacia un segmento de lectores mayoritario: las amas de casa, principales protagonistas de la cocina doméstica. Hicieron época, tanto en Cuba como en el ámbito internacional, títulos tales como:

- *Ramillote del Ama de Casa*. Nieves [María Josefa de las Alas Pumarillo]. Gráficas Summa, Oviedo, Asturias, España, 1948. (Primera edición en 1912).
- *Carmencita o La Buena Cocinera. Manual práctico de cocina española, americana, francesa, etcétera, etcétera*. Doña Eladia M. Vda. de Carpinell. Barcelona, España, 1918.
- *Blanca*. Blanca Díaz de Mujica (graduada del Instituto Cordon Bleu de Paris, en 1909). La Habana, Cuba; Úcar, García y Cía. (s/a). Otra publicación posterior de la misma autora fue *Manual de cocina y directorio doméstico*. Editorial Lex, La Habana, Cuba, 1957.
- *Guía del buen comer. Consejos para el hogar y recetas de cocina*. Marquesa de la Corrada. La Casa Montalvo – Cárdenas, Galiano No. 53, La Habana, Cuba, 1937.
- *Manual de la cocina moderna. Segunda edición, corregida y aumentada. 700 recetas escogidas y de fácil confección. 120 menús y tabla de vitaminas*. Ernestina Varona de Mora. Tipográfica Institución Inclán, Carmen No. 355, Vibora, La Habana, Cuba, 1939.
- *Comidas criollas en ollas de presión. Primera Edición*. (2,500 ejemplares, numerados y firmados por la autora). María Teresa Cotta de Cal. La Habana, Cuba; impreso en los Talleres de Goldaraz y Cía, Rayo No. 21. 1951. (Alcanzó su cuarta edición en 1956).
- *Delicias de la Mesa. Manual de Cocina y Repostería, con medidas del país. Duodécima edición*. María Antonieta Reyes-Gavilán y Moenck. La

Habana, Cuba; Editorial Cultural, S.A. 1952. También de las propias autoras y editorial, la 13ª edición, con menú para 30 días, en 1957. (La primera edición data de 1937).

- *¿Gusta usted? Prontuario culinario y...necesario.* (Compilación de las madrinan de las salas San Martín y Costales del Hospital Calixto García. Comprende varios centenares de recetas, muchas de ellas aportadas por esposas de diplomáticos extranjeros acreditados en el país, así como damas cubanas. Ilustraciones de Conrado Massaguer y una valiosa colaboración del sabio cubano Don Fernando Ortiz. Entre sus 826 páginas, aparecen más de cien anunciantes que participaron en su patrocinio). La Habana, Cuba; impreso por Ucar, García, S. A., Teniente Rey No. 15, 1956.
- *Mil recetas de excelente cocina.* Lucía Ceballos. Editorial Guerrero, La Habana, Cuba, 1957.
- *Havana Hospitality. (English – Spanish).* Prepared under direction of The Saint Rita's Guild. Tipografía Ponciano, S.A. Aguacate No. 306, La Habana, Cuba (s/a).

Las secciones sobre cocina en publicaciones periódicas, como la muy cubana revista *Bohemia*, también fueron objeto de seguimiento por parte de las cocineras hogareñas. Así ocurrió con *El menú de la semana*, que apareció puntualmente entre 1946 y 1960. Estuvo rubricado por Adriana Loredo, pseudónimo al cual apeló quien realmente se nombraba Rosa Hilda Zell (1910-1971), destacada escritora criolla. Otras escritoras cubanas fueron Carmencita San Miguel y Pagés y Nena Cuenco de Prieto, entre otras, que publicaban sus enseñanzas en otras revistas como *Vanidades*, *Ellas* y *Romances*. Era habitual la confección de suplementos con recetas y manualidades que se entregaban gratis a las suscriptoras de dichas revistas.

No obstante, menos conocido que los anteriores, debe hacerse mención al título *Cuban Cookery* (Cocina cubana) de Blanche Zacharie de Baralt (Nueva York, 1865 – Ottawa, 1947), publicado por la Editorial Hermes, calle Compostela Nos. 78 – 80, La Habana Cuba, 1931. Se trata de la también autora del libro *El Martí que yo conocí*.

La aparición y desarrollo de la televisión, con sus primeras emisiones públicas en Inglaterra (1927), luego en Estados Unidos de Norteamérica (1930) y algo después, a mediados del siglo XX, en Latinoamérica, también devino marco propicio para los propósitos lucrativos, al amparo de la primera necesidad humana y social: comer en el hogar. Comienzan entonces a insertarse los espacios televisivos sobre cocina. Véanse, a continuación, varios ejemplos representativos en América.

Petrona Carrizo de Gandulfo (1896-1992), renombrada cocinera argentina. Comenzó su vida laboral cocinando en público para promocionar las entonces novedosas cocinas a gas en su país, bajo el patrocinio de la Compañía Primitiva de Gas. En el año 1933 ve la luz *El libro de Doña Petrona*, de cuya venta se encargó ella misma. Con más de 600 páginas, es una obra enciclopédica, no sólo de recetas y secretos de cocina, sino también consejos para la vida hogareña. En sus comienzos de vida laboral, trabajó cocinando en público para

promocionar Debutó en la TV rioplatense en 1952, con su inseparable asistente Juanita Bordoy, alcanzando su gran auge en 1960. Su obra ha sobrepasado, hasta la actualidad, el centenar de ediciones. Los argentinos se precian de contar con el libro más vendido en el país, después de la Biblia y *Martín Fierro*...⁽¹³⁾

Sin olvidar que, en 1890, Manuela Gorriti publicó el primer libro de cocina argentina conocido, *Cocina Ecléctica*, donde recopiló recetas de amigas que inspiraban su confianza en lo que hace al saber gastronómico. Allí figuraban helados, lo que demuestra que ya circulaban como manufactura doméstica.⁽¹⁴⁾

Aunque la norteamericana Mary Frances Kennedy Fisher (1908 – 1992), más conocida como MFK Fisher, no formó parte del *boom* de figuras femeninas que difundían conocimientos culinarios a través de espacios televisivos, ni su persona y obra fueron objeto de vehículos publicitarios, su singularidad estuvo marcada por su loable vocación de difundir una cocina economicista. Fue el óptimo aprovechamiento de los escasos recursos alimentarios disponibles, imperante en el período de la II Guerra Mundial, cuando fue necesaria la racionalización de productos que la población requería consumir. Asumió como filosofía de accionar el empleo de nobles y modestos ingredientes para lograr un buen plato. En suma, una forma de cocinar con sencillez y bajo condiciones elementales. De ahí que su más conocida obra sea *How to Cook a Wolf* (Cómo cocinar un lobo), cuya primera edición fue publicada en 1942. Con más de veinte libros de su autoría, entendió que el acto de comer equivale a un arte vital. Sus publicaciones sobre temática gastronómica están enriquecidas con vivencias y apreciaciones propias, considerándose iniciadora del ensayo gastronómico como género literario, a partir de conceptualizar –metafóricamente- el valor cultural de la comida.⁽¹⁵⁾

Fue la también norteamericana Julia Carolyn McWilliams (1912 – 2004), más conocida por su nombre público Julia Child, chef, autora y presentadora de la televisión estadounidense. Entre sus principales méritos destaca por haber sido facilitadora del conocimiento de la gastronomía francesa al gran público de su país, siendo autora del libro *Mastering the Art of French Cooking* (Dominando el arte de la cocina francesa), publicado en 1961. Muy recordada también por los muchos programas de televisión que protagonizó, siendo el más relevante *The French Chef*, salido al aire desde 1963 hasta 1973. Autora igualmente de una veintena de libros de cocina, difusora del consumo de vinos en apropiada armonía con los alimentos. Recibió notables premios y reconocimientos, al punto que fue creada la Rosa de Julia Child, que por su color dorado fue internacionalmente identificada. Incluida en la guía de televisión americana TV Guide, en 1996 logró el número 46 entre las 50 grandes estrellas de la pantalla chica. Consideró como su audiencia preferida a quienes les gustaba cocinar y estaban dispuestos a aprender para hacerlo bien.⁽¹⁶⁾

La maestra que enseña haciendo⁽¹⁷⁾

Mención muy especial merece Nitza Villapol Andiarena (Nueva York, 1924 – La Habana, 1998). Muchos son los méritos de que fue acreedora esta cubana naturalizada por convicción. Apenas un año después de comenzar las transmisiones televisivas en Cuba, aparecería el programa *Cocina al minuto* el 3 de julio de 1951, que continuó en el aire, con diferentes frecuencias semanales, durante

cuatro décadas más. Nitza, la egresada de la Escuela del Hogar (1940) y doctora en Pedagogía (1948), cuyo nombre de pila basta para que los cubanos la identifiquen como alguien merecedora del cariño y culto por la simpatía, demostró una singular capacidad de persuadir para la modificación de ancestrales hábitos alimentarios arraigados en los habitantes de esta Isla Grande. A través de sus programas y prolífera producción literaria en materia gastronómica, prodigó sistemática y tenazmente acertadas enseñanzas sobre los beneficios para la salud que propicia una alimentación sana, amén de inusitadas soluciones mediante la recurrencia a productos simples y al alcance de la población, en épocas de marcada insatisfacción de las necesidades alimentarias como fueron las décadas de los 60 y los 90 del siglo XX.

Nitza y su inseparable asistente Margot Bacallao asumieron lo precario de la situación como oportunidad para concebir y enseñar nuevas recetas —o las mismas que ya se conocían, con otros ingredientes— lo mismo que resaltar las propiedades de determinados alimentos poco conocidos por la población.

Nada exenta de plagios ha sido su obra mayor, el libro *Cocina al minuto*, cuya primera edición en Cuba fuera en 1956. Sintomáticamente, los propios detractores políticos de esta defensora de la cubanidad, en su exilio norteamericano, guardan celosamente en las alacenas de sus cocinas, junto con los recipientes para café y azúcar, frascos de condimentos y utensilios, algún ejemplar de nuestra Nitza. Muy preciados y costosos, por cierto, en dichas latitudes y en otras más del planeta, los libros originales.

Libros de cocina, 100% cubanos

En fecha 26 de abril de 1959, el chef Antonio Serra Gener, profesor de Dietética y Nutrición de la Escuela Técnica Industrial “Fundación Rosalía Abreu” de La Habana, envió una carta personal al Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, para hacerle donación al Gobierno Revolucionario de los doce tomos de la Enciclopedia Gastronómica redactada por él. Pedía, como única condición, dirigir su impresión y ponerla en manos de todos los cubanos vinculados a la cocina, los servicios gastronómicos y el turismo. ⁽¹⁸⁾

Con sus más graves afectaciones económicas, materiales y sociales en la primera mitad de la década de los 90 del siglo XX, el llamado Período Especial provocó una significativa reducción de publicaciones impresas sobre cocina en la mayor de Las Antillas. Coincide, entonces, la aparición de varios libros sobre cocina cubana, con autoría de cubanas-norteamericanas y publicados en los Estados Unidos de Norteamérica, tales como:

- *Memories of a Cuban Kitchen*, de Mary Urrutia Randelman, Mac Millan Publishers, New York, USA, 1992.
- *A taste of Old Cuba*, de María Josefa Lluriá de O’Higgins, HarperCollins Publishers, Inc., New York, USA, 1994.
- *Cocina Cubana. Las mejores recetas*, de Raquel Rabade Roque, Editor Agualarga, S.L., Miami, Florida, USA, 1996.

Curiosamente, aparejado a un innegable reflejo de tradicionalidad que contienen las recetas, denotan sus escritoras una acusativa nostalgia por aquello que decidieron abandonar.

Por otra parte, la inmigración cubana en Estados Unidos de Norteamérica, fomentó, extendió y sedimentó en esta nación –sobre todo, en el estado de Florida- su particular gastronomía, en no pocos casos fusionada con otros segmentos de inmigrantes, mayoritariamente de procedencia latinoamericana, dando lugar a una inevitable comunión con las condicionales del nuevo lugar de residencia. Muestra de esta conjugación gastronómica se encuentra en dos emblemáticas publicaciones, con notable influencia cubana, cuyos nombres por sí solos reflejan lo resultante –y las pretensiones- de tales mezclas:

- *Miami Spice. Meet in the Tropical Heart of América.* Steven Raichlen, Workman Publishing Co. New York, USA, 1993.
- *Nuevo Latino. Recipes that celebrate de New Latin – American Cuisine.* Douglas Rodríguez, Ten Speed Press, New York, USA, 1995.

Oportunamente, las cosas mejoraron en tiempo relativamente breve, sin que los siempre muy demandados libros de Nitzá dejaran de publicarse, ni siquiera ante la referida época de crisis. Con manifiesta resiliencia y de manera creciente hasta la actualidad, las publicaciones de este tipo, hechas en Cuba y por autores del país, han alcanzado más altos niveles que nunca antes, al igual que un generalizado interés por la gastronomía, tanto institucionalmente como en la población. Gana espacios el tema, cada vez más extensivo en los medios, redes sociales, cine y televisión. Desde 2005, los libros de gastronomía cubanos comenzaron a ser reconocidos y galardonados por los Gourmand World Cookbook Awards, certamen internacional con frecuencia anual, homologados por la prensa especializada como los premios Oscar de la literatura culinaria. Entre otros laureados, además de la categoría Winner (seleccionados por países/regiones/ temáticas para competir al nivel mundial), se encuentran varios criollos premiados con el máximo galardón de este certamen, denominado Best in the World:

- *El Aljibe, un estilo natural*, de Alicia y Sergio García, 2005 (Mención del Jurado).
- *Mi pasión gourmet*, de Yamir Pelegrino Rodríguez, 2006 (Gran Premio).
- De la Dra. Vilda Figueroa Frade y José Lama Martínez: *Manual de conservación de alimentos y condimentos por secado solar* (2010); *Cocina cubana con sabor* (2010) y *El sabor en la cocina* (2013), en diferentes categorías.
- *El cacao y el chocolate en Cuba*, de Niurka Núñez González, 2012, en la categoría de Chocolate.
- *Cocina útil*, de Frank Rodríguez Pino, 2012 (Mención Especial del Jurado).

- *La cocina de un cubano*, de Veimar Loyola Fonseca, 2014, 2do. Lugar en la categoría Chefs Latinoamericanos.
- *Hablando con la boca llena. Diccionario gastronómico*, de Jorge Méndez Rodríguez-Arencibia, 2013, 3er. Lugar en la categoría Escritores Gastronómicos.
- *Su Majestad, el Helado*, de Jorge Méndez Rodríguez – Arencibia, 2017, 2do. Lugar en la categoría Helados.
- *Sabor a Gibara*, de Alberto Gámez Ronda, 2018, 2do. Lugar en la categoría Cocinas Regionales.
- *Artechef: Categoría Mejor Editorial*, 2019
- *El Tesoro de la cocina cubana*, de Junco Monserrat, Jorge, 2019, 3er. Lugar en la categoría Latinoamérica.
- *Muchas fuentes en la mesa cubana*, de Miriam Rubiel Díaz y Eddy Fernández Monte, 1er. Lugar en la categoría Caribe

En suma, una parte mayoritaria de los libros de cocina que, al decir popular, “se respeten a sí mismos” no se limitan a una rutinaria lista de ingredientes y descripción –a veces pormenorizada- de los pasos a seguir para la preparación y elaboración de alimentos y bebidas. Incluyen diversidad de consejos útiles para cocinar, servir la mesa, comportamiento ético, educación para la salud, optimización de los recursos disponibles y actitud amigable con el medio ambiente. De igual modo, se integra a los textos información histórica y socio-cultural sobre los fogones, mesas y gentes de cada país, región o localidad.

Referencias bibliográficas

- (1) Montecinos, A. Planificación del turismo gastronómico sostenible: servicios, rutas, productos y destinos. Méjico, D.F.: Centro Empresarial Gastronómico Hotelero (CEGAHO); 2012. (pp 26 - 28).
- (2) Gastronomía China. Historia. Mayo de 2013
Disponible en: <http://gastronomiachinad.blogspot.com/>
Consultado: 19-9-2020.
- (3) Cultura india
Disponible en: <https://sites.google.com/site/socialesdavid12344/?tmpl=%2Fsystem%2Fapp%2Ftemplates%2Fprint%2F&showPrintDialog=>
Consultado: 2-10-2020.
- (4) Ruiz, J. Arcipreste de Hita. Libro de buen amor. La Habana, Cuba: Biblioteca de literatura universal. Editorial Arte y Literatura; 1989 (p. 173).
- (5) Gutiérrez, C. Historia de la Gastronomía. Estado de México, México: Editorial Red Tercer Milenio; 2012 (p. 60).
- (6) Montecinos, A. Planificación del turismo gastronómico sostenible: servicios, rutas, productos y destinos. Méjico, D.F.: Centro Empresarial Gastronómico Hotelero (CEGAHO); 2012. (p. 32).
- (7) Respuesta de la poetisa [Sor Juana Inés de la Cruz] a la muy ilustre a Sor Filotea de la Cruz. Buenos Aires, Argentina: Biblioteca Virtual Universal, Editorial del Cardo; 2006. (p. 13).
Disponible en: <http://www.bdigital.unal.edu.co/39758/1/132027.pdf>
Consultado: 30-8-2020.
- (8) Lavín, M. y Benítez, A. Sor Juana en la cocina. México, D.F.: Penguin Random House Grupo Editorial, S.A. de C.V.; 2015 (p. 53)
Disponible en: <https://valoreshumanosiem.files.wordpress.com/2017/05/sor-juana-en-la-cocina-monica-lavc3adn-y-ana-benc3adtez-muro.pdf>
Consultado: 30-8-2020.
- (9) Brillat-Savarin, A. Fisiología del gusto o Meditaciones de gastronomía trascendental. Madrid, España: Librería de Alfonso Durán, 1869. (p. 15).
Disponible en: <http://books.google.com>
Consultado: 2-9-2020.
- (10) Larousse Gastronomique en Español (Versión digital). Barcelona, España: Larousse Editorial, 2011 (p. 537).
Disponible en: <https://www.larousse.es>
Consultado: 14-9-2020.

- (11) Ruiz de Luzuriaga, M. Antonin Carême: el cocinero de los reyes y el rey de los cocineros. Universidad Pública de Navarra, España; 2000. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/304675714>
Consultado: 18-7-2020.
- (12) Larousse Gastronomique en español (Versión digital). Barcelona, España: Larousse Editorial, 2011 (p. 450).
Disponible en: <https://www.larousse.es>
Consultado: 14-9-2020.
- (13) Carrizo, P. El libro de Doña Petrona. México, D.F.: Editorial Diana, S.A., 1949.
- (14) Heladerías de Buenos Aires. Primera Edición / Horacio Spinetto y dirigido por Liliana Barela. Buenos Aires, Argentina: Dirección General Patrimonio e Instituto Histórico, 2009. (p. 10).
- (15) Fisher, MFK. How to Cook a Wolf. First Edition. New York, USA: Duell, Sloan & Pierce, 1942.
Disponible en: <http://vintagecookbook.com/product/how-to-cook-a-wolf-1942-1944/>
Consultado: 5-10-2020.
- (16) EFE. Julia Child: la mujer que revolucionó la cocina en EE. UU.
Disponible en: <https://chicagotribune.com/ct.hoy-8124885-julia-child-la-mujer-que-revoluciono-la-cocina-eeuu-story.html>
Consultado: 5-10-2020.
- (17) Méndez, J.L. La maestra que enseña haciendo. La Habana, Cuba: Catauro. Revista Cubana de Antropología. Año 19 / No.35 / 2017.
- (18) Serra, A. Carta abierta al Primer Ministro. La Habana, Cuba: Revista El Arte Culinario. Órgano del Sindicato de Cocineros Profesionales y Similares. Mayo de 1959 (p. 20).

Bibliografía consultada

- Coldspot. Sears, Roebuck and Co. *Your guide to care, operation, maintenance. Attractive party dishes.* (Promoción de refrigeradores domésticos Chicago 7, Illinois, USA (s/a).
- Ecko Products. Seguridad, economía y rapidez con la olla Ecko. (Promoción de las ollas de presión marca Ecko, recetarios y consejos útiles. Company. Chicago, USA (s/a). Guaranteed by Good Housekeeping, USA.
- General Electric. Better living with your new G-E Food Freezer. How to prepare, package, freeze, and thaw frozen foods., Louisville 1, Arizona, USA. (s/a).
- *Idle Hour Cook Book. With the gas turned off.* Chambers, Indianapolis, Indiana, USA, 1956.
- John Oster Manufacturing Co Osterizer. El nuevo y maravilloso Sistema de preparar alimentos. Milwaukee, USA. 1955.
- John Oster MFG, Co. Deliciosas recetas de Osterizer con el empleo de su más práctico y saludable aditamento de cocina. La única licuadora de vaso desarmable. Racine Wisconsin, USA (s/a).
- Méndez Rodríguez – Arencibia, Jorge. Conferencia *¿Los cocineros escriben?*, impartida en el espacio del proyecto Cocina y Cultura Alimentaria, dirigido por la Cámara Cubana del Libro y la Agencia Cubana de ISBN, en la 24ª edición de la Feria Internacional del Libro en La Habana, 2015.
- National Pressure Cooker Company. *Libro de recetas. Ollas de presión Presto. Instrucciones y medidas de tiempo para cocinar.* Wisconsin. USA (s/a).
- Pillsbury's Best XXXX. Recetario para usted. *Harina para todos los usos. Recetas experimentadas en el Instituto de Arte Culinario "San Miguel"*. La Habana, Cuba, 1959.
- Royal Baking Powder Co *New Royal Cook Book.* USA, 1922.
- Villapol, Nitza y Martínez, Marta: *Cocina al minuto.* Impreso en los talleres Roger A. Queralt – Artes Gráficas. Calle 25 No. 228, Vedado, La Habana, 1960.
- Villapol, Nitza: *Cocina al minuto.* Editorial Orbe, Ciudad de La Habana, 1981.
- Villapol, Nitza: *Cocina cubana. Alegre su mesa con recetas tradicionales de la Mayor de las Antillas.* Editorial Científico – Técnica, La Habana, 1997. (Este título tuvo su primera edición en 1993. La primera, segunda y tercera reimpresión, en 1995, 1997 y 1999, respectivamente).
- Villapol, Nitza: *Los dulces de Cuba.* Editorial Científico – Técnica, La Habana, 1996. (Este título fue publicado anteriormente en 1992 y 1993).

