

**SABORES DULCES,  
UNA ENCRUCIJADA ÉTNICA Y MULTICULTURAL.  
CASO BARLOVENTO, ESTADO MIRANDA**

**Ernesto De La Cruz \***

ernestodelacruz0203@yahoo.es

**Brimar Flores \*\***

brimarflores@gmail.com

**(UPEL-IPMJMSM)**

**Recibido:** 27/09/2010

**Aprobado:** 8/12/2010

**RESUMEN**

El propósito del presente trabajo fue identificar los aportes recibidos por los distintos grupos étnicos y su evolución como elemento cultural, enfocados en el análisis de la repostería tradicional en la Subregión de Barlovento. La investigación se sustenta en un estudio cualitativo, con base en el análisis documental de El Catálogo del Patrimonio Cultural Venezolano 2004-2007, la revisión de algunos autores y los recetarios tradicionales de la cocina popular. Esta revisión se complementó con una serie de entrevistas que se realizaron entre los años 2007 y 2008 a habitantes, de sexo femenino, mayores de 30 años, de algunos pueblos de Miranda. Los hallazgos conllevan a considerar a la repostería como un ejemplo que va más allá del mestizaje y de lo folclórico, por su presencia en el ayer, en el hoy y en el mañana si se promueven planes para su conservación como patrimonio cultural del estado Miranda.

**Palabras clave:** patrimonio cultural; repostería tradicional; mestizaje.

---

\* **Ernesto de la Cruz.** Profesor en Biología y Ciencias Generales del Instituto Pedagógico de Caracas (IPC). Especialista en Evaluación Educacional del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Magíster en Educación, mención Sistema Educativo (UBA). Doctor en Educación (UPEL-IPC). Adscrito al Departamento de Ciencias Naturales y Matemática. Línea de Investigación: Educación alimentaria y nutricional. Estudio y evaluación de la creatividad Profesor Agregado, Dedicación Exclusiva del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”.

\*\***Brimar Flores.** Profesora de Artes Escénicas (Instituto Pedagógico de Caracas). Especialista y Magíster en Gerencia Educacional (UPEL-Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio). Doctorante de la especialidad Cultura Latinoamericana y Caribeña (IPC). Categoría Asistente, Tiempo Completo, adscrita al Departamento Expresión y Desarrollo Humano del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”.

**SWEET FLAVORS, AN ETHNIC AND MULTICULTURAL  
CROSSROAD.  
CASE: BARLOVENTO, MIRANDA STATE**

**ABSTRACT**

The purpose of this study was to identify the contributions received by various ethnic groups and its evolution as a cultural element, focused on the analysis of traditional pastries in the subregion of Barlovento. The research is based on a qualitative study, based on documentary analysis of the Venezuelan Cultural Heritage Catalog 2004-2007; the authors review some traditional recipes and popular cuisine. This review was complemented by a series of interviews conducted between 2007 and 2008 on female inhabitants, age 30 and older, in some towns of Miranda state. The findings lead to consider the pastry as an example that goes beyond the folkloric miscegenation and, by its presence in the yesterday, today and tomorrow if promoted plans for conservation and cultural heritage of the state of Miranda.

**Keywords:** cultural heritage; traditional pastry; crossbreeding.

**SAVOIRS DOUCES : UN ENJEU ETHNIQUE ET  
MULTICULTUREL.  
CAS DE BARLOVENTO À L'ÉTAT DE MIRANDA**

**RÉSUMÉ**

Ce travail visait à identifier les apports reçus par de divers groupes ethniques et leur évolution comme élément culturel à l'aide de l'analyse de la pâtisserie traditionnelle de la subrégion de Barlovento. La recherche correspond à une étude qualitative fondée sur l'analyse documentaire du Catalogue du patrimoine culturel vénézuélien 2004-2007, l'évaluation de certains auteurs et les livres de recettes traditionnelles de la cuisine populaire. Cette évaluation a été accompagnée d'une série d'interviews faites à des femmes de plus de 30 ans de certains peuples de l'État de Miranda entre 2007 et 2008. D'après les résultats, la pâtisserie devrait être considérée comme un exemple qui va au-delà du métissage et du folklorique par sa présence dans le passé, le présent et l'avenir si des plans pour sa protection en tant que patrimoine culturel de l'État de Miranda son mis en œuvre.

**Mots clés :** patrimoine culturel ; pâtisserie traditionnelle ; métissage.

## SABORES DOCES, UM CRUZAMENTO ÉTNICO E MULTICULTURAL. CASO BARLOVENTO, ESTADO MIRANDA (VENEZUELA)

### RESUMO

O presente trabalho visa identificar as contribuições recebidas pelos diversos grupos étnicos e sua evolução como elemento cultural, fazendo ênfase na análise da confeitaria tradicional da Sub-região de Barlovento, na Venezuela. Esta pesquisa partiu de outro estudo qualitativo, cuja base está na análise documental de El Catálogo del Patrimonio Cultural Venezolano 2004-2007, a revisão de alguns autores e os livros de receitas tradicionais da cozinha popular dessa região. Esta revisão foi acompanhada também por uma série de entrevistas realizadas entre 2007 e 2008 a habitantes, de sexo feminino, maiores de 30 anos, de alguns povoados do estado Miranda. As conclusões atingidas levam a considerar que a confeitaria é um exemplo que vai além da miscigenação e do que é folclórico, devido a sua presença no passado, na atualidade e no futuro, se forem realizados planos para sua conservação por ser esta um patrimônio cultural do estado Miranda.

**Palavras chave:** patrimônio cultural; confeitaria tradicional; miscigenação.

### Introducción

En líneas generales se ha utilizado la palabra mestizaje para designar las mezclas acaecidas en el siglo XVI en suelo americano entre seres y formas de vida surgidas de los continentes: América, Europa y África. Pero este término es ampliado por el *Diccionario de la Fundación Polar* (1997), al establecer mestizaje como el cruzamiento biológico entre individuos pertenecientes a razas diferentes y, por extensión, a la mezcla de culturas diferentes, aunque para esto último se utiliza la palabra aculturación y con más propiedad la de transculturación. Este proceso de mestizaje no sólo produce en América un nuevo individuo desde el punto de vista biológico y genético, sino que es el resultado de toda una variedad de experiencias sociales y culturales que se sincretizan y reinterpretan según la necesidad y las consecuencias históricas del mismo proceso (Parra, 2006).

A este respecto, Lewis (1973) señala que cultura es la suma total de lo que el individuo adquiere en una sociedad, es decir, aquellas

creencias, costumbres, normas artísticas, hábitos alimenticios y artes que no son fruto de su propia actividad creadora, sino que recibe como legado del pasado, mediante una educación regular o irregular (p. 13). Este legado es modificado por las generaciones sucesivas, aunque conserva, sin embargo, algunos elementos que lo vinculan con su pasado y con las tradiciones, uno de estos legados claves para entender el proceso de la cultura lo constituye la gastronomía.

En esta línea Montanari (2004) refiere que la *cultura* se encuentra en el punto de intersección entre la tradición y la innovación. Es *tradición* cuando está constituida por los conocimientos, las técnicas y los valores que nos han sido transmitidos. Es *innovación* cuando estos conocimientos, técnicas y valores modifican la posición del hombre en el contexto ambiental y le dan la capacidad de experimentar nuevas realidades. Podríamos definir la tradición como una innovación bien lograda. La cultura es la interfaz entre las dos perspectivas.

Precisamente la gastronomía con sus ingredientes, sabores, recetas, utensilios y maneras de preparar los alimentos constituye uno de los elementos sustantivos de la identidad de nuestra nación y herencia: propia, profunda, única, mestiza y cultural. En consecuencia, la gastronomía nacional y regional conforman un patrimonio común de todas las personas sin distinción de clases, en cuyo uso, preservación y difusión tienen responsabilidad sus habitantes (Atencio, 2008).

En el contexto específico, la Subregión de Barlovento es un espacio geohistórico cuyo desarrollo se ha caracterizado por un particular mestizaje donde el aporte étnico de indígenas, españoles y africanos fundamenta su arraigo a la identidad de la subregión, que hoy representa un soporte, no solamente para la identidad del estado Miranda, sino para la Identidad Nacional, ya que Barlovento es fuente inagotable de una cultura que trasciende sus límites y nutre al resto del país. Razón por la cual, el propósito del presente trabajo es identificar los aportes recibidos por los distintos grupos étnicos: indígenas, europeos y africanos, teniendo como énfasis de análisis la repostería tradicional y aportar ideas para entender cómo a través de su historia se han fusionado dichos elementos para conformar un aspecto representativo de la tradición barloventeña.

## La alimentación, un abordaje sociocultural

La **alimentación** dentro de un grupo social es preciso considerarla en razón de los factores que determinan el comportamiento de los seres humanos que lo integran y que son la base de la enorme variabilidad de hábitos, de gustos y preferencias, al llevar a cabo la elección de alimentos entre los cuales están: la disponibilidad del alimento, factores históricos y sociales como la conformación del grupo social al que pertenecen, los modos de producción y distribución de los alimentos, las características geo-climáticas y la biodiversidad (animal y vegetal), la tecnología culinaria disponible, la incorporación de la mujer al trabajo, las modas, los nuevos alimentos, la publicidad de los productos, las innovaciones en tecnología culinaria, (el microondas), los factores religiosos y dentro de ellos podemos incorporar los modelos culturales, tradiciones y tabúes sobre los alimentos y, por último, el factor referido al costo económico de los alimentos (Messer, 2002 y Rozin, 2002).

Ampliando estos referentes, se debe ver a la alimentación como un hecho bio-psico-social complejo y como tal hay que abordarlo: la gramática culinaria, las categorizaciones de los diferentes alimentos, los principios de exclusión y de asociación entre tal y cual alimento, las prescripciones y las prohibiciones tradicionales y/o religiosas, los ritos de la mesa y de la cocina, etc., son estructuras de la alimentación cotidiana. Por ello, las historias nacionales y las actitudes individuales relativas a la alimentación no pueden ser comprendidas completamente sino se relacionan con las diferentes costumbres alimentarias y con las particularidades que les son propias. Los hábitos alimentarios son una parte integrada de la totalidad cultural. “*Somos lo que comemos y comemos lo que somos*” (Contreras y García, 2005, p. 13).

En el escenario de la alimentación, las *prácticas alimentarias* no son solo *hábitos*, en el sentido de repetición mecánica de actos y no pueden interpretarse, como frecuentemente se ha hecho, como hábitos, más o menos inadecuados, sino que deben ser considerados como consecuencia también de razones culturales, ya que lo cierto es que los alimentos, además de nutrir, significan, comunican y expresan.

Es por ello importante destacar que la comida proporciona aspectos de identidad sociocultural, en los que los modos cómo son preparados y servidos los alimentos expresan la manera cómo los individuos de diferentes sociedades proyectan sus identidades. Las prácticas alimentarias son, a su vez, cruciales para la reproducción social de las sociedades, de hecho, la alimentación es el primer aprendizaje social del ser humano.

La comida es cultura cuando *se produce*, porque el hombre no utiliza solo lo que se encuentra en la naturaleza, sino que ambiciona crear su propia comida, superponiendo la actividad de producción a la de captura. La comida es cultura cuando *se prepara*, porque una vez adquiridos los productos básicos de su alimentación, el hombre los transforma mediante el uso del fuego y una elaborada tecnología que se expresa en la práctica de la cocina. La comida es cultura cuando *se consume*, porque el hombre, aun pudiendo comer de todo, o quizá justo por ese motivo, en realidad no lo hace, sino que elige su propia comida con criterios ligados ya sea a la dimensión económica y nutritiva, ya sea a valores simbólicos de la misma comida. De este modo, la comida se configura como un elemento decisivo de la identidad humana y como uno de los instrumentos más eficaces para comunicarla (Montanari, 2004).

La alimentación también constituye una vía privilegiada para reflejar las manifestaciones del pensamiento simbólico y la alimentación misma constituye, en ocasiones, una forma de simbolizar la *realidad*. Creamos categorías de alimentos (saludables y no saludables, convenientes y no convenientes, ordinarios y festivos, buenos y malos, femeninos y masculinos, adultos e infantiles, calientes y fríos, puros e impuros, sagrados y profanos, etc.), pautados por el sistema de creencias y valores existente en cualquier cultura y puede determinar, a su vez, qué alimentos son objeto de aceptación o rechazo en cada situación y por cada tipo de persona.

En el contexto específico de la repostería de la subregión de Barlovento se constituye en sí misma en una expresión de la cultura, de la tradición oral y la conformación étnica de su pueblo, que más allá de apropiarse de estos elementos ha logrado hacerlos *propios* de su identidad regional.

## **Descripción de la Subregión de Barlovento**

La subregión de Barlovento se encuentra ubicada en el área centro norte costera del país, al este del estado Miranda. Está conformada por seis municipios autónomos: Pedro Gual, José Antonio Páez, Andrés Bello, Eulalia Buroz, Almirante Luis Brión, y General Miguel Acevedo. Se ubica entre los paralelos 10° y 11° de Latitud Norte y los meridianos 65° y 67° Longitud Oeste. Según datos proporcionados por la OCEI, la subregión de Barlovento tiene aproximadamente una extensión territorial de 4.647 Kilómetros cuadrados, el 58,5% de la superficie del estado Miranda. Limita al norte con el Mar Caribe; al Sur con el estado Guárico y Anzoátegui; al Este con el Mar Caribe y el estado Anzoátegui; al Oeste con el estado Vargas y los municipios Zamora, Independencia y Lander, del estado Miranda. La altura de la subregión se ubica en un relieve desde 0 metros hasta 1.000 metros sobre el nivel del mar, con una temperatura que oscila entre los 28 y los 21 °C. (Sosa, 2001).

Para comprender la particular conformación de este espacio geohistórico, de predominantes tierras bajas y de altas temperaturas, se recapitulan los eventos históricos y las características de su poblamiento desde sus inicios y que son clave para el estudio y comprensión de la conformación del régimen alimentario de los pueblos y en particular de su repostería.

La zona que actualmente conforma la subregión de Barlovento, como el resto del estado Miranda, estuvo poblada antes de la conquista y colonización española, por grupos de aborígenes de filiación Caribe (Strauss, 1993). Las primeras expediciones dirigidas por los españoles a conquistar y poblar Barlovento se organizan desde tres principales centros: Caracas, Cumaná y Barcelona. La ocupación colonial se inicia hacia el año 1680 con el surgimiento de nuevos poblados impulsados por misioneros con la finalidad de agrupar a los indígenas dispersos de la región (Sosa, 2001).

En Barlovento tiene significativa influencia la instalación de haciendas cacaoteras en concordancia con la calificación que hicieron los administradores españoles de los siglos XVIII y XIX y no plantaciones. De acuerdo con García (2001), la diferencia fundamental se basa en que en la hacienda de cacao se prevé una jornada libre, el festivo sábado en el cual el esclavo laboraba en su

conuco para proveerse de alimentación y otros recursos como ropa o utensilios de labranza, pues el amo no daba esos beneficios. Por ello, el cacao simbolizó la búsqueda de tierras, de mano de obra, la circulación del producto hacia la península española y la presencia del esclavo procedente de las costas occidentales de África. Este producto agrícola sirvió de base para la consolidación de una organización social y económica. Se inician los latifundios y se define una estratificación social, aparecen terratenientes, comerciantes, exportadores y trabajadores. Con la hacienda cacaotera se crea entonces un nuevo tipo de unidad productiva, a la vez que un soporte decisivo para la formación y la afirmación de la oligarquía llamada de manera significativa de los «*grandes cacaos*».

Pero fue en el siglo XVIII con el auge del comercio y consumo de cacao, la intensificación del contrabando y con la llegada de la Compañía Guipuzcoana (1728), cuando se observa la aceleración del proceso de introducción de la mano de obra negra esclava y de sus posteriores descendientes, sin pasar por alto que también se utilizó en las labores de construcción de iglesias, capillas, caminos, casas de gobierno, menesteres del hogar, cocineras, cría de animales, confección de artículos artesanales, vestidos, pescadores de perlas, descubridores de minas, fundidores, cantores, músicos y soldados, entre otras actividades. Para tener una visión del fenómeno, Acosta Saignes (citado por Pollak-Eltz, 2000), señala la distribución geográfica de la población negra para finales de este siglo (XVIII): Aragua -12.932-, Carabobo -6.903-, Cojedes -4.949-, Distrito Federal -13.666-, Guárico -11.967-, Lara -13.971-, Yaracuy -4.069- y Miranda -23.599; lo que evidencia el aporte étnico de la población negra a la conformación de las características culturales del estado Miranda.

La población de Barlovento es muy religiosa, herencia legada por los misioneros españoles durante la época de la incursión española. El aporte cultural realizado por los indígenas y los negros se convierte en un proceso sincrético y multicultural lleno de alegría, sonidos y creatividad que constituyen las fiestas y tradiciones barloventenas. Las creencias, supersticiones y el carácter mágico de algunas de ellas se han mantenido a través del tiempo, con la fuerza y el poder de la palabra y la sólida práctica religiosa. En Barlovento,

como en toda Venezuela, las festividades se dividen en dos: en torno al 24 de diciembre o solsticio de invierno, y en torno al 24 de junio o solsticio de verano; es importante destacar que en el calendario cristiano los únicos nacimientos celebrados son el de Jesús y el de Juan El Bautista ambos dividen el calendario en dos.

Es costumbre que estas festividades sean organizadas por *cofradías* o sociedades que se encargan de los preparativos como ornamentación de los altares, resguardo de las imágenes, permisología, recaudación de dinero y demás donaciones. Diseño y ejecución de las procesiones y recorridos de las imágenes, promeseros, demostraciones públicas de fe, misas, intervenciones musicales, vendimias, entre otras.

Durante todo el año en Venezuela, y por supuesto Barlovento no escapa de esta práctica, se celebran las festividades del calendario nacional, con bailes, representaciones, degustaciones y más, durante la Navidad se celebra el nacimiento de Jesús, es una fecha repleta de símbolos como el pesebre o nacimiento, el cual es una réplica del lugar donde nació el redentor, y como es costumbre se acompaña de platos específicos de la gastronomía de la región, los cuales conservan el mismo espíritu pero varían según el lugar. Las protagonistas de la época son las hallacas, el pan de jamón y el tradicional dulce de lechosa.

En la Semana Santa abundan las procesiones desde el domingo de ramos, hasta el domingo de resurrección. En esta importante semana, se ejecutan diversas actividades que recuerdan la pasión y muerte de Cristo. Durante esta conmemoración abundan igualmente los manjares de la cocina, como lo son los hervidos y sancochos de pescado, los cuales pueden ser frescos o salado, o también cruzado, tomándose en cuenta la diferencia entre el sancocho y el hervido, éste último elaborado con la verdura picada en trozos mucho más grandes que las piezas del sancocho y el caldo no es espeso.

Los dulces y las conservas de coco están presentes también; las conservas son de coco rallado con mucho melao de papelón y se sirven sobre hojas de mandarina o naranjos; el arroz con coco, preparado casi siempre después de una batalla de echado de coco, la cual practican los hombres al calor de un buen aguardiente de caña: golpean los cocos uno contra el otro hasta que alguno de los dos se

revienta, ese es el que irá directo al rallador, también se deja probar el majarete y los besitos de coco, derivados del expresivo y versátil coco combinados con los clavos de olor, la vainilla, el melao de papelón y canela, todo un manjar para los sentidos.

Los velorios de Cruz se celebran desde el 3 hasta el 31 de mayo. Es una celebración vinculada fuertemente a la presencia de los esclavos africanos asentados en grandes contingentes humanos utilizados como mano de obra forzada, en los cultivos de café y cacao en las costas venezolanas (Pineda, 2003). En esta festividad se construye un altar en un lugar público, adornado con cintas de diversos colores y sábanas blancas, dentro del cual resalta la cruz, vestida de flores de papel, acompañada de frutos que son ofrendados por los fieles creyentes. En el mismo altar se disponen velas y cirios encendidos. Durante este rito los presentes entonan *fulias* en honor a la cruz bendita. La comida que acompaña a esta festividad es el sancocho cruzado de carnes rojas y blancas, acompañado con torta de casabe (pan de yuca), los besos de coco y el aguardiente de caña, y también la variante “guarapita” que es el aguardiente de caña clara ligada con jugos de fruta cítrica.

### **Conformación de los regímenes alimentarios vinculados a la repostería criolla**

Al referirnos a los *regímenes alimentarios* se debe entender que la alimentación vincula lo natural con lo social en un sentido amplio y comer ayuda a comprender la manera cómo los seres humanos son simultáneamente organismos biológicos y entes sociales.

Así, la cocina de una sociedad comprende representaciones, creencias, reglas y prácticas, que son compartidas por los miembros de una cultura o de un grupo en el interior de una cultura (Cartay, 2005). En el estudio de nuestros hábitos y actuales regímenes alimentarios se hace pertinente revisar los aportes de los grupos que participaron en la conformación de nuestros patrones culinarios como fueron en sus inicios el aborigen, como base, y al cual fueron a su *encuentro*, el europeo (sobre todo la cultura española ya mestizada por la fuerte presencia árabe) y el africano como recurso esclavista en la época colonial.

De acuerdo con Lovera (1998) a finales del siglo XVIII se configura un régimen alimentario típico de la naciente sociedad venezolana, definiéndose entre uno urbano y otro rural o *tradicional*, cuyos elementos constitutivos fueron el maíz, la carne de res, el azúcar y el cacao como alimentos básicos; y la yuca, el plátano, los frijoles y el café como complementarios. Este proceso corresponde a la implantación de la hacienda como unidad productiva por excelencia, en cuyo funcionamiento se integraba la plantación y el conuco. Este régimen alimentario se consolida durante un proceso de adaptación, el cual tuvo como rasgo fundamental la mutua adopción, por parte de conquistadores y conquistados, de los elementos de sus respectivos regímenes alimentarios y la inserción, por parte de los esclavos negros, de una cultura alimentaria adicional.

Teniendo como núcleo de conformación la hacienda y el conuco, allí la convivencia indígena-africana-europea se evidenció en la presencia simultánea de cultivos tanto americanos, africanos, como de otros cultivos introducidos por los españoles, tal es el caso de la caña de azúcar. Así la yuca, el maíz, el mapuey, el apio, la batata, la caraota negra y los frijoles americanos tuvieron vital presencia igual que los cultivos de árboles frutales y cítricos por su variedad y adaptación. Por su parte, el plátano y el coco originarios de Asia, y el papelón, tuvieron un papel fundamental en el sustento primero de los esclavos y después de los peones quienes los consumían a diario y en distintas formas. Este cierto grado de independencia es un elemento de vital importancia para comprender cómo se abrió la posibilidad a la autonomía creadora, a la innovación en el ámbito alimentario a partir de experiencias vividas en África; es el caso de los buñuelos de ñame africano que pasaron a ser buñuelos de yuca en Venezuela, es decir, se mantuvo la forma de preparación de alimentos pero con nuevos ingredientes. Lo anterior lleva a pensar que fue el conuco uno de los espacios en el que se gestó el proceso de etnogénesis de nuestros patrones alimentarios, en el cual se constituyó nuestro repertorio de elementos culturales que se consideran propios y exclusivos (Ferris, 1991).

En la repostería de este período se empleaban, además de harina de trigo y otros productos recientemente introducidos, frutos importados o del país, en las más variadas combinaciones. La confección de postres fue un aporte europeo que encontró

un formidable recurso en la abundante producción de azúcar y como técnica para cocinarlos desde la cocción con fogón hasta el horneado. No dejaron de consumirse las raíces y verduras de origen americano y con ellas se inició un proceso de renovación y creación de recetas dulces y saladas. Entre los rasgos generales de la cocina colonial se destaca la repostería la cual adquirió singular importancia. Se originaron nuevas versiones de dulces conocidos y se crearon variedades cuya importancia perdura hasta hoy (Fuentes y Hernández, 1993).

Posteriormente, durante la guerra de independencia se produjeron numerosas migraciones internas que significaron la intensificación de las leves relaciones culturales existentes entre las provincias que formaban la Capitanía General de Venezuela. Estos grandes movimientos de población fueron causa de que las comidas circunscritas a ciertas regiones se hicieran familiares en otras. La decadencia del valor nutricional del régimen criollo tradicional se estabiliza a partir de 1930, en la cual cobra importancia la explotación petrolera, que aceleró el proceso de urbanización y llevó a la sustitución paulatina de la economía de subsistencia, que tradicionalmente había predominado en el medio rural, por una economía monetaria. Muchas de las rústicas fórmulas culinarias del régimen tradicional fueron refinadas en las cocinas urbanas mediante una elaboración más cuidadosa, la incorporación de algunos ingredientes importados y una mejor presentación.

Adicionalmente, la conformación de nuestro régimen alimenticio se nutrió de las numerosas transformaciones e impactos sociales y culturales asociados al esclavismo, la aparición de las grandes haciendas, de los terratenientes y la entrada de la nueva tecnología, comenzando por los animales de tiro, el arado, las herramientas metálicas, los molinos hidráulicos y de tracción animal, los trapiches y su parafernalia ligada a la producción azucarera y panelera, amén del cambio en la dieta alimenticia, los usos y las costumbres indígenas en preparaciones y consumos (Rojas, 1993).

Siendo España el país del cual provino el principal aporte cultural europeo a nuestro país, su influencia fue decisiva en todos los aspectos de la cultura y, especialmente en la formación de los hábitos alimentarios de la población venezolana, modificando la dieta

existente en nuestro territorio antes de su llegada, enriqueciéndola de manera significativa con la introducción de nuevas especies vegetales y animales desconocidas hasta entonces en América, métodos de cocción y conservación de alimentos más complejos que los entonces practicados en nuestro territorio. Algunos de los métodos de cocción europeos (freír, sofreír, estofar, asar, guisar, hervir y hornear), eran a la vez formas de conservación -especialmente de las frutas-, necesarias en países templados con notorios cambios estacionales como España. Entre ellas se encuentran:

- a) *Dulces en almíbar*: las frutas quedaban literalmente cubiertas y nadando en almíbar de azúcar. Eran especialmente populares las que se elaboraban con toronja, limones, peras y -cortadas en tiras muy delgadas-, cabello de ángel. Se les agregaban especias. Los dulces en almíbar se podían confitar, sacándolos del almíbar cubriéndolos con azúcar y secándolos al sol.
- b) *Conservas o granjerías*: eran elaboradas con frutas ralladas y con azúcar. Se hacían también de membrillo y calabaza (auyama), sirviéndolas en trozos pequeños del tamaño de un bocado que por esta razón llamaban bocadillos.
- c) *Jaleas*: conservas que se elaboran con jugo de frutas y azúcar que al tomar el punto y enfriarse parecían congeladas, transparentes, por lo que se les dio por su apariencia ese nombre, que viene del latín *gelum* que significa helada.

Para preparar estos dulces se empleaban vasijas de metal en forma semicircular con boca muy abierta, que servían para todo tipo de conservas de frutas o huevos con azúcar o miel y se les denominaba peroles (Fuentes y Hernández, 1993).

Así surgió junto con el establecimiento de la sociedad criolla, una desmedida pasión por el dulce. El melado, el guarapo, el papelón y el azúcar no faltaron en ninguna mesa ni en ninguna alforja. Fueron productos que consumieron pobres y ricos. Esta relevancia no disminuyó en el siglo XIX, pues continuó siendo entonces fuerte puntal de las dietas de la mayoría de la población. Podría decirse que desde el siglo XVIII comienza la era del papelón y del guarapo, que

no vendría a finalizar sino a comienzos del siglo XX (Lovera, 2006); elementos estos que se evidencian en la rica y diversa repostería venezolana y regional.

### **Aspectos metodológicos de la investigación**

El presente trabajo se basa en un estudio cualitativo, sustentado inicialmente en el análisis documental de *El Catálogo del Patrimonio Cultural Venezolano* 2004-2007 de los municipios que conforman la subregión de Barlovento, la revisión de autores como Ramón David León (2004), José Ramón Lovera (1998), Rafael Cartay (2005), Recetarios tradicionales de cocina popular como los publicados por el Fundación CAVENDES y el Instituto Nacional de Nutrición (INN), entre otros. Esta revisión se complementó con una serie de 15 entrevistas (al menos dos por cada localidad), realizadas entre los años 2007 y 2008 a habitantes, de sexo femenino, mayores de 30 años, de localidades como: Birongo, Río Chico, El Guapo, El Café, Panaquire, Higuerote y Tacarigua. Con estos datos se conformó un primer listado con los ingredientes y formas de preparación de los postres más tradicionales de la subregión, el cual nuevamente se cotejó con entrevistados de diferentes localidades quienes aportaron nuevas y variadas informaciones. A partir de allí se analizaron los hallazgos con el apoyo de la bibliografía.

### **Presentación y análisis de los hallazgos**

A partir de la revisión documental y de las entrevistas se conformó el cuadro número 1 con los 40 postres, dulces y granjerías más representativos de la subregión de Barlovento, los cuales se presentan en orden alfabético, con los ingredientes básicos que lo componen, la formas o técnica de preparación y el municipio donde se presenta la mayor tradición en su consumo.

**Cuadro 1**  
**Relación de los principales postres, dulces y granjerías de la repostería tradicional de la Subregión de Barlovento**

N°	Postre	Ingredientes Básicos		Forma de Preparación	Municipios de mayor Tradición
1	Alfondoque	papelón, hinojo	Hervir	(5) (6)	
2	Almidoncitos	mantequilla, azúcar, huevo, yuca (harina), clavos y canela	Horneado	(5) (6)	
3	Arroz con coco	arroz, coco, papelón, canela	Cocina a fuego lento	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
4	Arroz con leche	arroz, leche, azúcar, clavos de especias y canela	Cocina a fuego lento	(5) (6)	
5	Bañao	plátano (maduro), papelón (melado), aceite (manteca), canela	Freír y cocinado en	(3) (5) (6)	
6	Bienmesabe	huevo, harina de trigo, coco, nuez moscada y limón	Papelón, Horneado	(3)	
7	Besitos de coco	coco, papelón, trigo (harina), canela	Cocción	(1) (5) (6)	
8	Bocadillo de guayaba	guayaba, azúcar	Cocción	(5) (6)	
9	Bollo de cambur manzano	cambur manzano, plátano verde (molido), coco, papelón, canela y anís	Sancochado	(4)	
10	Buñuelos de yuca	yuca, papelón (melado), huevo, trigo (harina)	Freír	(1) (2) (3) (4)	
11	Cabello de Ángel	cabello de ángel, azúcar, clavos dulces y canela (polvo)	Sancochado y cocción	(1) (2) (4) (5) (6)	
12	Cafunga	cambur titiario, trigo (harina), coco, clavo dulce, canela, plátano	Asado en budare y a	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
13	Cambur pasado	(hojas para la envoltura) cambur manzano (maduro), azúcar (para espolvorear)	la parrilla Se seca al sol	(3*)	
14	Cascos de parchita	parchita, azúcar, clavos dulces, canela y guayabita	Hervir	(4)	
15	Catalina	trigo (harina), huevos, leche y papelón.	Horneado	(4) (5) (6)	
16	Cativia	yuca (harina), papelón (melado), clavos de especias, anís dulce, canela (molido) y sal	Asado en budare o horneado	(1)	
17	Conservas de coco	coco rallado, papelón (melado) y clavos de especie	Cocción	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
18	Dulce de Batata	batata, azúcar, papelón (melado), coco, clavos de especie.	Cocción	(3*) (4*)	
19	Dulce de gofio	papelón (melado), anís dulce y harina de maíz carriaco o tostado	Cocción	(5) (6)	
20	Dulce de guayaba	guayaba, papelón (melado), clavos de especias y canela.	Cocción	(1)	

*Nota:* Los Municipios se clasificaron en: (1) Acevedo, (2) Andrés Bello, (3) Brion, (4) Buroz, (5) Pérez y (6) Pedro Gual. El Símbolo (\*) establece que el postre se obtuvo sólo a través de entrevistas.

## Cuadro 1

Cont.

N°	Postre	Ingredientes Básicos	Forma de Preparación		Municipios de mayor Tradición
			Preparación	mayor Tradición	
21	Dulce de higos	higos, azúcar	Cocción	(3) (6)	(1) (2) (3) (4) (5)
22	Dulce de Lechosa	lechosa verde, papelón, canela, clavo dulce, guayabita	Cocción	(1) (2) (3) (4) (5)	(3) (6)
23	Dulce de Martinica	martinica, azúcar (almíbar),	Cocción	(6)	(3)
24	Dulce de piña, coco y lechosa	piña, coco, lechosa, azúcar, clavos de especia	Cocción	(3*)	(3)
25	Dulce de Pomagas	pomagas, azúcar (melado), canela y clavos de especias	Cocción	(1)	(1)
26	Greña	trigo (harina), papelón (melado), canela, vainilla y coco.	Horneado	(4)	(4)
27	Jalea de mango	mango verde, papelón, clavo especie, canela y vainilla	Cocción	(1) (3) (5) (6)	(1) (3) (5) (6)
28	Majarete	coco, harina de maíz, canela y papelón	Cocción	(1) (2) (3) (4) (5)	(1) (2) (3) (4) (5)
29	Mazamorra de plátano	plátano verde, coco, papelón y anís dulce	Cocción	(6)	(6)
30	Mazamorra de maíz tierno	maíz tierno, papelón, canela y clavo dulce	Cocción	(2) (4)	(2) (4)
31	Mermelada de cayena	cayena (flor), lechosa (verde), limón y azúcar	Cocción	(1)	(1)
32	Mono o Panelitas de Mono	papelón, anís	Cocción	(4*)	(4*)
33	Natboa	yuca (harina), papelón (rallado), coco y anís dulce	Asado en budare	(1)	(1)
34	Panoso	maíz (harina), coco (rayado), papelón.	Asados en un budare	(3*)	(3*)
35	Pavo relleno	trigo (harina), papelón, clavos de especias y guayaba (mermelada) para el relleno	Cocción	(4*)	(4*)
35	Polvorosas	azúcar, manteca y harina de trigo	Horneado	(3)	(3)
37	Tetas, helado de frutas naturales	fruta, leche (en polvo preparada), vainilla y azúcar.	Cocción	(3)	(3)
38	Torrejitas	trigo (harina), huevo, azúcar y leche.	Freír	(1) (2) (3) (4) (5)	(1) (2) (3) (4) (5)
39	Torta de plátano	plátanos, trigo (harina), leche y queso rayado	Freír y hornear	(6)	(6)
40	Quesillo	leche condensada, huevos, leche y vainilla, azúcar (caramelo) de maría	Cocción (Baño)	(3) (5) (6)	(3) (5) (6)

Nota: Los Municipios se clasificaron en: (1) Acevedo, (2) Andrés Bello, (3) Brión, (4) Buróz, (5) Páez y (6) Pedro Gual. El Símbolo (\*) establece que el postre se obtuvo sólo a través de entrevistas.

Para el análisis de la información y tratar de entender cómo los diferentes elementos éticos, su geografía e historia y los sucesos históricos por los cuales transitó la subregión de Barlovento se optó, en primer lugar, por clasificar los ingredientes de acuerdo con lo establecido por Jaffé (2002), y posteriormente ir tejiendo el entramado de su conformación a partir del apoyo documental. Para ello se presenta el cuadro 2, en el que se señala el porcentaje de utilización de los ingredientes de los diferentes postres, la región de procedencia inmediata y originaria de cada ingrediente y la época de ingreso (en los casos de especies exóticas) a nuestro continente.

Al observar dicho cuadro, lo primero que se debe revisar es el edulcorante utilizado y observar cómo surge con especial insistencia el empleo del papelón (55%) como base de elaboración del postre, sobre el azúcar (38%), a partir de su cultivo en el siglo XVI. Entre las posibles razones están las características geográficas y sociales de la subregión de Barlovento, de clima ideal para su cultivo y énfasis en la presencia de haciendas y conucos como unidad productora durante los siglos XVI y XVIII, donde los recursos fueron escasos y el papelón constituyó, en muchos casos para sus pobladores mayoritariamente de origen africano y mestizo, una fuente de energía importante en su dieta (Lovera, 1998, p. 79), lo que trascendió del esclavo y peón primero al soldado posteriormente, durante los tiempos republicanos del siglo XIX.

Otra razón, se ubica en el hecho de que desde sus inicios la instalación de los ingenios y trapiches azucareros en Venezuela fue arcaica y poco tecnificada, la producción se empleaba mayoritariamente para el consumo interno y poco para su exportación, por su baja calidad (Rodríguez, 2005). La revolución industrial que mejoró el procesamiento y purificación del producto se presentó en pleno siglo XIX.

Otra particularidad está en la relación del edulcorante papelón/azúcar con el postre específico. Así, los postres asociados con el azúcar (38%) (almidoncitos, arroz con leche, cabello de ángel, dulces de guayaba, de piña, mermeladas, torrijas y polvorosas) se asocian fuertemente con la repostería española;

recordemos que las cocineras de las casonas caraqueñas y de las grandes haciendas fueron, después de las indígenas, las mujeres de origen africano y allí se debió aprender las recetas, que después se adaptaron a los recursos disponibles en sus humildes hogares. En contraposición, los postres con base en el papelón (55%) (alfondoque, arroz con coco, cafunga, bollo de cambur, buñuelos de yuca, besitos de coco, cativia, conservas de coco *-melcocha* en versiones no muy secas-, majarettes, mazamorra y jaleas), se asocian con los grupos étnicos de mayor presencia en la región como el africano y el mestizo, lo que estableció una estratificación social de los edulcorantes, y con interesantes fusiones de postres que combinan elementos como los dulces (batata, gofio, higos, icacos, lechosa, pomagas y mermeladas); lo cual coincide con el establecimiento del régimen alimentario criollo rural o tradicional durante el siglo XIX (Lovera, 1998, p. 69), que aún tiene presencia o sobrevive en la tradición oral de la subregión de Barlovento.

**Cuadro 2**  
**Clasificación, porcentaje de presencia y procedencia de los ingredientes existentes en los postres representativos de la Subregión de Barlovento, Estado Miranda**

Grupo de ingrediente	Tipo de ingrediente y porcentaje (%)	Procedencia inmediata y origen	Información adicional
<b>Edulcorantes</b>	Papelón (55%) y Azúcar (38%). (Caña de azúcar)	África - España India, Sur de Asia	La caña de azúcar se introduce en América en los siglos XVI y XVII. El Papelón es el jugo de la caña, de color marrón. El azúcar (entendido aquí), es un producto refinado, blanco, con un 99% de pureza. Importante fuente de energía, proteínas y minerales. Adicionalmente el maíz amañillo contiene Vit. A (provitamina A) y Vit. E. Posee un alto contenido proteico, minerales y vitaminas.
<b>Cereales</b>	Maíz (10%) Trigo (25%)	Mesoamérica Europa	Se introduce en América en los siglos XVI y XVII. Alimento por tradición de grupos indígenas. Alto rendimiento y contenido en Vit. A (provitamina A). En su mayoría se introducen en el siglo XVI y XVII, en el siglo XVIII llega la Nuez Moscada, otras especias son el Anís y la Guayabita. La Yainilla es originaria de Mesoamérica.
<b>Tubérculos y Raíces Especias</b>	Arroz (6%) Yuca (10%) Batata (3%) La Canela (43%), Clavos (23%), Vainilla(10%), otras	Europa/Asia Suramérica Suramérica Europa Asia	Se introduce en los siglos XVI y XVII. Alto rendimiento y contenido en Vit. A (provitamina A). En su mayoría se introducen en el siglo XVI y XVII, en el siglo XVIII llega la Nuez Moscada, otras especias son el Anís y la Guayabita. La Yainilla es originaria de Mesoamérica. Se introduce en los siglos XVI y XVII. Poseen una alta fuente de energía. Los Europeos los introducen en los Siglos XVI y XVII con los esclavos para su alimentación. De alto valor nutritivo, de fácil digestión y producción.
<b>Frutas en General</b>	Coco (35%) Plátano (10%) Y Cambur (8%) Lechosa (8%) Guayaba (8%) Mango (3%) Piña (3%) Higo (3%) Mártinica (3%) Pomahús (3%)	África-Europa/Asia África/Asia Centroamérica Suramérica (Brasil) Europa/Asia Suramérica (Brasil) Europa/Asia Europa / Asia Europa (Ingleses)/Asia	Áyuda a ablandar las carnes y en la digestión de las proteínas. Contiene Calcio, Fósforo, Vit. A y C. Astrigente contra la diarrea. Se introduce en el siglo XVIII. De alto valor nutritivo, Vit. A y C y Hierro. Ayuda a la digestión de las proteínas, rica en azúcares, Vit. A, B y C. Se introduce en el siglo XV. Ricos en azúcares, Vit. A, B y C. Como otros cítricos (Toronja) se introduce en los siglos XVI y XVII En Jamaica en el siglo XVIII, para la alimentación de los esclavos
	Cabello de Ángel (3%) Parchita (3%) Icaco (3%)	Centroamérica Suramérica (Brasil) América/Africa	Principal función en repostaría. Las semillas se consumen tostadas Rica en Vit. C. Se emplea también en la preparación de bebidas. Es amargo, rico en Vit. C, se cultiva por sus frutos.

Fuente: Datos provenientes de Jaffé, W. (2002), Hoyos, J. (1994), Lovera, J.R. (1991), Rojas, L. (1993 y 1994), Carriay (2005b)

Los cereales también constituyen un ingrediente importante en la repostería (41%), con énfasis en el trigo como ingrediente dominante (25%), sobre el maíz (10%) y el arroz (6%). Los cereales son un alimento fundamental en la dieta de la población a nivel mundial, por su buen rendimiento agronómico, de fácil transporte y almacenamiento, importante fuente de energía y de fácil digestión. En este punto se ubica la introducción del trigo y del arroz, por parte de los españoles, durante los siglos XVI y XVII. El maíz es originario de América y seguramente introducido en África siglos antes, lo cual sumado a su conocimiento sobre el sorjo y el mijo, cereales de origen africano, permitieron a estos grupos aportar su conocimiento y la habilidad para la elaboración de postres con estos ingrediente. Se observa el empleo de la Yuca (10%), tubérculo originario de América, como harina en la preparación de postres que junto con el maíz establecen una presencia aborigen importante en la repostería de la subregión.

Otro aspecto a destacar es que durante los siglos XVII, XVIII y XIX el cultivo de trigo, su importación y consumo fue paulatinamente aumentando en Venezuela por la fuerte influencia europea, desplazando incluso al consumo del maíz, hasta la aparición de la harina de maíz precocida a comienzos de la década del 1960, lo cual revirtió esta tendencia en la estructura del consumo y produjo uno de los cambios alimentarios más importantes del siglo XX (Cartay, 2005a).

Ahora bien, la presencia dominante del español y la característica leudante del trigo, condición carente en los otros cereales, probablemente fue otorgándole protagonismo culinario. No obstante resulta una interesante combinación culinaria en postres como el bienmesabe, la cafunga, la catalina (*catalina negra* si es con papelón y *catalina rubia* si es con azúcar), la greña, arroz con coco y la torta de plátano, en los que el trigo se combinan con el coco, el plátano y el papelón. También se debe considerar la flexibilidad y facilidad de los alimentos actualmente procesados que le otorgan nuevas “versiones” a estas tradicionales preparaciones y que muchos de ellos no se ubican solo en la subregión de Barlovento sino que conforman una parte importante de nuestra identidad nacional.

Las especias han constituido una necesidad para condimentar aromatizar y elevar el sabor de los platos y preparaciones desde los inicios de la agricultura dando particularidad a las cocinas regionales; el jengibre, la pimienta, el ajo y el pimentón (chile, para otras latitudes) son buenos ejemplos de ello. Recordemos el gran valor que representaron estas especias y que fueron el motivo principal de los grandes viajes y exploraciones, incluso el de Cristóbal Colón.

Algunas especias incrementan la secreción intestinal, otras son antioxidantes y de acción antimicrobiana, que contribuye a la preservación de algunos alimentos; la aromatización con especias estimula el apetito, la digestión y el placer por la comida, acción muy importante para niños, ancianos y enfermos (Jaffé, 2002). En la repostería constituye una participación importante (75%) como ingrediente que aporta sabor, textura, aroma y conservante a la preparación; se destaca la canela (43%) de mayor poder aromatizante sobre todo en astilla. Los clavos (23%) que no solo son empleados en repostería sino en una variedad de platos dulces y salados, así como bebidas y como aromatizantes, por último la vainilla (10%), originario de América que se emplea ampliamente en la repostería como esencia concentrada. Un caso particular es el Dulce de Gofio, que en otras versiones se denomina *gofio* y se le agrega jengibre.

Entre las frutas empleadas como ingrediente básico en la repostería constituyen el 75% de las preparaciones encontradas, se destaca el coco (35%), el plátano (10%) y el cambur (8%), en sus diferentes variedades y estados (verde o maduro), productos estos de significativa procedencia africana y asiática. Las frutas constituyen un componente valioso de la dieta humana, no solo por su sabor, color, aroma, textura, sino por su aporte en agua, energía, minerales, vitamina A y C, potasio, además de otros beneficios para la salud, y en el caso del coco de alto valor energético adicional por la presencia de ácidos grasos saturados.

Las frutas traídas por los europeos durante los siglos XVI, XVII y XVIII tuvieron como propósito fundamental tratar de reproducir su dieta tradicional y -como el caso del plátano, el cambur y el pomagas, entre otros- como aporte nutricional a los esclavos traídos de África. Por ello, estos cultivos, sumados a los árboles frutales existentes en forma silvestre como la guayaba, la

lechosa, guayabitas de playa, merey y la piña, entre otros, dan la oportunidad de combinar y adaptar lo existente a las preferencias españolas, como en el caso del dulce de membrillo que aquí se convirtió en dulce de guayaba (bocadillo) y todas las otras variantes que combinaron el azúcar o el papelón con frutas o combinaciones de ellas, aprovechando los diferentes tiempos de cosecha de cada árbol lo que conduce a un dulce mestizaje representado en estas preparaciones.

En lo referido a las formas de preparación, la técnica de cocción a fuego lento se presenta en un 58% de los postres, seguido del horneado con un 12%, freír y asar un 8%, hervir y sancochar el 4% y, por último, el secado al sol y en baño de maría con un 3%. Lo que revela la enorme influencia de la gastronomía europea en la confección y preparación de los postres, así como la versatilidad, creatividad, innovación y aprovechamiento de los recursos tecnológicos disponibles para la preparación de un buen postre.

Otro detalle lo presentan las preparaciones que poseen envoltorios vegetales en su confección o presentación lo cual constituye una tradición americana, entre ellas el alfondoque, la cafunga, la cativia, el dulce de batata (conserva), el mono y el paneso, empleándose para ello hojas de maíz, plátano o el casupo; esta exigencia culinaria le proporciona no solo una apariencia característica sino realza su sabor y olor. Al respecto, Lovera (2006) aclara que estos son ejemplos de una perfecta conjunción entre el alimento y su cobertura, rasgo presente en las sociedades agrarias tradicionales, en las cuales el aprovechamiento de las plantas es integral (p. 313).

Un elemento adicional que explicaría la diversidad y regionalización (geografía) que caracteriza a la repostería de otras preparaciones lo encontramos en tres hechos particulares:

- a) la particularidad en la conformación étnica de los diferentes pueblos en la subregión de Barlovento, por ejemplo Curiepe, Birongo, el Guapo y Panaquire;
- b) el aspecto geográfico, tanto por lo difícil de su comunicación y acceso, como por las variantes entre el centro de la región y los ubicados en las zonas costeras, con su diversidad

biológica y climática, lo cual permitió conservar el legado cultural;

- c) el hecho de las numerosas familias que debido a la difícil situación económica-social de Venezuela en el siglo XIX, se presentó el fenómeno de la venta de postres, dulces y granjerías como forma de obtener ingresos adicionales que mitigaran dicha situación, adquiriéndose hasta cierto prestigio local de algunas cocineras por la calidad, originalidad y tradición en la preparación de sus postres.

Otra particularidad se ubica en el simbolismo de tener, obsequiar al familiar, al visitante o intercambiar con el vecino un buen postre, característica de las mujeres de Barlovento, al igual que la costumbre de consumir los dulces en conmemoración de fiestas religiosas, Semana Santa, fiestas patronales o época navideña lo que reviste de mayor simbolismo a los postres y los mantiene dentro de la tradición oral de su gente.

Es destacable, como ejemplo de esta diversidad y versatilidad, la *cafunga*, ya que es posible encontrar otras versiones que la preparan con cambur manzano, injerto o plátano maduro o verde, frito, sancochado o envuelto en hojas de maíz y son denominadas *Capunga*, *Capunga Mirandina*, *funga* (Cartay, 2005b). Lovera (1998), lo asocia al fufú que se prepara en África. Además de encontrarse en recetarios de tradiciones culinarias de Petare denominado también como bollo de cambur o *capungas* (Méndez, 1998). En algunas entrevistas se alaba el sabor de una buena *cafunga* acompañada con queso de mano.

Otro ejemplo lo presenta el dulce de lechosa. En la subregión tradicionalmente se presenta la fruta cortada en tajadas, pero se pueden encontrar otras versiones “caraqueñas” que la cortan en cuadritos o en tiritas; también existen versiones con lechosa madura en vez de verde y otras que prefieren otras variedades frutales, pero lo cierto es que el dulce de lechosa se ha convertido en uno de nuestros platos-bandera (Lovera, 2006, p. 116).

No se deben perder de vista los sucesos y el desarrollo histórico acaecidos en Venezuela durante los siglos XIX y XX. Entre

ellos la importante presencia de inmigrantes sobre todo de origen español (canarios y gallegos), italianos y portugueses (de Madeira), en segundo lugar el afrancesamiento en el comportamiento de la alta clase urbana, promovido por el gobierno de Guzmán Blanco, que se extendió hasta la cocina y, por último, el legado del comercio y las nuevas tecnologías culinarias provenientes principalmente de Estado Unidos y que introdujeron las cocinas de hierro en 1840, las de kerosén en 1917 y las eléctricas en 1930, junto con los refrigeradores (1926 y 1929). Estos aspectos se expresan en la introducción de nuevos utensilios, ingredientes, recetas y preparaciones que se encuentran por ejemplo, en los helados de frutas, el quesillo, el quesillo de coco, el mousse de parchita, el pudín, el ponqué (pound-cake norteamericano) y las tartaletas que, entre otros aportes, han enriquecido nuestra mestiza gastronomía.

### **Reflexiones e implicaciones pedagógicas**

Se debe destacar que Barlovento integra un extenso territorio conformado por una sucesión de ambientes diversos, rica biodiversidad y de pueblos geohistórica y culturalmente unidos, sin embargo, cada uno de ellos posee sus particularidades delineadas durante sus respectivas etapas de formación y evolución. Esta convergencia de aspectos geológicos, climáticos, geográficos y biológicos constituyen para su población en asidero común de manifestaciones en el arte, la música, los valores, las costumbres, la religión, la arquitectura, la economía, la biodiversidad y la gastronomía.

En líneas generales, la repostería tradicional de la Subregión de Barlovento integra ingredientes americanos de mayor relevancia (maíz, yuca, batata, lechosa, guayaba, piña, cabello de ángel, parchita, icaco) fusionados con los aportes de la cultura europea (trigo, arroz, mango, higo, martinica y pomagas, frutos cítricos y especias), que agregó también la predilección por lo dulce de una cocina ya mestizada por la fuerte influencia árabe en España.

La presencia de ingredientes provenientes de África (caña de azúcar, coco, plátano y cambur), sumados a la introducción de grandes contingentes de esclavos en los siglos XVI y XVII para trabajar en las haciendas de cacao, así como su posterior

coexistencia con grupos indígenas, en los cumbes, las rochelas, los pueblos y caseríos y la participación como cocineras en las casa de los hacendados, conllevan a considerar que podemos encontrar en la repostería de la subregión de Barlovento un ejemplo que va más allá del mestizaje y de lo folclórico, por su presencia en el ayer, el hoy y en el mañana si se promueven planes para su conservación como patrimonio cultural del estado Miranda.

La aproximación a la alimentación desde un punto de vista biocultural permite que la educación sea un vehículo para el mejoramiento de los hábitos alimentarios como estrategia de salud y vida, formando a los maestros y niños en lo rico y saludable que pueden resultar los postres y comidas típicas de cada región nutricionalmente hablando, a través de programas como el Servicio Comunitario en Educación Alimentaria en el Nivel de Educación Inicial.

El curso Antropología Cultural, asignatura del componente general para todas las especialidades del Instituto Pedagógico de Miranda, en su contenido curricular no abandona la idea de incorporar la gastronomía como enlace a la conciencia y al etnocurrículo de cada estudiante.

Es necesario resaltar la importancia que tiene la gastronomía para el avance y la persistencia en la memoria de las tradiciones populares más arraigadas en el ideario popular, razón por la cual *educar* en la alimentación y la nutrición debe ser un eje orientador del desarrollo personal y profesional de la práctica educativa y de todos los agentes implicados en el proceso de su enseñanza, dentro de un contexto bio-histórico-social dirigido a la integración educativa, partiendo del criterio de que este *acto pedagógico* permitirá tener una actitud flexible y transformadora que debe romper las murallas o barreras para edificar una nueva escuela integrada, solidaria, respetuosa, reflexiva, divergente, desarrolladora, abierta, conocedora de sus raíces culturales y consistente con las necesidades de todos los alumnos.

En síntesis, cuando se quiere emprender una campaña o programa de educación nutricional en el seno de una institución educativa, de un grupo étnico o cultural determinado es muy

importante conocer los aspectos simbólicos que los alimentos revisten, los hábitos alimentarios que han sido estandarizado en el curso de toda su evolución, las dimensiones ecológico-ambientales, las variables económicas propias de la región, las características del sistema alimentario, las políticas en materia alimentaria nacional y local, no como aspectos separados sino integrados, en los que el docente deberá ejercer una función vital y las instituciones de educación superior tienen el compromiso de formarlos en este devenir propio de la alimentación en el siglo XXI.

## Referencias

- Atencio, H. (2008). *Nuestra cultura gastronómica: origen, influencias y mestizaje*. Caracas: Fundación Venezuela en Positivo.
- Cartay, R. (2005a). Aportes de los inmigrantes a la conformación del régimen alimentario venezolano en el siglo XX. *Agroalimentaria*, 20, 43-55.
- Cartay, R. (2005b). *Diccionario de Cocina Venezolana*. Caracas: Alfadil.
- Contreras Hernández, J. y García Arnaiz, M. (2005). *Alimentación y Cultura Perspectivas antropológicas*. Barcelona, España: Ariel.
- Estado Bolivariano de Miranda. Dirección General de Planificación, Dirección de Ordenamiento Territorial y Estadísticas. (2006). *Descripción Físico-Natural del estado Miranda*. Los Teques: Autor.
- Ferris, C. (1991). Régimen Alimentario de los esclavos en el Provincia de Caracas 1750-1854. *Tierra Firme*, 9(33), 51-61.
- Fuentes, C. y Hernández, D. (1993). *Fogones y Cocinas Tradicionales de Venezuela*. Caracas: Fundación Cavendes.
- Fundación CAVENDES y INN. (1980). *Recetas tradicionales de Venezuela*. Caracas: Fundación Cavendes.

- Fundación Polar. (1997). *Diccionario de Historia de Venezuela*. Caracas: Autor.
- Jaffé, W. (2002). *Nuestros alimentos, ayer, hoy y mañana*. Caracas: Fundación Bengoa.
- Hoyos, J. (1994). *Frutales en Venezuela*. Caracas: Sociedad de Ciencias Naturales La Salle.
- Instituto Nacional de Nutrición. Fundación CAVENDES. (s/f). *Recetas Tradicionales de Venezuela*. Caracas: Cavendes.
- León, R.D. (2004). *Geografía gastronómica Venezolana*. Caracas: Cacofonía.
- Lewis, D. (1984). *Vivir con la etnicidad: la necesidad de un nuevo paradigma*. Washington D.C.: American Ethnological Society.
- Lovera, J.R. (1998). *Historia de la alimentación en Venezuela*. Caracas: Centro de Estudios Gastronómicos CEGA.
- Lovera, J.R. (2006). *Gastronáuticas, ensayos sobre temas gastronómicos*. Caracas: Fundación Bigott/Centros de Estudios Gastronómicos.
- Méndez Serrano, C.A. (1998). *La tradición culinaria en Petare*. Petare: Fundación cultural José Ángel Lamas/Centro de Historia Regional de Petare.
- Messer, E. (2002). Perspectivas Antropológicas sobre la dieta. En J. Contreras (Comp.), *Alimentación y Cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. México: Alfa omega Editores.
- Ministerio del Poder Popular para la Cultura. (2007). *Catálogo del Patrimonio Cultural Venezolano, 2004-2007. Municipios: Páez, Pedro Gual, Acevedo, Buróz, Brión y Andres Bello*. Caracas: Instituto del Patrimonio Cultural.
- Montanari, M. (2004). *La comida como cultura*. Madrid: TREA.
- Parra, W. (2006). *Mestizos y mestizaje en la iconografía colonial venezolana*. Caracas: El Perro y la Rana.
- Pineda, Y. (2003). Antropología cultural. La educación conocedora de lo humano. *Retos y Logros, 4*.
- Pollak-Eltz, A. (2000). *La esclavitud en Venezuela: un estudio histórico-cultural*. Caracas: Universidad Católica Andrés Bello.

- Rodríguez, J.A. (2005). *La Historia de la Caña. Azúcares, aguardientes y Ronas en Venezuela*. Caracas: Alfadil.
- Rojas, L. (1993). *Historia de la Cocina. Aportes alimenticios del viejo al nuevo mundo*. Bogotá: Voluntad.
- Rozin, P. (2002). Perspectivas psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En J. Contreras (Comp.), *Alimentación y Cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. México: Alfa omega.
- Sosa, M. (2001). *Dinámica geohistórica y cultural de Barlovento. Identidad Regional, Subregión Barlovento*. Los Teques: Gobernación del estado Miranda.
- Strauss, R. (1993). *El tiempo prehispánico de Venezuela*. Caracas: Grijalbo.