

COCINA Y SABERES: MUJERES QUE TRANSMITEN LEGADOS

Sobre
*Encuesta
Nacional
de Folklore*
(#2)

POR OLGA BALDERRAMA



Ministerio de Cultura
Argentina

Secretaría de Patrimonio Cultural

Cocina y saberes : mujeres que transmiten legados / coordinación general de Viviana Usubiaga ; Luciana Delfabro. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Ministerio de Cultura de la Nación ; Instituto Nacional de Antropología y Pensamiento Latinoamericano -INAPL ; Dirección Nacional de Gestión Patrimonial, 2021.

Libro digital, PDF - (Sobre Encuesta Nacional de Folklore. Sobre 2 ; 7)

Archivo Digital: descarga y online
ISBN 978-987-4012-97-5

1. Patrimonio Cultural. I. Usubiaga, Viviana, coord. II. Delfabro, Luciana, coord. III. Título.
CDD 398.09

Presidente de la Nación
Alberto Fernández

Vicepresidenta de la Nación
Cristina Fernández de Kirchner

Ministro de Cultura de la Nación
Tristán Bauer

Jefe de Gabinete
Esteban Falcón

Secretaria de Patrimonio Cultural
Valeria González

Directora Nacional de Museos
María Isabel Baldasarre

Directora Nacional de Gestión Patrimonial
Viviana Usubiaga

Directora del Instituto Nacional de Antropología
y Pensamiento Latinoamericano
Leonor Acuña

Con todos los sentidos

¿De qué se nutren las culturas? ¿Qué extraemos de los archivos del pasado? ¿Cómo se cultivan las almas y se sanan los cuerpos colectivos e individuales en el presente? ¿Cómo festejar el centenario de un registro de memorias populares que nos acerca formas gregarias de cuidado, encuentro y celebración?

Así como existen diferentes definiciones de la cultura nacional, es posible determinar distintas maneras de concebir y gestionar el patrimonio cultural. Ese universo heterogéneo de materialidades y saberes cristalizados en distintos momentos de nuestra historia puede permanecer inmutable en el tiempo o desplegarse en el presente como fuente revitalizada a *todos los sentidos*.

Los patrimonios construidos como conocimientos, señalados como sitios, conservados como colecciones y reunidos como archivos presentan siempre riesgos y desafíos para la investigación cultural. En ocasión de cumplirse los 100 años de la Encuesta Nacional de Folklore —ese inmenso archivo conservado en el Instituto Nacional de Antropología y Pensamiento Latinoamericano del Ministerio de Cultura de la Nación y estudiado por infinidad de actores sociales desde su creación—, apostamos a activar su investigación como herramienta de difusión y accesibilidad a *todos los sentidos*.

En otras palabras, investigar con *todos los sentidos*. Esa es la apuesta del proyecto Sobre #2, que aquí se presenta. Nos referimos tanto a indagar el potencial de significaciones —políticas, ambientales, estéticas y sociales— latentes en la Encuesta como a explorar las sensaciones —visuales, aromáticas, acústicas, táctiles y gustativas— que inspiran y evocan sus páginas. Con todos estos sentidos se ofrecen diversas aproximaciones a la constelación de experiencias recogidas por maestros y maestras en 1921. En este caso, hacemos foco en la riqueza de plantas y alimentos presentes y tematizados en la Encuesta.

Extraer o nutrir. Extraer información especializada o nutrir saberes colectivos: claramente optamos por esta segunda concepción de la investigación cultural. Se trata de una disyuntiva que sin duda tiene su sucedáneo simbólico en los actuales paradigmas antagónicos de las relaciones humanas con nuestra tierra y los seres vivientes que la habitan.

El Sobre #2 *Encuesta Nacional de Folklore* se nutre de los saberes y las prácticas de investigadores, cocineras, agricultores, artistas visuales y sonoros, yuyeras, etnobotánicos y editores. Voces plurales, manos diversas, lenguas variadas, oídos atentos, miradas colectivas configuran nuevas recetas para el excepcional banquete que ofrece este archivo. En síntesis, con el objetivo de reinventar los formatos de la investigación sobre un patrimonio cultural vivo desde 1921 y así ampliar la llegada, el acceso y la convocatoria a diferentes comunidades, se han sembrado entrevistas, fotografías, escrituras, imágenes, transcripciones, estampas, pódcast, audiovisuales para ser cosechados *con todos los sentidos*.

Luciana Delfabro

Coordinadora de Investigación Cultural
Dirección Nacional de Gestión Patrimonial
Secretaría de Patrimonio Cultural
Ministerio de Cultura de la Nación

Viviana Usubiaga

Directora Nacional de Gestión Patrimonial
Secretaría de Patrimonio Cultural
Ministerio de Cultura de la Nación

COCINA Y SABERES: MUJERES QUE TRANSMITEN LEGADOS¹

¹Texto editado a partir de una entrevista realizada por Martín Sandoval (Centro de Arte Sonoro) a Olga Balderrama en agosto de 2021.

Conversamos con la cocinera Olga Balderrama acerca de la gastronomía regional santamariana. Nos cuenta sobre los productos más importantes, los platos tradicionales y sus procesos de preparación. También sobre la transmisión de saberes, las relaciones sociales que la comida y su preparación involucran, y la importancia de cuidar y revalorizar las tradiciones locales que hacen a la identidad de las comunidades.

¿Cómo te presentarías?

Soy nacida en Santa María y, si bien he vivido unos cuantos años en otra parte, mis padres son de acá: amo Santa María y decidí volver. Vivo en la casa que era de mis abuelos. Santa María es un departamento de Catamarca, está en el Valle Calchaquí, y muchos le decimos "Santa María del Valle de Yocavil". Soy cocinera, no chef, cocinera. No profesional, sino cocinera por decisión propia de cocinar y de revalorizar todas mis cosas de acá.

¿Cómo empezaste a cocinar?

Por un lado, a toda mi familia, a mis abuelos, mis abuelas y mi madre les gustaba la gastronomía. Y, además, antes acá las mujeres se dedicaban sí o sí a eso, les gustara o no, y todas sabían un poquito y nos lo fueron transmitiendo. Durante muchos años yo fui ama de casa y preparé la comida para mis cinco hijos. Cuando ellos crecieron, decidí hacer una carrera: soy técnica en Hotelería y Gastronomía. Empecé a insertarme, a ver y practicar, a instruirme en la gastronomía regional, específicamente la de Santa María. También porque el turismo en Santa María me interesa, ha sido un motor mío desde hace mucho. Creo que tenemos tantas cosas importantes en nuestra zona, incluyendo la gastronomía, que para el turismo es muy interesante.

LOS SABORES DE SANTA MARÍA

¿Qué caracteriza a la comida regional de la zona?

Santa María es muy rica en su producción. Tiene un montón de variantes que hacen que su comida regional sea muy interesante. Son importantes los maíces, la vid. Las especias son muy conocidas a nivel nacional, sobre todo el pimentón, los oréganos; muchos vienen a comprar acá. En todo el Valle

Calchaquí, pero específicamente en Santa María, se produce pimiento para pimentón. También algo de nuez; y algarroba y chañar, que sirven para hacer arropes: se los utiliza mucho de manera medicinal y, últimamente, también para acompañar algún postre.

¿Qué comidas tradicionales se hacen con esos productos?

Con el maíz se hace el mote, que es un locro que tiene que ver mucho con las tradiciones nuestras porque es un plato que se preparaba normalmente para las fiestas. Se hace específicamente con una variedad de maíz, que se llama "maíz capia", que tiene todo un proceso de preparación. También se hacen tamales, humitas, empanadas. Con las especias se saborizan las carbonadas, los estofados, y les dan un sabor especial a estas comidas. No sé si es muy ancestral o antiguo, pero en el último tiempo se utilizan los vinos de acá para cocinar, por ejemplo, carne de llama que se trae de las zonas serranas. Hoy en día se le está dando mucho valor a una masita delicada que se llama "capia". Está hecha con harina de maíz capia, es de la forma de un alfajor y está rellena de dulce de leche. El maíz capia es un maíz blando y es una receta que viene desde la época colonial. Es una mixtura entre lo que trajeron las misiones y lo que sabían quienes cosechaban el maíz en Santa María. Esta masita es lo que les ofrecemos a los invitados o llevamos de regalo.

¿Qué otros dulces son característicos en la cocina local?

Se puede nombrar el dulce de membrillo, que se hace de distintas maneras. Hay gente que lo hace en cantidades pequeñas, hay gente que hace una producción grande pero de a poco, y hay gente que hace el dulce de membrillo directamente en pailas, que son unos recipientes grandes de cobre, de a mucha cantidad. Hay algunos que usan envases descartables y hay otros que no, que siguen utilizando lo tradicional, que son unos moldes de madera para dejarlos enfriar, y algunos después le ponen una cobertura que queda como si fuese glaseado. Ya antiguamente todas estas dulzuras se las llevaba, cuando no existían ni los caminos ni las rutas de hoy en día, a comercializar en las fiestas populares. Por ejemplo, de acá se iba a Salta para la Fiesta del Milagro y la gente llevaba todos sus dulces a comercializarlos, a lomo de mula. Tradicionalmente eran muy buscadas estas recetas. Inclusive para los arrieros. Las mujeres de la zona preparaban los avíos para los arrieros que hacían trasbordos de animales a Bolivia. Todas las dulzuras, como los arropes, por ejemplo, son cosas que tienen una durabilidad, que se conservan

fácilmente. E inclusive eran medicinales, porque si a ellos les agarraba mucho frío y podían llegar a tener una bronquitis, se curaban con los arropes.

¿Con qué bebidas tradicionales se acompañan las comidas?

Con las uvas de la zona se hacen vinos muy buenos, exquisitos: torrontés, malbec. Muchos vinos de Cafayate, en Salta, se hacen con viñedos que están acá. Un vino que es tradicional es la mistela, que es un vino dulce, como si fuese un vino “de misa”, diríamos acá. Lo hacen en muchas casas y se comercializa muy bien. También se hace en Santa María el aguardiente. Y hay otra bebida que es tradicional acá, que nosotros le llamamos “el ponchi”. Es un ponche que está hecho con huevo y bebidas, tanto vino como bebidas blancas. Se prepara especialmente para las festividades, como la de San Juan. En las casas, a la noche, cuando se hacen las fogatas, se prepara el ponche, que se sirve tibio. Se prepara y se lo toma; no se lo guarda. Pero se está perdiendo eso. Son muy pocas las personas que quedan que saben hacer un muy buen “ponchi”.

COCINAR CON MUCHAS MANOS

¿Los platos tradicionales llevan mucha elaboración?

Muchos platos llevan todo un proceso: la capia, los arropes, el mote, etc. Y no son procesos rápidos de hacer. El mote lleva su tiempo. Ahora se compra el maíz ya listo para hacerlo. Pero antes sí había que darle un hervor para remojar, después le tenés que “despicar”, sacarle un tronquito que tiene cada maíz, uno por uno, y se lo hace dos o tres días antes. Y se cocina toda una noche ese maíz. Lleva algo de mondongo, entonces hay que prepararlo, limpiarlo. Las comidas tradicionales no son rápidas de preparar: tienen su proceso y bueno, eso a veces es lo que no se valora en el plato en sí. Porque cuesta mucho y es artesanal lo que se hace. Sin dudas ahora hay ciertas cosas que se han industrializado. Por ejemplo, para hacer masitas como la capia hay algunas personas que ya tienen una batidora eléctrica. Antes se batía todo a mano.

¿Cómo era la organización para cocinar cuando eras chica?

Por lo general cocinaba una sola persona, pero las demás ayudaban. Una sola persona es la que decía: “Se hace así”. Por ejemplo, yo puedo estar haciendo

un tamal. Y yo soy la que digo: "Bueno, voy a poner esto y tanta cantidad". Y mi hija, mi nuera, están picando como yo dije. Eso era normalmente. Y bueno, ya la hija o la nuera lo aprendió y va así con sus hijas. Era muy matriarcal la cuestión. O sea, la madre era la que cocinaba, porque el varón estaba ocupado de otra cosa, por ejemplo, en la faena. Capaz que sí había mujeres que faenaban también, pero por lo general en la época en que yo era niña eran varones los que entregaban la carne lista para seguir algún proceso específicamente. Hoy en día esto es relativo. Ya lo puede hacer un varón, una mujer, pero antes normalmente la que cocinaba era la mujer.

¿Hoy también se ve a varias personas involucradas en la cocina?

Sí, se involucran. Es más, también te podría decir que en ciertas épocas los vecinos vienen a ayudar. Se va a hacer una determinada cosa, entonces el vecino viene y ayuda: una minga. Eso, y ahí hacen por ejemplo el arrope. Hoy me toca a mí, esta familia, la semana que viene le toca a la otra, y así. Si bien se hace lo que dice la dueña de casa, el vecino me ayuda. Y después compartimos ciertas cosas. Todavía hay, en algunas partes, vecinos que nos convidamos algunos platillos cuando salen lindos. Si yo hice unos chorizos le convidó a mi vecina para ver qué tal están y, cuando ella hace pan casero, me trae para mí. Mis padres eran docentes y yo me acuerdo de que al frente de mi casa mis vecinos eran "masiteros", hacían masas regionales. Que las hacían para llevarlas a ferias, o que vendían ahí en la propia casa, o que las hacían por encargo. Y mi madre, cuando no estaba en la escuela, se cruzaba de la vecina a ayudarle a hacer las masas porque tenía un pedido grande. Yo creo que ya por una cuestión de cómo funciona la vida hoy es como que eso se va perdiendo. Pero en determinados momentos nos juntamos. Por ejemplo, yo con mis hermanos digo: "Che, ¿cuándo hacemos unos tamales?". Y vienen mis hermanas o voy yo a la casa de mis hermanas y hacemos tamales. O digo: "Hoy voy a hacer dulces de membrillo" y vienen todos a ayudarme. Viene la vecina también. En muchas casas se sigue haciendo así. Quizás no tanto como antes pero sí. El vecino dice: "Eh, doña Olga, ¿qué, estás con el arrope?". "Sí", le digo, "vení a echar un poco de leña".

¿Se conservan elementos de cocina tradicionales?

Sí, por ejemplo, las pailas, esos recipientes grandes de cobre. Muchas familias tienen pailas, donde se hacen los arropes. También hay otro utensilio que se sigue utilizando para "aventar" el arrope, que es el jugo de la fruta sin agregados de azúcar: con la azúcar que tiene se hace una reducción y termina como una miel. Ese jugo hay que aventarlo permanentemente, hay

que estar aireándolo para que la reducción sea más rápida. Ese utensilio para aventar el arrope es muy de acá y lo hacemos con los mates. Se usan como unas calabazas grandes a las que se les hacen algunos agujeritos y se les pone un mango. Los tamices para las harinas también se usan. Es muy lindo ver cuando las mujeres de acá trabajan con todos esos utensilios.

¿Cambiaron los métodos de cocción de una generación a otra?

Sí, hay cambios. Pero para las comidas regionales se sigue utilizando casi siempre la cocción a leña. Inclusive los hornos de la gente que hace masitas siguen siendo a leña. No tenemos la posibilidad de usar gas. Quizás algunos pueden introducir algún horno eléctrico, pero para las comidas regionales, las cocciones son a leña o a carbón.

DÍAS DE FIESTA

¿Qué relación hay entre las comidas tradicionales y las festividades?

El mote tiene que ver con las fiestas, los casamientos, los bautismos y las fiestas religiosas. Muchos podrán compartir o no, pero Santa María tiene que ver mucho con las fiestas patronales. Por ejemplo, el locro se prepara en época de invierno. Sobre todo, cuando la gente lo honra en su día a San Roque. Después de la celebración religiosa, se va a comer mote. En las vacaciones de julio también se hace el Festival de la Capiá y, si venís en el festejo de San Juan, seguramente que en alguna casa van a preparar el "ponchi". Y hay una festividad que se hace en un pueblo que se llama Fuerte Quemado que es "la arropeada". Como contaba antes que, por ejemplo, hoy me toca hacer los arropes a mí y vienen los vecinos, y a la noche se hace la oración, contamos cuentos y hacemos juegos. Todas esas cosas, si bien no se han perdido totalmente, no son tan comunes como antes. También está el pastel de novia, que ya poco y nada se hace. Nosotros hemos tenido una embajadora folklórica que hoy en día se la ha revalorizado un poco en Catamarca, que le decían la Flor Catamarqueña. Se llamaba Margarita Palacios y ha hecho muchas cosas, y entre ellas siempre le dio valor a la comida regional. Desde hace un tiempo hay una ley que la declaró como la persona que ha transmitido la comida criolla. Y ella hablaba mucho del pastel de novia, que se prepara específicamente para casamientos y que es una comida agrídulce. Pero no puedo decir: "El pastel de novia se hace de tal forma", porque hay un montón de mujeres que saben de comida

regional muchísimo más de lo que puedo saber yo. Sería como faltarles el respeto. Como “las capieras”, que llamamos nosotros, que hay que sacarse el sombrero. Son impresionantes como cocineras. Y no necesariamente son profesionales ni nada por el estilo, sino que lo han aprendido con los saberes que se han ido transmitiendo de generación en generación.

TRADICIONES Y CAMBIOS. ORGULLO POR LO NUESTRO

¿Hay otras comidas tradicionales que ya no se preparen tanto?

Hay otras que se hacen, pero muy poquito. Como la “chanfaina”, que se la hace con la sangre del animal y antes era muy común en cualquier casa de Santa María cuando se faenaba un animal, un cabrito. Hoy en día, por una cuestión de que existen ciertas corrientes como la vegetariana o la vegana, se deja un poco esa tradición de lado. Para mí era corriente, normal, ver faenar a un animal. Pero aunque ahora coma cabrito, no me gustaría que mis nietos vean cómo faenan. Pero bueno, son tradiciones, se sigue haciendo. Hay mucha gente que lo hace y salen comidas exquisitas. Para mis hijos ha sido una cosa común que su abuelo diga: “Vengan porque vamos a faenar un cabrito”, y vamos a comer todo ahí. Después preparabas algún estofadito con el riñón, el corazoncito... a mis hijos les encanta hasta el día de hoy. Pero yo, como abuela, a mis nietos no les dejo que vean una faena. Es como que uno va desaprendiendo ciertas cosas. Y no es porque lo otro haya estado mal, sino que culturalmente y tradicionalmente era así.

¿Cómo se han transmitido las recetas tradicionales que se siguen haciendo?

En parte, tiene que ver con las festividades y no tan solo las religiosas. Por ejemplo, cuando alguien tiene animalitos, como cabritos, y se va a señalar —que eso es una cuestión muy ancestral, que yo voy a ponerle al animalito una señal, le voy a poner una borlita de lana, o alguna cosa que dice que este es mío— se sabe que se tiene que hacer el asado, se tienen que hacer las cazuelas, se tienen que hacer los motes. Además, a muchas mujeres y varones les interesa el tema de conservar las tradiciones. Yo creo que es parte de nuestra identidad. Hay muchas personas que son cocineras o que son artesanas de masas regionales que les enseñan a sus hijos esos saberes. Porque cada uno tiene su pequeño secretito para hacer la capia, por

ejemplo. Pero bueno, es importante que aprendamos todos esos secretitos. De alguna forma se tienen que transmitir para que no se pierdan. Eso es lo que yo pienso. Pero no es fácil.

¿Se están recuperando productos que habían dejado de usarse?

Sí, y en algunos casos tiene que ver con las personas vegetarianas: por ejemplo, antes acá había producción de quínoa, después se perdió por muchos años y ahora es como que hay pequeños productores que la están reflatando. Yo fui una de las que en algún momento hice un poco de producción de quínoa. Yo me acordaba de que mis abuelas me decían, a mí o a mis hermanos: "Andá a traer unas hojas de quínoa", para la sopa por ejemplo. Y yo ahora las uso o porque me enseñaron, o porque me dijeron que se puede comer la hoja de la planta quínoa, mientras sean tiernas, como una ensalada. Tenemos también una planta silvestre que se llama "verdolaga" y que les damos de comer a los animales y que sale en el común de la tierra. Yo también me acuerdo de que mis abuelas la utilizaban. Son productos que se están recuperando.

¿Cuál es la importancia de revalorizar los insumos y saberes locales?

Yo siempre insisto en darles el valor que les daban nuestros ancestros a los insumos. Y eso tiene que ver con los saberes, los sabores, la manera de la producción, cómo producían sus cosas. Eso yo creo que no se debe perder porque vos podés introducir ciertas cosas de la actualidad, pero sin dejar ese saber ancestral. ¿Por qué? Porque los insumos que nosotros tenemos son riquísimos y son de mucho valor nutricional. Eso creo que tiene que ver con una cuestión social. Es bueno que a todas esas cosas se las pueda visibilizar en comidas tradicionales, o no. Yo también hago algunas otras comidas que no son específicamente tradicionales. Por ejemplo, hago un flan de mazamorra. Podemos hablar de una comida "territorial", donde mis insumos son de acá, sin perder esos saberes ancestrales: la mazamorra es antigua pero yo voy a hacer un flan de mazamorra. Es bueno saber cómo se preparaba lo anterior y adosarle alguna cosita actual. La gastronomía es un arte, un desarrollo que tiene que ver con la alimentación del ser humano. Entonces tenemos que estar orgullosos de lo que tenemos, orgullosos de nuestros productos, de la producción de todo el valle. Y saber que eso ha tenido un proceso y que ese proceso, desde la producción, ha tenido mucho que ver con lo ancestral. Por eso soy una defensora de la producción santamariana. Y trabajo para que no se pierda el legado de las mujeres que me han marcado en la vida.

CAPIAS



INGREDIENTES

Para las tapitas

1 ½ kg de harina de copia
6 huevos
1/2 kg de azúcar
350 g de grasa vacuna
1 cdita. de bicarbonato de sodio

Para el dulce de leche casero

Leche
Azúcar

PROCEDIMIENTO

Para las tapitas

Batir las claras con el azúcar. Agregar las yemas.

Tamizar la harina de capia junto con el bicarbonato y hacer una corona.

Echar la preparación anterior a la corona.

Amasar.

Agregar la grasa tibia y volver a amasar con las manos.

Estirar hasta que tenga 1 cm de espesor.

Cortar en forma redonda para formar las tapitas.

Llevar a horno muy caliente de 5 a 7 minutos.



Para el dulce de leche

Reducir la leche y el azúcar hasta obtener el dulce.

Rellenar

Colocar sobre una tapita una pirámide de dulce de leche, colocar encima la otra tapita y presionar.



CARBONADA



INGREDIENTES

Cebolla

Morrón

Ajo

Carne vacuna en trozos

Caldo de verdura

Otras verduras a elección (papas, papines, etc.)

PROCEDIMIENTO



Cortar y saltear en aceite la cebolla, el morrón y el ajo.

Agregar la carne vacuna cortada en trozos.

Agregar caldo de verdura.

Sazonar con sal y pimentón.

Dejar reducir.



Opcionalmente se pueden agregar otras verduras, como papas y papines.

Dirección General

Luciana Delfabro - Viviana Usubiaga

Equipo de Edición

Ana María Dupey
Fernanda Nicolini
Fernanda Pensa
Julia Piñeiro

Diseño Gráfico

Micaela Marinelli

Corrección

Viviana Werber

Pódcast y Materiales Sonoros

CASo - Centro de Arte Sonoro

Equipo de Administración

Alejandro Fuente Abaurrea
Nelson Monteza

INAPL**Directora**

Leonor Acuña

Equipo de Investigación y Apoyo

Agustina Juncos
Luz Marion
María Nine
María Cecilia Pisarello
Margarita Ondelj

**DIRECCIÓN NACIONAL
DE GESTIÓN PATRIMONIAL****Directora**

Viviana Usubiaga

Coordinador de Institutos de Investigación

Pablo Fasce

Coordinadora de Investigación Cultural

Luciana Delfabro

Equipo de Investigación**Fotografía**

Guadalupe Gaona
Pilar Villasegura
Ana Masiello

Archivos

Ana María Dupey
Fernanda Pensa
Emiliano Meincke
Elina Aducci Spina

Producción

Luz Etchevest

Equipo de Convocatorias

Sandra Guillermo
Gabriel Lerman
Silvana Sara
Danila Nieto

Diseño Gráfico y Editorial

Micaela Marinelli

Programación

Ayar Sava

Coordinación Operativa

Alejandro Fuente Abaurrea
Jimena Ferreira

Gestión Administrativa

Andrea Antonucci
Claudia Argüello
Diego Luraghi
Jorge Bonilla
Nelson Monteza
Vanessa Mansilla

Prensa y Comunicación

Florencia Ure
Cecilia Gamboa
Gimena Bilbao
Mariana Poggio
Valentino Tettamanti
Viviana Werber

Asistencia General

Claudia Piccone

ISBN 978-987-4012-97-5



9 789874 012975