

# OBSERVATORIO DE LAS CIENCIAS SOCIALES EN IBEROAMÉRICA

OCSI/ ISSN 2660-5554

## LA CULTURA CULINARIA DEL CARIBE: AFRODISÍACA EN SABOR Y OLOR

**MSc. Yousy Baby Ramírez**

Profesora Auxiliar

Universidad de Guantánamo, Cuba

<https://orcid.org/0000-0002-9082-100x>

[ybaby@cuq.co.cu](mailto:ybaby@cuq.co.cu)

### RESUMEN

La alimentación es un derecho y una necesidad básica del ser humano. Los alimentos no sólo tienen una función fisiológica o psíquica, sino también una dimensión social y cultural. La cultura culinaria del Caribe es fiel expresión de una historia de siglos, mezclada con diferentes culturas que lejos de excluirse están hermanadas por una tradición común. El presente estudio caracteriza la cultura culinaria del Caribe teniendo en cuenta los criterios de diferentes autores y los platos típicos que la distinguen. La investigación se apoya en el método de Análisis y Síntesis y en técnicas de las metodologías cualitativa y cuantitativa.

**Palabras claves:** Cultura culinaria, Cultura alimentaria, Cocinas tradicionales, Tradiciones culinarias, Platos típicos.

### THE CULINARY CULTURE OF THE CARIBBEAN: APHRODISIAC IN TASTE AND SMELL

#### SUMMARY

The feeding is a right and the human being's basic necessity. The foods don't only have a physiologic or psychic function, but also a social and cultural dimension. The culinary culture of the Caribbean is faithful expression of a history of centuries, blended with different cultures that are mated by a common tradition far from excluding. The present study characterizes the culinary culture of the Caribbean keeping in mind the approaches of different authors and the typical plates that distinguish it. The investigation leans on in the method of Analysis and Synthesis and in technical of the qualitative and quantitative methodologies.

**Key words:** culinary culture, Alimentary culture, Traditional kitchens, Culinary traditions, Typical dishes.

### A CULTURA CULINÁRIA DO CARIBE: AFRODISÍACO EM GOSTO E CHEIRO

## RESUMO

A alimentação é um direito e a necessidade básica do ser humano. As comidas não só têm uma função fisiológica ou psíquica, mas também uma dimensão social e cultural. A cultura culinária do Caribe é expressão fiel de uma história de séculos, misturado com culturas diferentes que são acasaladas por uma tradição comum longe de excluir. O estudo presente caracteriza a cultura culinária do manter caribenho em mente as aproximações de autores diferentes e os pratos típicos que distinguem isto. A investigação apóia em no método de Análise e Síntese e em técnico das metodologias qualitativas e quantitativas.

**Palavras chaves:** Cultura culinária, cultura Alimentar, cozinhas Tradicionais, tradições Culinárias, pratos Típicos.

## INTRODUCCIÓN

La alimentación y la cocina están relacionadas con la historia y la identidad cultural de los pueblos. Los alimentos no sólo tienen una función fisiológica o psíquica, sino también una dimensión cultural y social. Constituyen los ejes centrales de la interacción social y son expresión cultural que forman parte de la vida cotidiana del hombre.

Mintz (2003: 4) señala:

“(...) comer no es una actividad puramente biológica pues los alimentos que se comen tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos varían culturalmente y tienen sus propias historias. Y nunca son comidas simplemente; su consumo está condicionado por el significado” (Mintz, 2003).

En este sentido, la alimentación debe ser analizada como un hecho social complejo en la que se pone en escena un conjunto de movimientos de producción y consumo (tanto material como simbólico) diferenciados y diferenciadores (Álvarez, 2002). Pero es en la cocina tradicional en donde se concretan saberes, prácticas alimentarias y culinarias que permanecen como parte de la herencia e identidad cultural. Comprende los conocimientos culinarios, costumbres, tradiciones, rituales, así como las formas de preparación de los alimentos reconocidas y transmitidas de generación en generación.

La cultura alimentaria de un individuo se configura en el entorno familiar, se reafirma en la adolescencia y se modifica en la edad adulta. La vivienda, el contexto familiar y la región donde reside juegan un papel fundamental. Constituyen el centro primario de aprendizaje del conocimiento, las prácticas y actitudes sobre la alimentación.

Al respecto Contreras & García (2005: 7) apuntan:

“(...) la cultura alimentaria es el conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado.” La cultura alimentaria y su estudio en la actualidad se ha convertido en objeto de estudio de varias disciplinas, siendo abordada desde el ámbito médico-sanitario, por la biología, la dietética, la bromatología, la economía, la sociología, la antropología y la historia. Es un hecho en que los

individuos que conforman un grupo o sociedad demuestran la existencia de costumbres y tradiciones diversas (Contreras & García, 2005).

## **LA CULTURA CULINARIA DEL CARIBE**

La cultura culinaria del Caribe es fiel expresión de una historia de siglos, mezclada con diferentes culturas que lejos de excluirse están hermanadas por una tradición común. La cultura indígena, europea, africana, los migrantes chinos e hindúes les han aportado a las cocinas tradicionales del Caribe un sello personal. Es el reflejo del intercambio multicultural que tiene la zona.

Ramón (2018: 2) considera:

“(…) la cocina tradicional es aquella que nos recuerda nuestra infancia, al calor del hogar y la familia” (Ramón, 2018).

Las cocinas tradicionales caribeñas están llenas de colores, sabores y olores que entrañan técnicas y productos clásicos a lo largo de su historia. Pueden ser patrimonio cultural inmaterial, porque son un elemento fundamental de la identidad cultural de las comunidades que la practican y transmiten de generación en generación. Constituyen la base sobre la que emergen otros tipos de cocina. Cada región del Caribe se identifica con un plato típico, sin embargo, es común la utilización del arroz, legumbres, curry, leche de coco, canela, carne, pescado y el maíz como elementos imprescindibles en la cocina.

Pilcher (2001: 1) refiere:

“(…) lo que la gente es y lo que come, tiene profundas raíces en su historia destacando las influencias manifiestas de género, raza y clase sobre ciertas preferencias en materia de comida desde épocas prehispánicas hasta la actualidad, y que incluso como grupo o comunidad se configura en la evolución de la cocina y su relación con la identidad nacional” (Pilcher, 2001).

## **METODOLOGÍA**

### **Diseño de la investigación**

En el contexto latinoamericano existen varios estudios relacionados con esta temática, destacándose las experiencias de: Rivera (2017), Rodríguez (2018), Veramendi (2019), Samanamud (2020) y Sevilla (2020). Quienes estudian la gastronomía típica, la cocina tradicional regional y las cadenas alimentarias en las diferentes regiones del Caribe. Ponderan la importancia de la cultura alimentaria de los diferentes países como patrimonio fundamental para el desarrollo turístico, como elemento de identidad y para el desarrollo local.

En el escenario cubano sobresalen las investigaciones de: Fernández (2017), Fernández (2019), Gómez (2019), Polo Iñiguez (2019), Rodríguez (2019), Juárez (2020). Los estudios giran en torno a la historia, evolución, gastronomía y platos emblemáticos de la cocina cubana.

En la actualidad la cultura culinaria del Caribe suele mostrar sin pretensiones la riqueza diversa y muchas veces oculta de un territorio silencioso que permanece en los márgenes del centro metropolitano. La cocina, las recetas y las historias en regiones del Caribe en ocasiones se desconoce su verdadero protagonista. Documentar la historia de las personas que desde la tierra y la cocina

mantiene vigentes los hábitos y las tradiciones que siguen construyendo la identidad cultural caribeña, es de vital importancia para la salvaguarda de la memoria histórica.

Teniendo en cuenta lo anterior expuesto, el presente estudio se propone como problema de investigación: ¿Qué características tiene la cultura culinaria del Caribe que la distingue de otras regiones? Con el objetivo de: Caracterizar la cultura culinaria del Caribe teniendo en cuenta ingredientes, técnicas y platos típicos. La investigación se apoya en el método de Análisis y Síntesis y en técnicas de las metodologías cualitativa y cuantitativa.

### **Muestra**

Se seleccionó como población a comensales de países del Caribe: Jamaica, Cuba, Haití, Trinidad y Tobago, Antigua y Barbuda y Martinica. Se tomó como muestra de manera intencional a 30 comensales, con edad comprendida de 20-60 años. Por ser la población de un tamaño pequeño se decidió trabajar con el 100 % de la misma.

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

El Caribe evoca colores, paisajes exóticos que en su cocina tradicional se traduce en una rica oferta de platos variados dependiendo de los países que forman parte de esta región. La cocina del Caribe tiene un estilo caracterizado por ingredientes, técnicas y platos distintivos generalmente asociados con una cultura o región geográfica específica. Ejemplo de ello está en Puerto Rico que su cocina tiene raíces en las tradiciones culinarias de las culturas taínas, española y africana.

Entre los ingredientes presentes en la mayoría de los platos están el arroz, coco, frijoles, ajo, piña, plátano, yuca y maíz. Los platos tradicionales de la isla se caracterizan por la presencia del guiso y de los alimentos muy bien sazonados destacándose: el Mofongo, Alcapurrias, Pionono, Arroz mampostado, Tostones, Tembleque, Barriguitas de Vieja, entre otros.

La cultura culinaria de Jamaica está influenciada por las culturas indígenas, española, irlandesa, británica, africana, china e hindú. Por lo que en la comida típica de la región hay platos que no son completamente originarios de la misma. Sin embargo, con el paso del tiempo han adquirido un toque característico de la isla. Entre los ingredientes más populares están: el ajo, pollo, plátano verde, pescado, jengibre, ají, coco, piña, tamarindo, ñame y la guanábana. Utilizan abundantes especias como el curry, la pimienta de Jamaica especialmente picante y aromática y predominan los marinados y ahumados. Los platos típicos que sobresalen son: Pollo Jerk, Ackee y pescado salado, Callaloo, Escoviche, Bammy, Petties, Cabra al curry, Langosta del arrecife y el Bacalao al ajo.

La cocina de Trinidad y Tobago es una mezcla de sabores gracias a la influencia de las culturas africanas, indias, chinas, europeas y latinoamericanas. Los platos se caracterizan por el uso del picante, pescado, camarones, carnes, frutas y vegetales. Sus recetas más representativas son: El Roti, Pelau Chicken, Doublé, Buljol, Callaloo, Cou-Cou, Pastel de tiburón, Tumtum y el Pepperpot.

En Antigua y Barbuda se destacan los productos del mar, las verduras y frutas frescas. La cocina tradicional de la isla está influenciada por la comida africana y se caracteriza por los guisos sencillos y exóticos y los platos elaborados con productos tropicales. Los ingredientes más utilizados son: el pescado, el erizo, coco, oca, calabaza, ron, tamarindo, banana y guayaba. Entre los platos

típicos de la isla se encuentran: Pepperpotun guisado, Sea Eggs, Fungi, Dulcana, Langosta asada y el Spiny lobster soup.

Martinica considerada como el paraíso culinario en el Caribe, su cocina tradicional está mezclada con la cultura creole, india, francesa, africana y caribeña. Los platos son adornados con especias que le añaden color y sabor como: cebolla, ajo, perejil, y tomillo. Para la elaboración de los platos utilizan el Chilli, canela, comino, vainilla, jengibre, nueces y moscatel. Los ingredientes más utilizados son: verduras (ñame, fruta del pan, guineos amarillos), carnes (colombos, ragús, pollo ahumado), pescados (atún, dorada, paparda) y mariscos (langostas y gambas). Los platos típicos de la isla son: Callaloo Jumble, Plátanos Martinique, Gratén de Cristophines, Plátanos flameados al ron, Souflé de fruta de pan.

Barbados su cultura culinaria es una mezcla de las culturas de africanas, indias e inglesa. La cocina tradicional está compuesta por productos del mar: pescados y mariscos. Entre los productos que utilizan están: arroz, guisantes, judías, harina de maíz y okra (hortaliza procedente de África). Entre los platos típicos se destacan: Sea Eggs, Cou-Cou, Quimbombó, Moti, Roti, Pepper pot, Jug-jug y el Conkies.

La cocina cubana es el resultado de la mezcla de las culturas aborígen, española, africana y caribeña. Se utilizan condimentos y especias como: ajo, cebolla, ajíes (chai, cachucha y pimienta), comino, orégano, laurel y canela. No se utilizan ingredientes picantes, pero sí se combina el caldo con el arroz y con los fritos. Los platos típicos son: Carne de cerdo asada, Yuca con mojo, Moros cristianos, Chilindrón de chivo, Ropa vieja, Tamal en hoja o cazuela, Ajiaco, Caldosa y la Sopa de gallina criolla.

La cocina tradicional es un componente cultural muy importante en la historia de un pueblo. Los platos típicos de una zona son los verdaderos protagonistas que reflejan los años de tradición, recuerdos, momentos, personajes, técnicas y ambientes que hacen que cada uno sea singular y especial. Los ingredientes de cada plato describen la historia vivida por una comunidad.

La cultura culinaria caribeña es herencia de saberes y prácticas asociadas con la producción, selección, preparación, conservación y consumo de alimentos que tienen un connotado valor cultural y tradicional. Muestra el proceso de mestizaje cultural integrado por cocinas regionales diferenciadas, dinámicas y diversas, ricas en sabores y olores.

## **CONCLUSIONES**

1. La cultura culinaria del Caribe tiene sabor y olor propio, con efectos estimulantes por los ingredientes que utiliza en la elaboración de sus platos típicos.
2. La cultura culinaria del Caribe es la síntesis de la mezcla de las culturas indígena, española, europea, africana y caribeña que le han otorgado un sello distintivo.
3. Las cocinas tradicionales del Caribe recogen los saberes y recursos culturales que forjan la identidad de las comunidades del Caribe.

## **REFERENCIAS**

- Altamira Contreras, S., Trujillo Martínez, V. E. (2017). Registro de la cocina tradicional Oaxaqueña como patrimonio cultural inmaterial de México. XI Congreso Virtual Internacional Turismo y Desarrollo/ VII Simposio Virtual Internacional Valor y Sugestión del Patrimonio Artístico y Cultural. <https://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2017/turismo/41-registro-de-la-cocina-tradicional-oaxaqueña.pdf>
- Álvarez, M. (2002). La cocina como patrimonio cultural intangible. Argentina: Comisión para la preservación del Patrimonio Histórico Cultural de la ciudad de Buenos Aires. Temas de patrimonio Cultural, No. 6, 11-25. <https://www.redalyc.org/pdf>
- Baby Ramírez, Y. (2018). Aportes culinarios de Haití y Jamaica en la cocina tradicional de Cuba. <https://www.eumed.net>
- Contreras Hernández, J., Gracia Armaiz, M. (2005). Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. *Investigaciones Sociales*, 11(9), 387-392. <https://doi.org/10.15381/is.v11i19.8073>
- De la Cruz, Y. (2015). El binomio turismo-salud la comida caribeña. Proyecto Salud de la Universidad de Costa Rica. <https://www.kerwa.ucr.ac.cr>
- Di Clemente, E. (2014). La gastronomía como patrimonio cultural y motor del desarrollo turístico. Un análisis DAFO para Extremadura. *Revista Monográfico*, 3 (9), 817- 833. <https://dialnet.uniroja.es>
- Espeitx, E., Gracia, M. (2015). La alimentación humana como objeto de estudio para la antropología: posibilidades y limitaciones. <https://www.mapi.uy/docs/alimentación/archivo-15.pdf>
- Fernández, E. (2017). Cuba define los platos representativos de su cocina. <https://cubayeconomia.blogspot.com>
- Fernández, E. (2019). La cocina cubana merece ser patrimonio nacional. <https://www.oncubanews.com>
- Hernández, J.C. (2005). Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. <https://core.ac.uk/pdf/304897733>
- Huerta Rivera, J. P. (2012). Una cocina en búsqueda de identidad. Representaciones de la gastronomía de Baja California. (Tesis de pregrado). Colegio de la Frontera del Norte. Tijuana, B. C., México. <https://www.colef.mx>
- Juárez, H. (2020). Aproximaciones a la génesis de la cocina cubana. <http://www.ohcamaguey.co.cu>
- López Morales, G., Álvarez Novoa, I. (2017). Alimentos y cocinas regionales de América. Resumen del primer foro, Buenos Aires. <https://inta.gob.ar>
- Matamoros, A.V. (2016). Cocina caribeña. Cultura e identidad. Editorial Científico Técnica. La Habana, Cuba. <https://es.scribd.com>
- Matamoros, A. V (2018). La magia del Caribe en la cocina cubana. Editorial Oriente. Santiago de Cuba. <https://books.google.com>

- Meléndez, J.M. (2010). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local. El caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Revista Estudios Sociales*, 1(1), 181-204. <http://www.scielo.org.mx/scielo.php>
- Mintz, S. (2003). Sabor a comida, sabor a libertad. México: Ediciones de la Reina Roja. <https://scholar.google.com.cu>
- Moreno García, D. (2003). Cultura Alimentaria. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 4(3), 1-7. <http://www.medigraphic.com/espanol/e1-indic.htm>
- Olivera O, Pozo, O. (2009). Identidad cultural en el Caribe. <https://rebellion.org/identidad>
- Ramón (2018). Tres características de la cocina tradicional, la base de todas las cocinas. [www.ramonrestaurante.com](http://www.ramonrestaurante.com)
- Pilcher, J. M. (2001). La comida y la construcción de la identidad mexicana. Ediciones de la Reina Roja. Universidad de Nuevo México. <https://scholar.google.com.cu>
- Polo Jiménez, V., Iñiguez Rojas, L. (2019). Hábitos de consumo alimentario de niños(as) de enseñanza primaria en dos escuelas de la Habana. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 7(2), 1-9. <http://www.revflacso.uh.cu/index.php>
- Rivera Navarro, M., Baquero Castañeda Y. E. (2017). La cocina tradicional como estrategias para el desarrollo del proyecto de aula, en estudiantes del grado segundo de básica primaria en la institución educativa agrícola de Guacavía del municipio de Cumaral Meta. (Tesis de pregrado). Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO. Villavicencio. <https://repository.uniminuto.edu>
- Rodríguez, A. (2019). La gastronomía caribeña, una caja de sorpresas de sabores variados. <https://www.efe.com>
- Samanamud Quispe, E. A. K. (2020). Incidencia del consumo y la preparación de platos típicos en la gastronomía del distrito de Santa María, provincia de Huaura – 2018. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Huacho – Perú. <http://repositorio.unijfsc.edu.pe>
- Sánchez Núñez, E., Núñez Torres, K. (2020). La evolución sociocultural de la gastronomía culinaria cubana en la Neocolonia y en la Revolución en el poder. <https://www.eumened.net>
- Sedó Masis, P. (2015). Un acercamiento a la esencia de la cocina patrimonial de Costa Rica. *Revista Herencia*, 28(2), 81-92. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php>
- Sevilla, (2020). Gastronomía caribeña: paraíso de influencias. <https://informaciongastronomica.com>
- Valcárcel García, D. M., Venegas Pardo, A. (2015). La comida típica dentro de la internacionalización de la oferta gastronómica en Bogotá. *Turismo y Sociedad*, XVI, 187-198. <http://dx.doi.org/10.18601/01207555.n16.10>
- Vascónez Loyola, C. A. (2014). Sabores Escondidos: La comida entra por los ojos. (Tesis de pregrado). Universidad San Francisco de Quito. Quito. <https://repositorio.usfq.edu.ec>

Veramendi Villavicencios, N. G., Portocarero Merino, E., & Barrionuevo Torres, C. N. (2020). Cultura alimentaria en estudiantes de educación básica regular: un abordaje educativo. *Universidad y Sociedad*, 12(1), 307-312. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v12n1/2218-3620-rus-12-01-307.pdf>

Verdalet Guzmán, I. (2015). La importancia de una cultura alimentaria. <https://www.researchgate.net/publication/277867826>