

Miel y Salmuera | Los sabores del Sol

Por: Ana Cristina Chávez Arrieta

La ciudad de Maracaibo, en Venezuela, es conocida como «la tierra de sol amada» por un poema del escritor Rafael María Baralt. Quienes han vivido allí o la han visitado saben que es una región caracterizada por las altas temperaturas y un sol radiante que ilumina las calles y personalidades de propios y extraños.

Si hay algo que representa a la ciudad de Maracaibo, es su gastronomía llena de buen gusto y color. Un ejemplo sencillo es el cepillado, ese raspado de hielo bañado con jarabes de tonalidades vibrantes y sabores diversos que refrescan el paladar de los estudiantes al salir de las escuelas y liceos o el de un transeúnte casual en alguna esquina de la capital zuliana.

Aunque ahora parece que se observan con menor frecuencia, era común que vendedores en bicicletas o a pie circularan por las calles con sus baldes repletos de pastelitos, conocidos como aciditos o gatelitos, unos pasteles cuadrados rellenos de un guiso medio huído de papas, carne o pollo

En lo concerniente a perrocalientes, pepitos y hamburguesas callejeras sabemos los maracuchos y cada esquina del país, pero si vamos a hablar de patacones, tumbarranchos y arepitas de agüita de sapo nosotros somos los indicados, porque quien prueba esos manjares de los dioses del Olimpo zuliano no los puede olvidar. Asimismo, no puedo obviar los panes de huevo y queso, de una deliciosa simpleza y si nos referimos a tequeños, mandocas, bolitas de papa o de yuca con queso nos llevamos el trono. ¿Por qué negarlo?

Con una mirada hacia la Basílica y al recuerdo de El Saladillo, la macarronada, los bollitos pelones y la torta de plátano son sinónimos de reuniones familiares, pues se preparan en ocasiones especiales por el trabajo que implica hacerlos y los litros de sudor que botan quienes los cocinan. Entre los postres, una conservita de plátano maduro compite codo a codo con los huevos chimbos, el dulce de hicaco y cualquier postre de coco, aunque en las redes sociales quieran imponer los cupcakes sobre la criolla denominación de ponquesitos.

En este sentido, con el propósito de promover el rescate de la cocina tradicional zuliana, María Iragorry, Beatriz de Garrillo, Sara Labarca y Gabriel Ball en el año 2006 publicaron un calendario con recetas típicas, en donde mes a mes, indicaban los pasos a seguir para preparar mandocas, arroz de maíz, pescao embasura, besitos de coco, paticas de cochino en arroz, funche o mazamorra y guisado de ovejo o carnero versión wayuú, entre otras delicias llenas de nombres curiosos y excelente sazón.

Allí explican que “para acompañar mandocas, empanadas, yoyos, arepas o cualquier otra cosa que se le ocurra desayunar a los zulianos, no puede faltar –además del café con leche- un jugo o batido. En el Zulia se le llama jugo a la bebida que se prepara con agua, frutas y azúcar; mientras que se denomina batido al preparado con leche. Para elaborar ambos se utilizan de preferencia las frutas típicas de la región y son muy populares los de níspero, zapote, lechosa, melón y guayaba”.

A esta hora –no importa cuándo leas esto- seguro que se te abrió el apetito, por eso comparto contigo esta receta de Beatriz de Garrillo, para preparar unas ricas mandocas al son de una gaita. (Ten en cuenta que la receta es para 25 mandocas).

- Un (01) paquete de harina de maíz amarillo.
- Medio kilo de queso de año rallado.
- Dos (02) plátanos entre amarillos.
- Una (01) panela rallada (o medio paquete de panela rallada).
- Un (01) litro de agua

Preparación: Mezcle la harina con el agua, amasando vigorosamente. Luego añada los demás ingredientes de la siguiente manera: los dos plátanos entre amarillos previamente cocidos y triturados, luego el queso y la panela mezclando hasta que la masa adquiera una consistencia suave. Haga pequeñas bolas de masa para luego darle la forma características de las mandocas (como pequeñas rosquillas alargadas). El siguiente paso es freírlas en aceite bien caliente, escurrirlas y disfrutar de este manjar zuliano.