

## **Preservación del patrimonio cultural - natural asociado a las plantas comestibles, en asentamientos del área protegida. Parque Nacional Alejandro de Humboldt**

**Emérita Moreno Rodríguez\***

### **Resumen**

La investigación tiene como objetivo aportar elementos para el rescate del acervo cultural - natural de los pobladores, acerca de la utilización de la flora circundante vinculadas a la cocina tradicional de la región. Se reportaron 258 formas de aprovechamiento, de un total de 75 especies, de las cuales 69 se emplean de forma independiente y 28 se unen constituyendo las recetas de los platos tradicionales de la región.

**Palabras claves:** area protegida, preservacion, patrimonio natural y cultural.

### **Abstract**

The investigation has as objective to contribute elements for the rescue of the cultural wealth - natural of the residents, about the use of the surrounding flora linked to the traditional kitchen of the region. 258 use forms were reported, of a total of 75 species, of which 69 are used in an independent way and 28 unite constituting the recipes of the traditional plates of the region.

**Keywords:** protegy areas, preservation, cultural and natural heritage.

### **Introducción**

Esta investigación forma parte del resultado del proyecto “Preservación del patrimonio cultural - natural como parte de la gestión sostenible en asentamientos del área protegida “Parque Nacional Alejandro de Humboldt”, adscrito al Programa Ramal “Protección del Medio Ambiente y Desarrollo Sostenible Cubano”.

Tiene como objetivo general “Aportar elementos para el rescate del acervo cultural - natural de los pobladores acerca de la utilización de la flora circundante como modo de incorporar la perspectiva poblacional al desarrollo sostenible del área y garantizar la protección y conservación de su patrimonio. En este caso presentamos las tradiciones vinculadas con las plantas alimentarias, el huerto y la cocina tradicional.

Para la investigación se tomaron como premisas algunas de las valoraciones de patrimonio, de la Convención sobre la protección del patrimonio mundial, cultural y natural, que expresan (CAB, 2003):

- ✓ ... patrimonio son los hechos vivientes, aquellos protagonizados por personas que actualizan permanentemente una determinada memoria o tradición y que no pueden ser tratados como cosas sino como procesos inseparables de los actos, comportamientos y actividades personales y grupales dentro de los cuales se actualizan.
- ✓ Se reconoce una dimensión especial en patrimonio natural a aquellas experiencias de apropiación social que impulsen el desarrollo equilibrado en función de un territorio o entorno de vida. Estas experiencias deben estar construidas sobre las bases de la interacción entre medio ambiente y cultura y deben garantizar una sostenibilidad en la interacción con la naturaleza”.

La investigación se desarrolló en cinco comunidades rurales del Parque Nacional "Alejandro de Humboldt" cuyo nombre rinde homenaje al eminente naturalista alemán, también conocido como el segundo descubridor de Cuba por las importantes investigaciones que realizó en nuestro país.

Tiene una superficie de 70 680 ha; de las cuales 2 250 ha pertenecen a la parte marina y las restantes son terrestres. Incluye áreas que corresponden a dos de las provincias más orientales del país Holguín y Guantánamo (Fig. 1).

Fig. 1 Ubicación del Parque



Fuente: Tomada de Parque Nacional Alejandro de Humboldt (internet)

Constituye el área protegida estricta (Categoría II, UICN) más importante de Cuba en lo referente a biodiversidad, destacándose por poseer la mayor riqueza de especies endémicas del país y ser el mayor remanente de los ecosistemas montañosos conservados de Cuba. En el año 2001 fue declarado por la UNESCO como Sitio de Patrimonio Mundial y además es el núcleo principal de la Reserva de Biosfera Cuchillas del Toa.

Para la ejecución de la investigación se seleccionaron cinco asentamientos rurales internos del Parque de la Provincia de Guantánamo, pertenecientes a los Sectores:

- ◆ La Melba, asentamiento de Arroyo Bueno
- ◆ Baracoa, asentamientos de: Nibujón, Santa María, el Recreo y Yamanigüey.

## **Toma de información**

Se utilizaron técnicas pertenecientes a las ciencias biológicas, la investigación social, el análisis bibliográfico y cartográfico. La información se obtuvo del trabajo de campo.

Se entrevistaron aquellas personas que eran identificadas como conocedores de las plantas por los pobladores de las comunidades, además de haber nacido en la zona o en su defecto que hubiesen llegado desde muy pequeños al lugar. Las entrevistas se interrumpieron cuando se repitió más del 70 % de la información recogida por comunidad.

Para la indagación se aplicó la técnica de la observación sistemática y participante del tipo de vida tradicional y de las relaciones de los pobladores con la flora.

## **Resultados**

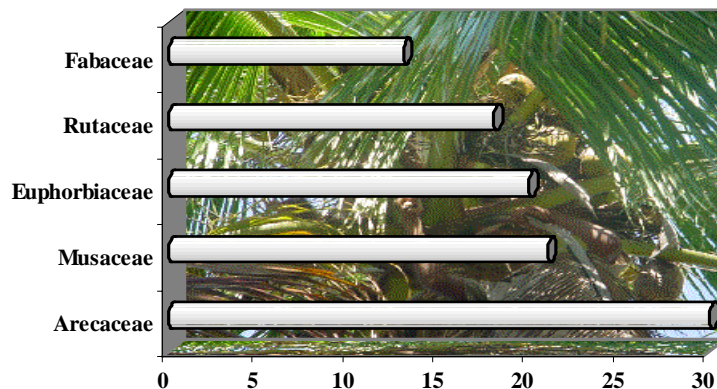
El bienestar de la comunidad, depende no sólo de su salud, sino también de una alimentación acertada, por ello Gispert y Romo (1993) consideran las dos categorías antropocéntricas, - medicinal y comestibles -, como un matrimonio en concordia, cuando esta armonía se pierde la salud se reciente.

Se reportaron 258 formas de aprovechamiento, de un total de 75 especies, de las cuales

69 se emplean de forma independiente y 28 se unen constituyendo las recetas de los platos tradicionales de la región.

Las familias botánicas más reportadas son *Arecaceae*, *Musaceae* y *Euphorbiaceae* (Fig. 1),

**Fig. 2 Abundancia de especies comestibles por familia botánica**



esta abundancia viene dada por la importancia que tres de sus representantes: el coco (*Cocos nucifera*), el guineo (*Musa paradisiaca*) y la yuca (*Manihot esculenta*), tienen respectivamente en la dieta de los pobladores, fundamentalmente en la Región de Baracoa.

#### **Especies cultivadas más reportadas:**

- ◆ La piña (*Ananas comosus*), dentro de los frutos que se comen frescos.
- ◆ Especies del género *Allium*, para condimento.
- ◆ La malanga (*Xanthosoma sagittifolium*), la emplean en la alimentación infantil cuando se comienza a retirar la lactancia materna.
- ◆ Los frijoles del género *Phaseolus*, un elemento que no puede faltar en la mesa cubana

- ◆ El guinéo (*Musa paradisiaca*), que forma parte de casi todos los platos típicos de Baracoa
- ◆ *El mapén o guapén (Artocarpus altilis)*, fruto introducido de alto consumo en la región oriental.

### **Especies ya conocidas por nuestros aborígenes o introducida por ellos:**

- ◆ El achote (*Bixa orellana*), con cuya semilla dan color a todos sus alimentos, casi siempre presente en el jardín de la vivienda.
- ◆ La yuca (*Manihot esculenta*), constituyente de platos importantes como la turlanga y los buñuelos.

### **El huerto o jardín**

La unión huerto-jardín (también llamada huerto familiar), es un sistema de producción que ha estado ligado a los seres humanos desde tiempos remotos. Gispert *et al.* (1993) proponen un concepto que refleja claramente la importancia que los mismos tienen para los campesinos.

*“El huerto familiar es el reservorio de germoplasma vegetal aledaño a la casa-habitación, cuyo establecimiento refleja un aspecto fundamental de la identidad cultural de un grupo humano en relación con la naturaleza; en él se practican actividades sociales, biológicas y agronómicas constituyendo una unidad económica de autoconsumo a la puerta del hogar”.*

*“Constituyen por lo tanto espacios complejos y ricos porque en ellos intervienen numerosos y distintos elementos: culturales, ecológicos, sociales y económicos”.*

En Cuba este espacio recibe el nombre de **conuco**, término que pone de manifiesto su antigüedad, ya que la voz proviene del aruaco insular (voz hablada por nuestros aborígenes).

La forma y las dimensiones del conuco son irregulares y su extensión puede variar. Las características básicas de este espacio son la diversidad de variedades y especies, lo que logra que las cosechas de los mismos no sean apenas afectadas por las enfermedades, además de un mayor número de usos por especie.

En el huerto el campesino domestica y aclimata nuevas variedades y plantas que recopila a través de parientes y amigos, propiciándose un gran flujo de conocimientos a través del cual se disemina la información sobre las especies y su cultivo.

La mayoría de las viviendas tienen este tipo de espacio, donde se practica la crianza de animales, predominando las aves de corral, ganado porcino y ovino. La inmensa mayoría lo destina al consumo familiar y en menor medida para vender.

Las especies comestibles se encuentran básicamente en la parte posterior y lateral de la vivienda, en esta última se establecen las de condimento, que son fundamentalmente el ají (*Capsicum frutescens*), el achote (*Bixa orellana*) y la mostaza (*Brassica juncea*).

En general las plantas se encuentran distribuidas de forma aparentemente desordenadas de acuerdo a nuestro concepto de orden, pero en realidad si se observa la vegetación natural se corrobora que a medida que el huerto se va estableciendo se asemeja más a la distribución de esta vegetación donde se entremezclan distintos tipos de formas biológicas, presenta además una estratificación vertical con el objetivo de ganar en espacio horizontal, obteniendo una mayor cantidad de cultivos en una menor área.

En todos los casos se dejan algunos árboles de la vegetación natural, paralelamente se siembran los frutales que los irán sustituyendo, estos constituyen el nivel superior dentro del conuco y tienen diversas funciones: como alimento, para la protección de las aves y dar sombra a los habitantes de la casa.

Dentro de estas especies frutales se incluyen los cítricos y la guayaba (*Psidium guajava*), entre otras.

En este grupo se encuentran además especies empleadas para la alimentación de los animales como la palma real (*Roystonea regia*) de la que se usa el palmiche.

En el nivel inmediato inferior está el plátano (*Musa paradisiaca*) y la yuca (*Manihot esculenta*).

Los niveles siguientes los ocupan la malanga (*Xanthosoma sagitifolium*), por debajo la calabaza (*Cucurbita moschata*), el boniato (*Ipomoea batata*) y el ñame (*Dioscorea alata*) típico de estas zonas montañosas.

La siembra de estos cultivos menores se produce de forma rotativa, de tal manera que la tierra nunca está ociosa.

Cuando no hay el espacio suficiente o el suelo no es bueno para el cultivo, las plantas se siembran en canteros o aprovechando recipientes como gomas de tractores y camiones donde se crean las condiciones necesarias para su crecimiento (Fig. 3).

Fig. 3 Algunos ejemplos de huertos

Yamanigüey



Nibujón



La Melba



En el parque se inventariaron 7 huertos, con un total de 32 especies sembradas y un promedio de 9 plantas por huerto. (Tabla 1)

**Tabla 1 Relación de especies y los huertos donde se encontraron sembradas**

| <i>Nombre científico</i>               | <b>Huertos</b> |          |          |          |          |          |          |
|--|----------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  | <b>1</b>       | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | <b>7</b> |
| <i>Acalypha sp.</i>                    |                | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Ananas comosus</i>                  | X              | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Annona squamosa</i>                 |                | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Artocarpus altilis</i>              |                |          |          | X        |          |          |          |
| <i>Bixa orellana</i>                   |                |          | X        |          |          |          |          |
| <i>Bromelia pinguin</i>                |                |          |          |          | X        |          |          |
| <i>cajanus cajan</i>                   |                |          |          |          |          | X        |          |
| <i>Chrysophyllum oliviforme</i>        | X              |          |          |          |          |          |          |
| <i>Citrullus vulgaris</i>              |                |          |          |          |          |          | X        |
| <i>Citrus sinensis</i>                 | X              | X        | X        |          | X        |          |          |
| <i>Cocos nucifera</i>                  | X              |          |          |          |          |          |          |
| <i>Codiaeum sp.</i>                    |                | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Codiaeum variegatum var. pictum</i> |                | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Cucurbita moschata</i>              |                |          | X        |          | X        |          |          |
| <i>Dioscorea alata</i>                 |                |          |          | X        | X        | X        |          |
| <i>Euphorbia lactea</i>                |                |          | X        |          |          |          |          |
| <i>Hibiscus rosa-sinensis</i>          |                | X        | X        |          |          |          |          |
| <i>Ipomoea batata</i>                  |                |          |          |          |          | X        | X        |
| <i>Jasminum multiflorum</i>            |                |          | X        |          |          |          |          |
| <i>Lantana camara</i>                  |                |          | X        |          |          |          |          |
| <i>Mangifera indica</i>                |                |          |          | X        |          |          |          |
| <i>Manihot esculenta</i>               |                | X        |          |          |          | X        |          |
| <i>Momordica charantia</i>             |                |          |          |          | X        |          |          |
| <i>Musa paradisiaca</i>                | X              | X        | X        | X        | X        | X        | X        |
| <i>Phaseolus spp.</i>                  | X              |          |          |          | X        |          | X        |
| <i>Rosa dilecta</i>                    |                | X        | X        |          |          |          |          |
| <i>Saccharum x officinarum</i>         | X              | X        | X        | X        |          |          |          |
| <i>Sideroxylon jubilla</i>             |                |          | X        | X        |          |          |          |
| <i>Terminalia catappa</i>              | X              | X        |          |          |          |          |          |
| <i>Vigna sp.</i>                       |                |          |          |          |          |          | X        |
| <i>Xanthosoma sagittifolium</i>        |                | X        | X        |          | X        | X        |          |
| <i>Zea mays</i>                        |                |          |          |          |          |          | X        |

Las especies que presentaron una distribución más amplia fueron:



Fig. 4 Ñame blanco y amarillo



El ñame (*Dioscorea alata*) (Fig. 4), que tiene una alta demanda en la zona oriental de nuestro país, la malanga, *Xanthosoma sagittifolium* y el guineo (*Musa paradisiaca*).

Fig. 5 Naranja puerto plata y el salvei



La naranja puerto plata (*Citrus sinensis*) (Fig. 5), cuya venta constituye una de las entradas económicas de la población. El salvei (*Passiflora edulis*) frutos ampliamente consumidos en la región de Baracoa

### La miel y las plantas melíferas

En el huerto también se establecen las colmenas, otros de los servicios que este espacio brinda a la población, el mantenimiento de las mismas es un trabajo arduo que requiere del propietario constante dedicación, se es propenso a las picadas de las abejas que además no se pueden matar.

La miel es ampliamente utilizada en la confección de muchos dulces y de los jarabes para la cura de algunas enfermedades, se produce en distintos sectores del Parque por varios

apicultores, pero en el Sector Baracoa una enfermedad que afectó las abejas eliminó todas las colmenas excepto las de Pedro del Rosario Méndez de 69 años, que conjuga el conocimiento sobre las plantas medicinales, con la producción de miel y cera, él considera que la miel puede regalarse pero la cera no, pues de lo contrario las abejas se van y no regresan, puede creerse o no, pero lo cierto es que no hay otro apicultor en la comunidad el Recreo que aun conserve sus colmenas (Fig. 6)

Fig 6 Imágenes de las colmenas

Pedro llamando las abejas



Migración del enjambre



Extracción manual de la cera



Vista de las colmenas



## Plantas melíferas

De las diez especies reportadas como melíferas (Tabla 2) el mango (*Mangifera indica*) y la campanilla (*Turbina corymbosa*) son las que dan la mejor miel en la región, a pesar de que consideran que casi todas las plantas con flores son visitadas por las abejas en algún momento.

Tabla 2 Especies con mejores cualidades para la producción de la miel

**Nombre científico**

Cocos nucifera  
Gliricidia sepium  
Gouania lupuloides  
Mangifera indica  
Mikania micrantha  
Nectandra hihua  
Roystonea regia  
Sapium jamaicense  
Turbina corymbosa  
Zanthoxylum martinicense

**Protección del huerto**

El área del huerto generalmente está protegida con una cerca que puede ser con plantas vivas como: la maya (*Bromelia pingüin*) (Fig. 7) o ataja negro (*Euphorbia lactea*), pero también a partir de estacas de otras especies como: *Caesalpinia pulcherrima*, *Guettarda ferruginea*, *Oxandra laurifolia* y *Acrosynanthus latifolius*.

Fig. 7 Ejemplos de Cercas

Cerca viva



Cerca de estacas



## La Cocina tradicional

La cocina constituye un renglón importante en la vida de cualquier población, variadas son las tradiciones encontradas en este aspecto en ambos sectores, en particular uno de los valores culturales más importantes que tiene la región de Baracoa son sus platos típicos. Motivado probablemente por el aislamiento geográfico en que se mantuvo durante largo tiempo esta zona, existen tradiciones culinarias muy particulares que tienen gran vigencia, forman parte del patrimonio cultural de estas comunidades y cuya venta proporciona apoyo económico a la población del lugar, a continuación se exponen aquellas más representativas.

## El coco

Alrededor de esta planta se desarrollan una serie de actividades que permiten su aprovechamiento sostenible. Es utilizado totalmente, proporcionando ganancias que comienzan desde el proceso de recolección, del que se encargan los desmochadores (Fig. 8).

Fig. 8 Obtención y traslado del fruto

Obtención del fruto



Traslado del coco



La planta está muy difundida en la región y el agua de sus frutos es consumida fresca por su sabor agradable y por ser la más dulce del país; se consume en forma de refresco y se considera medicinal con efecto diurético.

De la masa (endocarpio) rallada se extrae el zumo (leche) que se emplea en la preparación de alimentos. El aceite extraído de la copra es preferido por los pobladores del lugar, para la cocción de los alimentos, así cuando llegue a Baracoa si siente en los alimentos un sabor característico se debe a la presencia de la leche y el aceite de coco.

### **Platos donde está presente la leche del coco:**

#### **◆ Leche de coco con: cangrejo, pescado, jaiba o camarones.**

Esta zona es de costa por lo cual los productos del mar son muy apreciados, cualquiera de ellos puede combinarse con la leche de coco y los condimentos necesarios para obtener deliciosos platos (Fig. 9).

Fig. 9 Ejemplos de platos preparados con leche de coco

Cangrejo con leche de coco



Pescado con leche de coco



## ◆ El calalú

El calalú (voz malinké que significa cosas) se prepara con distintas hierbas (Fig. 10), este plato está en desuso en otras regiones del país, mientras en Baracoa se consume y tiene como elemento novedoso la leche de coco (Tabla 3).

Fig. 10 Calalú con hojas de yuca



Se utilizan en su preparación las hojas de diferentes plantas, alguna carne o pescado, ají picante, ajo, cebolla, achote, además de otros condimentos de acuerdo al gusto, los ingredientes se rehogan con la leche del coco.

**Tabla 3 Especies vegetales empleados en la elaboración del calalú**

**Nombre científico**  
Amaranthus viridis

**Estructura utilizada**  
hoja

**Preparación**  
rehogada

|                             |                |          |
|-----------------------------|----------------|----------|
| Brassica juncea             | hoja           | rehogada |
| Brassica oleracea           | hoja           | rehogada |
| Cocos nucifera              | leche          | cocida   |
| Cucurbita moschata          | hoja o renuevo | rehogada |
| Ipomoea batata              | hoja o renuevo | rehogada |
| Manihot esculenta           | hoja o renuevo | rehogada |
| Solanum americanum          | hoja o renuevo | rehogada |
| Xanthosoma sagittifolium    | hoja o renuevo | rehogada |
| Allium cepa (condimento)    | bulbo          | frito    |
| Allium porrum (condimento)  | hoja           | frito    |
| Capsicum annum (condimento) | fruto          | frito    |

#### ◆ El bacán

Bacán, Valdés (1991) considera esta voz como un localismo y discute su posible filiación con el aruaco aunque no aclara exactamente su origen.

Si bien el coco es una de las especies que tipifican la cocina de Baracoa el plátano no se queda detrás, en el bacán ambas plantas se combinan.

Una vez servido, a simple vista, parece un tamal pero difiere grandemente de él, es similar en la forma pero con componentes y preparación diferentes (Tabla 4).

**Tabla 5 Componentes vegetales del bacán**

| Nombre científico           | Estructura utilizada | Preparación            |
|-----------------------------|----------------------|------------------------|
| Cocos nucifera              | leche                | decocción              |
| Musa paradisiaca            | fruto                | rallado                |
| Musa paradisiaca            | hoja                 | calentada<br>(mareada) |
| Bixa orellana (colorante)   | semilla              | frita                  |
| Allium cepa (condimento)    | bulbo                | sofrito                |
| Allium porrum (condimento)  | hoja                 | sofrito                |
| Capsicum annum (condimento) | fruto                | sofrito                |

Elaboración del bacán (Fig.11): el fruto del plátano se ralla, se mezcla con la carne, se adereza (con la leche de coco, el picante y otros condimentos), las hojas del plátano son mareadas al calor, cortadas en tiras y en ellas se envasa esta masa, a la que se le pueden dar

diferentes formas, se pone a hervir en agua con sal y una vez cocido, se come. Cuando no se le agrega carne se nombra guanimo o bacán perdido.

Fig. 11 Proceso de elaboración y degustación del bacán



## ◆ El achote



Dentro de los condimentos más utilizados está el achote *Bixa orellana*, quien se encarga de dar color a los alimentos (Fig. 12). El vocablo achote, de uso muy común en la zona oriental, proviene del Nahuatl y substituye el nombre aruaco de bija que se emplea en el resto del país, este arqueófito era utilizado por nuestros aborígenes para pintar su cuerpo y protegerse de las plagas, hoy es común encontrar en los huertos o jardines una planta de achote, las semillas se pueden freír en aceite, o colocarse en una güira pequeña a la que se le hacen orificios (achotera) y es sumergida en los alimentos para colorearlos.

Fig. 12 Planta y semillas del achote

Planta de achote



Semillas de achote



## Dulces típicos

### ◆ El cucurucho

Es un dulce exquisito y exclusivo de la región de Baracoa, que se prepara a partir de la ralladura de la masa del coco, puede ser de frutos frescos o la que nos quedó después de extraída la leche y a la que se agregan miel de abejas o azúcar parda y otras frutas tales como: la guayaba (*Psidium guajava*), la naranja (*Citrus sinensis*) y la papaya (*Carica papaya*), - se combina una sola fruta cada vez -, se mezclan los ingredientes y se cuecen hasta alcanzar una consistencia muy espesa, si se desea puede agregarse jengibre (*Zingiber officinale*) elemento que aporta un sabor muy particular y agradable, es además afrodisíaco.

Una vez llevado al punto adecuado se envasa en conos hechos de yagua (pecíolo

envainador de la hoja de la palma real), que se tapan y amarran con el mismo material, de forma artística (Fig. 13). Así, toda persona que pasa por Baracoa no puede dejar de admirar y comprar los cucurucho de guayaba, naranja o papaya.

Fig. 13 Cucurucho y jengibre

Cucurucho



Jengibre



## ◆ El frangollo

Dulce de plátano macho o guineo que se prepara a la manera de turrón, este dulce fue citado por Martí en su diario de campaña el día 15 de abril de 1895, constituía el desayuno de la tropa. Es un dulce que satisface el paladar de los niños de la región (Fig. 14).

Fig. 14 Imagen del frangollo y de la degustación

Frangollo



Niños comiendo frangollo



## ◆ Dulces en almíbar

Fig. 15 Cascos de toronja en almíbar y arroz con leche

No faltan en esta zona los dulces tradicionales como: los cascos de naranja, guayaba, hicaco, toronja y el arroz con leche, si bien son de amplia distribución en nuestro país, no por ello dejan de ser sabrosos, se observaron en todas las comunidades (Fig. 15).



- ◆ **Las raspaduras** de las semillas de: almendras (*Terminalia catappa*), de marañón (*Anacardium occidentale*) y el turrón de coco.

### Dulces elaborados a partir de la yuca (*Manihot esculenta*)

Fig. 16 Imagen de la turlanga



- ◆ **La turlanga**

Se confecciona a partir de la yuca rallada, se exprime la catibía para extraer el zumo donde se encuentra el almidón, se le agrega azúcar y se fríe (Fig. 16).

- ◆ **Los buñuelos**

Se elaboran a partir de la yuca rallada, se exprime la catibía se agrega achote para darles color, se amasan y se le da forma, pero en la zona de Baracoa su forma cambia pasa del típico lazo a la espiral.

## Condimentos

Para aderezar los alimentos se reportaron nueve especies (Tabla 5).

Tabla 5 Especies utilizadas como condimento

| <b>Nombre científico</b>   | <b>Estructura utilizada</b> |
|----------------------------|-----------------------------|
| <i>Allium porrum</i>       | hoja                        |
| <i>Canella winterana</i>   | hoja y corteza              |
| <i>Capsicum frutescens</i> | fruto                       |
| <i>Coriandrum sativum</i>  | hoja                        |
| <i>Ocimum gratissimum</i>  | hoja                        |
| <i>Pimenta dioica</i>      | semilla                     |
| <i>Piper nigrum</i>        | hoja                        |

## Ensaladas

Aportan vitaminas y minerales además de acompañar, y embellecer las comidas (tabla 6).

Tabla 6 Especie consumidas como ensaladas

| <b>Nombre científico</b>      | <b>Estructura utilizada</b> |
|-------------------------------|-----------------------------|
| <i>Lycopersicum sculentum</i> | fruto                       |
| <i>Nasturtium officinale</i>  | rama                        |
| <i>Ochroma pyramidale</i>     | hoja                        |
| <i>Spinacea oleracea</i>      | hoja                        |
| <i>Vigna sp</i>               | semilla                     |

## Bebidas

### El chocolate

Baracoa es conocida nacionalmente por los derivados del chocolate, en la región la población realiza todo el proceso de esta semilla desde la siembra hasta la taza de chocolate caliente (Fig. 17).

Fig. 17 Semillas de cacao

Semillas de cacao

**El café y sus sucedáneos**

Las zonas montañosas son las productoras del grano de café (*Coffea arabica*), a partir del cual una vez secado, tostado y pilado se prepara el mensturo que todo buen cubano toma al amanecer como primera bebida del día, después de las comidas, para agasajar a las visitas o sencillamente cuando el cuerpo lo pide, puede servirse en jícara de güira, taza o vaso, más fuerte o más claro acompañado de pan.

A pesar de la fuerte tradición de consumo de café que existe en nuestro país, en ocasiones se beben otras especies en decocción, como sucedáneos (Tabla 7).

**Tabla 7 Especies empleadas como sucedáneos del café**

| <b>Nombre científico</b>   | <b>Estructura utilizada</b> |
|----------------------------|-----------------------------|
| Canella winterana          | corteza                     |
| Myrtus ophiticola          | corteza                     |
| Pinus cubensis             | hoja                        |
| Stachytarpheta jamaicensis | hoja                        |
| Zingiber officinale        | rizoma                      |

**Aliñado**

Bebida típica de la región oriental que se prepara para brindar en el nacimiento de los hijos. Se elabora a partir de frutos de conservas caseras, almíbar y aguardiente (Tabla 8), se tapa, se entierra y se deja añejar durante los meses finales del proceso de gestación.

**Tabla 8 Especies empleadas en la confección del aliñado****Nombre científico**

Ananas comosus

Beilschmiedia pendula

Citrus aurantifolia

Phyllanthus acidus

Spondias purpurea

Vitis vinifera

**Prú**

Bebida típica oriental que se prepara a partir de especies vegetales, que se cuecen y se dejan fermentar (Tabla 9).

**Tabla 9 Especies empleadas en el Prú**

| <b>Nombre científico</b> | <b>Estructura utilizada</b> |
|--------------------------|-----------------------------|
| Gouania lupuloides       | Rizoma, tallo               |
| Pinus cubensis           | hoja                        |
| Morinda royoc            | rizoma                      |

**Alimento para la fauna**

Se recogió además información sobre algunas especies que consume la fauna del lugar (Tabla 10).

**Tabla 10 Especies consumidas por la fauna****Nombre científico***Dendropanax arboreus**Casearia sylvestris var. myricoides**Terminalia aroldoi**Trema micrantha***Conclusiones**

Baracoa por el aislamiento en que se mantuvo a través de largos años posee un gran arsenal de tradiciones, que merecen ser conocidas, divulgadas y conservadas.

**Referencias bibliográficas**

1. CAB (2003): IV Premio CAB - Somos Patrimonio. Convenio Andrés Bello.
2. Gispert, M., Gómez, A. y Nuñez, A. (1993): Concepto y Manejo Tradicional de los Huertos Familiares en dos Bosques Tropicales Mexicanos en Cultura y Manejo Sustentable de los Recursos Naturales. Vol. II Edit. E. Leff y J. Carabia , UNAM, México. 575-623 pp.
3. Gispert, M. y Romo, C. (1993): Plantas comestibles-plantas medicinales ¿matrimonio en concordia?. Antropológicas, 58-64 pp.
4. Valdés, S. (1991): Las lenguas indígenas de América y el español de Cuba I. Ed. A.C.C., 353 pp.

---

\* [emeritam@geotech.cu]