

REVISIÓN CRÍTICA DE LOS PRINCIPIOS DE CONDIMENTACIÓN DESDE LAS CIENCIAS SOCIALES

Cartay Angulo, Rafael¹
Andrade A., Luis²

«Un simple olor de cocina puede evocar toda una civilización» (Fernand Braudel)

Recibido: 19-10-2016 Revisado: 20-10-2016 Aceptado: 04-07-2017

RESUMEN

La manera de condimentar los alimentos es un elemento clave de intermediación entre los ingredientes y el corpus culinario, lo que da el acento a una cocina, haciéndola singular entre las distintas maneras de cocinar y un elemento identificador. Este artículo propone una revisión crítica de algunos aspectos relacionados con la cocina como un hecho social, poco tratado por los especialistas en ciencias sociales. Es una investigación documental –tanto descriptiva como explicativa–, fundamentada en la socioantropología de la alimentación, a partir de la revisión de diversas fuentes bibliográficas y hemerográficas. Se abordan seis elementos que caracterizan a la cocina de un grupo, comunidad, región o país, a saber, ingredientes, corpus culinario, modo de preparación (junto con las técnicas de cocción de los alimentos), representaciones culturales y simbólicas asociadas al acto alimentario, fondos de cocina y principios de condimentación. Se examina, además, el papel que han jugado históricamente las hierbas aromáticas, las especias y los aditivos alimentarios en la alimentación como un hecho social. Los principales hallazgos permiten subrayar que los principios de condimentación (hierbas aromáticas, especias y aditivos alimentarios) actúan como una compleja estructura gustativa-olfativa que hace reconocible y aceptable una preparación y un estilo culinario, desde el punto de vista de su consumo biológico y cultural, al tiempo que la convierten en un rasgo marcador de una cultura determinada. La manera de alimentarse y de organizar su práctica culinaria en una sociedad determinada constituye una importante expresión de un grupo, comunidad, región o nación, relacionada con su identidad cultural y con su patrimonio inmaterial.

Palabras clave: cocina, especias, gastronomía, principios de condimentación, sazón culinaria, socioantropología de la alimentación

¹ Economista (Universidad Central de Venezuela-UCV, Caracas); M.Sc. en Economía Agrícola (Colegio de Postgraduados, Chapingo, México/IICA-OEA, Turrialba, Costa Rica); Doctor del Tercer Ciclo (Université de Paris I-Pantheon-Sorbonne, Francia). Profesor jubilado Universidad de Los Andes (Mérida, Venezuela) e investigador emérito del Centro de Investigaciones Agroalimentarias «Edgar Abreu Olivo» (CIAAL-EAO, FACES-ULA); actualmente profesor-investigador de la Universidad Técnica de Manabí-UTM (Portoviejo, Manabí, Ecuador).

Dirección Postal: Universidad Técnica de Manabí. Av. Universitaria, Apdo. 82. Portoviejo, Manabí, Ecuador. **Teléfonos:** +593 632964; +593 5 2632677; **e-mail:** rafaelcartay@hotmail.com

² Ingeniero en Ciencias Empresariales (Universidad de Especialidades Espíritu Santo-UEES, Ecuador); M.Sc. en Planificación y Gestión en Proyectos Agroturísticos y Ecológicos (Universidad Agraria del Ecuador-UAE); Candidato a Doctor en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Lima, Perú). Profesor de la Carrera de Turismo, Escuela Superior Politécnica Agropecuaria de Manabí-ESPAM, Calceta (Manabí, Ecuador). **Dirección Postal:** Universidad San Gregorio de Portoviejo. Av. Metropolitana #2005 y Av. Olímpica. Portoviejo, Manabí. CP 130105, Ecuador. **Teléfono:** +58 99 445 6346; **e-mail:** luisandrade70@hotmail.com

ABSTRACT

Seasoning the food is a key element of intermediation between the ingredients and the culinary corpus, which gives the accent to a kitchen, making it unique among the different ways of cooking and an identifier element. This article purposes a critical review of some aspects related to the kitchen as a social fact. They have not been treated in deep by specialists in social sciences. It is a documentary research – both, descriptive and explanatory - based on the socio-anthropology of food, based on the review of various bibliographic as well as hemerographic sources. It addresses six elements that characterizes the cuisine of a group, community, region or country, namely: ingredients, culinary corpus, mode of preparation (with cooking techniques), cultural and symbolic representations associated with the food act, kitchen bottoms and –finally– flavoring principles. It also examines the role historically played by aromatic herbs, spices and food additives in food as a social fact. Main findings allow emphasizing that the flavor principles (*i.e.*, aromatic herbs, spices and food additives) act as a complex gustative-olfactory structure that makes recognizable and acceptable a preparation and a culinary style, from the point of view of its biological and cultural consumption, while making it a marker trait of a given culture. The way they feed themselves and organize their culinary practice in a given society is an important expression of a group, community, region or nation, related to its cultural identity and its intangible heritage.

Key words: Cooking, cuisine, flavor principles, food seasoning, gastronomy, socio-anthropology of feeding, spices

RÉSUMÉ

La façon de saisonner des aliments non seulement identifie une cuisine mais aussi est un intermédiaire clé entre les ingrédients et le corpus culinaire, en la rendant unique parmi les différentes façons de cuisiner. Cet article propose une révision critique de certains aspects liés à la cuisine en tant que fait social, peu traités par les spécialistes en sciences sociales. Il s'agit d'une recherche documentaire, à la fois descriptive et explicative, basée sur la socio anthropologie de l'alimentation, réalisée à travers de l'examen des diverses sources bibliographiques. On étudie six éléments qui caractérisent la cuisine d'un groupe, d'une communauté, d'une région ou d'un pays, à savoir les ingrédients, le corpus culinaire, le mode de préparation (ainsi que des techniques de cuisson des aliments), les représentations culturelles et symboliques associées au fait alimentaire, le fonds de cuisine et les principes de l'assaisonnement. Il examine également le rôle joué historiquement par les herbes aromatiques, les épices et les additifs alimentaires dans les aliments en tant que fait social. Les principales conclusions permettent de souligner que les principes d'assaisonnement (herbes, épices et additifs alimentaires) agissent comme une structure gustative-olfactive complexe qui rend la préparation et le style de cuisson reconnaissable et acceptable, du point de vue de leur utilisation biologique et culturelle, tout en en faisant l'empreinte d'une culture donnée. La façon de se nourrir et d'organiser les pratiques culinaires dans une société donnée est une expression importante d'un groupe, une communauté, une région ou nation, liée à leur identité culturelle et leur patrimoine immatériel.

Mots-clé : Assaisonnement, cuisine, condiments, épices, gastronomie, principes de la mise au point d'un plat

RESUMO

A forma de condimentar os alimentos é um elemento chave de intermediação entre os ingredientes e o corpus culinário, o que dá sentido a uma cozinha, tornando-a singular entre as distintas maneiras de cozinhar e um elemento de identificação. Este artigo propõe uma revisão crítica de alguns aspectos relacionados com a cozinha enquanto fato social, tema pouco tratado pelos estudiosos das ciências sociais. É uma investigação documental, tanto descritiva quanto explicativa, fundamentada na socioantropologia da alimentação, a partir da revisão de diversas fontes bibliográficas e hemerotecas. Este estudo aborda seis elementos que caracterizam a cozinha de um grupo, comunidade, região ou país, quais sejam: ingredientes, corpus culinário, modo de preparação (junto com as

técnicas de cocção dos alimentos), representações culturais e simbólicas associadas ao ato alimentar, fundos de cozinha e princípios de condimentação. Se examina, ademais, o papel historicamente ligado às ervas aromáticas, especiarias e aditivos alimentícios na alimentação. As principais descobertas permitem sublinhar que os princípios de condimentação (ervas aromáticas, especiarias e aditivos) atuam como uma complexa estrutura gustativo-olfativa que torna reconhecível e aceitável uma preparação e um estilo culinário, desde o ponto de vista do consumo biológico e cultural, ao mesmo tempo em que a convertem num traço marcador de uma dada cultura. A maneira de alimentar-se e de organizar sua prática numa sociedade determinada constitui uma expressão importante de um grupo, comunidade, região ou nação, a qual está relacionada com sua identidade cultural e com seu patrimônio imaterial.

Palavras-chave: cozinha, especiarias, gastronomia, princípios de condimentação, socioantropologia da alimentação, tempero culinário

1. INTRODUCCIÓN

Quienes investigan y escriben sobre la alimentación y los regímenes alimentarios utilizan por lo general cuatro elementos para caracterizar a la cocina de un grupo, comunidad, región o país, a la que consideran como la expresión de un acto social complejo y trascendental que se cumple cotidianamente en el seno de una determinada cultura. Esos elementos son los ingredientes, el corpus culinario, el modo de preparación y técnicas de cocción de los alimentos y, por último, las representaciones culturales y simbólicas asociadas al acto alimentario. Otros dos elementos han sido incorporados al estudio y la caracterización de las prácticas culinarias. Uno se relaciona con los fondos de cocina, concepto expuesto por Febvre (1938) en un congreso de historiadores y folcloristas en Tours (Francia) y desarrollado luego en algunos artículos aparecidos en la revista francesa *Annales*, en la década de 1940. El otro corresponde a los principios de condimentación (*The flavour principles*), incorporado a la discusión tras los trabajos pioneros de E. y P. Rozin (1981), aparecidos desde los inicios de la década de 1980.

El objetivo principal del presente estudio es efectuar una revisión crítica de algunos aspectos relacionados con la cocina en tanto hecho social, escasamente abordado por los especialistas en ciencias sociales. Se trata de una investigación de tipo documental (Padrón, 2001), tanto descriptiva como explicativa, en la que se utilizan fundamentos de la socioantropología de la alimentación y se emplean distintas fuentes bibliográficas y hemerográficas. Inicialmente se revisan sucintamente cada uno de los cuatro elementos arriba mencionados, para pasar

–a continuación– al abordaje in extenso de los principios de condimentación, objeto principal de la presente investigación.

2. LOS INGREDIENTES

Los especialistas en alimentación conceden gran importancia a los ingredientes o alimentos básicos que, en número limitado, son transformados en el proceso culinario para convertirlos en preparaciones alimentarias que satisfagan las necesidades nutricionales (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales, fibras solubles) de esas poblaciones. Esos ingredientes son obtenidos de dos ámbitos: del entorno inmediato y del entorno mediato. Hay ingredientes que se obtienen del entorno inmediato, cercano al sitio geográfico y al contexto cultural en que son transformados –es decir, cocinados–. Estos ingredientes son la resultante de procesos productivos identificables, realizados por los propios consumidores-productores o por productores conocidos. Esa condición les confiere a esos ingredientes un atributo de «trazabilidad» (pues se conoce de primera mano su origen geográfico, los que los producen y la manera en que son producidos). En ese ámbito se «construye» la cocina local o regional, que sirve de fundamento de la identidad cultural de los individuos y de base para la constitución de una cocina nacional. Esa cocina, local o regional, se vincula, a un nivel psicológico y afectivo, con una «memoria gustativa», importante referente de la infancia y del terruño (o «terroir»), expresiones simbólicas de lo que se ha perdido y que es irrecuperable: la calidez y seguridad del vientre materno, la protección del hogar, la vuelta a los

amigos, amores, sabores y olores de la infancia; la patria chica percibida a través de los alimentos formadores y originarios. Esa cocina está ligada a la tradición: ese singular acervo o patrimonio identitario constituido por objetos, prácticas, saberes y valores que a los miembros de una determinada comunidad les ha parecido, en el transcurso del tiempo, que valen la pena de transmitir a las generaciones siguientes para que no se pierda la memoria de sus antepasados.

El otro ámbito de obtención de los ingredientes a ser transformados es el entorno mediato, alejado del lugar donde se cocina. En este caso, los ingredientes extra-regionales carecen –para nosotros, dentro del seno de una cierta cultura–, de una historia personal y de una identificación precisa con el terruño donde se ha nacido y crecido. Esos alimentos son importantes porque, al igual que los otros, aportan nutrientes, corrigen la monotonía de la dieta diaria, dan nuevos placeres al paladar y aportan unos pocos símbolos aprendidos a través de posteriores experiencias de la vida, de las lecturas y de los medios de comunicación, al tiempo que dan a nuestra vida un cierto aire cosmopolita. Actúan –sin embargo– como referentes secundarios o «en segunda instancia», pues son el resultado de producciones ajenas, de productores y de procesos productivos desconocidos y se obtienen gracias al desarrollo del comercio interior y exterior –que se amplía de manera constante–, en correspondencia con lo que se ha llamado la globalización alimentaria.

3. EL CORPUS CULINARIO

El segundo elemento a considerar es el corpus culinario, que es una lista de las principales preparaciones culinarias, comidas y bebidas que se preparan en una región, insertas en un cierto contexto espacio-temporal y que se constituyen en platos y bebidas tradicionales. Algunos las llaman ambigüamente comidas y bebidas «típicas». Otros las engloban en el término genérico de *corpus culinario*. En esa suerte de cajón de sastre que es el corpus culinario, se clasifican –básicamente– las distintas preparaciones en platos de entrada, de resistencia y postres. Lo mismo se hace con las bebidas, distinguiendo entre bebidas no alcohólicas y bebidas alcohólicas (fermentadas y destiladas, o ambas a la vez).

Una consideración especial les merecen los alimentos, generalmente derivados de cereales, tubérculos, raíces y musáceas, usados por los

comensales de acompañamiento en las comidas – fuentes de carbohidratos, principales aportadores de energía– y que se conocen genéricamente como «pan». El corpus culinario de un país, la lista de sus platos y bebidas, es tomado por la mayoría de la gente como sinónimo de la cocina nacional o regional, en una suerte de simplificación inapropiada. Para muchos, así, la cocina de una región corresponde a sus platos y bebidas típicas o más representativas. De esta manera se omiten otros elementos que son fundamentales en la caracterización de una cocina.

4. TÉCNICAS DE COCCIÓN DE LOS ALIMENTOS

El tercer elemento empleado por los investigadores para caracterizar una cocina se relaciona con el modo de cocción de los alimentos. Toda forma de cocción consiste en transformar un ingrediente, o grupo de ingredientes en una preparación culinaria, valiéndose del agua que aquél, o aquellos, contiene o el agua u otro líquido que se le añade en el proceso o la adición de una base grasa. Estas transformaciones moleculares de los alimentos se realizan utilizando algún tipo de energía, como el calor, lo que hace que toda forma de cocción dependa de dos elementos principales: la temperatura y el tiempo de cocción (Klosse, 2012, p. 93), los dos principales responsables de la transformación cualitativa del alimento. De esa upone, además –en algunos casos– la utilización de algunos utensilios y artefactos, indispensables para facilitar las tareas culinarias. El más importante de ellos es, entre los utensilios (movidos por la energía animal), el cuchillo y entre los artefactos –movidos por otra fuente de energía, como la eléctrica o el gas, por ejemplo–, el aparato de cocina.

5. LAS REPRESENTACIONES CULTURALES

El cuarto elemento estudiado por los especialistas corresponde a las representaciones culturales. La cocina de un grupo, comunidad, región o nación constituye una actividad fundamental y compleja que se inscribe en el seno de una sociedad y de una cultura determinada. No se limita a la consideración de unos alimentos para ser simplemente consumidos y satisfacer una necesidad biológica vital para garantizar la supervivencia. Los alimentos, aparte de nutrir el cuerpo, cumplen funciones sociales esenciales: alimentan el imaginario social, el espíritu, la identidad e

informan los elementos constitutivos de nuestra cosmovisión. Comer implica no solo consumir alimentos, sino también símbolos, imaginarios (Fischler, 1993, p. 14). La cocina es, en ese sentido, según Lévi-Strauss (1968), un lenguaje mediante el cual una sociedad traduce inconscientemente su estructura social. En efecto, como aclara Contreras (2002, p. 11), la comida, materialización del hecho culinario, «*es algo más que una mera colección de nutrientes elegidos de acuerdo a (sic) una racionalidad estrictamente dietética o biológica*», o económica. Nutrirse es un acto fisiológico y de salud, mientras que comer es un complejo acto social y cultural, que toca muchos aspectos de la vida de los individuos: fisiológico, psicológico, económico, simbólico, religioso, etc. Los individuos se alimentan en el seno de una sociedad, sometidos a muchas restricciones de orden cultural (tales como creencias, supersticiones, tabúes, prohibiciones, preferencias), siguiendo normas o reglas (maneras en la mesa o reglas de urbanidad, horarios de comida, regulaciones en el orden y composición de las comidas o gramáticas alimentarias, apreciación de lo comestible), atentos a lo cotidiano y a lo ritual o especial (escenarios que dividen a las comidas en ordinarias, festivas, celebratorias, conmemorativas). Todo ello convierte al alimento en un elemento plurifuncional y polisémico (que nutre, cura, da placer, distingue, estimula, simboliza) y lo definen de acuerdo con la edad, el sexo, el rango, la posición social o económica de los consumidores, en un marco donde operan reglas de inclusión y de exclusión, principios de compatibilidad o de incompatibilidad, etc. La alimentación es, pues, un hecho social total, además de complejo, que se ha convertido «*en uno de los grandes temas-problemas del mundo*» (Fischler, 1993, p. 10).

La alimentación humana es un acto tan complejo y mediatizado, que el individuo consume un alimento no solo porque sea comestible y esté disponible para su consumo, sino también porque se le prescribe, se obliga o bien seduce para que sea consumido (a través de la publicidad). No basta para consumirlo que un alimento sea comestible biológicamente, sino que también debe ser comestible culturalmente. La carne de cerdo, por ejemplo, es comestible biológicamente; pero no es comestible culturalmente, por razones religiosas, para los judíos y los musulmanes (Harris, 1985,

p. 76). Pero, según Douglas (1979), hay que ir más allá. No basta con que un alimento esté disponible para que sea consumido y sea aceptado por la religión, sino que se requiere –además– que ese alimento sea permitido y ofrecido por la cultura de la sociedad donde es consumido.

La condición simbólica del alimento le permite al individuo situar a ese alimento en un contexto más amplio y profundo de la vida, y de su vida, dándole valor y significado y relacionándolo con el entorno social; para convertirlo en un referente válido del mundo y de su representación, así como en una referencia de sí mismo y de su grupo o comunidad. De esta manera el alimento y el acto de alimentarse se convierten en elementos que los individuos usan como marcadores de identidad social: para cohesionarse como grupo o comunidad y para diferenciarse de los restantes grupos y comunidades. El alimento actúa –así– como un referente social, como un elemento unificador del grupo social, tanto en el pensamiento como en la acción.

6. LOS ELEMENTOS QUE CASI NADIE TOMA EN CUENTA...

Hay, al menos, tres elementos –aparte de los ya mencionados–, que deben ser considerados en la caracterización de los sistemas culinarios. Los mismos han sido estudiados por los especialistas en ciencias sociales, en particular los historiadores, pero sin darle la importancia que merecen junto con los otros constituyentes del sistema culinario. Se trata de los métodos de conservación de los alimentos, los fondos de cocina (las materias grasas de intermediación en algunas técnicas de cocción) y los principios de condimentación.

En este artículo solo serán revisados los principios de condimentación, su relevancia y el papel que cumplen en el entramado cultural relacionado con la cocina. No obstante, se harán algunas consideraciones comunes sobre estos tres elementos, porque están estrechamente relacionados. En efecto, los principios de condimentación están emparentados tanto con los fondos de cocina (las salsas y grasas se usan como lubricantes, preservantes, conservantes y saborizantes en la práctica culinaria), como con los métodos de conservación de los alimentos. Algunos condimentos, aparte de cumplir su función principal (*i.e.*, aumentar o potenciar las

cualidades sensoriales de un alimento), también ayudan a preservarlo; retardan de esta manera la proliferación de los microorganismos y ayudan –adicionalmente– a enmascarar, cuando están presentes, sabores indeseables producidos por la ranciedad y el inicio de la podredumbre de los alimentos.

La carne es un alimento cuya conservación, por ser la principal fuente de proteína en la alimentación humana, se convirtió en un problema importante para asegurar la supervivencia de las comunidades humanas. Había, pues, que ingeniársela para impedir la multiplicación bacteriana en la carne y evitar su putrefacción, consecuencia de la acción fermentativa química y física de la carne, materia delicada. La razón es muy simple: la carne –tras la muerte del animal– se convierte en un excelente medio de cultivo de bacterias, por su alta humedad –la carne contiene entre 70 y 76 por ciento de agua–, el pH casi neutro, su contenido de proteínas y grasas y sus propias bacterias. Algunos de los más antiguos métodos de conservación de carnes, muy importantes en la alimentación, consistían en extraer el agua interna o crear una barrera protectora al alimento para impedir que la materia a conservar tuviera contacto con los microorganismos presentes en el aire. Para lograrlo se introducía la carne en su propia manteca o grasa o en aceite (impidiendo el contacto con el oxígeno del aire), en sal (en salazón o curado, dependiendo de si se agregaba solo sal o con la adición de nitratos), en azúcar (como sustancia protectora que evita la oxidación de frutas y vegetales), en vinagre (modificando el pH del alimento, para impedir el desarrollo de algunos microorganismos), exponiéndolas al sol (para eliminar el agua interna entre el 40 y el 60 por ciento), o sometiendo a la acción del humo (por la impregnación del alimento por las sustancias químicas conservadoras contenidas en el humo). En complementación de esos métodos de conservación prevaecientes desde la antigüedad, aparte del frío, se comenzaron a utilizar de manera intensiva las especias en el siglo XV, en adición al empleo de hierbas aromáticas usadas desde muy antiguo en la cocina (Desroisier, 1990; Frazier, 1993; Potter, 1995).

La importancia de los condimentos (hierbas aromáticas, especias y aditivos alimentarios, naturales o de síntesis) en la alimentación es evidente. Y destaca en cualquier estudio de las cocinas regionales, bien sea en el caso de los

comedores populares de Santa Fe (Benzi & Serafino, 2013) o de las mujeres migrantes en Buenos Aires (Solans, 2014), ambos estudios en Argentina, o en el de los hogares campesinos de Oaxaca, México (Gracia Arnaiz, 2013). En todos ellos se utilizan los condimentos tradicionales como una estrategia de resistencia de una cultura para evitar las tentaciones de homogeneización de la comida en los hogares populares, lo que conllevaría la pérdida de sus identidades, e incluso una regresión de su seguridad alimentaria. Los cocineros lo saben muy bien, y lo han sabido siempre, desde que nació la cocina en la antigüedad. Debe recordarse que entre los sabios míticos de la Antigua Grecia figuraba Ariston, considerado *primus* inter pares, quien desarrolló la sazón básica de la cocina griega.

La mayoría de las preparaciones culinarias serían insípidas, desagradables al gusto, casi incomibles (si el comensal no tuviera que seguir de manera obligatoria una dieta prescrita por el médico), si no existieran los principios de condimentación. Ciertamente hay una gran cantidad de alimentos, como frutas y vegetales en general, que tienen un atractivo sabor (generalmente dulce o ácido); pero no todos son así. Pero una gran cantidad de alimentos son –en gran medida– de un sabor dulzón no muy intenso (los feculentos o amiláceos), o con un sabor desagradable (las grasas y proteínas). Estos últimos –tratándolos adecuadamente– pueden convertirse, cuando se les condimenta, en gustosos y sabrosos sin perder gran parte de sus propiedades nutricionales. Esa característica convierte a los métodos de condimentación en algo distinto a las técnicas o métodos de cocción, que aportan también gusto a los alimentos. Un ejemplo de ello es la reacción de Maillard³, pero alterando su valor nutricional. A la gente le cuesta reconocer esa afirmación, porque ven a los principios de condimentación como elementos «añadidos» en la preparación de una comida o de una bebida. Es decir, los ven como elementos «accesorios» –o secundarios–, de los cuales se pudiera fácilmente prescindir, en esa búsqueda legítima de algunos cocineros por pretender ingenuamente que los alimentos sepan a lo que son. Es decir, se trata de hacer que la carne de pollo sepa a carne de pollo, o que la carne de res sepa a carne de res. ¿Usted ha probado alguna vez la carne de pollo, sin condimento alguno? Si lo ha hecho, ¿sintió algún placer? ¿Ha quedado satisfecho, tras hacerlo?

Si se viera –empero– a los principios de condimentación como lo que realmente son, considerándolos como un ingrediente particular que cumple funciones distintas a las específicamente organolépticas –o sea, como un ingrediente con derecho propio y con una estructura relativamente estable en el tiempo–, las cosas cambiarían y se entendería su gran importancia en la cocina. La condición de estabilidad tanto de los principios de condimentación como de los fondos de cocina es determinante de su naturaleza. Fischler (1993, pp. 159-160) distingue entre cambios en los elementos del sistema culinario y cambios en la estructura de ese sistema. Con frecuencia se producen cambios en los elementos (en un ingrediente alimentario, por ejemplo) que forman parte de un sistema culinario, pero existe una enorme resistencia al cambio de la estructura que lo soporta (en la manera tradicional de sazonar los alimentos, por ejemplo). Algunos elementos de esa estructura pueden ser reemplazados por otros (por agregación, sustitución o diversificación), sin que la estructura cambie, o que lo haga muy lentamente. Así sucedió en Europa, por ejemplo, con la introducción de algunos ingredientes del Nuevo Mundo (papa, tomate, ají, maíz, por ejemplo), sin que la estructura del sistema culinario del país de adopción haya cambiado. No sucedió lo mismo con los productos que los europeos introdujeron en América. En este caso se produjeron cambios más profundos y drásticos, tanto en los elementos como en la estructura del sistema culinario, a pesar de la resistencia indígena a esos cambios; pero se trataba de un sistema dominante que imponía su hegemonía al otro colonizado. Muchos cultivos precolombinos fueron relegados frente a la imposición de los cultivos como el trigo, impuestos por la cultura alimentaria europea dominante.

Los principios de condimentación son importantes para caracterizar una cocina y definir su perfil, hasta el punto que –a la postre– pueden constituirse en los verdaderos responsables de que la comida resulte un acto verdaderamente placentero

y tenga una personalidad cultural. Uno puede comer una comida sosa, solo para nutrirse y sobrevivir, pero sin sentir placer gustativo alguno (McGee, 2004). La adición de un condimento puede representar la diferencia en la obtención de placer alimentario. No obstante, a pesar de la importancia que tienen los condimentos para marcar cualitativamente la suerte de una preparación culinaria, no hay mucho reconocimiento de sus funciones como mediador y marcador de actos culturales cumplidos en la cocina (Goody, 1989; Martí-Henneberg, Arija, Fernández-Ballart & Salas Salvadó, 1988). En Europa, en los siglos XV y XVI –por ejemplo– la utilización de especias se convirtió en una necesidad tan urgente que se desarrollaron grandes viajes interoceánicos para procurárselas, a pesar de los enormes riesgos humanos y materiales en que se incurría.

El condimento, ligado a una tradición cultural culinaria, reivindica el sabor de un alimento: frente a su propia insipidez, otorgándole una «memoria» histórica; frente al anonimato que muchas veces arropa a un ingrediente objeto de comercio internacional, del cual se desconoce con certitud su procedencia y su forma de producción –es decir su trazabilidad–, convirtiéndolo en un alimento «anónimo», desconectado de un paisaje y sin memoria histórica. Es lo que sucede muchas veces con los procesos de mundialización (globalización) de la economía, que conducen a la homogeneización del consumo alimentario. En esos casos, los principios de condimentación –que en general cambian lentamente– funcionan como «resistencias» para preservar los saberes tradicionales ligados a la cocina regional, construyendo referencias alimentarias para defender un rasgo identitario que es muy importante preservar y que está en constante riesgo de perderse (Contreras & Gracia, 2005).

Myhrvold, Young & Bilet (2011) señalan la existencia en Estados Unidos –en 2008– de unas 17.000 personas dedicadas a las ciencias agrícolas y de la alimentación. De ese total, cerca de un 42% se dedicaba a investigar en el área en empresas productoras, instituciones educativas y en el gobierno federal. De ellos, la mayoría de sus investigaciones se centraban en los problemas de los ingredientes alimentarios, en las técnicas de cocción y de conservación propiamente dichas, así como en los problemas ligados a las buenas prácticas de manufactura y a las enfermedades de transmisión alimentaria. Pero pocas investigaciones se dedicaban

³ [Nota del Editor] Se trata de un tipo de reacción de oscurecimiento, denominada así por el color café oscuro que se imparte al alimento. Es una reacción increíblemente compleja, descrita por primera vez por el investigador francés Louis-Camille Maillard (1878-1936), de naturaleza no enzimática (Billaud & Adrian, 2003).

a estudiar los principios de condimentación, al menos hasta 2008.

Así, con el desarrollo de la industria alimentaria –que conoce un crecimiento sin precedentes en la sustitución de productos naturales por productos de síntesis para abaratar sus costos–, han aumentado las investigaciones de empresas productoras de esencias, olores y sabores para uso de la industria alimentaria. Si se atiende a los pocos artículos relacionados con los principios de condimentación que aparecen en las revistas especializadas, se puede inferir que el tema ha resultado de poco interés para los investigadores. Se trata sin embargo de una realidad que ocultan las empresas alimentarias que quieren vendernos masivamente alimentos «enriquecidos artificialmente» y que intentan «imitar» a los productos naturales. Basta con ver las etiquetas de los productos que tienen sabores «idénticos al natural». Revise el lector, por ejemplo, los ingredientes de una sopa deshidratada de «pollo con fideos» que ofrecen empresas y se dará cuenta de que no tiene «pollo», a pesar de prometerlo en su etiqueta.

La comida es un acto de una enorme complejidad. La comida no es, sin embargo, en un contexto social, una mera colección de nutrientes que uno consume para nutrirse o para buscar satisfacciones psicológicas. En realidad se trata de alimentos que están cargados de atributos simbólicos. Ellos son mediadores de muchos significados: de seducción, placer, riqueza, poder, prestigio, elegancia, refinamiento, ligereza, pureza, belleza, religiosidad, por mencionar algunos; o, dependiendo del alimento escogido, mediadores de todo lo contrario. Los principios de condimentación están en el centro mismo de esa significación simbólica, como un referente oculto, propio de un objeto simbólico crítico que hay que analizar críticamente. Pero son aún más que eso: el uso de un condimento puede constituir una importante diferencia entre una cocina nacional y una cocina regional (Farb & Armelagos, 1980), al tiempo que puede jugar un papel central en la conformación de los rasgos regionales asociados a la alimentación y que están estrechamente vinculados a la identidad cultural de una comunidad.

7. DEFINICIÓN E INICIOS EN EL EMPLEO DE LOS PRINCIPIOS DE CONDIMENTACIÓN

Hay mucha ambigüedad al definir los principios de condimentación. Para algunos son, básicamente, las hierbas aromáticas y las especias. Otros agregan a la lista la sal, el azúcar y el vinagre, que son

utilizados como condimentos universales. Hay quienes agregan a lo anterior los aditivos alimentarios que ha desarrollado la industria para utilizarlos en la preparación de sus productos.

De una forma más precisa, los principios de condimentación son todas aquellas sustancias –presentadas en distintas formas– que entran en la composición de las comidas, en el proceso de producción o al final, con el objetivo de modificar –mejorándolas– sus características organolépticas (como sabor, olor, textura), su apariencia (principalmente color), sus propiedades físicas (como viscosidad) y su conservación, para aprovechar por más tiempo el alimento, impidiendo que se produzcan alteraciones químicas y biológicas que aceleren su deterioro en un período relativamente corto.

Piénsese un poco en los antepasados nómadas, quienes obtenían su alimento de la recolección, la caza y la pesca. Esos antepasados migraban constantemente de un lugar al otro, cuando las fuentes alimentarias de su entorno se agotaban (Godelier, 1969). Al convertirse en sedentarios –asentándose en un lugar–, dieron un enorme salto cultural en su evolución, al poder ampliar y reproducir sus fuentes de subsistencia: desarrollaron una agricultura incipiente u horticultura y empezaron a domesticar algunos animales. Habían nacido así, muy tímidamente, la agricultura, la ganadería y la cría de pequeñas aves de corral. En alguna época de esa lentísima evolución se produjeron, además, cuatro cambios trascendentales en la cultura humana: el fuego fue domesticado y se desarrollaron la cocina, el lenguaje y la cerámica.

Esos humanos necesitaban alimentarse para recuperar sus energías perdidas y poder sobrevivir. Pero no solo alimentarse: debieron especializar muy lentamente su gusto y ampliar su dieta. Para ampliar su dieta y romper su monotonía –liberándose de la restricción alimentaria impuesta por el medio natural o ecosistema en que vivían– en correspondencia con su evolución cultural, los humanos debieron enfrentar lo que algunos especialistas (*e.g.*, Rozin, 1976; Fischler, 1993) han denominado «la paradoja del omnívoro»; o –de otra manera– la paradoja de la incertidumbre, que provoca en ellos una gran angustia, porque en ese proceso se seleccionan o rechazan alimentos necesarios para su subsistencia. Si son elegidos, esos alimentos se incorporan a su propio ser, para constituir su cuerpo, sus órganos y activar su metabolismo; se incorporan también a su propia

cultura, para servir como un elemento constitutivo de su ser social, en correspondencia con la idea de que nosotros «somos lo que comemos» y de que «comemos lo que somos».

Los humanos somos seres omnívoros: obtenemos nuestros alimentos de muchas fuentes, absolutamente necesarias para satisfacer nuestras necesidades nutricionales. La razón de ello estriba en que no hay un solo alimento que contenga todos los nutrientes (básicamente, hidratos de carbono, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y fibra soluble) que nuestro organismo requiere. Otros seres vivos –que no son omnívoros– se comportan como comensales especializados, que obtienen en un solo alimento todos los nutrientes necesarios (como la vaca, que se alimenta de pasto; el tigre, que lo hace de la carne; y el oso hormiguero, de insectos). Si a esos animales no omnívoros se les agota el alimento requerido, la especie se enfrenta al riesgo de su extinción. Eso es lo que le sucede al oso panda o al koala, que dependen para su dieta de un alimento con una distribución ecológicamente restringida.

Esa relativa independencia de un alimento en particular que tiene el omnívoro se comporta –a la vez– como una ventaja y una desventaja. En cuanto a la primera, el humano puede acceder a los alimentos que necesita para satisfacer sus necesidades particulares de nutrientes, desplazándose a largas distancias e intercambiándolos –ya mediante el trueque y/o por el comercio– o, simplemente cambiando, en un amplio espectro de posibilidades (mediadas y limitadas por la cultura), un alimento por otro en busca del nutriente que necesita. En busca de proteínas, por ejemplo, consume carnes de res, cerdo, pollo, pescado, etc., o cereales, o granos leguminosos, o larvas de coleópteros. Pero hay, al menos, dos desventajas. La primera, la más importante y urgente, es que «debe elegirlos»; esto parece una cosa fácil, pero en la práctica no lo es. La otra desventaja es que hay un «elección» cualitativa, que no resuelve el simple cambio de un alimento por otro. La carne tiene, por ejemplo, una cantidad de aminoácidos mayor que el trigo, lo que la convierte en una proteína de mayor calidad y que se expresa –muchas veces– en una economía de mercado, por la diferencia de precio entre los dos rubros para alcanzar la satisfacción de la necesidad de proteína. Esa «elección» pasa por una restricción económica: la del ingreso disponible, que es inequitativo en el seno de una sociedad.

La «libertad» humana de «elegir» alimentos es relativa: los alimentos deseados no siempre están disponibles, tienen precios en el mercado y la posibilidad de su consumo obedece a las restricciones impuestas por una cultura (la más visible de esas restricciones es la derivada de los valores y concepciones religiosas y de las creencias de una comunidad, que hacen que un alimento biológicamente comestible no siempre sea culturalmente comestible). Eso sucede con la carne de cerdo entre judíos y musulmanes, pero también –por ejemplo– en los rituales de iniciación en muchas comunidades nativas de la Amazonía; o con el consumo de insectos «comestibles» en una sociedad urbana occidental. El otro aspecto es que el humano depende –además– de la variedad de los alimentos aptos para ser consumidos, biológica y culturalmente, lo que lo empuja a la diversificación, a la exploración, al cambio alimentario y a la «angustia» generada por ese cambio.

La persona resuelve esa incertidumbre ayudado por la tradición (que escoge por él, pues le «lega» alimentos, inscritos culturalmente dentro de una cocina, que es un hecho social complejo). La tradición se encarga de la escogencia y nos alivia de la angustia que propicia la incertidumbre. Allí están, recordemos, ingredientes, corpus culinario, técnicas de cocción y de conservación de los alimentos, representaciones culturales asociadas y principios de condimentación (que ahora es el centro de interés en este artículo). Pero, en el intento de diversificar la dieta alimentaria, para componer su «elección», actúan dos fuerzas opuestas: la neofilia y la neofobia.

La neofilia empuja a una persona a explorar y escoger nuevos alimentos, que satisfagan su «gusto» y que se incorporen a su dieta, haciéndola más «atractiva» y menos monótona. En este caso, es mejor proceder como un innovador con cautela. Por su parte, la neofobia lo somete a enfrentar riesgos que pueden ser peligrosos (*e.g.*, envenenamientos, intoxicaciones ligeras, alergias, intolerancias, insatisfacciones gustativas biológicas, psicológicas, culturales). Esa incertidumbre lo angustia. Para superar esa angustia, el hombre emplea mecanismos de regulación biológica (vomitar, por ejemplo), o puede imitar lo que comen sin riesgo las otras personas, o aplicar competencias mentales perfeccionadas, que están inscritas en prácticas y representaciones culturalmente construidas. Todo esto, sin embargo, no le salva del riesgo de las alergias alimentarias.

No se puede comer maní o mariscos solo porque otros coman maní o mariscos, porque esa simple imitación podría llevarnos a un hospital. Afortunadamente la cocina de un grupo o comunidad está constituida como un corpus o estructura de prácticas, de representaciones, de reglas y de normas que reposan sobre clasificaciones, que le facilitan la resolución de aquella paradoja (Fischler, 1988; Fischler, 1993). La cocina permite a las personas –y a las sociedades– conciliar la neofilia y la neofobia, los dos polos del dilema del omnívoro, para estructurar una dieta a su conveniencia (Rozin & Rozin, 1981).

Los alimentos tienen sabores particulares. Muchas veces son desagradables, como la carne de pollo sin cocer y sin condimentar. La cocción de los alimentos hace que los alimentos sean más apetitosos y digeribles. Y los vuelve, a veces, muy sabrosos, tal como sucede con la reacción de Maillard en la carne asada. El condimento, por su parte, ayuda al cocinero a mejorar la sazón y a enmascarar y tolerar el sabor de lo que es naturalmente desagradable, y a contribuir a postergar el rápido deterioro del alimento. De allí la importancia de los principios de condimentación, que facilitan –por una parte– la conservación del alimento (que se deteriora de una manera natural por la acción de microorganismos y por la acción de reacciones químicas como la oxidación). Por la otra, ayudan a mejorar el sabor, el olor y el aspecto (color, textura, consistencia) de un alimento, para aumentar su atractivo ante el consumidor.

Allí entran los principios de condimentación, nombrados originalmente «flavor principles» por Elizabeth Rozin (1973) y luego, precisando el concepto, por Elizabeth Rozin y Paul Rozin (1981). Para ellos, «flavor», del francés «flaveur», designa la combinación de estímulos olfativos y gustativos que se perciben al introducir un alimento en la boca. Esos principios de condimentación actúan como marcadores o identificadores gustativos y olfativos que hacen reconocible y aceptable una preparación culinaria y –por extensión– a los ingredientes, aunque estos últimos comporten elementos extraños al «gusto». Para los esposos Rozin, cada cocina (con muy pocas excepciones, como la cocina estadounidense, aunque la cocina Cajun o Tex Mex sí lo tienen), se caracteriza por tener uno o más sistemas de este tipo, que funcionan como estructuras combinatorias olfato-gustativas. Esos complejos actúan, a pesar de su estructura y significación, con mucha libertad y pueden variar a escala individual, familiar, local, regional o nacional.

Así, por ejemplo, el sofrito caracteriza la cocina latinoamericana admitiendo las distintas variaciones de un país al otro, o de una localidad a la otra en el interior de un mismo país.

Retomando la pregunta inicial: ¿Desde cuándo se están utilizando los principios de condimentación? La mayoría de las llamadas «hierbas aromáticas» son hojas aromáticas de plantas, que se usaron originalmente como aromatizantes para «perfumar» las preparaciones, así como plantas medicinales. Son muy conocidas y usadas en las distintas cocinas del mundo. Entre ellas figuran el perejil (*Petroselinum sp.*), el cilantro (*Coriandrum sativum*), la albahaca (*Ocimum basilicum*), el orégano (*Origanum vulgare*), el romero (*Rosmarinus officinalis*), la salvia (*Salvia officinalis*), la menta (*Mentha sp.*), el tomillo (*Thymus vulgaris*), entre otras. Algunas de esas plantas, como el tomillo y el romero, tienen –además de sus atributos para condimentar– una alta actividad antioxidante, reduciendo la formación de sabores desagradables.

Adicionalmente, las plantas con hojas aromáticas son por lo general plantas de fácil cultivo, que pueden ser sembradas en huertos caseros, a escala doméstica, o incluso en pequeños materos para tenerlas disponibles para el uso cuando se cocina. Antes eran plantas silvestres, quizás algo distintas en tamaño y forma a las que hoy se conocen. Pero –por sus cualidades aromáticas– pudieron haber llamado la atención a nuestros antepasados, hasta el punto de intentar probarlas, de manera directa o haberlas agregado a alguna carne, buscando cambiarle el sabor a ésta, experimentando. Esto probablemente ocurrió cuando se utilizó el fuego para afilar y reforzar instrumentos de caza, como las lanzas de Schöeningen (Thieme, 1997), así como para moldear utensilios para cocinar, hacia el 500.000 a.C. (Tannahill, 1974). Entonces se hicieron asados de manera rudimentaria, posiblemente con la adición de hojas aromáticas. Esa forma de cocción, el asado, fue durante miles de años la única forma de cocción practicada (Aguilera, 2011). La pieza de carne se ensartaba en una vara para asarla y a algún miembro del grupo se le pudo –probablemente– haber ocurrido agregarle algún condimento, como una hierba aromática, sal marina o sal de mina o gema; o simplemente tierra, o humo, en una acción inteligente para comparar distintos sabores y buscar el más conveniente de acuerdo con el tipo de alimento tratado. Si alguno de los miembros del grupo o de la horda de

homínidos del tipo *Homo erectus* hace un poco más de unos 500.000 años obtuvo una satisfacción como resultado de esa prueba, se puede decir que esa fue la época en que nacieron –en una primera aproximación–, esos sazoadores –que mucho tiempo más tarde fueron llamados condimentos (*condimentum*, del latín *condire*, sazonar). Así –probablemente– se fueron formando el «gusto» y la «sazón» alimentaria de nuestros antepasados.

El corpus culinario disponible por una cultura se va constituyendo con muchos platos que se convierten en el acervo culinario de un grupo social. Como resultado de la oposición entre la neofilia y la neofobia se iba ampliando el espectro de ese acervo, a partir de la adopción de nuevos ingredientes. Pero, aún sin modificar los ingredientes, un plato cambia al utilizar una distinta forma de cocción (por ejemplo, frito en vez de horneado), o al modificar la manera de condimentarlo; lo que lo hace, en la práctica, un plato distinto desde el punto de vista del sabor, el olor y la apariencia.

Después del uso culinario de las hierbas aromáticas, muchísimo tiempo después, se comenzaron a utilizar las especias, que provienen de las partes duras de ciertas plantas aromáticas. Las especias se producen a partir de los arilos de los frutos (macis), de las semillas o frutos secos (anís, comino, pimienta, mostaza, vainilla), de las cortezas vegetales (canela, casia), de las flores secas (azafrán, clavo de olor), de las raíces (wasabi, regaliz), de las resinas (asafétida) y de los rizomas (cúrcuma, jengibre). De las principales especias, de uso muy temprano en Asia, se comenzó a hablar en Occidente hacia el siglo XIV, tras el misterioso viaje de Marco Polo y de sus controvertidos escritos. A partir de allí los ricos mercaderes europeos se dedicaron a buscar las especias casi como una obsesión, intentando llegar a las Molucas o Isla de las Especias, en Indonesia. En uno de esos viajes en busca de las especias, en el siglo XV, se llegó al Nuevo Mundo americano (Cartay, 1992).

Las especias y las hierbas aromáticas se han clasificado, en relación con su función sazoadora, en dos grandes grupos: las que modifican el sabor y el aspecto de los alimentos (como azafrán, canela, tomillo y romero) y las que excitan el paladar (e.g., pimienta, ajíes o chiles, pimentón, nuez moscada y mostaza). A veces una especia puede presentar varios sabores, de acuerdo con sus componentes. Es el caso de la pimienta (*Piper nigrum*), que contiene tres sustancias, cada una con su sabor particular: la piperina, en el mesocarpo externo, con un sabor

picante; el aceite esencial, en el mesocarpo interno, con un sabor dulce; y la oleoresina, en el epicarpo y el mesocarpo externo, con un sabor agrio y picante.

Cuando un agente culinario –el individuo quien cocina–, valiéndose de un saber culinario (receta, oral o escrita, que comprende los ingredientes y la manera de prepararlos), condimenta una preparación culinaria, emplea usualmente varias hierbas y especias a la vez. No utiliza una –sino varias– para darle a la comida que prepara un espectro de sabores que, pretendiendo la armonía con los alimentos a transformar en el acto culinario, excitan de una manera completa el paladar del comensal y lo predispongan para su consumo. Por esa vía, muchas culturas han establecido sistemas de condimentación que las caracterizan, a pesar de las variaciones que se producen inclusive dentro de una misma región o país. Esa estructura combinatoria del condimento es compleja y relevante en el seno de una cultura, convirtiéndole en un marcador de un estilo culinario.

Muchas mezclas de hierbas aromáticas y especias han logrado un reconocimiento a escala planetaria, convirtiéndose en símbolos claros de un corpus culinario. Es el caso del sofrito latinoamericano, llamado también refrito (Ecuador), ahogao (Colombia), hogo (Perú), sofrito o aliño criollo (Venezuela, Cuba), entre otras denominaciones. Se trata de mezclas de base que admiten en la práctica ligeras variaciones y que consisten básicamente en una mixtura de varios condimentos, que se fríen en diferentes materias grasas. Ese sofrito básico empleado para sazonar los guisos en muchas regiones latinoamericanas se compone de ajo, cebolla, cebollino (cebollín o cebolla larga, *Allium schoenoprasum*, *A. fistulosum*), cilantro (*Coriandrum sativum*) y muchas veces tomate y achiote (*Bixa orellana*). Algunas veces se agrega pimentón o ají dulce (*Capsicum annuum*). El principio del sofrito, heredado de la cocina de la península ibérica, se encuentra en otras cocinas del mundo, con algunas variaciones en los ingredientes, tal como ocurre con el *sofregit* catalán, o el *refogado* portugués, o el *soffritto* italiano. Un caso inusual es el que se da en algunas comunidades nativas amazónicas, en particular las que están en aislamiento o con escaso contacto externo con culturas urbanas. Esos grupos utilizan poco o ningún condimento en sus preparaciones, salvo la sal (cuando la consiguen) y posiblemente el culantro de monte, haciendo preparaciones que se conocen como «pango» (Cartay, 2016).

Hay otras estructuras olfato-gustativas para condimentar que son más conocidas y famosas a nivel mundial, tales como la de las Finas Hierbas del Mediterráneo (mezcla de perejil, perifollo, cebollino y estragón; o de perejil, cebollino, albahaca y mejorana); o las Hierbas de Provenza (mezcla de tomillo, mejorana, orégano, romero, albahaca, hinojo, perifollo, estragón, laurel, ajedrea y espliego o lavanda; o la mezcla de las llamadas Cinco Especies, típica de la cocina china, compuesta de pimienta china o de Sichuán, hinojo, clavo de especia, cassia y anís estrellado.

La mezcla más compleja y famosa del mundo es la del curry, típica de la cocina de la India, particularmente la del Norte y de algunos otros países del sur de Asia. El curry (nombre que designa una mezcla, una salsa o un plato elaborado con esa salsa, que en idioma tamil se dice «kari», que fonéticamente recuerda la palabra curry) tiene muchas versiones. La mezcla básica, conocida en algunos recetarios de cocina como «garam masala» (de *garam*, que eleva el calor del cuerpo en un sentido ayurvédico; y de *masala*, mezcla de especias) incluye pimienta, canela, nuez moscada y macis, cardamomo, laurel y comino (Cartay, 2005, pp. 103-104). Pero las distintas clases de curry existentes (korma, Madrás, vindaloo, entre otras) pueden llevar muchos otros ingredientes como granos de cilantro, cúrcuma, ají, semillas de hinojo, clavos de olor, fenogreco, tamarindo, semillas de adormidera, hojas de curry, azafrán, ajo, jengibre, etc. Cada curry es muy específico, pues depende del plato y lo ideal es prepararlo justo antes de servirlo casi al final de la elaboración del plato (la mezcla fresca es más picante que la elaborada con mucha antelación y varía de suave *-mild-*, a muy especiada *-very spice-*). La complejidad y la armonía en los ingredientes componentes de la mezcla del curry, así como su acertada elaboración y momento justo del agregado, han creado un oficio particular en la India que resulta tan atractivo como el de cocinero (Klosse, 2012, p. 107).

Cualquier mezcla de especias transmitida generacionalmente, tal como sucede con el curry o el sofrito, no puede ser cabalmente comprendida fuera del contexto sociocultural y ambiental en el cual se desarrolla la cocina que la utiliza, como se desprende de la lectura de *Viajero al curry*, el fascinante libro de aventuras por la India escrito por Mazarrasa Moninckel (2013). La referencia simbólica de una mezcla sazonzadora como el

curry lleva a recordar, en primera instancia, a la India; y probablemente en segunda instancia, a Inglaterra, por su función divulgadora y globalizadora de la mezcla. Es un símbolo alimentario que surge con tan solo ver, preparar, degustar o simplemente hablar sobre una mezcla de curry.

Cinco siglos más tarde de esa búsqueda frenética de especias vivida por los ricos comerciantes de Europa occidental, que conoció su auge a partir del siglo XV, nacieron los aditivos alimentarios industriales (Arencibia, 2009). A finales del siglo XIX fue acuñado el término de «aditivo», pero no fue sino a partir del siglo XX –bajo el estímulo del desarrollo de la industria alimentaria–, cuando se produjo la utilización masiva de los aditivos alimentarios para preservar la calidad, la inocuidad y el atractivo de los alimentos procesados (Aguilera, 2011). Se comenzó con la producción y utilización de aditivos naturales, siendo la sal y el humo los dos aditivos naturales más antiguos usados en cocina. Más tarde, las moléculas de esos aditivos naturales fueron sintetizadas en los laboratorios, buscando –por una parte– abaratar los costos de producción para su masiva utilización en la industria agroalimentaria; y, por la otra, eliminar la dependencia con respecto a los productos empleados como fuente de los aditivos alimentarios naturales. El proceso de enlatado de alimentos, patentado en 1795 por el francés Nicolás Appert estimuló el desarrollo de la moderna industria alimentaria, particularmente desde finales del siglo XIX, y el uso de los aditivos naturales (Goody, 2002, pp. 311-312). Luego, en el siglo XX, muchos aditivos naturales –mayormente colorantes– fueron reemplazados por colorantes sintéticos o colorantes orgánicos de síntesis. De esa manera nacieron los aditivos sintéticos, especialmente los colorantes y los aromatizantes (Belitz & Groscht, 2004). A ambos, tanto naturales como artificiales, se les llama aditivos alimentarios, aunque haya diferencias esenciales entre ellos; no solo en cuanto al procedimiento de elaboración, sino también en su significación simbólica. Desde entonces, «la industria proporciona un flujo de alimentos sin memoria» (Jegou, 1991).

Un aditivo alimentario es toda sustancia que, sin constituir por sí misma un alimento, ni poseer valores nutritivos, se agrega intencionalmente a los alimentos y bebidas en cantidades mínimas,

con el objetivo de modificar sus características organolépticas o facilitar un proceso de elaboración o conservación. Un aditivo alimentario permite, de una parte, mantener la frescura de los alimentos, evitando su deterioro, con antioxidantes, por ejemplo. De la otra, aumentar o potenciar las cualidades sensoriales mediante, por ejemplo, el uso de colorantes, o de modificadores del sabor y la textura de los alimentos, con los emulsionantes o espesantes.

Un condimento, que incluye tanto a las hierbas aromáticas como a las especias, cumple dos funciones básicas en la alimentación: dar sabor a los alimentos, como aromatizante, y otra como conservante, para preservar la duración de un alimento. Por otra parte hay que diferenciar las hierbas aromáticas de las especias. Las hierbas aromáticas son condimentos provenientes de las hojas y partes blandas de la planta, mientras que las especias son condimentos que provienen de las partes duras de la planta, como semillas y cortezas. La confusión viene del hecho de que ambas son generalmente ofrecidas en el mercado en forma de polvo, indistintamente de su condición original (hoja, flor, semilla, raíz, corteza).

Los aditivos se diferencian de los condimentos (hay aditivos naturales y aditivos sintéticos), en que las especias y las hierbas, e incluso los aditivos naturales, contienen sustancias químicas, mientras que los aditivos sintéticos son sustancias químicas. Los aditivos naturales se extraen de materias primas vegetales (una de las excepciones es el ácido carmínico, un colorante extraído de un insecto, la cochinilla). Los aditivos sintéticos se extraen en los laboratorios, copiando la estructura molecular de los aditivos naturales. Otra diferencia, menos importante, es que los condimentos se usan, por lo general, en el ámbito doméstico, y los aditivos sintéticos se utilizan en la industria alimentaria.

Una característica común que tienen los condimentos y los aditivos es que ambos se utilizan en muy pequeñas dosis. Sin embargo, a pesar de su uso en pequeñas dosis, se apoderan de la esencia de una preparación, prolongando su frescura, evitando su rápido deterioro, cambiándole el sabor y la apariencia, especialmente su color. El color de los alimentos tiene una estrecha relación con las emociones del consumidor, sus contenidos o valores alimentarios en vitaminas y minerales, y una

gran significación simbólica (Webb, 2006). Los aditivos van más allá: modifican otras características del alimento, como su textura, viscosidad, densidad, estabilidad, etc., trayendo aparejado un cierto riesgo para la fisiología humana, por lo que su utilización es regulada por organismos especializados de los gobiernos.

En los alimentos se encuentra presente generalmente una sustancia odorífica, aunque en una cantidad tan reducida que no supera el 0,1 por ciento del peso del alimento. Pero esa pequeñísima cantidad vuelve aceptable el alimento para nosotros. Esas moléculas responsables del olor pueden proceder de los procesos bioquímicos que se producen en el alimento, por ejemplo cuando se madura la fruta, o de los procesos de cocción, como la reacción de Maillard. La industria alimentaria reproduce, a muy bajo costo, la mayoría de las sustancias aromáticas cuya estructura es conocida. Es el caso de la vainillina, procedente de la vainilla, o del anetol, del anís, o del eugenol, del aceite de clavo (Cubero, Montferrer & Villalta, 2002; Ibáñez, Torre & Irigoyen, 2003). En cierta manera, la industria alimentaria interfiere con la cultura y la tradición alimentaria, al tratar de imponer un complejo olfativo gustativo, buscando maximizar la ganancia empresarial, en clara contradicción con un sistema olfativo-gustativo creado por el hombre dentro de una cultura determinada, y que está marcado por una memoria histórica y una identidad cultural.

8. CONCLUSIONES

La cocina de un grupo o comunidad es uno de los elementos más marcadores de su identidad social, mediante la cual se cohesionan como grupo o comunidad y se diferencian de los otros grupos o comunidades. La caracterización de esa manifestación cultural tan compleja, que refleja su cosmovisión y su manera de insertarse en el entorno inmediato y en el mundo, puede hacerse utilizando algunos elementos de análisis. Uno de ellos es el de los principios de condimentación, de gran importancia pero que paradójicamente haya sido objeto de un escaso tratamiento por los especialistas en nutrición o en socio-antropología e historia de la alimentación en América Latina. Los principios de condimentación actúan como un complejo olfativo-gustativo responsable de darle a toda

cocina particular un perfil que la identifica en el seno de una cultura.

Los principios de condimentación actúan como una estructura creada en el ámbito culinario para servir de elemento de relacionamiento entre los ingredientes con el corpus culinario, facilitando la aceptación de los alimentos. Esa estructura es empleada, en la mayoría de las culturas alimentarias del mundo, como un elemento de mediación entre los principios de la neofilia y la neofobia. Esos principios se relacionan dialécticamente para conformar una cierta estructura olfato-gustativa, muy estable en el tiempo, que se transmite por la vía de la tradición, al tiempo que se constituye en un elemento marcador de su cultura y de su identidad.

REFERENCIAS

- Arencibia Rivero, T. (2009). Aditivos alimentarios. En: Andrés, M. A. (Ed.), *Aditivos alimentarios* (pp. 151-180). Barcelona, España: Nestlé Nutrition.
- Aguilera, J. M. (2011). *Ingeniería gastronómica*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile.
- Belitz, H. D. & W. Grosch. (2004). *Química de los alimentos*. Zaragoza: Editorial Acribia.
- Benzi, M. & Serafino, M. A. (2013). Aproximación al ejercicio antropológico desde los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición. Cocinas en la ciudad de Santa Fe. *Revista Aula Universitaria*, (15), 87-93.
- Billaud, C. & Adrian, J. (2003). Louis-Camille Maillard, 1878-1936. *Food Reviews International*, 19(4), 345-347. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1081/FRI.120025480>
- Cartay, R. (1992): *Historia de la alimentación del Nuevo Mundo*. 2a ed. Caracas: Fundación Polar.
- Cartay, R. (2005). *Diccionario de cocina venezolana*. Caracas: Alfadil.
- Cartay, R. (2016). *La mesa amazónica peruana: ingredientes, corpus culinario y símbolos alimentarios*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Contreras, J. (Comp.). (2002). *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona, España: Universitat de Barcelona.
- Contreras, J. & Gracia, M. (2005). *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona, España: Ariel.
- Cubero, N., Montferrer, A. & Villalta, J. (2002). *Aditivos alimentarios*. Madrid: Mundi-Prensa Libros.
- Desroisier, N. (1990). *Conservación de los alimentos*. México: CECSA.
- Douglas, M. (1979). Les structures du culinaire. *Communications*, (31), 145-170.
- Farb, P. & Armelagos, G. (1980). *Consuming passions. The anthropology of eating*. Boston: Houghton Mifflin.
- Febvre, L. (1938). Répartition géographique des fonds de cuisine en France. En: *Travaux du 1er Congrès International de Folklore*, Tours, France.
- Frazier, W. C. (1993). *Microbiología de los alimentos*. Zaragoza: Acribia.
- Fischler, C. (1988). Food, habits, social change, and the nature/culture dilemma. *Social Science Information*, 19(6), 937-953.
- Fischler, C. (1993). *L'(h) omnivore*. Paris: Éditions Odile-Jacob.
- Godelier, M. (1977). *Sobre el modo de producción asiático*. Barcelona, España: Martínez Roca
- Goody, J. (1989). *Cocina, cuisine y clase*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.
- Goody, J. (2002). Alimentación industrial: hacia una cocina mundial. En: Contreras, J. (Comp.), *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres* (pp. 307-331). Barcelona, España: Universitat de Barcelona-Alfaomega.

- Gracia Arnaiz, M. (2013). Vendiendo platillos, comprando en Abarrotes: cocina, mercados e identidades en Oaxaca. En: Gracia Arnaiz, M. & Pérez-Gil, S. (Eds.), *Mujeres (in)visibles: género, alimentación y salud en comunidades rurales de Oaxaca* (pp. 79-105). Tarragona: Publicaciones URV.
- Harris, M. (1985). *Good to eat. Riddles of food and culture*. New York: Simon & Schuster.
- Ibáñez, F. C., Torre, P. & Irigoyen, A. (2003). *Aditivos alimentarios*. Navarra: Universidad Pública de Navarra, Área Nutrición y Bromatología.
- Jegou, F. (1991). *Nourritures artificielles. Programme Aliments Demain*. Paris: Ministère de l'Agriculture, DGAL-Dalt.
- Klosse, P. R. (2012). *The essence of gastronomy. Understanding the flavour of foods and beverages*. The Netherlands: The Academy for Gastronomy.
- Lévi- Strauss, C. (1968). *L'origine des manières de table. Mythologiques 3*. Paris: Plon.
- Martí-Henneberg, C., Arija, V., Fernández-Ballart, J. & Salas Salvadó, J. (1988). Today's nutritional intakes in a population of the Spanish Mediterranean. En: Moya, M. F. (Ed.), *Alimentation et sociétés : Nouvelles technologies* (pp. 43-47). Paris: John Libbey.
- Mazarrasa Moninckel, L. (2013). *Viajero al curry*. Barcelona, España: Amargord.
- McGee, H. (2004). *On food and cooking. The science and lore of the kitchen*. New York: Scribner.
- Myhrvold, N., Young, C. & Bilet, M. (2011). *Modernist cuisine*. Bellevue, Washington: The Cooking Lab, Vol. 1.
- Padrón G., J. (2001). La estructura de los procesos de investigación. *Revista Educación y Ciencias Humanas (Nueva Etapa)*, 9(17), 33-54.
- Potter, N. (1995). *Food science*. New York: Champan & Hall.
- Rozin, E. (1973). *The flavour principles*. New York: Hawthorne.
- Rozin, P. (1976). The selection of foods by rats, humans and other animals. En: Rosenblatt, J. S. (Ed.), *Advances in the study of behavior* (pp. 21-76). New York: Academic Press.
- Rozin, E. & Rozin, P. (1981). Culinary themes and variations. *Natural History*, 90(2), 6-14.
- Solans, A. M. (2014). Alimentación y mujeres migrantes en Buenos Aires, Argentina. Tradiciones, recreaciones y tensiones a la hora de comer. *Revista Colombiana de Antropología*, 50(2), 119-139.
- Tannahill, R. (1974). *Food and history*. New York: Crown Published.
- Thieme, H. (1997). Lower Paleolithic hunting spears form Germany. *Nature*, 385(6619), 807-810.
- Webb, G. P. (2006). *Complementos nutricionales y alimentos funcionales*. Zaragoza: Editorial Acribia.