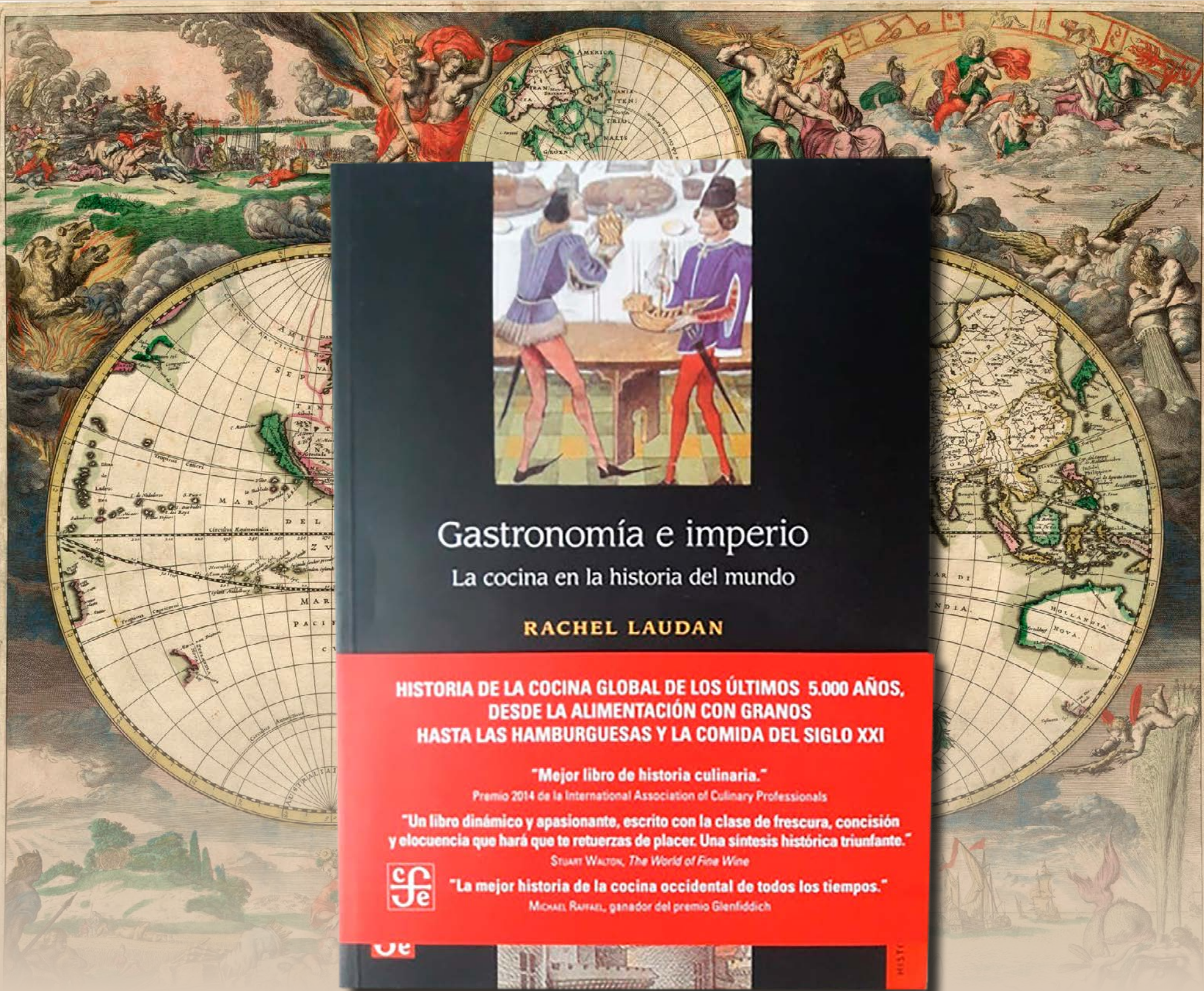




GASTRONOMÍA E IMPERIO.

LA COCINA EN LA HISTORIA DEL MUNDO

HUGO VARGAS



Laudan en un supermercado mexicano.
El Clarín.

“Serán los macarrones, lo puedo jurar,
los que unirán a Italia”
Garibaldi

A finales de 2019 el Fondo de Cultura Económica puso en circulación la traducción de una gran obra, *Gastronomía e imperio. La cocina en la historia del mundo*, galardonada con el premio IACP Cookbook Award for el Mejor Libro de Historia Culinaria.

Su autora es Rachel Laudan. Y es poseedora de varios talentos. En la academia se ha desempeñado como historiadora de la ciencia y a tecnología, y de forma independiente como historiadora de la cocina y la alimentación.

Laudan creció en una granja familiar tradicional en el suroeste de Inglaterra. Su madre cocinaba todo desde cero y, a pesar de que Laudan no se vio obligada a ayudar en la cocina, ni en el trabajo agrícola, creció rodeada de los procesos alimentarios de la granja a la mesa.

Después de pasar un tiempo en Nigeria con el Servicio Voluntario en el Extranjero a la edad de 18 años, volvió a Inglaterra y estudió Geología en la Universidad de Bristol. Al mudarse al University College of London, obtuvo su Phd en Historia y Filosofía de la Ciencia en 1974.



Rachel Laudan elaborando empanadas en un restaurante mexicano. *El Clarín*.

Cruzó el Atlántico para iniciar su carrera académica y enseñó historia de la ciencia y la tecnología, historia social y económica e historia mundial en Carnegie-Mellon, la Universidad de Pittsburgh, el Virginia Tech y la Universidad de Hawái. Mientras vivía en la isla, Laudan se percató de las cocinas interconectadas que crearon la fusión de la comida local y escribió su primer libro no académico *The food of paradise*, publicado por la Universidad de Hawái en 1996. A pesar de haber sido rechazado por varias editoriales, el libro recibió el premio Jane Grigson/Julia Child de la Asociación Internacional de Profesionales Culinarios en 1997.

En 1996, junto con su esposo, el filósofo Larry Laudan, se retiraron de la academia y se mudaron a México. Laudan trabajó aquí en la ambiciosa tarea de escribir *Gastronomía e imperio*, publicado en 2013.

Hoy vive en Estados Unidos; allí enseña y sigue investigando este universo, ahora enfocada en la agricultura.

Somos animales que cocinan. Y sobre esa base la autora se plantea una pregunta simple pero abarcadora: ¿cómo ha evolucionado la cocina a lo largo de los últimos 5 mil años?

Las primeras cocinas exitosas –por el número de personas que las consumían– estaban basadas en granos, que eran almacenables y

permitían la acumulación de riqueza. Por supuesto, su consumo era privilegio de las clases altas, mientras las clases bajas comían alimentos más humildes. Por ello, dice la autora, “en la medida en que quienes accedían a la alta cocina tenían los medios para instalar cuartos de cocina enormes y financiar innovaciones culinarias, las diversas manifestaciones de la alta cocina son el foco principal de *Gastronomía e imperio*”. Pero también da cuenta de las “inequidades y penalidades” que causó la división entre la alta cocina y la popular y, sobre todo, cómo esta división se dismanteló parcialmente a lo largo de los últimos dos siglos.

Antes de ello, las cocinas más consumidas eran las de los Estados grandes y poderosos, que en los últimos 4 mil años han sido imperios. Pero no se debe entender esto de manera simplista: los migrantes, comerciantes

Somos animales que cocinan. Y sobre esa base la autora se plantea una pregunta simple pero abarcadora: ¿cómo ha evolucionado la cocina a lo largo de los últimos 5 mil años?

Las primeras cocinas exitosas –por el número de personas que las consumían– estaban basadas en granos, que eran almacenables y permitían la acumulación de riqueza.



y misioneros nunca se han detenido por las fronteras, y muchos de ellos imitaban y quisieron reproducir a los imperios que consideraban exitosos.

La primera cocina de éxito fue la de los imperios de Eurasia, basada en cebada y trigo, que se extendió de Persia hasta los imperios griego, heleno y romano y hacia el este, a los imperios maurya y chino.

Hacia el año 1000 a.C. el acto de cocinar iba más allá del uso del fuego. Ya se conocían las diversas operaciones culinarias: calentar y enfriar; fermentar; la transformación mediante agua, ácidos y alcalinos (sancochar y marinar) y cambiar el tamaño y la forma de las materias primas con la fuerza mecánica (cortar, moler, aplastar, rallar).

Los granos y las raíces tienen múltiples atributos. Son ricos en calorías y nutrientes; suelen crecer en estado silvestre y se pueden cosechar con relativa facilidad. Sin embargo, su consumo no es fácil. Crudos son indigeribles. Algunas raíces contienen venenos; el taro, la malanga y algunos tipos de yuca deben desintoxicarse. Los granos están protegidos por cubiertas incomibles y fibrosas, y para convertirlos en harina son necesarios procesos muy laboriosos. Pero –dice la autora– “ningún otro alimento como materia prima podía convertirse en tantos ingredientes, platillos y bebidas deliciosos como los granos, los cuales podían tostarse, molerse, hervirse o usarse para hacer pan, pasta, edulcorantes como el azúcar de malta, aceites como el de ajonjolí y, por último, pero no menos importante, alcohol”.



La cocina popular era la del campesinado, cerca de 90% de la población. Las cocineras eran mujeres que trabajan horas azotando y moliendo raíces o granos, que almacenaban para tiempos de carencia en sus propias casas, que compartían con sus animales.

Desde aquellos tiempos, según Laudan, estaban la alta cocina y la cocina popular (ella la llama “humilde”). En aquella los cocineros eran varones y trabajaban con los agricultores y cazadores al servicio de la realeza. Un médico trabajaba con el cocinero principal para diseñar los platillos para hacer del rey un hombre fuerte, inteligente y valiente; vigilaban el color de la lengua del monarca, su orina, la consistencia de sus heces y el equilibrio de los fluidos corporales. Los comensales se instalaban en grandes comedores y utilizaban popotes, cuchillos, vasijas adornadas y palillos laqueados de China. Había reglas de etiqueta que señalaban quién podía comer con quién, cuáles eran los temas de conversación y la ropa que debía usarse.

La cocina popular era la del campesinado, cerca de 90% de la población. Las cocineras eran mujeres que trabajan horas azotando y moliendo raíces o granos, que almacenaban para tiempos de carencia en sus propias casas, que compartían con sus animales.

Por eso la autora le dijo a Héctor Pavón, reportero de *El Clarín*: “Y los perdedores siempre son las mujeres, porque a lo largo de la mayor parte de la historia y en la mayoría de las sociedades, son las mujeres quienes adoptan el duro trabajo de convertir en comida la materia en bruto. Muchas historias nos cuentan cómo los hombres tienen que trabajar en la agricultura, lo duro que era. Bueno, la agricultura no es ni la mitad de lo trabajoso que es preparar comida. Lleva más energía y tiempo cocinar y combinar toda clase de alimentos que lo que lleva cultivarlos.”



Pero volvamos a nuestra historia.

Un campesino promedio en la antigüedad obtenía de las raíces y granos hasta 75% de las calorías diarias, pero dependía de la densidad poblacional, las guerras y las epidemias.

Las religiones fueron fundamentales en la transformación gastronómica mundial.

“Los seres humanos —dice Laudan—, el animal más valioso, eran el mayor sacrificio, como nos recuerda el libro del Génesis. Dios ordenó a Abraham que llevara a su único hijo a un lugar designado, que construyera un altar, apilara leña [...] Debía matar a su hijo con su propio cuchillo, presumiblemente degollándolo, dejándolo desangrar y luego quemando el cuerpo como ofenda mientras los aromas se elevaban hacia Dios.” Como sabemos, al final Dios libera a Abraham de semejante empresa y acepta el sacrificio de un carnero.

Sin embargo, la guerra y el sacrificio eran

los “grandes asuntos del Estado, según se explicaba en la *Crónica de Zuo*, entre los siglos IV y II a.C. Ahí se leía que “el sacrificio se preside sobre carne cocida, en la guerra se preside sobre carne cruda: estas son las grandes ceremonias de los espíritus.” Laudan nos recuerda que en la opulenta Roma antigua se asesinaba a algunos prisioneros de guerra.

Asirios, persas, aqueménidas y luego los griegos y otros pueblos basaban su cocina en el sacrificio de diversos animales que completaban con cebada y trigo, dos granos fáciles de transportar y almacenar, y con cerveza y vino.

Cuando Alejandro derrotó a los persas, lo primero que decidió llevarse consigo fueron a los cocineros, reposteros, los expertos en vino, los músicos y los perfumeros de la cocina real persa, incentivando enormemente la transferencia de plantas, especias y recetas entre el Mediterráneo y el Medio Oriente.

Antes de la aparición de las religiones salvacionistas, las cocinas basadas en la cebada, el trigo y los sacrificios animales recibieron un primer rechazo por parte de los republicanos romanos. Es la virtud de los ciudadanos —valor, dignidad, deber, honestidad, razón, templanza...— lo que lleva al éxito a una nación, no sólo la virtud personal del monarca. Aquellos republicanos romanos no eran demócratas. Los “ciudadanos” eran una absoluta minoría. Pero defendían una cocina simple y rechazaban la gula —producida por un apetito antinatural estimulado por las salsas y dulces de la alta cocina— y la sexualidad rampante. Si en la alta cocina se consideraba un deber refinar los ingredientes, revelando su verdadera naturaleza, la cocina republicana consideraba que la alta cocina oscurecía y alteraba la verdadera naturaleza de los alimentos.

Republicanos, pero que construyeron imperios, y para quienes sus soldados eran una de las principales preocupaciones, pues cada uno de los miles de sus combatientes consumía alrededor de 3 250 calorías diarias.

Con el ascenso de las religiones que ofrecían salvación personal, decayó la cocina derivada de los intercambios sacrificiales. La cocina budista modificó “la manera de cocinar, comer y sembrar de la mitad oriental de Eurasia entre los años 200 a.C. y 1000 d.C.” La filosofía culinaria budista evitaba la carne y el alcohol y privilegiaba los alimentos que, decía, propiciaban la meditación y el crecimiento espiritual. “El imperio maurya adoptó una cocina refinada y sobria de estirpe budista con base en arroz, mantequilla, azúcar y alternativas a la carne”.

Para el islam la comida era uno de los placeres que presagiaban la vida en el paraíso, y



“Para el siglo XVII –dice Laudan– las cocinas budista, islámica y cristiana dominaban la geografía culinaria global”. Las tres respetaron dos principios básicos de la filosofía culinaria de la Antigüedad: la teoría del cosmos culinario, según la cual, se debían consumir sólo alimentos cocinados; el trigo y la caña debían ser refinados para extraer la harina y el azúcar.



naria de la Antigüedad: la teoría del cosmos culinario, según la cual, se debían consumir sólo alimentos cocinados; el trigo y la caña debían ser refinados para extraer la harina y el azúcar. Ampliaron el principio jerárquico que justificaba la división entre alta cocina y cocina popular y en lugar de seguir la antigua regla de “si eres un rey come como un rey, y si eres un campesino come como campesino, se decía “si eres un hombre de Dios, come como un hombre de Dios”.

Los monasterios desempeñaron un papel crucial en la difusión de las nuevas cocinas, así como el intercambio de materias primas, sobre todo del sudeste asiático y de China a la India budista y viceversa; de las plantas chinas a Corea y Japón; de las plantas indias a las tierras islámicas y de las plantas europeas a las Américas.

con las bases de los cocineros persas y helénicos, se concentraba en panes planos de trigo, platos de carne aromatizados y especiadados con genuina sofisticación, así como delicados pasteles y dulces. Se extendió desde España hasta el sudeste asiático y desde las fronteras chinas hasta el punto más austral del Sahara.

Un ejemplo de cómo unos fogones pueden permanecer subordinados es el caso de la cocina cristiana, previa a la islámica, según Laudan. El imperio bizantino y los Estados europeos la mantuvieron confinada. Consistía en pan leudado, carne y vino y la alternancia de ayunos y banquetes. Su expansión llegó con el imperio español y el hallazgo de América.

“Para el siglo XVII –dice Laudan– las cocinas budista, islámica y cristiana dominaban la geografía culinaria global”. Las tres respetaron dos principios básicos de la filosofía culi-

Luego de las invasiones mongolas, la cocina islámica decayó en África del Norte y parte del sur europeo, pero en el siglo XV la cocina turco-islámica tomó su lugar; entre las innovaciones más importantes fue la incorporación del arroz, cocinado al estilo pilaf y una nueva bebida caliente: el café, que un siglo después daría lugar un nuevo espacio de encuentro social: la cafetería, donde los literatos comentaban sus trabajos, bailaban, cantaban, jugaban ajedrez y hablaban de política. El Estado consideró a las cafeterías como centros de sedición e intentó diversas sanciones. Todo fue inútil: las cafeterías seguían abarrotadas y el jurista Abd al-Quadir escribió una obra muy conocida *El legítimo uso del café*.

La cocina cristiana se empieza a desarrollar alrededor del año 100 d.C., cuando pequeños grupos de cristianos se reunían para consumir juntos comidas y ceremonias sencillas. Fueron necesarios un par de siglos para el surgimiento de una cocina cristiana distinta de la judía y la romana, “y que aun así, no fuera extraña ni desagradable ni tan difícil de preparar que pudiera asustar a los conversos potenciales”. Su base era el pan y el vino y preferían la cocina estoica o republicana, “la cual insistía en la importancia de la comida decente y en un apetito natural en lugar de aperitivos, postres y salsas que llevaban a la glotonería.” Se recomendaba el consumo de raíces, aceitunas, vegetales verdes, leche, queso, frutas y verduras cocidas. Si había que comer carne debía estar hervida o asada. Con el tiempo los ayunos se endurecieron, pues “vacían el alma de materia y la vuelve, junto al cuerpo, transparente y ligera para la recepción de la verdad divina”.

Los monasterios desempeñaron un papel crucial en la difusión de las nuevas cocinas, así como el intercambio de materias primas, sobre todo del sudeste asiático y de China a la India budista y viceversa; de las plantas chinas a Corea y Japón; de las plantas indias a las tierras islámicas y de las plantas europeas a las Américas.





Los viajes de los navegantes portugueses por África y luego los de Colón y la colonización americana, extendieron definitivamente la cocina cristiana, en su rama católica. Y todo parece indicar que los jesuitas y las Clarisas Pobres “fueron tan importantes en la diseminación de la cocina católica como lo fueron los monjes para la cocina budista o los sufíes para la cocina islámica”.

Con todo ello se cerraba el círculo de la transferencia de materias primas, ingredientes, instrumentos y técnicas de cocina y recetas a lo ancho del planeta. “A pesar del desdén que mostraban los europeos por la cocina de Mesoamérica, el matrimonio mixto y la cercanía de los sirvientes reunió muy pronto ambas cocinas”. El metate logró entrar a las casas europeas y en los hogares adinerados había seis o siete metates para diferentes

usos e ingredientes, “de modo que los platos clásicos de la cocina católica se volvieron más elaborados”.

Y luego vino lo que la autora llama *cocinas intermedias*, “no por mediocres, sino que funcionan como puente entre la alta cocina y la cocina humilde. Ricas en grasas, azúcar, ingredientes exóticos, con variadas salsas y postres y consumidas con utensilios especiales y en habitaciones destinadas a la comida, las cocinas intermedias se hicieron disponibles para una creciente porción de la población en los siglos siguientes.”

Laudan asegura que la extensión del voto favoreció la extensión de las cocinas intermedias. Se abandonó la idea “de que la cocina determina y reflejaba el rango social, y se favoreció el concepto de una sola cocina apropiada para toda clase de personas”.

Así, con la revolución industrial, los adelantos tecnológicos y el advenimiento del republicanismo, la democracia y el socialismo marcaron el fin de aquellas cocinas y dieron inicio a las modernas, más o menos como las que tenemos hoy. Se adoptaron las teorías nutricionales de la ciencia moderna y se consideró a las reglas religiosas o éticas como un asunto personal y no un dictado estatal. La comida industrializada redujo la brecha entre la alta cocina y la popular.

Y con ello se empezó a gestar el fin la ideología imperante respecto a la relación entre alimentación y poder, según la cual el pan y la carne habían permitido a los imperios dominar grandes partes del planeta. “El destino de las naciones depende de cómo se les alimenta”, decía Brillat-Savarin a principios del siglo XX; Olindo Guerrini, poeta italiano, afirmaba que “las diversas razas tienen personalidades distintas, y si son fuertes o tacañas, o de grandes virtudes o víctimas de notorias debilidades, ello depende en gran medida de los alimentos que comen”.

Laudan asegura que la extensión del voto favoreció la extensión de las cocinas intermedias. Se abandonó la idea “de que la cocina determina y reflejaba el rango social, y se favoreció el concepto de una sola cocina apropiada para toda clase de personas”.





En Estados Unidos se instaba a los migrantes a consumir pan y carne y “quienes no lo hacían eran blanco de ataques y se les consideraba ciudadanos de segunda clase”. Un ejemplo insuperable es el folleto publicado en 1920 por la Federación Estadunidense del Trabajo, dirigida por Samuel Gompers, con el título de *Algunos motivos para la exclusión de los chinos: La carne vs. el arroz, la hombría estadounidense contra los culíes asiáticos*.

En México también había quien opinaba de manera similar. Francisco Bulnes, canciller, en su libro *El futuro de las naciones hispanoamericanas*, 1899, afirmaba que existían tres razas, los comedores de trigo, arroz y maíz. Los comedores de trigo construyeron grandes

y poderosas civilizaciones de la Antigüedad y habían derrotado a los imperios inca y mexicana. Para obtener los 113 gramos de proteína recomendados entonces era necesario consumir 70 tortillas; con tres rebanadas de medio kilo de pan se obtiene lo mismo. De manera similar opinaban Manuel Gamio (quien sugirió los frijoles de soya), Juan Guerrero (los tamales, “el abominable resultado de la cocina tradicional mexicana”) y José Vasconcelos.

Las crecientes clases medias y los trabajadores asalariados contaban con seguridad alimentaria. Pero era necesario el manejo de la casa, del presupuesto, de la educación de los infantes... Se fortalece la figura del *ama de casa*. Hay cursos de cocina, ediciones masivas

de recetarios, manuales de economía doméstica... Le Cordon Bleu nació de las clases de alta cocina francesa que se impartían a mujeres de los sectores medios.

Si antes era necesario acudir a los mercados para adquirir los ingredientes ahora se iba a las tiendas o tocaban a la puerta ofreciendo diversos productos. El ama de casa tenía que ser cuidadosa en escoger los alimentos pues la adulteración era práctica común. Se rumoreaba que a la leche se le agregaba cerebro de oveja para espesarla y blanquearla (falso), y que al café se le agregaba hígado picado de caballo (cierto) y luego se supo que también contenía bellotas, aserrín y azúcar quemada. Los investigadores averiguaron en 1870 que los chocolates contenían aceites y mantecas que no eran de cacao y que los fabricantes espesaban sus productos con fécula de papa.

Los cuartos de cocina se modificaron drásticamente a finales del XIX. La industrialización de los alimentos redujo sus medidas; el advenimiento de la electricidad y el gas las hicieron más limpias y seguras y la invención de los instrumentos domésticos de cocina facilitaron las tareas culinarias.

El enlatado y embotellado simplificaron aún más las labores culinarias. Ello hizo irrelevantes a las estaciones del año y ayudó a agregar nuevos productos a la dieta, aunque debieron resolverse algunos problemas técnicos. Algunos preferían el vidrio –más fácil de esterilizar y ver el contenido–; otros argumentaban que el metal era irrompible, no tan pesado. Pero era difícil de abrir y se podía oxidar o reventarse. En 1852, cuando se abrieron 2 707 latas de comida adquiridas por la Armada Real, sólo 197 eran comestibles.

Francisco Bulnes, canciller, en su libro El futuro de las naciones hispanoamericanas, 1899, afirmaba que existían tres razas, los comedores de trigo, arroz y maíz.





Y con el advenimiento del efímero socialismo, después de la segunda guerra mundial, la confrontación entre la cocina occidental y una supuesta cocina socialista fue apenas trascendente.

Las verdaderas críticas a la cocina occidental vendrían de grupos parareligiosos que rechazan el consumo de carne y abogaban por el vegetarianismo –término acuñado en 1840. Se aseguraba que el pan blanco podía provocar dispepsia, convulsiones y problemas nerviosos a los infantes. Las feministas, por su lado, organizaban cenas comunales para escapar al yugo de la cocina casera. Y algunos movimientos, más intelectuales que sociales, en Japón, Europa y EU, rechazaban el mundo moderno e industrializado –incluida su cocina y métodos agrícolas– y buscaban un regreso a un pasado rural idealizado.

Y fueron los intelectuales franceses quienes dieron argumentos históricos a este movimiento. March Bloch y Lucien Febvre, profesores de la Universidad de Estrasburgo, fundaron la famosa e innovadora revista *Annales* en donde se estudiaron la vida cotidiana y se dieron a conocer estudios sobre la alimentación y la cocina de la sociedad francesa. “Éste fue el telón de fondo de la identificación de la cocina campesina francesa como la base de la alta cocina en Francia”, dice Laudan. Agregáramos que eso se observa en los países con cocinas consolidadas: es la cocina popular la que inspira a la alta cocina.

La consolidación de las cocinas nacionales fue posible gracias a recetarios, menús, tratados gastronómicos y revistas que establecieron los ingredientes típicos, los platillos clásicos, la filosofía culinaria.

Hoy entendemos a las cocinas nacionales como algo familiar para los ciudadanos de un país, con sus diferencias regionales. Y es así, pero no se crea –advierte la autora– que tienen una historia larga. “En realidad, las cocinas nacionales, como las naciones mismas, se crearon durante los últimos 200 años y, a menudo, durante los últimos 50 o 60”. Y en su base están las cocinas imperiales –tradicionales y jerárquicas– sobre todo las cocinas cristianas, islámicas y budistas, “en las que era el rango y no la nación lo que

determinaba lo que comía un individuo”.

La consolidación de las cocinas nacionales fue posible gracias a recetarios, menús, tratados gastronómicos y revistas que establecieron los ingredientes típicos, los platillos clásicos, la filosofía culinaria. Laudan lo resume con lucidez: “Si bien los medios fueron innegablemente importantes, también lo fueron los festivales, los restaurantes, los hoteles, las tiendas de abarrotes, los alimentos industrializados, los almuerzos escolares, los comedores del ejército, la política y las políticas culturales”.





Y hoy, recapitula la autora, se está abandonando la creencia antigua de que la cocina donde uno nace es la más saludable y deliciosa, así como que el pan y la carne son los alimentos más sabrosos y fortalecedores. “En su lugar, comenzó a aparecer una nueva filosofía culinaria según la cual cada nación tenía cocinas de gran tradición que valía la pena explorar por su delicioso sabor”.

Es imposible dar cuenta total del contenido de este libro. Es extenso, es erudito y ofrece muchos datos poco conocidos o ignorados acerca de la cocina en el mundo y la historia. El lector se sorprenderá, entenderá lo que siempre le había intrigado y se hará nuevas preguntas. Y esas son grandes atributos para una obra como la de Rachel Laudan, y para cualquier otra.

