

LA COCINA VALLECAUCANA EN EL SIGLO XIX: UNA MIRADA DESDE LA HISTORIA AMBIENTAL

Lina María Restrepo Jiménez¹

Resumen

El propósito principal de esta ponencia consiste en describir los hábitos alimenticios empleados por la sociedad vallecaucana (Valle del Cauca, Colombia) en el período comprendido entre 1820 y 1880, un momento histórico marcado por dinámicas de cambio a nivel económico, político y social en el marco del proceso de tránsito del período colonial al republicano. Se mostrará cómo las condiciones medioambientales y las características propias del sistema cultural incidieron en los patrones de alimentación de la sociedad caleña decimonónica. Se tendrán presentes algunos de los criterios de la historia ambiental, considerando que los factores alimenticios dependen no solo de unas variables económicas y valores culturales, sino de las condiciones ecológicas y los tipos de producción propios de cada espacio geográfico y momento histórico.

Palabras claves: medio ambiente, hábitos alimenticios, cocina, historia ambiental.

Summary

The main purpose of this paper is to describe the habits of food consumption employed by the society of Valle del Cauca (Colombia) in the period between 1820 and 1880, a historical moment marked by dynamics of change in economic, political level and social within the process of transition from the colonial period to the Republican. It will show how environmental conditions and the characteristics of the cultural system influenced eating patterns caleña of nineteenth-century society. They will present some of the criteria of environmental history, considering that dietary factors depend not only on the

¹ Licenciada en Historia, Universidad del Valle (Cali, Colombia). Miembro del Semillero de Historia Ambiental "Ecohistoria", adscrito al Departamento de Historia. Email: linishistoria@gmail.com

economic variables and cultural values but ecological conditions and types of own production of each geographical area and historical moment.

Key words: environment, eating habits, kitchen, environmental history.

SABOREANDO LA HISTORIA AMBIENTAL EN UN COCIDO PARA LA HISTORIA DE LA ALIMENTACIÓN

El estudio de la alimentación y de los hábitos de la dieta consumida por la sociedad en su pasado posibilita conocer las relaciones de interacción y adaptación del ser humano frente a lo que le ofrece su entorno, así como los diversos mecanismos de orden cultural que han sido desarrollados por esa sociedad para atender a las ventajas o limitaciones del medio natural, reflejadas en momentos de abundancia o de escasez ocurridas en determinados períodos históricos.

En este sentido, resulta importante destacar el valioso rol que cumplen los alimentos en una sociedad, pues aparte de servir como elementos esenciales para la nutrición, también encierran un elevado valor simbólico, constituyendo la expresión de las dinámicas socioculturales propias de una comunidad, lo que a su vez permiten conocer las condiciones ecológicas que identifican el medio natural de la sociedad que los consume.

La historia de la alimentación está determinada por factores ambientales, económicos, políticos y culturales. Es decir que esta hace parte de una gran historia, que requiere de diversas miradas para el estudio sobre las prácticas que giran alrededor del tema de la cocina de un determinado pueblo.

Por ello, son pertinentes dos de las recomendaciones que hace Morner sobre el uso de enfoques de otras disciplinas, y el manejo de una visión abierta para la “individualización” y la “unicidad”, así como para la “generalización”. “En lo esencial, los problemas del hombre y también del medio ambiente a través del tiempo tienen carácter universal y hay, por lo tanto, en la historia local fenómenos que son comunes aun en países distintos” (Morner, 1999: 10).

Otro aspecto metodológico que es pertinente para nuestro caso de estudio es la denominación que hace Morner (1999) de los “ecotipos diversos, entendidos como los [...] patrones de adaptación ecológicos y de hogares distintos dentro del mismo marco económico dominante. Estos ecotipos implican ritmos de labor y de necesidades diversos con respecto a sexo y edad.” (p. 8). Evidentemente, podríamos entonces hablar de ecotipos de la alimentación si entendemos que la alimentación depende de las variables espaciales y ambientales que giran en torno a las condiciones económicas y a los códigos culturales de la alimentación en un espacio y tiempo determinado.

Según lo plantea González de Molina, existen diversas dinámicas evolutivas de los ecosistemas en los distintos tiempos históricos; los cuales se hacen notables al comparar los procesos fisiobiológicos con los procesos sociales. Además, existen diversas modalidades de organización productiva que han generado un trato específico a la naturaleza. Así como una serie de ideas y percepciones que dirigen las relaciones de los seres humanos respecto a la naturaleza en cada momento de su evolución (González de Molina, 1999: 13).

Pero, acaso, ¿cómo se relacionan los planteamientos de Molina con las costumbres y usos alimentarios? En primer lugar, podemos mencionar que los cambios climáticos tienen influencia en la evolución de las actividades agrícolas y por ende en la forma de alimentación. En segunda instancia, dado que las relaciones establecidas entre los seres humanos y el medio natural, están centradas en satisfacer las necesidades biológicas mediante las prácticas productivas que generan una impronta en el medio natural y humano. Así, por ejemplo, como plantea el estudio de Elinor Melville y Gabriel Granados, el proceso de conquista y colonización del continente americano por parte de Europa, originó nuevas prácticas productivas y por tanto cambios alimenticios y ambientales:

La presencia de pollos, cerdos, burros, cabras, ovejas, ganado, caballos y mulas son

prueba de la revolución ecológica que originó la invasión europea; si bien es notable la presencia de la cultura y la sociedad de indias, no puede pasarse por alto que entonces ocurrió un cambio profundo en los modos de producción –que pasaron de la horticultura a ciertas formas de agropastorismo– en casi todo el Nuevo Mundo. Desde hace mucho se afirma que el desarrollo del pastoreo en América fue un factor decisivo en la evolución de los principales regímenes coloniales (Melville & Granados, 1999: 11).

Por último, podemos decir que las ideas y percepciones que dirigen las relaciones de los seres humanos en las distintas etapas de su historia, hacen que cada grupo social cree unos referentes ideológicos o simbólicos sobre las formas de producción alimentaria. Entonces, así como existen visiones que crean un vínculo armonioso entre los sistemas de producción alimentaria y el medio natural, hay otras que no coinciden con una relación armoniosa entre medios de producción y naturaleza:

Que los españoles no pudieron estimar con precisión la naturaleza de los recursos del Nuevo Mundo, prever el resultado de modificarlos ni la posibilidad de que sus iniciativas tuvieran consecuencias desastrosas, pone en duda la noción de que maximizaron los recursos del Nuevo Mundo tal y como lo encontraron. La ignorancia de las condiciones del Nuevo Mundo y estrategias inapropiadas pudieron, y de hecho propiciaron, cambios inesperados en la base de los recursos naturales, y por ende varió el contexto de la toma de decisiones. (Melville & Granados, 1999: 28).

Bajo estos planteamientos, se pretende entender la manera en que la alimentación está inscrita no solo en función de unas tradiciones culturales, sino también bajo unos determinantes ambientales. La dieta alimenticia está influenciada por factores espaciales que determinan el uso de ciertos recursos en ciertas temporalidades. De igual forma, los hábitos culinarios pueden estar anclados por procesos migratorios de alimentos que originan cambios en la dieta.

EL SABOR VALLECAUCANO

El Maíz

El maíz se constituyó en el principal alimento y símbolo sagrado de las sociedades aborígenes de América, el cultivo de maíz se extendió desde las tierras cálidas a las zonas frías. Según Maguette Toussaint-Samat (1991: 26), se encontró polen fosilizado de maíz que data de hace ochenta mil años, y los vestigios más antiguos de una comida de maíz se identificaron en una cueva del valle de Tehuacán, al sur del México.

El maíz se convirtió en un elemento esencial de los pueblos no solo por razones alimenticias, sino por ser un componente esencial de toda su cultura y religión:

El valor de esta planta era incalculable, y por ello los indios lo ofrecían como presente a otras tribus. A los conquistadores les fue ofrecido como demostración de amistad, en algunos casos. El robo de las cosechas era castigado con severidad, y posiblemente cuando faltaba en algunas tribus su economía era afectada en forma seria. El mantenimiento de muchos pueblos era a base de alimentos preparados de maíz, y la conquista, en buena parte, se hizo a base de este cereal (Mesa, 1995: 70).

Los aborígenes conocieron variadas clases de maíz; atendiendo a los datos expuestos por Patiño, sabemos que hacia el período colonial existían en Cartago diversas clases de maíz: una variedad de maíz amarillo pequeño usado para tostar, maíz blanco y maíz llamado “chococito amarillo”. Hacia el siglo XIX, era común en la zona plana del centro del Valle del Cauca el maíz blanco común de carpacho morado (Patiño, 1964: 206).

En lo que respecta a la alimentación, la dieta se fundamentó en gran parte en preparaciones a base de maíz, anteriormente eran comunes los maíces de tipos harinosos, debido a que estos se trituran más fácil en las piedras de moler y se podían usar en toda clase de alimentos sin necesidad de remojarlos, pero entrado el siglo XX esta clase de maíces bajaron su consumo (Patiño, 1964: 162).

El plátano: alimento infaltable en la gastronomía vallecaucana

El plátano, alimento de alta presencia en las preparaciones culinarias en el Valle del Cauca, es originario del sureste asiático, norte de la India, Burma, Camboya, las islas mayores de Sumatra, Java, Borneo, las Filipinas y Taiwán. Se dice que en 1516 fray Tomás de Berlangas trajo a la República Dominicana una variedad de plátano procedente de Canarias, y cerca de 1547 ya había cultivos en Cartago (Vélez, 2012).

Parafraseando al investigador Víctor Manuel Patiño, el plátano es aquel alimento que sustituye el pan, como fruta se convierte en postre, y se puede consumir verde o maduro (Patiño, 1969: 215). Variados son los usos que se la han atribuido al plátano en las diferentes regiones que se cultiva; pero lo que más se le recalca es su valor nutricional, y se supone como base alimenticia de diversos grupos humanos.

Según los estudios de Evaristo García sobre el plátano en Colombia y especialmente en el Valle del Cauca, hacia 1898 el plátano “se cosecha con profusión en los valles calientes; sometido a la acción del fuego sirve a la base de alimentación de muchos pueblos, y crudo se consume como fruta de mesa apreciada por su sabor y perfume en algunas variedades; como artículo de consumo es un ramo de riqueza nacional” (García, 1945: 12).

Persistiendo en los apuntes del médico e investigador ya citado, se puede establecer la existencia de tres grandes especies de plátano en el Valle del Cauca, de las cuales se desprenden diversas variedades al menos para inicios del siglo XX, veamos (García, 1945: 11-23):

1. *Musa Paradisiaca de Linneo*, o más conocida como *Hartón Real*. Especie originaria de la India, de frutos grandes y gruesos. En el Valle del Cauca, se le aprecia por la gran calidad de la fécula que da un suave alimento. Una variedad de esta especie, es la es el *Hartón Común* o *Dominico Hartó*.
2. *Musa Regia de Rumphius*. Especie originaria de la isla de Santo Domingo, es una de las más

distribuidas y de alto consumo en la América equinoccial. Una de sus variedades son el maqueño, el liberal, el plátano negro, el santafereño, y el tahití.

3. *Musa Sapientum, de Linneo*. Forman esta especie todas las variedades conocidas en el Valle del Cauca como guineos. Su consumo se suele hacer al vapor en sopas, y es de gran beneficio en las enfermedades diarreicas. De las variedades de guineo son comunes en el Valle del Cauca las siguientes: el camburí o guineo común originario de África, el guineo manzana, el guineo enano y el plátano guayaba.

Gran parte de los suelos del valle geográfico del río Cauca han sido óptimos para los sembradíos de platanares, destacándose por su gran calidad y tamaño en sus racimos. Precisamente, fueron estas tierras óptimas para la producción de plátano un factor de positiva acogida para africanos y africanas, debido a que este producto proporcionaba un alto aporte energético para realizar arduos trabajos. Además, el plátano era uno de los alimentos infaltables en las pocas raciones que recibían los esclavos de las minas.

Lo mismo pasaba con aquellos que se dedicaron al trabajo agropecuario de la hacienda, pues obtuvieron un provecho de una dieta basada en plátano, maíz y carne. Como se puede extraer del informe de la Comisión Corográfica para la provincia del Cauca, el plátano junto con el pescado le permitió al jornalero vivir en libertad en su choza gozando de las ventajas de la fertilidad de la tierra y de los densos platanares (Codazzi, 1959: 73).

Si echamos un vistazo a las preparaciones del plátano como alimento, podemos apreciar que este es un claro aporte culinario africano. Si bien es cierto que los españoles introdujeron esta planta, fueron los esclavos africanos quienes legaron las diversas y deliciosas formas de preparación: frito, con unos cuantos ingredientes, llegando incluso a aprovechar su hoja para hacer tamales. En sí, todo lo frito, cocido a vapor y envuelto, es muestra africana de lo que hoy forma parte de la comida típica vallecaucana.

El sancocho, plato de diversos ingredientes, se puede decir que es uno de los símbolos más claros del aporte culinario de tres grupos étnicos, pero ante todo representa una invención africana. Así lo expresa Barney Cabrera:

Empero así y todo, con tanta historia antigua, [...] que, como plato típico, con adiciones y condimentos que varían con la región y cambian así mismo de acuerdo con las circunstancias económicas. Es sin lugar a dudas sopa insignia de ancestros negroides, a pesar de todo lo dicho en torno a su vocablo y demás circunstancias que acompañan su preparación. En verdad, como quiera que se le prepare, el sancocho mantiene parentescos innegables con el sambumbe y éste con la olla podrida de los esclavos del siglo XVI. [...] Que fue inventos de negros y se prepara con aditamentos traídos por los negros, parece fuera de duda, aunque siempre este adiconado de añoranzas españolas y con frutos indios (Cabrera, 2004: 66-67).

El sancocho es a la vez comida y mezcla de ingredientes de ambos lados del continente, es por tanto un invento de esclavos africanos en estas tierras. Muchos de los hábitos culinarios hasta aquí estudiados son producto del aporte de la sociedad negra en un proceso de larga duración, negros y negras que tomaron de aquí y de allá, aportaron lo suyo y crearon una cocina criolla en la que se cocinaron de manera única diversos sabores.

La yuca y sus diversos usos

Los estudios del renombrado Víctor Manuel Patiño sugieren que toda la América equinoccial es rica en tubérculos almidonados, siendo al parecer una de las agriculturas más antiguas y variadas. Tubérculos americanos como la yuca y la papa fueron en un inicio rechazados por los europeos, pero, con el paso del tiempo y ante la necesidad de alimentarse, se convirtieron en un producto altamente consumido por estos (Patiño, 1964: 168).

De la yuca se puede decir que fue un tubérculo de difícil domesticación. Según las explicacio-

nes de Sophie D. Coe, anteriormente existieron dos especies de yuca; una de ellas amarga y venenosa, con gran cantidad de ácido prúsico, resultando ser mortal si se comía antes de haberla procesado; pero si el líquido venenoso se hervía hasta convertirse en una salsa agri dulce, perdía su toxicidad (D. Coe, 2002: 38). La yuca se convirtió en un ingrediente básico de las comidas, se empleó para hacer pasteles, especies de panes y también para preparar sopas.

Las frutas y su gran variedad

La dieta de las sociedades originarias de lo que hoy es el Valle del Cauca se compuso en buena medida de las frutas que ofrecía la naturaleza. Muchas de las frutas propias de estas tierras resultaron poco apreciadas por los españoles durante los primeros años de ocupación ibérica.

Patiño nos presenta una detallada descripción sobre la variedad de frutas y su cosecha en el Valle del Cauca:

Enero: Final de cosechas mangos. Caímos. Guayaba. Chontaduros. Travesía de Naranjas. Árbol de pan. Travesía de naranjas. Guayabas. Marzo[...] Abril: Grosellas. Pitahayas. Papayas. Papayuelas. Pomarrosos. Granadillas en tierras altas. Guanábanas. Guayabas coronillas. Mayo: Limones. Naranjas. Higuerón. Junio: Naranjas. Nísperos. Guayabas. Aguacates. Julio: Badeas. Travesía de madroños. Agosto: Grosellas. Septiembre: Chontaduros. Octubre: Naranja en tierras altas. Pitahayas. Chontaduros. Toronjas blancas y rosadas. Travesía de guayabas blancas. Noviembre: Travesía de guayabas blancas. Florecencia de naranjos. Diciembre: Limones. Mangos (Patiño, 1964: 38).

En relación a las frutas presentes en el Valle del Cauca referidas por Patiño, puede decirse que algunas fueron introducidas, como es el caso de las cítricas:

El limón: Probablemente originario de Burma Superior o del sur de la China, llegaron a Europa después de las invasiones árabes, y tiempo después Cristóbal Colón en 1493, fue quien introdujo las primeras semillas de

limón a América, y para 1548, ya existían en Cali muchos árboles de limón. Las *Naranjas*: un tipo de naranja dulce, posiblemente de la especie *aurantium* se conocía en Europa antes del descubrimiento de América, fue Colón quien introdujo la semilla de la naranja a América en su segundo viaje. En el Cauca, para 1546, las naranjas, así como los demás cítricos ya se habían difundido (Patiño, 1969: 120).

Fue rápida y productiva la adaptación de las frutas cítricas introducidas, así como de la caña de azúcar, con cuyo principal derivado, el azúcar, combinado con las frutas de nuestra región, se crearon dulces platillos de los que hablaremos más adelante.

La caña de azúcar

Es originaria de Guinea (África). Fue Sebastián de Belalcázar quien la introdujo al Valle del Cauca por Buenaventura cuando regresó de España en 1540, sembrándola en una de sus haciendas llamada “La Estancia”, en el actual municipio de Yumbo:

Cuando en la segunda mitad del siglo XVI se habla de la existencia de caña y de la fabricación de miel y de azúcar en el continente americano, es como de un hecho tradicional. Esto indica que sean cuales fueran los mecanismos de introducción y aclimatación, la difusión de ese elemento de cultura material aportado por los europeos, fue rapidísima (Patiño, 1969: 326).

La introducción de la producción azucarera no solo modificó los paisajes de estas tierras, sino que agregó un nuevo alimento: el azúcar. El territorio del Valle del Cauca se llenó de cañaduzales y nuevas fórmulas en el recetario local; gracias a ello las comidas vallecaucanas muestran una gran riqueza y diversidad en platos dulces; incluso bebidas de frutas azucaradas fueron muy utilizadas para mitigar los calurosos días en el Valle del Cauca.

Las preparaciones de dulce de caña con frutas constituyeron el toque que endulzó las mesas vallecaucanas. En los casos más frecuentes fru-

tas como guayaba, naranja, lulo y papaya fueron centrales en preparaciones de dulce de guayaba, desamargado, luladas, champús, etc.; son delicias resultantes de aquellas combinaciones de sabores americanos, europeos y africanos.

La natilla y el manjar blanco son clara muestra de esta cocina que entremezcla lo dulce del azúcar, la leche europea, el maíz indígena, con la cocción africana. En palabras del gran conocedor de la cocina negra Germán Patiño, el manjar blanco es:

Conocido de antiguo en territorio andaluz y compuesto por ingredientes traídos por los españoles, adquirirá carta de ciudadanía criolla y será puesto a punto por las dueñas de la cocina en un largo proceso de intercambios que se hunde en la época colonial. Es parte sustancial de la experiencia de las descendientes de esclavos en el Nuevo Mundo. Con materias primas desconocidas en sus hábitats de procedencia, mostrarán su capacidad de adaptación al trópico americano y se adueñarán de ideas hispánicas o de otros pueblos europeos para crear una nueva cultura, en la cual la cocina será elemento esencial. (Patiño, 2005: 90).

El uso del dulce en las cocinas del Valle del Cauca está relacionado con la historia del desarrollo del sistema económico de la caña de azúcar y el sistema esclavista. De la amarga cautividad del sistema esclavista surgieron las dulces preparaciones que disfrutaron todos los comensales del siglo XIX, preparaciones de arduo trabajo, otras que requerían más sencillez y se empleaban en diversas ocasiones, pero, eso sí, nunca faltó el toque dulce en la mesa.

Del cacao al chocolate

El término cacao deriva del nahua *cacáhua*, esta semilla es oriunda de América, fueron los olmecas y posteriormente los mayas quienes primero la utilizaron para preparar la bebida. A Colombia llegó por medio de México después del siglo XVI.

De acuerdo a las anotaciones de Sophie D. Coe, se debe diferenciar muy bien la palabra

cacao de las palabras *cocoa* y *chocolate*; la primera hace referencia al árbol y a los productos no procesados; la segunda, al producto una vez se inicia el procesamiento, y, finalmente, la palabra *chocolate* se refiere a la bebida que se prepara, ya sea con agua o leche, y actualmente, a todo producto manufacturado del cacao (D. Coe, 2002: 84-95).

Según el estudio de Patiño, sabemos que el cultivo del cacao llegó tarde al Valle del Cauca, solo fue introducido como cultivo hacia el siglo XVII, pero hacia finales del siglo XIX y buena parte del siglo XX ya existían los más enormes y fructíferos cacaotales (Patiño, 1964: 117).

Ninguna de las sociedades prehispánicas de Suramérica conoció como tal el chocolate. Fueron los españoles quienes impusieron la moda del chocolate como bebida, en varios momentos del día, en diversas circunstancias y en los acontecimientos importantes. Así lo comprueban las investigaciones de la gran conocedora de estos temas, Aida Martínez Carreño:

Los viajeros llevaban bolas de cacao en sus alforjas, las familias pudientes las atesoraban en pesados cofres de nogal, en la intimidad de los estrados las damas invitaban a sus amigas a refrescar con dulce, frutas y chocolate, los médicos neogranadinos ordenaban beber chocolate para curar la jaqueca, el constipado o el dolor de muela (en caso de debilidad extrema las bolas de cacao se colocaban sobre la frente amarradas con un pañuelo). Los ricos lo tomaban en adornadas jícara de porcelana y los pobres en tazón de barro vidriado[...] a nadie faltaba ese alimento apreciado por virreyes y soldados, niños y ancianos, damiselas y prelados (Martínez, 2012: 15).

Hay que advertir que la bebida de chocolate que se consumió desde la época colonial hasta por lo menos buena parte del siglo XIX, fue muy diferente a la actual. José María Vergara y Vergara nos presenta en sus nostálgicos recuerdos la forma correcta en que se preparaba el chocolate de aquellos lejanos tiempos:

El agua había hervido una vez cuando se echaba la pastilla; y después de esto se deja-

ba hervir otras dos, dejando que la pastilla se desbaratara suavemente. El molinillo no servía para desbaratar la respetable pastilla como lo hacen hoy las innobles cocineras; no, en aquella edad de oro el molinillo no servía sino para batir el chocolate después de un tercer hervor, y combinando científicamente sus generosas partículas, hacerle producir esa espuma que hacía visos de oro y azul, que ya no se ve sino en las casas de otra familia que se estima. Preparado así el chocolate, exhala un perfume[...] un perfume[...] ¡Musa de Grecia, la de las ingeniosas ficciones, hazme de decirme cómo diablos se pudiera hacer llegar a las narices de mis actuales conciudadanos el perfume de aquel chocolate colonial esto en cuanto olfato; pero en sabor[...]! Es de advertir que la regla usada entonces por aquellas venerables cocineras, era la de echar dos pastillas jícara, y ninguna de aquellas sabias cocineras se equivocaba. Si los convidados eran diez, se echaban veinte pastillas (Vergara y Vergara, 1936: 17-18).

Aquel hábito de las más distinguidas mesas coloniales, se convirtió en una costumbre popular que estaba al alcance de todos en el siglo XIX, representó la bebida imprescindible y de afición de las mesas republicanas. Servido al almuerzo, en la hora de refrescar y en la cena, el chocolate fue una de las bases de la alimentación, así como lo fue el cacao en la economía nacional.

En nuestros hábitos actuales, y muy lamentable para nuestros paladares, queda poco de aquel hábito, el delicado arte en su preparación ha sido suplido por preparaciones instantáneas de bebidas achocolatadas; el alto consumo del chocolate como bebida ha sido suplido por la serie de chocolatinas y helados que ofrece el mercado para lograr satisfacer los nuevos gustos y aficiones hacia el cacao.

Cárnicos y lácteos

La ganadería se extendió desde Oriente Medio, y fueron los romanos quienes se la heredaron a los españoles, y estos a su vez a sus colonias en América desde los primeros años de la conquista. Las investigaciones de Patiño presumen que fue Sebastián de Belalcázar quien

introdujo los primeros vacunos en nuestra región en su segundo viaje al Cauca, en 1536, por el camino de Buenaventura; así como los pollos y los cerdos alrededor del mismo año, los cuales encontraron en el valle geográfico del río del Cauca una gran fuente de recursos alimenticios (Patiño, 1970: 112).

El ganado vacuno, como lo presenta Baptiste, fue aquel mecanismo simbólico y material que acompañó la ocupación ecológica en el proceso de conquista (Flórez, 2008: 338-367). Se extendió primero en las zonas ribereñas de los ríos de los valles planos, esto gracias a la existencia de agua y buenos pastos para el ganado (Flórez, 2008: 118-164).

El ganado vacuno se adaptó a todos los pisos térmicos rápidamente; en lo que hoy es el Valle del Cauca abundó el ganado vacuno, esto gracias a los factores ambientales de la región, donde el desarrollo de la ganadería permitió atender el abasto interno y externo de la carne.

Afirma Flórez que durante el período colonial la carne de res seca era una de las comidas más económicas y principales en la dieta de los españoles. En el siglo XIX, la carne seca permaneció como uno de los alimentos de más fácil manejo; por ello, durante los diferentes conflictos del siglo su consumo se extendió en los ejércitos y sectores populares (Flórez, 2008: 338-443).

Como se referenció anteriormente, durante el período colonial y el republicano, la carne se preparó en forma de tasajo y cecina, esto con el fin de poder conservarla. Patiño nos presenta una descripción de este proceso:

El tasajo es la carne de res, tajada en varios pedazos, los cuales se salan primero y después se dejan al sol y sereno, colgadas por algunos días, para que, como allá dicen, se cure la carne, esto es, para que se purifique y cobre buen gusto con la sal incorporada. La cecina se hace de casi del mismo modo, y sólo se diferencia de la otra por hacerse con más cuidado y pulidez, y de la carne más escogida (Patiño, 1970: 251).

Sobre otros usos alimenticios del ganado vacuno, podemos decir que la leche y sus deriva-

dos ocuparon un lugar importante en las cocinas vallecaucanas durante todo el período colonial y republicano:

Con referencia a Cali, se sabe que en 1621 el obispo Ambrosio Vallejo compró diez vacas de leche; que la botija de esta valía en 1681 a dos reales; que en 1761 varios vecinos tenían vacas lecheras en los alrededores de la ciudad. [...] En 1730 valían las vacas lecheras a 3 patacones, precio que aumentó al doble en 1781. En 1786 la sola hacienda de Chichape tenía 200 hatos vacas de leche. Para 1808 había cerca de la ciudad hatos de vacas lecheras (Patiño, 1969: 246).

Debido a las dificultades para conservar la leche, a esta se le adicionaron azúcar y arroz, siendo transformada en manjar blanco, uno de los dulces típicos del Valle del Cauca; lo que indica a su vez el desarrollo de la producción azucarera. El manjar blanco, para consumirse, solía acompañarse con un vaso de leche o un pedazo fresco de queso cuajada.

Un subproducto lácteo de gran consumo fue el queso. Según Patiño, el queso fue el único producto lácteo de fácil transporte, este se exportó desde el Valle del Cauca al Chocó para mediados del siglo XVIII; a un precio de 25 pesos por carga (Patiño, 1969: 247). El queso es otro de los alimentos introducidos por los españoles que se convirtió en parte importante de los hábitos alimenticios. Debido a la influencia árabe de comidas como los buñuelos y las almojábanas, el queso se volvió un ingrediente de indispensable uso; formó un mestizaje gastronómico con las arepas de maíz, pandeyucas, aborrajados, etc. A su vez formó el dúo con el chocolate, que se tomaba a toda hora y en todas las mesas (Flórez, 2008: 118-164).

Hacia el siglo XVI llegó el cerdo a nuestro actual territorio, y gracias a los variados recursos naturales que tuvo para su alimentación se reprodujo rápidamente. Así como el ganado vacuno, el cerdo sirvió para que los españoles conservaran elementos de su dieta en los nuevos territorios, introduciéndose como mecanismo de poblamiento:

De esta manera se aseguraban provisiones y se establecían los valores alimentarios que el grupo conquistador poseía y esperaba que se mantuvieran intactos; si bien en los reinos de España las carnes preferidas eran de cabra y carnero, unas y otras presentaban problemas de climatización, por lo cual su asentamiento era muy difícil. En cambio el cerdo, era fácil de adaptación a todos los terrenos e imponía unas marcas de adaptación especiales: al ser un animal impuro para los judíos y musulmanes, el consumidor se reivindicaba tácticamente como cristiano viejo, libre de mácula o sospecha, lo cual no era poco en una sociedad, que había comenzado el proceso de segregación unos con otros casi que paralelamente al descubrimiento de América, y más cuando se sospechaba que moriscos y judíos habían tomado rumbo a las Indias para tratar de esconder su condición en esta nueva tierra de frontera, y alejarse de aquellos que pudieran descubrirlos como tales. Así cada comida en la que hubiera puerco, como plato principal o preparado con su manteca, era una pequeña ordalía cada uno pretendía demostrar lo que era y por lo que debía ser tenido (Saldarriaga, 2006: 24-25).

Los datos expuestos por Patiño señalan que para 1575 la carne de cerdo era muy apreciada en Cali, puesto que se mataban cerdos dos veces por semana, y en ciertos sectores de la población el consumo de carne de cerdo era selectivo no ocasional. Otros apuntes del mismo investigador dan cuenta de que más que por la carne del animal, el cerdo fue significativo por su empuella, la cual era una fuente primordial de grasa para freír las comidas (Patiño, 1970: 225). Así, el cerdo llegó a ser altamente consumido en los territorios donde este fácilmente se adaptó en criaderos al aire libre, fue el alimento primordial en la dieta de los negros esclavos y libres, y de los campesinos.

Es de destacar la alta presencia de los productos cárnicos en las comidas del siglo XIX, las recetas nos muestran un alto consumo de proteína animal en diversas comidas, así como de carbohidratos como el plátano y el maíz. El mirar los recetarios de las comidas de la época estudiada, nos lleva a pensar en la carne de res,

de cerdo o de pollo, en el plátano y el maíz como ingredientes inseparables de las comidas diarias e ingredientes esenciales del ya bien referenciado sancocho.

EL ESCENARIO DEL VALLE GEOGRÁFICO DEL RÍO CAUCA: DE LA HACIENDA A LA OLLA

Las narraciones de cronistas, viajeros y novelistas muestran al valle geográfico del río Cauca como un escenario boscoso, con una gran diversidad de flora, fauna y grandes recursos hídricos. Para el siglo XIX, quedaron registradas las detalladas impresiones de los viajeros extranjeros que recorrieron los caminos del valle geográfico del río Cauca, estas nos muestra una radiografía del paisaje, las cordilleras, los ríos, las ciénagas, los caminos agrestes en medio de una densa selva, los caminos pantanos y los tormentosos ríos, etc.

Una mirada sobre el pintoresco paisaje vallecaucano, es la que nos brinda Félix Serret, quien relata en detalle todas sus experiencias de viaje por el interior de las regiones de Colombia en 1911. De su viaje en barco a vapor desde las riberas del Cauca cerca de Cali hasta el puerto de Cartago, tomamos su relato del paisaje dividido en este recorrido:

Si las cordilleras ofrecían a lo lejos un espectáculo admirable, los paisajes que desfilaban ante nuestros ojos, a cada lado de la rivera, no carecían de encanto pintoresco ni de grandeza. Aquí, inmensas praderas naturales en donde pastan en completa libertad manada de bovino, allá, pantanos donde innumerables garzas mezclaban sus brillantes colores con los de las flores acuáticas, mientras alternaban todavía los bosques vírgenes, sin cambios bruscos, con plantaciones de caña de azúcar o de plátano, en medio de las cuales aparecían de repente rústicas viviendas (Serret, 1995: 76).

Las condiciones ecológicas del territorio en el siglo XIX, permitieron el cultivo de maíz, plátano, caña de azúcar, cacao, tabaco, y buenas praderas para el establecimiento de ganado. En general, el uso del suelo estaba orientado a la producción de

caña y al cultivo de tabaco, siendo este un producto de gran demanda a nivel regional. Otros productos a destacar fueron el cacao, sembrado por los aparceros; así como el maíz y el plátano, localizados cerca de la casa del hacendado para el consumo interno. Asimismo, estas actividades se complementaron con la explotación de ganado mayor en zonas intermedias para el pastoreo.

Detalla Luis Valdivia que a inicios del siglo XIX en la llanura geográfica del valle del río Cauca al norte de Cali, las haciendas cultivaban principalmente maíz, caña de azúcar y plataneros; en segundo lugar, cacao, granos, arroz y hortalizas, y mantenían centenas de cabezas de ganado mayor. En las haciendas del sur de Cali existían grandes praderas naturales que permitirían sostener miles de cabezas de ganado mayor, en ellas se sembraba caña de azúcar; y en las áreas húmedas a las orillas del río Cauca se cultivaba frijol, arroz, cacao, tubérculos, y se daban grandes y diversos frutales. En la mayoría de estas haciendas, la actividad principal se centraba en la producción de miel y azúcar, pues todas contaban con un trapiche (Valdivia, 1992: 15-111).

En términos generales, las haciendas conservan grandes praderas naturales destinadas para pequeñas y medianas zonas para la ganadería; según datos de Luis Valdivia, un 60% de la tierra eran pastos naturales, el tabaco era el cultivo de mayor demanda, existían algunos miles de árboles de cacao sembrados en las zonas húmedas y bajas cercanas a los bosques de las riberas del río Cauca, y los sembrados de plátano, hortalizas y maíz ocuparon algunas docenas de hectáreas de tierras (Valdivia, 1992).

El valle geográfico del río Cauca gozaba de una gran fertilidad en sus suelos, riqueza en flora, fauna, agua y paisajes, lo que representaba la oportunidad de contar con amplia variedad de recursos alimenticios para todos sus pobladores. Las fértiles tierras del valle geográfico del río Cauca, las condiciones de producción, las formas de trabajo y las necesidades vitales crearon los patrones alimenticios.

Así, por ejemplo, la dieta alimentaria de los esclavos y las esclavas estuvo determinada por la

clase de sistema de explotación en el que se encontraban insertos y la ubicación geográfica. La población esclava dedicada a la explotación minera tuvo una dieta alimenticia que se caracterizó por su gran precariedad, debido a que en algunas ocasiones se presentaron problemas de abastecimiento de víáticos, los cultivos eran escasos y el ganado era casi inexistente. Por otra parte, aquellos que se dedicaron al trabajo agropecuario de la hacienda gozaron de mayores ventajas y mantuvieron mejores patrones alimenticios, puesto que podían acceder más fácilmente a una dieta basada en carne, plátano y maíz.

En las zonas mineras, como lo explica Orián Jiménez, el administrador de la mina era el encargado de la alimentación de todas las familias negras que formaban la población esclava (Jiménez, 1998: 219-240). Según María Cristina Navarrete, en los distritos mineros que conformaban la Gobernación de Popayán, los esclavos recibían copiosas cantidades de plátanos, varias libras de maíz pilado, sal y, en ciertas ocasiones, carne (Navarrete, 2005: 120-180).

Los esclavos localizados en el valle geográfico del río Cauca, especialmente los ubicados en las haciendas, como lo menciona Mateo Mina, obtenían mejores raciones alimenticias que los esclavos del sector minero del Chocó y de la Costa Pacífica. Según información suministrada por el referido autor, los esclavos de haciendas de los alrededores de Cali obtenían la siguiente ración alimentaria:

Los esclavos adultos recibían cada semana 24 plátanos, media arroba de carne y un almud de maíz. Cada mes recibían media libra de sal (los capataces recibían una libra de carne y los mayordomos blancos dos libras), los niños y los que no trabajaban recibían la mitad de esto (Mina, 1975: 20).

Con raciones como estas y con otros alimentos rebuscados, esclavos y esclavas improvisaron, como mencionamos en páginas anteriores, cocidos que no solo hicieron parte de su dieta, sino de todas las cocinas vallecaucanas. Bien señaló Eugenio Barney Cabrera: “hay comidas

y hábitos alimentarios de origen negro, de ello no cabe duda. Pero que los más son derivados y mezclas, como queda dicho, o forzoso ‘invento’ de negros esclavos, también es evidente” (Cabrera, 2004: 70-85).

Así, por ejemplo, son herencia de esclavos africanos las diversas preparaciones a base de plátano, “las comidas al vapor o envueltas en hojas [...] toda la serie de tamales y ‘envueltos’” (Cabrera, 2004: 66).

De igual forma, el negro que vivió en lo recóndito de los bosques huyendo del sistema esclavista, se regocijó de lo que la naturaleza le brindó. Las fértiles tierras para sembrar plátano, maíz y criar cerdos, los escenarios acuáticos para la pesca, y el abigeato le permitieron al negro cimarrón mantenerse por fuera del sistema esclavista.

Nos explica el historiador Eduardo Mejía que el valle geográfico del río Cauca a finales de la época colonial era un escenario formado por haciendas, parcelas campesinas y pequeños núcleos urbanos. El área de las haciendas y las ciudades coloniales contaba con una producción agropecuaria basada en la mano de obra esclava, la cual se estaba modificando por las nuevas tenencias en la posesión de la tierra y otras formas de relaciones sociales (Mejía, 2002: 35-98).

El sector de los campesinos vallecaucanos, de quienes sabemos gracias a las investigaciones de Mejía, tenía terrenos en las haciendas en calidad de terrazgueros o poseían derechos de posesión en los globos de tierra del indiviso; siendo el grupo mayoritario de la población. Su trabajo en las haciendas y en las respectivas parcelas enriqueció la producción agropecuaria base de la economía de los centros urbanos y nuevos poblados:

A medida que ampliaban a frontera agrícola interna con sus “platanares”, o fincas, criaban cerdos en los montes anegadizos cercanos a los ríos, cazaban aves y anfibios en las ciénagas y producían –clandestinamente o no– aguardiente y tabaco. Así fueron construyendo un territorio surcado por caminos que unían parcelas y caseríos entre sí con antiguas ciudades coloniales (Mejía, 2002: 42).

Estos grupos hicieron uso y sacaron ventaja de los terrenos inundables y enmontados, y de la diversidad de flora y fauna para crear sus fuentes de sustento diario de alimentación junto a lo que se generó en sus parcelas (maíz, plátano, cacao y cría de cerdos).

La variedad de productos cultivados en las haciendas y las condiciones ecológicas del valle geográfico del río Cauca, permitieron fácilmente el consumo de comidas ricas en carbohidratos, proteínas y azúcares. Así entendemos la preparación de comidas como el plátano, el sancocho, el inseparable chocolate con queso, y platos dulces.

Con la carne, el maíz, el plátano y otros cuantos ingredientes, se preparó el sancocho, una de las comidas de mayor poder energético, el plato del mestizaje culinario que no hizo distinción de consumo entre grupos sociales, solo acentuó una diferenciación en la forma de servir y comer:

También hay otro plato, y mi testimonio sobre él es de un enemigo, porque yo lo detesto. Es el llamado sancocho, que constituye la principal de las comidas, y entre los campesinos generalmente es el único que acompaña al plátano asado. Para prepararlo tómese una cantidad cualquiera de tasajo (el que no se ha corrompido al secarse, es el mejor) con o sin huesos, gordo o flaco; póngase en una olla de barro con más o menos un balde de agua, agréguensele trozos menudos de plátano verde, y si hay, pedazos de calabaza y de yuca; papas, nabos, zanahorias, cebollas, chirivías y remolachas también se les puede echar, pero las primeras no crecen aquí y las otras son universalmente desdeñadas por estas gentes. Las batatas, que son inferiores a las nuestras de tal manera que yo no dudé a veces de su identidad, también son agregadas en ocasiones, lo mismo que los tomates. Esta mixtura se hierve muy bien. Los bogas comen el sancocho con cucharas de totuma y con conchas de totuma. Los campesinos, en general, lo toman sirviéndolo en ollas rotas o en totumas y con cucharas de madera o de totuma; las familias respetables lo comen con antiguas y pesadas cucharas de plata, sirviéndose de platos soperos de viejo pedernal, modelo el “sauce” de nuestros tiempos primitivos (Holton, 1970: 143).

El almuerzo solía terminar con una bebida, generalmente se trataba de agua o chocolate. El momento de la cena era acompañado por plátanos en los que siempre se encontraba presente el apetecido plátano, complementado con dulces propios de la región y el infaltable queso:

Dos o tres jarros o copas de plata vienen en una bandeja. Y se les llena sucesivamente, sacando el agua de un recipiente de latón, hasta que todos han calmado la sed. Luego, si hay presente algún sacerdote, pero jamás en otras ocasiones, se dicen algunas plegarias de acción de gracias al creador.

[...] La comida principal, al igual que el almuerzo, con una sopa. El eterno sancocho seguramente estará presente, pero como adicción o remplazo de la estopa de carne, quizás sirvan un guisado bastante parecido a la carne cocida: Generalmente es muy tierno en Nueva York. Después de la carne sirven una taza pequeña o un jarro de leche hervida que se toma generalmente con plátano asado; a esto siguen pedazos de panela, o almíbar con o sin leche hervida, o cualquier otro postre dulce. Las variedades de estos dulces van desde la calabaza hasta los higos y son innumerables. Con el dulce y el chocolate nunca debe faltar el queso, y si no hubiera queso para el chocolate se le sustituye echándole un poco de sal. Después del dulce viene el agua, servida como en la mañana: Durante las comidas es muy raro que se beba, a menos que sea vino o aguardiente.

[...] Tiende el mantel y coloca los platos, un cuchillo, un trozo de queso y las cucharas. Luego vienen los plátanos verdes, fritos, machacados entre dos piedras, y en seguida tres tazas de chocolate en una bandeja. Colocan cada taza en un plato y el resto lo sirven de la misma manera. Ponen sobre la mesa una fuente honda con dulce y los plásticos para servirlo. Por último, viene el agua y los jarros y los llenan una y otra vez, bebiendo algunos directamente de las vasijas de latón, hasta quedar todos satisfechos. Este es el final de las comidas y de las bebidas del día, y si alguna vez varían es porque omiten una de ellas. En ocasiones, al levantarse por la mañana, toman una taza de café negro, sin leche y con

mucho azúcar. No es cierto, como lo afirman ciertos viajeros, que los granadinos tomen café o chocolate antes de levantarse (Holton, 1970: 144-146).

Según las descripciones realizadas por Holton, podemos percibir que, pese a los cambios vividos en el orden político, económico y social característico del siglo XIX, no se había dado un cambio significativo en las comidas adoptadas en el periodo de Conquista y Colonia. Ello se puede confirmar por la descripción hecha por el médico y botánico Charles Saffray, quien a su paso por el valle geográfico del río Cauca en la década de 1860, pudo establecer que el maíz, producto básico de la dieta prehispánica, seguía siendo la base alimentaria:

El maíz y la banana constituyen en Nueva Granada la base de la alimentación. Los habitantes actuales le preparan de una manera tan primitiva como la que emplearon sus antecesores indios. Para hacer las arepas, o tortas de maíz, mondan y descortezan en parte el grano en un gran mortero de madera, desembarazándolo de sus impurezas por medio de un lavado, hecho el cual lo cuecen. Después de enfriarle le machacan en una piedra de moler, que consiste en un pedazo de sienita o de pórfido, con la superficie ligeramente cóncava y colocado sobre un tres pies de madera. Cuando los granos están convertidos en una pasta homogénea, aplanan después entre las manos, y la ponen sobre lo que allí llama la cayana, placa de barro cocido que se coloca sobre un fuego lento. Cuando se ha vuelto varias veces la torta o arepa, presenta un color dorado muy apetitoso, constituye una especie de pan de buen sabor, que así se puede comer frío como caliente (Saffray, 1948: 218).

El maíz, una de las plantas más antiguas cultivadas en el continente americano, que constituyó la base de la alimentación de los aborígenes americanos (Mesa, 1995: 7), permaneció como alimento básico de la dieta diaria de muchos comensales. Así, uno de los platos que ha permanecido a través de muchas generaciones hasta el

presente es la mazamorra, un alimento de muy alta demanda y de alto contenido nutricional, cuya preparación es descrita por Saffray:

Otra preparación muy importante del maíz es lo que llaman la mazamorra, sin la cual no creería ningún trabajador haber comido bien. A mí me parece que es digna de figurar en las mesas de más lujo. Para obtenerla se humedece el maíz durante doce o quince horas en agua tibia, y después se pone a cocer, añadiendo al agua un poco de ceniza para que sea ligeramente alcalina. Cuando están bien cocidos y dilatados, se descortezan frotándolos sobre las piedras de moler. Entre tanto se ha reposado el agua del cocimiento; échase en ella azúcar, juntamente con los granos, que muy blandos entonces adquieren así el gusto más agradable. Sustituyendo con leche el agua alcalina obtiéndose un manjar que recomiendo a las personas de paladar más delicado. Aunque muy nutritiva, la mazamorra no empacha a los enfermos y su uso es precioso durante la convalecencia (Saffray, 1948: 218).

Otras de las preparaciones de gran importancia fueron las arepas y los bollos de maíz, que durante mucho tiempo se convirtieron en comidas de una alta preferencia:

Con la pasta de arepa se hacen también unos bollos destinados sobre todo para los viajeros. Como los molinos escasean mucho, y se reservan para moler el trigo en las regiones frías, no se hace uso del maíz bajo la forma de harina.

Prepáranse algunas veces arepas con un maíz llamado chócolo, cuyo grano es aún algo lechoso y azucarado; es una especie de pan de lujo, excelente sobre todo para hacer sopas de leche, pero conviene usarle con moderación, pues se cree que promueve los síntomas de la fiebre intermitente (Saffray, 1948: 219).

La chicha, bebida preparada de maíz y conocida por casi todos los pueblos aborígenes de América, continuó siendo elaborada y altamente consumida, por lo menos hasta fines del siglo XIX:

El maíz sirve también para fabricar una especie de cerveza llamada chicha, que los españoles hallaron muy abundante en tiempo de la conquista, y cuyo uso se conserva en todas las regiones donde crece la fecunda gramínea. Es la bebida favorita, y se reserva para los días de fiesta y de gala. El agua pura basta de ordinario a este sobrio pueblo para sus comidas.

La chicha de primera calidad se hace dejando fermentar el maíz, al que se agregan algunos jugos mezclados con un poco de levadura para acelerar la operación. El líquido así obtenido aparece ligeramente turbio, rico en alcohol, y tiene un sabor algo picante, debido a la presencia de una cantidad de ácido acético. Sometido a la destilación, produce un buen aguardiente, pero este último se suele fabricar más a menudo con el maíz fermentado solo y aunque no tiene mal gusto, no se toma sin aromatizarle antes con anís. Practicada esta operación, désignase el líquido con el nombre de aniseta o anisado, y es el único licor fuerte de un uso general entre los neo-granadinos (Saffray, 1948: 220).

CONCLUSIONES

La alimentación se constituye en un fenómeno complejo, en tanto está determinado por una amplia diversidad de factores culturales, sociales, ambientales y económicos. Estos factores se interrelacionan de distintas maneras según las circunstancias específicas que tienen lugar en un espacio y tiempo determinados. En este sentido, vale la pena destacar que alrededor de los alimentos se desarrollan prácticas, hábitos, costumbres y usos que identifican el sistema de consumo de alimentos de un determinado grupo social.

Al haber estudiado las costumbres sobre la alimentación de la sociedad caleña en el período de 1820 a 1880, en un momento histórico marcado por dinámicas de cambio a nivel económico, político y social en el que estaba teniendo lugar el tránsito del período colonial al republicano, puede afirmarse que los hábitos alimenticios se vieron influenciados por variables de gran importancia, entre las que es preciso considerar: las condiciones medioambientales, los factores

económicos, el contexto político, y las relaciones sociales y culturales.

Podemos afirmar que la dieta alimentaria de la ciudadanía caleña en el siglo XIX estuvo influenciada por factores medioambientales presentes en el valle geográfico del río Cauca, los cuales determinaron el uso y las preferencias culinarias con base en los recursos que las fructíferas tierras del valle geográfico ofrecían. Es de esta manera como se consolidaron a través de la historia patrones alimenticios que dieron origen a una dieta rica en carbohidratos, proteínas y azúcares. La presencia de ecosistemas ricos en una gran variedad de alimentos tales como carnes, verduras, frutas y en general alimentos de

pancoger entre los que destaca el maíz, el frijol, el plátano y la yuca, entre otros, ayudaron a darle un toque distintivo a la dieta de la sociedad caleña, en concordancia con lo que el medio físico proporcionaba.

En síntesis, la realización de un estudio como este posibilita conocer las relaciones de interacción y adaptación del ser humano frente a lo que le ofrece su entorno. De igual forma posibilita el conocimiento en relación a los diversos mecanismos de orden cultural que han sido desarrollados por esa sociedad para atender a las ventajas o limitaciones del medio natural, reflejadas en momentos de abundancia o de escasez, ocurridas en determinados períodos históricos.

BIBLIOGRAFÍA

- BARNEY, C. Eugenio (2004). *Notas y apostillas al margen de un libro de cocina: Asentamientos humanos en el Valle del Cauca y sus posibles influencias en los hábitos alimentarios*. Cali: Programa Editorial de la Universidad del Valle.
- CODAZZI, Agustín (1959). *Jeografía física i política de las provincias de la Nueva Granada*. Bogotá: Publicaciones del Banco de la Republica, Archivo de Economía Nacional.
- D. COE, Sophie (2002). *Las primeras cocinas de América*. México: Fondo de Cultura Económica.
- FLÓREZ M., Alberto (ed.) (2008). *El poder de la carne: Historia de la ganadería en la primera mitad del siglo XX en Colombia*. Bogotá: Editorial Pontificia Universidad Javeriana.
- GARCÍA, Evaristo (1945). *El plátano en Colombia y particularmente en el Valle del Cauca*. Cali: Universidad Industrial del Valle del Cauca, Facultad de Agronomía.
- GONZÁLEZ DE MOLINA, Manuel (1993). *Historia y medio ambiente*. Madrid: Eudema.
- HOLTON, Isaac (1970). *La Nueva Granada: Veinte meses en los Andes*. Bogotá: Banco de la Republica. Serie Archivo de la Economía Nacional, 40.
- JIMÉNEZ, Orián (1998). "La conquista del estómago: viandas, vituallas y ración negra siglos XVII-XVIII". En: Luz Adriana Maya (ed.), *Geografía humana de Colombia: Los afrocolombianos*. Bogotá: Instituto Colombiano de Cultura.
- MARTÍNEZ C., Aida (2012). "El chocolate, bebida sin fronteras en el siglo XIX". En: *Revista Credencial Historia*, 130, 8-11.
- MEJÍA P., Eduardo (2002). *Campesinos, poblamientos y conflictos: Valle del Cauca 1800-1848*. Cali: Programa Editorial de la Universidad del Valle.
- MELVILLE, Elinor & GRANADOS B., Gabriel (1999). *Plaga de ovejas: Consecuencias ambientales de la Conquista de México*. México: Fondo de Cultura Económica.
- MESA B., Daniel (1995). *Historia natural del maíz*. Medellín: Ediciones de Autores Antioqueños. Colección Autores Antioqueños, 96.
- MINA, Mateo (1975). *Esclavitud y libertad en el valle del río Cauca*. Bogotá: Herrera Hnos.
- MORNER, Magnus (1999). "Nuevos enfoques a la Historia Local: experiencias, problemas y perspectivas." En: *Región*, Cali: Universidad del Valle, 7.
- NAVARRETE, María Cristina (2005). *Génesis y desarrollo de la esclavitud en Colombia: Siglos XVI y XVII*. Cali: Programa Editorial de la Universidad del Valle.

- PATÍÑO, Germán (2005). "Las cocinas de María". En: *Revista Poligramas*, 23, 79-134. Recuperado de: <<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/2906/1/Rev.Poligramas,No.23,p.79-134.pdf>> [consulta 20 de octubre del 2013].
- PATÍÑO, Víctor Manuel (1964). *Plantas cultivadas y animales domésticos en América equinoccial: Tomo II, Plantas alimenticias*. Cali: Imprenta Departamental.
- PATÍÑO, Víctor Manuel (1969). *Plantas cultivadas y animales domésticos en América Equinoccial: Tomo IV*. Cali: Imprenta Departamental.
- PATÍÑO, Víctor Manuel (1970). *Plantas cultivadas y animales domésticos en América Equinoccial: Tomo V*. Cali: Imprenta Departamental.
- SAFFRAY, Charles (1984). *Viaje a Nueva Granada*. Bogotá: Publicaciones del Ministerio de Educación Colombiano.
- SALDARRIAGA, Gregorio (2006). "Consumo de carnes en zonas cálidas del Nuevo Reino de Granada: cualidades cambiantes, siglos XVI y XVII." En: *Fronteras de la Historia*, 11, 21-56.
- SERRET, Félix (1995). *Viaje a Colombia: 1911-1912*. Bogotá: Instituto Colombiano de Cultura-Colcultura/Biblioteca Nacional de Colombia.
- TOUSSAINT-SAMAT, Maguelonne (1991). *Historia natural y moral de los alimentos: La carne, los productos lácteos y los cereales*. Madrid: Alianza.
- VALDIVIA R., Luis (1992). *Economía y espacio en el Valle del Cauca, 1850 a 1950*. Cali: Programa Editorial de la Universidad del Valle.
- VERGARA Y VERGARA, José María (1936). *Las Tres Tazas*. Bogotá: Publicaciones del Ministerio de Educación Nacional/Minerva.

