



## EL ARTE CULINARIO DE CIEGO DE ÁVILA: INFLUENCIA DE LO FORÁNEO Y LO POPULAR

**Daysi Fabiana Cruz Lemus.**

Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Cuba.  
[deisycruz@fcm.cav.sld.cu](mailto:deisycruz@fcm.cav.sld.cu)  
Ingeniera Zootecnista. Máster en Ciencias  
Profesora asistente del Departamento Tecnología de la Salud.

**Osdaidys Chala Govea**

Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Cuba.  
[osdaidys@fcm.cav.sld.cu](mailto:osdaidys@fcm.cav.sld.cu)  
Licenciada en Educación: Especialidad Biología. Máster en Ciencias  
Profesora auxiliar del Departamento Tecnología de la Salud.

**Adalberto Gómez Segura**

Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Cuba  
Licenciado en Historia  
Profesor instructor del Departamento de Historia.

**Wilfredo Téllez Labrador**

Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Cuba.  
[wilfredo@fcm.cav.sld.cu](mailto:wilfredo@fcm.cav.sld.cu)  
Licenciado en Nutrición  
Profesor instructor y metodólogo de la carrera de Nutrición del Departamento Tecnología de la Salud.

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Daysi Fabiana Cruz Lemus, Osdaidys Chala Govea, Adalberto Gómez Segura y Wilfredo Téllez Labrador (2016): "El arte culinario de Ciego de Ávila: influencia de lo foráneo y lo popular", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (noviembre 2016). En línea:

<http://www.eumed.net/rev/caribe/2016/11/cocina.html>

### RESUMEN.

Se realizó una monografía etnográfica sobre los principales hechos de carácter sociocultural que incidieron en el origen de la cocina avileña actual, con el objetivo de profundizar en la génesis de la cultura alimentaria y culinaria; así como divulgar algunos platos autóctonos e inéditos de la región. Para la realización de este estudio se aplicaron los métodos de investigación histórico-lógico y analítico-sintético; y las técnicas de diagnóstico empleadas se basaron, fundamentalmente, en entrevistas a especialistas claves en la temática y a representantes de las principales etnias residentes en el territorio; así como en la recopilación y procesamiento de datos y el ordenamiento de dicha información. Se concluye que el arte culinario avileño surge y se desarrolla sobre la base de variadas culturas, y de ellas sobresalen las raíces: indígena, española, africana, china, francesa y criolla; y que posee platos autóctonos, algunos de ellos inéditos y/o anónimos, de indiscutible valor cultural y nutricional que pudieran ocupar un lugar relevante en el menú turístico de la región.

### PALABRAS CLAVE

Monografía – etnográfica – cocina – alimentos – cultura – alimentaria - culinaria

THE CIEGO DE ÁVILA CULINARY ART: THE FOREIGN AND THE POPULAR INFLUENCE

## ABSTRACT.

An ethnographic monograph was made related to the main aspects of the cultural background character that took part on the genesis and development of the Ciego de Avila's cousin culture, with the objective of deepen in the culinary genesis cousin as well as to give popular knowledge to some traditional and originals dishes from these region. For that matter, the analytic- synthetic and history- logical methods were applied; and the diagnosis techniques used were based on interviews to professionals and specialists as well as some resident of the principal ethnic of the region and on data processing also, as well as data compilation. The article concludes that Ciego de Avila's cousin culture emerges and develops from the basis of different cultures roots like: Indians, Spaniards, Africans, Chinese, French, and national; and have traditional and originals dishes, some of them are anonymous and unique with a tremendous nutritional and cultural values that may occupied a relevant position on the touristic region menu.

## KEY WORDS

Monograph – ethnographic - kitchen - foods – culture – alimentary - culinary

## INTRODUCCIÓN

Desde los primeros momentos de su existencia los hombres han experimentado múltiples experiencias culturales, descubrimientos, aportes, transformaciones o acontecimientos que han ocurrido en los contextos geográficos más diversos. Una de esas experiencias culturales en las que el ser humano ha sido, precisamente un protagonista vital, consiste en la necesidad de alimentarse, así como de ir diversificando las formas y los procedimientos de este proceso sin el cual no existiría la vida sobre el planeta (Salazar Silva, 2014:7-8).

La cocina, al igual que la música, la literatura y el resto de las artes, forma parte del tesoro cultural de cada pueblo que no debe perderse. Es símbolo de identidad y dentro de ella están los hábitos alimentarios, las tradiciones y costumbres y el más profundo sentido de pertenencia; indisolublemente ligado al patrimonio cultural de las naciones.

Varios son los autores que se proyectan hacia la conceptualización de la identidad, en tal sentido pudieran señalarse los casos de Cristóbal A. (1995), quien esboza que "la identidad comienza a manifestarse en el momento en que nos percatamos de las diferencias". Torres C. (1995), denota que "la identidad es igual al ser nacional y su imagen, sus tradiciones, su historia, raíces comunes, formas de vida, motivaciones, creencias, valores, costumbres, actitudes, conciencia de mismidad". Pupo J. (1991), define a la identidad como "comunidad de aspectos sociales, culturales, étnicos, lingüísticos, económicos y territoriales; así como la conciencia histórica en que se piensa su ser social en tanto tal, incluye la auténtica realización humana y las posibilidades de originalidad y creación" (Marcelo González, 2013:13).

La identidad cultural cubana, en contrastación con las regularidades culturales establecidas por los estados europeos durante su formación, no es el resultado de un proceso civilizatorio tradicional. Estamos en presencia de lo que el antropólogo Darcy Riveiro (1992) denomina "estilo de civilización de los pueblos nuevos", resultado de un proceso de confrontación, interacción y síntesis de determinados elementos culturales, que cimientan y distinguen nuestra realidad identitaria (Marcelo González, 2013:18).

Por tanto, los estudios sobre bebidas y comidas en la actualidad poseen aún un fuerte componente sociológico y antropológico anclados en la jerarquización que exigen las dimensiones socioculturales del fenómeno y en los aspectos esenciales promovedores de su mantenimiento en las cotidianidades, las normas establecidas en ella las cuales se mantienen con ahínco como: el comer a la mesa, los horarios de almuerzo y comida, las siestas, etc.; sustentados en la búsqueda sistemática de formas de cocción, entre otros aspectos (Calderón Villegas, 2008:2).

De esta manera, los alimentos que se comen tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para procesar, preparar, servir y consumir esos

alimentos varían culturalmente y tienen sus propias historias, y su consumo está condicionado por su significado.

Para caracterizar la evolución de la cocina es necesario conocer cómo ésta se vincula a la producción, a las formas de obtención de los productos comestibles y del consumo y distribución de alimentos; así como a los escenarios sociales, económicos y culturales que los sustentan. Es decir, se requiere del conocimiento del sistema alimentario regional según Contreras y García, (2005) – del que depende el repertorio de alimentos – y de los distintos aspectos históricos, sociales, económicos y políticos que junto con procesos más amplios, como la globalización, han influido en la alimentación y las prácticas culinarias de los pueblos a través de la imposición por parte de grandes corporaciones transnacionales de nuevos patrones de producción, comercialización y consumo.

La realidad está exponiendo de forma cruda, el camino por donde atraviesa el fenómeno de la cultura alimentaria. La globalización en la alimentación es un proceso que va atentando contra los valores de la cocina tradicional a nivel mundial y aunque tiene su significado en el ámbito de la seguridad alimentaria, ha conducido a la pérdida del sello autóctono, desde el punto de vista gastronómico que caracteriza a cada país (Marcelo González, 2013:2).

Ejemplo de ello, siguiendo el criterio de Carrasco (1992) es que en el mercado se encuentra ahora una gran diversidad de productos, muchos de ellos de origen extranjero, lo que ha influido en el surgimiento de nuevas preferencias y prácticas alimentarias y culinarias.

La historia de la comida es aún una historia muy alejada de la investigación. Sin embargo, aunque sea así, son historias que llevan a recorrer un entramado cultural, social y político que arroja una descripción más acabada de la realidad, una capacidad para ver las cosas y explicarlas que muchas historias de lo político o de lo social no tienen según González, 2008 (Bombino Mayoral, 2013:2).

Pero es en la cocina tradicional donde se concretan aquellos saberes y prácticas alimentarias y culinarias que permanecen como parte de la herencia e identidad cultural. Ella comprende los saberes culinarios, las costumbres y los rituales, así como las formas de preparación de los alimentos reconocidas y transmitidas de generación en generación.

La cultura culinaria está representada por la forma creativa de preparar los alimentos, y aparece como resultado del actuar humano en los diversos sitios y períodos de su existencia. (Guarch, 1978:1)

La comida avileña es pues, el producto de una rica tradición culinaria en la que se combinan sustancias y costumbres de varios continentes, mezcladas sabiamente con la sazón del buen gusto popular. Una cultura auténtica, macerada por siglos que se sigue transmitiendo de generación en generación dando así un patrimonio intangible familiar.

El objetivo de esta investigación etnográfica se centra en poner al descubierto los hechos más relevantes que incidieron en el desarrollo de la cocina tradicional de esta región geográfica; así como develar el caudal de sabiduría y buen gusto de platos autóctonos e inéditos de indiscutible valor nutricional.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Durante el proceso de la investigación científica se aplicaron los siguientes métodos y técnicas investigativas.

Del nivel teórico:

- Método histórico-lógico: para determinar los antecedentes históricos del proceso de formación de la cultura culinaria en la provincia, la lógica de su desarrollo y las condiciones económicas y sociales que influyeron en el mismo.
- Método analítico-sintético: en el estudio de los factores que influyeron en la formación de la cultura culinaria de la provincia, estableciendo las relaciones e interacciones que existe entre ellos. También se utilizó para procesar la información obtenida.

Del nivel empírico:

- Análisis de documentos: se utilizó para examinar diversos materiales relacionados con el objetivo a investigar lo cual permitió determinar las raíces que conformaron la génesis de la cultura culinaria avileña y las potencialidades existentes por la influencia, tanto de lo foráneo como de los popular.
- La entrevista: para la obtención de información acerca de recetas y platos típicos de la región; así como técnicas para la elaboración de alimentos relacionadas con nuestro arte culinario. Se utilizó con profesionales y especialistas en la materia.

Del nivel estadístico:

- Método descriptivo: para clasificar y organizar la información recopilada en cuanto al origen y desarrollo del arte culinario en la provincia.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 1. ESBOZO HISTÓRICO DE LA PROVINCIA

De los cinco grupos aborígenes principales que habitaban en la Isla de Cuba a la llegada de los españoles a nuestras costas, dos de ellos vivían en la provincia de Ciego de Ávila: al sur, los Siboneyes (Cayo Redondo) y al centro y norte, los Subtaínos.

En sitios ubicados en la región sur se han encontrado restos alimenticios marinos como conchales, caracoles, majadores toscos, cuchillos muy pequeños de sílex, sin la presencia de cerámicas ni objetos de los agricultores ceramistas, lo que confirma a este grupo como recolector.

La mayor abundancia de sitios corresponde al grupo Subtaíno, en ellos se han encontrado una variada serie de piezas de piedra tales como: hachas petaloideas pulidas de basalto y de peridotita, sílex laqueado de diversos tamaños, majadores pulidos y bien trabajados de rocas graníticas, piedras tintóreas — hasta ahora se ha encontrado hematita roja —, restos alimenticios como huesos de jutía, huesos de pescados, conchas y caracoles, huesos de tortuga o carey, huesos de aves, muelas de cangrejos. Mientras que en cerámica se han encontrado pedazos de buril, lo que indica que cultivaban la yuca.

En 1513 el capitán Pánfilo de Narváez, enviado por Diego Velázquez, llega a Jaraguéyal, denominado así por los aborígenes residentes dirigidos por el cacique Ornofay quienes no ofrecen resistencia, y entre asombrados e ignorantes brindan de buena fe guía y comida.

Por la abundancia de jicoteas en las lagunas de Jaraguéyal, los conquistadores le asignan el nombre de “Paradero de las Jicoteas” donde hoy se encuentra el poblado del mismo nombre.

En el año 1514 se funda la villa de Sancti-Spíritus y en 1515 la de Puerto Príncipe (actual provincia de Camagüey). Estas se extendían cien kilómetros al este y cien al oeste respectivamente, quedando el territorio de la actual provincia de Ciego de Ávila en los límites de ambas jurisdicciones (Morales, 1978:5-6).

El hatillo de Ciego de Ávila fue demarcado el 30 de octubre de 1577, por una comisión creada en la villa de Sancti Spíritus e integrada por Diego de Cifuentes (un alcalde espirituano conocido como *El Magnífico*) y el regidor Amaro Gómez, los cuales procedieron a desempeñar su encargo ante el escribano público y de cabildo Gonzalo de Balboa (Cabrera, Pérez y Armengol, 2007:13-14).

#### 1.1 Acerca del nombre de Ciego de Ávila.

El topónimo Ciego de Ávila es fruto de la combinación de dos términos: uno geográfico, el otro el apellido del primer conquistador español que recibió la ya referida merced.

Esteban Pichardo (citado por Ángel Cabrera y col, 2007) define como ciego al terreno llano, o de sabana, que por estar rodeado de bosques, no tiene comunicación con otros de su clase; además este autor precisa que varias haciendas recibieron con su nombre ese dictado calificativo. En el siglo XIX, en los topónimos de más de cuarenta lugares de Cuba, entre ellos núcleos poblacionales, arroyos y lagunas, también aparece la palabra *ciego*.

Respecto al nombre del conquistador español cuyo apellido fue unido a la palabra “ciego”, con la preposición “de” por medio, son variadas las opiniones entre los historiadores, sin que prevalezca hoy una versión sobre la otra. Hay quienes lo atribuyen a Jácome, mientras otros lo hacen a Diego, Alonso, Cayo y Juan.

Morales (1978) en su libro *Provincia Ciego de Ávila*, citando al historiador oficial de la ciudad de Camagüey, ya fallecido, Jorge Juárez Cano, expresa: “En 1538 el cabildo de Puerto Príncipe concede merced a Jácome de Ávila para que con esclavos y familia se traslade a los límites occidentales y funde la hacienda San Antonio de la Palma y así se trasladó para donde hoy se levanta Ciego de Ávila. Siendo el Ciego un lugar de tránsito para la incipiente ganadería en Puerto Príncipe y en Sancti-Spíritus, los monteros se referían a este lugar llamándole el Ciego de Ávila y con el tiempo y el uso el nombre ha trascendido hasta nuestros días (Morales, 1978:7-9).

## 1.2 Características físico-geográficas.

La provincia Ciego de Ávila se encuentra enclavada en la región natural Camagüey-Maniabón, limitando al norte con el Canal Viejo de Bahamas, al sur con el Golfo de Ana María, al oeste con la provincia de Sancti-Spíritus y al este con la provincia de Camagüey. Surge como provincia a partir de la división político-administrativa realizada en Cuba en el año 1976 pues antiguamente era considerada parte del territorio camagüeyano, y tiene una extensión total de 7 122,4 km<sup>2</sup>; sin incluir los cayos, el área es de 6 485,0 km<sup>2</sup>. (Morales et. al., 1978:26).

Figura 1. Mapa de la provincia Ciego de Ávila.



Fuente: Calderón Villegas, Multimedia “Gestur”.2008.

## 1.3 Acerca de la incidencia foránea.

Ciego de Ávila posee una rica cultura popular tradicional nacida de la fusión de elementos heterogéneos en una región caracterizada por el desarrollo de la industria azucarera y la agricultura en general. Los elementos hispanos predominaban hasta finales del siglo XIX. Por ejemplo, según el censo de 1856 el territorio contaba con una población de 2 973 habitantes, de los cuales, 527 eran esclavos agrupados en 318 viviendas. En el año 1899 la población había disminuido ligeramente a 2 919, en 1907 era ya de 4 242 y en el año 1919 se registraron 16 403 habitantes; y éstos aportaron nuevos elementos a la cocina.

Muchos de ellos eran inmigrantes de diferentes lugares del país, del área del Caribe y también de otras etnias, tales como: chinos, árabes, anglosajones y galos; y por supuesto se mantienen también diversas formas de preparar los alimentos, propios del pueblo africano.

La llegada a Cuba de haitianos y jamaicanos se produce de 1913 a 1917 y se asentaron principalmente en la región oriental, desde aquí algunos grupos migraron a otras regiones del país, entre ellas Ciego de Ávila. Estas personas aportaron alimentos y formas de cocción de la cocina francesa e inglesa que enriquecieron aún más la cultura culinaria de la región.

En los municipios de Bolivia y Baraguá aún prevalecen comunidades haitianas que mantienen vivos sus bailes, ritos y costumbres, y cuyos festejos y tradiciones culinarias se conservan hasta hoy en varios e importantes asentamientos. Igual atención merece un asentamiento jamaicano ubicado al sur de la provincia (Baraguá), que por sus características ha sido objeto de análisis de no pocos estudiosos del país y del extranjero. (Cabrera, Pérez y Armengol, 2007: 17).

En el caso específico de los inmigrantes anglófonos del Caribe, en cuanto a hábitos alimentarios se refiere, podemos citar que confeccionaban sus principales comidas utilizando frutas de plantas traídas por ellos. Los platos que predominaban era el arroz con coco y frijoles; el cual se hace a partir de la mezcla del jugo lechoso obtenido del coco con el arroz y los frijoles.

Se elaboran otros utilizando harina de maíz, seso vegetal o akkíds, el árbol del pan. Son expertos preparadores de caldos con diferentes carnes y pescado, también se distinguen por el alto consumo de viandas. Algo imprescindible en esta cocina es la harina de trigo para elaborar el domplín, plato casi obligado.

La confección de dulces es algo muy habitual; entre los platos más distinguidos de la dulcería se encuentran el kake negro, pudín de coco y turnover que consiste en pequeñas empanadas rellenas con coco. En las bebidas se destaca el soria, a partir de esta planta, cuyo nombre común es flor de Jamaica; sus flores de color rojo intenso son utilizadas tanto frescas como secas en la confección del vino que no solo se toma en el barrio jamaicano, pues ha sido una de las plantas más difundidas en el municipio Baraguá (Campbell, 2007:161).

Los cultos de las religiones afrocubanas generan festejos sistemáticos en celebración a sus deidades, y éstas se entrelazan en asombroso sincretismo interno para generar nuevas costumbres litúrgicas y festivas.

Las comidas y bebidas, por tanto, están impregnadas de un contenido simbólico y onírico expresados en signos creados en los procesos de cocción y presentación, y donde los mitos de la alimentación concurren a adaptarse a nuestra alimentación, convirtiéndolo en un acto social y cultural que junto al consumo de alimentos ponen en juego un conjunto de factores de orden ecológico, histórico, cultural, social y económico ligado a una red de representaciones, simbolismos y rituales.

Los actos de cocinar y comer están condicionados por complejos y muchas veces contradictorios significados. El consumo de alimentos y los procesos sociales y culturales que lo sustentan contribuyen a la constitución de las identidades colectivas, a la vez son expresiones de las relaciones sociales de poder pues las comidas y las prácticas alimentarias como legado patrimonial también se han instalado en las agendas de las organizaciones, organismos e instituciones relacionadas con la cultura, el turismo y el desarrollo local (Centro Provincial de Casas de Cultura, 2005).

El alimento se manifiesta en sí como conjunto social psicológico, un comportamiento que se desarrolla más allá del propio fin de la nutrición que resume y señala otras conductas y constituye una actividad vinculada al deporte, al ocio, al trabajo entre otras cuestiones. Por tanto existe una multiplicidad y diversidad de expresiones alimentarias y una forma simbólica de comunicación transmitida de padres, familias, conjunto sociales mayores como el barrio, la localidad, la región, entre otros.

Hay que destacar que en las cocinas anglófonas y francófonas de los emigrantes del Caribe, asentados en el municipio de Baraguá de nuestra provincia se conservan recetas y técnicas culinarias hasta nuestros días.

### **1.3.1 La cocina, repostería y bebida del Caribe francófono.**

#### **Cocina:**

- Tontón: Diferentes viandas trituradas (puré) en un pilón.
- Kakalú: Fricasé de cerdo o pollo con quimbombó.
- Sup: Sopa de diferentes vegetales, cerdo.
- Domplín: Masa de harina de trigo con sal y grasa.
- Puá Konú: Congrí con frijoles caballeros.
- Puá Congó: Congrí con frijoles gandul.
- Mai Molé: Harina de maíz seco.
- Akasán: Leche, maíz tierno envuelto en hojas de plátano.
- Yak: Comida de carácter religioso.

#### **Repostería:**

- Bon-bon: Panetela de harina de trigo.
- Tat: Pastel de harina de maíz.
- Tablet: Torticas de maní o ajonjolí o dulce de coco en lasquitas.
- Pen Patat: Pudín de boniato y coco.

#### **Bebidas:**

- Tifey: Aguardiente con diferentes raíces y yerbas.
- Liké: Bebida no alcoholizada y propia del manyé blanche (comida a los santos blancos).

### **1.3.2 La cocina, repostería y bebida del Caribe anglófono.**

#### **Cocina:**

- Congrí con manteca de coco.
- Domplín: Masa de harina de trigo.
- Cukoo: Sopa.
- Sous: Aperitivo.

#### **Repostería:**

- Black cake (cake negro): Panetela con frutas horneado.
- Bown: (Pan de Gloria).

#### **Bebidas:**

- Vino Baríl: Elaborado con pétalos de la flor del mismo nombre.
- Cerveza: Jengibre.
- Sugar water: Limonada.

## **1.4 Acerca de la incidencia popular.**

En cuanto a lo popular cabe destacar las tradiciones campesinas que se desarrollan en toda la provincia, y que han dado origen a fiestas populares donde las comidas y bebidas ocupan un lugar relevante, al mismo tiempo que constituye una necesidad vital del ser humano donde se refleja la especificidad étnica e histórica cultural de la región (Matamoros y Fabregat, 2003:7).

Entre estas tradiciones podemos citar la "Parranda campesina", fiesta que se realiza al llegar un familiar ausente, el Día de Pascuas, cumpleaños o Día de las madres. La fiesta se ameniza con comidas: cerdo asado o frito, arroz congrí, tostones o chicharritas, fricasé de pollo, dulce de toronja criolla, fiambres, entremés, ensalada fría. Entre las bebidas se oferta: cerveza, ron, vino, crema de viet y aguardiente.

La Serenata Campesina se realiza a la llegada de un familiar ausente, cumpleaños, pascuas o Día de las Madres. En la comida se brinda cerdo asado o frito, agujas (fricasé de las vértebras de la columna del cerdo), chilindrón (fricasé de chivo o cabra), viandas en general,

preferentemente yuca con mojo (aliño de ajo, aceite, sal y jugo de limón o naranja agria), arroz con pollo o congri; entre las bebidas que se ofertan se encuentran el vino y el ron, al que se le añadía anís según el gusto.

Cada año, en nuestra provincia se celebran fiestas populares que, en algunos municipios, reciben el nombre de “parrandas”; tal es el caso de la “Parrada de Chambas” en el municipio Chambas, donde se enfrentan, en un derroche de creatividad y buen gusto en la construcción de carrozas, fuegos artificiales y entusiasmo en la evolución danzaria de sus “congas” los bandos del “Gallo” y el “Gavilán”; y la “Parranda de Punta Alegre” en el poblado de Punta Alegre del mismo municipio, donde se enfrentan los bandos de la “Salina” y el “Yeso”.

En estas fiestas populares es tradicional ofertar lechón asado o fricasé de cerdo, fricasé de pollo, yuca con mojo, tostones de plátano verde, ensaladas de estación, y como postre: turrónes cubanos y dulces elaborados con frutas de estación. Entre las bebidas se oferta cerveza, vino y ron, fundamentalmente.

Otra fiesta característica de esta región que se acompaña con alimentos de origen popular, constituidos en tradicionales, es la “Fiesta Guajira de los Bandos Rojo y Azul”. En la antigüedad se vendía arroz con pollo, congri, tostones, cerdo asado y bocaditos de cerdo, empanadillas, cucurucho de maní, dulces secos y en almíbar, además de vino, cerveza y ron. En la actualidad se ofertan bocaditos de jamón, de cerdo, pescado frito, pizzas, arroz con pollo, chicharritas, rosita de maíz, entre otros; también se ofertan cerveza y vino.

En el municipio Morón, ubicado en la costa norte de la provincia, cada año se celebra “El carnaval acuático” donde se prepara la “Paella de las 5000 raciones”, con la participación de chefs de la región. (Calderón, Alida, 2008).

Como es evidente, el arte culinario avileño es el producto de una rica tradición en la que se combinan sustancias y costumbres de varios continentes, mezcladas sabiamente con la sazón del buen gusto popular que le ha dado los matices actuales con pinceladas indígena, española, africana, francesa y china; mezcla de gusto y sabiduría han creado múltiples platos autóctonos de indiscutible valor socio cultural y nutricional.

### **1.5 Incidencia histórica actual.**

Estudios recientes realizados por especialistas del mundo turístico en varias regiones expresan, que las tendencias de los turistas del siglo XXI demuestran la alta atracción hacia la cultura de las localidades que visitan, especialmente en su gastronomía como componente de ésta. Aquí la cocina se presenta como forma de aumentar la oferta turística, como producto principal o como valor agregado; considerado como rescate del saber de un pueblo (Bombino Mayoral, 2013:3).

En nuestra provincia, al desarrollarse el turismo en el Cayerío Norte, la cocina avileña continua perfeccionándose y estilizándose, con el objetivo de ponerla a tono con la cocina internacional contemporánea, sin que cambie sus raíces.

Hoy día, las corporaciones mixtas en el sector hotelero, la unión de profesionales culinarios extranjeros y cubanos, la Asociación Culinaria de la provincia, el Sistema FORMATUR (Sistema Nacional de Formación para el Turismo), la Escuela de Altos Estudios de Hotelería y Turismo, y otras instituciones, así como el pueblo mismo, realizan aportes valiosos que contribuyen a enriquecer nuestra cocina avileña contemporánea.

De todos es conocido que el turista disfruta los alimentos nativos, particularmente platillos locales o de naturaleza étnica, pues el conocimiento de las cocinas locales, regionales o nacionales es de su interés y parte integral del disfrute físico y espiritual de la experiencia turística. A continuación le ofrecemos algunas recetas de la cocina avileña que pudieran ser utilizadas con estos fines.

## 2. ALGUNAS RECETAS AUTÓCTONAS E INÉDITAS DE LA PROVINCIA CIEGO DE ÁVILA, CUBA.

Una nota distintiva de estas recetas es que los platos preparados con algunas de ellas alcanzaron Premios Relevantes en Fóruns de Ciencia y Técnica del Sector de la Gastronomía y los Servicios, eventos que anualmente se celebran en nuestro país y que dan la posibilidad a los participantes de mostrar sus talentos culinarios.

Algunos de estos platillos se han mantenido en la preferencia de las personas que los degustan en los restaurantes donde se han creado; tal es el caso del “Arroz al Gallego”, “Las perlas de cerdo” o la “Milanesa de cerdo a la napolitana” por citar algunos ejemplos.

Otros, al paso de algunos años, ya no se elaboran en los sitios donde se crearon, pero han quedado registrados como Patrimonio Inmaterial Cocina en la provincia y el país.

Cerca del casco histórico de la ciudad se encuentra, lo que antiguamente fue, el Fuerte “La Palma”. Construido por el Ejército Español durante las Guerras de Independencia de la Isla de Cuba fue originariamente de mampostería y tejas, con dos líneas de fuego, y en cada una de ellas tenía siete aspilleras en los lados norte y sur, y seis por los lados este y oeste. Contaba con un agujero de ventilación por encima del nivel de las aspilleras (Cabrera, Pérez y Armengol, 2007:87).

En el año 1980 se sometió a una reconstrucción general y en este lugar se construyó el restauran “El Fortín”, en el interior de esta instalación se diseñó un reservado para comidas y/o brindis privados.

En este lugar se oferta comida criolla, y entre los platos que lo distinguen se encuentra el “Arroz al gallego”, receta que fue Premio Relevante en el Forum de Ciencia y Técnica Provincial durante el año 2013, y que se ha convertido en emblema de esta Unidad gastronómica. Fue creado por el Chef Asniel García.

Fotografía No. 2. Restauran “El Fortín”.



Fuente: Foto tomada por los autores.

**Nombre del plato: Arroz al gallego.**

Peso de la ración: 250 g.  
Para 1 ración.

Ingredientes	Cantidad
Arroz	230 g
Frijoles negros	90 g
Carne de cerdo magra	58 g
Carne de pollo sin piel	58 g
Plátano maduro	75 g
Mayonesa	174 g

Aceite	29 g
Ajo	6 g
Cebolla	6 g
Comino	3 g
Sal	3 g
Ají	6 g
Pasta o puré de tomate	58 g
Perejil	3 hojas

**Procedimiento:**

Ablandar los frijoles, escoger y lavar el arroz. Preparar el congrí.  
 Preparación del congrí: ablandar los granos de frijoles, picar a la Juliana fina las especias (pimiento verde, ajo, cebolla), saltear las especias con los granos blandos (escurridos), agregar el caldo a la medida (1 medida de arroz y 3 medidas de frijoles con caldo). Se puntea con sal y se cocina hasta el secado del arroz (a fuego mediano). Después se baja el fuego y se deja 10-12 minutos. Una vez cocinado se remueve una sola vez con la espumadera (se voltea) y se polvorea el comino y se tapa unos minutos. Las carnes se ablandan, se desmenuzan y se saltean por separado. La de cerdo con ajo, cebolla y ají y se le añade el tomate. Con la de pollo se procede de la misma manera pero no se añade tomate.

**Presentación:**

En un plato de asado se alternan capas de arroz congrí, carne de cerdo, plátano maduro frito, carne de pollo y finalizamos con una capa de arroz congrí, se decora con la mayonesa y las hojas de perejil.

Este plato puede acompañarse con el trago “El Fuerte”, creado en el propio restaurant por el barman que allí labora. La receta del mismo es la siguiente:

**Ingredientes:**

- Vino de ciruelas pasas.
- Un “doble” de ron Ávila
- Hielo
- Una rama de Hierba Buena.

Procedimiento: en una copa para vino se añade hielo finamente desmenuzado, se agrega un doble de ron Ávila y de vino, se homogeniza y se adorna con la rama de Hierba Buena.

**Fotografía No. 1. Arroz al gallego.**



*Fuente: Cortesía del Chef Asniel García.*

En el centro de la ciudad se encuentra el restaurant “El colonial”. La construcción de la edificación, con estilo ecléctico, data de la primera mitad del siglo XX. Este centro comenzó a prestar servicio como restaurant en 1975, y en 1989 fue restaurado, reabriendo su servicio

especializado en comidas españolas. En la actualidad, ofrece además, comida criolla y coctelería.

**Fotografía No. 6. Vista frontal del restaurant “El Colonial”.**



*Fuente: Foto tomada por los autores.*

**Fotografía No. 7. Vista interior del restaurant “El Colonial”.**



*Fuente: Foto tomada por los autores.*

El chef de este centro, Luis Felipe Cervantes, creó algunos platos que fueron premiados en Fóruns de Ciencia y Técnica, a continuación aparecen algunas de estas recetas.

**Nombre del plato: Sopa de judías.**

Peso de la ración: 290 g.  
Para 10 raciones.

Ingredientes	Cantidad
Judías (frijoles blancos)	460 g
Hueso de jamón	8 onzas
Tocino	4 onzas
Pimiento verde	30 g (1/2 unidad)
Pimiento maduro	30 g (1/2 unidad)
Ajo	29 g
Pasta de tomate	58 g
Cebollino	58 g
Aceite	1 onza
Sal	Al gusto

**Procedimiento:**

Ablandar las judías con el hueso de jamón y el tocino, retirar sin que abra el grano. Preparar una salsa criolla con los demás ingredientes.

Salsa criolla: Lavar el pimiento, pelar el ajo y picarlos en dados pequeños. En una sartén agregar 1 onza de aceite y saltear hasta que desprenda el aroma, agregar la pasta de tomate y

cocinar durante 2 minutos. Retirar el hueso del caldo y agregar la salsa. Dejar cocinar durante 2 minutos más. Puede acompañarse con rebanadas de pan tostado al gusto.

Observaciones: El caldo no puede espesar y el grano no debe abrir. Se pueden utilizar vegetales tales como acelga, zanahoria, calabaza (hervida en dados pequeños), papa (hervida en dados pequeños) etc., de utilizarlos se cocinan aparte y se añaden posteriores a la salsa y en los 2 minutos finales de cocción.

**Fotografía No. 3. Sopa de Judías.**



Fuente: Cortesía de Luis Felipe Cervantes, Chef del restaurant "El Colonial", creador del plato.

**Nombre del plato: Nido de pájaro.**

Peso de la ración: 236 g.  
Para 1 ración.

Ingredientes	Cantidad
Huevos	2 U (120 g)
Papa	4 onzas
Aceite	14 g
Salsa criolla	1 onza
Sal	Al gusto

**Procedimiento:**

Hervir los huevos y retirar la cáscara. Pelar la papa y cortarla a la Juliana fina, freír en aceite caliente hasta que quede crujiente. Retirar y dejar unos minutos que escurra en un plato o sobre una servilleta de papel. Colocar las papa fritas en un plato hondo formando un nido y en el centro colocamos los huevos. Retirar con cuidado la mitad de la clara de los huevos, picarlas a la juliana fina y utilizarlas en la decoración del nido. En esta decoración también puede ser utilizado pimienta verde, rojo y amarillo, buscando variedad de color. Depositar en el centro los huevos hervidos o rellenar las claras retiradas con la farsa seleccionada. El relleno o farce puede ser elaborado con: vegetales crudos, salteados o hervidos; picadillo de carne o pescado, las yemas pueden reducirse a puré y mezclarse con mayonesa, etc., la papa puede sustituirse por plátano verde. Acompañar con salsa criolla en un recipiente aparte.

**Fotografía No. 4. Nido de pájaros.**



Fuente: Cortesía de Luis Felipe Cervantes, Chef del restaurant "El Colonial", creador del plato.

**Nombre del plato: Emparedado de tostones.**

Peso de la ración: 4 onzas.

Para 1 ración.

Ingredientes	Cantidad
Plátano burro verde	2 U
Huevo	1 U
Jamón pierna	1 onza
Ajo	1 diente (2 g)
Aceite	4 onzas
Polvo de galleta	1 onza
Sal	A gusto
Lechuga	1 hoja
Pepino natural pelado o pepino encurtido	14 g

**Procedimiento:**

Pelar el plátano y cortarlo longitudinalmente. Freír el plátano a término medio, escurrir y dejar refrescar. Untarle el ajo para darle sabor pasarlo por el huevo batido y el polvo de galleta y freírlo. En un plato de asado se montan los dos emparedados de la forma siguiente: se coloca un tostón, la hoja de lechuga, las lonjas de jamón, el pepino y un último tostón.

Fotografía No. 5. Emparedado de tostones.



Fuente: Cortesía de Luis Felipe Cervantes, Chef del restaurant "El Colonial", creador del plato.

**Nombre del plato: Hamburguesa de vegetales.**

Peso de la ración: 5 onzas.  
Para 1 ración.

Ingredientes	Cantidad
Habichuela	1 onza
Calabaza	1 onza
Pimiento	1 onza
Papa	1 onza
Acelga	1 onza
Ajo	2 dientes (4 g)
Cebolla	14 g
Huevo	1 U
Sal	1 pizca
Galleta molida o pan rallado	1 onza
Aceite	2 onzas

**Procedimiento:**

Lavar con abundante agua los vegetales, molerlos crudos. Agregar el huevo crudo, la pizca de sal y el polvo de galleta. Darle forma de hamburguesa con el peso requerido y freír en aceite caliente cuidando dorar por ambos lados. Acompañar con ketchup y mostaza.

Otros platos, igualmente meritorios, fueron los creados por el Chef Internacional Eloers Díaz, y que hoy día ofrece en su restauran “El Siboney”.

**Nombre del plato: Milanesa de cerdo a la napolitana.**

Peso de la ración: 232 g.  
Para 1 ración.

Ingredientes	Cantidad
Escalopes de cerdo	4 onzas
Queso amarillo	1 onza
Jamón pierna	1 onza
Sal	1 gramo
Pimienta	0,1 gramo
Salsa napolitana	1 onza
Miga de pan (pan de corteza dura rallado)	1 onza
Harina de trigo	1 onza
Huevo	1 unidad
Aceite	1 onza

**Procedimiento:**

Se cortan dos escalopes de 2 onzas cada uno, se salpimentan, se pasan por harina, huevo batido y miga de pan, luego de empanizarlo se fríen en aceite caliente. Se colocan en un plato de asado, se le añade la salsa encima, se le coloca una lámina de jamón y una de queso, se gratina en un horno y se decora artísticamente con vegetales crudos.

**Nombre del plato: Cerdo relleno a la Gorden Blue.**

Peso de la ración: 232 g.  
Para 1 ración.

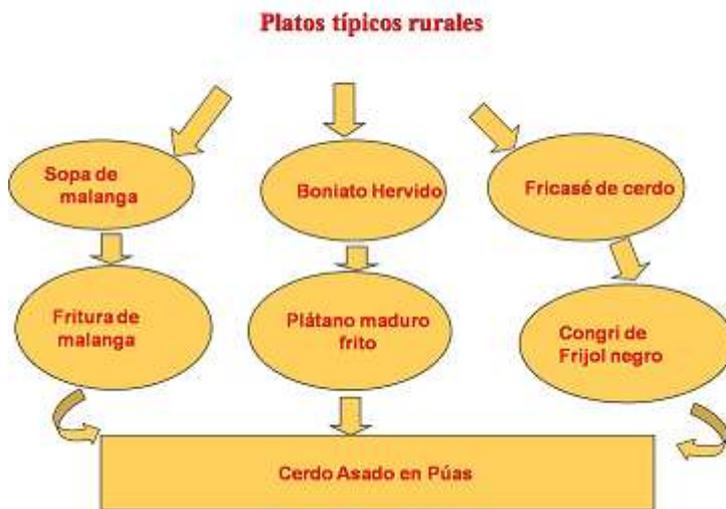
Ingredientes	Cantidad
Carne de cerdo molida	5 onza
Queso amarillo	1 onza
Jamón pierna	1 onza
Huevo	1 unidad
Harina de trigo	1 onza
Miga de pan (pan de corteza dura rallado)	1 onza
Ají	4 gramos
Cebolla	4 gramos
Ajo	2 dientes
Salsa de tomate	1 onza
Sal	0,1 gramo

**Procedimiento:**

Se muele la carne con los sazones, formar una bola, extender y rellenar con el jamón y el queso en láminas, envolver y empanizar. Freír en aceite caliente hasta que esté dorado. Se sirve en plato de asado con la salsa de base, decorando artísticamente con vegetales crudos.

Como la cultura culinaria, que es una forma creativa de preparar los alimentos, aparece como resultado del actuar humano en los diversos sitios y períodos de su existencia, en la zona rural Santana de la provincia Ciego de Ávila se manifiesta por el uso creativo de las viandas y las carnes de animales cuya crianza está al alcance del campesinado. A continuación referimos algunos de los alimentos que mayormente se consumen en este lugar como representatividad de los campos de esta región geográfica (Montalvo Álvarez, 2013:31-34).

Gráfico 1. Platos típicos de zonas rurales de Ciego de Ávila.



Fuente: Montalbo Álvarez J., 2013.

Fotografía No. 8. Frituras de calabaza.



Fuente: Montalbo Álvarez J., 2013.

Fotografía No. 9. Fricasé de cerdo con zanahoria.



Fuente: Montalbo Álvarez J., 2013.

Fotografía No. 10. Frituras de malanga.



Fuente: Montalbo Álvarez J., 2013.

### CONCLUSIONES:

1. a cocina avileña es un mosaico de origen mestizo, con mayor incidencia de las raíces indígena, española, africana, china, y en menor cuantía, las culturas inglesa y francesa; con marcada influencia de técnicas culinarias y hábitos alimenticios españoles y africanos traducidos principalmente en la combinación de ingredientes y forma de preparación de los alimentos. L
2. I fenómeno de la transculturación dio lugar a la cultura culinaria criolla, de profundo arraigo popular y componente fundamental de nuestra identidad, que nos distingue como pueblo dentro de la comunidad caribeña; aunque los asentamientos haitianos y jamaicanos en nuestra provincia tengan aún en la actualidad una marcada influencia. E
3. I Patrimonio Inmaterial Cocina de Ciego de Ávila posee platos autóctonos e inéditos de indiscutible valor cultural y nutricional que bien pudieran ocupar un lugar relevante en el menú criollo turístico. E

### BIBLIOGRAFÍA:

1. Bombino Mayoral M. (2013): Diagnóstico de la repostería tradicional cubana para los restaurantes Buffet y especializados como elemento identitario en el Hotel Tryp Cayo Coco. Tesis presentada en opción al Título de Licenciado en Estudios Socioculturales, Universidad Máximo Gómez Báez, Facultad de Ciencias Sociales Humanísticas, Ciego de Ávila.
2. Cabrera Sánchez A., Pérez García M. y Armengol Vera A. (2007): "Ciego de Ávila. Del cacicazgo al siglo XIX". Ediciones Ávila, Ciego de Ávila, Cuba.
3. Calderón Villegas A. (2008): Multimedia educativa "GESTUR". Tesis presentada en opción al Título de Máster en Ciencias en Nuevas Tecnologías para la Educación, Universidad Máximo Gómez Báez, Facultad de Ciencias Informáticas, Ciego de Ávila.
4. Campbell Tross, R. S. (2007): "Inmigrantes anglófonos en Baraguá". En: Quintana, J. A., Izquierdo, H. y Cabrera, A., (Coord.) Cuadernos de Historia Avileña II. Ediciones Ávila. Cuba, Ciego de Ávila., pp. 154-169.
5. Centro Provincial de Casas de Cultura. (2005): "Documento Patrimonio Inmaterial de Ciego de Ávila". Ciego de Ávila, Cuba.

6. uarch J. M. (1978): "El Taíno de Cuba. Ensayo de reconstrucción etnohistórica". Editorial Instituto de Ciencias Sociales, Ciudad de La Habana. G
7. Ortiz, F. (1991): "Estudios etnosociológicos". Editorial de Ciencias Sociales, La Habana.
  8. Marcelo González I. (2013): Diagnóstico del estado de la coctelería clásica cubana en los puntos de venta del Hotel Sol Cayo Coco como elemento identitario cubano y regional. Tesis presentada en opción al Título de Licenciado en Estudios Socioculturales, Universidad Máximo Gómez Báez, Facultad de Ciencias Sociales Humanísticas, Ciego de Ávila.
  9. Matamoros Traba, A. y Fabregat Prieto, P. (2003): "Cocina y coctelería cubanas". Ediciones Balcón, La Habana.
  10. Montalvo Álvarez J. (2013): Nuevas recetas culinarias en la comunidad rural Santana del municipio Ciro Redondo en Ciego de Ávila. Tesis presentada en opción al Título de Licenciado en Estudios Socioculturales, Universidad Máximo Gómez Báez, Facultad de Ciencias Sociales Humanísticas, Ciego de Ávila.
  11. Morales Fuentes A. (1978): "Provincia Ciego de Ávila". Editorial Oriente, Santiago de Cuba.
  12. Museo Municipal Baraguá (2006): "Documento Patrimonio Inmaterial Cocina". Ciego de Ávila, Cuba.
  13. Rodríguez Vázquez L. (2005): "Antecedentes históricos de la alimentación en Cuba. Antropología sociocultural de la alimentación en Cuba". Editorial Ciencias Médicas, Ciudad de La Habana.
  14. Salazar Silva N. (2014): "Comida que cura y protege. Recetas para el cerebro, cabello, huesos y colon". Ediciones Liber, La Habana.