

## EL REINO DEL SOL

Dra. Anne Marie Hocquenghem  
Arqueóloga y Antropóloga  
Investigadora del IFEA (Instituto Francés de Estudios Andinos) Lima  
VERSIÓN FINAL 10-03-06 PARA PROM PERÚ

En el norte del Perú las sociedades andinas, prehispánicas, coloniales y republicanas, aprovechando una gran variedad de recursos naturales y creando una invaluable diversidad de recursos culturales, conformaron paisajes de una inolvidable belleza. Y es cierto, en los caminos norteños el viajero quisiera fijar cada lugar en su instante para poder recordar vistas que no caben en sus ojos. En el manglar que abraza el mar caliente de la corriente de del Niño, la recolección de conchas negras, cangrejos y otros mariscos con sabores a yodo. En el bosque seco, en la sombra de los ceibales tumbesinos y los algarrobales piuranos y lambayecanos, el ganado vacuno y cabrino descansando en el ardor del día y los arrozales reflejando el sol poniente. En los intersticios de la selva alta, en las serranías ayabaquinas y huancabambinas, las plantaciones de café, cacao y caña, los maizales dorados bajo el sol resplandeciente, las tablas de yuca verdeando y las huertas de pan llevar. Al límite del páramo, el trigo y la cebada resistiendo al viento helado que azota los pocos animales, mulas, caballos, vacas y ovejas. Más arriba la neblina que esconde, para protegerlas, las profundidades de las lagunas que surten en agua los canales de riego que aseguran la producción de valles de la costa pacífica. En estos los valles oasis las cosechas de algodón, limón, mango, arroz, caña, espárragos y otros productos de exportación. Entre estos valles las soledades del desierto y los horizontes del mar frío de la corriente de Humboldt que se extienden hacia el sur, al pie de la sierra esteparia de la vertiente pacífica de los Andes de Lambayeque y la Libertad.

El viajero quisiera también nunca olvidar el perfume y el sabor de los manjares probados en estas soleadas tierras, sea en una posada rural, una picantería campestre, en un restaurante o un hotel turístico urbano. Quisiera poder compartir el gusto de los diferentes platos de una cocina tradicional norteña que forma parte de un acervo regional. Quisiera conocer los secretos de un saber culinario heredado de generación en generación de antepasados autóctonos, vicús, moches, sicánes, chimúes, incas, a partir de 1532 de advenedizos, colonos españoles, esclavos africanos, durante el siglo XIX ingenieros y comerciantes alemanes, ingleses y norteamericanos, atraídos por la producción de algodón y caña para la exportación y en las haciendas azucareras de Lambayeque y la Libertad trabajadores chinos. Las nuevas generaciones son de mestizos quienes se perciben hoy, según sus condiciones sociales, como criollos o cholos en las ciudades, que antes fueron de españoles, e indios o campesinos en los pueblos y las comunidades, que en otros tiempos fueron de indígenas. La cocina norteña es actualmente mestiza y resulta del uso de productos y hábitos alimenticios, de utensilios culinarios, de procedimientos mecánicos y bioquímicos, de condimentos y de técnicas de cocción de orígenes diferentes. De allí ciertas semejanzas notorias entre la cocina norteña y otras cocinas andinas, latinoamericana, españolas y elementos que aparecen en otros contextos culinarios del mundo.

La denominación cocina norteña es amplia y puede referirse a muchas preparaciones, elaboradas, presentadas y consumidas en muy diversos contextos. Unos platos son los que a diario se cocinan y consumen en las casas campesinas. Se logran ante todo en base a productos vegetales que están a la mano y varían según los tiempos del año, pero los principales ingredientes son cereales, maíz, trigo, arroz, tubérculos, papa, oca,

ulluco, yuca, camote, arracacha, achira o leguminosas, frijol, sarandaja, arveja, maní y hortalizas, caigua, zambumba, zapallo, locro, y frutas, plátano, guineo, algarroba. Con suerte puede haber huevo, carne de aves de corral o de pequeños animales silvestres. Si a lo largo del año se prepara lo que el campo ofrece, durante la semana en los pueblos existe la costumbre de preparar platos especiales ciertos días. En las picanterías de Chulucanas, por ejemplo, se ofrece el frito y la patasca el domingo y el mondonguito con arroz o el arroz con tollo el lunes, día de corte. Otros son los platos festivos que se preparan en los pueblos para celebrar los eventos rituales familiares, cortes de cabello, misas de difuntos, o comunales, mingas, fiestas de santo patronos, de santos relacionados con el calendario de las tareas productivas, fiestas del calendario cristiano, Angelitos y Difuntos, Bajada de Reyes, Semana Santa, o peregrinaciones regionales, donde se instalan ferias, al Señor Cautivo de Ayabaca, a la Virgen de Paita, a la Cruz de Motupe. En estas ocasiones suelen ser varios días durante los cuales se come sin descansar y se bebe sin medida, aguardiente de caña en la sierra, chicha de jora en la costa y es cierto cuando se puede cerveza. Durante las fiestas las comidas llevan carnes que pueden ser, según los sitios y las posibilidades económicas, de vaca, chancho, oveja, cabra o cuy y pescado fresco, salado o seco. Finalmente otros son los platos más urbanos, más sofisticados, que forman parte de comida criolla peruana, pero que se logran en base a ingredientes de la región, sazonados y presentados al gusto norteño. Son estos los platos que los limeños conocen y que, desde la Ciudad de los Reyes, perciben como emblemáticos de una cocina regional norteña, típica de los departamentos de Tumbes, Piura, Lambayeque y La Libertad. Vale mencionar entre estos platos el ceviche de mero, la parihuela, el chiringuito de guitarra, el sublime arroz con pato o el popular seco de cabrito, sin olvidar en cuanto a bebidas que los acompaña la chicha de jora y, ¿por qué no?, de entrada un cocktail de algarrobina. Sin embargo, quienes nacieron en estos departamentos norteños, o el viajero sibarita que los visita, reconocen que la cocina norteña no se puede reducir a los platos criollos servidos en las picanterías de las ciudades. Es más, entienden que no hay una cocina norteña sino varias, de estilos culinarios diferentes, que aprecian cada una por sus particularidades. Veamos.

Se puede hablar de una cocina piurana, que es también la tumbesina, Tumbes siendo un departamento creado en 1942 que formaba antes parte de Piura. Una cocina que se caracteriza por el uso, en la costa del plátano verde o maduro, y en la sierra del guineo. El abundante uso de estas frutas en la preparación de diversos platos, acerca mucho más la cocina piurana a la de la vertiente amazónica que a la de Lambayeque o de La Libertad. Basta mencionar, en los valles del Tumbes, del Chira y del Piura, las preparaciones de chifles, majados de plátano, caldos de bolas de plátano, majarisco, seco de chabelo, migas de plátano verde y malarrabia, o en las serranías piuranas de arverja con guineo, sopa de guineo, repe de guineo y todas las sopas en las cuales se sancocha esta fruta.

Se puede diferenciar fácilmente una cocina costeña y una cocina serrana como lo hacen en todo el Perú quienes gustan comer y beber. La cocina costeña es rica por la diversidad de sus ingredientes, productos vegetales de los fértiles valles irrigados de la costa, carnes, pescados y mariscos de todas las variedades que ofrecen en abundancia los mares frío y calientes. Esa producción excepcional ha favorecido el desarrollo de un conjunto culinario extremadamente rico, como lo atestigua la gran variedad de platos que lo representan. Y quien no sueña con comer un el cebiche de conchas negras o de cabrillón, un aguadito, un sudado, un chilcano, un espesado, con sabores a mares del norte. A quién no se le antoja humitas serranas o tamales verdes costeños, un cuy o un pavo horneado, un pepián de pava. Todos los pobladores urbanos y campesinos de los valles costeños aprecian la buena cocina y gustan comer de manera copiosa. En las épocas de abundantes recursos,

desayuno, almuerzo, merienda componen el ciclo cotidiano y comportan alimentos diversos. Las fiestas, como lo mencionamos, constituyen una oportunidad excepcional para organizar grandes banquetes, tanto en la ciudad como en el campo.

La comida costeña es picante y extremadamente sabrosa puesto que el ají se combina con ajo, cebolla, tomate, achiote, a veces palillo, comino, sal, pimienta, ingredientes cocidos con manteca de chanco, cuando se trata de una receta campesina o con aceite si es una preparación citadina. Las hierbas que sazonan los platos costeños son el culantro y con menos frecuencia el perejil, el laurel, o la hierba buena, éstas se añaden casi siempre al final de la cocción. El sabor y el perfume de los sazonadores, juegan un papel preponderante en el ámbito de la estética culinaria y permiten contrastar los diferentes estilos culinarios. En esto intervienen también otros factores como la consistencia, generalmente blanda en la mayoría de los platos y la disposición ordenada de los alimentos en la fuente o el plato, asimismo el color de los componentes, no hay que olvidar el dicho, "la comida primero entra por los ojos".

Es necesario notar que los sibaritas, norteños u otros, reconocen, además del uso del plátano, una diferencia de estilo entre la cocina costeña piurana y la de Lambayeque y La Libertad. Esto se puede atribuir al hecho que es en el valle del bajo Piura que se mantienen las comunidades indígenas tradicionales más importantes de la costa peruana. Catacaos y Sechura conservan costumbres enraizadas en tiempos prehispánicos que dan sin duda alguna un sabor especial a sus comidas. En Catacaos los agricultores siguen cocinando el copús en una olla de barro que depositan en un hueco cavado en la tierra y calentado durante horas con carbón de algarrobo, preparan el gustoso rachi rachi con sangre de chivo y los perfumados tamalitos verdes y ofrecen la mejor chicha de jora. Se puede elegir un poto de dulce destilado o claro, de blanca y de cacique o chicha asentada, pero esta viene del fondo de la tinaja, es la más espesa y de menos calidad. En Sechura los pescadores cocinan deliciosas ollas podridas, riquísimas cachemas encebolladas y suntuosos meros pasados por agua caliente que son incomparables e inolvidables. Pero esto no le resta a las especialidades de Lambayeque y más al sur de La Libertad, donde quedan comunidades de pescadores y agricultores autóctonos ¿quien no se deleita con una tortilla de raya en San José o un sudado de cabrilla, una estupenda causa norteña en Ferreñafe, o los pallares de y otros frijoles de Moche?

La cocina serrana en general no cuenta con tanta diversidad de productos como la de los valles costeños, pero también en esta región hay variantes según los pisos altitudinales de producción. La sierra caliente posee una gran diversidad de ingredientes y el maíz híbrido abunda. El maíz criollo, de excelente calidad, se siembra en la sierra templada, donde también se produce yuca, camote, frijoles, sarandajas, arvejas, maní, caiguas, zambumbas, zapallos, locros. La sierra fría tiene trigo y cebada, papas, ocas, ullucos, arracacha y achira, habas y algunos frijoles y ajo. El arroz, infaltable en la mesa de los costeños, no se cultiva en la sierra y se reemplaza con arroz de trigo o arroz de cebada.

En lo que respecta los platos típicos, la cocina serrana campesina se caracteriza por la abundancia de sopas, vegetales sancochados, tubérculos, menestras e incluso frutas como los guineos. Son numerosas las preparaciones a base de maíz, que se utiliza fresco, "pintando" y seco. Con este cereal se efectúan variados platos: choclos asados, huinga, pepián, tamales, humitas, chuchuga, mazamoras, sin olvidar los dulces de horno como mazapanes, arepas y tortillas, estas últimas se pueden comer solamente en la sierra piurana. El trigo se prepara majado, tostado y molido o lejiado, así como la cebada. Algunos

platos más complicados se presentan con carnes o de vísceras, como mondongo, vale mencionar los chicharrones de choncho, las rellenas y los estofados o los hornados de cuy, de gallina que alegran las fiestas y, con suerte, se puede comer un jamón serrano glaseado en una vieja casona Ayabaquina. Se consume también pescado de mar salado, ante todo la caballa, y algún pescado de río fresco. Los condimentos son más variados en la sierra caliente donde el ají interviene en todas las preparaciones culinarias que se sazonan más bien parcamente mientras que en la sierra fría se utiliza mucho el ajo. En lo que concierne las bebidas, el aguardiente de caña, o cañazo, es el más popular. Con él se confeccionan diversas bebidas, el rompopo, la diamantina, el calentadito. No se elabora la chicha de jora, pero si se confeccionan la chicha serrana, el perfumado café de olla, una gran variedad de infusiones y quien la probó en la sierra de Ayabaca nunca olvida la rica chicha de maní o Meadito del Niño.

Otra de las características de la cocina norteña, sea de Piura, Lambayeque o La Libertad y sea de la costa o de la sierra, es la gran variedad de preparaciones dulces, dulces de olla, como mazamoras, conservas de fruta, machacado de membrillo, o dulces de horno, como alfajores, mazapanes, cocadas, tortas de viento, alfajores, o también los que se elaboran con leche de cabra o de vaca las natillas y los manjares blancos. Así mismo los dulces que se preparan en el campo, cerca de los trapiches con el azúcar de la caña, los alfeñiques las acuñas, los bocadillos de maní, o en tiendas de Lambayeque como los famosos Kingkong. Estas golosinas deleitan no sólo a los niños sino también a los adultos, mujeres y hombres, que en el campo las consumen entre las comidas principales y en las ciudades como postres criollos.

No se puede terminar esta nota sobre la cocina del reino del sol sin una invitación a paladearla e identificar los diferentes, pero igualmente agradables, estilos culinarios del norte peruano...