

June 2023

¿Cómo se lee un recetario? Testimonio y memoria

María Luisa Rentería
Universidad Iberoamericana Puebla

Follow this and additional works at: <https://digitalcommons.fiu.edu/led>



Part of the [Language and Literacy Education Commons](#)

Recommended Citation

Rentería, María Luisa (2023) "¿Cómo se lee un recetario? Testimonio y memoria," *Revista Electrónica Leer, Escribir y Descubrir*. Vol. 1: Iss. 12, Article 3.

Available at: <https://digitalcommons.fiu.edu/led/vol1/iss12/3>

This work is brought to you for free and open access by FIU Digital Commons. It has been accepted for inclusion in *Revista Electrónica Leer, Escribir y Descubrir* by an authorized administrator of FIU Digital Commons. For more information, please contact dcc@fiu.edu.

¿CÓMO SE LEE UN RECETARIO? TESTIMONIO Y MEMORIA

HOW DO YOU READ A RECIPE BOOK? TESTIMONY AND MEMORY

María Luisa Rentería³

Resumen

¿Qué motiva a una persona, una familia o una comunidad a sentarse alrededor de la mesa después de vivir en contextos de violencia extrema? Algunos recetarios han compartido que el hecho de comer, cocinar y compartir ese espacio que discurre alrededor de la alimentación los ha ayudado a crear lazos de comunicación y resistencia frente a las crisis y eventos traumáticos.

En este artículo recurriremos a la literacidad para interpretar la lectura de algunos recetarios, y así entender de qué otras formas debiéramos leerlos e interpretarlos. Revisaremos algunos que han sido escritos con el objetivo de contar narrativas, historias de vida y supervivencia, más que compartir cómo elaborar un platillo.

Aunque los recetarios o libros de cocina culturalmente están ligados a la idea de ser guías de elaboración gastronómica, también nos hemos encontrado con otros donde su último objetivo es enseñarnos a cocinar, sino que buscan mostrarnos cómo aun después de vivir contextos horribles, la comida puede devolvernos paz, ayudarnos a sobrellevar un duelo y que, comer y cocinar la comida favorita de otros, siempre será una forma de supervivencia y sanación. Identificaremos los conceptos de testimonio y memoria para comprender cómo un recetario puede ser también un libro testimonial.

Palabras clave: Recetario. Libro de cocina. Violencia extrema. Eventos traumáticos. Literacidad. Testimonio. Memoria.

Abstract

What motivates a person, a family, or a community to sit around the table after living in contexts of extreme violence? Some recipe books have shared that the act of eating, cooking and sharing this space that revolves around food has helped them to create bonds of communication and resistance in the face of crises and traumatic events.

In this article we will resort to literacy to interpret the reading of some recipe books, and thus understand in what other ways we should read and interpret them. We will review some that have been written with the aim of telling narratives, stories of life and survival, rather than sharing how to prepare a dish.

Although recipe books or cookbooks are culturally linked to the idea of being guides to gastronomic elaboration, we have also come across others where their ultimate goal is not to teach us how to cook, but to show us how even after living through horrendous contexts, food can give us back peace, help us cope with grief and that eating and cooking the favorite food of others will always be a form of survival and healing. We will identify the concepts of testimony and memory to understand how a recipe book can also be a testimonial book.

Keywords: Recipe book. Cookbook. Extreme Violence. Traumatic events. Literacy. Testimony. Memory.

3) Licenciada en Ciencias de la Comunicación. Sus líneas de investigación se han establecido en el periodismo gastronómico, donde ha escrito crónica y entrevista. Es estudiante de la Maestría en Literatura Aplicada, en la Universidad Iberoamericana Puebla. Desde 2021. mluisa.renteguilar@outlook.com

Introducción

Bastante se ha hablado de que la comida no es sólo un sostén físico - fisiológico. Es decir, que no atiende únicamente aspectos relacionados con nutrir el cuerpo, aunque sea la que nos sostiene desde que nacemos hasta la muerte, sino que la alimentación está atravesada por ideologías, conductas, economía, política, sociedad y ambiente. Pero también está presente en temas de violencia, inseguridad y justicia y, sólo por eso, siempre existirán diferentes formas de abordar el tema (ajenos a los culturalmente planteados como la gastronomía o nutrición), como el recetario, ese objeto histórico, cultural y literario que funciona como medio narrativo para denunciar hechos violentos.

La socióloga Diana Vernot ha mencionado que los recetarios en América Latina han servido como dispositivos discursivos para la consolidación de los Estados-nación:

Referirse a los recetarios también es escribir sobre las prácticas de otros, de sus productos y del mestizaje culinario de las zonas. Es explorar cómo lo corporal y lo oral atraviesan lo que se reproduce en lo escrito y en la práctica, y cómo esto da cuenta de la importancia de las mujeres en la cocina pública y doméstica (Vernot, 2019).

¿Por qué mezclar las palabras "violencia" y "comida" en un mismo párrafo? o mejor, ¿por qué un recetario funciona como medio para discutir temas de inseguridad, política y abuso a los derechos humanos? Si partimos de la idea de que un recetario es un libro de cocina donde se plasman los ingredientes y procedimientos para elaborar un platillo, bebida o cualquier alimento, no cabría en lo mínimo explorar otros temas que no sean meramente alimenticios.

Por otro lado, desde hace miles de años (cerca de cuatro mil) se ha realizado un registro escrito, por medio del cual podemos descubrir qué tipo de alimentos se cultivaban y cuáles eran sus formas

de recolección; además de conocer quiénes eran los autores o autoras de dichas obras; cuáles eran sus modos de vivir y socializar; cuáles sus formas de producción económica. Tal vez descubramos por medio de un análisis contextual que muchos recetarios fueron escritos como métodos de supervivencia y arraigo.

Por años, la comida ha sido interpretada como ejercicio de convivencia y compañerismo, pero también hay hechos políticos, sociológicos y psicológicos, donde la alimentación y el acto de comer son presentados como símbolo de lucha y protección. Carlos Martín Beristain, psicólogo e investigador de violaciones de derechos humanos en América Latina, escribió un artículo publicado en la revista digital de Bogotá, *La Silla Vacía*, donde analizó cómo la comida puede funcionar como escudo para la guerra en distintas ocasiones:

En un momento, cuando todo se puso peor y el ejército empezó a atacar a la gente, alguien decidió que había que dar comida a los soldados. A veces la violencia se derrota con un gesto. En 1989, las Comadres de El Salvador, cuando todo el mundo estaba pertrechándose con lo que fuera para resistir el cerco del ejército a su sede, salieron a enfrentarlos dándoles de comer pupusas y, aunque nadie más que ellas lo entendían, aquello fue una forma de desarme (2022, s/p).

Beristain continúa con este tipo de ejemplos: "Antes, las mujeres de las Ligas Agrarias en Paraguay habían parado un ataque de la dictadura de Stroessner a una marcha campesina, poniéndose ellas delante y sacando su pecho con el que habían dado de mamar a tantos de esos soldados" (Beristain, 2022, s/p). Estos hechos suscitan en la idea general de que la comida, el acto de comer y compartir, literalmente, salvan vidas, no sólo de quien está sufriendo, sino de aquellos que convergen en contextos de (extrema) violencia.

Para entender mejor la relación comida-violencia, misma que ha funcionado para publicar libros de

cocina que resignifican la memoria y el testimonio, es importante ver a los recetarios como mapas, contexto socioeconómico, memoria, antecedentes culturales, literatura, resistencia, objetos familiares e históricos y no solamente como guías de preparación culinaria.

También entenderlos como posibilidades de escritura, de divulgación, de imprenta y de difusión. No todos son capaces de escribir un recetario, porque un papel y pluma no están dentro de sus posibilidades adquisitivas, así como tampoco las herramientas lingüísticas-discursivas por falta de una educación digna. No todos pueden poner en práctica sus recetas familiares y generacionales, porque nadie se preocupó por rescatar sus memorias. No todos logran ni lograrán publicar un recetario, por sus imposibilidades económicas y de relaciones sociales.

Los recetarios y la sociedad

El estudio y encuentro con recetarios milenarios y contemporáneos ha dado cuenta de que estos también son creativos, pues en ellos descubrimos la aparición de nuevas tecnologías para resolver problemas al momento de cocinar; son testimonios, porque plasman los estilos de vida de diferentes culturas a lo largo de la historia, y son trabajos estéticos, muchas veces con discursos político-culturales. También son objetos que resguardan la memoria: memoria cultural, histórica, familiar.

A la par, existen aquellos instaurados bajo la premisa de crear resistencia: resistencia al olvido, al abandono, al abuso, a la otredad, a la muerte, a la guerra. Las recetas escritas en pedazos de papeles o en una vieja libreta son un ejercicio de supervivencia, existencia y testimonio. Utilizarlos como pretexto para denunciar violencias y realidades nunca es un trabajo en solitario.

En el conversatorio "Recetarios indígenas: aproximaciones metodológicas y recursos de poder desde América Latina", la antropóloga en alimentación Sarah Bak-Geller Corona dijo que los

recetarios también "son discursos políticos [...] porque la narrativa culinaria está para interpretar y adaptar historias de despojo, violencia, invisibilización, marginación y racismo [...] así como recursos para disputar derechos, para la apropiación de los saberes" (Bak-Geller, 2021, s/p).

La evolución social, cultural, política y ambiental de diferentes contextos también se puede narrar desde la gastronomía, específicamente desde los recetarios, mismos que son vehículos para documentar estilos de vida y formas de adquisición alimentaria.

El estudio de recetarios y recetas es un campo bastante estudiado desde la antropología de la alimentación, ciencia que se ha encargado de descifrar minuciosamente esta área a nivel cultural dentro de los recetarios, intentando desenmarañar características propiamente tradicionales para así, conocer su contexto social.

Otra rama que los ha estudiado es la historia, donde el principal objeto de análisis fueron los manuscritos y recetarios escritos por frailes, médicos y miembros de la corte. En el campo literario, tal vez Alfonso Reyes y Salvador Novo fueron los escritores más destacados en cuanto a la literatura culinaria de su época. Ambos se dedicaron a difundir la cultura gastronómica mexicana del siglo XIX y funcionaron como los iniciadores en la consolidación de la gastronomía propiamente mexicana por medio de la literatura.

Tampoco se pueden dejar del lado los manuscritos de la época conventual donde se difundieron recetarios de todo tipo, desde confitería y dulcería típica hasta platillos representativos a nivel nacional. Al final, la cocina conventual es sólo el resultado de la tradición gastronómica de los hogares en la Nueva España.

Los recetarios son ejercicios literarios escritos en prosa y narrativa (Zaragoza, 2016) y en ellos podemos encontrar no sólo guías de elaboración, sino discursos político-sociales y culturales que nos arrojan a todo un análisis contextual. Vale la pena

mirar la colección de *Cocina Indígena y Popular y Recetarios Antiguos* que editó CONACULTA y la Dirección General de Culturas Populares e Indígenas, coordinada por José N. Iturriaga, que reúne diversos libros de cocina tradicional en México y son un trabajo para resguardar tanto las recetas como la vida indígena y campesina, por tanto, no hay intervención de cocineros profesionales, lo que permite preservar sus recetas tal cual son, sin manipulaciones ni interpretaciones, una forma de resistencia.

Es importante mencionar que muchos recetarios son anónimos y otros más fueron creados y escritos por hombres: médicos, cocineros y miembros de la corte e iglesia. Basta recordar que todo tipo de escritura científica, histórica, literaria

estaban destinadas al quehacer masculino, así que no es sorpresa que en el caso de los recetarios sucediera lo mismo. A pesar de ello, la periodista gastronómica española Carmen Alcaraz reconoce la existencia de muchos recetarios escritos por mujeres, mismos que quizá son lo único que escribieron en toda su vida, y sólo por eso, también son escritoras (Cano, 2019).

En el caso de la Nueva España y México, se escribían manuscritos culinarios, como el *Libro de guisados, manjares y potajes*, de Ruperto de Nola, del siglo XVII; el *Recetario de cocina de Dominga Guzmán* y el *Libro de cocina de Fray Gerónimo de Pelayo*, ambos en 1750, y así varios hasta 1831, cuando se publicó el primer recetario reconocido como tal: *El cocinero mexicano*, de autor anónimo.

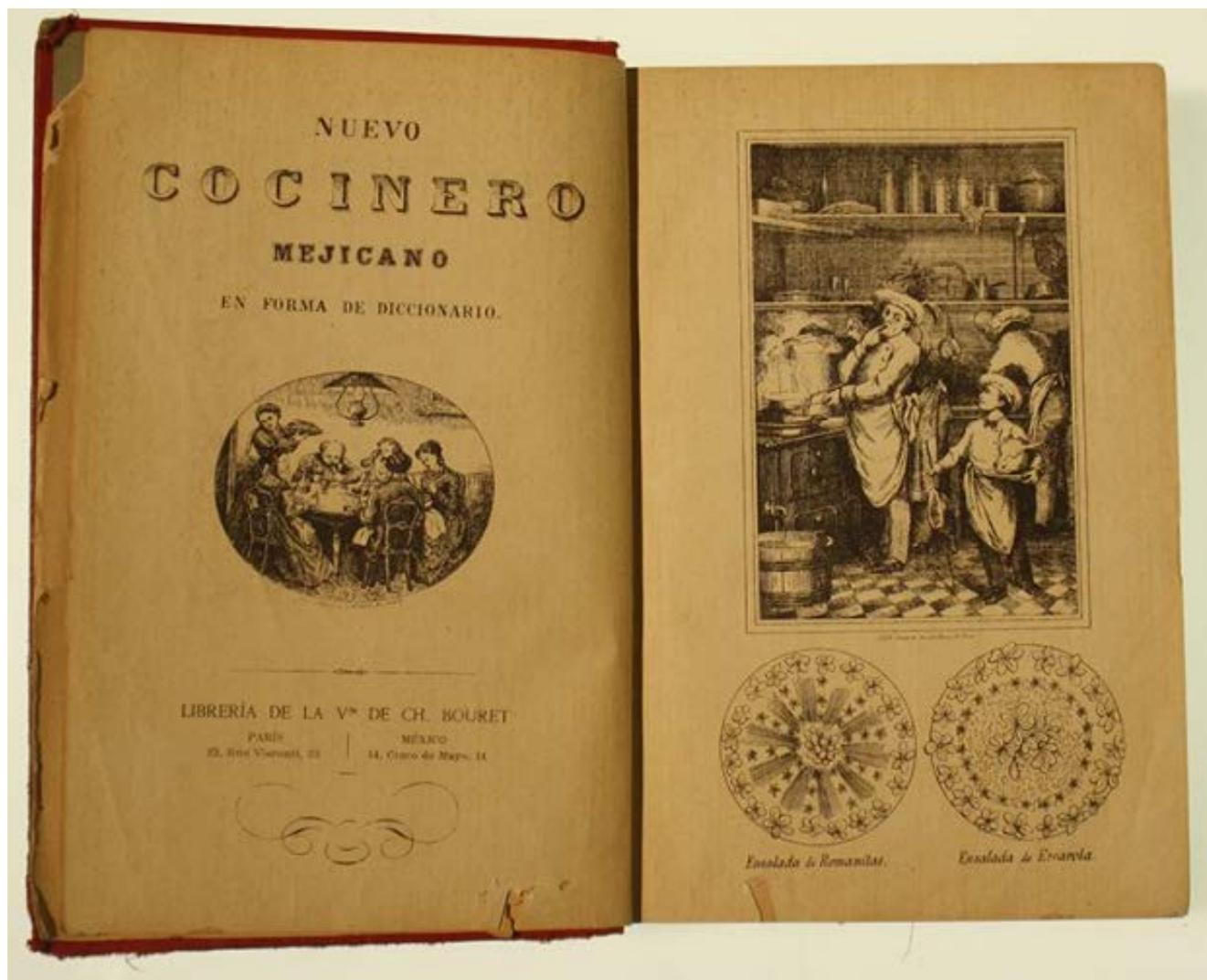


Imagen proporcionada por la autora.

Sarah Bak-Geller Corona escribe que "para la década de 1920 surge una nueva modalidad en el mercado de recetarios mexicanos: los libros de cocina dejan de ser anónimos y aparecen los primeros cocineros profesionales (todos ellos hombres) que firman sus obras en calidad de autoridades en la materia" (Bak-Geller, 2021, p. 11). Esto muestra un par de cosas importantes: los recetarios en México aceptaron la autoría muchos siglos después que otros países; y el reconocimiento hacia el resguardo de la memoria gastronómica ha estado en manos de hombres desde entonces, a pesar de que las mujeres sean asociadas cultural e históricamente a los temas de herencia culinaria.

Para la socióloga en alimentación Liliana Martínez Lomeli, "los recetarios de cocina en México que aparecieron en el s. XIX, contribuyeron a formar un proyecto de nación por medio de la creación de un imaginario de cocina mexicana" (Lomeli, 2017). Incluso señala que, para los años 60, los recetarios funcionaban como formadores de estereotipos de cómo debía ser la esposa perfecta, añadiendo protocolos y reglas de comportamiento "para recibir al marido en casa". A pesar de que, histórica y culturalmente, los hombres han sido reconocidos implícitamente como factos jerárquicos de poder, la doctora en antropología Isabel González Turmo, menciona que las protagonistas de los recetarios eran las mujeres: "no en balde la educación diferenciada por género fijó la cocina doméstica como territorio femenino".

Los recetarios también son objetos íntimos y documentos privados, algunos deberían ser parte del patrimonio histórico y cultural, muchos lo son. Pero también existen aquellos creados con la intención de denunciar injusticias y abusos.

La evolución del recetario ha dado pie a crear proyectos que buscan dismantelar discursos hegemónicos implantados desde hace años. En suma, la creación de estos objetos a nivel periodístico, colectivo, activista y testimonial rompen con el canon y la noción que se tiene referente a estos libros: que funcionan únicamente para hablar de comida y enseñarnos a cocinar. Gracias al trabajo de curadores, investigadores y antropólogos, sabemos que esa conciencia es superficial y poco exacta, ya que muchos recetarios funcionan para atestiguar el estilo de vida de siglos pasados.

Siendo precisos sobre nuevos discursos creados a partir del recetario, en julio del 2020 se publicó el *Recetario para la memoria Sinaloa*, un recetario y proyecto fotográfico, gastronómico y social, que recopila las recetas de víctimas de desaparición en Los Mochis, Sinaloa. El trabajo está a cargo de la fotógrafa Zahara Gómez Lucini y Las Rastreadoras del Fuerte, un grupo de mujeres que buscan a sus familiares, todas y todos víctimas de desaparición forzada.

Las Rastreadoras del Fuerte se creó en Sinaloa en el año 2014, después de la desaparición de Roberto Corrales Medina, en la ciudad de Los Mochis. Desde entonces, las mujeres y colectivos se han

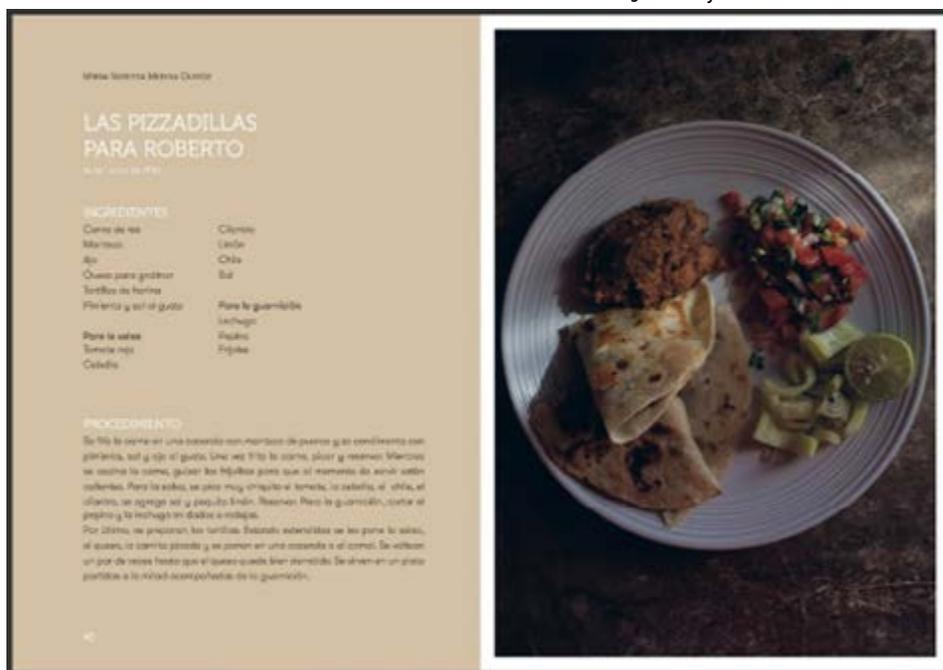


Imagen proporcionada por la autora.

encargado de hacer búsqueda y rastreo, con el objetivo de encontrar a sus familiares desaparecidos donde, hasta el año 2020, habían encontrado un total de 195 personas víctimas de desaparición forzada. Por otro lado, Zahara Gómez Lucini, es una fotógrafa que busca explorar las historias de violencia político-sociales que atraviesan los territorios.

Se trata del primer recetario publicado en memoria de víctimas de desaparición forzada en México, uno de los principales problemas de índole político, inseguridad y violencia en el país que ha abarcado la agenda mediática a nivel nacional e internacional. "Encontrar actos contra el olvido" es uno de los mensajes que Gómez Lucini lanza con este trabajo colaborativo.

En él se pueden encontrar un total de 27 recetas que van desde las más laboriosas como "El pozole para Camilo", o "La carne en su jugo para Eduardo", hasta las más fáciles como "Los huevos cocidos para Juan Octavio" o "La tortilla de harina con queso para Brian Javier".

En específico, el *Recetario para la memoria* es un compendio gastronómico que funciona para recordar a Camilo o para saber que una de las comidas favoritas de Eduardo era la carne en su jugo. También para hacer un llamado a los gobiernos y la sociedad, recordándoles que la desaparición forzada es un problema político-social aún vigente.

La profesora en literatura española Maryse Bertand de Muñoz, experta en estudios literarios de la Guerra Civil Española, ha mencionado que la literatura testimonial ha sido escrita por sobrevivientes de guerra y sucesos de extrema violencia bajo la necesidad de librarse de esos actos, no para olvidarlos, sino para resguardarlos y así denunciar a través del testimonio (Muñoz, 2016).

En el caso de los recetarios, el testimonio está tatuado en las recetas, las cuales buscan recordar y traer a los que no están, a través de ofrendas, o

simplemente recreando los platillos favoritos de quien se desea traer al presente.

El recetario como testimonio puede ser ese género que se utiliza como alternativa para todas y todos aquellos afectados por guerras, persecución política, desigualdad laboral y violación a los derechos humanos.

La comida ha sido un símbolo de resignificación, testimonio, memoria y denuncia, elementos fundamentales para la creación de esta propuesta. Analizar y estudiar la evolución que ha tenido el recetario, primero como objeto cultural y después como elemento político-social, son herramientas que ayudarán a ver al libro de cocina como elemento creativo y no pedagógico.

Los recetarios no debemos leerlos como meras guías de preparación culinaria, sino como objetos culturales, sociales y muchas veces políticos. Hay que pensar quiénes podían escribir un recetario, con base en qué tipo de fundamentos y cuáles eran los propósitos iniciales. Pero no sólo quiénes, sino dónde, cómo y por qué. Deberíamos tomar en cuenta que los recetarios no son tan solo objetos que resguardan guías de elaboración culinaria, sino que a través de ellos se transmiten y legitiman diversos tipos de conocimientos. Según la periodista mexicana Mariana Castillo:

Las recetas son más que compendios de procedimientos y notas del terreno de lo íntimo y lo femenino: son testimonios del momento histórico, del lugar donde se preparan, de las personas, las memorias y la creatividad de cada cocinera y cocinero para resolver su sustento y salud desde su propia percepción y códigos, de lo biocultural, de la lengua en la que se escriben y de lo que importa para cada quien, de los cambios en los gustos y en lo que cada colectivo y persona considera valioso, de cómo se puede tener alimento en la precariedad y cómo esta genera creaciones, de cómo hacer rendir el gasto porque las crisis alimentarias están a la orden del día (Castillo, 2022).

Hasta ahora sabemos que los recetarios han sido relacionados para afinar la identidad cultural de una nación y, por tanto, han estado alejados de análisis sociológicos donde los temas de violencia se ligan a la cocina, es decir, tal vez no sea común, dentro del imaginario social, que un recetario pueda funcionar como herramienta para denunciar hechos violentos.

REFERENCIAS

- Bak-Geller Corona, S. *Los primeros recetarios mexicanos y los recorridos de la sazón nacional*. México: Universidad Autónoma Metropolitana. Disponible en: https://www.uam.mx/difusion/casadeltiempo/67_vi_may_2013/casa_del_tiempo_elV_num_67_09_12.pdf
- Beristáin, C. M. (2022). Práctica del método. En *La Silla Llena*. 4 de abril de 2022. Disponible en: Práctica del método (lasillavacia.com)
- Bertrand de Muñoz, M. (1977). *Las Novelas recientes de la Guerra Civil Española*. Burdeos: Instituto de estudios ibéricos e iberoamericanos, Université de Bourdeaux. Disponible en: <https://www.cervantesvirtual.com/obra/la-novelas-recientes-de-la-guerra-civil-espanola/>
- Castillo, M. (2022). La comunicación y los recetarios: la necesidad del discurso discursivo. En *Mar viaja*

y *come*, 23 de septiembre de 2022. Disponible en: <https://marviajaycome.com/comida/la-comunicacion-y-los-recetarios-la-necesidad-del-analisis-del-discurso/>

- Cano, C. (2019). Carmen Alcaraz: Un recetario es antropología, historia y economía. En *Cadena Ser*. 17 de septiembre de 2019. Disponible en https://cadenaser.com/programa/2019/09/17/play_gastro/1568721608_117748.html
- Martínez Lomelí, L. (2017). Lo que dicen de nosotros los recetarios de cocina. En *El Economista*, 31 de julio del 2017. Disponible en: [Lo que dicen de nosotros los recetarios de cocina \(eleconomista.com.mx\)](http://lo.que.dicen.de.nosotros.los.recetarios.de.cocina.eleconomista.com.mx)
- Vernot, D. (2019). Los recetarios de cocina en América Latina: más allá de la escritura y reproducción de recetas que iniciaron con los Estados-nación. En *Boletín de Antropología*. Universidad de Antioquia, Medellín, vol. 34, N.º 58, pp.94-107. Disponible en: [Vista de Los recetarios de cocina en América Latina: más allá de la escritura y reproducción de recetas que iniciaron con los Estados- nación \(udea.edu.co\)](http://vista.de.los.recetarios.de.cocina.en.america.latina.mas.alla.de.la.escritura.y.reproduccion.de.recetas.que.iniciaron.con.los.estados-nacion.udea.edu.co)

Videos

- Alimentación y sustentabilidad, Recetarios Indígenas: aproximaciones metodológicas y recursos de poder desde América Latina, video de YouTube, minuto 11:30, publicado el 25 de agosto de 2021. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=IMDHkPuBzY>



ARTÍCULO RECIBIDO: 16 DE MAYO DE 2023

DICTAMINADO: 20 DE MAYO DE 2023

ACEPTADO: 24 DE MAYO DE 2023