

Una breve aproximación antropológica a la comida de Nicaragua

PEC 1 de ANTROPOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN

UNED Noviembre 2021

José Vicente Pruñonosa Reverter

En primer lugar, puede resultar conveniente aclarar, de entrada que, en Nicaragua, existen dos grandes zonas claramente diferenciadas culturalmente. Por una parte está la conocida como el “Pacífico” por ser la parte del país que comprende la costa de este océano aunque también el norte y el centro del país. En esa área reside la gran mayoría de la población, la cual es, en una gran proporción, étnicamente mestiza por el entrecruzamiento entre pueblos originarios procedentes de México, nahuas y chorotegas principalmente, con conquistadores españoles. En la otra zona, denominada como el “Atlántico” se encuentran tanto población con orígenes africanos como etnias indígenas procedentes del tronco chibcha sudamericano representando, en total, en torno al 14% del conjunto del país.

En este trabajo nos centraremos en la zona del Pacífico aunque eventualmente se hará alguna referencia comparativa con la del Atlántico.

Precisada esta cuestión es necesario señalar que dada la limitada longitud tanto de este escrito como de los conocimientos del autor sobre el tema, el título trata de responder a la naturaleza de lo que aquí se presenta: una breve aproximación que intenta utilizar lo aprendido en la asignatura de antropología de la alimentación por parte de quien ha vivido en Nicaragua durante diez años (1986-1995) y mantiene frecuente contacto con ese país tanto familiar como socialmente.

Las fuentes escritas principales son el texto de Julián López García “*Etnografías y teorías de la alimentación y la cultura*”, manual básico de esta asignatura del cual han sido tomados los conceptos fundamentales y el de Jaime Wheelock Román “*La comida nicaragüense*” publicado en 1998 por la Universidad Centroamericana y que contiene un interesante estudio histórico y antropológico del tema que nos ocupa.

Por otra parte, aunque no se trate de un trabajo de campo como tal, dado que en esos años ignoraba la metodología etnográfica, la experiencia de quien esto escribe en relación a sus propias reacciones y a las observaciones sobre la forma de cocinar y de comer tanto cotidianamente como en las ocasiones festivas en un país al que le unen lazos entrañables, indudablemente proporciona una mirada subjetiva que no debe soslayarse a la hora de valorar los “ingredientes” que configuran la propia “cocina” de este texto.

En cierta manera no resulta nada extraño que cuando los conquistadores llegaron a Nicaragua se produjera una “repelencia” mutua respecto a las comidas por parte de las dos poblaciones tanto la de los españoles como la de los pueblos nativos. Si casi cinco siglos después y con un ánimo bien diferente, quien buscaba con toda su voluntad, como era mi caso, el máximo de integración en el país al que había decidido desplazarse, no podía evitar cierta extrañeza tanto ante las comidas en si, como en cuanto a la forma de prepararlas y los horarios y modos de consumirlas, no es sorprendente el fuerte rechazo mutuo en un contexto de invasión y conquista tal y como documenta con amplitud Wheelock¹

Si ya existían en las poblaciones originarias ciertas tendencias neofóbicas² que solían definir a los extraños como “comedores de...”³ además de considerar “peligrosas” las comidas que se salían del marco culturalmente establecido, las circunstancias tan desarticuladoras que se produjeron con la conquista no hicieron más que acrecentar esta reacción de rechazo.

Habría mucho que decir sobre el imaginario simbólico prehispánico relativo a la alimentación, pero nos limitaremos a indicar algunas características básicas que, por cierto, podemos rastrear hoy en día, tanto en pueblos amerindios como en algunas reminiscencias entre los nicaragüenses actuales.

Por ejemplo, como López Garcia señala en relación a los ch'orti's⁴, también los nahuas y chorotegas clasificaban los alimentos en fríos y calientes y consideraban que la comida debía compensar las características de las personas. Por tanto, como los recién nacidos y los viejos eran “fríos” debían, de preferencia, tomar alimentos calientes. También existía otra clasificación en húmedos y secos, asignándoseles a las mujeres la primera de las condiciones, lo que, además, las asociaba a lo nocturno y al mundo de lo de abajo⁵.

¹ Ibídem Wheelock Roman, J. pg. 23

² Ibídem López García, J. pg. 37

³ Como por ejemplo “comedores de anonas”, como en algunas zonas de México se llamó a los conquistadores españoles tal como referencia León Portilla, M. en *El reverso de la conquista*, Mortiz 1964, pg. 77

⁴ Ibídem López García, J. pg. 44

⁵ Ibídem Wheelock Roman, J. pg. 60

Dicha diferenciación de géneros tiene puntos comunes pero también algunos matices diferenciales con la de los quichuas-canelos a los que se refiere López García, los cuales se identifican lo seco con la materia y lo húmedo con el espíritu⁶. La verdad es que este tipo de clasificaciones dualistas llaman poderosamente la atención porque recuerdan los humores y compensaciones con los que trataban las dolencias los médicos árabes medievales bebiendo en fuentes con influencias de origen griego. Pudiera pensarse que en ambos casos se busca un equilibrio entre polos opuestos, lo que, en mi opinión, encaja bien con los enfoques antropológicos estructuralistas⁷.

Por otra parte la constatación de la existencia de adaptaciones del tipo de la de que la ingesta de insectos en las zonas áridas de México se transmutó en la elaboración de productos más nutritivos a base de carnes de tortuga o de iguana, una vez asentados los migrantes en zonas con grandes lagos como Nicaragua, parecería sugerir complementariamente enfoques diferentes⁸.

Por su parte los conquistadores españoles intentaron mantener al principio sus costumbres culinarias importando todo lo posible desde la península para reproducirlo en el “nuevo” continente. En algunos elementos básicos la aclimatación fracasó, ya de entrada, como en los casos del trigo, el olivo y la vid y en otras, como en ciertas frutas, fue la metrópoli, por intereses comerciales, en época de Felipe II, la que prohibió que se intentase comerciar desde las colonias americanas, obligando al control del monopolio desde España con el consiguiente encarecimiento⁹.

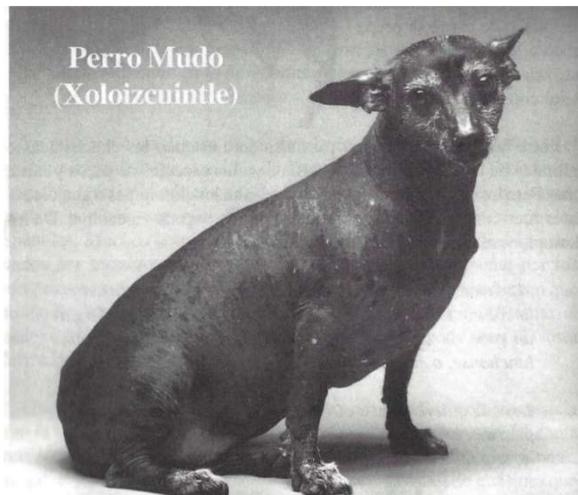
⁶ Ibídem López García, J. pg. 258

⁷ Lévi-Strauss, C. *Antropología estructural* Eudeba 1972 [1958]

⁸ Harris, M. *Antropología cultural* Alianza 1990 [1983]

⁹ Ibídem Wheelock Roman, J. pg. 169

El resultado acabó siendo una crisis económica que forzó a los criollos a utilizar los productos naturales de su nueva tierra. De otro lado la desarticulación de la sociedad indígena, y el elevado nivel de mestizaje en Nicaragua¹⁰, junto a la llegada de animales domésticos comestibles como vacas, cerdos y gallinas, facilitó una fusión que, con el tiempo, ha ido madurando en lo que es, básicamente desde el siglo XIX, la comida nicaragüense. Es interesante saber que en la época prehispánica solamente estaban domesticados para ser comestibles el perro mudo o xulo (xoloizcuintle, ver imagen) que desapareció y el guajolote o chompipe (pavo real)¹¹



En ese contexto, resulta interesante advertir cuales son los elementos indígenas que han continuado presentes en tal fusión y cuales han sufrido una transformación relevante.

En este sentido, el “sabor nica” está en gran parte constituido por la omnipresente salsa hecha a partir de elementos originarios: chile, chiltoma (pimiento), tomate y achiote. Todos ellos, por cierto, de color rojo lo que convierte esta tonalidad en una característica distintiva. Sin embargo, para confeccionarla se utiliza la fritura, originalmente con manteca de cerdo y posteriormente con una variedad de aceites, lo cual no era propio de los indígenas prehispánicos que sólo utilizaban el asado con llamas o a la brasa o bien la cocción con agua o al vapor¹². Sirva esta combinación de ingredientes y técnicas como ejemplo de la fusión referida aunque ya refiere Gonzalo de Oviedo, uno de los primeros y más importantes cronistas de Indias, la existencia de platos como el garrobo a la madrileña¹³ que ya tienen tal “mestizaje” culinario en su propio nombre.

¹⁰ En Nicaragua solo existe un 5% de población de pueblos originarios frente al 39%, por ejemplo, de Guatemala

¹¹ *Ibídem* Wheelock Roman, J. pg. 77

¹² *Ibídem* Wheelock Roman, J. pg. 81

¹³ Reseñado ya en el siglo XVI por Fernández de Oviedo y Valdez, G. en *Historia general y natural de las islas y tierra firme del mar océano*, Colección cultural Banco de América, serie cronistas, Nicaragua 1977 [1851], nº 5, pg.89

Otro elemento destacable por la importancia económica que adquirió su cultivo en las plantaciones de América¹⁴, fue la caña de azúcar, elemento que, en la España de la época de la conquista, era utilizado básicamente, tal como hacían los árabes, como medicamento y como ingrediente en platos festivos y suntuosos. Al encontrar los españoles que el cacao, originario de Sudamérica, que se había convertido junto al maíz en la base de la mayor parte de las bebidas previas a la conquista (prueba, en este caso, de una fusión prehispánica) era demasiado amargo para su gusto lo endulzaron con azúcar y esa fue la base para que la mayoría de las bebidas actuales, sean refrescos de frutas o café, contengan, profusamente, ese ingrediente. De esta forma los gustos indígenas, nada proclives a lo dulce, salvo en ocasiones especiales en las que se utilizaba miel de abeja, fue transformándose, así como, ya que de bebidas tratamos, lo fue también la costumbre anterior a la conquista de ingerir líquidos solo al final de la comida que cambió hacia la de ir acompañándolos durante ésta.

Y, en relación a las costumbres, resulta interesante que la forma de comer a la que se refiere Julián López en su trabajo de campo en Campanario, Badajoz, en los años finales de la década de los 80, cuando señala que los pobres tienden a comer individualmente con su merendera¹⁵, se manifiesta también en Nicaragua y persiste parcialmente en la actualidad ya que la reunión de los miembros de la familia cotidianamente alrededor de una mesa se da con más frecuencia en las clases pudientes que pueden compaginar así los horarios de comida, mientras que en el resto solo se produce en ocasiones festivas y, dada la extensión de las familias y la limitación del mobiliario se realiza, habitualmente, en turnos: primero los hombres adultos, después los niños y finalmente las mujeres adultas, que son las que han realizado la preparación de los alimentos.

Con respecto al Atlántico de Nicaragua, debemos señalar que, a diferencia del Pacífico, la cultura culinaria básica es la de la yuca (un tubérculo) en lugar de la del maíz, lo cual corresponde a su composición étnica basada tanto en indígenas de origen sudamericano, miskitos y mayangnas principalmente (ver anexo III) como en africanos que originariamente fueron traídos como esclavos.

¹⁴ Mintz, S. *Dulzura y azúcar. El lugar del azúcar en la historia moderna Siglo XXI 1996[1985]*

¹⁵ *Ibídem* López García, J. pg. 228

También resalta una importante diferencia, pues los habitantes del Atlántico son grandes comedores de pescado, lo que no ocurre en el Pacífico, probablemente porque los nahuas tenían, desde su lugar de origen, más prestigiada socialmente la caza que la pesca¹⁶.

Finalmente y en este apartado relativo a la fusión, no se puede dejar de reseñar la importancia que ha adquirido el arroz, tanto en el Pacífico como en el Atlántico, producto traído desde la Península, adonde había llegado, como tantas otras cosas, de la mano de los árabes desde Oriente.

Su preparación más fácil que el maíz (no hay que nixquezar, moler y amasar) y sus propiedades energéticas lo han convertido en un bastimento indispensable en la comida nicaragüense bien solo, bien en combinación con los frijoles, ya que éstos constituyen la fuente proteica por excelencia cuando no se tiene acceso frecuente a la carne. Por cierto y dicho sea como curiosidad, no muy conocida tanto por la población nicaragüense como por casi todos sus visitantes, el famoso “gallo pinto”, fritura conjunta de arroz y frijoles, habitual en muchas comidas, y en particular en la cenas, del país, no se popularizó en Nicaragua hasta el siglo XIX cuando fue “importado” de los campamentos madereros y bananeros de la costa Atlántica¹⁷.

Y si hablamos de platos festivos o de ocasiones especiales que tengan al arroz como un componente principal, podemos mencionar el arroz aguado que como señala Wheelock es de factura indígena pero con ingredientes en gran parte traídos del “viejo” continente¹⁸. Recuerda lo que dijo Carlos Mántica, autor de “El habla nicaragüense”¹⁹ y prologuista del libro de Wheelock Román que venimos comentando, al decir que, al hablar, los nicaragüenses utilizan muchas veces estructuras náhuatl con palabras del castellano. Empleando una expresión que encontramos en López García²⁰ podríamos decir que la “gramática culinaria” en Nicaragua tiene en buena parte sintaxis indígena con vocablos hispánicos. Aunque justo es decir que tanto en la lengua como en la comida, también se da la situación inversa, por ejemplo cuando se usan métodos de cocción como la fritura para hacer la salsa básica a partir de chile, chiltoma y tomate o

¹⁶ *Ibíd*em Wheelock Roman, J. pg. 182

¹⁷ *Ibíd*em Wheelock Roman, J. pg. 236

¹⁸ *Ibíd*em Wheelock Roman, J. pg. 254

¹⁹ Mántica, C. *El habla nicaragüense* Hispamer 2008 [1973]

²⁰ *Ibíd*em López García, J. pg. 103

se intercalan palabras como comal (utensilio similar a una plancha) en expresiones de claro “sabor” castellano: “Tal para cual, le dijo la olla al comal”²¹

La relación de la comida con el lenguaje puede ampliarse desde muchos puntos de vista ya que por ejemplo las modificaciones que se producen en las palabras y sus combinaciones en las fases podrían asemejarse, en cierto modo, a las que van transformando los ingredientes y los platos en las diversas recetas.

Por ejemplo, en el anexo II de este trabajo, se incorporan varias recetas festivas, en la versión más antigua en que ha sido posible obtenerlas, lo que permitiría ir las comparando con versiones más modernas en un trabajo que superaría en mucho las posibilidades de esta breve aproximación, pero que, seguramente, sería de gran interés. Entre esas recetas encontramos algunas como la del popular nacatamal dominguero que con una masa de maíz y un procesado común al de los tamales en general, incorpora carne de cerdo en su interior y es comida habitual de domingo o el “indio viejo” que también se elabora a base de maíz. Esta circunstancia, dejando aparte las habituales tortillas (de mayor tamaño que las habituales en otros países de Centroamérica), parece confirmar lo que ya se ha visto con las bebidas a base de cacao que han sido sustituidas en gran parte en lo cotidiano por café o “frescos” de frutas, en relación a que el maíz y el cacao se han ido convirtiendo, dado su proceso más laborioso de confección, en parte central de las celebraciones adquiriendo, por ello, cada vez, un componente más “ritual” que cotidiano

Llama también la atención que una amplia variedad de estos platos de festividades especiales, como la gallina o el chompipe relleno muy habituales en Navidad, sean precisamente eso un “relleno” donde la “carcasa” del cuerpo de un animal (de origen hispánico o prehispánico) sea “colmada” con un conjunto de ingredientes, mezcla de las diferentes fuentes que han conformado la cocina nicaragüense y cortados a tamaño reducido para producir, precisamente, un efecto de mixtura de sabores que recuerda poderosamente las técnicas culinarias del suroeste asiático.

²¹ Mántica C. *El refranero nicaragüense* Hispamer 1997, pg. 77

Hay excepciones, claro está, porque por ejemplo la carne en vaho o algunas sopas como la de res o la de mondongo se caracterizan por lo contrario ya que, desde nuestros parámetros, los pedazos introducidos tanto de carne como de tubérculos son de una magnitud muy superior a la que estamos acostumbrados en nuestros pucheros o cocidos. Me parece que resultaría interesante indagar en cuáles son las condiciones que determinan esos tamaños para ver si se le puede atribuir algún significado simbólico.

Como conclusión puede sintetizarse que la comida nicaragüense actual resulta un buen ejemplo, interpretable históricamente, de una fusión creativa adaptada a las circunstancias prácticas que traduce en cuanto a la alimentación el mestizaje básico de su población. Las traumáticas condiciones en que se produjo el encuentro de los indígenas con los conquistadores ha dado paso con el transcurrir de los siglos a una combinación en la que puede sorprender que el pequeño grupo de indígenas sobrevivientes (que se estima que pasaron de 250000 a 12000) haya conservado una parte muy relevante de la “paleta” resultante, probablemente como un acto, más o menos consciente, de resistencia a la brutal imposición a la que fueron sometidos.

Bibliografía

- Fernández de Oviedo y Valdez, G. *Historia general y natural de las islas y tierra firme del mar océano* Colección cultural Banco de América, serie cronistas, Nicaragua 1977 [1851]
- Harris, M. *Antropología cultural* Alianza 1990 [1983]
- León Portilla, M. *El reverso de la conquista*, Mortiz 1964
- Lévi-Strauss, C. *Antropología estructural* Eudeba 1972 [1958]
- López García, J. *Etnografías y teorías de la alimentación y la cultura* manual de Antropología de la alimentación, UNED 2021
- Mántica, C. *El habla nicaragüense* Hispamer 2008 [1973]
- Mántica C. *El refranero nicaragüense* Hispamer 1997, pg. 77
- Mintz, S. *Dulzura y azúcar. El lugar del azúcar en la historia moderna* Siglo XXI 1996[1985]
- Wheelock Román, J. *La comida nicaragüense* UCA 1998

ANEXOS

I-Listado de ejemplos de comidas festivas y cotidianas (elaborada a partir de la experiencia propia):

Navidad: Gallina rellena con frijolitos verdes, zanahoria, chayote, papas, pasas, aceitunas, alcaparras, sal, pimienta, mostaza, salsa de tomate, ajo molido con achiote, vinagre de banana, carne de cerdo y los menudos de la gallina a fuego muy lento en diez horas (varios días). La gallina se unta con ajo y achiote se rellena y se hornea. Se hace en gran cantidad para repartirse con parientes durante varios días acompañada de arroz blanco, tostones (rodajas de plátano maduro tostado y aplastado) (*observación propia*)

Otras Fiestas: Gallina en chinamo (*ver receta en Anexo II*)

Purísima (7 de Diciembre): paquete con gofio-dulce duro de pinol u dulce de panela a alta temperatura, cajeta de leche zapoyol-dulce de semillas de zapote, caramelos de coco, alfajores de maíz, limones dulces, trozos de caña de azúcar, vasos de chicha de maíz (*observación propia*)

Domingos: sopa de res (punches, quequisque, plátano verde y maduro, chilote, elote, ayote, pipian...) (*ver receta en Anexo II*), sopa de mondongo (se compra a la mondonguera del barrio), (*ver receta en Anexo II*) nacatamales comprados para no cocinar (*ver receta en Anexo II*) carne en vaho (*ver receta en Anexo II*), tres o cuatro veces al año, siempre en mercado y comiderías, carne asada, sopa de gallina-verduras diferentes: papas, chilote, repollo, chayote, pipian), día especial conchas negras, Sopa de frijoles con salazón de carne de vaca, crema huevo y cebolla frita (*observación propia*)

Semana santa: pececitos tirados por el lago Xolotlan, se secan y se hacen, sopitas, tortas, frituras (no todo el mundo las aprecia!), sopa de queso, pinol de iguana (*ver receta en Anexo II*), Caldo de garrobo con como todas las sopas, cebolla, tomate, chiltoma y ajo, se guisa con el caldo y pinol y se condimenta con achiote, decorando con huevos de iguana, la cual previamente se ha asado. Huevos de tortuga paslama encima de una ensalada. Guiso de piñuela (*observación propia*)

Cotidianas: gallopinto, leche agria con tortilla o gallo pinto, repocheta, quesillos, tacos, plátano maduro frito, tostones con queso, guacamole, indio viejo con carne de menos calidad, flores de calabaza rellenas de queso y cebolla (*observación propia*)

Para salidas: chancho con yuca, vigorón (antigua comida de esclavos ahora muy popular)

II.-Algunas de las recetas mencionadas en el Anexo anterior tal como han sido recopiladas en el libro de Wheelock Roman, con indicación de su procedencia:

GALLINA DE CHINAMO (ANGÉLICA DE VIVAS)

Ingredientes: 6-8 raciones

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| .1 Gallina de 5 a 6 lbs. | 1 cebolla gd. |
| .6 dientes de ajo, pelados | .1 c. de achiote |
| .2" de canela, en raja | .2 c. de sal |
| .1/2 c. de pimienta, molida | .1/2 T. de aceite de cocinar |
| .Agua caliente | .2 hojas de laurel |
| .1/2 c. de nuez moscada, rallada | .1 zanahoria cruda, rodajada |
| .2 oz. de pasas | .1 chayote crudo, en cubos |
| .4 C. de mantequilla | .3 C. de harina |
| .1 lb. de papas, cocidas rodajeadas | .1/2 T. de vino dulce |
| .2 oz. de alcaparras | .3 C. de salsa inglesa |
| .Chile | .Azúcar |

Preparación:

Limpie y lave bien la gallina, pártala en 8 trozos. Muela los 4 siguientes ingredientes. Condimente la gallina con sal y pimienta y a continuación envuelva los trozos en el molido de cebolla y fríalos en el aceite, moviéndolos de vez en cuando, hasta que doren ligeramente; cúbralos, entonces, con agua caliente y añádale el laurel, la nuez moscada y la zanahoria; tápela y cocínela, a fuego bajo, hasta que la gallina esté suave, pero firme; agréguele las pasas y el chayote y continúe hirviendo, a fuego bajo, hasta que el chayote esté también suave. Derrita, a fuego moderado, la mantequilla y mézclele la harina, diluida en un poquito de la salsa que va soltando la gallina, y los 5 siguientes ingredientes; hierva todo, por 10 minutos y rectifique la sal.

NOTA: Si le quedó un poco seca, agréguele algo de caldo de pollo o de agua, pues debe quedar con bastante líquido. Junte todo a la gallina, revolviendo bien y calentando al momento de servir.

INDIO VIEJO

(MATAGALPA) ROSIBEL DECHÉVEZ

Ingredientes:

<i>12 onzas de masa de tortilla</i>	<i>2 1/2 libras de carne de res</i>
<i>5 tomates</i>	<i>3 chiltomas grandes</i>
<i>2 cebollas grandes</i>	<i>1 cabeza de ajo</i>
<i>1/2 cucharadita de pimienta</i>	<i>1/2 taza de manteca de cerdo</i>
<i>1 naranja agria</i>	<i>xilote tierno</i>
<i>leche</i>	<i>sal</i>
<i>yerba buena, achiote</i>	<i>plátanos</i>

Preparación:

Se pone a cocer la carne con chiltoma, sal y ajo. Luego se cocen los plátanos. Se nesquiza el maíz, y después bien lavado se manda a moler. Después la carne ya cocida se desmenuza. Se pone a freír la manteca con chiltoma picadita y cebolla picada, se deja caer la carne y se sofríe. En seguida se disuelve la masa con el agua de la carne, después se muele el tomate con bastante chiltoma, cebolla y ajos, colados; esto se junta con la masa y se deja caer en la carne sofrita. Después se le echa achiote, pimienta, naranja agria y yerba buena.

Ya cocidos los plátanos se machacan y se echan a la masa, añadiendo a esta combinación pedacitos de chilote tierno y 2 tazas de leche. Todo esto mezclado se va cocinando a fuego lento hasta quedar de contextura suave. Cuando ya está bien cocido se baja del fuego y se sirve en platitos de barro con hojas de plátanos.

NACATAMALLI (NACATAMAL INDIO)
(GÜISQUILIAPA, JINOTEPE) CATALINA MENA ABURTO.

Se nesquiza el maíz, se separa la "pluma" se lava bien y se muele hasta que la masa quede fina. La masa se desbarata en agua hasta quedar atolosa y se pone a cocer batiendo hasta que espese, agregándole sal al gusto y un recadito de achiote, tomate, chiltoma, chile congo y cebolla que previamente se puso a sofreír en manteca. Se añade naranjagria. Se deja enfriar. Previamente se cortan trozos de carne -que puede ser de chompipe, venado, cecina de res, cerdo o garrobo-, y se ponen a adobar en un recado de achiote, chiltoma, tomate molidos, sal y naranjagria. Luego sobre hojas de plátano tiernas, en cruz, con una hoja reforzante en medio, se pone una cucharada grande de la masa y se agregan en este orden a la masa: dos trozos de carne, tres media rodajas de papa; trocitos finos de ayote; dos aros de cebolla, dos de chiltoma, media rodaja de tomate, tres o cuatro chiles congos esparcidos y encima de todo, dos ramitas de yerbabuena. Se doblan las hojas por las puntas de los cuatro lados y se amarran con mecate de burillo. Se ponen a hervir a fuego vivo por tres horas.

PINOL DE IGUANA
(MONIMBÓ)
DÑA. CASIMIRA FLORES DE PAVÓN.

Ingredientes:

.1 iguana	.1 lb. de maíz
.Cebolla	.Tomate
.Chiltoma	.Naranja agria
.Ajo	.Sal
.Culantro	.Limón

Preparación:

Tostar el maíz y molerlo payaste, se lava y se le saca la pluma con un colador.

Matar la iguana, sacarle las tripas y los huevos, colocarle nuevamente los huevos en su interior y surcir la herida; asarla, sacarla del fuego y rasparle la piel, lavarla con limón. Sacarle los huevos a la iguana y cocerlos con agua; bajarlos al primer hervor. Cortar la iguana y ponerla a cocer en agua echándole cebolla, ajo, sal. Cuando suavice la carne quitarle los huesos y la piel.

Humedecer el maíz con el caldo resultante, se le agrega la carne y el culantro, se batan los ingredientes, batir constantemente hasta que el pinol se ablande; se sabe que está en su punto cuando el pinol deja de estar arenoso.

En paila aparte con aceite se fríe tomate, cebolla y chiltoma poniéndole un punto de pimienta y naranja agria. Al pinol se le incorpora los huevos de iguana y la salsa.

SOPA DE MONDONGO DE MASATEPE

»MONDONGO ANTIGUO DE DOÑA NÉSTOR»- ORIGINAL DE DÑA JUANA NÉSTOR ARIAS (1898-1982), TRANSMITIDO POR SUS HIJAS BERTA E ISABEL TAPIA ARIAS.

El primer secreto es lavar muy bien el Mondongo entero, lo mismo que las dos manos y patas: Hay que rasparlos con cuchillo y lavar con abundante agua. Se les debe quitar los pellejos de la parte lisa y toda la gordura. Se alista la carne y patas por un día o dos en un recadito de sal, naranja y limón agrios y pinol, todo bien untado para que agarre sabor. Guarde la carne y huesos en refrigeradora. En una olla grande de barro, ponga 8 galones de agua a hervir, añadiendo desde el inicio una libra de cebollas desmenuzadas y picadas. Eche el mondongo y las patas siempre en fuego vivo para que éstas se suavicen. Por aparte prepare un recado de achiote y una cabeza de ajo molidos juntos y los va añadiendo a la olla hasta conseguir un agua rojito claro. A las tres horas de hervir se agregan 2 repollos en cuartos, 2 libras de tomates y 1 de chiltoma ambos picados, con doce palmitas de culantro. Se deja hervir por unos tres horas más. Cuando la carne está suave y lista se agrega la sal probando el agua hasta su punto. Las verduras en trozos se cocinan aparte, usando algo del agua de la sopa para que cojan sabor: Las yucas y los quequisques (6 grandes c/u) se hierven separados hasta que den su punto; los chayotes y ayotes (media docena de c/u) se hierven juntos hasta su punto. Todas las verduras se añaden hasta entonces a la sopa ya lista junto a su agua. El toque final se consigue con una libra de harina para espesar, 4 onzas de azúcar y 1 o 2 naranjagrias lo cual debe añadirse sólo al final y meneando la sopa para que la harina no se pegue. Sírvala con un chilerito de vinagre de guineo con cebollitas picadas, chile congo y unas tortillas tostaditas. (20 raciones).

SOPA DE RES CRIOLLA.
(MANAGUA) DOLORES SÁNCHEZ RAMÍREZ

Ingredientes: 10 raciones

- .1 Cabeza de ajo (para sancochar el hueso y la carne)
- .12 Chiltomas (6 para sancochar el hueso y la carne)
- .8 Cebollas grandes (2 para sancochar el hueso y la carne)
- .7 Lbs. de hueso carnudo
- .4 Lbs. de cecina
- .3 Chayotes
- .1 Ayote mediano
- .1 Repollo grande
- .4 Pipianes tiernos
- .10 Tomates pequeños
- .2 Moños de culantro
- .4 Lbs. orilla de costilla
- . Pedazos de yuca
- .25 Chilotes
- .5 Quequisques medianos
- .3 Elotes tiernos grandes
- .2 Maduros grandes
- .6 Naranjas agrias
- .Sal

Preparación:

Se lava el hueso y la carne y se ponen a sancochar con una parte de la cebolla, chiltoma y ajo. Al comenzar a hervir trepa una espuma negra la cual hay que sacarla. Cuando ya esté suave el hueso y la carne se echan primero las verduras más duras (yuca, quequisque, elote, chilote), poniéndole la otra parte de la cebolla, chiltoma y ajo. Luego se dejan caer las verduras blandas (ayote, chayote, repollo), dejando de último los pipianes y los maduros. Al suavizar las verduras, echar el agrio y sal al gusto.

VAHO

(OMETEPE, GRANADA) GOYITA ROMERO

Ingredientes: 10 raciones

- .4 Córdoba (4 hojas grandes aproximadamente) de hoja de plátano
- .4 Libras de yuca (aproximadamente cuatro pedazos)
- . Palitos para la cama del vaho
- .8 Libs. de cecina gorda .1 Doc. de naranja agria
- .1 Doc. de chiltoma .2 Libs. de tomate
- .2 Libs. de cebolla .1/2 Cabeza de ajo
- .6 Plátanos .8 Maduros, 8 Lts. de agua

Ensalaaa

- .1 Repollo, 1 Lb. de tomate
- .1 Cebolla, Chile al gusto
- . Vinagre de guineo al gusto

Preparación:

El día anterior se lava bien la carne con agua. Se corta en pedazos de 2 pulgadas de ancho por cuatro de largo. Se sazona con sal, naranja agria, chiltoma, tomate, ajo y cebolla -estos tres ingredientes cortados en rodajas- y se deja en el refrigerador por 24 horas. Para cocinarlo se prepara una olla grande con 3 litros de agua, sobre el agua se ponen los palitos que harán la cama del vaho buscando que la carne empacada en la hoja de plátano quede como 3-4 pulgadas encima del fondo de la olla. Se acomodan las hojas de plátano muy bien para evitar que el agua se pueda colar dentro del vaho, y se colocan los plátanos pelados, la yuca pelada y los maduros con todo y su cáscara sobre la hoja de plátano verde. Luego se pone la carne con todos sus sazones. Se cierran las hojas de plátanos empacando muy bien todo su contenido para que no haya penetración de agua pues durante el proceso de cocción que es lento se debe poner más agua evitando que el vaho se ahume o queme. Es importante -según dice Doña Goyita- que el vaho sólo lo toque la persona que lo está haciendo pues sino «los ingredientes se pelean»; ella comenta que cuando la prepara tiene que estar espiando para que nadie lo destape y se lo arruine.

