



LIBROS DE COCINA EN LA CIUDAD DE MEDELLÍN, 1908-1960

Luz Aidé Rodríguez Cossio

Universidad Nacional de Colombia
Facultad de Ciencias Humanas y Económicas, Departamento de Historia
Medellín
2023

LIBROS DE COCINA EN LA CIUDAD DE MEDELLÍN, 1908-1960

Por

Luz Aidé Rodríguez Cossio

Tesis de investigación presentada como requisito parcial para optar al título de:

Doctora en Historia

Director:

Gregorio Saldarriaga, PhD en Historia

Codirector:

Oscar Calvo, PhD en Historia

Universidad Nacional de Colombia

Facultad de Ciencias Humanas y Económicas, Departamento de Historia

Medellín

2023

RESUMEN

Esta tesis aborda el estudio sobre los libros impresos de cocina publicados en la ciudad de Medellín entre 1908 y 1960. Partiendo del concepto de que estas obras contienen algo más que recetas de cocina, y que a través de ellos se pueden conocer aspectos de la sociedad que los produce, en este trabajo se desarrolló una historia que entrelazó para esta localidad los libros, las mujeres y, por último, la alimentación. Para ello, se examinaron de manera sistemática publicaciones de la época como los recetarios, el periódico *El Colombiano*, las revistas *Letras y Encajes* y *Cromos*. Con el análisis de estas fuentes primarias y de investigaciones de diversos autores que han trabajado sobre el tema, se construyeron estos relatos. El trabajo desarrollado muestra que los libros de cocina se constituyeron en uno de los medios utilizados por un sector de la ciudad para tratar de cambiar los hábitos de la comida de la población. Igualmente, ellos también hicieron parte de los esfuerzos que se llevaron a cabo para definir cuáles deberían ser las funciones de las mujeres de Medellín.

Palabras clave: Libros de cocina, Historia del libro, Historia de las mujeres, Historia de la comida, Medellín, siglo XX.

Cookbooks in the City of Medellín, 1908-1960

ABSTRACT

This thesis addresses the study of printed cookbooks published in the city of Medellín between 1908 and 1960. Starting from the concept that these works contain more than just recipes, and that through them aspects of the society that produces them can be known, this work developed a history that intertwined books, women, and finally food for this locality. To do this, publications from the time such as recipe books, the newspaper *El Colombiano*, the magazines *Letras y Encajes* and *Cromos* were systematically examined. By analyzing these primary sources and research by various authors who have worked on the topic, these narratives were constructed. The work carried out shows that cookbooks became one of the means used by a sector of the city to try to change the eating habits of the population. Likewise, they were also part of the efforts made to define what the roles of women in Medellín should be.

Keywords: Cookbooks, History of the book, History of women, History of food, Medellín, 20th century.

AGRADECIMIENTOS

La realización de esta tesis doctoral fue posible por la colaboración de diversas personas e instituciones. En primer lugar, deseo expresar mi más profundo reconocimiento a mi director, el profesor Gregorio Saldarriaga, por su valiosa orientación, apoyo y dedicación durante el desarrollo de la investigación. Su experiencia, amabilidad y paciencia fueron fundamentales en la culminación de esta. También agradezco de manera especial a la profesora Sarah Bak-Geller, por aceptar ser mi tutora en mi estancia en Ciudad de México. Con sus aportes, ideas y sugerencias, pude enfocar nuevas perspectivas para el desarrollo de esta tesis.

Deseo expresar mis sinceros agradecimientos a la Universidad Nacional de Colombia- Sede Medellín por brindarme la oportunidad de realizar mis estudios doctorales. Debo mi gratitud al personal docente y administrativo de mi facultad por su apoyo y orientación a lo largo de mi trayectoria educativa. Estoy orgullosa por tener la oportunidad de formar parte de esta comunidad universitaria tan enriquecedora. Quiero agradecer al profesor Oscar Calvo por su colaboración como codirector para los asuntos administrativos con la Universidad Nacional y Minciencias.

Esta tesis se nutrió de las voces, comentarios, ideas e intercambios de personas e instituciones. A todos los que contribuyeron con el desarrollo de mi investigación, quiero expresarles mi aprecio. A mi entrañable amiga Claudia Úsuga quien me ayudó a recopilar datos. Al profesor Carlos Humberto Illera por su generosidad al permitirme indagar en su biblioteca. A la historiadora Natalia Silva, por ofrecer su blog para tener la posibilidad de acceder a más fuentes. Al grupo de investigación *Observatorio De La alimentación* (ODELA), de la Universidad de Barcelona, donde tuve la oportunidad de llevar a cabo una estancia de investigación; de este grupo recibí apoyo, orientación y acceso a recursos de su biblioteca, así como la

oportunidad de difundir algunos resultados parciales de mi investigación. Agradezco a las profesoras Ilaria Berti y Ruth López, por aceptar evaluar esta tesis, también por sus comentarios y sugerencias. Además del proceso formal, este tipo de interlocución servirá para seguir afinando aspectos de la investigación.

Gracias a COLCIENCIAS, entidad que me otorgó una beca condonable. Esto me permitió adelantar mis estudios doctorales, desarrollar y llevar a feliz término la investigación plasmada en el presente trabajo. Sin su apoyo financiero, no habría sido posible para mí, completar este proyecto académico.

Finalmente, debo reconocer el apoyo de mi familia, especialmente mi hija María Fernanda, quien en todo momento no dudó en animarme y acompañarme a lo largo de mi formación académica. ¡Gracias por ser una compañía excepcional!

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	1
Capítulo 1. El libro de cocina. Más que recetas	5
1.1. Los orígenes del libro de cocina impreso en Occidente.....	6
1.2. Por qué publicar un libro de cocina	9
1.3. Los recetarios como fuente	12
1.4. La situación de estudios sobre libros de cocina. Qué se ha trabajado	21
Capítulo 2. Los libros de cocina impresos de Medellín entre 1908 y 1960	34
2.1. Lo oral y lo escrito	34
2.2. La importancia del libro en la sociedad	41
2.3. La historia del libro	43
2.4. Los libros de cocina	45
2.5. Las recetas impresas en Medellín.....	48
2.6. Los libros de cocina impresos en Medellín en la primera mitad del siglo XX y la década de 1950	50
2.7. Las autoras de los libros de cocina.....	64
2.7.1. Elisa Hernández Suárez	71
2.7.2. Sofía Ospina de Navarro.....	72
2.7.3. Maraya Vélez de Sánchez	80
2.7.4. Eugenia Ángel de Vélez	84
2.7.5. Alicia Merizalde de Echavarría.....	87
2.7.6. Zaida Restrepo de Restrepo.....	88
2.7.7. Emilia Olano Moreno	89
2.7.8. Blasina Botero de Isaza.....	90
2.7.9. Cristóbal Villegas M.....	91

Capítulo 3. Mujer y domesticidad en Medellín

en la primera mitad del siglo XX.....	96
3.1. Las mujeres en la historia.....	96
3.2. La formación de la mujer doméstica antioqueña.....	100
3.2.1. Una mujer debe ser	104
3.2.2. La educación de la mujer	107
3.2.3. La economía doméstica	117
3.2.4. Los medios impresos	122
3.2.5. La instrucción en economía doméstica	126
3.2.6. Los libros de cocina.....	133
3.2.7. La publicidad	138
3.2.7.1. Deber maternal.....	140
3.2.7.2. El arte de bien comer	143

Capítulo 4. Una cocina para Medellín. Tendencias, gustos, sugerencias 150

4.1. Comida de sal	152
4.1.1. Las carnes	154
4.1.2. Mantequilla y huevos	179
4.1.3. Sazón y sabor. Pimienta, cebolla, salsas y perejil	182
4.1.4. Los vegetales.....	184
4.1.4.1. Las recetas de vegetales	190
4.1.4.2. Las recetas de tomate, papa, maíz y arroz	193
4.1.4.3. Preservar los vegetales.....	198
4.2. Comida dulce (que no es solo de dulce)	200
4.2.1. Los ingredientes	204
4.2.2. Dulces para disfrutar	208
4.2.3. Dulces para el sustento.....	217
4.3. ¿La cocina francesa en los recetarios de Medellín?	223
4.4. Una cocina cosmopolita para Medellín.....	234

4.5. La cocina colombiana en los recetarios de Medellín.....	237
Conclusiones	246
Bibliografía.....	254

LISTADO DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Total de recetas de sal 1908-1960	153
Gráfico No. 2 Ingredientes de mayor uso 1908-1960	154
Gráfico No. 3 Carnes	157
Gráfico No. 4 Tipos de carne más utilizados, 1908-1960.....	161
Gráfico No. 5 El cerdo en los libros de cocina	165
Gráfico No. 6 Carnero	178
Gráfico No. 7 Ternera.....	178
Gráfico No. 8 Cordero.....	179
Gráfico No. 9 Buey.....	179
Gráfico No. 10 Mantequilla	180
Gráfico No. 11 Huevo	181
Gráfico No. 12 Pimienta.....	182
Gráfico No. 13 Salsas	183
Gráfico No. 14 Vegetales más usados 1908-1960.....	189
Gráfico No. 15 Variedad de vegetales en recetarios	190
Gráfico No. 16 Recetas de vegetales.....	192
Gráfico No. 17 Recetas de tomates	194
Gráfico No. 18 Recetas de maíz	197
Gráfico No. 19 Recetas “comida dulce” 1908-1960	203
Gráfico No. 20 Ingredientes para “comida dulce” más usados 1908-1960.....	205
Gráfico No. 21 Participación de “comida dulce” en recetarios 1908-1960	205

LISTADO DE IMÁGENES

Imagen 1. Mil recetas (1958).....	19
Imagen 2. Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar (1938)	50
Imagen 3. La cartilla del hogar (1956).....	50
Imagen 4. Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo (1908)	54
Imagen 5. El plato criollo (1949)	60
Imagen 6. La cocina, la mesa y el servicio moderno (1950).....	60
Imagen 7. Publicidad Almacenes Westinghouse	62
Imagen 8. Colección de recetas de cocina (1915).....	64
Imagen 9. Cocina europea y americana.....	64
Imagen 10. Sofía Ospina de Navarro	73
Imagen 11. Maraya Vélez de Sánchez.....	81
Imagen 12. Libro de recortes de revistas de Maraya Vélez de Sánchez	82
Imagen 13. Eugenia Ángel de Vélez	85
Imagen 14. Zaida Restrepo de Restrepo.....	89

Imagen 15. Blasina Botero de Isaza.....	90
Imagen 16. Cristóbal Villegas M.....	91
Imagen 17. “La mujer y el hogar”, sección femenina de <i>El Colombiano</i>	124
Imagen 18. Universidad femenina	130
Imagen 19. Leche Kresto.....	141
Imagen 20. Maizena.....	143
Imagen 21. Sopa de pollo Maggui.....	144
Imagen 22. Anuncio de comienzo de pesca de carpas	171
Imagen 23. Pescado fresco	171
Imagen 24. Almacén de vinos	172
Imagen 25. Pesquera antioqueña.....	177
Imagen 26. Pescadora del Caribe.....	177
Imagen 27. Almacén de vinos. Rafael Navarro y Cía.	200
Imagen 28. Tarjeta de invitación a un té.....	213
Imagen 29. Tomando el té	214
Imagen 30. Invitación a un té.....	215
Imagen 31. Los tés en Medellín	215
Imagen 32. Libro de cocina. Mil recetas (1958).....	221
Imagen 33. Libro de cocina Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo (1908).....	222
Imagen 34. Mercancía inglesa y francesa	228
Imagen 35. Minuta en francés	230
Imagen 36. Menú Grill Hotel Nutibara	233
Imagen 37. Tarjeta de invitación.....	233
Imagen 38. Ensalada italiana.....	235

LISTADO DE TABLAS

Tabla 1. Tipos de carne	158
Tabla 2. Preparaciones con cerdo	167
Tabla 3. Salsas para pescados y mariscos.....	173
Tabla 4. Preparaciones de pescados y mariscos	174
Tabla 5. Mercado semanal de una familia de obreros.....	186
Tabla 6. Vegetales usados en los libros de cocina 1908-1960.....	188
Tabla 7. Productos de comida dulce	202

INTRODUCCIÓN

Cookbooks! What kind of subject was that for serious academic study? After all, history deals with “important” issues –politics, wars, disasters, economics– not food! (...). The human race, I would say, needs two things to survive –sex and food. Without sex, we can survive for one generation; without food, for maybe three days, or three months, if one has water. How long could we survive without politicians, or generals, or economists?

Danish Cookbooks (Carol Gold, 2007)

Por su contenido práctico y tal vez por su relación con el hogar y con la vida transcurrida en él, la reacción de sorpresa de algunos no se oculta ante una investigación cuyo corpus esté integrado por libros de cocina. Pese a que se han escrito desde la Antigüedad e impreso desde el siglo XV, no habían sido considerados como fuente histórica sino hasta mediados del siglo pasado para elaborar un estudio social o cultural. Desde entonces, diversos investigadores han procurado destacarlos como un tema serio para analizar. Asimismo, sucede con el tema de la comida, pues como lo afirma Carol Gold, esta es fundamental para la supervivencia de la humanidad; este hecho es una evidencia suficiente de su importancia y de sus implicaciones para una sociedad y por ende para desarrollar un trabajo valioso.

El libro de cocina es una colección de recetas en las cuales se instruye sobre la preparación de comida. Pero ellos tienen una pretensión más compleja que la de enseñar a cocinar. De acuerdo con quienes se han especializado en su estudio, como cualquier otro libro, estos cuentan historias, tienen mensajes, explican cosas. Al analizarlos, se puede hallar diversos significados en aquello aparentemente trivial en las imágenes, en las recetas, en las instrucciones y sugerencias depositadas en ellos. Además, advierten los expertos, se debe tener presente que los libros de cocina

cuentan muy poco sobre lo que realmente comían las personas en el pasado; en cambio pueden revelar mucho sobre las sociedades que los producen.

¿Qué se puede llegar a conocer entonces a través de los libros de cocina? Ellos pueden proporcionar información acerca de disponibilidad de productos alimenticios, conocimiento de técnicas, desarrollo de los equipos de cocina, modas culinarias; revelar los cambios en la producción, preparación y consumo de alimentos. También se puede saber acerca de costumbres, vida cotidiana, modales en la mesa, entre muchos más. En fin, quienes los estudian se han asombrado por su riqueza de información, considerándolos, por consiguiente, como una fuente histórica valiosa.

¿Qué se podría investigar a través de los libros de cocina? Se puede mencionar algunos temas para abordar mediante su análisis como una historia de las mujeres, una historia de la alimentación, una historia del libro. Igualmente, es posible desarrollar asuntos sobre género, clase, etnicidad, de construcción de nación, puesto que algunos de estos trabajos han sido el espacio en el que de una u otra manera se reflexiona acerca de uno de estos conceptos para la formación de una conciencia como comunidad.

En la presente investigación se eligió desarrollar una historia que entrecruzara los libros, las mujeres y, por último, la alimentación, mediante el estudio de los libros de cocina impresos de Medellín. El periodo de este estudio comienza en 1908, año en que se editó el primer recetario y termina en 1960. Esto, porque desde mediados de la década de 1950 se comenzó a evidenciar una novedad con respecto a quienes publicaban estas obras, las cuales, en el periodo analizado, quienes las escribieron, fueron fundamentalmente mujeres. Las industrias de alimentos, de electrodomésticos y de utensilios, así como entidades estatales, comenzaron también a editar este tipo de textos. Además, en los primeros años de la década de 1960 se

halló un cambio en el discurso dirigido a las lectoras en los recetarios de autoras antioqueñas.

Este trabajo comienza con un capítulo llamado “El libro de cocina. Más que recetas”. En él, se resalta a estos escritos como una fuente valiosa para la historia. Además, se expone también un recuento breve del desarrollo de los recetarios en Occidente, como también sobre los diversos motivos para publicarlos. Finalmente, se presentan diferentes estudios sociales y culturales basados a partir del análisis de estos manuales culinarios que demuestran la diversidad de temáticas que se pueden desarrollar a través de ellos y no meramente los temas de la comida.

Dado que el libro de cocina es el centro de este trabajo, es razonable comenzar a estudiarlo como un objeto que es producto de la labor de un grupo de personas que intervinieron en las etapas de su proceso de elaboración. Este es tema del segundo capítulo, el cual se desarrolla con la orientación de la historia del libro. El objetivo de analizar los personajes que ayudaron a fabricar dichos textos se realiza con el fin de poder determinar el rol de ellos y del mismo libro en la circulación de las ideas, de los conocimientos. Por ello, se abordarán diversos detalles en la fabricación de estos ejemplares; se hablará de las autoras para conocer el contexto de su entorno; también sobre los procesos de la producción como la edición y recepción, así como de empresas que los imprimieron. De acuerdo con el punto de vista de la historia del libro, de esta forma se puede interpretar apropiadamente lo que estos trabajos pueden relatar sobre la ciudad en aquel tiempo. Igualmente, entender alguna conexión entre los propósitos para publicarlos y lo que estaba aconteciendo en la sociedad medellinense.

Publicar un libro de una u otra forma tiene un propósito y en el caso de los libros de cocina que se publicaron en Medellín en la época de estudio, no fueron ajenos a esta dinámica. Los que circularon en Medellín en ese tiempo estuvieron dirigidos

principalmente a las mujeres, y, además, la mayoría de quienes escribieron dichas obras, pertenecieron al sexo femenino. Esta característica convierte a estos textos en una herramienta útil para desarrollar una historia de las mujeres. Ese será el tema del tercer capítulo, en el que se despejará la pregunta sobre cuál fue el rol de estos libros en la construcción de la mujer doméstica en Medellín en la primera mitad del siglo XX. En esta exploración de los recetarios, se indagará qué tipo de mensajes de carácter prescriptivo fueron dirigidos a las lectoras de Medellín para indicarles cuáles eran sus deberes en el hogar. Se buscará determinar si estos evidencian, crean y mantienen la idea que tradicionalmente ha vinculado a la mujer de su responsabilidad exclusiva de preparar los alimentos y de cuidar a su familia. Se examinarán también en otras fuentes, como periódicos y revistas, los discursos que aspiraban establecer qué funciones debían realizar las medellinenses en dicha época.

Finalmente, el cuarto capítulo corresponde al desarrollo sobre una historia de la alimentación de la época en la ciudad de Medellín. El objeto de indagación será entonces, el contenido de los libros de cocina, es decir, las recetas. Se examinarán algunos elementos, tales como los ingredientes, técnicas de cocción y utensilios. Cabe recordar que los recetarios, como literatura prescriptiva pretenden modificar algunas prácticas e instruir algunas conductas, en este caso específicamente, guiar a quien lee, en el asunto de cocinar. De manera pues que, estos escritos reflejan el deseo de las autoras de qué y cómo debería comer su público lector. A fin de cuentas, este conjunto de recetas se debe ver como una propuesta para la configuración de una cocina homogeneizada para esta localidad.

CAPÍTULO 1.

EL LIBRO DE COCINA. MÁS QUE RECETAS

Guisar alimentos con una serie de procedimientos, técnicas y utensilios para poderlos consumir, se le denomina cocinar. “Es picar y saltear y cocer y condimentar y vuelta a remover y probar y esperar (...). Eso que lleva tiempo y que mejora con la experiencia es el resultado de prácticas de años, de siglos”¹. Estos saberes de la cocina se enseñaban fundamentalmente de forma oral acompañados, por lo general, de acciones o ejemplos. La transmisión se daba en el ámbito doméstico, donde las madres instruían a las hijas o la cocinera a las criadas. Dicho proceso también ocurría entre hombres en los espacios públicos, en los que ellos eran cocineros contratados por las cortes reales, los monasterios, los hospitales, las posadas, entre otros².

Paralelo a este tipo de transferencia, estaban los textos manuscritos en el que algunos individuos escribían y coleccionaban las recetas, que en opinión de Henry Notaker, se hacían con el fin de tener ayudas nemotécnicas³. También se puede entender como el medio para establecer una información profesional y estandarizada que no da espacio para la improvisación; esto con respecto al entrenamiento de los cocineros que estaban al servicio de la elite⁴. Conviene señalar que la cultura oral y la escrita en el medio culinario se continúan practicando a través del tiempo hasta el presente.

Un libro de cocina manuscrito o impreso es una colección de recetas que contiene prescripciones para que una persona pueda preparar un plato⁵. Cabe subrayar que

¹ Isabel González, *Cocinar era una práctica. Transformación digital y cocina* (Gijón: Trea, 2019) 13.

² Henry Notaker, “Printed Cookbooks: Food History, Book History, and Literature”, *Food and History* 10.2 (2012): 134; Gillian Crowther, *Eating Culture. An Anthropological Guide to Food* (Toronto: University of Toronto Press, 2013) 136.

³ Henry Notaker, *A history of Cookbooks. From Kitchen to Page over Seven Centuries* (Oakland: University of California Press, 2017): 54.

⁴ Crowther 136.

⁵ Anne Willan y otros, *The Cookbook Library: Four Centuries of the Cooks, Writers, and Recipes That Made the*

la tradición de recopilar este tipo de escritos se remonta a la antigüedad. Este hecho fue descubierto por un grupo de investigadores en tres tablillas de escritura cuneiforme que se encontraban en los archivos de la Universidad de Yale que conserva restos arqueológicos de la antigua Mesopotamia⁶. Son una colección de instrucciones para preparar alimentos datadas del año 1600 a.n.e.; contienen cuarenta recetas de la época y dan cuenta, según el historiador francés Jean Bottéro, de algunos “procedimientos, habilidades y, si nos detenemos un poco a reflexionar, incluso de los “principios” que regían entonces la cocina y el paladar”⁷.

Por otra parte, de la antigüedad se conoce también que se produjeron otros tratados en siglos posteriores a las recetas de Mesopotamia. Si bien no hay evidencia completa de ellos, se sabe que existieron por comentarios sobre estos en otros relatos. De Grecia, por ejemplo, se habla de dos obras en el siglo V a.n.e. y en el siglo II de nuestra era. También hay referencias sobre un texto de la antigua Roma en el primer siglo de nuestra era llamado *De re coquinaria* (El arte de cocinar), la colección de recetas más antiguas de Occidente, cuya autoría se atribuye a Apicio⁸.

1.1. Los orígenes del libro de cocina impreso en Occidente

No se puede pensar los libros de cocina impresos frente a los manuscritos como un importante desarrollo culinario. Esto se debe a que los primeros recetarios, –y los libros en general– producidos en los comienzos de la imprenta, eran copias de los textos originales escritos a mano que habían circulado durante mucho tiempo; por lo tanto, en cuanto a los manuales culinarios, las nociones de cocina siguieron siendo

Modern Cookbook (Berkeley: University of California Press, 2012) 1; Barbara Wheaton, “Cookbooks as Resources for Social History”, *Food in Time and Place: The American Historical Association Companion to Food History*, eds. Paul Freedman y otros (Oakland: University of California Press, 2014) 277.

⁶ Lo que hoy se conoce como Oriente Próximo, ocupaba parte de Irak, Turquía y Siria.

⁷ Jean Bottéro, *La cocina más antigua del mundo. La gastronomía en la antigua Mesopotamia* (Barcelona: Tusquets, 2005) 18.

⁸ Bottéro, *La cocina más antigua* 16, 17; Notaker, *A History of Cookbooks* 49.

las mismas⁹. Por otro lado, la cultura del manuscrito no desapareció con la imprenta; esta costumbre permaneció –de hecho, continúa actualmente–, y una de las razones para haber seguido redactando y recopilando recetas manualmente era, según los historiadores Alberto Capatti y Massimo Montanari, el alto costo de las primeras obras impresas de la época y porque pertenecían a una elite¹⁰. Estos escritos comprendían una serie de aspectos que buscaban resolver la administración eficaz de la casa; con sus prescripciones se formaba a las personas responsables de la gestión del hogar y a la servidumbre en asuntos como la nutrición, la higiene, la economía de las conservas y provisiones, entre otros. Los individuos que compilaban dichas instrucciones podían ser un médico, el mayordomo o el dueño de la vivienda¹¹. Ahora bien, puede decirse que la costumbre de transmitir un conocimiento tanto oral como escrito a mano perdura junto a la producción impresa de textos culinarios. Estos conviven incluso en la actualidad.

Los primeros libros de cocina impresos en Occidente se produjeron a finales del siglo XV en Europa. El trabajo inicial fue *De honesta voluptate*, de Bartolomeo Platina, editado en Italia en el año 1475¹²; un siglo después, existían traducciones de esta obra en francés y alemán¹³. La cocina inglesa también cuenta con un texto preliminar importante, es un tratado de sazonomiento y trinchado llamado *The Book of St Albans*, editado en 1486¹⁴. Se cree que el primer recetario impreso en Alemania fue en 1485, y el de Francia en la última década del siglo XV¹⁵. De manera pues que, la literatura culinaria forma parte de los libros incunables.

⁹ Notaker, *A History of Cookbooks* 59; Notaker “Printed Cookbooks” 142.

¹⁰ Notaker, *A History of Cookbooks* 60; Alberto Capatti y Massimo Montanari, *La cocina italiana. Historia de una cultura* (Barcelona: Alba Editorial, 2006) 281.

¹¹ Capatti y Montanari 281.

¹² Carol Fisher, *The American Cookbook: A History* (Jefferson: MacFarland & Company, 2006) 1.

¹³ Jack Goody, *Cocina, cuisine y clase. Estudio de sociología comparada* (Barcelona: Editorial Gedisa, 1995) 190.

¹⁴ Goody, *Cocina* 177.

¹⁵ Fisher 1.

Los libros de cocina de esta fase inicial se caracterizaron por describir los gustos de la realeza y la aristocracia. Además de las recetas, los autores presentaban banquetes y menús con la pretensión de enaltecer la reputación de sus empleadores. Más que instruir al principiante, tenían la intención de ser una guía mnemotécnica, así como intercambiar conocimientos con otros cocineros profesionales que estaban al servicio de un noble o jerarca eclesiástico¹⁶. Luego, a partir del siglo XVIII, con el desarrollo de la imprenta, el incremento de la alfabetización y el surgimiento de la clase media, el mercado de los libros de cocina creció, y algunas recetas “provenientes de los armarios de la aristocracia o de los palacios reales”¹⁷, salieron a la luz, entrando a las cocinas domésticas y, por consiguiente, al mundo de las mujeres¹⁸. La publicación de textos culinarios entonces reveló los secretos de muchos de los cocineros que prestaban sus servicios a la elite o a gremios del ramo alimenticio de la época:

Los secretos de Scappi, “*cuoco secreto*” del papa, fueron “mostrados” por un emprendedor editor veneciano en 1570. La hermandad de los fabricantes de mostaza y los cocineros de salsas (...) eran una poderosa tribu de secretos traficantes en la Edad Media. La literatura gastronómica inglesa de los siglos XVI, XVII e incluso del XVIII está plagada de “despensas abiertas”, “secretos revelados” y otros títulos atractivos que tenían como propósito dar al lector potencial secretos provechosos de toda índole ¹⁹.

De manera pues que, la tradición escrita pública, la comenzaron los hombres, aquellos cocineros contratados para deleitar a la flor y nata de la sociedad.

¹⁶ Goody, *Cocina* 177; Willan 2.

¹⁷ Notaker “Printed Cookbooks” 135.

¹⁸ Crowther 137; Arjun Appadurai, “How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India”, *Comparative Studies in Society and History* 30.1 (1988) 5.

¹⁹ Vehling citado en Goody, *Cocina* 189.

1.2. Por qué publicar un libro de cocina

Existen diversas motivaciones comenzando por las más simples: por un idealismo que las personas poseedoras de conocimientos, específicamente, de recetas médicas y dietéticas, quieren educar o ayudar a las personas a hacer un mejor uso de sus recursos, según sus autores. Por el contrario, otros individuos veían la posibilidad de obtener ganancias al compartir sus saberes. A partir de finales del siglo XV con la imprenta, copiar textos se convirtió en una actividad más rápida y fácil y, por consiguiente, más rentable²⁰. La historiadora Barbara Wheaton afirma que “con el aumento de la alfabetización, el secreto puede haberse vuelto menos valioso que la fama, porque cuando más gente podía leer, el cocinero ganaba económicamente a través de la fama que traía las recetas publicadas”²¹. Además de las anteriores, hay motivaciones más complejas que las de simplemente ayudar a otros y/o recibir beneficios económicos. A continuación, se exponen otras razones por las que se decide publicar un recetario.

Para comenzar, la manifestación de poder y estatus es un motivo de divulgación; están, por ejemplo, los libros de cocina en las cortes, cuya práctica comenzó desde los siglos XV y XVI. Así como los bienes materiales de la realeza eran objeto de admiración, los alimentos que ellos consumían también lo fueron. Pero la comida es perecedera, y por esto, algunos príncipes tomaron la decisión de tener recetas escritas, ordenando a sus cocineros a hacerlo con el fin poseer un documento visible y duradero para dar a conocer sus costumbres alimentarias, caracterizadas por ofrecer espléndidos banquetes²². De otro lado, la filantropía también fue un motivo para publicar libros de cocina. Una ilustración de esto se dio particularmente en la época del fin de la Guerra Civil en Los Estados Unidos, en el que algunos grupos de mujeres a lo largo y ancho del país compilaron las recetas que acostumbraban a

²⁰ Notaker, *A History of Cookbooks* 37, 38.

²¹ Wheaton citada en Notaker, *A History of Cookbooks* 38.

²² Notaker, *A History of Cookbooks* 36, 37.

preparar en sus hogares y como producto final, se publicaba un texto, conocido en el medio académico como *Community cookbook*, cuyas ganancias de sus ventas se destinaban para beneficiar un templo, una escuela, un museo u otra causa²³.

Durante las épocas de guerra cuando es más complicado para las comunidades obtener provisiones, se publicaban libros de cocina con el objetivo de aconsejar sobre cómo administrar los alimentos cuando estos escaseaban. Dichos textos, según Notaker, combinaban el celo patriótico y los consejos prácticos, ya que “[...] Apelando a la frugalidad, como lo hacían estos libros, se alineaba con los planes y los deseos de las autoridades. Ya sea la intención de los autores o no, los libros se convirtieron inevitablemente en herramientas para la propaganda oficial”²⁴.

En el contexto de un proyecto de creación de nuevos estados, para concebir un sentido de comunidad, algunos aspectos relacionados con la vida cotidiana, como la comida, pueden ser objeto de una estandarización, de una unificación. Por ello, los líderes promulgaban por medio de la publicación de textos culinarios una cocina nacional al sugerir recetas, ingredientes y maneras en la mesa. De acuerdo con los ideales de dichos dirigentes, estos aspectos tendrían como modelo las costumbres de una nación extranjera o, por el contrario, se acogería a un referente nacional, buscando enaltecer los hábitos ancestrales²⁵. También se podría dar el caso de combinar estas dos actitudes, implementando una perspectiva nacionalista y foránea para fomentar un modelo de cocina nacional²⁶.

²³ Nina Scott, “Juana Manuela Gorriti’s *cocina eclética*: Recipes as Feminine Discourse”, *Recipes for Reading. Community Cookbooks, Stories, Histories*, ed. Anne Bower (Amherst: University of Massachusetts Press, 1997) 192; Anne Bower, “Bound Together: Recipes, Lives, Stories, and Readings”, *Recipes for Reading. Community Cookbooks, Stories, Histories*, ed. Anne Bower (Amherst: University of Massachusetts Press, 1997) 1.

²⁴ Notaker, *A History of Cookbooks* 261.

²⁵ Jeffrey Pilcher, *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana* (México: Ediciones de la Reina Roja, 2001) 79-81, 112-118; Sarah Bak-Geller, “Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)”, *Desacatos* 43 (2013) 33-35; Laura García, “Recetas para la construcción nacional” (Tesis pregrado en historia, Universidad del Rosario, 2013) 68.

²⁶ Notaker, “Printed Cookbooks”, 150.

El anhelo de preservar la memoria y la identidad colectiva de una comunidad también son razones para escribir un recetario. Esto se puede encontrar en el trabajo de la experta en cultura popular Janet Theophano, *Eat My Words: Reading Women's Lives Through the Cookbooks They Wrote* (2002), en el que afirma que las mujeres han encontrado en los libros de cocina un lugar adecuado para registrar sus historias y pensamientos, así como también sus recetas. Estas mujeres escriben, según la autora, “como un modo de definirse ellas mismas y sus grupos culturales, para preservar el pasado y formar el futuro”²⁷. En su trabajo se pueden conocer tres casos de escritura de textos culinarios: El primero de ellos es un ejemplar de comida afroamericana publicado en 1948, cuyo objetivo era proporcionar a este pueblo un pasado respetable, en el que resaltaba su diversidad, creatividad y sus contribuciones culinarias al país.

Por otro lado, en un contexto de una tradición que estaba cambiando, un grupo de mujeres judías publicó en 1972, un recetario para celebrar la inventiva culinaria, la identidad y mentalidad de la comunidad judía que vivía en la ciudad de Nueva York. El otro libro fue escrito en un gueto durante la ocupación nazi en Checoslovaquia con el propósito de conservar vivas a sus creadoras y el estilo de vida de una colectividad. Ante la situación de pérdida de su cultura, las mujeres recluidas en ese lugar, “con una determinación feroz (...), en su condición física debilitada escribieron sus recetas y, con las recetas, sus memorias del pasado”²⁸; esta actividad les permitió sobrellevar la situación extrema que estaban padeciendo; fue, de acuerdo con Theophano, una forma de supervivencia espiritual.

²⁷ “(...) as a way to define themselves and their cultural groups, to preserve the past, and to shape the future”. Janet Theophano, *Eat My Words: Reading Women's Lives Through the Cookbooks They Wrote* (Nueva York: Palgrave, 2002) 51, 52.

²⁸ “It was with a similar and equally fierce determination that Patcher and the other women of Terezin, in their weakened physical condition, wrote their recipes and, with the recipes, their memories of the past”. Theophano 79.

Para terminar, las compañías de productos alimenticios y de equipos domésticos también cuentan con sus propios recetarios impresos con el fin de familiarizar a los clientes con nuevos productos como sopas, caldos, hornos, licuadoras, entre otros. Estos ejemplares formaban parte de una estrategia publicitaria en el que los anuncios presentaban dichos artículos como la solución al asunto de las tareas domésticas²⁹.

Como se ha visto, las razones para publicar un libro de cocina son numerosas y varían de acuerdo con las circunstancias de cada época y lugar. A lo largo de este relato se ha hablado que los textos culinarios contienen básicamente instrucciones para elaborar un plato y que su producción se viene realizando siglos atrás en la historia de la humanidad, por ello es lógico pensar que son una fuente valiosa para la historia de la alimentación cuando se quiere investigar acerca de prácticas culinarias de épocas pasadas.

1.3. Los recetarios como fuente

Aunque la práctica de escribir recetas y compilarlas bajo el formato de libro tiene un largo recorrido en la historia, su reconocimiento como fuente histórica es reciente por parte de los historiadores. Notaker señala que a pesar de que estas obras se han publicado por siglos y han sido exitosas comercialmente, recibieron una valoración inferior frente a otros géneros literarios³⁰. Los investigadores estimaban que los escritos culinarios como documento histórico para conocer las costumbres alimenticias, tenían un valor limitado “porque su prioridad principal era otra y más didáctica: difundir el conocimiento sobre la mejor manera de realizar las

²⁹ Megan Elias, *Food on the Page: Cookbooks and American Culture* (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2017) 44.

³⁰ Notaker, “Printed Cookbooks”, 132.

preparaciones culinarias, no documentar cómo estas preparaciones eran realmente seguidas por cocineros y amas de casa”³¹.

Por otro lado, Kyri Claflin³² señala que debido a que la literatura doméstica prescriptiva es muy común en la vida diaria, esta fue ignorada como fuente por los historiadores hasta hace relativamente poco tiempo³³. Luce Giard, señala algunos aspectos que explican el desdén a este tipo de actividades:

Las prácticas culinarias se sitúan en el nivel más elemental de la vida cotidiana, en el nivel más necesario y más menospreciado (...). Al mismo tiempo, se juzga este trabajo como monótono y repetitivo, desprovisto de inteligencia e imaginación; se lo mantiene fuera del campo del conocimiento, en los programas escolares se olvida la educación dietética. Sin embargo, con excepción de los internos de colectividades (monasterios, hospitales, prisiones), casi siempre son mujeres las que están a cargo de la cocina, sea por sus propias necesidades, sea para alimentar a los miembros de la familia y sus invitados ocasionales³⁴.

Por lo tanto, el vínculo directo que hay entre cocina, mujeres y los libros de recetas ha derivado en que estos últimos sean vistos como un aspecto poco significativo de la cultura material de un pueblo³⁵. Esto se puede evidenciar cuando se conocen algunas historias familiares –aunque hay casos excepcionales– en las que los textos

³¹ “because their main priority was another and more didactic one: to spread knowledge about how culinary preparations could best be accomplished, not to document if and how these preparations were actually followed by cooks and housewives”. Notaker, “Printed Cookbooks...” 132.

³² Kyri Claflin, “Representations of Food Production and consumption: Coobooks as Historical Sources”, *The Handbook of Food Research*, Anne Murcott y otros. (London: Bloomsbury Academic, 2013) 109.

³³ Cabe recordar que los libros de cocina iniciales no se caracterizaron por su domesticidad, pues fueron escritos por hombres que desarrollaron su trabajo culinario bajo la modalidad profesional.

³⁴ Luce Giard, “Hacer de comer”, *La invención de lo cotidiano 2. Habitar, cocinar*, Michel de Certeau y otros. (México: Universidad Iberoamericana, 1999) 159.

³⁵ Sherrie Inness, *Secret Ingredients: Race, Gender, and Class at the Dinner Table* (New York: Palgrave Macmillan, 2006) 2.

culinarios que solían usar la abuela, la madre u otro miembro de la familia son desechados a un rincón de la casa o van a parar a la basura cuando ya nadie los usa³⁶.

Una nueva mirada hacia los libros de cocina como documentos para la historia de la alimentación por parte de la academia se fue dando a partir del cambio del enfoque tradicional de escribir la historia. Con la perspectiva de la nueva historia cultural, los aspectos de la vida cotidiana, y en este caso, los del hogar, comienzan a tener un significado en las investigaciones. Con este reciente punto de vista entonces, nada es irrelevante ni secundario, “Todo puede ser objeto de investigación; todo puede ser materia de historia cultural; todo puede ser abordado. (...). Todo lo que hacemos y cómo lo hacemos dice mucho de nosotros y de nuestro tiempo”³⁷. Es entonces que, los estudiosos de la alimentación comenzaron a ver los libros de cocina no solo como una recopilación de recetas para preparar comida, sino que emprendieron un análisis interpretativo del contenido en dichos textos para hallar información en acciones o pensamientos plasmados en ellos³⁸.

Básicamente, los libros de cocina son colecciones de recetas y, por lo tanto, es lógico pensar que son una fuente apropiada para saber qué comían las poblaciones en el pasado. Sin embargo, los expertos en este campo de estudio aconsejan una actitud crítica frente a estos documentos, “cookbooks are not simply clear windows into the kitchens of the past”³⁹. Algunos investigadores concuerdan en afirmar sobre lo poco que los libros de cocina cuentan acerca de lo que realmente comían las personas⁴⁰. Al respecto, la antropóloga de la alimentación Isabel González Turmo opina que,

³⁶ Supe de una de estas situaciones. Una amiga que conoce mi investigación y por lo tanto es consciente del valor de estas obras, rescató varios textos culinarios de la primera mitad del siglo XX que iban a ser desechados. Entre estos libros estaba *Cocina europea y americana*, de Maraya Vélez, autora antioqueña que publicó varios recetarios durante dicha época.

³⁷ Justo Serna y Anacleto Pons, *La historia cultural. Autores, obras, lugares* (Salamanca: Akal, 2013) 9.

³⁸ Serna y Pons 13.

³⁹ Nicola Humble, *Culinary Pleasures. Cookbooks and the Transformation of British Food* (London: Faber and Faber Limited, 2005) 4

⁴⁰ Henry Notaker. “Historical Introduction. The Early Modern Printed Cookbooks, CA 1470-1700”, *Printed Cookbooks in Europe, 1470-1700. A Bibliography of Early Modern Culinary Literature* (New Castle: Oak Knoll

Los recetarios domésticos no ofrecen información fiable sobre lo que se comía, aunque sí sobre lo que se podía comer. Tampoco permiten datar la incorporación de determinados alimentos a la cocina. Pero sí ofrecen pistas sobre lo que se quería comer; sobre los alimentos que tenían y los que faltaban; sobre los conocimientos que se querían conservar; sobre las novedades culinarias y técnicas que se adoptaban; y sobre las razones por las que transmitían los conocimientos culinarios⁴¹.

Otro aspecto que se debe señalar cuando se investigan sobre los recetarios, es sobre su contenido, las recetas. Al examinarlas surgen al menos dos cuestiones. Por una parte, llama la atención imaginar que muchos de los platos tan elaborados que este contiene hayan sido consumidos cotidianamente en los hogares, e inmediatamente surge la pregunta, como también se la hace la investigadora Nicola Humble en su trabajo, *Culinary Pleasures. Cookbooks and the Transformation of British Food* (2005): “did anyone actually cook these dishes?”⁴². Sin la seguridad de saber si estos platos se cocinaron o no, esta autora afirma que, su presencia en un texto culinario denota a lo sumo, interés y/o pretensión de elaborarlos.

Por otra parte, se pueden extrañar algunas recetas de consumo cotidiano que no están incluidas en determinados recetarios. Carol Gold, autora de *Danish Cookbooks: Domesticity and National Identity, 1616-1901* (2007), señala que las recetas para comidas cotidianas a menudo no aparecen en estos textos; además aclara: “Solo el hecho de que un libro de cocina tenga una receta para un plato no significa que la gente realmente se lo haya comido, ni, por el contrario, que la gente no haya comido

Press and HES & DE GRAAF, 2010) 17; Jessamyn Neuhaus, *Manly Meals and Mom's Home Cooking: Cookbooks and Gender in Modern America* (Baltimore: The Johns Hopkins University Press, 2003) 269; Ken Albala, “Cookbooks as Historical Documents”, *The Oxford Handbook of Food History*, ed. Jeffrey M. Pilcher (Nueva York: Oxford University Press, 2012) 229; Carol Gold, *Danish Cookbooks: Domesticity and National Identity, 1616-1901* (Seattle: University Of Washington Press, 2007) 11; Isabel González, *200 años de cocina* (Madrid: Cultivalibros, 2013) 66; Humble 4; Notaker, *A History of Cookbooks* 191; Elias 1; Crowther 138.

⁴¹ González, *200 años* 66.

⁴² Humble 3.

aquello para lo que no había recetas en los libros de cocina”⁴³. Para ilustrar esto, expone el caso del consumo del pan, un alimento que fue básico en Dinamarca hasta el siglo XIX. Los libros de cocina en esa época no contenían ninguna receta sobre pan y la razón quizás, dice Gold, se debió a que cuando la mayoría de la población sabe cómo se preparan los alimentos que se consumen a diario en los hogares, por ende, no es necesario explicar su preparación en los recetarios⁴⁴.

Si como aseguran algunos estudiosos de la historia de la comida, los recetarios no evidencian con claridad qué comían las sociedades pasadas, entonces, ¿Que se puede estudiar en los libros de cocina? ¿Por qué razón los historiadores los valoran como una fuente rica para sus investigaciones? Más que simplemente recetas, se puede indagar diversos aspectos, aseguran los expertos en el campo de la historia de la alimentación. Para comenzar con lo más básico, en ellos se encuentran indicios sobre la disponibilidad y uso de ingredientes, la incorporación de utensilios y tecnologías domésticas, así como también el conocimiento de técnicas y prácticas de la preparación y consumo de los alimentos⁴⁵. Carol Gold los ve como una fuente para conocer los niveles de alfabetización –o al menos un nivel supuesto de la capacidad de leer– de una sociedad, cuando asegura que una comunidad que publica libros, por ende, sabe leer, escribir y realizar, al menos, algunas operaciones matemáticas⁴⁶.

Los libros de cocina, concuerdan los investigadores, son obras complejas y revelan mucho más que asuntos de preparaciones, técnicas y utensilios. Ellos cuentan historias, tienen algo que decir sobre aspectos importantes de las sociedades que los producen⁴⁷. Janet Floyd y Laurel Foster, por ejemplo, al señalar en su trabajo *The*

⁴³ “... just the fact that a cookbook has a recipe for a dish does not mean that people actually ate the dish, nor, conversely, that people did not eat that for which there were no recipes in cookbooks” Gold 108.

⁴⁴ Gold 11.

⁴⁵ Neuhaus 1; Gold 12; Crowther 138; Notaker “Printed Cookbooks” 132.

⁴⁶ Gold 12.

⁴⁷ Gold 11; Neuhaus 1; Elias 2; Inness, *Secret Ingredients* 2; Notaker; “Printed Cookbooks” 132.

Recipe Reader. Narratives, Contexts, Traditions (2010), que la comida y la cocina son elementos determinantes en todas las culturas, pretenden demostrar que las recetas pueden explicar de múltiples maneras a las comunidades en las que estas se presentan, por esto, ellas son textos valiosos por derecho propio para analizar⁴⁸. Siendo así, declaran estas autoras que, “the recipe, besides being a narrative in itself offers us stories too: of family sagas and community records, of historical and cultural moments of change, (...)”⁴⁹. Estas modificaciones que reflejan dichos textos⁵⁰ van desde el desarrollo de la tecnología doméstica, hasta la transformación de los roles de las mujeres⁵¹. Para analizar estas dinámicas, la investigadora Megan Elias propone la necesidad de estudiar el contexto histórico para esclarecer las tendencias que los manuales culinarios muestran⁵².

En otro orden de ideas, los libros de cocina son clasificados dentro del género de la literatura prescriptiva. Su pretensión es influir en la conducta de la persona que lo está leyendo y, mediante una serie de instrucciones, lo guían para elaborar un plato determinado o para organizar un banquete. Por lo tanto, las recetas que se presentan son un mensaje del autor sugiriendo qué debería comer y asimismo cómo lo debería preparar⁵³. De igual manera, allí se ofrecen consejos que van desde cómo administrar los asuntos de la casa hasta cómo comportarse adecuadamente en sociedad⁵⁴. Si estas recomendaciones fueron recibidas o no, ya sea si se organizó una velada de acuerdo con los parámetros expuestos en el texto, si se preparó algún plato, con qué frecuencia se hizo o cuáles en particular, no se puede estar seguro de lo que verdaderamente ocurrió; un análisis sobre libros de cocina no le dice a quien

⁴⁸ Janet Floyd y Laurel Foster. “The Recipe in its Cultural Contexts”, *The Recipe Reader. Narratives, Contexts, Traditions*, eds. Janet Floyd y Laurel Foster (Lincoln: University of Nebraska Press, 2010) 1.

⁴⁹ Floyd y Foster 2.

⁵⁰ Fisher 1; Gold 13; Elias 5.

⁵¹ Gold 13.

⁵² Elias 2.

⁵³ Gold 12. Notaker *Printed Cookbooks in Europe* 17.

⁵⁴ Nora Cope, *Cooking Their Culture. The Relationship Between Cookbooks and the Societal Roles of the Women Who Owned Them in the 1940s and 1950s* (Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller, 2009) 4.

los examina cómo se usaron en el pasado⁵⁵. De acuerdo con lo anterior, se puede afirmar que un libro de cocina refleja la aspiración, el deseo de ciertos individuos en que unas ideas culinarias sean practicadas por una sociedad o un segmento de esta.

También hay que considerar que la persona que adquiere un libro de cocina lo usará para la preparación de sus alimentos; asimismo, esto indica una pretensión de comida por parte este. Algunos investigadores manifiestan que hay maneras para conocer si un recetario se usó o al menos para concluir que ciertas comidas pudieron interesar a la persona que lo poseía. Por un lado, los que estudian estos textos señalan que se debe estar atento a algunas evidencias físicas para determinar de cierta manera su uso; algunas veces se encuentran páginas desgastadas o hay manchas de comida, notas en los márgenes, marcas en el nombre de un plato (imagen 1); recetas adicionales de otras fuentes, ya sea escritas en hojas de papel o recortes pegados entre las páginas. Estos hallazgos se pueden interpretar como evidencia que el mensaje fue recibido y que quizás un plato fue elaborado. Cabe resaltar que estas huellas rara vez se puede encontrar, al menos en los volúmenes consultados en las bibliotecas⁵⁶, porque las instituciones que poseen estos ejemplares tienen preferencia por aquellos más limpios⁵⁷.

Otra forma para “determinar en qué medida un libro de cocina es una representación de prácticas reales, es necesario leer otras fuentes que ayuden a contextualizar la época y el lugar en que los libros de cocina fueron publicados”⁵⁸, asevera la experta en historia de la comida Kyri Claflin.

⁵⁵ Elias 1; Neuhaus 269; Notaker *Printed Cookbooks in Europe* 17.

⁵⁶ Es el caso de la presente investigación. La fuente documental proviene de las bibliotecas de la ciudad de Medellín y Bogotá.

⁵⁷ Elizabeth Driver, “Introduction” *Culinary Landmarks: a Bibliography of Canadian Cookbooks, 1825-1949* (Toronto: University of Toronto Press, 2008) XVII; Neuhaus 3; Bower 83; Elias 1; Claflin 118; Cope 4.

⁵⁸ “To ascertain the extent to which a cookbook is a representation of actual practices we use historical methods that establish the book’s social, cultural, and intellectual context” Claflin 110.

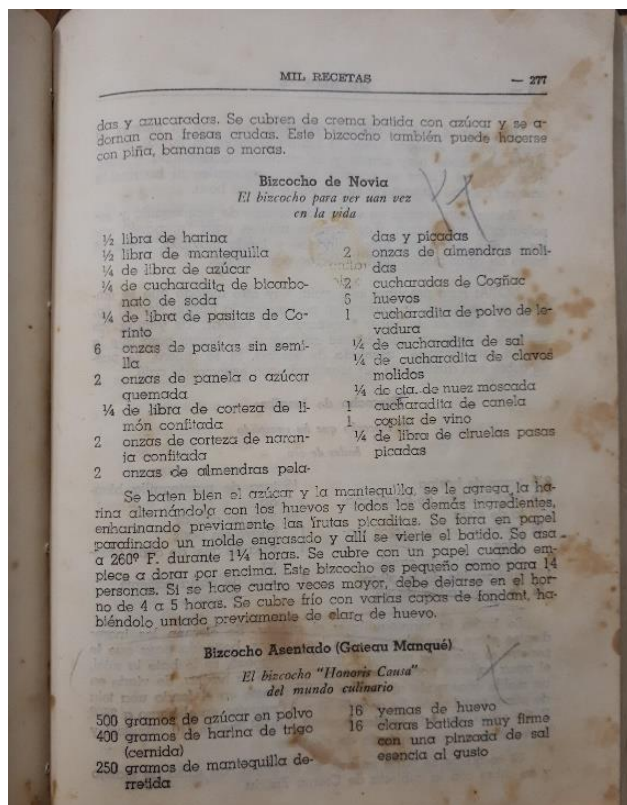


Imagen 1. *Mil recetas* (1958)

Las tendencias, deseos y ansiedades de una sociedad y una época a menudo están expresadas en los libros de cocina⁵⁹. Por consiguiente, estos textos pretendían, con una orientación moral, ser un manual de conducta para determinados grupos, especialmente las mujeres, al prescribir un conjunto de normas sociales practicadas en la cotidianidad doméstica para una “mejor manera de vivir la vida”⁶⁰. En estos textos se encuentran, por ejemplo, instrucciones sobre cómo alimentar a los hijos, hacer las compras, perder peso, entre otras; de esta manera, los autores de estos libros imaginaban y proyectaban un hogar “normal” ideal en el cual hombres y mujeres tenían su rol determinado⁶¹. De esta manera se puede ver cómo los libros

⁵⁹ Neuhaus 4; Elias 5; Fisher 1.

⁶⁰ Gold 14; Cope 66.

⁶¹ Neuhaus 1, 4.

de cocina ofrecen información sobre los roles de género que la sociedad espera que sus ciudadanos desempeñen, especialmente las mujeres⁶².

Son diversos los temas que se pueden investigar en los libros de cocina. Los historiadores pueden encontrar información valiosa para una historia de las mujeres, principalmente en aquellos producidos desde la época moderna, debido a que el público femenino fue el objetivo principal de estos textos, por lo tanto, su contenido estaba estrechamente relacionado con ellas y, además quienes escribieron estos textos, desde dicha época, eran en su mayoría mujeres. Igualmente, el género es una cuestión planteada en estos escritos como se vio en el párrafo anterior, por lo tanto, este tema también se puede investigar en dichos libros.

Desde una perspectiva de una historia del libro igualmente es posible desarrollarla cuando el investigador busca clarificar el significado de los recetarios en el contexto social que se produjo⁶³. María de los Ángeles Pérez afirma que estos trabajos igualmente ayudan a reconstruir la historia moderna debido a que de ellos se puede extraer datos sobre la economía, la sociedad, la mentalidad y la cultura de la época⁶⁴. De otro lado, como señala Sherrie Inness, los libros de cocina,

enseñan lecciones sobre clase y etnicidad; ninguno de estos temas está ausente de un libro de cocina (...). Incluso las recetas plantean preguntas sobre la cultura: ¿qué recetas están incluidas o excluidas? ¿Quién se supone que los cocine o los coma? ¿Qué ingredientes se utilizan y quién puede pagarlos?⁶⁵

⁶² Fisher 2. Inness, *Secret Ingredients* 3.

⁶³ Claflin 169.

⁶⁴ María de los Ángeles Pérez, "Las mujeres y la organización de la vida doméstica: de cocineras a escritoras y de lectoras a cocineras", *Bajtín y la historia de la cultura popular: cuarenta años de debate*, ed. Tomás Mantecón Movellán (Santander: PUBliCan Ediciones de la Universidad de Cantabria, 2008) 33.

⁶⁵ "cooking literature teaches lessons about race, class, and ethnicity, none of these issues is absent From a cookbook, including one that might appear to be nothing more than a collection of recipes. Even recipes raise questions about a culture: which recipes are included or excluded? Who is supposed to cook or eat them? What ingredients are used and who is able to afford them?" Inness, *Secret Ingredients* 3.

Igualmente, para comprender el asunto de identidad nacional los investigadores pueden recurrir a los recetarios como una de sus fuentes. Es reconocido el vínculo entre cocina e identidad y, por ende, los textos culinarios son útiles como herramienta para quien indaga sobre procesos de formación de una nación⁶⁶. El investigador Jeffrey Pilcher destaca el papel fundamental de los recetarios en la creación de culturas nacionales y por consiguiente de una “cocina nacional” (aspecto que surge en dichos proyectos), cuando afirma que “Los autores de libros de cocina ayudan a la unificación de un país al promover el intercambio de alimentos entre diferentes regiones, clases y grupos étnicos, construyendo así un sentido de comunidad dentro de la cocina”⁶⁷. En estos textos los investigadores podrán evidenciar en sus análisis qué grupos sociales se consideraron en este concepto de nación y de “cocina nacional” al estudiar qué platos se incluyeron o se excluyeron.

Finalmente, Carol Gold y Henry Notaker resaltan la utilidad de los prefacios o introducciones de los textos culinarios para el investigador, porque generalmente son una explicación de la intención de quien escribe: por qué lo publica, para quien está dirigido, entre otros aspectos; en resumen, se puede extraer información tanto de los autores como del público receptor⁶⁸.

1.4. La situación de estudios sobre libros de cocina. Qué se ha trabajado

Parte del trabajo que nutrirá este proyecto proviene de algunas investigaciones sobre la historia y antropología de la alimentación, la historia del libro, la historia de las mujeres, entre otros, en el que su eje central son los libros de cocina. Documentos que los especialistas en el campo han destacado como un nuevo lente para el estudio de las sociedades. En tanto sean útiles las propuestas de estos expertos, se utilizarán

⁶⁶ Pilcher 14, 15; Notaker “Printed Cookbooks” 133; Crowther 138.

⁶⁷ Pilcher 15.

⁶⁸ Gold 61; Notaker “Printed Cookbooks” 140.

metodologías, enfoques y conceptos que contribuyan a que el presente estudio cumpla sus objetivos.

Las investigaciones de Elizabeth Driver y Henry Notaker destacan a los libros de cocina como una fuente valiosa para la historia, por ende, ofrecen algunos métodos de análisis de dichos textos. Estos investigadores han realizado trabajos acerca de la evolución de los libros de cocina en Occidente: Canadá e Inglaterra por parte de Driver, mientras que Notaker lo ha hecho para Europa. Ambos concuerdan en que una historia del libro permite entender adecuadamente lo que relatan y, por lo tanto, destacan su importancia como objeto de análisis; ellos, subraya Notaker, “también merecen ser estudiados como productos culturales por derecho propio”⁶⁹.

Notaker aboga por ver estas obras no solamente como fuentes para la historia de la alimentación, el desarrollo culinario, las maneras en la mesa y la distinción social, sino que, también, se puede recurrir a ellos para trabajos en otros campos: las mentalidades (*mentalities*), las costumbres, las ideas, la vida diaria, los desarrollos técnicos, entre otros⁷⁰. Algunas de las publicaciones en las que Notaker desarrolla estas nociones, son: *Printed Cookbooks in Europe, 1470-1700: A Bibliography of Early Modern Culinary Literature* (2010), “Printed Cookbooks: Food History, Book History, and Literature” (2012) y, por último, *A History of Cookbooks: From Kitchen to Page over Seven Centuries* (2017). En el primer trabajo aquí referenciado, el autor realiza una bibliografía de recetarios, en el que registra sistemáticamente diferentes datos del libro. Por mencionar algunos, están: el título, el nombre del autor, el lugar de impresión y/o publicación y la venta de la obra; el nombre de quien imprimió, editó y vendió. Igualmente, describe el formato, el tamaño, la paginación, la tipografía y las ilustraciones del libro, así como su localización. Con dicho trabajo Notaker espera

⁶⁹ Notaker, “Printed Cookbooks” 134.

⁷⁰ Notaker, *A History*, ix.

que sea de ayuda útil para otros investigadores en el desarrollo de la cocina y la cultura alimentaria.

Por su parte, la investigadora de la culinaria canadiense y británica Elizabeth Driver afirma que “es importante mantener los mismos libros en el centro de la historia”⁷¹. Entre sus producciones sobre los recetarios, se encuentran, “Cookbooks as Primary Sources for Writing History” (2009) y *Culinary Landmarks: A Bibliography of Canadian Cookbooks, 1825-1949* (2008). La autora propone que, para interpretar los manuales de cocina es necesario averiguar sobre las intenciones del escrito y abordar los distintos aspectos en su fabricación; desde la fase de la impresión hasta su publicación⁷². Con relación a la elaboración, es importante indagar sobre las personas que intervinieron en dicha etapa: conocer de los autores, por ejemplo, género, posición social, religión, origen étnico, entre otros aspectos. También se debe contemplar a quienes diseñan, ilustran y editan estos libros, así como al impresor. En la fase de publicación, es importante investigar acerca de número de copias impresas, cómo fueron promocionados y vendidos, entre otros. Acerca de la recepción por parte del público de una obra de estas, se debería buscar las revisiones contemporáneas, las anotaciones personales y cómo han sido las valoraciones a través del tiempo, los patrones de propiedad y entrevistas con los dueños actuales de los recetarios⁷³.

De igual manera, Barbara Wheaton, Gilly Lehmann, Isabel González Turmo y Kyri Claflin consideran los libros de cocina valiosas fuentes para la historia. Por ello, plantean en sus estudios un análisis del contenido de los textos culinarios de cocina, es decir, las recetas. De acuerdo con Barbara Wheaton, la cocina y los alimentos deben analizarse en conjunto y ser entendidos en el contexto de las sociedades en

⁷¹ Elizabeth Driver, “Cookbooks as Primary Sources for Writing History”, *Food, Culture & Society* 12.3 (2009): 258.

⁷² Driver, “Cookbooks” 258.

⁷³ Driver, “Cookbooks” 258 y 259.

las cuales se desarrollan⁷⁴. Con relación a los recetarios, señala la autora, transmiten habilidades y tradiciones culturales y para su estudio, aconseja abordarlos de forma sistemática, pues, no son fáciles de leer porque en ellos hay mucha repetición, demasiados alimentos y técnicas. En su artículo “Cookbooks as Resources for Social History” (2014), explica un método para el análisis. Consiste en que, antes de intentar ver el texto en su totalidad, se deben primero examinar de manera separada y sistemática ingredientes, técnicas, la cocina y su equipo, la presentación y la ingesta de la comida. Solo así, dice esta investigadora, el libro de cocina puede tener sentido en su conjunto; agregando además que, se debe analizar comparándolo con otras obras de literatura prescriptiva. Con este método entonces, quien investiga, puede comprender los actos sociales de preparar y comer comidas en tiempos y lugares pasados⁷⁵.

La historiadora de la comida Gilly Lehmann, en “Reading recipe books and culinary history: opening a new field” (2013), declara que las colecciones de recetas, ofrecen “a rich mine of information” en asuntos como la cultura material, estudios de la mujer, la cultura popular, entre otros⁷⁶. También pueden evidenciar tendencias, usos y estilos en la cocina; para conseguirlo, esta autora propone un estudio cuantitativo y cualitativo de las recetas. En el enfoque cuantitativo, sugiere un análisis sobre un largo periodo, así se logra reflejar preferencias, por ejemplo, cuándo ciertos ingredientes o tipos de preparación se hicieron populares o cayeron en desgracia. Al revelar tendencias a largo plazo, también ayuda al investigador a situar los libros de cocina al mostrar que un ejemplar dado está en línea con sus contemporáneos o, por el contrario, es inusual para su época. Con el método cualitativo se realiza un microanálisis de las estadísticas que muestran la frecuencia de uso de los

⁷⁴ Wheaton 276.

⁷⁵ Wheaton 277.

⁷⁶ Gilly Lehmann, “Reading recipe books and culinary history: opening a new field”, *Reading and Writing Recipe Books, 1550-1800*, eds. Michelle DiMeo y Sara Pennell (Manchester: Manchester University Press, 2013) 94.

ingredientes; así se pueden entender los cambios y ver el proceso más gradual de elaboración de un estilo culinario⁷⁷.

El método presentado por Isabel González Turmo en el análisis de los recetarios, consiste en examinar los elementos que componen una receta, los principales para esta antropóloga son: los ingredientes, los condimentos y los procedimientos culinarios. De este modo, dice González, se podrá saber el papel que ellos han desempeñado en la evolución y formación de una cocina, pues si se estudia la receta o el plato ya preparado, esta “difícilmente puede ser comprendida, más allá de estereotipos”⁷⁸. En su trabajo *200 años de cocina* (2013), realiza una investigación de la evolución de la cocina andaluza mediante un estudio estadístico y cualitativo del contenido de los textos culinarios manuscritos entre 1775 y 1975. En esta investigación, la autora averigua la manera en que se distribuyen proporcionalmente las recetas en su relación con los distintos conjuntos de alimentos y procedimientos culinarios, en su transformación en otra receta y en la evolución de los procedimientos, en su capacidad para incorporar o sustituir ingredientes o condimentos⁷⁹.

Kyri Claflin en su texto “Representations of Food Production and Consumption: Cookbooks as Historical Sources” (2013), señala que, los libros de cocina son útiles como fuentes porque sirven como representaciones de prácticas reales o imaginadas. Se deben examinar entonces por componentes: ingredientes, técnicas, tecnologías, entre otras, para entender lo que un libro de cocina significa. Una lectura crítica es necesaria para descifrar el lenguaje social y cultural de la comida de la sociedad que los produce.

⁷⁷ Lehmann 99 y 102.

⁷⁸ González, *200 años* 50.

⁷⁹ González, *200 años* 47.

Los trabajos de Carol Gold, Megan Elias y Carol Fisher tratan el desarrollo de los libros de cocina a través de la historia. Para empezar, en *Danish Cookbooks: Domesticity and National Identity, 1616-1901* (2007), de Carol Gold, se encuentra que los autores establecen un diálogo con la sociedad para la cual están produciendo dichas obras y que, la evolución en los libros de cocina, en este caso, en Dinamarca, evidencian los cambios en este país, tales como el surgimiento de la burguesía o clase media, el desarrollo del nacionalismo, entre otros. De la misma manera, Megan Elias, en *Food on the Page: Cookbooks and American Culture* (2017), afirma que los textos de cocina tienen algo que decir sobre las sociedades y tiempos que los produjeron, por lo tanto, los temas que ella aborda, que comprenden desde la Colonia hasta el siglo XXI de la sociedad estadounidense, van de acuerdo con ciertas tendencias o acontecimientos históricos de este país, donde por supuesto, los recetarios son el centro de las discusiones.

Por otro lado, Carol Fisher también realiza una historia de la cocina de Los Estados Unidos, alrededor de los autores y sus obras culinarias publicadas a lo largo de la historia de este país, en su texto *The American Cookbook: A History* (2006); afirma que una perspectiva histórica revela cambios significativos en la construcción del libro. En sus respectivos trabajos, la historia de los libros de cocina daneses y estadounidenses, las investigadoras evidencian el discurso con el que los autores buscaban definir las costumbres alimentarias de dichas sociedades para establecer una identidad como nación por medio de la comida. Estos trabajos ejemplifican lo que es una contextualización de las épocas y lugares en la que los libros de cocina son el centro de los asuntos tratados; los que, a su vez, serán consultados para el trabajo que aquí se llevará a cabo.

Es difícil desvincular el tema de las mujeres cuando se examinan textos de cocina, por ello, en este trabajo se desarrollará este aspecto y, por lo tanto, se recurrirá a estudios que han analizado esta conexión. Aunque no se pretende abordar un

enfoque de género, las publicaciones referenciadas aquí tienen esta perspectiva, pero tratan algunos asuntos que interesan para el desarrollo de este proyecto, tales como: la mujer en el mundo laboral, la publicidad, la urbanización, también la incorporación de tecnologías y de alimentos industriales a las cocinas que cambiarán las prácticas de las tareas domésticas.

En el libro *Creating a Common Table in Twentieth-Century Argentina: Doña Petrona, Women, and Food* (2013), Rebekah Pite investiga los cambios y continuidades en la sociedad argentina del siglo XX. En este trabajo desarrolla temas como el rol fundamental de las mujeres, especialmente de la clase media en las dinámicas de esta época, el surgimiento de una identidad de la clase media, los roles de género, las prácticas domésticas, entre otros; aspectos según la autora, son poco estudiados. Pite está inspirada en la historia de Petrona Carrizo de Gandulfo, autora de una de las obras más populares en Argentina: *El libro de Doña Petrona*, publicado por primera vez en 1934.

Otros estudios que desarrollan el vínculo libros de cocina y mujeres son llevados a cabo por las siguientes expertas en la cultura popular con un enfoque de género, específicamente sobre la sociedad norteamericana. En primer lugar, está *Eat My Words: Reading Women's Lives Through the Cookbooks They Wrote* (2002), de la profesora de folklore y vida popular Janet Theophano, quien realiza una exploración de las vidas de algunas autoras y sus trabajos; los libros de cocina, "han servido a las mujeres como meditaciones, memorias, diarios y guías"⁸⁰, dice Theophano. También demuestra cómo estos textos reflejan los sueños, miedos y esperanzas e igualmente, cómo hay una reflexión sobre su identidad, su vínculo con otras personas, con lugares y con un pasado.

⁸⁰ Theophano 6.

Por su parte, Jessamyn Neuhaus en *Manly Meals and Mom's Home Cooking: Cookbooks and Gender in Modern America* (2003) estudia cómo los libros de cocina americanos reflejan las “tendencias nacionales, deseos y ansiedades” especialmente sobre la mujer y su rol en la sociedad. A través del análisis de los recetarios publicados en Los Estados Unidos desde finales del siglo XVIII hasta la década de los sesenta, Neuhaus plantea asuntos sobre cómo por medio de estos textos la sociedad estadounidense moldea su ideal de mujer y asimismo el de la comida.

De otro lado, Nora Cope, en *Cooking Their Culture Relationship Between Cookbooks and the Societal Roles of the Women Who Owned Them in the 1940s and 1950s* (2009), apunta que los libros de cocina posiblemente están relacionados con los cambios en los roles de género a través del tiempo; para comprobarlo, la autora compara los recetarios producidos en dos épocas: durante la Segunda Guerra Mundial y los de la época posterior a esta; periodos que evidencian roles diferentes en relación con las mujeres estadounidenses. En su trabajo *Secret Ingredients: Race, Gender, and Class at the Dinner Table* (2006), Sherrie Inness declara cómo los textos de cocina funcionan como lugares de cambio social y político, “cómo la literatura de cocina ofrece a las mujeres de diferentes orígenes raciales, étnicos y sociales una forma de debatir muchos problemas sociales”⁸¹. Además de exponer las distintas circunstancias que las mujeres enfrentaron en sus vidas, ya sea racismo, estereotipos, extenuantes tareas domésticas, condiciones de pobreza, entre otros; también resalta las reacciones de algunas de ellas, muchas de rebeldía, contra estas eventualidades.

Los siguientes trabajos también desarrollan el tema mujer y cocina. Aunque ya el recetario no sea tanto el centro de las discusiones, igualmente serán importantes para la realización de este proyecto por los asuntos tratados. El primero, con un enfoque de la historia de las mujeres, fue publicado por la historiadora argentina

⁸¹ Inness, *Secret Ingredients* 8.

Paula Caldo: *Mujeres cocineras. Hacia una historia sociocultural de la cocina. Argentina a fines del siglo XIX y primera mitad del siglo XX* (2009) pretende responder a cuestiones sobre “la formación de las mujeres cocineras, las recetas que preferían, las prácticas culinarias; las formas y el contenido de la transmisión de dicho saber”⁸². Aquí, Caldo desarrolla las historias de varias escritoras argentinas y mediante sus biografías, evidencia la problemática de la formación de la mujer doméstica.

El segundo, con un enfoque de género, es de Laura Shapiro, *Perfection Salad: Women and Cooking at the Turn of the Century* (2009), la autora documenta las actividades de algunas escritoras estadounidenses que a finales del siglo XIX y comienzos del XX buscaban ennoblecer y modernizar las tareas domésticas mediante el uso de la ciencia y la tecnología que por esa época ya estaba comenzando a cambiar las tareas de la vida cotidiana. Otro de los objetivos de estas damas era reformar los hábitos alimentarios de los estadounidenses.

Es oportuno señalar que esta tesis no trata el tema de construcción de identidad nacional; sin embargo, se consultarán algunos textos con esta temática que está vinculada a la producción de libros de cocina. Además, abordan otros asuntos que serán de ayuda al desarrollo del estudio que se llevará a cabo. Estos trabajos son los de Jeffrey Pilcher y Sarah Bak-Geller para el contexto mexicano y el de Laura García para el colombiano. Jeffrey Pilcher en *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana* (2001), relata las dinámicas que condujeron a la consolidación de la identidad y de la cocina mexicana y destaca que, en este proceso, la cocina mestiza y las mujeres que intervinieron en su conformación, desempeñaron un papel importante.

⁸² Paula Caldo, *Mujeres cocineras. Hacia una historia sociocultural de la cocina. Argentina a fines del siglo XIX y primera mitad del XX* (Rosario: Prohistoria Ediciones, 2009) 18.

Por su parte, Sarah Bak-Geller analiza el rol de los libros de cocina mexicanos del siglo XIX en la configuración de la comida mexicana durante el contexto de la creación de la nación. Este cometido es, según la autora, “una continua construcción social, producto de una historia de búsquedas más que de encuentros”⁸³. En el artículo “Los recetarios “afrancesados” del siglo XIX en México. La construcción de la nación mexicana y de un modelo culinario nacional” (2009), la autora señala las tendencias que caracterizaron a estos textos en la conformación de la cocina mexicana en la época inmediatamente posterior a la independencia, en la que se seguían referencias culturales y sociales francesas; esto no ocurrió solamente en los recetarios, sino en la sociedad en general. Más tarde, el discurso culinario de la diversidad cultural del territorio adquiere importancia y las características de las cocinas regionales se destacan en los libros de cocina. Este aspecto lo desarrolla en el ensayo “Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)” (2013), en el que indica que los autores de los libros de cocina valoraron los alimentos y platillos originarios del país, legitimaron la escritura y el lenguaje comúnmente usado por los mexicanos en el ámbito de la cocina y retomaron algunas prácticas culinarias de los habitantes prehispánicos.

En “Recetas para la construcción nacional”, Laura García explora el proceso de la formación de identidad nacional colombiana en el siglo XIX. García opina que los líderes de este cometido, además de implementar prácticas políticas y económicas, deseaban también regular las costumbres de los pobladores; por lo tanto, la comida también fue un elemento importante en ese proyecto, “Conforme al discurso de creación de la identidad nacional, la producción culinaria sigue la misma lógica en lo que se refiere a la implementación de costumbres y la adopción de prácticas”⁸⁴. Por lo tanto, estos líderes establecieron para la mujer y los textos culinarios un rol en

⁸³ Sarah Bak-Geller Corona, «Los recetarios “afrancesados” del siglo XIX en México», *Anthropology of Food* [Online], S6 | December 2009, Online since 20 December 2009, connection on 13 May 2019.
URL: <http://journals.openedition.org/aof/6464>

⁸⁴ García 5.

el marco del proyecto de la construcción de identidad nacional, por ello, la autora desarrolla en su trabajo la definición de un rol femenino, la construcción de identidad nacional y la producción culinaria en el siglo XIX.

Para finalizar, no se puede dejar de mencionar dos trabajos que reúnen diversos artículos que estudian los recetarios, destacando su mérito como fuente histórica. El primero es *Recipes for Reading: Community Cookbooks, Stories, Histories* (1997), editado por Anne Bower. Sus temáticas giran en torno de los libros de cocina comunitarios; son textos producidos por varias mujeres con el fin de recaudar dinero destinados a causas benéficas. Según Bower, no son una simple herramienta para cocinar, ellos tienen una historia que contar; además, subraya el valor de estos escritos en la reflexión sobre problemáticas de género, clase, etnicidad e identidad regional y nacional⁸⁵. Por ello reúne en este volumen los estudios de investigadores de diferentes campos como la historia, lingüística, historia culinaria, estudios ingleses, entre otros, que ofrecen sus enfoques para analizar estos libros de recetas.

El otro ejemplar, *Reading and Writing Recipe Books, 1550-1800* (2013) editado por Michelle DiMeo y Sara Pennell, reúne varios ensayos con diversas perspectivas acerca del estudio de los libros de recetas escritos en inglés producidos entre los años 1550 y 1800. De acuerdo con estos autores, los trabajos que componen este volumen buscan “rehabilitar el texto antiguo de la receta moderna como algo más que un simple documento de la vida doméstica y un texto funcional de instrucción al revelar y debatir algunos de sus variados contextos y significados culturales”⁸⁶. Los aportes de algunos de los enfoques tales como historia de la comida, historia de la medicina y la ciencia, arqueología y cultura material, literatura y lingüística, son los que

⁸⁵ Bower 12.

⁸⁶ Sara Pennell y Michelle DiMeo “Introduction”, *Reading and Writing Recipe Books, 1550-1800*, eds. Michelle DiMeo y Sara Pennell (Manchester: Manchester University Press, 2013) 2.

acentuarán el valor de estas obras como fuente histórica para diversas investigaciones.

Las instrucciones escritas para cocinar han tenido a lo largo de la historia diferentes formatos; desde las tablillas con escritura cuneiforme, los manuscritos y los impresos, hasta el medio digital que hoy en día se utiliza. Entre los manuscritos existentes antes de la invención de la imprenta y los primeros impresos, fueron los hombres los autores de este tipo literatura culinaria. En dichos trabajos, más que enseñar a cocinar, los cocineros describían las costumbres y gustos de sus empleadores que eran miembros de la élite. Estas obras fueron también el medio por el cual se intercambiaban conocimientos entre dichos profesionales. De esta manera, sus secretos se difundieron hasta llegar a las cocinas domésticas.

Los motivos para publicar un libro de cocina, además de los anteriormente expuestos, son numerosos y variados. Comprenden un idealismo por enseñar, por ayudar, crear un sentido de comunidad, aconsejar sobre la mejor manera de administrar los recursos cuando son escasos, preservar la memoria e identidad de una colectividad, entre muchas más.

Pese a que la práctica de escribir las recetas y compilarlas en formato de libro es de antigua data, su valor como fuente para la historia es reciente. Esto tal vez se deba a su vínculo, la mayoría de las veces, con la vida cotidiana y las mujeres; dos campos que hasta épocas recientes eran considerados poco relevantes. Con la historia cultural, esta característica adquiere importancia y entonces comienza a verse al

libro de cocina como un producto cultural y, por lo tanto, a través de su análisis, se puede llegar a conocer algunos asuntos de una sociedad determinada.

Los libros de cocina son colecciones de recetas, por ello es lógico pensar que son una fuente apropiada para saber qué comían las comunidades del pasado. Sin embargo, los expertos en el tema aconsejan estudiarlos con cautela porque estos, cuentan muy poco sobre lo que la gente realmente comía, afirman ellos. Más bien estos textos son una pretensión de ciertos grupos de una sociedad para que se practiquen determinadas costumbres culinarias, es decir, en los recetarios, se sugiere entre otras cosas, qué se debería comer y cómo hacerlo. Como fuente para la historia, los libros de cocina ofrecen diversas posibilidades para investigar. Además de examinar los ingredientes, las técnicas y las tecnologías domésticas, se puede encontrar en ellos información sobre roles de género, de clase, de etnicidad, asuntos de identidad nacional, entre muchos más.

CAPÍTULO 2

LOS LIBROS DE COCINA IMPRESOS DE MEDELLÍN ENTRE 1908 Y 1960

2.1. Lo oral y lo escrito

En una cultura donde prima la oralidad para transmitir la enseñanza, el aprendizaje se realiza mediante el entrenamiento. Acompañando a una persona experta como también en el acontecer de la vida cotidiana, se aprende al imitar lo que se ve y se oye⁸⁷. Esta actividad, que es verbal y práctica, requiere de la presencia simultánea en un tiempo y lugar determinado de los que intervienen en el traspaso de conocimientos o, la entrega de la herencia cultural como así lo denominan Jack Goody y Ian Watt⁸⁸. Las conversaciones, opiniones, valores y creencias que se pueden presentar durante este proceso perduran mientras estas se emiten y, por breves que sean, difícilmente pueden ser conservadas completamente en la memoria de los instruidos⁸⁹.

Particularmente en el ámbito culinario, las recetas –aquellas instrucciones para la elaboración de alimentos– han sido recordadas y transmitidas a través de generaciones, mayormente entre mujeres. La enseñanza se efectúa mediante la observación, la participación y la adquisición paulatina de los talentos necesarios para preparar la comida. A este proceso, la antropóloga Gillian Crowther lo denomina *embodied apprenticeship* (aprendizaje corporizado), porque en estas actividades de la cocina como en las demás que se presentan en una colectividad, se transmiten elementos de la cultura. En este caso, cuando se prepara una receta, se

⁸⁷ Walter J. Ong, *Oralidad y escritura. Tecnologías de la palabra* (Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 1996) 18.

⁸⁸ Jack Goody y Ian Watt, “Las consecuencias de la cultura escrita”, *Cultura escrita en sociedades tradicionales*, comp. Jack Goody (Barcelona: Gedisa, 1996) 40.

⁸⁹ Jean Bottéro, “La escritura y la formación de la inteligencia en la antigua Mesopotamia”, *Cultura, pensamiento, escritura*, Jean Bottéro y otros (Barcelona: Gedisa, 1995) 19; Goody y Watt 41.

está haciendo referencia a los conocimientos culinarios, las habilidades, la tecnología, los ingredientes y sabores de la sociedad y del lugar al que se pertenece⁹⁰.

Se debe resaltar que una de las características del discurso oral es su transitoriedad. El contenido de estas conversaciones, de acuerdo con Goody y Watt, se modifica mediante el “proceso homeostático de olvidar o transformar aquellas partes de la tradición que dejan de ser necesarias o pertinentes”⁹¹. La cultura escrita por su parte materializa y fija el pensamiento y el habla, de manera que lo que se desee transmitir se extienda a través del tiempo y del espacio⁹², “una vez fijado, es de por sí íntegramente difundible en cualquier lugar y en cualquier tiempo, allí donde haya un ‘lector’, mucho más allá del círculo, forzosamente estrecho, de los ‘oyentes’”⁹³. El discurso ya no es fugaz, puede circular y, además, ser leído e interpretado libremente por quien lea un libro que contiene este mensaje⁹⁴.

Las características de las tradiciones oral y escrita no deben conducir a que se considere a una mejor que la otra, o que sólo una de ellas puede existir en una determinada sociedad. Se puede constatar lo contrario en el acontecer de la vida cotidiana, en la que estos discursos no son mutuamente excluyentes y, en cambio, se entretajan y uno depende del otro⁹⁵, “más que ser opuestas son algo así como diferentes formas de experiencia que tenemos a nuestro alcance. Tanto la cultura

⁹⁰ Crowther 132.

⁹¹ Goody y Watt, “Las consecuencias” 76.

⁹² Jack Goody, “Introducción”, *Cultura escrita en sociedades tradicionales*, comp. Jack Goody (Barcelona: Gedisa, 1996) 12; Bottéro “La escritura” 20.

⁹³ Bottéro, “La escritura” 20.

⁹⁴ Guglielmo Cavallo y Roger Chartier, *Historia de la lectura en el mundo occidental* (México: Taurus, 2012) 30; Roger Chartier, *El libro y sus poderes (siglos XV-XVIII)* (Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 2009) 32.

⁹⁵ Eric Havelock, “La ecuación oral-escrito: una fórmula para la mentalidad moderna”, *Cultura escrita y oralidad*, comps. David Olson y Nancy Torrance (Barcelona: Gedisa, 1995) 26; Jeffrey Kittay, “El pensamiento a través de las culturas escritas”, *Cultura escrita y oralidad*, comps. David Olson y Nancy Torrance (Barcelona: Gedisa, 1995) 224.

escrita como lo que no es parte de ella abarcan y operan dentro de toda clase de conductas y discursos significativos”⁹⁶.

Desde finales del siglo XIX en la ciudad de Medellín, ya venían circulando publicaciones dirigidas a la población femenina antioqueña. Estos impresos, al igual que en el resto del país, ofrecían a las mujeres una selección de lecturas como poesía, novela, historia y crítica literaria, así como también, escritos bíblicos. Según Patricia Londoño, la intención de estas revistas y periódicos era entretenerlas y hacerlas más cultas con el argumento de lograr una sociedad decente, y solo se alcanzaría con la influencia de damas instruidas y virtuosas sobre la sociedad⁹⁷. Su objetivo entonces era que el “bello sexo”⁹⁸ se perfeccionara sin cesar, pero en los aspectos que solo le eran permitidos.

El Hogar (Bogotá) lo dejó muy claro: “No seremos de los que abogan por dar a la mujer injerencia en los negocios políticos; no seremos de los que querrían levantar una tribuna (...), para oír discutir a una mujer sobre asuntos que la naturaleza misma parece haberle vedado”⁹⁹. Esta negación a las mujeres para ciertas actividades fue justificada por la ciencia, que a finales del siglo XIX afirmaba que el cerebro del sexo femenino era más pequeño, menos denso y, por ello, no podía tener las capacidades de abstracción, de invención, de síntesis; a su vez, le concedía habilidades como la intuición, la sensibilidad, la paciencia, entre otras¹⁰⁰. Londoño señala que la mayoría de esta prensa femenina era dirigida por hombres.

⁹⁶ Kittay, “El pensamiento” 224.

⁹⁷ Patricia Londoño, “Las publicaciones periódicas dirigidas a la mujer, 1858-1930”, *Boletín Cultural y Bibliográfico* 27.23 (1990): 10.

⁹⁸ Alba Inés David señala que esa era la manera como se nombraba en los escritos de la época a las mujeres de las clases más favorecidas. Alba Inés David, *Mujer y trabajo en Medellín: condiciones laborales y significado social, 1850-1906*. (Medellín: Instituto para el desarrollo de Antioquia-IDEA, 2007) 51.

⁹⁹ Londoño, “Las publicaciones” 10.

¹⁰⁰ Michelle Perrot, *Mi historia de las mujeres* (Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2008) 124.

Algunos medios impresos de finales del siglo XIX y comienzos del XX en Medellín fueron: *La Aurora* “Periódico literario dedicado al bello sexo” (1868-1869), *La Golondrina* “Hoja literaria y de variedades” (circuló sólo en el año 1881), *La Mañana* “Periódico dedicado al bello sexo” (1890), *La Familia Cristiana* (1906-1932) y, *Antioquia por María* (1920-1929)¹⁰¹. Al hacer un rastreo en estas publicaciones, al menos las disponibles en las bibliotecas, no se encontraron secciones relacionadas con el ámbito doméstico. Esto coincide con el contexto nacional, sobre el cual Aída Martínez declara que,

Las publicaciones dirigidas al bello sexo durante el siglo pasado [siglo XIX] no hubieran considerado la idea de incluir una fórmula culinaria; el mundo al cual se dirigían era mucho más estático; reflexiones sobre las virtudes, textos de carácter piadoso, poesía, romances, información sobre modas y trajes componían el material de lectura. (...), ¿cocina? Jamás¹⁰².

Aunque se ha considerado a la cocina como una labor generalmente desempeñada por las mujeres, cabe anotar entonces que no abordar los temas culinarios en dichas publicaciones haría pensar que aparentemente no lo consideraron un asunto de interés para el público femenino a quien estaba dirigido, esto es, las damas de sectores pudientes de la sociedad, pues sus familias tenían la posibilidad de contratar personal para estas labores domésticas. Se debe decir también que, para dicha época, la tradición oral aún era el sistema por el cual se seguían transmitiendo los saberes culinarios en los hogares de Medellín. Además, en este periodo, según Julián Estrada, en las cocinas se trabajaba con las técnicas típicas del campo, como, por ejemplo, el cocer los alimentos a leña y carbón, y para conservarlos, se usaba el salado o el ahumado¹⁰³. El conjunto de recetas de memoria que típicamente se

¹⁰¹ Juan Manuel Cuartas Restrepo, “Prólogo”, *Letras y Encajes: edición facsimilar*, Juan Manuel Cuartas Restrepo y otros (Medellín: Editorial Eafit, 2017) 10 y 11.

¹⁰² Aída Martínez, *Mesa y cocina del siglo XIX* (Bogotá: Ministerio de cultura, 2012) 103.

¹⁰³ Julián Estrada, “Evolución y cambio de los hábitos alimenticios en Medellín durante el siglo XX”, *Historia de Medellín* Tomo II ed. Jorge Orlando Melo (Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996) 701.

producen de una tradición oral y basadas en los ingredientes de producción local¹⁰⁴, creó una cocina regional, en este caso, la antioqueña, cuyos platos emblemáticos son los frijoles, el sancocho y el sudado¹⁰⁵.

Si bien la tradición oral en el ámbito culinario fuera el método más utilizado, no se debe descartar que en algunos de los hogares también se usara la escritura en dicho traspaso de saberes, ya sea en forma de hojas sueltas o un manuscrito producido por una persona experta o que incluso en varios existiera un libro impreso. ¿Cuál sería la dinámica de la preparación de las comidas con base en fuentes escritas? ¿La persona que cocinaba, sabría leer? O, ¿sería otra persona letrada la que le daba instrucciones a quien guisaba para la elaboración de determinado plato?

A inicios del siglo XX Colombia presentaba bajos índices de alfabetización. En 1912 la escolaridad de los habitantes de más de ocho años era del 17%, y en 1918, el 32.5% en los mayores de diez años. Antioquia era uno de los territorios que presentaba un nivel más alto que los otros, tenía una tasa del 38.3% en hombres y un 40.2% en las mujeres; en el resto del país, este índice oscilaba entre el 25% y el 35%. Uno de los factores que incidieron en esta cifra del territorio antioqueño, afirma Aline Helg, fue el interés de los dirigentes de la región de desarrollar la educación frente al auge económico que el departamento estaba experimentando en sectores como el café, la minería y la industria¹⁰⁶.

El empeño por la educación de la población antioqueña venía desde finales del siglo XIX con el gobierno de Pedro Justo Berrío, quien pensaba que un ciudadano letrado podía contribuir a la consolidación del desarrollo económico y a una estabilidad

¹⁰⁴ Crowther 132.

¹⁰⁵ Estrada "Evolución" 701.

¹⁰⁶ Aline Helg, *La educación en Colombia 1918-1957. Una historia social, económica y política* (Bogotá: Fondo Editorial CEREC, 1987) 35.

política y social¹⁰⁷. Por ello, el fomento de la instrucción fue uno de los cometidos primordiales de su jefatura¹⁰⁸. Según Luis Javier Villegas, este enfoque arrojó sus frutos al señalar que, en la década de 1860, Antioquia lideraba en el país los índices de enseñanza; el número de alumnos en las escuelas elementales era de 16.987 y en Santander, otro territorio que también iba a la cabeza en estas políticas, le seguía con 9.115¹⁰⁹. Además, este autor afirma que, de 1865 a 1913, Antioquia pasó de presentar un porcentaje muy bajo en educación, el 3.9%, a un 34.6%¹¹⁰. Cabe mencionar que la enseñanza se impartía conforme a los preceptos de la Iglesia, además de contar con el apoyo de sus jerarcas; caso contrario a lo que ocurría a nivel nacional, donde el planteamiento era la autonomía y separación de estas partes¹¹¹.

Helg destaca un registro de alfabetización inferior en el sexo femenino en Colombia a comienzos del siglo XX, debido a su discriminación en el proceso educativo, pues el pensamiento general era que el lugar de ellas era la casa ocupándose del trabajo doméstico. En este aspecto, Antioquia presentó nuevamente una diferencia, en la cual, el porcentaje de las mujeres que sabían leer y escribir, era un poco más alto que el de los hombres, 40.2% y 38.3% respectivamente. Esto lo atribuye Helg a que la madre era el núcleo de la familia antioqueña, por ello, se le prestaba atención a la educación de las hijas¹¹². Villegas también resalta la escolaridad de las niñas de finales del siglo XIX en Antioquia, la cual presentaba una participación de un 30% entre la población estudiantil¹¹³. Esto, a pesar de que los padres no estaban obligados a enviar a sus hijas a las escuelas. En estos planteles se les enseñaba a las alumnas

¹⁰⁷ Luis Javier Villegas, *Aspectos de la educación en Antioquia durante el gobierno de Pedro Justo Berrío 1864-1873* (Medellín: Secretaría de Educación y Cultura, 1991) 13.

¹⁰⁸ Villegas, *Aspectos de la educación* 20.

¹⁰⁹ Villegas, *Aspectos de la educación* 81.

¹¹⁰ Luis Javier Villegas, "¡Si quiere llegar a ser alguien, estudie mijo!", *Historia y Sociedad* 2 (1995): 29.

¹¹¹ Villegas, *Aspectos de la educación* 14.

¹¹² Helg 41, 45.

¹¹³ Villegas, *Aspectos de la educación* 81.

lectura, escritura, doctrina cristiana, elementos de aritmética, gramática castellana y urbanidad y, además, las labores propias de su sexo¹¹⁴.

La tradición escrita en la transmisión de la cocina posiblemente ya se experimentaba en algunos hogares de Medellín desde la segunda mitad del siglo XIX, pues, como lo afirma Aline Helg, en Antioquia por dicha época, la educación elemental tuvo un progreso frente al resto del país; el índice de escolaridad en 1873 era del 5.4% frente al 2.7% del resto de la población colombiana¹¹⁵. Con relación a los libros de cocina impresos, en la ciudad de Bogotá, desde mediados del siglo XIX, ya se editaban estas obras. Por ejemplo, estaba circulando desde 1853 el primer recetario producido en esta población, *Manual de artes, oficios, cocina i repostería: obra sacada de los mejores autores y acomodada a las necesidades de los granadinos, así como a las circunstancias de esta república*. El siguiente texto en publicar fue en 1860, *El lenguaje gastronómico, con un oráculo respondón, gastronómico poético i romántico*; luego en 1878 *El estuche*, escrito y compilado por Jerónimo Argáez bajo el seudónimo de John Truth¹¹⁶.

Estos ejemplares pudieron haber llegado a algunos hogares de la ciudad de Medellín por medio de las librerías que se proveían de este tipo de mercancía desde la capital del país, específicamente de la *Librería Colombiana*¹¹⁷. Se transportaban a lomo de mula en un viaje que duraba once días¹¹⁸. Igualmente, un libro de cocina, llamado

¹¹⁴ Villegas, *Aspectos de la educación* 33.

¹¹⁵ Helg 44.

¹¹⁶ Alberto Flórez-Malagón, "Dime qué comes y te diré quién eres", *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón (Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008) 402; Martínez 103, 109.

¹¹⁷ Desde finales del siglo XIX comenzaron a circular en Colombia algunas revistas dirigidas a la mujer, varias eran editadas en Bogotá. Sus contenidos, según Patricia Londoño, tenían la finalidad de "ampliar el campo en el que la mujer se podía desenvolver"; por ello, además de publicar temas para entretener a las lectoras, como relatos históricos, cuadros de costumbres, notas sobre la vida social, noticias sobre Europa; se encontraban también secciones para el hogar y la familia, tales como consejos prácticos sobre economía doméstica, crianza de los hijos, higiene y, recetas de cocina. Londoño "Las publicaciones" 13. De acuerdo con lo anterior, no se descarta que, en algunos hogares de Medellín, existiera algún ejemplar de estas revistas.

¹¹⁸ Rafael Vega, "Apuntes para una historia de las librerías de Medellín", *Historia de Medellín* Tomo II ed. Jorge Orlando Melo (Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996) 714.

Cocinero práctico, figuraba en 1914 en la prensa local entre las “últimas novedades” que ofrecía la *Librería Católica* de la capital antioqueña¹¹⁹. En cuanto a la producción de manuales de cocina en Medellín, esta comienza en 1908.

2.2. Importancia del libro en la sociedad

Conservar los textos y a su vez traerlos a la memoria cada vez que se los lee¹²⁰ es quizás la función básica de un libro. Pero este también ha tenido -tiene- roles y efectos aún más trascendentales en las sociedades en las que ha estado presente. Procesos que ocurrieron en Europa a finales de la Edad Moderna y la época contemporánea, como la construcción del Estado moderno, la formación de grupos sociales y el cambio de reglas y normas para controlar el comportamiento de los individuos, fueron posible gracias a los libros¹²¹. “El impreso juega un papel esencial porque fija y explicita los gestos legítimos y los que ya no lo son, y porque lleva, fuera del mundo estrecho de la corte, la nueva civilidad, enseñada en la escuela, presente en la literatura popular”¹²².

Con la llegada del impreso se pudo iniciar “una civilización de masas y estandarización”, afirman Lucien Febvre y Henri-Jean Martin; esto ocurrió porque ante la imposibilidad de editar todos los manuscritos que ya circulaban, las obras que se publicaban era el resultado de la decisión de los libreros, ya sea por un beneficio económico y/o la necesidad de complacer el interés de los clientes¹²³. Se debe recordar entonces que en sus inicios los ejemplares producidos por la imprenta eran copias de los escritos a mano, muchos de ellos, textos de la Antigüedad y

¹¹⁹ *El Colombiano* (Medellín) 24 de enero de 1914: 4.

¹²⁰ Cavallo y Chartier 31.

¹²¹ Roger Chartier, *Libros, lecturas y lectores en la Edad Moderna* (Madrid: Alianza Editorial, 1993) 37.

¹²² Chartier, *Libros, lecturas* 37.

¹²³ Lucien Febvre y Henri-Jean Martin, *La aparición del libro* (México, D.F.: Fondo de Cultura Económica, 2005) 301.

medievales que fueron seleccionados, como lo señalan Lucien Febvre y Henri-Jean Martin, “por hombres del siglo XV, con sus gustos y sus preocupaciones”¹²⁴.

Roger Chartier destaca el rol del libro en la modificación de algunas prácticas sociales, principalmente en las ciudades. Saber leer y escribir se hizo necesario, porque los textos impresos “se apropiaron de los muros, se pueden leer en los espacios públicos”¹²⁵. Este historiador también resalta el papel del libro en la circulación de los modelos culturales al actuar como un dispositivo de la civilidad para, en términos del autor, disciplinar las conductas y encarnarse en gestos y opiniones.

En el caso de los libros de cocina, Arjun Appadurai señala que estos son con frecuencia el esfuerzo por parte de un grupo de expertos para estandarizar la cocina, transmitir una tradición culinaria y dar a conocer costumbres particulares en los procesos de la transformación de los alimentos, por lo tanto, guían el viaje de la comida desde el mercado hasta la cocina y la mesa; igualmente, referenciando a Norbert Elias, indica que, la difusión de estos textos es un signo importante del proceso de civilización¹²⁶. En el caso de la ciudad de Medellín, ¿quiénes fueron las personas que emprendieron esta tarea de estandarizar las recetas? ¿Qué pretendían con la publicación de libros de cocina?

Para entender las transformaciones sociales y analizar los distintos actores en dichos procesos, sería necesario realizar una historia del libro que puede facilitar este análisis y el papel del impreso en dichos cambios.

¹²⁴ Febvre y Martin 301 y 302.

¹²⁵ Roger Chartier, *El libro y sus poderes* 7 y 29.

¹²⁶ Arjun Appadurai, “How to make a national cuisine: cookbooks in contemporary India”, *Comparative Studies in Society and History* 30.1 (1988): 3.

2.3. La historia del libro

Un libro es el resultado de la acción de algunos individuos en determinados entornos complejos y altamente volátiles en términos de Donald McKenzie; además, según el mismo autor, este objeto desempeña un papel importante en la creación y la comunicación de significados que las sociedades permanentemente han realizado. Por lo tanto, los textos, como producto cultural, son “elocuentes testimonios de la riqueza de la experiencia humana”¹²⁷. Una historia del libro o una sociología de los textos¹²⁸ ayudarían a conocer el papel desempeñado por los libros, por ejemplo, en “la forma en que se transformaron las condiciones del ejercicio del poder, las discrepancias entre los grupos y las clases, las prácticas culturales, las formas de estar en la sociedad”¹²⁹. Esta disciplina entonces estudia el impreso, así como los procesos de su producción, transmisión y su recepción¹³⁰.

Robert Darnton ofrece un modelo general para analizar la forma en que los impresos nacen y se esparcen por la sociedad. Para él, el propósito de la historia del libro es “comprender cómo se transmitieron las ideas a través de la palabra impresa y cómo el contacto con ella ha afectado al pensamiento y al comportamiento de la humanidad”¹³¹. A su propuesta de análisis la llama el “circuito de comunicación”, que va del autor, pasa por el editor, el impresor, el distribuidor, el librero y el lector. Igualmente, Elizabeth Driver y Henry Notaker afirman que recurrir a la historia del libro permitirá interpretar apropiadamente lo que un texto dice. Como un producto cultural tiene mucho que relatar sobre una sociedad determinada¹³² y, por lo tanto, es importante situar al libro como tal, en el centro de la historia¹³³.

¹²⁷ Donald F. McKenzie, *Bibliografía y sociología de los textos* (Madrid: Ediciones Akal, 2005) 22.

¹²⁸ En el prólogo de la obra de McKenzie, Roger Chartier define la sociología de los textos como: “La disciplina que estudia los textos como formas registradas, así como los procesos de su transmisión, incluyendo su producción y su recepción”. McKenzie 8.

¹²⁹ Chartier, *Libros, lecturas* 39.

¹³⁰ McKenzie 30.

¹³¹ Robert Darnton, *Las razones del libro. Futuro, presente y pasado* (Madrid: Trama, 2010) 177.

¹³² Notaker, “Printed Cookbooks” 134.

¹³³ Driver, “Cookbooks” 258.

Elizabeth Driver, en cierta manera, ofrece la misma metodología de Robert Darnton para emprender una historia del libro. Ella lo hace en el marco de los textos de cocina, en el que señala que se deben abordar los distintos aspectos en la fabricación del ejemplar, desde la impresión hasta la publicación¹³⁴. Para comenzar, en su creación es importante identificar quien escribió, “saber más sobre los autores también ayuda a interpretar estos libros de cocina”¹³⁵, conocer, por ejemplo, su género, educación, estatus social, religión, origen étnico e idioma; rastrear los individuos detrás de los seudónimos, o de las asociaciones y empresas como productores. Incluso se debe considerar a otras personas que intervinieron en la producción de la obra como son: el diseñador, el ilustrador, el editor y el impresor.

Se debe indagar igualmente, sobre los propósitos y orígenes del escrito, y lo que cambió o no entre las ediciones; considerar además las partes extratextuales, tales como el retrato, las dedicatorias o declaraciones del autor. Eso por parte de la elaboración; en cuanto a la publicación, es significativo dar cuenta del número de copias impresas, cómo fueron promocionados y vendidos. En cuanto a lo que tiene que ver con su recepción, se pueden buscar las revisiones contemporáneas, las anotaciones personales y cómo han sido las valoraciones a través del tiempo, los patrones de propiedad y entrevistas con los dueños actuales de los recetarios¹³⁶.

La historia del libro versa entonces sobre cada una de estas fases en su fabricación y recepción. Es importante señalar que expertos en el tema recalcan en incluir en este tipo de análisis, el estudio de los procesos sociales. Darnton, por ejemplo, afirma que en el análisis del circuito que propone se debe relacionar con otros sistemas económicos, sociales, políticos y culturales del entorno donde se produjo¹³⁷. Notaker explica que sin conocer en qué contextos fueron escritos, editados e impresos los

¹³⁴ Driver, “Cookbooks” 258.

¹³⁵ Driver, “Cookbooks” 265.

¹³⁶ Driver, “Cookbooks” 258 y 259.

¹³⁷ Darnton, *Las razones del libro*, 181.

libros, no es posible llegar a conclusiones apropiadas¹³⁸. Igualmente, McKenzie, en su texto *Bibliografía y sociología de los textos* (2005), manifiesta:

Porque una historia del libro que excluyera el estudio de las motivaciones sociales, económicas y políticas de la edición, las razones por las que los textos fueron escritos y leídos como lo fueron, el por qué fueron escritos de nuevo y rediseñados, o se dejó que muriesen, degeneraría en insignificante listado de libros y nunca llegaría a ser una historia que verdaderamente mereciera la pena¹³⁹.

2.4. Los libros de cocina

La producción en prensa de los libros de cocina en Occidente comenzó en Roma en el año 1470 con la obra *De honesta voluptate* de Bartolomeo Platina. En los años siguientes, este se imprimió en otras ciudades de Italia y más tarde en otros países europeos, publicándose entonces, además del italiano, en alemán y francés. Así es como las ediciones impresas de los textos culinarios en Europa, en su etapa inicial, tuvieron una fuerte influencia de la cocina italiana, lo cual despertó cierta molestia en algunos sectores; al respecto Henry Notaker dice que “In Bohemia, Italian food was so highly regarded that it became a target for moralists, who felt that foreign food habits undermined the old, local, and less extravagant traditions of the region”¹⁴⁰.

Como esta obra, otros manuales que se produjeron a lo largo y ancho de Europa, y hasta aproximadamente el siglo XVII, fueron escritos por cocineros que laboraban para la aristocracia y la Iglesia; los publicaban con el objetivo de darse a conocer

¹³⁸ Notaker, “Printed Cookbooks” 138.

¹³⁹ McKenzie 31.

¹⁴⁰ Notaker, *A History* 66.

entre la nobleza¹⁴¹. En ellos ilustraban los lujosos banquetes que servían en las mesas de sus empleadores. Un libro de cocina italiano del siglo XVI estaba dirigido a otros cocineros, también versados en el tema, como lo apuntan Alberto Capatti y Massimo Montanari:

(...) las guías para los trinchantes y los manuales de los cocineros responden a criterios de calidad editorial que subrayan los caracteres, los márgenes, los grabados y las imágenes que el texto. El libro de oficio y ceremonias debía ser práctico para quien oficiaba y, por tanto, durable, manejable, además de digno de elegancia de la persona a quien iba dedicado¹⁴².

En el siglo XVIII, la producción de libros de cocina se dirigió también a un público más amplio en ediciones económicas¹⁴³. En Italia, por ejemplo, como lo explican Capatti y Montanari, eran fascículos en forma de almanaque o periódico que se distribuían a bajos precios a un público modesto y numeroso como las amas de casa y la servidumbre, ahora alfabetizada¹⁴⁴. Ya en el siglo XIX, el mercado editorial ofrecía a los europeos dos clases de libros de recetas, una profesional que se distinguía por el lujo y la abundancia y la otra de tipo doméstico en el que el ahorro y la sencillez era la que la caracterizaba¹⁴⁵.

En el contexto latinoamericano la edición de los primeros libros de cocina en el siglo XIX se caracterizó principalmente, según Sarah Bak-Geller, por su estilo patriótico; dice esta autora que “la mayoría de las nuevas repúblicas hispanoamericanas contaron con sus propios recetarios, concebidos a partir de la idea de una cocina

¹⁴¹ Bak-Geller, “Narrativas deleitosas” 32.

¹⁴² Capatti y Montanari 281 y 283.

¹⁴³ Bak-Geller, “Narrativas deleitosas” 32.

¹⁴⁴ Capatti y Montanari 284.

¹⁴⁵ Bak-Geller, “Narrativas deleitosas” 33.

única, original, anclada en antiguas tradiciones y diferente a cualquier otra en el continente y en el resto del mundo”¹⁴⁶.

En el caso colombiano, la publicación de recetarios comenzó a mediados del siglo XIX y obedeció a una regulación de la vida doméstica, incluidas las prácticas culinarias¹⁴⁷. Tarea emprendida por una elite y clase dirigente del país desde la ciudad de Bogotá en la que los textos de cocina hicieron parte de esta intervención. “Dentro del proyecto nacional, donde las costumbres y las actividades de la vida diaria y doméstica también fueron parte del proceso civilizador de los hombres dirigentes, el aprovechamiento de la imprenta y el libro o los periódicos como su producto, fue fundamental”¹⁴⁸. Entre estos escritos, todos compilados por hombres, estaban: *Manual de artes, oficios, cocina i repostería: obra sacada de los mejores autores y acomodada a las necesidades de los granadinos, así como a las circunstancias de esta república*, editado en 1853; en 1860 se publicó *El lenguaje gastronómico, con un oráculo respondón, gastronómico poético i romántico*, y en 1878, se imprimió *El estuche*¹⁴⁹.

De acuerdo con Aída Martínez, estos ejemplares también estaban dirigidos en gran parte a un público masculino, de esto da cuenta la autora cuando señala que el *Manual de artes, oficios, cocina i repostería* (1853) contenía secciones que ofrecían instrucciones para desempeñar un arte u oficio; algunos nombres de estos apartados eran: “Secretos artísticos” o “Medicamentos y cosméticos”. Según Martínez, uno de los objetivos de esta obra, era promover la industria, pues en sus páginas incluía fórmulas que posibilitarían el iniciar con una, como la de la cerveza¹⁵⁰. Igualmente afirma que este conjunto de ejemplares culinarios del siglo XIX no cumplió con las expectativas de las amas de casa y, por lo tanto, circularon algunos textos extranjeros

¹⁴⁶ Bak-Geller, “Narrativas deleitosas” 33.

¹⁴⁷ Flórez-Malagón, “Dime qué comes” 402.

¹⁴⁸ García, Laura 81.

¹⁴⁹ Martínez 103.

¹⁵⁰ Martínez 103, 104.

en los hogares de las clases altas. Fue en Antioquia que, según esta historiadora, “toman forma los primeros libros de cocina colombianos verdaderamente prácticos”¹⁵¹.

2.5. Las recetas impresas en Medellín

Como ya se dijo anteriormente, las publicaciones originarias de esta ciudad dirigidas al público femenino en el siglo XIX carecían en su contenido de temas domésticos, específicamente de recetas para la preparación de alimentos. Esto, con respecto a revistas y periódicos, porque los libros en esta materia no se habían comenzado a imprimir. Fue en el año 1908 que empezaron a producirse con la salida a circulación de la obra de Elisa Hernández llamada *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo*, un texto de 712 páginas y con aproximadamente 2.125 recetas¹⁵². Para Julián Estrada, este voluminoso trabajo daba cuenta de “la sólida formación culinaria de la Señorita Hernández”¹⁵³.

Además de circular en libros de cocina, las recetas también se difundieron en algunos medios de comunicación de la ciudad de Medellín, que, para el caso de las fuentes consultadas, comenzaron 17 años después del primer recetario impreso. Lo hizo el periódico *El Colombiano* –fundado en 1912–, al iniciar este tipo divulgación en 1925. Se distinguió por su irregularidad y escasez durante el periodo estudiado. Cuando aparecían, generalmente eran de una a tres recetas, raras veces salían más de estas cantidades; esto hacía que no resaltara frente a los otros temas que

¹⁵¹ Martínez 112.

¹⁵² Esta descripción se hace de acuerdo con el libro consultado, la edición de 1908. Se presentan las recetas distribuidas en tres partes. En la “primera parte” están las recetas de sopas, salsas, las carnes, huevos, legumbres, entre otras. En la “segunda parte” se encuentran recetas de pan, molletes, bizcochos, pudines, pasteles dulces, roscas, galletas, buñuelos, bollos, entre otros. La “tercera parte” es de recetas de dulces, compotas, gelatinas y postres, flanes, confitería, bebidas, licores, helados. En las siguientes ediciones de este libro de cocina, conforme a lo encontrado, ya se presentan las recetas en dos tomos: Tomo primero-sal y el segundo tomo de dulce.

¹⁵³ Julián Estrada, “De la arepa en callana a la salsa bechamel. Primer recetario editado en Medellín, de autora antioqueña”, *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo*. Volumen 1 (Medellín: Ediciones UNAULA, 2013) 16.

componían la sección, generalmente, dirigidos a público femenino. Se puede decir que no era un contenido relevante para este periódico.

Se halló también que, a inicios de la década de 1950, comenzaron a aparecer recetas en los anuncios de las industrias alimenticias y de equipos de cocina, esto, sin duda, para promocionar sus productos, como así lo afirma Oscar Traversa con respecto a la publicidad de esta clase de artículos: “La receta puede instalarse en los avisos como propuesta de una pauta de consumo cuyo rédito se mide en términos del aprovechamiento de una marca”¹⁵⁴.

La revista *Letras y Encajes*¹⁵⁵ también publicó recetas en sus ejemplares, lo hizo desde su primer número en el año 1926 y hasta el último año de su existencia, 1959. Por esta regularidad y, además, porque había un espacio designado de página entera en la que se presentaba cierta cantidad de recetas, denota la importancia que se le concedía a este tema. La sección tuvo varios nombres que cambiaba por ciertos periodos: “Los secretos de mi tía”, “Nuestra mesa”, “Cocina”, fueron algunos de ellos. Cabe destacar que para esta revista colaboraron algunas mujeres autoras de libros de cocina. Por ejemplo, Alicia M. de Echavarría, autora del recetario *Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar* (1938) (imagen 2); también Sofía Ospina de Navarro, quien publicó dos obras, *La buena mesa* en la década de 1930 y *La cartilla del hogar* en 1956 (imagen 3).

¹⁵⁴ Oscar Traversa, *Cuerpos de papel. Figuraciones del cuerpo en la prensa 1918-1940* (Barcelona: Editorial Gedisa, 1997) 150.

¹⁵⁵ Revista fundada y presidida por mujeres de la elite local, como Sofía Ospina de Navarro, Alicia M. de Echavarría, Ángela villa de Toro y Teresa Santamaría. Su público objetivo eran las mujeres de los sectores medios y altos de la ciudad, quienes podían encontrar en estas publicaciones contenidos variados como: arte, literatura, cocina, entre otros; como así lo señala en su primer número: “anhelando ser útil, llevará suavemente de la mano a la señora de casa, desde el rincón favorito del salón hasta los últimos dominios cocineros, haciéndola interesar al mismo tiempo por el arte y la literatura”. *Letras y Encajes* (Medellín) agosto de 1926: 1; *Letras y Encajes* (Medellín) junio de 1927: 183; Juliana Restrepo, “Mujeres, prensa escrita y representaciones sociales de género en Medellín entre 1926 y 1962” (Tesis de Maestría en Historia, Universidad Nacional de Colombia, 2011) 43, 44.

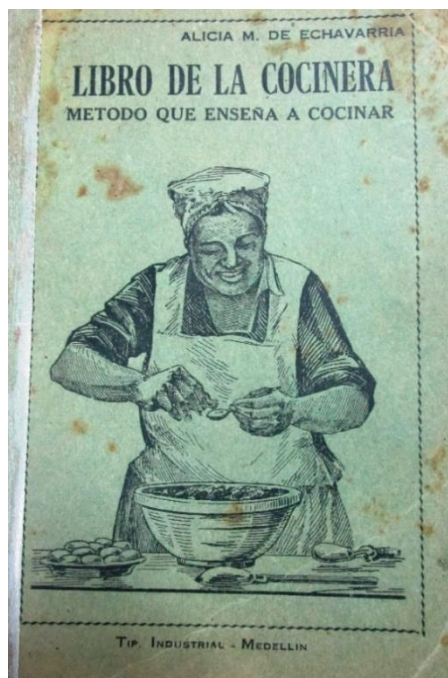


Imagen 2. *Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar (1938)*



Imagen 3. *La cartilla del hogar (1956)*

2.6. Los libros de cocina impresos en Medellín en la primera mitad del siglo XX y la década de 1950

Los libros de cocina impresos en Colombia en el siglo XIX actuaron, según Alberto Flórez-Malagón, como reguladores de las prácticas culinarias y como instructivo para “enseñar a las mujeres el “deber” de la cocina y el cuidado del hogar”¹⁵⁶. Esta característica continúa en los producidos en la ciudad de Medellín en el siglo XX, al menos hasta la década de 1950. Decía la antioqueña Sofía Ospina de Navarro en su obra de 1956, *La cartilla del hogar*, que la mujer debe asumir la responsabilidad que la sociedad le asignó, la de proteger la familia, porque de ella depende la

¹⁵⁶ Flórez-Malagón, “Dime qué comes” 403.

prosperidad y buena marcha de la sociedad, y la alimentación es uno de los elementos que contribuyen en el bienestar de sus miembros¹⁵⁷.

Los demás recetarios publicados en Medellín durante la época en cuestión recogen en gran parte el pensamiento de Sofía Ospina de Navarro, por ello están dirigidos principalmente a las amas de casa: las expertas o las principiantes en el asunto de la preparación de las comidas. Algunas autoras declaraban que buscaban instruir las para llegar a conocer el “secreto de la buena cocina”, lo que se traduce en ofrecer a cada miembro de la familia o amigos, una alimentación nutritiva, saludable, variada y agradable. “A nuestras familias y a nuestros invitados les gustará en extremo encontrar en nuestra mesa alimentos sanos, bien preparados y bien presentados; por esto debemos esforzarnos en aprender un arte y una ciencia tan propios y tan indispensables para la mujer”¹⁵⁸.

De esta manera, la preservación del hogar estaría asegurada, como así lo exigía la sociedad a las mujeres. Por ello, se encuentran sugerencias de menús para cada día de la semana, para una fiesta, y el protocolo para servir una mesa cuando se ofrece una comida social de acuerdo con la ocasión. Incluso se pueden hallar tratados sobre las propiedades nutritivas de los alimentos, como también regímenes alimentarios de acuerdo con ciertas enfermedades.

Se puede ver entonces que, en estos libros de cocina, el asunto de la domesticidad está presente. En sus objetivos de dar consejos y sugerencias dirigidos a las amas de casa para cumplir con el deber en la cocina que finalmente repercute en el bienestar de la familia. Así lo deja ver Elisa Hernández, quien al igual que Sofía Ospina de Navarro, también recalca en su texto las responsabilidades de la mujer cuando

¹⁵⁷ Sofía Ospina, *La cartilla del hogar* (Medellín, Editorial Cospel, 1956) 5.

¹⁵⁸ Isabel R. de Restrepo y Emilia Olano Moreno, *La cocina, la mesa y el servicio moderno* (Medellín: Editorial Granamérica, 1944) 8.

asevera que “La acción de una madre de familia no debe estar concentrada nada más que en los mil cuidados de la casa, de la cocina y de los trabajos manuales”¹⁵⁹.

Este discurso de domesticidad hallado en los libros de cocina del periodo en cuestión comienza a cambiar de cierta manera a comienzos de la década de 1960. En el recetario *Cocine y ría* (1962), se observa unas ligeras modificaciones con relación al rol de la mujer. Primero, ya se considera la condición laboral de muchas y la necesidad de estas en optimizar su tiempo, por ello dice: “Para la mujer que trabaja, (...) el tiempo es el factor decisivo. Lo que tiene que ahorrar no es dinero, sino tiempo”. Segundo, declara que ya no es “virtuoso” que ella asuma todo el peso del trabajo en el hogar, “en el siglo XX la mujer mejor no es la más atormentada, sufrida y resignada: es la más eficiente”. El libro aboga por que todos los miembros de la casa realicen una tarea que le corresponda de acuerdo con su edad y sus condiciones e invita a despertar un sentimiento de comunidad entre sus integrantes:

Si hay algo que deba alterarse en nuestras costumbres, es esta falla que convierte a un solo miembro de la familia en único responsable de los objetos, el vestuario, las habitaciones, los deseos y la alimentación de todos los demás. (...) El trabajo en común une. La mutua ayuda favorece la generosidad. El servilismo de uno, favorece el egoísmo de los otros¹⁶⁰

Por último, este texto cuestiona el adjetivo que se acostumbraba en la época, al referirse a las amas de casa como las “reinas del hogar”: “No hay frase que más haya torcido el criterio de las jóvenes respecto a su oficio de esposa y madre, que aquella de que la mujer es la reina del hogar”. Más que reina, es una administradora de una empresa llamada hogar: “su oficio es el de hacer rendir el capital, durar la maquinaria, inventariar y tener en buenas condiciones del equipo; mantener

¹⁵⁹ Elisa Hernández, *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (Medellín, Tipografía del Comercio, 1908) I.

¹⁶⁰ Rocío Vélez de Piedrahíta y otras, *Cocine y ría* (Medellín: Editorial Gamma, 1962) 36, 134, 169, 170.

satisfechas las necesidades y atender a las quejas de los miembros de esa sociedad. Todo menos reina”. Como se puede ver, este libro de cocina, aunque manifiesta algunos cambios con respecto al papel de la mujer en el hogar, sigue siendo una guía para que ella desempeñe las funciones que tradicionalmente ha desempeñado.

El *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* de Elisa Hernández Suárez, como ya se afirmó, fue el primer libro de cocina publicado en Medellín. Editado por *Escobar, Restrepo & Ca.* y por Antonio J. Cano e impreso en 1908 por la *Tipografía del Comercio*, propiedad de Félix de Bedout (imagen 4). Los editores de este trabajo fueron personajes con una relevancia tanto a nivel local como nacional; uno de ellos fue Carlos E. Restrepo, una figura significativa en el ámbito empresarial y político, pues fue presidente de Colombia en el periodo 1910-1914. Como empresario, fue uno de los propietarios de la editorial antes mencionada y de la *Librería Restrepo* en Medellín¹⁶¹. Por esta actividad, Juan Gustavo Cobo lo cataloga también como un librero¹⁶². Antonio J. Cano, el otro editor, fue un reconocido poeta antioqueño, también dueño de una librería, la *Librería Cano*.

Con relación a la edición a cargo de Carlos E. Restrepo, este se comprometió a realizarla no sin antes asegurarse de examinar la veracidad de su contenido, según él, “por personas competentes –que para el caso no hay más que las señoras–”, así lo afirma en una carta enviada a los dueños de la *Librería Colombiana* en Bogotá, Salvador Camacho Roldán y Joaquín Tamayo, para solicitarles el apoyo a este trabajo con “su firma y autoridad”. Restrepo elogia en dicha misiva a la autora y su recetario:

¹⁶¹ En la Librería Restrepo se realizaban tertulias, a las que acudía el célebre escritor Tomás Carrasquilla. Allí también se exponían las pinturas del artista Francisco A. Cano. Juan Gustavo Cobo, “Retratos de librereros colombianos”, *Leer y releer* (Medellín), noviembre de 2013: 14.

¹⁶² Cobo, “Retratos” 14.

Tiene la obra de la Srta. Hernández la ventaja de que ha recojido (sic) de los mejores autores y de la práctica, lo más apropiado para nosotros, y ha evitado (...) condimentos que no tenemos; ella ha ensayado sus recetas, y “le han resultado”.

(...) Por lo que se me alcanza en estas materias de cocina, que no es mucho afortunadamente – el libro de la Srta. Hernández es de lo mejor que entre nosotros pueda hacerse, muy superior, (...) ¹⁶³.

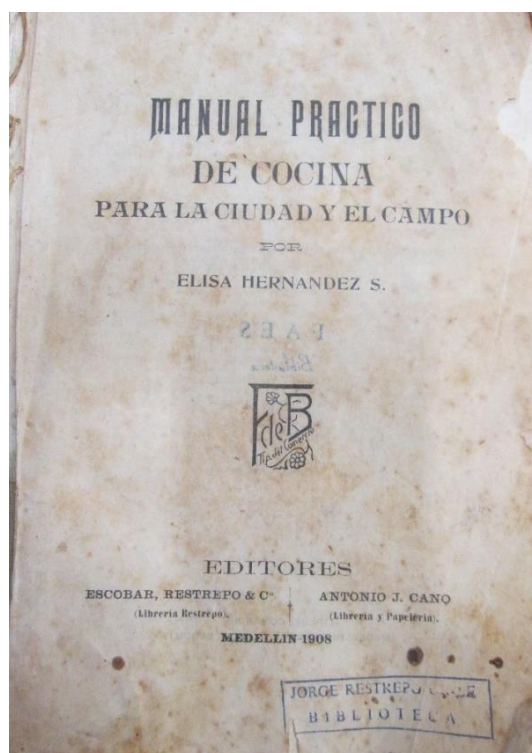


Imagen 4. *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908)

Que este libro haya sido avalado por dos figuras tan importantes en la ciudad de Medellín, pudo haber incidido en el éxito que experimentó la primera edición y

¹⁶³ Carlos E. Restrepo, Carta enviada a Camacho Roldán y Tamayo. Medellín 1908. CER/CE/2 doc. 84 f 96.

quizás de las posteriores que tuvo este recetario¹⁶⁴. Así se escribía en la revista *La Miscelánea* acerca de la obra de Elisa Hernández, cuando se comentaban las novedades editoriales de esta localidad:

El público, al agotar la 1ª edición del tomo I, como ha sucedido ya, consagró de un modo práctico y visible, la fama que se le dio (sic) al principio.

El tomo II se agotará también muy rápidamente. Así lo deseamos no sólo por su inteligente autora sino por sus Editores, -Imprenta Editorial- quienes han hecho avanzar rápidamente y en poco tiempo las letras patrias con la publicación de hermosos libros, en ediciones que no desmerecen ante los Europeos (sic)¹⁶⁵.

En esta cita se puede entender que el éxito en las ventas de este libro de cocina se debe en parte al prestigio de “sus Editores”, se infiere que a los editores a los que alude, son Carlos E. Restrepo y Antonio J. Cano.

También por la misma época, cuando el *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* no había sido publicado aun, el periódico *El Bateo* publicó una nota en la que felicita a su autora Elisa Hernández y en la que relata elogiosamente un poco la manera de cómo ella compiló las recetas que contiene el libro, adecuándolas para una fácil preparación:

La Srta Hernández, verdadera mujer de casa, con paciencia y porfía ha venido recogiendo desde hace catorce años, y para su uso particular, todas las recetas y fórmulas que le han suministrado, bien las personas que conocieron sus aficiones, ó (sic) bien los libros que sobre la materia han llegado a sus manos.

De todo este acopio, con discernimiento inteligente, separó ella las recetas que juzgó más apropiadas, más fáciles y más practicables en el hogar antioqueño, y

¹⁶⁴ A lo largo de 56 años, de acuerdo con los archivos encontrados, de este libro se realizaron 11 ediciones.

¹⁶⁵ “A granel”, *Revista La Miscelánea* (Medellín) enero de 1912: 376.

después de probarlas ella misma, las ha coleccionado, redactándolas con claridad suficiente para que una sirvienta que tome el libro, pueda poner en práctica con seguro resultado cualquiera de las recetas del formulario¹⁶⁶.

La siguiente cita de la misma nota de este periódico deja entrever su esencia: su periodismo satírico. Durante su existencia, este impreso de Medellín se caracterizó por la crítica de las costumbres, la vida cotidiana y las injusticias o algún hecho sociopolítico¹⁶⁷. En su referencia al libro de cocina en cuestión, se puede ver la ironía en relación con las tradiciones alimentarias de la región:

Con la publicación de su libro hará la Srita. Hernández un gran bien a las familias de Antioquia; los servicios de comedores y refectorios en Medellín están estacionados en un punto al parecer incommovible de atraso; de la rutina viciada de nuestras abuelas no salimos, y la carne pisada y el arroz frito continúan llevando la dispepsia y la inapetencia a los estómagos¹⁶⁸.

Aquí también hay una crítica al progreso al ironizar el desprecio que quizás algunos habitantes pensaban de la alimentación tradicional: atrasada, rutinaria y que poco beneficia a la salud de las personas¹⁶⁹. Para el periódico, la publicación de este ejemplar beneficiará a las familias porque con este se le prestaría una esmerada atención al servicio culinario que se merece, como lo hacen en las “ciudades civilizadas”.

¹⁶⁶ *El Bateo* (Medellín) 30 de enero de 1908: 3.

¹⁶⁷ Sonia Jiménez, “Reír es perjudicial para los negocios. Prensa satírica en Medellín: *El Bateo* entre 1926 y 1939” (Trabajo para optar al título de historiadora, Universidad de Antioquia, 2010) 8, 12, 32

¹⁶⁸ *El Bateo* (Medellín) 30 de enero de 1908: 3.

¹⁶⁹ “La sátira, especialmente sensible a los errores y desgracias de su entorno, posee una visión del mundo cargada de connotaciones negativas. Exagera los vicios, las costumbres y los hechos repudiables de la sociedad y los juzga contrastándolos con un “deber ser””. Jiménez 14.

En contraste a la promoción de este libro en aquella época, otros apenas alcanzaron a ser divulgados en los medios impresos. Entre los textos que se ofrecían de autoras antioqueñas estaban *La cocina moderna colombiana* (1926) de Eugenia Ángel de Vélez, *Mil recetas* (1958) de la Clínica Noel¹⁷⁰ y *La buena mesa. Sencillo y práctico libro de cocina. Almuerzos-comidas. Tes.* (1960) de Sofía Ospina de Navarro¹⁷¹. Eran avisos escuetos en los que las librerías anunciaban su venta. Apelaban al “buen gusto” que deben tener las personas que comen bien, o afirmaban que dichos ejemplares eran el mejor “auxiliar” de las señoras de la casa para elaborar una comida agradable y elegante o, los sugerían como un buen regalo para la casa o para las amigas¹⁷². Para la década de 1950, también se promocionaban recetarios sobre comida francesa, china¹⁷³, estadounidense y manuales para enseñar a utilizar electrodomésticos¹⁷⁴.

Las once ediciones del *Manual práctico de cocina* hablan de la buena acogida de dicho ejemplar entre algunos sectores de Medellín durante la primera mitad del siglo XX. Aunque hoy en día ya no esté presente en los hogares –que es lo más probable–, en el ámbito académico local tiene un valor histórico, pues fue una de las obras seleccionadas para integrar la “Colección Bicentenario de Antioquia” para conmemorar la gesta de la independencia del Departamento en el año 2013. Se publica en ese momento la séptima edición en facsímil y es Julián Estrada el encargado de hacer la presentación del libro. En ella, Estrada resalta las capacidades y la valentía de esta autora al ser la primera en Antioquia en publicar un manual de cocina; fue ella, dice el autor, quien “abrió el camino para que años más tarde, otras damas de la sociedad medellinense se atrevieran a publicar sus propios

¹⁷⁰ *El colombiano* (Medellín) 22 de febrero de 1953: 14.

¹⁷¹ *El Colombiano* (Medellín) 03 de diciembre de 1934: 4.

¹⁷² *El Colombiano* (Medellín) 14 de agosto de 1934: 6.

¹⁷³ ““El libro de cocina china”. (The Chinese Cook Book, Crown Publichechs (sic), New York). Por Wallece Yee, Hong, contiene las recetas de platos chinos que constituye lo más exquisito de la cocina oriental”. *El Colombiano* (Medellín) 22 de febrero de 1953: 14.

¹⁷⁴ *El Colombiano* (Medellín) 22 de febrero de 1953: 14.

recetarios”¹⁷⁵. Con relación al texto, este antropólogo destaca su producción y señala que:

(...) tan acertado diseño, tan impecable diagramación y tan excelente contenido, nos permiten considerar que aún hoy, un siglo después de su primera edición, no se encuentra un libro de cocina tan completo como el de la Señorita Hernández; además de tener el mérito de ser el primer libro de recetas que se publica en la región, y en el cual se observa, por primera vez, de manera descriptiva, los ingredientes y los procesos de recetas que jamás habían sido plasmadas en un papel¹⁷⁶.

Todas las ediciones de esta obra, once a lo largo de 56 años, fueron realizadas por la *Editorial Bedout*¹⁷⁷. Esta fue una de las empresas pioneras en el ramo en Colombia junto con *Carvajal* de Cali (establecida en 1903) y *Voluntad* de Bogotá (constituida en 1930). Se destacó por su larga trayectoria en el mercado, apareciendo aún en 1999 como una de las más activas a nivel nacional¹⁷⁸. Fue creada por Félix de Bedout Moreno en 1889 como un negocio familiar, fundación que hizo, según medios de la época con: “la escala mínima posible. La primera prensa de su imprenta, que conservan sus hijos (...), servía apenas para imprimir tarjetas de visita”¹⁷⁹. Inicialmente se llamaba *Tipografía del Comercio* y posteriormente cambió su razón social a *Tipografía Bedout de Félix de Bedout e Hijos Sucesores* y finalmente, *Editorial*

¹⁷⁵ Estrada, “De la arepa” 16.

¹⁷⁶ Estrada, “De la arepa” 16.

¹⁷⁷ Aunque no se encontró evidencia de las ediciones 3, 4 y 5, es lógico suponer que también las editó esta empresa al igual que el resto.

¹⁷⁸ Juan Gustavo Cobo, “Historia de la industria editorial colombiana”, *Historia de las empresas editoriales de América Latina. Siglo XX* ed. Juan Gustavo Cobo (Bogotá: CERLALC Centro regional para el fomento del libro en América Latina y el Caribe, 2000) 162 y 187; Jhonatan Balvín, “Benigno A. Gutiérrez (1889-1957). Compilador y difusor del folclor y de la literatura antioqueña”, *Revista Universidad de Antioquia* 298 (2009): 65.

¹⁷⁹ *La ciudad: Medellín en el 5 cincuentenario de su fundación: pasado, presente y Futuro* (Medellín) 24 de noviembre de 1925: 85.

Bedout. Este proceso se evidenció a través de la revisión de los libros de cocina estudiados en esta investigación.

La tipografía/imprenta se dedicaba a la publicación de textos escolares, la comercialización de papelería para oficinas y a la venta de implementos de juegos de azar¹⁸⁰. Renán Silva señala que, a nivel nacional, esta actividad editorial en las primeras décadas del siglo XX era administrada por las familias con poder político y la Iglesia¹⁸¹. Algunos medios locales, como la revista *La ciudad*, caracterizaron a la *Editorial Bedout* por su neutralidad política, su índole moral y su prestigio.¹⁸² Esto es lo que se decía en 1925:

Jamás sale de esta Imprenta impreso alguno que pueda herir la moral o las buenas costumbres, ni periódicos de índole política, y en todas las exposiciones a donde han ido sus productos, han merecido los más altos premios y en uno de esos certámenes industriales fueron declarados fuera de concurso¹⁸³.

Entre sus productos se destacaron por su mayor producción, los del campo educativo como útiles, textos y material didáctico¹⁸⁴. También cabe señalar que fue la empresa que más recetarios produjo a lo largo del periodo estudiado. Esta característica en la producción de manuales de cocina está muy acorde con la afirmación de la cita anterior, cuando se refiere a que fue una empresa que se caracterizó por no transgredir la moral y las buenas costumbres; pues este tipo de libros estaban destinados a facilitarle a las amas de casa en el rol de atender a su familia, principalmente en la preparación de las comidas. Por lo tanto, el bienestar

¹⁸⁰ Balvín, "Benigno A. Gutiérrez" 65.

¹⁸¹ Renán Silva, "Relación de imprentas y tipografías en Colombia, 1935", *Sociedad y Economía* 6 (2004) 160.

¹⁸² Esta revista también da cuenta del carácter pionero de la editorial, al destacar la introducción de equipos novedosos que en el arte tipográfico no habían llegado aún. Relata, además, los buenos resultados en su producción, lo que la condujo a abrir una librería, *Librería Bedout*, para vender la variedad de impresos producidos. *La ciudad: Medellín en el 5 cincuentenario* 86.

¹⁸³ *La ciudad* 86.

¹⁸⁴ *La ciudad* 86.

de la familia, repercute en el de la sociedad, asunto que preocupaba a los dirigentes de la época. De manera pues que, esta empresa, de alguna manera, ayudó a conservar esa moral y buenas costumbres.



Imagen 5. *El Plato criollo* (1949)

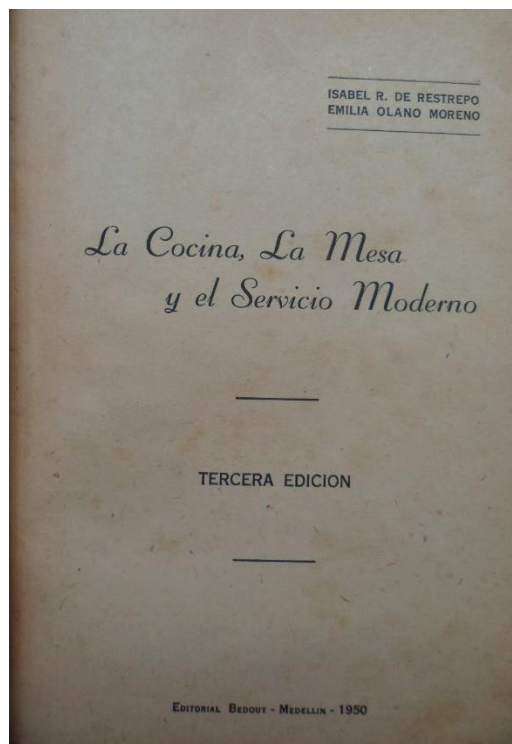


Imagen 6. *La cocina, la mesa y el servicio moderno* (1950)

Además de publicar el *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* de Elisa Hernández en todas sus ediciones, desde la primera en 1908, hasta la once en 1964¹⁸⁵, también lo hizo en 1949 con *El plato criollo*¹⁸⁶ de Lola Llano de Gallardo en su tercera edición (imagen 5) y de Yolanda Musella, *La cocina al gusto de todos*¹⁸⁷. En 1950 imprimió el tercer tiraje del ejemplar de Isabel R. de Restrepo junto con Emilia

¹⁸⁵ Esta referencia se hace a partir de las fuentes primarias disponibles para esta investigación.

¹⁸⁶ También realizó la cuarta edición de este libro en la década de 1960, no está definido el año exacto.

¹⁸⁷ No hay información sobre el número de la edición.

Olano, *La cocina, la mesa y el servicio moderno* (imagen 6). También elaboró la tercera publicación de *Mis secretos de cocina* de Margarita Toro de Gaviria en 1951. En 1954 nuevamente saca a circulación la décima tirada de la obra de Elisa Hernández. Por último, en 1964, saca la tercera impresión del *Manual del buen comer* de Mercedes E. de Recio y la once del *Manual práctico de cocina*.

Llama la atención que en las once ediciones del *Manual práctico de cocina* no haya habido modificaciones en el contenido. Al contrastar la primera publicación –la de 1908– con la de 1954, esto es, la décima edición, no se observaron cambios sustanciales, y los que hubo, no alteraron la estructura de su información, por ejemplo: el motivo de publicación de la obra y la introducción, en la cual se dan algunos consejos sobre el servicio de la mesa, menús, técnicas del procesamiento de algunos alimentos, qué utensilios utilizar, entre otros, no sufrieron mayores variaciones; incluso las recetas propuestas fueron prácticamente las mismas durante este lapso. Pareciera que para este recetario los tiempos no hubieran cambiado, pues los editores no consideraron las innovaciones para el sector culinario que se presentaron durante dicha época (electrodomésticos, alimentos precocidos como salsas, sopas en sobre, entre otros). En particular, el horno, que para este caso era de leña, se encuentra en la edición de 1908 la siguiente explicación de cómo encenderlo:

Para principiar a encender el horno se le pone poca leña, que esté bien seca, y se deja arder toda primero, para ponerle la otra enseguida; (...). Una vez que el cielo del horno esté colorado en todas sus partes y que no haya ninguna sombra, se le riegan las brasas para que calienten el suelo, (...). Mientras más lentamente se calienta el horno, mejor queda; (...)¹⁸⁸.

Estas mismas indicaciones también se encuentran en la edición de 1954. Igualmente, aparecen sin modificaciones en varias ediciones, las referencias del uso del horno

¹⁸⁸ Hernández XV.

cuando las recetas lo requerían. Con respecto a su temperatura se hablaba de: “horno tibio”, “horno templado”, “horno bien caliente”, “horno de calor medio”, entre muchas más; llamando la atención esta frase: “El horno debe estar en temple de pan francés”¹⁸⁹. Esto no deja de sorprender si se tiene en cuenta que, para el decenio de 1930, en la ciudad de Medellín ya se podían adquirir electrodomésticos, entre ellos, el horno, o “cocina eléctrica”, como los almacenes de ese tiempo lo denominaban en sus anuncios (imagen 7)¹⁹⁰. Con esto no se está afirmando que, con la llegada de los equipos eléctricos a la ciudad se dejara de usar los tradicionales de leña; solo que no se ajustó el texto a los cambios a lo largo de 46 años.



Imagen 7. Publicidad Almacenes Westinghouse

¹⁸⁹ Esta referencia se encontró en la octava edición, de la cual no se encontró fecha de impresión.

¹⁹⁰ Publicidad de Almacenes Westinghouse de Medellín, *El colombiano* (Medellín) 10 de junio de 1939: 3.

Una posible explicación para no adaptar este recetario a las transformaciones que ocurrían en la ciudad podría ser que en vista de la buena recepción que este trabajo experimentó entre algunos sectores de la sociedad medellinense, no se pensó en la necesidad de adecuarlo según las novedades y se continuó imprimiendo el texto sin modificarlo. También pudo deberse a que los derechos del libro fueron cedidos al hermano de Elisa Hernández, Antonio M. Hernández S., y a los editores, Félix de Bedout e hijos¹⁹¹. Igualmente, hay que agregar que la autora fue monja (no hay evidencia desde qué época), lo que pudo implicar un retiro prematuro de su entorno y finalmente, ella murió en Europa en 1936, según la prensa local¹⁹². De manera que la obra sobrevivió a su autora porque se siguió publicando durante 28 años luego de su muerte sin modificaciones sustanciales.

Al hablar de la producción local de recetarios, se debe señalar, que el texto de Elisa Hernández fue el único que circuló en Medellín por seis años, hasta que en 1915 se publicó un segundo trabajo de otra autora antioqueña, *Colección de recetas de cocina*, de Maraya Vélez de Sánchez (imagen 8). Igualmente, estas dos obras “reinaron” en los hogares medellinenses por aproximadamente once años –por lo menos en aquellos en que los solían usar–, hasta que en 1926 salieron al mercado dos más: *Cocina americana y europea*, también de Maraya Vélez de Sánchez (imagen 9) y *La cocina moderna colombiana* de Eugenia Ángel de Vélez. En los años siguientes, otras autoras antioqueñas continuaron esta labor y a mediados de la década de 1950 aparecen en la ciudad otros libros de cocina con motivos comerciales, los textos de las industrias alimenticias, de electrodomésticos y de utensilios en los que presentan recetas que incluyen sus productos con el fin de posicionarlos.

¹⁹¹ Esta información se encuentra en la primera página del ejemplar disponible inmediatamente posterior a la primera edición, la sexta. En ella se informa la propiedad del libro según escritura pública número 2480 del 03 de noviembre de 1923, otorgada ante el Notario primero de Medellín.

¹⁹² *El Colombiano* (Medellín) 02 de septiembre de 1936: 5.

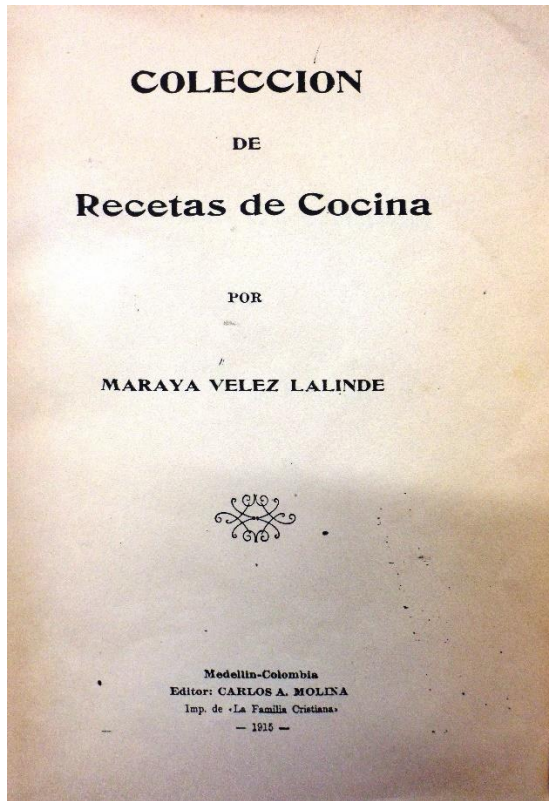


Imagen 8. Colección de recetas de cocina (1915)

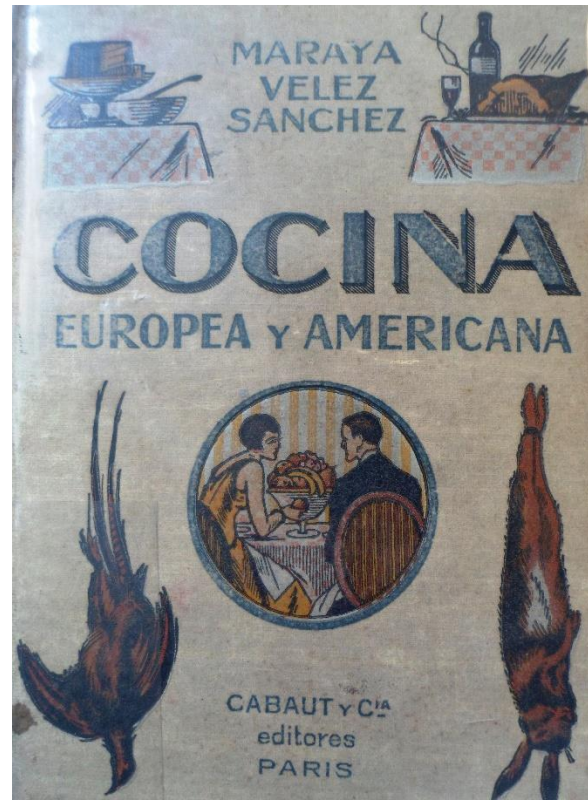


Imagen 9. Cocina europea y americana (1926)

2.7. Las autoras de los libros de cocina

La relación mujer/cuerpo en oposición a hombre/espíritu, que se ha hecho desde tiempos inmemoriales, sustenta la visión meramente biológica que muchas ideologías han tenido hacia el sexo femenino a lo largo de la historia: su cuerpo es débil y frágil y sólo tiene la capacidad de procrear; además, ella es un ser inferior y está dominada por los excesos y la irracionalidad. Por ello, la propensión “natural” de las mujeres al desenfreno se debía reprimir, así como también controlar su cuerpo. Estos “argumentos” justificaban una norma de silencio –en palabras de la historiadora María del Mar Graña–, impuesta por el sexo masculino desde la

Antigüedad; lo cual, desde entonces, las relegó al espacio doméstico y les demandó un comportamiento medido¹⁹³.

Por su “incapacidad” y su mutismo, la mujer no tenía la posibilidad de pronunciarse acerca de su situación, ni de disponer sobre su persona. Además, necesitaría de la guía y el apoyo del hombre cuando esta precisara desenvolverse en el mundo público, el espacio opuesto al de ella¹⁹⁴. Esta subordinación a la potestad del varón y el consecuente impedimento de su independencia, ha sido promulgada por los ideales de la Iglesia católica, la Revolución Francesa, el derecho romano, entre otros, a su vez, estos, han sido también el fundamento para establecer las normas en la reglamentación de la vida de la mujer; “ella ha sido definida y opinada por quienes han ejercido el control del Estado, de la familia y de la sociedad”¹⁹⁵. Un ejemplo de esto son los códigos civiles, en donde entre otras cosas, se regula la potestad marital. De esta manera, queda justificada la defensa de la posición inferior y la dependencia de la mujer con respecto al hombre¹⁹⁶.

Estas características antes descritas en un contexto europeo se trasladan a otros territorios y, para el caso colombiano, el Código Civil adoptado en 1887 ilustra la situación limitada del derecho privado de la mujer, específicamente, la casada, que es vista como incapaz de administrar o disponer de sus propios bienes y en la que se defiende la subordinación de esta a su marido. Se puede mencionar al menos dos artículos para ejemplificar lo anterior; el artículo número 176 indica que, “el marido debe protección a la mujer y la mujer le debe obediencia al marido”, y el 177 señala

¹⁹³ María del Mar Graña, “¿Leer con el alma y escribir con el cuerpo? Reflexiones sobre mujeres y cultura escrita”, *Historia de la cultura escrita. Del Próximo Oriente Antiguo a la sociedad informatizada*, coord. Antonio Castillo Gómez (Gijón: Ediciones Trea, S. L., 2001) 392.

¹⁹⁴ Graña 393; Magdala Velásquez, “Si tenemos derechos, pero... la condición jurídica y real de la mujer en Colombia” *Nueva Sociedad* 78 (1985): 10.

¹⁹⁵ Velásquez 10.

¹⁹⁶ María Virginia Gaviria y otros, “La incapacidad civil de la mujer casada en Colombia. Conceptos de la doctrina jurídica en Medellín 1887-1930”, *Estudios de Derecho* 70.156 (2013): 143.

que la “potestad marital es el conjunto de derechos que la ley le reconoce al marido sobre los bienes y la persona de la mujer”¹⁹⁷. Se debe indicar también que con el decreto 1003 de 1939, como signo de “pertenencia”, a la mujer casada se le impuso agregar el apellido de su esposo antecedido de la preposición: “de”¹⁹⁸.

Es importante señalar que esta subordinación antes descrita en términos de disposición de bienes se extendió a otros aspectos de la vida social entre hombres y mujeres¹⁹⁹. Escudándose en dicha inferioridad, a las mujeres se le negó el acceso a la educación media y superior, en cambio se les animaba a capacitarse en aquello que las prepararía para ser buenas esposas y madres. Fue a partir de la década de los treinta que se les permitió educarse profesionalmente²⁰⁰. Algunas estudiaron una profesión considerada femenina, como educación, un oficio aceptado socialmente, pues estaba estrechamente relacionada con la socialización del infante²⁰¹.

A principios del siglo XX, lo civil y religioso iban de la mano en la regulación del comportamiento en sociedad, regido por los principios cristianos que se manifestaban en la urbanidad, la cortesía y el civismo²⁰². En cuanto a la mujer, como ya se expresó, fue relegada al ámbito doméstico; la Iglesia, por su parte, definió un ideal de feminidad basado en el dogma de la inmaculada concepción en el que una mujer debía ser pura, bondadosa, abnegada y con capacidad de sacrificio como la virgen María²⁰³. “La mujer “buena” fue entronizada, entonces, como “reina del hogar” y se le asignó el papel de administradora, enfermera, ecónoma y educadora

¹⁹⁷ Gaviria y otros 145.

¹⁹⁸ Paloma Pérez Sastre, “Antología de escritoras antioqueñas, 1919-1950. Obra narrativa (Trabajo de investigación para optar al título de Magíster en Literatura, Universidad de Antioquia, 1998) 5.

¹⁹⁹ Sólo hasta 1974, con el Decreto 2820 y las sentencias de la Corte Constitucional con base en la Constitución de 1991, comienza a cambiar esta situación, al menos legalmente. Gaviria y otros 146.

²⁰⁰ Ana Catalina Reyes y María Claudia Saavedra, *Mujeres y trabajo en Antioquia durante el siglo XX. Formas de asociación y participación sindical* (Medellín: Ediciones Escuela Nacional Sindical, 2005) 14.

²⁰¹ Velásquez 3.

²⁰² Pérez 7.

²⁰³ Reyes y Saavedra 13.

de los hijos. Bajo su cargo quedaron la integridad moral del hogar y los discursos de la higiene”²⁰⁴; su misión era convertir su hogar en un espacio sagrado; en cuanto a su sexualidad, esta se ciñó a la reproducción solamente²⁰⁵. En Antioquia, donde la Iglesia tenía una fuerte influencia, se difundió este ideal de mujer que se consolidó a finales del siglo XIX y comienzos del XX²⁰⁶.

Este discurso sobre las mujeres, específicamente las casadas, continuaba a mediados del siglo XX. Un artículo de la revista *Letras y Encajes* reflejaba este pensamiento. En dicho texto se presentaban diversas “cualidades” de orden material que una buena ama de casa debía poseer, además de las que eran de orden moral y espiritual, aptitudes necesarias para el bienestar del hogar. De las cualidades materiales se ocupa este escrito, las cuales eran: amor al orden; amor a la actividad, entendida “por la limpieza más escrupulosa de la casa, por la regularidad en el servicio y por el orden”. El ama de casa también debía ser: económica, previsora, instruida, saber cocinar, educar y refinar sus sentimientos estéticos y cultivar sus aficiones favoritas, tener un carácter alegre y saber tratar y educar a los niños²⁰⁷.

El hogar, ese espacio doméstico/privado que le fue asignado a las mujeres, es donde desarrollaban sus principales responsabilidades. Ya fueran casadas o solteras, debían cuidar y atender a su familia. En el desarrollo de las labores habituales tales como la crianza de los hijos, la preparación de la comida y muchas actividades más, la oralidad es el medio usual de comunicación; el lenguaje que se usaba no es público, ni culto; es el lenguaje vernáculo, la lengua materna con el que la mujer instruye. Y si hay interés por la lectura, serán aquellos textos “edificantes los

²⁰⁴ Pérez 14.

²⁰⁵ Reyes y Saavedra 14.

²⁰⁶ Pérez 14.

²⁰⁷ Amparo Molina, “Cualidades fundamentales que debe poseer toda ama de casa”, *Letras y Encajes* (Medellín) enero de 1954: 3387-3393.

recomendados, libros que fomenten la virtud y la adecuación al modelo, es decir, verdaderos instrumentos de socialización femenina”²⁰⁸.

Para la sociedad medellinense, los impresos que promulgaban la moral como código eran los que se ajustaban a los principios cristianos y, por lo tanto, los que a las mujeres se les permitía leer. Estaban, por ejemplo, la revista *Letras y Encajes* o *La Familia Cristiana*²⁰⁹. La Iglesia, dice Renán Silva, era un importante “agente editorial”, porque dirigía directamente 38 imprentas a lo largo de varias regiones en Colombia y porque tenía una fuerte influencia en aquellas que pertenecían a miembros del partido conservador. Para Medellín estaban, por ejemplo: la Imprenta de la Diócesis de El Obispado²¹⁰ y La Familia Cristiana de El apostolado de oración²¹¹.

Distinto era el caso con relación a la escritura. En las sociedades patriarcales, este era un ámbito vetado a las mujeres, o era una actividad rigurosamente controlada; aquellas que se atrevieron a irrumpir en este campo, eran tildadas de transgresoras²¹², porque “la escritura sería la palabra pública por antonomasia”²¹³ y como lo explica María del Mar Graña, el ideal femenino, entre otras cosas, excluye la “palabra”. Para comienzos del siglo XX en Antioquia, que una mujer pretendiera ser escritora era una insolencia. Aun así, las que se decidieron enfrentaron muchas dificultades por transgredir esa “norma de silencio”. Paloma Pérez menciona a María Cano y María Eastman como ejemplos de esta situación, que, a su condición de mujeres, le agregaban la de artistas²¹⁴.

²⁰⁸ Graña 397 y 402.

²⁰⁹ Pérez 7 y 8.

²¹⁰ Silva 160.

²¹¹ El recetario de Maraya Vélez, *Colección de recetas de cocina* (1915), fue impreso por “La Familia Cristiana”.

²¹² Pérez 4; Graña 421.

²¹³ Graña 419.

²¹⁴ Pérez 4 y 19.

Una sociedad patriarcal, afirma María del Mar Graña, “no admite, en líneas generales, a la *mujer escritora* en su galería de representaciones femeninas o, al menos, es la suya una identidad de escritura no canónica, marginal, frente a la hegemónica masculina”²¹⁵. Joanna Russ señala que a lo largo de la historia se llevaron a cabo diferentes estrategias para “acabar con la escritura de las mujeres”²¹⁶. Ella menciona algunas practicadas en el siglo XIX y parte del XX²¹⁷.

Para comenzar, están las prohibiciones informales como la pobreza, el no acceso a materiales, el impedimento a la educación o la falta de tiempo porque las tareas del hogar lo copaban. Como segunda técnica está la negación de la autoría: “Puesto que las mujeres son incapaces de escribir, otra persona (un hombre) tendrá que haberlo hecho”²¹⁸. Una tercera fue la de contaminar la autoría, que se traduce en ridiculizar o calificar de indecente la obra; esto condujo al aumento del uso de pseudónimos masculinos entre las escritoras de la segunda mitad del siglo XIX, afirma Russ²¹⁹. Por último, ignorar los trabajos y a sus autoras fue la táctica más usada²²⁰. Las escritoras colombianas de comienzos del siglo XX, por ejemplo, fueron discriminadas por la crítica de entonces, pues veían su estilo “como signo de una carencia, la falta de lo masculino o loable”²²¹.

Las obras de las autoras colombianas de los primeros años del siglo XX se caracterizaron por plasmar el mundo de la domesticidad, de la casa y en particular de la cocina. Lo hacían de manera sencilla, utilizando el lenguaje de su región y el

²¹⁵ Graña 421.

²¹⁶ Joanna Russ, *Cómo acabar con la escritura de las mujeres* (Madrid: Dos Bigotes/Barret, 2018) 34.

²¹⁷ Graña también refiere prácticas a finales de la Edad Media que buscaban obstaculizar la publicación de escritos de mujeres; entre ellas, la acusación de plagio o la suplantación de la autoría, quejas por la falta de calidad o irrelevancia de los trabajos, y muchas más. Graña 394.

²¹⁸ Russ 57.

²¹⁹ Russ 69.

²²⁰ Russ 34.

²²¹ María Mercedes Jaramillo y otras, “Estudio preliminar y presentación”, *Literatura y diferencia. Escritoras colombianas del siglo XX*, Volumen 1, María Mercedes Jaramillo y otras eds. (Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1995) xxix.

de la familia²²². “Ellas crearon una estética teñida, traspasada, impregnada y sazónada con pisos brillantes, patios, geranios, azaleas, anturios, animales, niños, cunas, trabajo, llantos, desengaños, deseos y alegrías, pero no por eso elemental ni estática”²²³. Además, estos escritos también se caracterizaron por una actitud conservadora; un elogio del hogar, de la mujer sacrificada y casta; derivado esto de la ideología patriarcal y la Iglesia y que, al mismo tiempo, afianzaba estos modelos femeninos arraigados desde el siglo XIX²²⁴.

Aunque es paradójica esta situación, el que estas mujeres se atrevieran a hacer algo inusual a lo que se esperaba de ellas –escribir–, y en sus escritos, perpetúen el ideal femenino. Hay que señalar que no todas seguían estos cánones en sus trabajos. Independiente de su postura, se debe resaltar que finalmente, fueron mujeres excepcionales. Muchas de las que comenzaron a publicar en un comienzo, pertenecían a grupos sociales altos y además con poder²²⁵, cuyas familias tenían una tradición intelectual activa. Como se verá más adelante, este es el caso de Sofía Ospina de Navarro, una de las autoras de dos de los libros de cocina analizados para esta investigación.

En Medellín, según Paloma Pérez, “[entre las escritoras era] una constante la pertenencia a una clase social acomodada e ilustrada y la cercanía familiar con algún hombre de letras (...). Quienes no cumplen con estas características eran maestras y, por lo tanto, tenían acceso a los libros y a la cultura”²²⁶. Así pues, dicha condición les permitió comenzar en su tarea de escribir. De alguna manera su posición social les permitió solventar los rígidos controles y las prohibiciones a la escritura femenina²²⁷. No obstante, estos trabajos eran vistos por la crítica como carentes de “virilidad”, es

²²² Jaramillo y otras xxix; Pérez 18.

²²³ Pérez 17.

²²⁴ Jaramillo y otras xxx.

²²⁵ Graña 402.

²²⁶ Pérez 22.

²²⁷ Graña 402.

decir, les faltaba calidad y, por consiguiente, eran apreciados con comentarios caballerosos y superficiales, lo que ayudó aún más a la segregación de las autoras²²⁸.

Aunque no se puede generalizar entre el universo de escritoras de Antioquia al hablar de estas particularidades anteriormente expuestas, las autoras de los libros de cocina de la época de este estudio ilustran a la perfección lo anteriormente caracterizado, al menos las que han sido visibles en la historia antioqueña, pues sus escritos enfocados a cómo debe manejarse los asuntos domésticos, específicamente en la alimentación adecuada de la familia, encajan muy bien en los deseos que muchos dirigentes/líderes pretendían para las mujeres en esta ciudad.

2.7.1. Elisa Hernández Suárez

La autora del *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* pertenecía a una familia pudiente oriunda de Santa Rosa de Osos. Vivió durante varios años en Francia e Inglaterra en compañía de su hermano Antonio y regresó al país a principios del siglo XX²²⁹. Esta antioqueña murió en el año 1936 en España, lugar donde desarrollaba sus labores como religiosa en un convento de la ciudad de Manresa. Una nota del periódico *El Colombiano* de ese año, al reseñar su deceso, resalta sus prácticas como religiosa: la piedad, el estudio, la caridad y simpatía y refiere someramente su autoría al libro de cocina. Así lo dice uno de los apartes de esta noticia:

Ella escribió uno de los libros más conocidos “Manual de Cocina”, obra que anda en los hogares antioqueños como neta expresión de conocimiento. Pero fue como dama de altas virtudes cristianas como brilló más la notable desaparecida, poniendo en sus realizaciones el corazón y la mente, la abnegación y el esmero ejemplar de que era capaz²³⁰.

²²⁸ Jaramillo y otras xxix; Pérez 19.

²²⁹ Estrada, “De la arepa” 15.

²³⁰ *El Colombiano* (Medellín) 02 de septiembre de 1936: 5.

Esta cita evidencia la importancia que la sociedad de esa época les concedía a las virtudes que idealmente debía caracterizar a una mujer y a su vez, la intrascendencia de sus capacidades intelectuales, en este caso, como escritora. En contraste a esta opinión de las primeras décadas del siglo XX, hoy en día, Julián Estrada destaca de esta autora el legado de su conocimiento del mundo culinario, tanto del europeo como el de la cocina antioqueña, dice este investigador que “El trabajo de esta mujer, además de su calidad, es absolutamente meritorio por la cantidad y variedad de su contenido”²³¹. También la califica de “osada”²³² por atreverse a escribir y publicar un libro en un contexto social, en el que, tradicionalmente, a la mujer se destinaba a ocupaciones del hogar.

2.7.2. Sofía Ospina de Navarro

Doña Sofía Ospina de Navarro²³³, como así se refieren a ella en muchos textos, es la más célebre de las autoras que comprenden esta investigación. Para comenzar, se debe señalar que creció en un “ambiente familiar de gran dinamismo y conciencia política y social”²³⁴, pues su familia tuvo una gran trascendencia a nivel local y nacional en el ámbito económico²³⁵, político y académico. Un medio impreso de la época describe a Sofía Ospina como la “descendiente de una familia cuyos hechos ocupan la mitad de nuestra historia patria”²³⁶; por ejemplo, su abuelo Mariano

²³¹ Estrada, “De la arepa” 18.

²³² Estrada, “De la arepa” 18.

²³³ Nació en 1892 y murió en 1974. Otra fecha referenciada a su nacimiento es la del 15 de abril de 1893.

²³⁴ Mary G. Berg, “Sofía Ospina de Navarro: la voz de la abuela que cuenta”, *Literatura y diferencia. Escritoras colombianas del siglo XX*, Volumen 1, María Mercedes Jaramillo y otras eds. (Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1995) 56.

²³⁵ Catalina Reyes señala que su familia –padre y tíos–, poseían minas de oro en Antioquia y Chocó, fincas cafeteras y ganaderas en el suroeste antioqueño, una firma de ingeniería llamada “Ospina Hermanos”, importaban maquinaria agrícola y minera, controlaban el matadero de Medellín. También tenían inversiones en la Compañía Eléctrica de Bogotá, en el Ferrocarril de Amagá y en la junta administradora del Tranvía de Oriente. Poseían concesiones carboníferas en Zipaquirá, en las rentas de licores en el Cauca y Cundinamarca. Catalina Reyes, *Aspectos de la vida social y cotidiana de Medellín 1890-1930* (Bogotá: Colcultura, 1996) 60.

²³⁶ *El Colombiano* (Medellín) 13 de julio de 1943: 3.

Ospina Rodríguez, su tío Pedro Nel Ospina y su hermano Mariano Ospina Pérez fueron presidentes de Colombia.

Su padre, Tulio Ospina Vásquez, también fue escritor y entre las distintas actividades que realizó, se puede mencionar que fue fundador de la Escuela Normal de Minas y rector de la Universidad de Antioquia²³⁷. Mencionar la trascendencia de su familia es importante porque ello da cuenta de las condiciones que le permitieron a Sofía Ospina desarrollar su potencial como intelectual, como escritora y en su liderazgo de diversas causas sociales a lo largo de su vida.



Imagen 10. Sofía Ospina de Navarro²³⁸

Sofía Opina escribió ensayos, poemas, cuentos (adaptó algunos al teatro), crónicas y comentarios, sobre la vida doméstica y las costumbres de la región²³⁹. Medios impresos como *El Colombiano*, *El Espectador*, *Raza*, *Letras Universitarias*, *Progreso*²⁴⁰,

²³⁷ Berg 56.

²³⁸ <https://cdupb2013.wixsite.com/cfwof20thc/sofa-ospina-de-navarro>

²³⁹ Berg 58.

²⁴⁰ Fue el principal medio de comunicación de la Sociedad de Mejoras Públicas (organismo fundado en 1899

*Sábado, Letras y Encajes*²⁴¹, *Vida*, entre otros, publicaron sus escritos. Sobre la obra de esta autora, Julián Pérez señala que,

Doña Sofía Ospina de Navarro fue una escritora muy familiar y muy agradable, que trataba los temas con gran sencillez y que en no pocas ocasiones les imprimía un excelente humor. De una prodigiosa memoria, recordaba sin esfuerzo algunos pasajes, situaciones, hechos, triunfos y amarguras de su viejo Medellín²⁴².

También escribió libros sobre cocina, de urbanidad y de la vida cotidiana. Entre estos se encuentran: *La abuela cuenta*, *Don de gentes*, *Cartilla del hogar*, y, su obra más reconocida, *La buena mesa: sencillo y práctico libro de cocina*²⁴³. De estos tres últimos, Mary Berg señala que “son básicos para una definición de la cultura colombiana en el siglo XX. (...) presentan una filosofía persuasiva de cómo debe ser la sociedad familiar, antioqueña, colombiana, y universal”²⁴⁴. Con *La buena mesa*, Sofía Ospina dio a conocer su otra faceta “como experta en culinaria al describir recetas fáciles y hogareñas, muchas de tradiciones paisas y otras adaptadas a la cocina colombiana”²⁴⁵, aunque la autora ya era conocida en Medellín como maestra en la materia, debido a que sus recomendaciones ya circulaban entre las mujeres de la ciudad antes de la publicación del ejemplar²⁴⁶.

que se encargaba de la ejecución y administración de las obras públicas de la ciudad de Medellín). Desde sus comienzos fue vitrina comercial, espejo de la ciudad, foro de discusión y escuela de valores cívicos. En ella se publicaron colaboraciones de importantes hombres públicos, alcaldes, gobernadores, concejales y de particulares interesados en el desarrollo de la ciudad. Rodrigo García, *Cien años haciendo ciudad* (Medellín: Sociedad de Mejoras Públicas, 1999) 245.

²⁴¹ Ya se mencionó que fue una de las fundadoras y directoras de esta revista.

²⁴² Julián Pérez, “Mujeres de Antioquia: Sofía Ospina de Navarro”, *Repertorio histórico de la academia antioqueña de historia* XXXIII. 233 (1980): 124.

²⁴³ Publicado por primera vez en 1933 y para 1964 ya se había puesto en circulación la décima edición. En 1980 se publicó la edición 18ª con cien mil ejemplares. Berg 72.

²⁴⁴ Berg 69.

²⁴⁵ Diego Ospina, *Historia genealógica de las familias Ospina y Duque* (Bogotá: Panamericana Formas e Impresos, 2017) 170.

²⁴⁶ Berg 57.

Este texto ha sido la obra más significativa de Sofía Ospina. Actualmente el recetario se sigue consultando en algunos hogares para preparar platos sugeridos ahí, lo que indica que ha tenido una buena recepción entre el público interesado en el tema y, hasta el presente se siguen imprimiendo versiones actualizadas que todavía se pueden adquirir en librerías²⁴⁷, y es objeto de análisis entre expertos de la culinaria acerca de su influencia en las cocinas de hoy en día²⁴⁸. Según Fernando Arango, va por las 30 ediciones²⁴⁹. Sus saberes culinarios también circularon a nivel nacional. Durante dos años –1965 y 1966–, publicó sus recetas y consejos domésticos en una sección de la revista *Cromos* llamada “*Problemitas Hogareños...*” *Doña Sofía aconseja*.

Como escritora costumbrista, Sofía Ospina hizo parte de un grupo intelectual denominado *La Tertulia Literaria*. Era un colectivo de escritores y poetas formado en 1961. Algunos de los que lo integraban eran Gonzalo Restrepo, Manuel Mejía Vallejo, Rocío Vélez, Olga Elena Mattei, René Uribe Ferrer, Leonel Estrada, María Elena Uribe, Pilarica Alvear, Regina Mejía, entre otros²⁵⁰. Se reunían para hablar sobre literatura, también se exponían y comentaban las producciones de los integrantes, y además se comprometían a escribir un libro cada uno. De esta forma, cuenta la autora, escribió *La abuela cuenta*²⁵¹.

De sus comienzos como escritora, relata que comenzó cuando ya estaba casada, por allá en 1920, para participar en un concurso literario femenino que la Sociedad de Mejoras Publicas convocó. Se ganó el segundo puesto con un cuento llamado *Milagro*, pero quedó la sensación que había sido su padre Tulio Ospina quien lo

²⁴⁷ La edición de 2004 está disponible. <https://librerianacional.com/producto/43014> (Consultado: agosto 27 de 2021)

²⁴⁸ Cristina Calle, “La buena mesa, de Doña Sofía Ospina ¿vigente en las nuevas generaciones?” *El Colombiano*, 01 de julio de 2018. <https://www.elcolombiano.com/tendencias/la-buena-mesa-el-legado-de-dona-sofia-ospina-DG8923522>

²⁴⁹ Fernando Arango, “El cerdo en la gastronomía antioqueña”, *Revista Lasallista de investigación* 4.1 (2007): 65. En la bibliografía de este artículo se referencia la edición 13 de 2005 de *La buena mesa*.

²⁵⁰ Ana María Cano, *Entrevistas* (Medellín: Editorial Lealon, 1985) 159; Jaramillo y otras xxxv.

²⁵¹ Lucy Nieto, “Una escritora popular. Doña Sofía Ospina de Navarro” *Cromos* (Bogotá) 30 de marzo de 1964: 25.

había escrito según lo expresa la autora. El hecho de negar que una mujer haya escrito algo, es, según Joanna Russ, una de las tácticas de una sociedad patriarcal para obstaculizar la escritura de las mujeres. Esta negación de la autoría se deriva de la idea de que una mujer es incapaz de escribir, entonces, otra persona, un hombre, fue el que lo hizo²⁵²; en este caso, se le atribuyó al padre de la señora Sofía Ospina.

Estaba tan arraigada la idea de la inferioridad de la mujer frente al hombre en la época en cuestión, que esta situación no molestó a la autora, le pareció algo normal. Dicho episodio la alentó a continuar con la carrera que había comenzado, quizás para demostrarle a su entorno de sus capacidades literarias. Esto dijo en entrevista a la revista *Cromos*:

La desconfianza fue tan natural que no alcanzó a ofenderme, pero si me incitó a la reincidencia. Me olvidé de que vivía en una época de prejuicios y que la mujer que escribía para el público ponía en entredicho su feminidad y perdía simpatías entre el sexo contrario. A los hombres de entonces –según me decía un respetable amigo– les gustaban más las mujeres que escribían vinagre con b larga y chillaban de miedo a la vista de una cucaracha²⁵³.

Aunque fue real la situación que una mujer no era bien vista si se dedicaba a actividades que no estaban acordes al rol aceptado por la sociedad, no hay que olvidar que Sofía Ospina fue una persona privilegiada: pertenecía a una familia influyente en la sociedad, entonces, es posible que esto haya podido facilitar su ingreso al mundo culto. Asimismo, y a pesar del pensamiento de la época acerca de la subordinación de la mujer frente a su cónyuge, contó con el apoyo de un esposo comprensivo que le permitió desarrollar sus intereses literarios. Entonces, de alguna forma tuvo unas condiciones que posibilitaron su carrera profesional en el medio

²⁵² Russ 57.

²⁵³ Nieto 24

intelectual. Además, era adinerada, por lo tanto, pudo delegar algunas de sus funciones como ama de casa con personal de servicio; esto dijo referente a su entusiasmo para comenzar a escribir: “Caí en la tentación, solté el tetero y cogí la pluma”²⁵⁴. De manera pues, que Sofía Ospina pudo ocuparse prácticamente tiempo completo a sus tareas como autora, “Escribo en la cama, en el comedor, en la sala, donde me coja la gana”²⁵⁵, afirmaba en entrevista al diario *El Colombiano*.

Como se vio en párrafos anteriores, esta autora padeció en sus inicios discriminación de su trabajo, como contraste, su solvencia económica le permitió resolver otros tipos de prohibiciones que otras mujeres escritoras han enfrentado: la pobreza y la falta de tiempo²⁵⁶, que, de acuerdo con Russ, “son frenos realmente potentes en el arte”²⁵⁷. Lo contrario ocurrió con Sofía Ospina, no estaba obligada a trabajar para sobrevivir, y además las labores de su hogar, las realizaba el servicio doméstico.

Igualmente, su posición social le permitió rodearse de personas que muy posiblemente estimularon su carrera. Entre sus amistades estaban personajes ilustres como el escritor Tomás Carrasquilla quien influyó poderosamente en ella. Así se lo expresó el escritor a Sofía Ospina sobre su carrera²⁵⁸:

Posee usted, señora mía, dotes especiales para labores literarias: el cuento, con ser un género muy difícil, lo domina usted con garbo y maestría. Agarra el asunto por el lado culminante y significativo, en un dos por tres, lo trata y ventila y el concepto le resulta categórico y definitivo; a esa facultad de síntesis, tan primordial en todo escrito, agrega usted don de observación, espíritu de fidelidad, sutileza, agilidad, travesura y ciertas gotitas de una burla tan

²⁵⁴ Nieto 24.

²⁵⁵ *El Colombiano* (Medellín) 13 de julio de 1943: 3.

²⁵⁶ Estos dos factores también afectan a los hombres, no solo a las mujeres.

²⁵⁷ Russ 36.

²⁵⁸ También el reconocido escritor Fernando González e igualmente Luis Cano, le expresaron sus buenos comentarios acerca de su trabajo literario. Este último, la consideraba heredera del estilo e ingenio de Tomás Carrasquilla. Pérez “Mujeres de Antioquia” 127.

justificada como saludable. En lo que llaman “estilo” que no es otra cosa que la misma personalidad, el propio temperamento de la artista, se muestra usted escritora de pura cepa; se muestra “un caso”, que es lo que se le pide al autor. Bien sabe usted que la sencillez y la naturalidad constituyen verdadera elegancia. De ahí su manera tan espontánea, tan discreta, tan apropiada al tema y al paisaje²⁵⁹.

Además de sus ocupaciones como escritora, Sofía Ospina también colaboraba en varias obras sociales y cívicas, perteneció a muchas juntas y según el artículo: “Una escritora popular. Doña Sofía Ospina de Navarro”, publicado en marzo de 1964 en la revista *Cromos*, fue concejal de Antioquia²⁶⁰. Fundó y presidió varias instituciones benéficas de la ciudad, entre ellas estaban: la Clínica Noel, la Sociedad benéfica de Santa Ana, el Centro Femenino de Estudios, asimismo fue una de las fundadoras de la Asociación Universitaria Audea y ayudó a jóvenes a educarse, especialmente mujeres²⁶¹. También fue presidenta del cuadro de honor de la Sociedad de Mejoras Públicas y directora de la revista *Letras y Encajes*. Ofrecía conferencias en centros literarios, en clubes sociales y en organizaciones religiosas en las que “se le escuchaba con respeto, con admiración y especialmente con gusto. Se prodigaba (...) en anécdotas, en leyendas, en viejas historias”²⁶². Incluso, en las reuniones sociales era el centro de atención en las que contaba sus experiencias de manera sensata y original cargadas de sabiduría y humor²⁶³.

Quienes escriben sobre Sofía Ospina concuerdan en que poseía muchas cualidades: entre ellas, era una mujer abierta, franca, con calidad humana, talentosa, sin

²⁵⁹ Pérez “Mujeres de Antioquia” 126.

²⁶⁰ Nieto 27.

²⁶¹ Berg 57 y 59.

²⁶² Pérez “Mujeres de Antioquia” 126.

²⁶³ “Notas de la redacción”, *Colombia ilustrada. La revista de Coltejer al servicio de la cultura colombiana* (Medellín) Mayo a agosto de 1974: 3; Pérez 126; Cano “Entrevistas” 149.

pretensiones y, sobre todo, el humor es lo que más la caracterizó²⁶⁴. Fue muy popular en su época, considerada como una institución en Medellín por algunos; muchos la conocían, la querían y la admiraban, señala Lucy Nieto en su artículo sobre esta escritora en la revista *Cromos* (marzo, 1964)²⁶⁵. Quizás por ello, el Gobierno Departamental la declaró en 1961 “Matrona Emblemática de Antioquia”²⁶⁶; este título, según Nieto, la exalta “como la mujer que conjuga en sí toda la gracia, la inteligencia, la bondad, la fortaleza, de la antioqueña”²⁶⁷. La revista *Colombia ilustrada*, luego de su muerte, extiende este reconocimiento más allá de la región antioqueña y lo lleva a nivel nacional. Para esta publicación,

Doña Sofía Ospina de Navarro configuró la matrona colombiana que no es solo la mujer eminente, abrumada de virtudes y merecimientos, sino también la intérprete de los modos peculiares de ser gente de un país o de una región con historia y destino espiritual, o sea la dama preclara que siente intensamente la patria y da a las costumbres y a los usos de la sociedad en que le ha correspondido vivir, el encanto de lo tradicional, dentro de lo auténtico, y el prestigio de lo ejemplar, dentro de la naturalidad de las buenas calidades humanas²⁶⁸.

Entre otros reconocimientos y condecoraciones por su labor que esta autora recibió, están: “Estrella de Antioquia”, “Orden del Arriero”, la medalla al “Mérito Conservador” y, la “Cruz de Boyacá”²⁶⁹.

De lo relatado aquí sobre Sofía Ospina, los múltiples formatos de sus escritos, los diversos medios en los que publicó, los numerosos reconocimientos y galardones,

²⁶⁴ Cano, Nieto, Pérez, revista *Colombia ilustrada*.

²⁶⁵ Nieto 24.

²⁶⁶ Pérez “Mujeres de Antioquia” 124.

²⁶⁷ Nieto 25.

²⁶⁸ *Colombia ilustrada* 3.

²⁶⁹ Ospina, *Historia genealógica* 170.

los diferentes cargos y ocupaciones, se puede afirmar que esta mujer se ganó un lugar propio en la sociedad colombiana, de tal modo que como afirma el periódico *El Colombiano*, ella “perpetúa y prolonga el prestigio de su ilustre apellido”²⁷⁰.

2.7.3. Maraya Vélez de Sánchez

Nació en Medellín en 1880 y murió en Roma en 1939. Se graduó en la academia de cocina *Cordon Bleu* de París. Es la más prolífica de las autoras de esta investigación, pues escribió seis recetarios²⁷¹. El primero, *Colección de recetas de cocina* fue publicado en Medellín en 1915 por la imprenta La Familia Cristiana, tenía 35 años cuando publicó esta obra. Su siguiente trabajo fue *Cocina europea y americana*, con dos ediciones, la primera en 1926 y la segunda en 1930. Este, y sus posteriores obras, los produjo una empresa francesa con sede en París llamada Cabaut y Cía. Los otros textos fueron: *Cocktails, bebidas heladas, ponches de todas clases* (1927); *Platos, postres, licores de bananas: 637 recetas culinarias a base de banana* (1931) y finalmente, *Postres y pastelería de la cocina europea y americana* (s.f.). En 1960 se publicó *1113 recetas inéditas de tomates* con ella como autora. Dado que Maraya Vélez de Sánchez murió en 1939, queda preguntar quién elaboró la recolección de estas recetas, porque el ejemplar no lo informa, solo declara que la edición la realizó Balmore Álvarez y fue impreso por la tipografía Icolven.

Sin encontrar más información sobre esta autora, a partir de lo poco que se ha encontrado, se puede inferir que pertenecía a una familia acaudalada, pues estudió en Europa y, además, la mayoría de sus obras fueron impresas en ese continente. Maraya Vélez de Sánchez poseía un gran conocimiento culinario. Se afirma esto, porque, como ya se dijo, fue de entre las escritoras del presente estudio, la que publicó seis diferentes libros de cocina. Las otras –de acuerdo con los registros

²⁷⁰ *El Colombiano* (Medellín) 13 de julio de 1943: 3.

²⁷¹ Se da este número de libros de acuerdo con lo encontrado.

encontrados-, escribieron solo un texto; una excepción es Sofía Ospina quien publicó dos escritos de este género.



Imagen 11. Maraya Vélez de Sánchez²⁷²

Del vasto saber e inventiva de la autora, da cuenta su trabajo, *1113 recetas inéditas de tomates*. Sorprende el hecho de que haya presentado más de mil en la que el tomate está presente en cada uno de los platos que contiene este recetario. También en *Colección de recetas de cocina* se puede deducir su amplia experiencia culinaria, pues en el prólogo declara que “se han suprimido las que son iguales a las de los dos tomos del Manual Práctico de Cocina por la señorita doña Elisa Hernández S., y las que presentarían dificultades para ejecutarse aquí”; entonces las 2.862 recetas de su texto son nuevas, y posiblemente tenía más sin publicar, pues promete imprimir recetas inéditas en un futuro tiraje: “Si este libro mereciere la aprobación del público,

²⁷² Foto tomada de *1113 recetas inéditas de tomates* (1960).

a quien se le presenta como un ensayo, puede aumentarse con otras recetas en una segunda edición, o publicarse de estas en folleto las relativas a comidas especiales”.

En su segunda obra, *Cocina europea y americana*, también son recetas originales, según se informa en el documento, excepto unas pocas que requirieron unas mejoras de su primer trabajo. Aparte de sus obras publicadas también dejó a su muerte, otras inéditas. Según se encontró en la contraportada de *1113 recetas inéditas de tomates*, sus herederos planeaban imprimir una serie de libros de recetas, cada uno especializado en productos como arroz, coco, maíz y naranja.

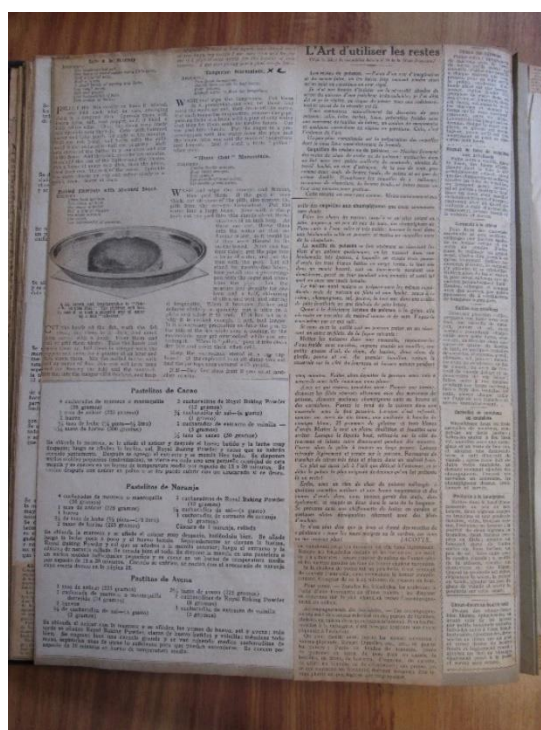


Imagen 12. Libro de recortes de revistas de Maraya Vélez de Sánchez

Otro dato que indica su erudición en el ámbito de la comida es su biblioteca, la cual constaba de 500 ejemplares, todos de cocina de distintos lugares del mundo:

Alemania, Holanda, Francia, Estados Unidos, Italia. Además de estos impresos, se pueden encontrar diecisiete libros –voluminosos, hay que resaltar– de recortes en los que la autora recolectó recetas de revistas y periódicos de origen extranjero, en gran parte están en idioma inglés y francés; unas pocas están en español (imagen 12). Este archivo fue donado por su hija en la década de 1950, a la entonces Universidad Femenina, hoy, Colegio Mayor de Antioquia²⁷³. De acuerdo con el origen de los textos, se puede afirmar que Maraya Vélez de Sánchez conocía diferentes idiomas. En resumidas cuentas, era una lectora voraz de escritos culinarios.

A partir de la información antes mencionada sobre Maraya Vélez, esto es, la cantidad de libros de cocina que publicó, su biblioteca, también los numerosos libros de recortes de recetas, su formación académica en culinaria, entre otros, cabe señalar que no hay duda de que ella trabajó a lo largo de su vida para construir un capital culinario. *Culinary capital* es una idea derivada del término “capital simbólico” de Pierre Bourdieu, que Peter Naccarato y Kathleen LeBesco han adaptado para abordar el tema de las prácticas alimentarias como un medio para acceder a beneficios en el ámbito social²⁷⁴. Para Bourdieu, ciertas prácticas sociales conducen a la obtención de capital económico, social, cultural y simbólico, lo que puede resultar en estatus y poder dentro de sus sistemas sociales²⁷⁵.

De esta manera, Maraya Vélez, al demostrar su erudición en el ámbito de la cocina, enfatizando en sus obras sus muchos años de experiencia, tal vez buscaba construir su identidad como escritora y como autoridad en el campo culinario, y al mismo tiempo, ser respetada en su medio. Una de estas prácticas de la autora para adquirir

²⁷³ *El Colombiano* (Medellín) 16 de febrero de 1951: 4.

²⁷⁴ María Paz Moreno, “Beyond the Recipes. Authorship, Text, and Context in Canonical Spanish Cookbooks”, *Food, Texts, and Cultures in Latin America and Spain*, eds. Rafael Climent-Espino y Ana M. Gómez-Bravo (Nashville: Vanderbilt University Press, 2020) 205.

²⁷⁵ Citado en: Moreno 205.

este tipo de prestigio, se puede evidenciar en las declaraciones del prólogo de su obra *Colección de recetas de cocina* (1915) con respecto a la obra de Elisa Hernández. Allí, Maraya Vélez enfatiza su conocimiento al declarar que su recetario no contiene recetas parecidas a las del *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908); se puede inferir entonces una especie de rivalidad de quién puede poseer un mayor capital culinario o un reclamo de originalidad.

2.7.4. Eugenia Ángel de Vélez

Autora de *La cocina moderna colombiana*, publicado en 1926. Fue presidenta del cuadro de honor de la Sociedad de Mejoras Públicas, organismo fundado en 1899 que se encargaba de la ejecución y administración de las obras públicas de la ciudad de Medellín. Para delegar algunas de sus funciones, debido al intenso trabajo que demandaban las múltiples obras que administraba y emprendía esta organización, se creó el cuadro de honor en el año 1915. Se componía por una comunidad de mujeres “elegidas entre el grupo numeroso de damas sobresalientes de la ciudad que se han distinguido como ejemplos de civismo”²⁷⁶.

Otras damas que integraron este cuadro de honor y que escribieron libros de cocina eran Sofía Ospina de Navarro, Blasina Botero y Emilia Olano Moreno. Entre sus funciones estaba la del área del civismo y la organización de fiestas de caridad, colectas en pro de los damnificados por desgracias en otras ciudades del país, construcción de clínicas de maternidad, manifestaciones y desfiles cívicos, embellecimiento de las calles y plazas del municipio, también la celebración del día de las madres²⁷⁷. Más tarde, este grupo alcanzó cierta autonomía, que, en coordinación con la junta directiva de la organización, emprendieron obras de gran

²⁷⁶ “El Cuadro de Honor de la Sociedad de Mejoras Públicas Municipales”, *Raza* 4.21 (1948): 11.

²⁷⁷ <http://www.smp-medellin.org/nuestrahistoria.html>; “El cuadro de Honor” 11.

importancia como: la Clínica Luz Castro de Gutiérrez, el Museo de Zea, el Teatro Pablo Tobón Uribe, la Biblioteca Pública Piloto, el Zoológico Santa Fe, entre otras²⁷⁸.



Imagen 13. Eugenia Ángel de Vélez²⁷⁹

Eugenia Ángel creía en el importante papel de la mujer en la consecución eficaz de los intereses del progreso de Antioquia, esto es, el bienestar social de los antioqueños. Para ella era esencial “mirar la causa del progreso como sagrada y velar por ella como si se tratara de nuestro propio ser”²⁸⁰ y por ello, trabajó en procura de dicho objetivo. Viajó a Europa y allí buscó ideas nuevas para replicar en la ciudad. En Roma indagó en escuelas, orfanatos, conservatorios y toda clase de centros culturales en donde buscaba inspiración y experiencia, como, por ejemplo: “La beca para el joven compatriota que sobresale en música, pintura o escultura; el novísimo método correccional para la discolía (sic) infantil; el mejor sistema de arborización y de floricultivo; la manera más propia para decorar calles y plazas”²⁸¹.

²⁷⁸ García *Cien años* 311.

²⁷⁹ Tomada de Revista *La Ciudad* (Medellín) diciembre 1955: 6.

²⁸⁰ Eugenia Ángel de Vélez, “Mensaje de la Presidenta de las Damas de Honor”, *Progreso* (Medellín) Marzo-Abril de 1951: 2.

²⁸¹ Alonso Uribe Misas, “Imposición de la medalla del civismo: Correspondiente al año de 1951”, *Progreso* (Medellín) marzo de 1952: 14.

A su regreso a la ciudad de Medellín, Eugenia Ángel de Vélez se consagró de lleno al civismo y a trabajar en resolver las principales necesidades que ella percibió: el aseo, “fundamento de estética y salud”, en palabras de la autora²⁸². También se dedicó a trabajar en el urbanismo de la ciudad; por ejemplo, defendió y aumentó la arborización del Paseo de La Playa e igualmente trabajó por conservar las ceibas del Parque de Bolívar²⁸³. Tenía la visión de Medellín como la ciudad de las flores, por ello, señalaba: “ha sido empeño tenaz mío convertir a Avenida LA PLAYA en AVENIDA JARDÍN, con discretas bancas de granito guarnecidas por enredaderas en las que se entremezclan las flores, y orquídeas sembradas de los añosos árboles”²⁸⁴. Como miembro del cuadro de honor, Eugenia Ángel profesaba el culto del hogar y de Dios, en el que la mujer era el factor absoluto para el éxito o el fracaso de un hogar, y en el que “el espíritu de Dios” debe estar presente; declaraba ella que,

La vida está en el hogar, que es el fruto del amor; hacer amable la vida es hacer amable el hogar, hacerlo inmensamente grato. ¿Cómo? Allí está la gracia femenina para que responda: gran sabiduría que sólo puede dar el corazón de la mujer. El éxito del hogar depende totalmente de la mujer, porque ella es allí soberana en gracia del amor. Una mujer puede hacer insoportable un hogar; y sólo una mujer la felicidad de un hogar. La mujer lleva en sí el secreto de la más alta responsabilidad; (...). Es que, además, la mujer está más cerca de Dios, y por eso es tan importante su corazón en el hogar. Yo diría que la misión de la mujer es mantener el espíritu de Dios en el hogar. El hogar donde la mujer hace amable la vida, seguramente está presidido por Dios. La mejor contribución de la mujer al civismo, consiste en hacer amable la vida y en sostener siempre viva la llama de su corazón como una lámpara de amor en el altar de Dios²⁸⁵.

²⁸² Ángel, “Mensaje” 2.

²⁸³ Uribe 14.

²⁸⁴ Ángel “Mensaje” 3.

²⁸⁵ Ángel “Mensaje” 5.

Para Eugenia Ángel de Vélez, entonces, la contribución de la mujer a la sociedad es la de mantener un hogar feliz y tener siempre presente a Dios en dicha labor.

2.7.5. Alicia Merizalde de Echavarría

Esta autora publicó en 1938, *Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar*. Fundadora y directora de la revista *Letras y Encajes*. Entre marzo de 1929 y mayo de 1930 estuvo a cargo de la sección de cocina de esta revista. Alicia Merizalde era una mujer de la elite medellinense, nació en Medellín, pero años más tarde su familia se trasladó a Bogotá. Allí fue educada por profesores particulares y posteriormente en colegio particular. Su formación, de acuerdo con los deseos de su padre, sería “hacerla una mujer completa (...) donde conoció en todos sus secretos la magia de la tijera, la aguja y el dedal, con los cuales complementó su cultura general y sus conocimientos de idiomas y de música, pues era el piano su mejor afición”²⁸⁶.

Su esposo, Ramón Echavarría Misas²⁸⁷, fundador de la Universidad Pontificia Bolivariana²⁸⁸, perteneció a una familia de filántropos e industriales de la ciudad. Los Echavarría estuvieron vinculados al proceso de establecimiento de los servicios públicos de Medellín y también participaron en las empresas de energía y teléfonos de esta localidad²⁸⁹. El padre de esta familia, Alejandro Echavarría Isaza, fundó varias empresas, entre ellas, la Compañía Colombiana de Tejidos S.A “COLTEJER” y el Hospital Universitario San Vicente de Paúl. En este hospital la autora llevó a cabo actividades para recaudar dinero, como bazares, fiestas, rifas, piñatas, costureros; la fundación de la revista *Letras y Encajes* tuvo el propósito inicial de contribuir con sus ganancias al fondo de ayuda para este hospital.²⁹⁰ En uno de sus

²⁸⁶ “Doña Alicia Merizalde de Echavarría” *Letras y Encajes* (Medellín) octubre de 1954: 3.750.

²⁸⁷ Cuartas “Prólogo” 19.

²⁸⁸ Restrepo, “Mujeres, prensa escrita” 44.

²⁸⁹ Reyes, *Aspectos de la vida social* 61.

²⁹⁰ “Doña Alicia Merizalde de Echavarría” 3.751.

números, esta revista realizó una semblanza de la autora, de la cual se extracta el siguiente párrafo donde se destacan algunas de sus actividades:

No ha sido sólo en el campo del entusiasmo, del dinamismo y de la caridad donde su obra es pródiga; como intelectual y como artista, doña Alicia descolló; tocaba magistralmente el piano, era una artista de la tijera, escribió un libro de cocina, y dio muestras de un gran talento al escribir su obra “Retazos de mi vida” que fue laureada en un concurso de literatura y llevada a la escena en el Teatro Bolívar²⁹¹.

2.7.6. Zaida Restrepo de Restrepo

Nació en 1924 y murió en 2011. Autora del *Nuevo manual de cocina*, cuya primera edición fue de 1957 y constó de 3.000 ejemplares. Este trabajo tuvo otras 7 ediciones: la segunda en 1960 y la tercera en 1967 con 6.000 copias y la cuarta en 1972 con 3.000. Se imprimieron 10.000 en cada una de las tres ediciones siguientes, la quinta en 1986, la sexta en 1993 y la séptima en 2003. En 2013 se reimprimió la séptima edición, revisada y actualizada por las hijas de esta autora²⁹².

Los conocimientos en culinaria de Zaida Restrepo, dicen sus hijas, los comenzó a adquirir en su infancia cuando prefería permanecer en la cocina en vez de jugar con muñecas. En aquel espacio, “entre ollas y cucharas”, y en medio de las actividades de la elaboración de las comidas, participaba de las charlas, del intercambio de recetas y técnicas de preparación que se daban entre su madre, sus tías y las empleadas del servicio doméstico.

²⁹¹ “Doña Alicia Merizalde de Echavarría” 3.753.

²⁹² Cecilia Restrepo y Ángela María Restrepo, *Manual de cocina de Zaida Restrepo* (Medellín: I. Vieco e Hijos, 2013).



Imagen 14. Zaida Restrepo de Restrepo²⁹³

Luego, en su juventud, ingresó al Gimnasio Cayzedo y como preparación para ser ama de casa (se casó a los 18 años), tomó el curso “Orientación Práctica y Social” con énfasis en culinaria. Esta autora decidió publicar sus conocimientos cuando otras mujeres le preguntaban frecuentemente en el mercado sobre cómo preparar comida con los alimentos que ella compraba²⁹⁴. Seguramente algunos de esos ingredientes no eran lo que convencionalmente las otras amas de casa adquirirían y por eso despertó la curiosidad de ellas. De esta manera, declaran sus hijas, “se dio cuenta de la necesidad de comunicar sus conocimientos culinarios de la manera más práctica y sencilla”²⁹⁵.

2.7.7. Emilia Olano Moreno

Escribió junto a Isabel R. de Restrepo, *La cocina, la mesa y el servicio moderno*, obra de la que, en la primera mitad del siglo XX, se realizaron tres ediciones. Emilia Olano colaboró en la sección de cocina de la revista *Letras y Encajes*. También hizo parte del

²⁹³ Foto tomada de *Manual de cocina de Zaida Restrepo* (2013).

²⁹⁴ Restrepo y Restrepo (contraportada).

²⁹⁵ Restrepo y Restrepo (contraportada).

cuadro de honor de la Sociedad de Mejoras Públicas. Perteneció a una familia acaudalada e influyente de la ciudad de Medellín, pues su padre fue el reconocido empresario Ricardo Olano Estrada, quien tuvo un protagonismo en la sociedad medellinense y su transformación a comienzos del siglo XX. Además de fundar varias empresas, el señor Olano se destacó como planificador urbano; también fue concejal, presidente de la Sociedad de Mejoras Públicas y de la Cámara de Comercio de Medellín y dirigió la revista *Progreso*²⁹⁶.

2.7.8. Blasina Botero de Isaza

Autora del libro *De la cocina a la mesa* publicado en 1941. Entre las actividades sociales que ejerció, estaban la presidencia de la Institución caritativa del Club Noel, y fue presidenta del cuadro de honor de la Sociedad de Mejoras Públicas en el año 1922²⁹⁷.

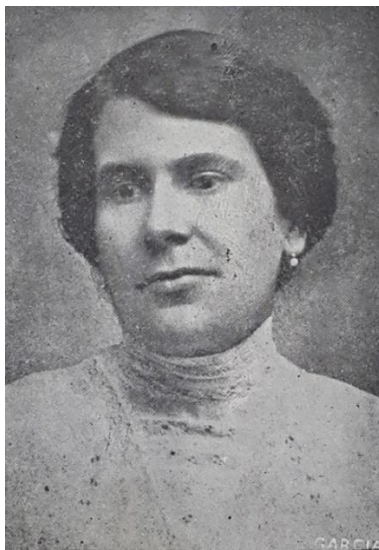


Imagen 15. Blasina Botero de Isaza²⁹⁸

²⁹⁶ <https://www.camaramedellin.com.co/cultura-camara/100-empresarios/ricardo-olano-estrada>

²⁹⁷ Revista *Sábado* (Medellín) 11 de marzo de 1922: 431.

²⁹⁸ Tomada de Revista *Sábado* (Medellín) 11 de marzo de 1922: 431.

2.7.9. Cristóbal Villegas M.



Imagen 16. Cristóbal Villegas M.

Es el único hombre entre el conjunto de autoras de los libros de cocina que se produjeron en Medellín en la época en cuestión. Según información encontrada en su obra, *El cocinero colombiano* (1930), fue “Profesor en labores domésticas y Diplomado en la Feria exposición nacional de Manizales”²⁹⁹. Igualmente se halló que fue propietario de la “Escuela de Cocina Práctica”, en la que también enseñaba. Otro aspecto inusual de este trabajo, además de ser el único de autoría masculina, es su título. A qué se referirá el autor con “cocinero colombiano”, ¿Que está dirigido a los hombres? O ¿se refiere al texto con ese adjetivo? pues en el prefacio no apunta a la mujer específicamente, sino que, afirma que dicho texto está dirigido a ambos sexos en la enseñanza de la cocina, un ramo importante del saber humano y tan deficiente en el país. Adicionalmente, se encontró un interés en cuanto a los destinos de la nación, porque se encontraron referencias con relación al comercio, la industria, el trabajo, el progreso y también porque enfatizó en la importancia de educar a la generación de entonces, lo que se traduciría en alimentarla y nutrirla, porque ella era “exponente del vigor y pujanza de la raza”³⁰⁰.

²⁹⁹ Cristóbal Villegas, *El cocinero colombiano* (Medellín: Tipografía Olympia, 1930)

³⁰⁰ Villegas 2.

¿Cuáles fueron las razones que motivaron a estas autoras para decidirse a publicar, en este caso, saberes culinarios, si se debe tener en cuenta que vivían en una sociedad que restringía y/o controlaba rigurosamente la escritura femenina? María del Mar Graña señala que para que esto suceda, “supone activar toda una serie de complejos mecanismos que interactúan en la vida de las mujeres y que desvelan un conjunto de comportamientos sociales y situaciones históricas concretas”³⁰¹.

Por una parte, el factor común de las autoras anteriormente referidas fue el de pertenecer a familias de la elite medellinense. Los parientes de algunas de ellas fueron personajes influyentes en la región; ya sea como empresarios, políticos o académicos, estuvieron involucrados con los procesos de modernización y con los ideales del progreso de la ciudad. Además, algunas de estas mujeres ejercieron cargos en instituciones también relacionadas con lo que tiene que ver en el desarrollo urbano, actividades culturales y trabajo con las comunidades como lo fue el cuadro de honor de la Sociedad de Mejoras Públicas o la revista *Letras y Encajes*.

De manera pues, que aun viviendo en una sociedad que no permitía que el sexo femenino se “desviara” de su destino, porque su palabra pública “no deja de ser una transgresión de la femineidad oficial y del orden establecido”³⁰², las vidas de estas damas se desarrollaron en un entorno que de una u otra manera les permitió desplegar su faceta de escritoras. Por otra parte, a pesar de los vetos a que publicaran, el tipo de literatura al que estas mujeres se dedicaron, no reñía en absoluto con los modelos que la sociedad patriarcal del momento quería perpetuar, el de una mujer, ya fuera esposa, madre o hija, dedicada a satisfacer enteramente a su familia.

³⁰¹ Graña 420.

³⁰² Graña 421.

Fue escasa la información que se encontró sobre las autoras de los libros de cocina, esto lo evidencian las pocas que aparecen en este trabajo y, además, no hay información suficiente de la mayoría de ellas. También, fue inevitable no vincularlas con sus parientes, todos ellos hombres poderosos en Medellín, que como ya se dijo, hicieron parte en los procesos de modernización de la ciudad. Dejar explícita esta relación con dichos familiares, puede explicar cuáles podrían haber sido sus intenciones en publicar sus recetarios, pues como señala Alberto Flórez, determinados sectores de la sociedad colombiana, tenían el interés de “dirigir cada vez más los gustos de los ciudadanos (...), entre otras cosas, a través del referente alimentario”³⁰³, y varios de los miembros de las familias con las que estaban emparentadas estas autoras, en el desarrollo de sus funciones, seguramente participaron en tales iniciativas. Algunas de ellas también lo hicieron. Eugenia Ángel de Vélez, por ejemplo, además de profesar un culto al hogar, opinaba que la mujer tenía un papel importante en el progreso de Antioquia, y con la publicación de su manual de cocina, posiblemente apuntó a este proyecto.

Al evidenciar el vínculo de algunas de estas mujeres con sus familiares prestigiosos y relevantes de la ciudad de Medellín y no hablar de ellas propiamente, denota que, aunque estaban cerca del centro del poder, estaban en las márgenes³⁰⁴. Por ejemplo, el Cuadro de Honor de la Sociedad de Mejoras Públicas fue una sección compuesta por damas de la alta sociedad, hijas y/o esposas de los integrantes de esta organización. Fue creada con el fin de servir de apoyo a las labores principales que desarrollaban los miembros de esta sociedad³⁰⁵. Entonces, ellas eran las encargadas de organizar fiestas, recaudar fondos para fines caritativos, ejecutar proyectos educativos, sociales y culturales; en fin, realizaban actividades “propias” de la mujer.

³⁰³ Flórez-Malagón “Dime qué comes” 399.

³⁰⁴ Natalie Zemon Davis, *Mujeres de los márgenes. Tres vidas del siglo XVII* (Madrid: Cátedra, 1999) 268.

³⁰⁵ <https://smp-medellin.org/nuestra-historia/> (Consultado el 29 de agosto de 2021)

Como un producto cultural, el libro desempeña un papel en la creación y la comunicación de significados, en la modificación de algunas costumbres y en la circulación de ciertos modelos culturales. En el caso de los libros de cocina, quienes los publican pretenden estandarizar y transmitir algunas prácticas culinarias ideales para una comunidad. Los recetarios impresos en Medellín comenzaron a circular a finales de la primera década del siglo XX. Y aunque en los usos y costumbres en el ámbito de la cocina de esta población primasen la tradición oral y se trabajara con técnicas tradicionales campesinas, esto no quiere decir que en algunos hogares de la ciudad no se haya experimentado la tradición escrita en la transmisión de los saberes culinarios. Posiblemente se utilizaron en varios de ellos, recetarios manuscritos o impresos. Estos últimos pudieron haber sido originarios de otros países o de la capital colombiana, pues allí, ya se imprimían desde mediados del siglo XIX con la finalidad de regular las prácticas alimentarias de la población; como también, instruir a las mujeres en sus deberes como amas de casa. Otros medios impresos de la ciudad también imprimieron recetas; esto fue desde mediados de la década de 1920; entre ellos estaban el periódico *El Colombiano* y *Letras y Encajes*, revista dirigida por mujeres, algunas también autoras de libros de cocina.

Los manuales de cocina antioqueños de la primera mitad del siglo XX y de la década de 1950 se caracterizaron por reforzar un modelo ideal de feminidad, un prototipo que venía desde el siglo XIX, y que le dictaba a las mujeres asumir su responsabilidad como amas de casa: protectoras de su familia, y gran parte de ello se fundamentaba en la comida. Por esta razón, era necesario que aprendieran el “secreto de la buena cocina”, esto es, brindar una alimentación nutritiva, saludable, variada y agradable a sus seres amados. De manera pues que estos textos regulaban y perpetuaban la domesticidad de la mujer, es decir, les enseñaban cómo ser buenas esposas y madres, todo con el fin de lograr el bienestar de su familia, lo que, en

últimas, beneficiaría a la sociedad, aspecto que finalmente buscaban los dirigentes de entonces.

Estos libros también fueron el medio para que algunos sectores de la sociedad promulgaran la decencia y los buenos modales. Es el caso de varias imprentas y editoriales que imprimieron libros de recetas culinarias, como *La familia cristiana* y la editorial *Bedout*; esta última produjo la mayoría de los textos antioqueños de la época de este trabajo. Dicha empresa se caracterizó por su neutralidad política y por “no herir la moral o las buenas costumbres”.

Una característica común entre varias de las autoras de estos libros de cocina antioqueños, fue la de pertenecer a un entorno privilegiado. Además, estaban emparentadas con hombres de la elite económica e intelectual de la ciudad, quienes estaban comprometidos con el desarrollo urbano y con los procesos de modernización de la población. Por lo tanto, desde sus saberes, ellas plantearon también una transformación en las prácticas de la cocina antioqueña. Finalmente, estas mujeres, publicaron sus trabajos en un contexto social que vetaba y/o controlaba la escritura femenina. Fueron mujeres singulares al atreverse a publicar sus escritos, y quizás su posición social se los facilitó; irónicamente, con esta clase de literatura, pretendían perpetuar la condición social del sexo femenino: relegadas al ámbito doméstico y llevando una existencia al servicio de los demás.

CAPÍTULO 3

MUJER Y DOMESTICIDAD EN MEDELLÍN EN LA PRIMERA MITAD DEL SIGLO XX

3.1. Las mujeres en la historia

Cómo hablar de cocina y no de las mujeres, pues ellas, desde tiempos inmemorables han estado vinculadas a este espacio y por supuesto, las encargadas de la elaboración de la comida³⁰⁶. Pero la historia, que solo valoraba a personajes notables, a las batallas y tratados políticos³⁰⁷, es decir, a la historia del poder, a la historia de los de arriba³⁰⁸, poco le interesaba las vidas y experiencias de las mujeres, pues ellas estaban recluidas en su hogar y poco se les veía en el espacio público, eran invisibles, por lo tanto, no eran dignas de relatar³⁰⁹. Solo en la década de 1960, en un contexto de movilizaciones sociales y políticas que buscaban reivindicar derechos, justicia, independencia, entre muchos más, se comenzó a dar fin al discurso historiográfico que excluía a algunos grupos poblacionales, aquellos desprovistos de poder, los marginados por la sociedad³¹⁰, las gentes sin historia³¹¹. Ellos, en ese momento, adquieren relevancia y se convierten en nuevos sujetos de la historia³¹². Entre ellos

³⁰⁶ “A través de los siglos, en la esfera doméstica, las actividades relacionadas con los alimentos y la cocina han estado principalmente en el dominio de la mujer”. Theophano 12.

³⁰⁷ Sara Beatriz Guardia, “Historia de las mujeres: un derecho conquistado”, *La escritura de las mujeres en América Latina. El retorno de las diosas*, comp. y ed. Sara Beatriz Guardia (Lima: Centro de Estudios La Mujer en la Historia de América Latina CEMHAL, 2005) 13.

³⁰⁸ Carmen Sarasúa, “Historia, género y cultura popular” *Bajtín y la historia de la cultura popular: cuarenta años de debate*, ed. Tomás Mantecón Movellán (Santander: PUbliCan Ediciones de la Universidad de Cantabria, 2008) 21. Afirma esta autora que, aunque pocos, también se publicaron otros trabajos históricos que no abordaran una historia del poder.

³⁰⁹ Perrot 18.

³¹⁰ Sara Beatriz Guardia, “Un acercamiento a la historia de las mujeres”, *Historia de las mujeres en América Latina*, eds. Juan Andreo y Sara Beatriz Guardia (Murcia: Universidad de Murcia, 2002) 490.

³¹¹ Juan Andreo García, “Historia de las mujeres en América Latina: enfoques renovados y urgentes necesidades”, *Historia de las mujeres en América Latina*, eds. Juan Andreo y Sara Beatriz Guardia (Murcia: Universidad de Murcia, 2002) 14.

³¹² Sarasúa 25.

estaban las mujeres, que fueron silenciadas, ignoradas de las esferas económica, social, política y cultural; pero también en la doméstica y privada³¹³.

Con nuevas preguntas al pasado, con el hallazgo de nuevas fuentes, y con el enfoque metodológico y teórico de la antropología, la filosofía, la sociología, entre otras disciplinas, fue posible una historia de las mujeres para hacerlas visibles³¹⁴, esto es, “comprender su lugar en la sociedad, su condición, sus papeles y su poder, su silencio y su palabra”³¹⁵. Pero también, hacer una historia de las mujeres plantea a quien aborda este tipo de investigaciones, ciertos desafíos teóricos y metodológicos, pues ellas han quedado “escondidas en la historia”³¹⁶, porque nadie se preocupó por registrarlas. Para Luce Giard, la invisibilidad social y el no reconocimiento cultural que le ha correspondido a las mujeres se debe al poco interés que generaban las actividades cotidianas de la mayoría de ellas, “el cuidado de los bienes del hogar, y el mantenimiento del conjunto de la familia parecen caer fuera del campo de una productividad digna de evaluación”³¹⁷.

Esta escasez de fuentes se debe, por un lado, a que solo aparecen en los registros aquellas mujeres excepcionales, ya sea por sus virtudes, heroísmo o belleza³¹⁸; también se debe a que se involucraron en asuntos cívicos o porque estaban relacionadas con hombres famosos³¹⁹; las demás no existen en un discurso histórico androcéntrico y patriarcal³²⁰. Por otro lado, antes del siglo XX, no fueron mayoría las mujeres que sabían leer y escribir, y cuando era posible que escribieran los relatos de sus vidas, esto es, cuando eran letradas, algunas considerarían que sus vidas no

³¹³ Guardia, “Historia de las mujeres: un derecho conquistado” 13.

³¹⁴ García, “Historia de las mujeres en América Latina” 14; Sarasúa 25.

³¹⁵ Georges Duby y Michelle Perrot citados en García, “Historia de las mujeres en América” 14.

³¹⁶ Guardia, “Un acercamiento a la historia de las mujeres” 492.

³¹⁷ Giard 158.

³¹⁸ Guardia, “Un acercamiento a la historia de las mujeres” 491.

³¹⁹ Theophano 2

³²⁰ Guardia, “Historia de las mujeres: un derecho conquistado” 13.

eran dignas de registrar³²¹. En este sentido, Michelle Perrot habla de una actitud de autodestrucción de la memoria femenina, “[...] Convencidas de su insignificancia, muchas mujeres, extendiendo a su pasado el sentimiento de pudor que se le había inculcado, destruían –y destruyen– sus papeles personales al final de sus vidas”³²². Por estas múltiples razones, rastrearlas es un asunto complicado.

Con relación a los registros dejados por algunas mujeres del pasado, entre ellos, escritos y artículos privados, así como los textos publicados, advierte Janet Theophano, que estas fuentes provienen en su mayoría de mujeres blancas, de clase media, alfabetizadas, literatas; esto ofrece a la investigación “un retrato histórico sesgado”³²³. En esto también concuerda Sara Beatriz Guardia cuando declara que estas fuentes no representan a la mayoría de las mujeres, pues solo lo hace con algunos aspectos “de las actividades y de los valores de las mujeres”³²⁴.

En el contexto antioqueño de la primera mitad del siglo XX, la marginalización de la mujer en los registros se palpa en una obra publicada en 1941 en Medellín llamado, *Desfile de madres antioqueñas*. Pareciera que fuera un texto en el que las mujeres eran las protagonistas, pero realmente se trata de resaltar las labores de hombres de la región que se destacaron en diferentes áreas. Entre ellos se encuentran escritores, poetas, ingenieros, académicos, pintores, médicos, sacerdotes, y militares que intervinieron en la campaña libertadora. A continuación, se cita uno de los tantos ejemplos encontrados en el libro, en la que con la “voz” de estas mujeres se cuentan los logros alcanzados de sus hijos varones:

³²¹ Theophano 2

³²² Perrot 26.

³²³ Theophano 2. Aunque la autora no especifica el contexto de estas circunstancias, cabe anotar que su obra Está desarrollada en su mayor parte en el ámbito estadounidense. Además, esta situación también aplica para el antioqueño.

³²⁴ Guardia, “Historia de las mujeres: un derecho conquistado” 22.

Me llamo **TERESA RESTREPO**, madre del Dr. **Alejandro López**, nacido en Medellín el 13 de junio de 1876. En su ciudad nativa hizo los estudios primarios y luego ingresó a la Escuela de Minas donde se graduó de ingeniero. Por varios años asistió a la Asamblea de Antioquia y al Congreso de Colombia. Viajó por Europa y vivió en Londres y París. Son muy importantes sus libros “Problemas Colombianos” y “El Trabajo”. Después del año de 1930 volvió a Colombia y murió en Fusagasugá el 13 de marzo de 1940. Por voluntad suya fue traído su cadáver a Medellín y enterrado en el túnel de La Quiebra, que yace en el ferrocarril de Puerto Berrío a la capital de Antioquia. Hijos míos son también los doctores **Luis y Libardo**, el primero en medicina y fallecido ya, y el segundo, en jurisprudencia.

Tuvieron por genitor a **Alejandro López**³²⁵.

Y así, como este caso, se compone el libro, en el que los hombres son en realidad el eje principal, y no las mujeres. En resumen, esta obra es: “Un desfile magnífico de algunas madres de Antioquia, de las que por conducto de sus hijos han contribuido al engrandecimiento de este pueblo luchador y tenaz”³²⁶. Un primer aspecto que se evidencia es el papel secundario del sexo femenino. Solo como mamá, ese “bello símbolo de la humanidad” como así se refieren a ellas en el texto, les merece aparecer en una publicación. “En tanto la función materna es un pilar de la sociedad y de la fuerza de los Estados, se la socializa”³²⁷.

El segundo rasgo es la valoración del rol de la mujer una especie de maternidad republicana en la cual ellas son las responsables de educar a sus parientes masculinos para la ciudadanía³²⁸. La estimación de la maternidad aquí es importante

³²⁵ José Solís Moncada, *Desfile de madres antioqueñas* (Medellín: imprenta de la Escuela de Ciegos y Sordomudos, 1941) 5.

³²⁶ Moncada 43.

³²⁷ Perrot 89.

³²⁸ Rebekah Pite, *Creating a Common Table in Twentieth-Century Argentina: Doña Petrona, Women, and Food* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 2013) 28.

resaltarla, porque es uno de los mecanismos por el cual se construye la subjetividad femenina dado que, “esta se convierte en una condición *sine qua non*, productor de deseos a veces contradictorios, y criterio evaluativo de la mujer”³²⁹, en este caso, la mujer antioqueña.

3.2. La formación de la mujer doméstica antioqueña

En la ciudad de Medellín de comienzos del siglo XX operaban unos ideales femeninos y de familia provenientes de Europa, difundidos principalmente por las doctrinas religiosas y médicas³³⁰. Por una parte, de la mujer se promulgaba su deber de evangelizar y disciplinar a su parentela. Por otra parte, el discurso médico le asignó la función de enfermera de su hogar; ella debía asegurarse de inculcar hábitos de higiene, suministrar una alimentación apropiada y preservar la salud de sus seres queridos. En cuanto a la familia, esta debía ser el ámbito para transmitir una adecuada conducta, costumbres morales y ejercer un orden social³³¹. Dichos modelos fueron plenamente recibidos por la sociedad medellinense porque, según Catalina Reyes, fortalecía valores católicos convencionales de la capital antioqueña. Asimismo, y de acuerdo con Alba Inés David, esta forma de vida encajaba perfectamente en aquellas mujeres que pertenecía a los sectores privilegiados, pues su posición social les permitía seguir estos preceptos³³².

Por diversas razones no todas las medellinenses podían seguir estos mandatos. Según Alba Inés David, numerosas mujeres, sobre todo las de los sectores populares, ya fuera por condiciones étnicas, sociales o económicas, debieron trabajar para aportar al sustento de la familia. Algunas, por ausencia del esposo, ya fuera temporal o permanente a causa de conflictos o guerras, se convirtieron en la cabeza de la

³²⁹ Rosa María Reyes Bravo, “Apuntes sobre la subjetividad femenina”, *Mujer, cultura y sociedad en América Latina* 1 (1998): 268.

³³⁰ Reyes, *Aspectos* 170, 171.

³³¹ Reyes, *Aspectos* 169, 170, 171.

³³² David 51.

familia³³³. Otras, aun con el cónyuge en el hogar, pero con situaciones de precariedad, también se vieron forzadas a laborar; “Para las mujeres pobres, ser las reinas del hogar, tener la comida servida a tiempo y un pequeño jardincillo al cuidado del marido, según lo recomendaban los discursos religiosos, eran aspiraciones inalcanzables”³³⁴. De manera que la realidad social y política impidió que los deseos de algunos sectores de la sociedad de Medellín, de mantener al sexo femenino confinado en su casa y desempeñando el rol que se le había asignado no fue posible en su totalidad.

De acuerdo con Catalina Reyes, la fuerza laboral femenina era importante desde mediados del siglo XIX³³⁵. La pobreza y la ausencia del esposo fueron los principales motivos por los cuales las mujeres desempeñaron oficios remunerados; situación que se presentó hasta bien entrado el siglo XX³³⁶. Dichos trabajos se derivaban principalmente de las funciones tradicionales femeninas, entre las cuales estaban el servicio doméstico, la venta de artículos fabricados por ellas, la atención de pequeñas ventas y pulperías de su propiedad, el servicio ocasional en casas de familia en costura, lavado y planchado de ropa; también el suministro de agua, leña, leche y carbón a los domicilios³³⁷.

Catalina Reyes refiere, además, varias ocupaciones a comienzos del siglo XX, entre las que estaban: modistas, panaderas, sombrereras, zapateras, comadronas, fruteras y cigarreras. Aunque estos oficios los realizaban generalmente en su vivienda, algunas veces debían desplazarse continuamente por la ciudad, lo que implicaba quebrantar el confinamiento en sus hogares³³⁸. Igualmente, la participación de las

³³³ David 51

³³⁴ Reyes *Aspectos* 195, 196.

³³⁵ Reyes, *Aspectos* 203.

³³⁶ David 63.

³³⁷ David 72 y 73.

³³⁸ Reyes *Aspectos* 203, 204.

mujeres en la industrialización fue decisiva; el 73% de la fuerza laboral de la ciudad de Medellín en la década de 1920, era femenina³³⁹.

Como se puede ver, cierto tipo de población femenina no podía cumplir con las aspiraciones del discurso de la domesticidad. Las mujeres de los sectores desfavorecidos, generalmente debían ejercer oficios remunerados para solventar la economía de la familia. “Estas, debido a su activo protagonismo económico en la vida familiar, aparecen desempeñando un papel mucho más visible en la vida cotidiana desde diversas áreas”³⁴⁰. En cuanto a las mujeres acaudaladas, algunas se podían permitir “evadir” varias de sus obligaciones al acceder al servicio doméstico, el cual se encargaba de determinadas funciones en el hogar; por lo tanto, tendrían tiempo para su vida social y ocuparse, por ejemplo, en programas de beneficencia, lo que posibilitó salir de sus hogares y participar de actividades diferentes a las de la casa³⁴¹.

Los esfuerzos por mantener a las mujeres en su ámbito doméstico para que cumpliera con sus obligaciones consistieron, de acuerdo con Catalina Reyes, en reiterar un discurso que describía un hogar idealizado y las recompensas de una vida doméstica³⁴². De igual modo, Alba Inés David señala que el discurso de la domesticidad tenía como objetivo hacer frente a los avances que el sexo femenino estaba presentando en el ámbito público³⁴³. Como se puede ver en la siguiente cita, esta doctrina continúa difundiéndose hasta la década de 1950, en este caso, se realizó por medio de un libro de cocina:

³³⁹ Reyes *Aspectos* 179.

³⁴⁰ David 54.

³⁴¹ Reyes *Aspectos* 197.

³⁴² Reyes *Aspectos* 179.

³⁴³ David 51.

Cuando se oye decir "hogar" surge en la mente una imagen femenina, ya sea en figura de esposa, de madre, de hija o hermana. Por lo que vemos que a nosotras nos ha correspondido, irremediablemente, ser el eje sobre el cual revoluciona la pesadísima rueda familiar. Pero qué largo estudio se requiere y cuánta abnegación se necesita para coronar lucidamente esa carrera de administración material y espiritual³⁴⁴.

Con este párrafo comienza su obra, *La cartilla del hogar*, Sofía Ospina de Navarro, libro de cocina publicado a mediados del siglo XX. En él se puede ver que la autora vincula a las mujeres con la esfera doméstica y su responsabilidad como pilar fundamental de la familia; posición, según ella, tradicionalmente establecida que no se puede evitar o corregir. Además, para que sus funciones tuvieran éxito, debían tener una preparación y ejercerse con desprendimiento. La conexión del género femenino con el hogar se ha forjado de tal manera a lo largo de la historia, que ha terminado por naturalizarse en la mayoría de las sociedades, hasta el punto de llegar a ser aceptada con abnegación por parte de ellas como lo muestra lo declarado por esta autora.

¿Cómo y quiénes han moldeado los roles de las mujeres de Medellín en la primera mitad del siglo XX? ¿Cómo llegó a ser definida esa identidad de las mujeres con los roles que debía desempeñar, específicamente los del espacio doméstico? Para despejar estos interrogantes, a lo largo de este capítulo se abordarán algunos de los medios que existieron en la época, cuyos discursos pretendían definir el papel que debían desempeñar las medellinenses, para este caso, en la cocina. Entonces se hablará de la educación de las mujeres, los artículos en prensa, los libros de cocina y la publicidad. A este conjunto, Sherrie Innes lo denomina "la cultura de la cocina" que, según esta autora, es una forma fundamental para instruir a las mujeres sobre

³⁴⁴ Ospina de Navarro, *La cartilla* 5.

cómo comportarse correctamente de acuerdo con su género, “kitchen culture, in its many forms, passes down lessons about gender roles at the same time it conveys lessons about how to prepare yeast rolls”³⁴⁵.

3.2.1. Una mujer debe ser

La mujer ha sido constantemente objeto de juicios u opiniones sobre lo que es o cómo debe comportarse³⁴⁶. Por una parte, quienes dictaban cuáles deberían ser sus actuaciones eran hombres, así fue por mucho tiempo a lo largo de los siglos. “Intelectuales, educadores y directores espirituales, le señalaron qué era lo propio de su mundo y cuáles eran los códigos del comportamiento “femenino””³⁴⁷. Por otro lado, para definirla, en la Antigüedad, por ejemplo, se estableció una diferenciación de géneros en los que no solo es distinta del hombre, sino que está incompleta, defectuosa, un desvío de la norma masculina. Aristóteles, el pensador de la dualidad de los géneros, según Michelle Perrot, declaró la superioridad del varón y además ubicó a las mujeres entre los límites de lo salvaje y lo civilizado, lo humano y la bestia; por lo tanto, eran una amenaza latente para la vida armoniosa de la sociedad y por ello se buscó cómo mantenerlas alejadas³⁴⁸.

Este pensamiento de la diferencia de los sexos –en términos de Michelle Perrot– fue por un largo tiempo el modelo que siguieron diversos colectivos. Con el cristianismo, en particular, es un ser secundario de la que se espera sumisión y contención. En los siglos XIV y XV su destino era la Iglesia o la familia; con esta última se buscaba garantizar la continuidad del núcleo familiar³⁴⁹. En la Ilustración

³⁴⁵ “La cultura de la cocina, en sus muchas formas, transmitió lecciones sobre los roles de género al mismo tiempo que transmite lecciones sobre cómo preparar panecillos de levadura”. Sherrie Inness, “Introduction. Thinking Food/Thinking Gender”, *Kitchen Culture in America: Popular Representations of Food, Gender, and Race*, ed. Sherrie Inness (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2001) 4.

³⁴⁶ Perrot 27.

³⁴⁷ Guardia, “Un acercamiento” 495.

³⁴⁸ Perrot 28.

³⁴⁹ Michelle Perrot y Georges Duby, *Historia de las mujeres en Occidente* (Madrid: Taurus, 1993) 28, 31.

es poco lo que cambian estas ideas; algunos filósofos, médicos, escritores, entre otros, apoyaron sus argumentos en las ciencias naturales y la medicina para demostrar la inferioridad del sexo femenino³⁵⁰. En sus escritos frecuentemente subrayaban dicha inferioridad intelectual y fisiológica, “no hablan de otra cosa que, de la constitución delicada, de la debilidad excesiva, de la razón limitada, de la emotividad exacerbada, de los tejidos relajados, de la disposición patológica, de los nervios frágiles”³⁵¹. De manera pues que, este pensamiento dual ubica a los varones y mujeres en contraposición. A los primeros, en el polo de la razón, la cultura, lo social, lo político y a ellas en el de la naturaleza, las pasiones y la sensibilidad³⁵².

Luego de definir a la mujer como el ser que desestabiliza la armonía de la comunidad, se busca entonces excluirla de la esfera pública. Recluida en el ámbito doméstico, consagrada al cuidado de su esposo e hijos y encargada de las tareas del hogar, entre estas, la preparación de la comida es el modelo que desde la Antigüedad ha establecido el dominio del patriarcado³⁵³. Desde entonces, el espacio público es controlado por el varón en el que este ejerce la política, la guerra, entre otras actividades, y ellas, empujadas al recinto íntimo, desempeñando las ocupaciones propias de su condición de género: el de buena esposa y de buena madre³⁵⁴.

Esta situación no cambia mucho a lo largo de la historia. Filósofos, escritores, entre otros, han difundido un ideal femenino antes descrito. En el siglo XVI, la obra célebre de fray Luis de León, *La perfecta casada*, declara las labores domésticas como el “oficio de la mujer”³⁵⁵. Para el siglo XVIII, Rousseau declaraba que la mujer perfecta era la

³⁵⁰ Perrot 27, 28.

³⁵¹ Rosanvallon, citado en: Caldo 28.

³⁵² Caldo 42.

³⁵³ María de los Ángeles Pérez Samper, “Las mujeres y la organización de la vida doméstica: de cocineras a escritoras y de lectoras a cocineras”, *Bajtín y la historia de la cultura popular: cuarenta años de debate*, ed. Tomás Mantecón Movellán (Santander: PUBliCan Ediciones de la Universidad de Cantabria, 2008) 34; Perrot y Duby 25.

³⁵⁴ Perrot y Duby 25; Pérez, “Las mujeres y la organización” 34.

³⁵⁵ Pérez, “Las mujeres y la organización” 34.

que, desde su ámbito privado, “renuncia a las pretensiones del mundo social y público para orientar todas sus facultades y condiciones hacia la concreción de su destino: el matrimonio y la maternidad”³⁵⁶. Este ideal del sexo femenino difundido por Rousseau, así como por la Ilustración, fue el que forjó las condiciones de la mujer doméstica moderna en Occidente para dirigir un hogar³⁵⁷. Este discurso del siglo XVIII fijó, para dicha época, el ordenamiento de los sexos y también el orden jurídico y social de las mujeres, además, se instituyó a la familia como núcleo de la sociedad, con las obligaciones y funciones de los miembros de esta: el hombre busca el sustento en ámbitos públicos y su esposa cuida a los hijos y se encarga de los deberes domésticos de la casa³⁵⁸. Para el siglo XIX, Alba Inés David declara que:

La construcción sociocultural de género en el mundo occidental en el siglo XIX, delimitó el campo de acción de la mujer en el hogar. El poder jerarquizado de géneros usó unos mecanismos de dominio social formal regulados por la discriminación legal (corpus legislativo), la subordinación social y la fuerte influencia del discurso de la domesticidad. La condición biológica de la mujer, determinada por la maternidad, fue base de este discurso, el cual idealizó la maternidad como su más altísima misión en la sociedad³⁵⁹

Entonces, el rol conferido a las mujeres fue el de madre, considerado de gran importancia porque era público en ese momento, dado que, son madres de los futuros ciudadanos³⁶⁰. Este conjunto de disposiciones para el ordenamiento social

³⁵⁶ Caldo 34.

De acuerdo con Michelle Perrot y Paula Caldo, existieron otras voces de ilustrados que defendían la igualdad de derechos de hombres y mujeres. Perrot refiere a Condorcet quien promovía el derecho a la ciudadanía y al conocimiento. Paula Caldo cita a Mary Wollstonecraft, que, con su obra, *Vindicación de los derechos de la mujer*, apoyaba la idea de la mujer como sujeto de derecho y educación. Perrot 118; Caldo 50,52.

³⁵⁷ Caldo 49.

³⁵⁸ Zandra Pedraza, “La “educación de las mujeres”: el avance de las formas modernas de feminidad en Colombia”, *Revista de Estudios Sociales* 41 (2011): 73, 74; Caldo 41.

³⁵⁹ David 51.

³⁶⁰ Barbara Potthast y Eugenia Scarzanella, “Introducción: Las mujeres y las naciones” *Mujeres y naciones en América Latina. Problemas de inclusión y exclusión* eds. Barbara Potthast y Eugenia Scarzanella (Madrid:

también se empleó en el contexto de las nuevas repúblicas latinoamericanas en el siglo XIX, concretado en sus códigos civiles y reformas educativas; Colombia, particularmente, según Zandra Pedraza, las acogió sin mayor crítica. Esto significaba la subordinación de la esposa a la potestad del marido, justificada por sus características físicas y por sus capacidades, una de ellas la reproductora; lo que las excluía del ejercicio de la ciudadanía y las encargaban del gobierno del hogar, además de ejercer sobre ellas un control³⁶¹.

3.2.2. La educación de la mujer

La instrucción de las mujeres ha estado supeditada a su rol como madres y esposas, es decir, debía prepararlas para que desempeñaran de la mejor manera estas funciones. Se consideraba que la educación enfocada en perfeccionar dichas responsabilidades ayudaría a completar la feminidad en la mujer. Este pensamiento, que inició en el siglo XVIII, perduró hasta las primeras décadas del XX³⁶². Alba Inés David afirma que, en Colombia a finales del siglo XIX, del sexo femenino se esperaba que debía representar “la inocencia, la delicadeza, la pureza, la abnegación, el consuelo, la caridad, el amor. Para nada ser arrogantes, presuntuosas y frívolas”³⁶³; por ello, el tipo de enseñanza para las mujeres, anteriormente señalado, era parte, dice la autora, “de un proyecto oficial cuyo modelo de sociedad institucionalizaba la inequidad entre los sexos”³⁶⁴.

Durante el siglo XIX, según Patricia Londoño, la instrucción de las mujeres en Colombia fue objeto de discusiones acerca de si era apropiado educarlas o no. El eje

Iberoamericana, 2001) 11.

³⁶¹ Pedraza 73, 74; Potthast y Scarzanella 11.

³⁶² Asunción Lavrin, “Introducción”, *Las mujeres latinoamericanas. Perspectivas históricas*, comp. Asunción Lavrin (México: Fondo de Cultura Económica, 1985) 21.

³⁶³ David 53.

³⁶⁴ David 54.

transversal de estos debates se enfocaba en su rol en la sociedad, es decir, estar en función del servicio de los demás; en esto todos coincidían, afirma la autora³⁶⁵. Mientras muchos opinaban que la educación “era dañina para para las mujeres”³⁶⁶, otros pensaban que esta sería conveniente siempre y cuando estuviera asistida por la moral. Los argumentos de los que estaban a favor, influidos estos por la Ilustración, aducían beneficios para los hijos y el esposo y, más adelante, otra beneficiada sería la colectividad, pues de ellas, como baluarte de la moral, “dependía la conservación de las buenas costumbres en la sociedad y (...), por tanto, no debían ser unas madres ignorantes e indiscretas”³⁶⁷.

La enseñanza para las damas entonces, se enfocaba en prepararlas para esposas y madres y en el manejo eficiente de sus hogares, donde, además, debía abandonar cualquier ambición distinta a su familia³⁶⁸. En Medellín, por ejemplo, a mediados del siglo XIX, funcionaba un instituto para señoritas en el que se les enseñaba “lectura, escritura, dibujo, costura, bordado, calado, matemáticas, gramática, geografía, moral, urbanidad y economía doméstica”³⁶⁹. Como se puede ver, la educación de entonces para la mujer, fue un asunto ajeno a la realización personal de ellas; todo se trató del provecho de los demás, menos el suyo.

¿Qué ha cambiado al respecto para la época de este trabajo? Para este tiempo en la ciudad de Medellín algunos medios de comunicación de circulación local y nacional como el periódico *El Colombiano* y la revista *Cromos* publicaron en varias de sus ediciones opiniones sobre la educación de la mujer³⁷⁰. Estas comenzaron a difundirse

³⁶⁵ Patricia Londoño, “Educación femenina en Colombia, 1780-1880”, *Boletín Cultural y Bibliográfico* 31.37. (1994) 24.

³⁶⁶ Londoño, “Educación femenina” 45.

³⁶⁷ Londoño “Educación femenina” 35.

³⁶⁸ David 54.

³⁶⁹ Londoño “Educación femenina” 40.

³⁷⁰ El primer número de la revista *Cromos* sale al público en enero de 1916. Según sus editores, el deseo de la revista era registrar el movimiento literario, científico, artístico, social y político del país y resto del mundo. El periódico *El Colombiano*, de corte conservador, comenzó a circular en la ciudad, a partir de 1912.

finalizando la década de 1920, lo que quiere decir, que fue poco lo que se dijo al respecto en este decenio. Aunque no se aborda todavía la discusión de la instrucción del sexo femenino como tal, si tratan temas como su capacidad intelectual, su feminidad, así como de una “educación social”. Como antaño, en estas publicaciones se realiza una diferenciación de sexos, basándose en las características psicológicas y físicas.

Con relación a la inteligencia del sexo femenino, por una parte, algunos “hombres eminentes” opinaban que las damas se caracterizaban por su “esterilidad intelectual”, derivada de algunas carencias en su cerebro, las cuales les impedían tener la facultad generadora de talento o de ideas y, por consiguiente, este hecho no les había permitido destacarse en áreas como la ciencia o las artes; aunque afirman, hubo excepciones y algunas mujeres lograron sobresalir³⁷¹. De otra parte, también se halló el reconocimiento de algunos hombres sobre la mentalidad femenina, que declaraban, era igual o superior a la de los varones; destacándose algunas en ámbitos como la literatura y las ciencias³⁷². Aquí se ven dos posiciones extremas sobre el asunto intelectual, pero hay que resaltar que abundaron las opiniones del primer tipo.

La debilidad natural en la mujer la contrastaban con la fortaleza del cerebro del hombre y por lo tanto, difieren en la forma de comprender diferentes situaciones. En este proceso, los hombres utilizan la mente y la inteligencia (masculina), y ellas el alma, el corazón, la intuición y el amor; aspectos que, en el artículo, ¿“La mujer es tan inteligente como el hombre?”, publicado en la revista *Cromos*, propone que el intelecto de la mujer, y según su autora, Ivonne Sarcey³⁷³, es mucho mejor que la del

³⁷¹ Ivonne Sarcey, “La mujer es tan inteligente como el hombre?”, *Cromos* (Bogotá) 25 de agosto de 1928.

³⁷² “El valor intelectual de la mujer”, *Cromos* (Bogotá) 25 de diciembre de 1926.

³⁷³ Yvonne Sarcey es uno de los seudónimos de la escritora Madeleine Brisson (Alemania 1869-1950). En 1907 fundó la Universidad de los Annales. También trabajó en la revista *Annales politiques et littéraires* en la que publicó sus conferencias, junto a otros autores de prestigio del mundo literario.

<https://www.babelio.com/auteur/Yvonne-Sarcey/300787>

varón³⁷⁴. Si bien este era un texto foráneo, el hecho de que fuera traducido y publicado en la revista *Cromos* resulta una particularidad llamativa, dado el contexto intelectual del que ya se ha hecho mención sobre lo que se pensaba de la mujer.

Para la década de 1920, una mujer erudita –y que lo demostrara–, no era un acto bien aceptado. La exposición de sabiduría las hacía ver varoniles y antipáticas; en su lugar, se prefería una mujer discreta con su conocimiento, pues esto conservaba su encanto femenino. En este sentido, la feminidad, característica natural de ellas, era bastante valorada, pues esta “es una especie de recato que la induce a vestir pudorosamente sus ideas, sus palabras, sus ademanes y toda su persona, sin que por eso se desvirtúen los resplandores del talento que la circunda”³⁷⁵. En este aspecto, en los medios también se hablaba de una “educación social de la mujer”, que no es más que enseñarles a cultivar su belleza, aprender el adecuado arreglo personal, adquirir un gusto estético y entrenarlas en labores manuales con el fin de arreglar su hogar; todo esto, “con el objeto de presentar siempre ante los ojos de los demás el espectáculo agradable de una belleza elegante y de un minucioso cuidado en todos los detalles para producir la impresión de una obra maestra”³⁷⁶.

En el siguiente decenio, 1930, no cambian mucho los discursos referenciados anteriormente. En gran parte de este periodo se continúa exhortando una educación para la mujer enfocada en adquirir, en términos de Michelle Perrot, un saber social; el objetivo era convertirlas en personas encantadoras y útiles para sus futuros roles como amas de casa³⁷⁷. En el contexto antioqueño de la época, esta se refería a las finas maneras, la elegancia del proceder, el pudor, la delicadeza, el orden y la urbanidad, en resumen, inculcar las buenas costumbres que debe caracterizar al sexo femenino. Este tipo de formación es la que se recibe en el hogar y es la más

³⁷⁴ Sarcey, “La mujer es tan inteligente como el hombre?”.

³⁷⁵ “Mujeres intelectuales y... femeninas?”, *Cromos* (Bogotá) 18 de junio de 1927.

³⁷⁶ “La educación social de la mujer”, *Cromos* (Bogotá) 18 de junio de 1927.

³⁷⁷ Perrot 119, 120.

trascendental e importante en ellas, pues, a su cargo están los hijos e hijas que a su vez tendrán descendencia; por lo tanto, una mujer educada beneficiará a sus generaciones³⁷⁸.

Igualmente, se sigue realizando una diferenciación de sexos en el que, por su organización y funciones anatómicas, fisiológicas, intelectuales y morales, tienen, cada uno, una misión y un destino que cumplir. La mujer, por ejemplo, está dotada de una gran sensibilidad y generosidad, por lo cual, no estaría capacitada para ejercer ciertas profesiones que impliquen dureza en sus decisiones, ni que decir sobre los trabajos que impliquen esfuerzo físico. Cada uno posee un talento y en el caso de esta, el suyo es del hogar, porque la naturaleza la destinó para la maternidad; pero, en este razonamiento, de ninguna manera esta capacidad femenina es inferior a la masculina³⁷⁹.

Por este mismo periodo, el Estado les permitió a las mujeres cursar el bachillerato y el ingreso a la universidad. Así fue como finalizando la década de los treinta, se encontraron en estos medios, opiniones con respecto a dichos cambios. En su mayoría, les parecía bien que la mujer pudiera ilustrarse con el objetivo de lograr acceder a un trabajo en el caso de tener la necesidad de trabajar. A pesar de que afirmaran que el hombre y la mujer pueden ser iguales, inmediatamente se contradecían al declarar que ella, siendo profesional, no puede seguir el mismo camino del varón, ni "trajinar por donde va él". En lugar de ser una rival del hombre o intentar imitarlo, debe ser su compañera, su colaboradora, su complemento; desempeñando cada uno su profesión de acuerdo con sus aptitudes biológicas y sociales³⁸⁰.

³⁷⁸ Flora del Castillo, "La educación", *El Colombiano* (Medellín) 19 de agosto de 1936: 11.

³⁷⁹ Juan Araujo, "¿Debe gozar la mujer los mismos derechos del hombre?", *El Colombiano* (Medellín) 05 de febrero de 1932: 5.

³⁸⁰ Carolina McEwen, "Charlando? Un interesante diálogo sobre feminismo", *El Colombiano* (Medellín) 23 de abril de 1936: 11; Castillo, "La mujer y el trabajo". *Cromos* (Bogotá) 06 de febrero de 1937.

Especialmente en este periodo algunas publicaciones exaltaban la inteligencia de la mujer, decían que era una cualidad específicamente femenina. Otras virtudes referentes a la mente como la agilidad, el ingenio y la observación, hacían que ellas aventajasen al hombre en la resolución de problemas de la vida cotidiana³⁸¹. A su vez, denigraban de la intelectualidad del varón, “ese conjunto de conocimientos insignificantes”³⁸². Esto, junto a la reiteración de la idea de que la mujer está hecha para ser esposa y madre, puede suponer un mecanismo de conservarla en el hogar, pues se sentiría halagada y complacida de llevar a cabo sus deberes en su casa, y, por lo tanto, su interés en una formación profesional disminuiría.

En muchas de estas publicaciones se exponía finalmente, una postura de desacuerdo frente a estos acontecimientos. Declaraban que más que universidades, hacía falta institutos donde se enseñe a las jóvenes los deberes de la futura esposa y la madre del mañana³⁸³. Otros declaraban que la mujer sí debía aprender temas sublimes, es decir, lo que es funcional a su papel en la sociedad: ser mamá; porque a ella le fue encomendado lo más noble y santo que hay sobre la tierra, la maternidad³⁸⁴. Otros no veían peligroso el acceso de las damas a la educación superior, les parecía un “experimento simpático” y dudaban del entusiasmo de ellas por este tipo de enseñanza, porque “Fuera del hogar, la mujer colombiana es un ser inferior, inútil, casi frustrado. La casa ha sido y no dejará de ser por muchos años el centro de gravedad espiritual de nuestras mujeres”³⁸⁵; por ello, promulgaban, se debería dejar de fomentar el ingreso del sexo femenino a la universidad y en su lugar, pregonar su regreso definitivo al hogar.

³⁸¹ H.L. Mencken, “La inteligencia de la mujer y algunas consideraciones biológicas”, *Cromos* (Bogotá) 29 de octubre de 1932; Castello, “La mujer y el trabajo”.

³⁸² Mencken, “La inteligencia de la mujer”.

³⁸³ McEwen, “Charlando” 11.

³⁸⁴ Castello, “La mujer y el trabajo”.

³⁸⁵ “El regreso de la mujer al hogar”, *El Colombiano* (Medellín) 15 de mayo de 1939: 5.

El escenario de comienzos de la década de 1940 continuaba siendo el mismo. Se seguía pensando que la educación del momento, en este caso el bachillerato, no estaba capacitando a la muchacha para ser ama de casa. Algunos opinaban que el pensum de los colegios de entonces, como matemáticas, idiomas, ciencias físicas y naturales, historia, geografía, dibujo, educación física, religión y filosofía, carecía de sentido práctico y no encajaban con las necesidades y condiciones de la vida moderna, ni dotaban a la estudiante de los conocimientos que constituyen el fundamento de la vida doméstica. Por este tipo de educación pensaban algunos, la mujer ignora la proporción precisa de un buen arequipe, es incapaz de curar un herido o bañar un niño, ni renovar un fusible fundido, en resumen, solucionar los problemas que en la realidad se le presentan. Al respecto, una dama de la época declaraba que, “después de salir del colegio, rechazamos horrorizadas –como el más repugnante de los pecados– los más simples detalles de la vida femenina, los derechos y obligaciones de la mujer, sus compromisos ante la naturaleza y ante la patria, y su papel de elemento fundamental de la sociedad”³⁸⁶.

Con estas posiciones conservadoras, incluso de mujeres, como lo ilustra la cita anterior, algunas personas decidieron abrir instituciones no oficiales para la instrucción de las jóvenes. Es el caso de un colegio en Bogotá para hijas de padres pertenecientes a “familias decentes”, pero cuyos medios no les permitían educarlas en establecimientos de cierta categoría. Ahí se enseñaba economía doméstica, saber que según la directiva, era muy importante, porque “se prepara a la mujer del futuro para que sea capaz de desempeñar sus funciones dentro del hogar, enseñándole a tejer, a bordar, a marcar y a coser ropa en general, junto también con ciertas artes muy propias de su sexo, como arreglar y tapizar muebles”³⁸⁷.

³⁸⁶ Gloria Uribe, “¿Para qué sirve el bachillerato femenino? La muchacha de hoy, elemento INUTIL en la sociedad”, *Cromos* (Bogotá) 18 de octubre de 1941.

³⁸⁷ “El estudio de la economía doméstica es esencial para la educación femenina”, *Cromos* (Bogotá) 28 de Noviembre de 1942.

Termina esta década con todo tipo de reacciones frente al ingreso del sexo femenino a la universidad, una realidad que se estaba dando en el país desde el decenio anterior. Unos decían que estas instituciones interpretaban erradamente el espíritu de sus mujeres, también que ellas deberían recogerse en el hogar, y otros, por el contrario, deseaban que estudiaran como los hombres, ingeniería, derecho o cirugía³⁸⁸. Pese a las resistencias de algunos sectores de la sociedad, muchas llevaron a cabo sus estudios. El siguiente es el relato de una alumna de derecho que experimentó durante el proceso de su formación profesional, aproximadamente en los años de 1940 o 1950:

Ya, pues, se había superado esa barrera, ya sí era posible llegar a la universidad aun cuando no era muy común. Yo entré a la Facultad de derecho y éramos sesenta y tres alumnos en primero, sesenta y dos y yo era la única mujer. Ay, me sentí muy mal la primera semana, terriblemente mal, tanto que yo por las noches llegaba a punto de llorar a la casa y le decía a mi mamá que yo me iba a retirar, que yo me iba a salir, que yo no lo aguantaba. Todos eran pendientes de mí, cuando llamaban a la lista, cuando preguntaban una cosa, todos me volteaban a ver. Le preguntaban a un hombre y nadie le paraba bolas, me preguntaban a mí y volteaban a ver, como que fuera un mico, como una cosa extraña, a ver qué iba a decir yo, a ver con qué iba a salir. ¡Yo sí fui un bicho raro!³⁸⁹.

Para 1946, en la Universidad Nacional en Bogotá, dos alumnas obtuvieron el título de doctorado, una en química y la otra en farmacia. Al ser entrevistadas, estas dos profesionales manifestaron que, en el campo de la investigación, las mujeres no son inferiores a los hombres y animaron a las demás a confiar en su inteligencia. Declaraba la doctora Türk:

³⁸⁸ “La universidad femenina”, *El Colombiano* (Medellín) 13 de julio de 1946: 3.

³⁸⁹ Friederike Harter, *Matrimonio y mortaja del cielo bajan. Entrevistas con dieciséis mujeres de Medellín* (Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1993) 154.

El hecho de que esta tesis haya sido considerada como el primer trabajo de Química Experimental que se ha adelantado en la Facultad de Química, (en donde hay muchos alumnos del sexo masculino), está demostrando palmariamente –si es que no queremos recurrir a la historia de la Ciencia–, que nosotras no somos inferiores a los hombres en el campo de la investigación y que la mujer colombiana debe prepararse para avanzar por los campos de la universidad con absoluta confianza en su inteligencia³⁹⁰.

La década de 1940 estaba manifestando cambios en cuanto a la situación de la educación de la mujer, pues como se vio en el párrafo anterior, ya estaban profesionalizándose en diferentes áreas del conocimiento y demostrando sus competencias intelectuales y así lo estaban reconociendo algunos sectores de la sociedad: “Indudablemente, el talento femenino ya se ha consagrado en Colombia un gran número de nuestras mujeres ha puesto de relieve su capacidad, concretando y definiendo esta realidad”³⁹¹. Sin embargo, todavía faltaba mucho para que cambiaran muchas ideas acerca del rol de una mujer.

Otra porción de la sociedad pensaba que ella debía seguir relegada a un segundo plano, ejerciendo solamente su función como esposa y madre y, además, conservar su delicadeza y feminidad. Se temía que todo esto se perdiera con su nueva posición, esto es, formándose en estudios superiores e ingresando al mundo laboral calificado. Algunos reclamaban que de permitirse esto, “la condición femenina se desviaría de sus principales tareas, para verse forzada en terrenos en los cuales su naturaleza mostraría sus limitaciones. Esta situación obraría en desmedro de la atención que requerían el hogar, la familia y el matrimonio”³⁹². Estas dos visiones con respecto a la educación de la mujer, la conservadora y la progresista, según Zandra Pedraza,

³⁹⁰ Pepe Polo, “La mujer y la ciencia”, *Cromos* (Bogotá) 14 de diciembre de 1946.

³⁹¹ Lilia Pachón, “Tan excelentes profesionales como amas de casas”, *El Colombiano* (Medellín) 12 de agosto de 1949: 13.

³⁹² Pedraza 76.

coincidieron en que no se podía desligar de su papel de ama de casa, madre y esposa³⁹³.

Entonces, con estas tradicionales exigencias y sus recientes logros, a ciertas mujeres se le presentó una nueva obligación frente a la sociedad, esto es, responder con eficiencia en el desempeño de sus deberes como ama de casa y como profesional. La siguiente es la respuesta de una abogada en ejercicio a mediados del siglo XX, ante la pregunta de si son incompatibles los deberes de la mujer con los de la profesional:

Me limito a invitar a los interesados a que me hagan una visita en la oficina y otra en la casa y formulen su juicio por sí mismos. La doble actividad en el hogar y en la oficina, hasta ahora no he encontrado que haya incompatibilidad o dificultad extrema en ser al mismo tiempo una regular profesional y una excelente ama de casa³⁹⁴.

Cumplir con esta doble jornada, posiblemente fue para algunas, extenuante, porque no podían demostrar debilidad, pero sí capacidad de lograrlo a una sociedad que las instaba a que se dedicaran solamente a su hogar. A continuación, lo ilustra una mujer de la época:

Pero claro, la otra gente chismoseaba mucho, mi suegra no perdió oportunidad de hablar de mí. Ponía de ejemplo las esposas de los otros, que eran en la casa viendo los niños y todo, y yo llevaba del diablo, pues, pero sin sacar la mano. Yo tuve jornadas de dieciocho horas, pero ni le chillé a mi suegra ni le chillé a mi mamá³⁹⁵.

³⁹³ Pedraza 81.

³⁹⁴ Pachón 13

³⁹⁵ Harter 157.

La educación de las mujeres en la primera mitad del siglo XX, fue, según Zandra Pedraza, el mecanismo principal con el cual se estructuró la división sexual práctica y simbólica en un contexto de la consolidación del Estado-nación colombiano; cometido que se extendió hasta mediados de ese mismo siglo y cuyo enfoque nadie cuestionó. La instrucción del sexo femenino se orientó entonces a la naturalización de su condición para el gobierno del hogar, de una manera que dicho deber no se pudiera contradecir. En su oficio de administrar la familia, hubo, según esta autora, tres mandatos para la mujer moderna que eran: la educación de los hijos, la vida matrimonial y, la economía doméstica; prácticas que más tarde, nutrieron los planes de estudios formales de la época, y que también fueron objeto de consejos. Esta instrucción, según la autora fue llevada a cabo por hombres, como, por ejemplo, médicos y pedagogos³⁹⁶.

3.2.3. La economía doméstica

La preparación de la comida, el arreglo de la ropa, la limpieza de la casa, y demás aspectos que comprenden el manejo de una vivienda, han sido por siglos, responsabilidad de la mujer. Asimismo, es compromiso de ella, la crianza de los hijos, el cuidado del esposo, el fomento de la integridad moral de la familia, así como el esmero en conservar la salud de todos. Estas y más ocupaciones, la han identificado ante la sociedad con el título de: ama de casa³⁹⁷. Desempeñar este rol de manera ejemplar era un ideal que deseaban los hombres y obsesionaba a las mujeres. Si no se era buena, la familia se hundía³⁹⁸. ¿Cómo lograrlo? con un entrenamiento adecuado. Se pensaría que estas labores solo las aprenderían al interior de la vivienda como la mayoría las ha llevado a cabo, como así lo describe María de los Ángeles Pérez:

³⁹⁶ Pedraza 76, 81.

³⁹⁷ Reyes *Aspectos* 170.

³⁹⁸ Perrot 146, 147.

En el seno de la familia el conocimiento de las cuestiones consideradas como propias de las mujeres pasaba de madres a hijas. Eran las madres las encargadas de enseñar a sus hijas a ser en el futuro buenas esposas y buenas madres y a través de la palabra y de la observación del gesto, día tras día, se realizaba el aprendizaje de las tareas domésticas, de la cocina, de la costura, de los remedios caseros, del arreglo personal y de las miles de pequeñas cosas que una mujer debía saber³⁹⁹.

Como se verá más adelante, estas orientaciones también se realizaron en otros ámbitos. ¿Por qué razón se necesitaba efectuar ese tipo de instrucción fuera de la casa y por otras personas ajenas a ella? Michel Perrot refiere que desde el siglo XVIII se comenzó a dar importancia al quehacer doméstico en la vida de las familias y las comunidades, por ello, “La “buena ama de casa” se vuelve objeto de consejos, de tratados de economía doméstica o de educación, y más tarde de escuelas”⁴⁰⁰.

La instauración en el siglo XIX de la familia en Occidente como núcleo de la sociedad y de las mujeres en su rol como amas de casa –las “reinas del hogar”–, responsables del buen destino de esta, fue la manera como ellas se insertaron en la vida ciudadana, pues su misión esencial en esta nueva sociedad, fue el de moldear a los miembros de su familia bajo los preceptos del evangelio y la disciplina; un entorno así crearía futuros ciudadanos responsables, en el caso de los varones, y esposas capaces de gobernar la vida doméstica, en el caso de las hijas⁴⁰¹. De esta manera, “La influencia de la mujer se proyecta sobre el marido y los hijos y es a través de ellos y su actuación en el mundo público como la influencia femenina trasciende fuera del hogar”⁴⁰². Esta

³⁹⁹ Pérez, “Las mujeres y la organización” 36.

⁴⁰⁰ Perrot 146.

⁴⁰¹ Reyes *Aspectos* 170; Pedraza 79.

⁴⁰² Bridget Aldaraca, *El ángel del hogar: Galdós y la ideología de la domesticidad en España* (Madrid: Visor, 1992) 50.

responsabilidad de las madres de formar futuros ciudadanos para la nación es conocida como la maternidad republicana⁴⁰³, mencionada al comienzo del capítulo.

La economía capitalista, por su parte, determinó que la administración del dinero y producción de la riqueza de la familia, asuntos del sexo femenino, contribuirían en el crecimiento económico de la sociedad; por lo tanto, “la casa dejó de ser el sitio de retiro de la vida pública para convertirse en bisagra del vínculo con el mundo público, y el hogar pasó a ser el lugar donde se comenzó a administrar técnicamente la economía doméstica y a generar la riqueza de la nación”⁴⁰⁴. Por estos compromisos de educar a los hijos, el buen manejo de la economía del hogar y muchos más deberes, que la mujer debía asumir con su familia y su país, era necesario instruirla, para que fuera una buena ama de casa, madre y esposa⁴⁰⁵.

Estas disposiciones en torno del rol del sexo femenino, se pueden evidenciar en Colombia durante la primera mitad del siglo XX. En algunos medios persiste la opinión acerca de lo fundamental que es la mujer para el bienestar físico y económico de su familia, derivado esto de su buen desempeño como administradora de los recursos, como cuidadora de la salud, de la alimentación, y de muchos más asuntos. Además, resaltan la importancia de que se le instruya para gobernar su hogar. Como ilustración de lo anterior, una publicación de 1951 declara que,

Sobre la mujer pesa en gran parte toda la responsabilidad de la suerte de la familia. Depende de la directora del hogar la salud y el bienestar de los que se someten a ella. Tiene que cuidar el régimen alimenticio, la organización de la vida y los mil detalles que ordinariamente la reclaman. Además, en su calidad de administradora, depende en gran parte de ella el bienestar económico. Una mujer que sea despilfarradora o simplemente que no sepa llevar las cuentas y

⁴⁰³ Pite 28.

⁴⁰⁴ Pedraza 73.

⁴⁰⁵ Pedraza 79.

establecer el orden necesario, llevará siempre desnivelado el presupuesto de la familia. (...). Los que creen que la mujer necesita pocos conocimientos para dirigir el hogar, cometen con su error la mayor injusticia. Nada necesita mayor suma de conocimientos y de abnegación⁴⁰⁶.

La “economía doméstica” era denominada por Ángel Bassi, un pedagogo argentino de comienzos del siglo XX, como “el conjunto de preceptos y de prácticas conducentes al buen gobierno, administración e higiene de una casa, a la conservación de la salud de la familia, a la crianza, dirección y educación de los hijos, a la felicidad y al bienestar del hogar”⁴⁰⁷. Aquí se puede ver cómo estas múltiples competencias y actividades propias de las mujeres y realizadas por ellas desde antaño, se agrupan bajo un nombre, “economía doméstica”, ¿Cuál fue la razón para hacerlo? Se puede suponer que el objetivo sería darles un carácter científico y racional a las tareas domésticas.

El tratamiento de las labores domésticas bajo la luz de la ciencia comenzó a practicarse en Los Estados Unidos a finales del siglo XIX por un grupo de mujeres, entre ellas cocineras, maestras, escritoras y amas de casa entusiasmadas por los avances científicos y tecnológicos de la época y que estaban cambiando los procedimientos de la vida cotidiana. Estas mujeres relacionaron la ciencia y las actividades que ellas desempeñaban en el hogar y las compararon con las desarrolladas en una oficina o una fábrica. Bajo esta óptica los métodos tradicionales de cocinar, limpiar y cuidar la familia, comenzaron a parecerles desordenados, irracionales y poco profesionales. Este enfoque tendría un fin y era el de lograr una mejor nación⁴⁰⁸.

⁴⁰⁶ “La familia bien administrada”, *Hacia la luz* (Bogotá) julio de 1951: 304.

⁴⁰⁷ Bassi, citado en: Caldo 65.

⁴⁰⁸ Laura Shapiro, *Perfection Salad. Women and Cooking at the Turn of the Century* (Berkeley: University of California Press, 2009) 4.

Una familia, pensaban ellas, gobernada por la tradición y sin educación, sería un proyecto fallido que conduciría a la pobreza, la enfermedad, el alcoholismo y el desempleo. Por el contrario, un hogar administrado de acuerdo con los fundamentos científicos, esto es, cocinar bajo los principios de la nutrición o limpiar para alejar el peligro de los gérmenes, sería adecuado para nutrir la grandeza de una nación; sería el trabajo de la mujer guiar a la nación fuera del caos y hacia la era científica⁴⁰⁹. A este movimiento de reforma doméstica se llamó de diferentes formas: “scientific housekeeping”, “home science”, “progressive housekeeping” y “domestic science”, siendo este último el término más usado. ¿Qué de estos principios lograron pasar las fronteras de los Estados Unidos e influenciaron la manera de llevar un hogar en Latinoamérica o puntualmente en Medellín?

Paula Caldo afirma que algunos de los aspectos de este conglomerado de saberes hacen parte de las ciencias económicas, pero fueron despreciados por estas debido a su relación con la dirección del hogar; de modo que fueron destinados a “in-formar”, en términos de esta autora, la domesticidad de la mujer⁴¹⁰. Por lo tanto, ese proceso de concederle una formalización y sistematicidad a los conocimientos domésticos, fue necesario para la instrucción en dichos asuntos, porque como ya se ha dicho en los párrafos precedentes, diferentes sectores de la sociedad lo reclamaban. Una de las razones para ello era que lo que suceda con la familia, repercutiría en el país.

La economía doméstica con un carácter de científicidad, según Zandra Pedraza, empieza a dar una nueva orientación a las ocupaciones que las mujeres estaban desempeñando e igualmente, a establecer cuáles serían las primordiales. Para ello, se dispuso de una educación apropiada ante las nuevas circunstancias⁴¹¹. De manera pues que, este conjunto de saberes comienza a ser dirigido y controlado por médicos,

⁴⁰⁹ Shapiro 5.

⁴¹⁰ Caldo 65.

⁴¹¹ Pedraza 74.

pensadores y moralistas –anteriormente dominio de la Iglesia y las mujeres– y ser transmitidos en forma escrita en manuales y artículos de prensa. La nueva domesticidad, declara esta autora, “propendió a la productividad y a la moralización “científica” del hogar”⁴¹². En la ciudad de Medellín, durante la época de esta investigación, se articularon diversos medios, destinados a educar a las mujeres en los asuntos domésticos. Entre ellos se puede mencionar artículos y la publicidad en los medios impresos, también los libros de cocina, así como instituciones educativas que impartían cursos sobre economía doméstica.

3.2.4. Los medios impresos

La prensa ha sido un factor clave en la difusión de las ideas. En el caso de la construcción y reafirmación de la domesticidad en la ciudad de Medellín para la época de este trabajo, no ha sido la excepción, pues socializó con frecuencia el rol de la mujer en sus páginas. “De las mujeres se habla. Sin cesar, de manera obsesiva. Para decir lo que son, o lo que deberían hacer”⁴¹³. A lo largo de este periodo, se discutió constantemente sobre ella en artículos, notas o secciones especiales con temas dirigidos al público femenino. A este conjunto de escritos y demás, Bridget Aldaraca los define como “literatura preceptiva” y tenían la finalidad de determinar la manera de ser y la conducta de las mujeres⁴¹⁴. Fueron numerosos los temas: su misión en la sociedad, si debe trabajar o no, sobre el voto femenino, la educación; también acerca de su cuerpo y mente, como la salud, belleza, inteligencia, su carácter y temperamento, su conducta y, desde luego, se publicaban recetas de cocina y diversos consejos acerca de cómo vestirse, del manejo de su matrimonio, de sus hijos, de la realización de las diversas tareas domésticas, entre otros.

⁴¹² Pedraza 78.

⁴¹³ Perrot 27.

⁴¹⁴ Aldaraca 22.

Estos son solo una muestra de los diversos contenidos que dictaban cómo debería ser una mujer y la manera correcta de comportarse, justificados muchas veces por el mandato divino. En un intento de frenar el cambio social en el que la mujer se estaba “emancipando”, se afirmaba que la Iglesia elevó el concepto de la mujer comparándola con la “figura ideal y encantadora de la Virgen Madre de Dios”⁴¹⁵, como así se venía realizando desde el siglo XIX⁴¹⁶. Otro artículo, tratando el asunto del papel del sexo femenino, decía que, “En María se halla el tipo de la mujer tal como Dios quiere que sea. Si ella se conforma a los designios divinos es instrumento de salud. Si, por el contrario, se desvía de su verdadera vocación, truécase en causa de ruina”⁴¹⁷. De manera pues que, exaltándolas a un nivel casi sagrado, ellas no tendrían espacio para protestar, porque un enfrentamiento con esta voluntad celestial, sería amonestado. “(...) que se cumpla en nosotras la ley no solo de la vida sino también de Dios”⁴¹⁸, se lee en una sección de la revista *Cromos*, llamada “El rincón de las mamás” discutiendo el tema de la maternidad. Mensaje que se le envía a las lectoras reforzando la idea de que ser madres es un hecho natural y a la vez un deseo de Dios, el cual no se puede eludir.

Para ilustrar algunos de los contenidos dirigidos a la mujer en la prensa, la imagen 17, muestra una sección llamada “La mujer y el hogar” del periódico *El Colombiano*, cuyo subtítulo resume lo que en dicha sección trataba: modas, cocina, arte y consejos; como así lo evidencian los titulares: “Cómo hacerse usted encantadora”, “Últimos modelos de sombreros”, “Todavía hay perfumes”, “atrayentes modelos para empleadas”, “El cabello rizado”, “La gimnasia y la moda”, “Recetas de cocina”, “Un modelo para viaje” “Unas piernas lindas” (secretos de Hollywood), “La nota juvenil”.

⁴¹⁵ “El voto de la mujer”, *El Colombiano* (Medellín) 10 de mayo de 1946: 3,9.

⁴¹⁶ Así lo refiere Alba Inés David en su libro: *Mujer y trabajo en Medellín: condiciones laborales y significado social, 1850-1906* (2007).

⁴¹⁷ “Misión social de la mujer”, *El Colombiano* (Medellín) 23 de agosto de 1920: 1.

⁴¹⁸ “la mujer y la vida”, *Cromos* (Bogotá) 01 de noviembre de 1941.



Imagen 17. "La mujer y el hogar", sección femenina de *El Colombiano*⁴¹⁹

Concretamente en materia de la economía doméstica, los medios escritos que circulaban en la ciudad por aquella época⁴²⁰, como el periódico *El Colombiano*, las revistas *Cromos* y *Letras y Encajes*, por ejemplo, difundían muchos de estos contenidos relacionados al trabajo doméstico, "Se trata, por lo general, de pequeñas

⁴¹⁹ *El Colombiano* (Medellín) 23 de agosto de 1944: 9

⁴²⁰ Catalina Reyes refiere otro medio impreso que existió en las primeras décadas del siglo XX, era la revista *Familia Cristiana*, dedicada a la educación del sexo femenino, principalmente de sectores medios y altos de la sociedad. Como medio de difusión católica, rechazaba, según la autora, actitudes banales como la vanidad, la coquetería y la moda. Su principal objetivo fue el de "la creación de un arquetipo de mujer sometida al hombre, pero dignificada en su papel de madre e imitadora de la Virgen María". Por lo tanto, difundía un modelo de mujer ejerciendo su gobierno en el hogar con cualidades como "la castidad, la abnegación, la sumisión, el espíritu de sacrificio, la negación de sus deseos y, aun, la de su propio cuerpo", es decir, casi un ángel, cuya responsabilidad era la redención de su familia. Reyes, *Aspectos* 172.

artimañas de ama de casa (...). Son conocimientos insignificantes, pero muy útiles”⁴²¹. Eran consejos prácticos de cómo limpiar, lavar o preservar ropa, muebles, pisos y utensilios; mejorar la preparación de ciertos alimentos o el aprovechamiento y conservación de ingredientes; fabricar jabón, vinagre, barniz y tinta; aliviar enfermos o curar heridas. En fin, era una cantidad enorme de sugerencias, generalmente era una sección de una columna, muy pequeña, con algunos consejos muy puntuales y publicadas bajo títulos como los siguientes: “Lo útil para las amas de casa”, “Consejos a las amas de casa”, “Para la casa y el hogar”, “Para la dueña de casa”, “Consultorio del hogar”, “Economía Doméstica”, entre otros. Como se puede ver, todos dirigidos a la mujer.

El elogio a la mujer y a su rol doméstico también fue insistente en los medios. Se hablaba de ellas como el instrumento, la brújula que orientaba a la familia, con capacidad de resolver los problemas que se pudieran presentar en su hogar; recalcaban incluso que, los solucionarían mejor que el esposo. Estos enaltecimientos se componían de un listado de virtudes que supuestamente caracterizaban la personalidad de una mujer, como, por ejemplo, su “inteligencia fresca femenina, sus atributos esenciales, sus sentimientos cristianos, su gran sentido de benevolencia y construccionismo moral”⁴²². Algunas veces llegaban a ser bastante inspirados, en el que recurrían a figuras literarias para embellecer su discurso para deleitarlas:

Nosotros queremos el reinado de la mujer, pero reina en el santuario del hogar, del cual debe ser ella como la diosa forjadora de almas, cinceladora de sentimientos. Sus hijos se los dio a ella la naturaleza, para que esté junto a ellos siempre, como el jardinero junto a sus rosales, so pena de que estos se agoten si no les presta solícitos cuidados⁴²³

⁴²¹ “Economía Doméstica”, *Letras y Encajes* (Medellín) abril de 1951: 2.091.

⁴²² “La mujer de hoy”, *El Colombiano* (Medellín) 19 de agosto de 1936: 11.

⁴²³ Juan B. Araujo, “¿Debe gozar la mujer los mismos derechos del hombre?”, *El Colombiano* (Medellín) 05 de febrero de 1932: 5.

El halago en este párrafo y el título del artículo, “¿Debe gozar la mujer los mismos derechos del hombre?”, tendrían el objetivo de convencer a las amas de casa de continuar con su rol en el ámbito doméstico. Se afirma esto porque si algunos de los privilegios del varón, como la educación superior y la política, por ejemplo, fueran concedidos a la mujer, significaría poner en riesgo el equilibrio del hogar. Al respecto, Bridget Aldaraca afirma que “el resultado de mantener a la mujer en un pedestal significaba justificar su exclusión de la vida pública y su restricción a las actividades de la esfera doméstica”⁴²⁴. Esta autora también declara que la “sacralización del hogar” obedece a los intentos de la mujer de educarse y ejercer una profesión⁴²⁵. Alba Inés David también se refiere al respecto cuando dice que el discurso de la domesticidad se utilizó en Europa para detener la notoriedad creciente de la mujer en el escenario público, desde la época de la Revolución Industrial⁴²⁶. De manera pues que tantas alabanzas a la domesticidad no eran inocuas.

3.2.5. La instrucción en economía doméstica

Los esfuerzos por instruir a la mujer colombiana en asuntos domésticos durante la primera mitad del siglo XX fueron diversos, tanto por parte del Estado, como por iniciativas particulares. En la década de 1920 en la ciudad de Medellín existió una institución dedicada a este objetivo, se llamaba Colegio Central. Es mencionada por un ciudadano en una revista de la época, *Educación Pública Antioqueña*, quien expresaba el deseo de fundar un establecimiento para señoritas diferente a dicho Colegio Central. Proponía que esta nueva escuela sería dirigida para lo que él denominaba, altas clases sociales, y educaría a “las futuras esposas y madres, para que aquellas sepan ser verdaderas compañeras y colaboradoras del hombre, y para

⁴²⁴ Aldaraca 16.

⁴²⁵ Aldaraca 17.

⁴²⁶ David 51.

que estas tengan todos los conocimientos necesarios a quien debe cumplir la misión más delicada para la familia y para la patria”⁴²⁷.

Meses más tarde en esta misma revista, se hablaba de una campaña que iniciaron algunas “distinguidas” damas de Medellín, con el objetivo de fundar una Escuela Doméstica⁴²⁸. Esta iniciativa deseaba aprovechar un auxilio que el gobierno daba a los Departamentos del país que fundaran y organizaran un centro de enseñanza mediante la Ley 47 de 1928 (28 de septiembre), “por la cual se fomenta el desarrollo de escuelas domésticas”. Estos planteles estaban destinados “a enseñar a la mujer oficios propios de su sexo”⁴²⁹. Con esta iniciativa se deseaba que las mujeres que trabajaban fuera de su hogar volvieran a él a dedicarse a las funciones que, por su género, le correspondían:

Es necesario señalar a las hijas de nuestro pueblo un horizonte distinto del de la fábrica en donde consumen sus energías y en muchos casos atrofian su organismo; la industria tampoco puede con número indefinido de brazos, y se impone la multiplicación de campos que sean propicios a las actividades femeninas. Con el proyecto de que tratamos se logra esa misión altísima y se ofrece un refugio que ampare contra la miseria o el deshonor, que suelen andar en compañía⁴³⁰.

A comienzos de la década de 1940, existió una institución –“la única que existe en el país”⁴³¹– llamada “Escuela Doméstica de Antioquia”, en la que se enseñaba a las jóvenes los oficios del hogar, tales como cocina, lavado, aplanchado y remendado de ropa, corte y costura y manejo de niños. Se fundó desde mediados del decenio de

⁴²⁷ “Escuelas del Hogar”, *Educación Pública Antioqueña* (Medellín) junio de 1928: 438.

⁴²⁸ “Enseñanza para la mujer”, *Educación Pública Antioqueña* (Medellín) noviembre de 1928: 647.

⁴²⁹ https://www.mineducacion.gov.co/normatividad/1753/articles-103000_archivo_pdf.pdf

⁴³⁰ “Enseñanza para la mujer” 648.

⁴³¹ “Escuela Doméstica”, *Letras y Encajes* (Medellín) noviembre de 1942: 6.276.

1930, “en vista de que escuelas de otra naturaleza, estaban embargando completamente el personal femenino y distraendo del aprendizaje de los oficios propios de su sexo”⁴³².

Por parte del Estado colombiano, mediante el Decreto 785 de 1941, se reformó la educación secundaria femenina adecuándola particularmente en la enseñanza de la Economía doméstica y las Ciencias naturales, “no podemos olvidar que la mujer tiene una misión social que cumplir, y debe educarse para cumplirla”⁴³³. Con la primera asignatura, se buscaba capacitarla apropiadamente para cumplir con sus deberes en el hogar y la segunda estaba adaptada a las necesidades de la vida femenina, según dicho decreto.

Con relación a la economía doméstica, se organizó en un ciclo básico educativo de cuatro años. Las alumnas serían instruidas de la siguiente manera: en el primero, aprendería sobre tejidos, limpieza y planchado de ropas. En el segundo, sobre costura, zurcido y remiendo de ropas; también acerca del aseo de la casa y confección de accesorios de decoración y muebles baratos. En el tercer año se estudiaría costura, corte y confección del vestuario del niño y ropa interior de mujer; también alimentación, puericultura y contabilidad doméstica. Finalmente, en el cuarto, costura nuevamente, y moral familiar.

Más adelante, en 1945, el Estado también creó, por medio de la ley 48, los Colegios Mayores de Cultura Femenina. Estas instituciones ofrecerían a las jóvenes, carreras universitarias de ciencias, letras, artes y estudios sociales. Bogotá, Cartagena, Medellín y Popayán fueron las ciudades inicialmente autorizadas para abrir dichos

⁴³² “Escuela Doméstica” 6.276. En esta nota hallada en la revista *Letras y Encajes*, no se aclara qué tipo de plantel educativo se trataba, si era del Estado o si era privada. No se tiene más información sobre esta escuela.

⁴³³ Ministerio de Educación Nacional, *Educación secundaria femenina. Decreto orgánico y programa de economía doméstica y ciencias naturales* (Bogotá, 1941)

centros educativos⁴³⁴. Según la rectora del Colegio Mayor de Antioquia de aquella época, Teresita Santamaría, el objetivo de crearlos era: “brindarle a la mujer una especialización más de acuerdo con su índole y también para evitar los problemas que traen consigo las universidades mixtas y que si aquí no se han presentado, es porque son muy pocas las mujeres que asisten a dichas Universidades”⁴³⁵.

El Colegio Mayor de Antioquia comenzó a funcionar en marzo de 1946, en el que, entre otras áreas, se enseñaba Economía Doméstica, y para su implementación, dicha directora, planeaba contratar a una experta del tema proveniente de los Estados Unidos⁴³⁶. Teresita Santamaría declaraba que en este curso se instruiría a las muchachas en nociones sobre dietética, diseñar adornos para el hogar, tejer sombreros de paja, fabricar muebles, juguetes, entre otros; “en fin, la Economía Doméstica abarca desde el cultivo de la huerta hasta el manejo de los niños, su alimentación, etc.”⁴³⁷.

Un aviso publicitario de 1948 (imagen 18) acerca de educación femenina da cuenta de la existencia de otras ofertas de instrucción para la mujer. En este caso, se realizaba por correspondencia y como se puede ver, se enseñaban diferentes áreas que estaban en la misma línea a los que ofrecían los planteles educativos estatales, es decir, conocimientos acordes al sexo femenino. Entre ellos, estaban sombrerería, costura, enfermería, cosméticos, dibujo, juguetería y, por supuesto, cocina. También existían otros cursos como contabilidad, taquigrafía, mecanografía, y otros más que las damas podrían desempeñar en el ámbito laboral en cargos, se puede suponer, subordinados a mandos masculinos.

⁴³⁴ https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-102942_archivo_pdf.pdf (consultado 02 de abril de 2021)

⁴³⁵ Lucila Arango, “Entrevista con Doña Teresita Santamaría, Rectora del Colegio Mayor de Antioquia”, *Letras y Encajes* (Medellín) febrero de 1946: 7.692.

⁴³⁶ Otros cursos fueron: secretariado comercial, taquigrafía en inglés, mecanografía, nociones de economía política, prestación de servicios en bibliotecas, y había una facultad de filosofía y letras.

⁴³⁷ Arango, “Entrevista” 7.692.

**A LAS MUJERES
DE ASPIRACION**

La Universidad Femenina (Buenos Aires — Argentina) y su filial Universidad Industrial y Comercial, ofrecen a todas las mujeres colombianas que sean ambiciosas y deseen progresar, los siguientes cursos, para estudiar en su propia casa y con pagos mensuales de \$ 4.00:

Corte y Confección	Dibujante de Planos
Labores y Trabajos Manuales	Contabilidad - Caja
Sombrerería	Ortografía - Caligrafía
Trabajos en Hule	Taquiografía - Mecanografía
Faño Lenci y Paja Rafia	Aritmética - Cálculo
Higiene, Enfermería, Cocina	Vendedera
Trabajos Plásticos	Y Redacción Comercial
Juguetería — Fantasías	Locución y Declamación
Plisados — Corbatas	Dibuje y Pintura
Pintura sobre Telas	Dibulo Decorativo
Cosméticos.	Perspectiva - Construcciones

PIDA INFORMES A:

UNIVERSIDAD FEMENINA

B. López B. — Medellín.
Apartado 488 — Aéreo 1052 — Teléfono 109-00

DESEO INFORMES DEL CURSO

NOMBRE TELEFONO.....

DIRECCION CIUDAD.....

Imagen 18. Universidad femenina⁴³⁸

La universidad femenina, el Colegio Mayor de Antioquia en este caso, brindaba a las mujeres antioqueñas –además de la formación en economía doméstica–, algunas “carreras propias de su sexo” como: ayudantes de arquitectura, ayudantes de cirujano, biblioteconomía, secretariado comercial, entre otras; estudios que las preparaba para el mundo laboral, el ámbito gobernado por los varones, y en el cual se esperaba de ellas no sobrepasaran los límites de su cargo, como, por ejemplo, las enfermeras. Así se puede leer en la siguiente declaración de la rectora de este plantel:

A mí me gusta (...) una enfermería aunque no sea muy a fondo y en la cual las muchachas aprendan a poner inyecciones, mover a un enfermo, tomar el pulso y la temperatura, saber cuándo el enfermo tiene algún síntoma alarmante, etc., pero no soy partidaria de aquellas enfermeras que quieren saber más que el médico y que recetan y certifican. Quiero enfermeras útiles de su deber (...)⁴³⁹.

⁴³⁸ *El Colombiano* (Medellín) 10 de agosto de 1948: 6

⁴³⁹ Arango, “Entrevista con Doña Teresita Santamaría” 7.702.

De manera pues que estas enseñanzas de la economía doméstica, por un lado, y de las carreras laborales por el otro, ambas “muy de acuerdo con su sexo”, enfocaron sus esfuerzos en la reafirmación de la domesticidad en las antioqueñas, ya fuera en su hogar o en el ámbito laboral. Y aunque en la universidad femenina, la preparación era para un ámbito público, como se vio en la cita anterior, se esperaba de las mujeres, también un comportamiento sumiso.

Cabe resaltar que por esta época algunas mujeres decidieron tomar otra formación a las convencionales, por mencionar algunas, odontología o medicina⁴⁴⁰. Hecho sin duda excepcional, en una comunidad que encauzó esfuerzos para perpetuar al sexo femenino en ámbitos domésticos. Ellas y sus familias “han roto aquellas barreras, hasta hace poco infranqueables, en este medio incomprensivo, para enviar a sus hijas a hacer estudios de medicina”⁴⁴¹, declaraba en una conferencia de la Sociedad de Mejoras Públicas de Envigado, Gerardo Otálvaro acerca del ingreso de tres alumnas a la Facultad de Medicina de la ciudad de Medellín en el año de 1947. Tampoco hay duda sobre las dificultades que debieron sortear, pues la reticencia a que las mujeres accedieran a este tipo de educación era inmensa entre la población de ese tiempo.

Lo anterior fueron situaciones inusuales, una excepción a la regla, porque muchos de los centros educativos que funcionaron por la época de este trabajo, con sus planes de estudios, pretendían moldear a sus alumnas de manera que fueran aptas en el cumplimiento de sus deberes de sus futuros hogares. De esta manera, hicieron parte del engranaje que tenía como meta la formación de la mujer doméstica antioqueña. Para ello, la enseñanza que se quería impartir se fundamentaba en la idea de que la misión de la mujer era la de desempeñar su papel de ama de casa, esposa y madre, una educación acorde a su género. Por esto, algunas áreas de su

⁴⁴⁰ Gerardo Otálvaro, “La mujer en la universidad”, *Letras y Encajes* (Medellín) mayo de 1947: 183

⁴⁴¹ Otálvaro, “La mujer en la universidad” 187.

aprendizaje debían enfocarse en los oficios domésticos, aspectos que una mujer no debería desatender.

Zandra Pedraza sostiene que la educación de las mujeres de este tiempo, “no se acercaba a la formación para el conocimiento y la vida laboral; se trataba, en cambio, de encarnar mujeres buenas y sumisas, a la vez que eficientes en la vida hogareña”⁴⁴². La moral también fue otro aspecto que la educación secundaria y las universidades femeninas contribuyeron a salvaguardar, pues con la admisión exclusiva de muchachas, este aspecto que tanto preocupaba a la Iglesia y al gobierno de aquel momento, estaría protegida. No hay que olvidar que en el pensum de la enseñanza secundaria femenina decretado por el Estado en el último año de estudios, se impartía la asignatura “Moral familiar”, como uno de los deberes que las mujeres debían cumplir en su casa.

La formación en economía doméstica implicaba algunos aspectos. Primero, según Rebekah Pite, enfatizó el poder de las mujeres sobre sus familias, pero fue un dominio que se suscribía únicamente al hogar. Segundo, y de acuerdo con esta autora, las bases de estos saberes femeninos que tradicionalmente se transmitían en la familia mediante la observación y oralmente, fueron desacreditados frente a las nuevas formas de divulgación⁴⁴³. En este aspecto, las fuentes consultadas para la presente investigación no evidencian alguna opinión con respecto a la manera habitual de enseñar los conocimientos domésticos.

En cuanto a la alimentación, Paula Caldo afirma que el interés por preparar comida apetitosa ya no era tan importante como sí lo comenzó a ser la nutrición⁴⁴⁴. En este sentido, la economía doméstica impartida en la enseñanza secundaria femenina en

⁴⁴² Pedraza 79.

⁴⁴³ Pite 28.

⁴⁴⁴ Caldo 85.

Colombia desde comienzos de la década de 1940 comprendía diferentes temas al respecto. Se estudiaba sobre los componentes de los alimentos como las albúminas, hidratos de carbono, sales minerales, grasas y vitaminas, y la función de estos en el organismo; también acerca de los distintos procedimientos de cocción y las condiciones higiénicas para llevarlos a cabo, como el asado, sudado, frito, ebullición y el baño María. Se instruía sobre las calorías con respecto a las raciones y de cómo elaborar menús, los cuales se debían componer de: sopa, una carne, huevo o pescado; un cereal, leguminosa, gramínea o tubérculo; una verdura, raíz o tallo y, finalmente un postre y una fruta. Se enseñaban siete tipos de menús correspondientes a los días de la semana, lo que indica que la variedad en la comida era importante.

Para esta misma década, dos de los libros de cocina aquí analizados, presentaron contenidos relacionados al tema de la nutrición. Los demás recetarios solo dieron sugerencias de menús y un apartado de equivalencias en pesas y medidas. Blasina Botero en su obra *De la cocina a la mesa* (1941), ofrece un listado de alimentos, según ella, indispensables para una buena nutrición; indica cuáles son fuentes de grasas, albuminas, hidratos de carbono o vitaminas. El otro texto, *La cocina, la mesa y el servicio moderno* (1944), de Isabel de Restrepo y Emilia Olano, también brindaron este tipo de temas. Ellas hablan de los alimentos en términos de su función: los constructores, los reparadores y los reguladores e igualmente, hablan de minerales, harinas, carbohidratos, vitaminas y qué alimentos los contienen.

3.2.6. Los libros de cocina

Los libros de cocina enseñan cómo preparar determinados platos; pero además de recetas, ofrecen otros asuntos. También prescriben acerca del comportamiento masculino y femenino, afirma Sherrie Inness⁴⁴⁵. En este sentido, Jessamyn Neuhaus

⁴⁴⁵ Inness, *Secret Ingredients* 3.

declara igualmente que ningún otro medio transmitió de una manera tan contundente en sus recetas e instrucciones, mensajes sobre cómo debe ser la actitud de una mujer hacia la cocina⁴⁴⁶. De esta manera, los manuales de culinaria, por una parte, pueden revelar el punto de vista que la sociedad tiene sobre los roles de género y, por otra, pueden contribuir a perpetuar las funciones tradicionales de hombres y mujeres. En sus contenidos les manifestaban a ellas una y otra vez que cocinar era su responsabilidad “natural” y que era uno de los aspectos más importantes de su rol social, además de ser una parte esencial de la verdadera feminidad. Con estas estrategias entonces, buscaban mantenerlas en la cocina, ayudando finalmente, a preservar el statu quo de la sociedad⁴⁴⁷.

Sherrie Inness además declara que los libros de cocina pueden confirmar o desafiar los roles en una colectividad⁴⁴⁸. En el caso de los recetarios publicados en la ciudad de Medellín en la época de estudio, no hicieron más que convalidar el papel que tradicionalmente han desempeñado hombres y mujeres, principalmente el de ellas, quienes eran su público objetivo. Se puede decir que estos manuales culinarios son en sí mismo un dispositivo de reafirmación de roles, aunque algunas veces no lo digan explícitamente, pues en esencia, ellos enseñan sobre la elaboración y consumo de los alimentos, tarea que por cientos de años la han realizado principalmente mujeres. “Es necesario que se hagan “esas cosas”; es necesario que alguien se encargue de eso; de preferencia, será una mujer, antaño era una mujer “buena para todo””⁴⁴⁹. En esta investigación se hallaron textos ofreciendo solamente recetas, pero, aun así, como lo afirma Jessamyn Neuhaus, los libros de cocina pueden demostrar vívidamente la fuerte relación entre la preparación de comida y el género⁴⁵⁰.

⁴⁴⁶ “Nowhere did cookbooks so strongly drive home their messages about a woman's attitude toward cooking as in their recipes and instructions”. Neuhaus 230.

⁴⁴⁷ Inness, *Secret Ingredients* 4, 6; Neuhaus 229.

⁴⁴⁸ Inness, *Secret Ingredients* 15.

⁴⁴⁹ Giard 158.

⁴⁵⁰ Neuhaus 2

La mayoría de los libros de cocina que comprenden este trabajo fueron poco explícitos en su retórica prescriptiva –usando los términos de Jessamyn Neuhaus–, con relación a los roles de la mujer. Algunos no iban más allá de mencionar escuetamente en sus prólogos que saber guisar es un arte muy propio e indispensable para toda ama de casa, para así complacer con alimentos sanos, bien preparados y presentados en la mesa, a su esposo e hijos o cuando tuviera invitados⁴⁵¹. Del total de las obras en cuestión, solo dos resaltan por contener clara y ampliamente una serie de recomendaciones para las lectoras acerca de cómo deberían proceder en sus tareas del hogar, así como de la importancia de su posición en la familia.

El primer recetario publicado en la ciudad de Medellín a comienzos del siglo XX, *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908) de Elisa Hernández, aconseja a las mujeres distribuir bien su tiempo y ser ordenada en sus labores, durante las cuales ella debe, por supuesto, lucir “con compostura”, pues debe inspirar respeto en los miembros de la vivienda. A su vez, esta autora les otorga poder a la mujer en su función de ama de casa, la cual ella gobierna llevando a cabo distintas actividades con las que contribuirá al bienestar de su familia si las desempeña apropiadamente:

El dominio de la mujer, su reino, es su casa; aun cuando es obra delicada y difícil, la sabia distribución del dinero sin despilfarro pero con holgura, la buena marcha de ella, la vigilancia, la habilidad en los trabajos de aguja, son cosas que tienen necesidad de ser estudiadas y que contribuyen al bienestar de los suyos, porque esto no depende sino de ella⁴⁵².

Igualmente, esta autora retrata cómo debería ser la esposa y madre ideal de un hogar. Aquella dedicada enteramente a los quehaceres de su casa, al cuidado de sus

⁴⁵¹ R. de Restrepo y Olano 3.

⁴⁵² Hernández I.

hijos, y proporcionando compañía y un entorno cómodo a su esposo. Y para completar este modelo de virtudes, también debe dedicarse tiempo ella misma, para el reposo y cultivo de su espíritu:

La acción de una madre de familia no debe estar concentrada nada más que en los mil cuidados de la casa, de la cocina y de los trabajos manuales. Ella debe a sí misma, a su marido, a sus hijos y sirvientes el ejemplo de las virtudes domésticas, y juntará a sus cualidades de señora de casa el gusto por la lectura, dándole descanso al cuerpo y adorno al espíritu, a la vez que dirigirá y vigilará la educación de sus hijos, y será la verdadera compañera de su marido, interesándose en sus trabajos, haciéndole así dulce, agradable y tranquilo el hogar doméstico⁴⁵³.

En la década de 1950 se publicó otro libro de cocina que le habló claramente a sus lectoras sobre sus deberes, fue *La cartilla del hogar* (1956), de Sofía Ospina de Navarro. La autora comienza aconsejándolas en lo referente al manejo de los recursos económicos y el mantenimiento del orden e higiene de la casa, las cuales deben realizarse de manera equilibrada con el fin de no perjudicar la felicidad de la familia. Dice ella que, “[...] Este estilo de orden con visos de tiranía, no puede llamarse virtud; como tampoco el principio de economía con reflejos de avaricia. Todo tiene su término medio y a él debemos ceñirnos las mujeres que deseamos hacer de nuestro hogar un refugio acogedor y agradable”⁴⁵⁴. La trascendencia de las funciones de la mujer es destacada en este recetario, pues de su buen desempeño como ama de casa se beneficia la familia y a su vez, esto repercutirá en la prosperidad y buena marcha de los países; como consecuencia de esto, la responsabilidad de la mujer es mucho mayor de lo que generalmente se piensa, declaraba Sofía Ospina de Navarro.

⁴⁵³ Hernández I.

⁴⁵⁴ Ospina de Navarro, *La cartilla* 5.

Para Sofía Ospina la comida ocupa un lugar prominente entre los deberes de la mujer casada. Una comida atrayente –en palabras de ella–, que se le ofrezca al proveedor del hogar que demanda por manjares agradables, contribuye a la felicidad del hogar. Este quehacer le otorga a la esposa cierta autoridad sobre su familia; esto se puede evidenciar en la siguiente cita, donde la autora, con su acostumbrado sentido del humor, sugiere una estrategia para erradicar caprichos y resabios que el esposo trajo de su hogar materno. De esta manera, la mujer impone sus gustos culinarios en su reino; un acto que Sofía Ospina denomina, “reeducar” al compañero:

Que el señor odia la cebolla, el ajo, los tomates y las yerbas? Pues a engañarlo. Porque estos aliños son indispensables en los buenos guisados y él gozará de su delicioso sabor sin tener la pena de verlos si han sido picados en crudo y, todos juntos, batidos en la licuadora con un poco de vinagre aceite y sal, hirviendo después esta mezcla durante cinco minutos y conservándola en un frasco para tenerla siempre a la mano.

Que no come legumbres?... Pues luego de hablar con frecuencia sobre la importancia de su valor vitamínico, conservador de la juventud (lo que para ellos es muy halagüeño) ha de empezar a dárselas en sopa haciendo con ellas, ya sean zanahorias, coliflores, alverjas espinacas, habichuelas, remolachas, berenjenas, repollo, vitoria o auyama⁴⁵⁵.

Velar por el bienestar de su familia fue un mandato importante para las mujeres, también, que sus esfuerzos se dirigieran a halagar invitados. Por ello, la mayoría de estos libros contienen diversas recomendaciones para ofrecer una comida. Además de estas indicaciones de Elisa Hernández y Sofía Ospina de Navarro, la mayoría de los libros de cocina contienen muchos otros apartados que le ayudarán a las amas de casa cumplir con su deber como esposa y como madre. Son innumerables estos

⁴⁵⁵ Ospina de Navarro, *La cartilla* 6.

asuntos que el conjunto de recetarios trató acerca del gobierno del hogar. Los más comunes fueron la instrucción de cómo organizar una comida ya sea familiar o con invitados, y todo lo que ello implica: vajilla, cubiertos, manteles y por supuesto los platos recomendados para ofrecer. También muchos de las autoras dedicaron un apartado para presentar menús completos con el fin de ayudar a la señora a resolver la pregunta cotidiana: “¿Qué haremos hoy para el almuerzo, el té o la comida?”.

Otros también explican cómo elaborar diversos productos para usarlos luego en las preparaciones, estos pueden ser condimentos, conservas, vinagre, jamones, quesos, hasta enseñan a fabricar jabón. Igualmente hay consejos para el mantenimiento y aseo de diferentes artículos de la casa como, ropa, muebles, accesorios, decoración. En resumen, esto contribuiría a que la señora de la casa pueda llevar con éxito su rol.

De esta manera los libros de cocina de la época de estudio presentaron imágenes de género, pero como dice Jessamyn, no se puede asumir que influyeron directamente en las ideas y comportamiento de las lectoras, pero si se puede explorar detalladamente cómo estos escritos presentaron imágenes de género. Las recetas, el lenguaje y las imágenes, reiteran un conjunto poderoso de normas sociales⁴⁵⁶.

3.2.7. La publicidad

El vínculo de la mujer y la comida, como ya se ha dicho, es de larga data, y el campo de la publicidad lo ha aprovechado para sus campañas. Los primeros anuncios de alimentos en la prensa consultada comenzaron a representar roles de género a finales de la década de 1920. Antes de esta época, este tipo de propaganda se limitaba a un aviso informativo sobre la disponibilidad que se tenía de algún producto

⁴⁵⁶ Neuhaus 4.

alimenticio por parte del negocio que lo vendía, o bien, ya por parte del fabricante, destacando alguna característica, como su pureza, higiene, originalidad, entre otras. Luego, se comenzó a articular imágenes con un discurso o argumento para persuadir sobre la adquisición de un comestible.

A partir de finales de este decenio y por el resto del periodo de este trabajo muchos de los anuncios representaron al sexo femenino como responsable de la alimentación, la salud y la felicidad de sus allegados; un rol para el cual la sociedad la eligió. Así se puede leer en un artículo del periódico *El Colombiano* de comienzos del siglo XX cuando dice que, “La misión social de la mujer se cumple en el bendecido círculo de la familia. Sus virtudes modestas pero fecundas van a reflejarse para honor y salvación de la sociedad en los hermanos, en el esposo, en los hijos”⁴⁵⁷. De manera pues que este tipo de propaganda evidenció dichas ideas alrededor de las mujeres, mostrándolas en actitudes como madre, esposa y ama de casa, contribuyendo así, como afirma Mabel Gracia, a reflejar, reforzar y crear el *statu quo*⁴⁵⁸.

Los temas recurrentes en la publicidad de productos alimenticios a lo largo del periodo estudiado fueron: la salud de los hijos, la mujer como ama de casa quien cocina, alimenta y está al servicio de su familia; también la autoridad masculina se usó con cierta frecuencia, así como el tema de la transmisión de saberes culinarios. Prácticas tradicionalmente femeninas que los anuncios reconstruyeron y plasmaron, y que, de alguna manera, pudieron contribuir a la formación de la domesticidad de la mujer en la ciudad de Medellín de la época en cuestión, porque como Mabel Gracia afirma, la publicidad tiene una “doble habilidad: reflejar y construir imágenes culturales”⁴⁵⁹.

⁴⁵⁷ “Misión social de la mujer”, *El Colombiano* (Medellín) agosto 23 de 1920: 1.

⁴⁵⁸ Mabel Gracia, *La transformación de la cultura alimentaria. Cambios y permanencias en un contexto urbano (Barcelona, 1960-1990)* (Madrid: Ministerio de Educación y Cultura, 1997) 79.

⁴⁵⁹ Gracia 79.

3.2.7.1. Deber maternal

Para algunos sectores de la sociedad medellinense de la primera mitad del siglo XX, el único destino para la mujer era la maternidad. Todos sus esfuerzos deberían estar dedicados para lo verdaderamente trascendental en su vida, la crianza de sus hijos. Así se afirmaba en uno de los medios de aquella época:

Por más vueltas que le demos, siempre será el hecho único, evidentemente e irrefutable, que el papel de la mujer, el verdadero, el fundamental, consiste en tener y en criar a su descendencia. Lo demás será accesorio; importante, si se quiere, como en lo que respecta a su mejoramiento personal; pero secundario, comparado con lo primero, que es fundamental, sin lugar a dudas⁴⁶⁰.

En la publicidad, a lo largo de todo el periodo de estudio, la salud de los niños fue el tema más reiterado; en los anuncios, se depositaba toda la responsabilidad del bienestar de ellos en las madres. “¡Proteja la salud de su bebé!”⁴⁶¹, decía un anuncio de leche; “Para Usted, Señora, ese bebé es el más preciado tesoro... y la más seria preocupación, naturalmente” exclamaba otro de la marca Maizena⁴⁶². Para ella habría también bienestar por intermedio de sus criaturas alegres, sanas, robustas, fuertes, activas, entre muchas más condiciones favorables; las cuales eran el mayor anhelo que toda madre debería tener: “La felicidad de las madres: niños sanos y robustos. Un bebé rollizo y coloradote, rebosando salud por todos los poros, es el paraíso terrenal de las madres”⁴⁶³.

⁴⁶⁰ “El regreso de la mujer al hogar”, *El Colombiano* (Medellín) junio 03 de 1939: 5.

⁴⁶¹ Publicidad Leche Kraft, *El Colombiano* (Medellín) junio 26 de 1945: 7.

⁴⁶² Publicidad Maizena, *Cromos* (Bogotá) septiembre 22 de 1958

⁴⁶³ Publicidad Cerveza Malta, *El Colombiano* (Medellín) julio 28 de 1935: 2.



Imagen 19. Leche Kresto⁴⁶⁴

Por estas razones, se le instaba a proteger y procurar la salud de sus seres amados proporcionándoles una alimentación saludable y adecuada –obviamente con el producto promocionado–, porque los niños estaban en constante peligro de padecer agotamiento y enfermedades. Muchas de las imágenes de los anuncios mostraban a la mujer en actitudes de protección hacia sus hijos, como también preparando o

⁴⁶⁴ Cromos (Bogotá) 2 de noviembre de 1940.


serviéndoles comida, como se ve en la imagen 19. En ella se puede observar la frase: “deber maternal” y en la parte superior izquierda la escena de un ave (se supone que es la madre) alimentando a sus crías. De esta manera se estaba enviando el mensaje de que el acto de alimentar a los hijos por parte de la madre es un hecho “natural”, el cual no se puede rebatir.

Ese deber que cumple la mujer en su ámbito íntimo –criar a niños sanos– trasciende a la sociedad, y se constituye en una responsabilidad aún mayor. La madre cuidadosa del bienestar de sus hijos, también contribuye a la “felicidad y engrandecimiento de los pueblos, pero no apareciendo por sí misma en el escenario público, sino preparando en secreto y a fuerza de generosidad y sacrificios esa magnífica florecencia que se apellida civilización”⁴⁶⁵. Esta idea de la responsabilidad de la mujer de educar para la ciudadanía, conocida como maternidad republicana⁴⁶⁶, lo ilustra la publicidad de Maizena cuando declara que “Los nenes de ahora son los cimientos de la raza!” (imagen 20); por ello exhorta a la madre a que lo alimente con su producto, cuyos elementos nutritivos “formarán el cuerpo del niño robusto y sano, orgullo de sus padres, y más tarde el del hombre fuerte y alerta, orgullo de la patria”.

⁴⁶⁵ *El Colombiano* “Misión social de la mujer”.

⁴⁶⁶ Pite 28.

Los nenes de ahora son
los cimientos
de la raza




¡Madres cuidadosas! Procuren que sus niños
crezcan sanos, robustos, mentalmente alertas.

La Maizena Duryea "D" ofrece a usted la
manera de preparar platos que el nene encontrará
deliciosos y que son, a la vez, perfectamente
digeribles y alimenticios.

La Maizena Duryea "D" contiene los elemen-
tos nutritivos necesarios para que se endurezcan
esos tiernos huesecillos y adquieran fuerzas esos
delicados músculos que a duras penas sostienen
hoy el tambaleante cuerpecito en sus primeros
pasos, pero que mañana formarán el cuerpo del
niño robusto y sano, orgullo de sus padres, y
más tarde el del hombre fuerte y alerta, orgullo
de la patria.

Pídanos el precioso librito de la Maizena
Duryea "D" donde se describen muchos platos
especiales para el nene y muchos otros, deliciosos
y alimenticios, para toda la familia.

Representantes:
Pérez & Muller
Aparlado 340
Bogotá



MAIZENA D
DURYEA

Imagen 20. Maizena⁴⁶⁷

3.2.7.2. El arte de bien comer

La preparación y el consumo de la comida representadas en la publicidad fue claramente un asunto diferenciado entre géneros. Bien es sabido que estas ocupaciones son deberes de las mujeres desde antaño y estos anuncios plasmaron estos roles. Las imágenes se centraron en eso; ella cocinando, usando delantal, bien

⁴⁶⁷ Cromos (Bogotá) 13 de julio de 1929.

peinada y sonriente. Algunas veces la mostraban sosteniendo un plato o una bandeja con lo guisado, en actitud de desplazarse hacia el salón comedor, o bien ya a punto de disponer la mesa, donde por lo general la estaban esperando el esposo y sus hijos -uno o dos-, expectantes a que ella les sirviera, como así lo ilustra la imagen 21. Igualmente, cuando los anuncios presentaban niñas, algunas veces ellas estaban acompañando a una mujer mayor (la madre o la abuela) en una escena de transmisión de saberes, “Mira cómo se prepara”.



Imagen 21. Sopa de pollo Maggi⁴⁶⁸

⁴⁶⁸ *El Colombiano* (Medellín) 5 de febrero de 1956: 4.

Así como las imágenes en la publicidad evidencian la responsabilidad exclusiva de las mujeres en la preparación de la comida, sus discursos refuerzan este rol enfatizando a las señoras de la casa sobre la importancia de enfocar sus esfuerzos en complacer a su familia, y a los amigos cuando tuvieran invitados. Esto se lograría, según los anuncios, cocinando y sirviendo platos variados, sustanciosos, sanos y apetitosos, que por supuesto, el producto promocionado contribuiría en ello. En resumen, ellas deberían dominar “el arte de bien comer”, como así lo nombra una propaganda de Maizena⁴⁶⁹. Esa era la forma apropiada de mantener a la familia saludable y feliz, la mayor recompensa que una dueña del hogar puede obtener, reiteraban estos mensajes: “Nada tan satisfactorio para una madre y esposa, como ver a todos los suyos rebosantes de salud y de buen humor. Porque ella sabe que ha contribuido con sus buenos oficios de ama de casa, a hacerlos felices”⁴⁷⁰.

Estas ideas sobre las responsabilidades de las amas de casa en la armonía en el hogar, y la comida como medio valioso para lograrlo, también fueron difundidas por algunos sectores de la sociedad medellinense, así se expresaban en uno de los medios escritos:

La dueña de casa también puede tener junto a sí sus seres queridos, haciendo uso de otra arma de indudable poder; la comida. Si procura siempre dar una alimentación nutritiva y abundante (en la medida del presupuesto casero claro está), preparar platos en que las verduras y hortalizas abunden; hacer que todos tomen leche hervida en bastante cantidad ya que la leche da fortaleza excepcional; en una palabra, procurando que la comida sea variada y nutritiva, es seguro que habrá dado un paso en firme para que el hogar sea feliz y goce de perenne alegría⁴⁷¹.

⁴⁶⁹ Publicidad Maizena, *Cromos* (Bogotá) julio 08 de 1933.

⁴⁷⁰ Publicidad Maizena, *El Colombiano* (Medellín) noviembre 20 de 1958: 12.

⁴⁷¹ “Para un hogar feliz. Al oído de las dueñas de casa” *El Colombiano* (Medellín) enero 17 de 1949: 4.

El vínculo establecido por la sociedad entre mujer y comida, y la importancia de ambas en la felicidad del hogar, fue capitalizado por la publicidad para comercializar sus productos. Con sus mensajes animaron a las señoras del hogar a usarlos para así lograr lo que a ellas se les exigía, ser una ama de casa perfecta que vela por su familia y sabe qué es lo mejor para sus seres amados. “By commodifying these attitudes and beliefs, food advertirsers promoted the belief that food preparation was a gender-specific activity and that women should cook for others to express their love”⁴⁷². Con esto, de alguna manera, la publicidad y por extensión las industrias alimenticias, también contribuyeron finalmente a reafirmar los roles que las mujeres tradicionalmente han desempeñado.

Los múltiples discursos emitidos desde los mecanismos abordados en páginas anteriores como los artículos en la prensa, los libros de cocina, la publicidad y la educación, aunque idealmente estaba dirigidos a las mujeres en general, en la práctica no todas podían acogerlos por diversas razones. Para comenzar, con los libros de cocina se deben tener en cuenta ciertos aspectos como su costo, no todos podían comprarlo; también los índices de analfabetismo pueden haber impedido el acceso a estas obras. Esto igualmente es válido para los artículos en prensa y la publicidad. También pudo ocurrir que no hubo interés por parte de algunas mujeres en aprender a cocinar por el medio escrito y prefirieron realizarlo de la manera tradicional. Aun en el caso de acceder a estas lecturas, como lo afirma Jessamyn Neuhaus, no se puede asumir que quien los haya leído, pudo haber influido en sus ideas y comportamientos⁴⁷³.

⁴⁷² Katherine Parkin, “Campbell’s Soup and the Long Shelf Life of Traditional Gender Roles”, *Kitchen Culture in America: Popular Representations of Food, Gender, and Race* (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2001) 52.

⁴⁷³ Neuhaus 4.

A lo largo de la historia, la mujer ha sido objeto permanente de juicios y opiniones sobre lo que es o la manera de cómo debería comportarse. Esto lo han realizado generalmente hombres. De este modo, en el contexto europeo del siglo XVIII, religiosos, filósofos, médicos, académicos, entre otros, promulgaron un ideal femenino, el cual la ubicó en el ámbito doméstico consagrada a su familia y responsable de las tareas del hogar. Fue este modelo con el que se establecieron las condiciones de la mujer doméstica moderna para administrar una casa; de manera que los principales mandatos para ella fueron: la educación de los hijos, la vida matrimonial y la economía familiar. A la par de este prototipo femenino, también se instituyó a la familia como núcleo de la sociedad, así como las funciones de los miembros de esta.

En Medellín en la primera mitad del siglo XX y aproximadamente la década de 1950, se difundió en diferentes medios acerca de cómo las mujeres debían comportarse de acuerdo con su género. A este conjunto de discursos se le ha denominado “la cultura de la cocina”, la constituyeron los libros de cocina, los artículos en prensa, la publicidad y el sistema educativo. Estos pretendían definir el rol que debían desempeñar las medellinenses en su hogar, concretamente, en la cocina.

Con la definición de la familia como pilar de la sociedad, la misión de la mujer trascendería más allá del ámbito doméstico: moldear sus seres queridos bajo los preceptos del evangelio y la disciplina para crear a los futuros ciudadanos responsables. Sumado a esto, se encuentra la economía del hogar, otra de las responsabilidades de las amas de casa. Por lo tanto, para desempeñar estas funciones apropiadamente era necesario instruirla, no bastaba con el entrenamiento que tradicionalmente se llevaba a cabo entre las mujeres al interior del hogar, sino que comenzó a realizarse fuera de casa y dirigida y controlada en su mayoría por hombres. De manera pues que la educación del género femenino estuvo supeditada

al rol de madres y esposas, es decir, las preparaba para desempeñar de la mejor manera estas funciones.

Una de las áreas en las que se instruyó al sexo femenino de entonces fue en economía doméstica. Con este tipo de enseñanza ya de manera formal y sistemática se pretendía brindarle un entrenamiento adecuado con el fin de cumplir dicha misión social designada. El ciclo educativo consistía en clases de tejidos, limpieza y planchado de ropa, costura, aseo de la casa, confección de accesorios y muebles, alimentación, puericultura, entre otros. Esta nueva forma de orientación se enfocó en la naturalización de unas condiciones propias de la mujer para el gobierno del hogar de manera que no se pudiera contradecir.

La prensa trató con frecuencia el tema de la mujer. Fundamentada en el mandato divino, en las publicaciones también se prescribía cómo debería ser una dama y la manera correcta de comportarse. De igual forma, constantemente se elogiaba su rol doméstico y su capacidad de solventar los eventuales problemas al interior del hogar. Esto, junto a la exaltación a un nivel casi sagrado comparándola con la virgen María, tendría como fin no dar espacio para que ella protestara e igualmente se deseaba retenerla en su casa; porque de lo contrario, esto significaría la desestabilización de la familia.

Los libros de cocina publicados en Medellín en el periodo estudiado ratificaron las funciones que hombres y mujeres desempeñaban. Aunque la mayoría de los recetarios fueron poco explícitos en su retórica prescriptiva en cuanto a los roles femeninos, varios ofrecieron consejos a sus lectoras. Ellos le recordaban que saber guisar era un arte muy propio y esencial para toda ama de casa, y que su obligación era la de complacer con alimentos sanos, bien preparados y presentados para su familia y/o invitados. Igualmente, le decían cómo proceder en sus labores domésticas y la importancia de su posición en la familia; también recalcan cómo

debería ser la esposa y madre ideal: la que se dedica completamente a los quehaceres, cuida de sus hijos y proporciona compañía y un ambiente cómodo a su esposo. Aconsejar sobre el manejo financiero, mantenimiento del orden e higiene de la casa, fueron entre otros, temas abordados en dichos escritos.

La publicidad de la época reflejó prácticas tradicionalmente femeninas mostrando reiteradamente a la mujer como madre y esposa. Los temas recurrentes en los anuncios fueron: la salud de los hijos, la mujer como ama de casa, quien cocina, alimenta y está al servicio de su familia. El vínculo establecido entre mujer y comida y la importancia de ambas en la estabilidad del hogar fue explotado por la publicidad para promocionar sus artículos.

Finalmente, la reiteración de la idea de que la mujer está destinada para ser esposa y madre y además de elogiar por diferentes medios dichas funciones, supone una estrategia para conservarla en el hogar; de este modo, ella se sentiría satisfecha y halagada de llevar a cabo sus deberes en su hogar y sus intereses y preocupaciones se encauzarían en su familia, en los demás y no en el cumplimiento de sus propios intereses ya fueran laborales o profesionales.

CAPÍTULO 4

UNA COCINA PARA MEDELLÍN. TENDENCIAS, GUSTOS, SUGERENCIAS

El presente capítulo trata sobre el análisis del conjunto de recetas contenidas en los libros de cocina publicados en Medellín entre los años 1908 a 1960. Si bien fueron textos que circularon en la ciudad, no hay que olvidar ciertos aspectos con relación a esta clase de obras como fuente histórica. Para comenzar, como ya se dijo en capítulos anteriores, estos escritos no siempre reflejan lo que la gente comía en el pasado. Además, pertenecen al género de la literatura prescriptiva, esto es, buscan guiar al lector para desarrollar una actividad determinada, en este caso, cocinar. Según Ken Albala, estos textos “... reflect peoples’ aspirations, or even merely the authors’ expectations of what readers might like to know rather than actual culinary practice”⁴⁷⁴. Pese a estas características, son igualmente valiosos como documentos históricos, opina este investigador.

Como producto de una sociedad, son diversos los aspectos que se pueden estudiar a través de los libros de cocina⁴⁷⁵. Desde el punto de vista de Barbara Wheaton, en ellos se puede indagar acerca de preferencias de sabor, aspiraciones, ansiedades de salud, las cualidades sensoriales de los alimentos y cómo variaron con el tiempo, inventariar artículos para el hogar; así como también aspectos sobre la vida cotidiana, habilidades, ambición y orgullo, templanza, frugalidad, responsabilidad social, cohesión comunitaria, entre otras⁴⁷⁶.

⁴⁷⁴ “... reflejan las aspiraciones de las personas o incluso simplemente las expectativas de los autores de lo que a los lectores les gustaría saber, en lugar de la práctica culinaria real”. Albala 229.

⁴⁷⁵ “Si escuchamos las voces en estos libros, es posible que escuchemos más de lo que esperamos”. Wheaton 279.

⁴⁷⁶ Wheaton 278, 287, 292, 295.

El método utilizado en el análisis de los recetarios para este capítulo está guiado por las propuestas de Barbara Wheaton e Isabel González Turmo. Wheaton sugiere abordar este tipo de estudio de forma sistemática y ordenada, debido a que los textos contienen una gran cantidad de ingredientes y técnicas, además de mucha repetición. Por ello, es conveniente trabajar un tipo de información a la vez antes de intentar ver el libro como un todo. Entonces se debe realizar un inventario de los ingredientes, de las técnicas, de los equipos de la cocina y finalmente, la presentación y el consumo de la comida. Este examen debe estar complementado, opina la autora, con la indagación de otras fuentes. Solo así, dice, el libro de cocina puede tener sentido en su conjunto⁴⁷⁷.

Isabel González resalta “La importancia de estudiar la cocina no a partir de sus resultados, ya sea del plato que sale de la cocina o la receta anotada, sino de los elementos que la componen”⁴⁷⁸. Recomienda entonces, cuando se va a investigar el consumo alimentario de las poblaciones, comenzar por el análisis de los sistemas culinarios, para continuar a las cocinas y finalmente a las elaboraciones culinarias o el sistema de comensalidad. Los sistemas culinarios, según ella, son los conjuntos de ingredientes, condimentos y procedimientos compartidos en un contexto histórico y territorial⁴⁷⁹.

Junto al análisis de los libros de cocina, expertos advierten que se debe recurrir a la lectura en otras fuentes para reconstruir los contextos históricos, además de corroborar si este tipo de publicaciones representa prácticas reales⁴⁸⁰. Es así como en este trabajo se indagará en otros documentos de la época estudiada para contrastar

⁴⁷⁷ Wheaton 276, 277, 285, 286

⁴⁷⁸ González, *200 años* 50.

⁴⁷⁹ Isabel González Turmo, “Antropología de la alimentación: propuestas metodológicas”, *Comer cultura. Estudios de cultura alimentaria*, Comp. Antonio Garrido (Córdoba: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba, 2001) 14.

⁴⁸⁰ “A cookbook or domestic manual cannot, on its own, reveal its actual relationship to current practices in the society it purports to represent. Only by reconstructing the historical and social context surrounding the book can we learn the answer”. Claflin 115.

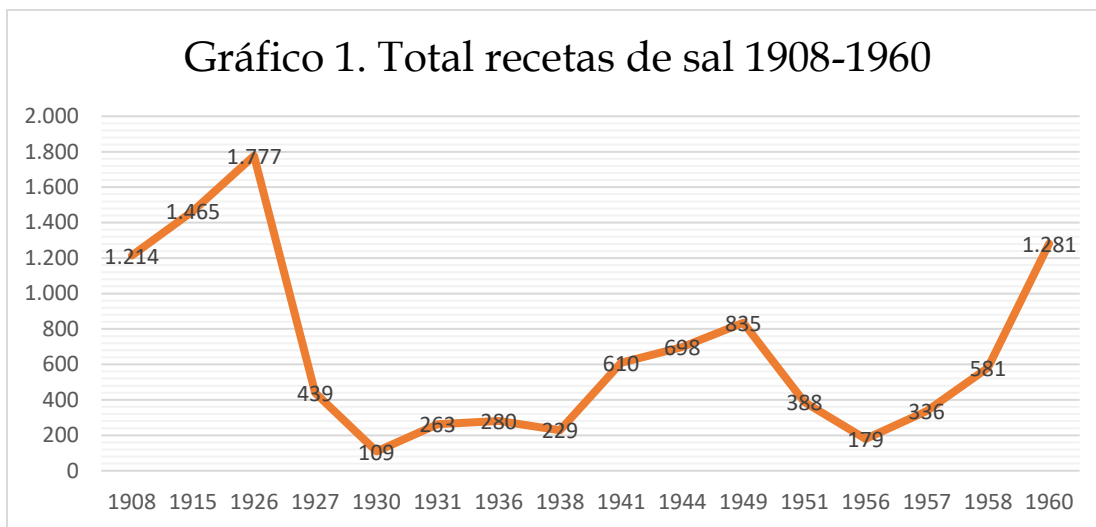
lo hallado en estos recetarios; entre ellos están la prensa, revistas, manuales de urbanidad y trabajos sobre la alimentación de la población de dicha época.

Muchos de los libros de cocina analizados para este trabajo, principalmente los de los primeros años, se caracterizaron por presentar una división muy clara de las recetas; algunos de ellos nombraron dichas secciones como “comida de sal” y “comida de duce”. De esta manera también se presentará lo hallado en el análisis del contenido de estos recetarios.

4.1. Comida de sal

El total de recetas de comida de sal del conjunto de libros de cocina examinados fueron alrededor de 10.685. La gran mayoría son de carnes; también se encuentran las de sopas, huevos, salsas, legumbres, entre otras⁴⁸¹. El Gráfico 1 ilustra la publicación de estas a lo largo del periodo estudiado y como se puede ver, entre 1908 y 1927, se caracterizó por una mayor producción con respecto a los demás años. Esta particularidad se debe a que, en esa primera etapa, se imprimieron tres obras extensas; de hecho, junto a otra editada en el último año de la época analizada, son las únicas con ese rasgo: su gran número de recetas. Las autoras de dichos escritos son Elisa Hernández, con *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908), el cual contiene 1.214 y Maraya Vélez de Sánchez aporta 2.712 con dos trabajos, *Colección de recetas de cocina* (1915) y *Cocina europea y americana* (1926). El cuarto libro con esa misma característica es *1.113 recetas inéditas de tomates*, también de Maraya Vélez de Sánchez, impreso en 1960.

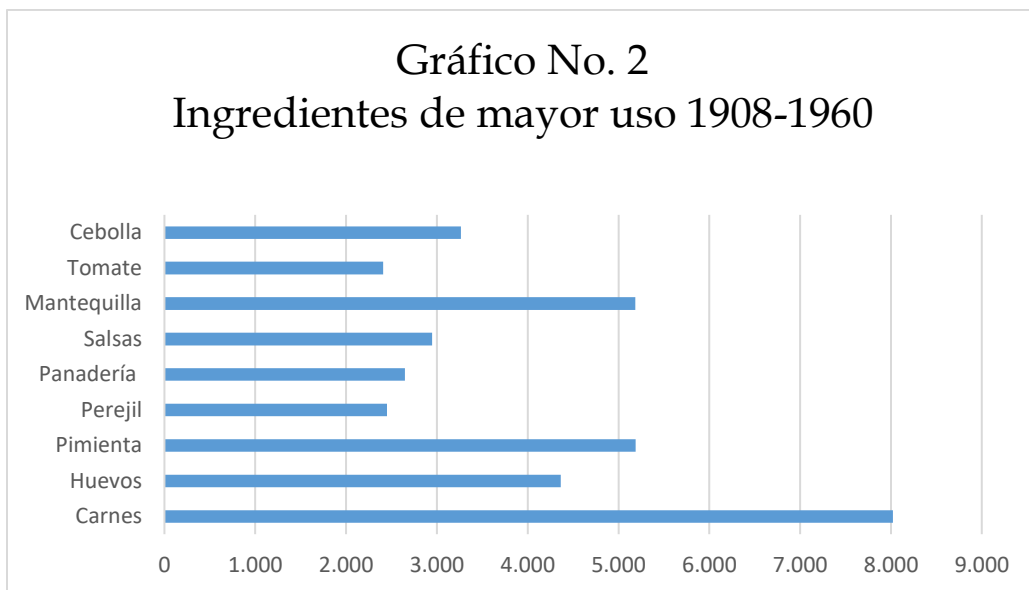
⁴⁸¹ Con respecto al número total de recetas, ingredientes y técnicas ofrecidas en este estudio y que son el resultado de los análisis de los libros de cocina referenciados, se deben entender que no son exactas, esto porque no están exentas del error, tanto humano como tecnológico en el conteo de dichas categorías.



Fuente: elaboración propia

Con relación a los ingredientes, se hallaron alrededor de 635 clases que comprenden desde carnes, lácteos, licores, especias, flores, hierbas aromáticas, frutas, verduras, legumbres, cereales, productos de panadería, pastas, salsas, grasas y productos industriales⁴⁸². En el Gráfico No. 2 se puede advertir cuáles fueron los más utilizados en los libros de cocina durante el periodo estudiado. Entre ellos están los alimentos cárnicos con un 77% de presencia en las recetas y en un 50% de ellas, la pimienta y la mantequilla. Los múltiples usos del huevo en la cocina, lo requieren en el 42% de las preparaciones. Al igual que la pimienta, la cebolla con un 31%, las salsas con un 28%, el perejil y el tomate con un 23%, fueron los ingredientes más empleados para sazonar y darle mejor sabor a las comidas. También se utilizaron con frecuencia en un 25%, los productos de panadería como el pan, las tostadas, los bizcochos (polvo) y bizcochuelos.

⁴⁸² De esta manera se clasificaron en una tabla de Excel los ingredientes hallados en los textos.



Fuente: elaboración propia

4.1.1. Las carnes

Los libros de cocina aquí analizados reflejan una predilección por la carne, pues su participación es considerable en las recetas. Asimismo, algunas autoras dan cuenta de su importancia en la dieta y hasta en la convivencia familiar. Por un lado, Sofía Opina de Navarro, en su estilo particular, manifiesta de una forma jocosa que, “Definitivamente el gran enemigo de la paz conyugal es la carne, (...). Se ven maridos enfurecidos porque la carne, que su mujer no ha podido aprender a comprar, está siempre dura”⁴⁸³. De otro lado, Isabel R. de Restrepo y Emilia Olano dicen: “Cuántas veces la perfección de una comida se debe sólo a un exquisito plato de carne! Esto constituye el plato central de almuerzos y comidas y generalmente es el más apetecido por todos”⁴⁸⁴.

⁴⁸³ Ospina de Navarro, *La cartilla del hogar* 18.

⁴⁸⁴ R. de Restrepo y Olano 136.

La carne ha sido uno de los alimentos más estimados por la mayoría de las culturas, tanto individual como colectivamente. Posiblemente, una de las características que la hace muy apetecida, son, según Claude Fischler, sus atributos nutricionales. Sin embargo, dicho aprecio no es unánime, porque la relación con dicho alimento varía de acuerdo con las actitudes –particulares o generales, temporales o permanentes– que se toman frente a ella: entusiasmo, prohibición, hambre irreprimible, repugnancia y desgano⁴⁸⁵. De manera pues que, la carne, dice este autor, “es el alimento más portador de *ambivalencia*; concentra en ella a la vez el deseo y la repulsión, el apetito y la inapetencia”⁴⁸⁶.

Sobre el consumo de carne en Colombia durante la época de esta investigación, Ingrid Bolívar refiere diversos estudios de dicha época que coinciden en afirmar que este se caracterizó por la baja cantidad en la dieta⁴⁸⁷. Una insuficiente producción agropecuaria aunada a los problemas de distribución y comercialización, como la gran cantidad de intermediarios y complicaciones en el transporte, hicieron de este tipo de consumo, según la autora, “una práctica cada vez más costosa”, pues los precios de este alimento eran caros y para nada asequible a la mayoría de la población⁴⁸⁸.

Los discursos político y médico acerca de cómo debería ser la alimentación de la población colombiana promulgaban una dieta equilibrada, sana y adecuada al trabajo que se desempeñase. En esta, se destacaba la necesidad de incluir la carne, combinándola con otros tipos de comida como las verduras, y si no era posible, se debería sustituir con algún tipo de grano (ya sea cebada, fríjol, habas, lentejas, maíz o trigo). Una alimentación así, pensaban los dirigentes, repercutiría en una sociedad

⁴⁸⁵ Claude Fischler, *El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo* (Barcelona: Anagrama, 1995) 114, 115, 119.

⁴⁸⁶ Fischler 120.

⁴⁸⁷ Ingrid Johana Bolívar, “Discursos estatales y geografía del consumo de carne de res en Colombia”, *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. (Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008) 244, 247, 246.

⁴⁸⁸ Bolívar 244, 247, 246.

sana y vigorosa⁴⁸⁹. Estas disposiciones y otras más demuestran, según Ingrid Bolívar, que la ingesta de carne está presente en discusiones de diversas clases: de economía nacional, higiene, la práctica de la medicina, entre otras. “Estos señalamientos introducían el consumo de carne en el mapa de las preocupaciones por la higiene y, más aún, por la reforma y el progreso moral del país”⁴⁹⁰, declara la autora.

En Colombia, el comer carne estuvo asociado a prácticas de diferenciación social⁴⁹¹. Específicamente se presentó esto con la de res. Según Flórez, fue principalmente una costumbre urbana que, con los discursos modernizadores desde las ciudades, se estaba implantando en la sociedad colombiana en la primera mitad del siglo XX⁴⁹². Para este mismo autor, la consolidación del consumo de carne bovina coincidió, a partir de la década de 1930, con el crecimiento urbano de las principales ciudades como Barranquilla, Bogotá, Cali y Medellín. De esta última dice el autor que su incremento en el número de habitantes, “resulta relevante durante todo el siglo XX y coincide con uno de los espacios de valoración del consumo de carne más importante en todo el país”⁴⁹³.

El conjunto de libros de cocina estudiados aquí da un gran peso a las carnes. Por un lado, como ingrediente está presente alrededor del 77% de las 10.685 recetas de comida de sal. Para ilustrar esto, la receta de pavo trufado a la galantina de Blasina Botero, utilizó hasta seis tipos de carne; además del pavo, que cocía inicialmente en

⁴⁸⁹ Bolívar 255.

⁴⁹⁰ Bolívar 252.

⁴⁹¹ Alberto G. Flórez-Malagón, “El mercado de la carne a finales del siglo XIX y primera parte del XX”, *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. (Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008) 189; Alberto G. Flórez-Malagón, “Ganado, ¿para qué? Usos del ganado en Colombia 1900-1950”, *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. (Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008) 163.

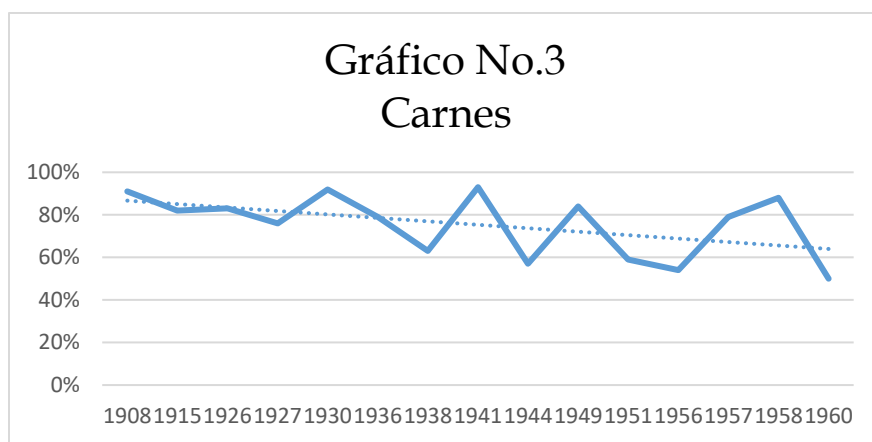
⁴⁹² Flórez-Malagón, “El mercado de la carne” 189.

⁴⁹³ Flórez-Malagón, “El mercado de la carne” 196.

un caldo con media pata y un pedazo de hueso de cadera de buey, se rellenaba luego esta ave con lomo de cerdo, lomo de buey, tocino, jamón y con hígado de ganso⁴⁹⁴.

Por otro lado, al revisar los índices de las recetas, se identificaron 3.318 en las que la carne desempeñaba el papel protagonista, lo que representa casi una tercera parte del total, esto es, el 31%. La otra cantidad, 7.367, está distribuida en los demás tipos de platos presentados; para mencionar algunos están las sopas, ensaladas, legumbres, tortas, huevos, frituras, timbales, salsas, *soufflés*, sándwiches, canapés, tamales, y muchos otros más, que varían en cada libro de acuerdo con el criterio de clasificación de las autoras.

El Gráfico No. 3 muestra la participación de la carne a lo largo del periodo estudiado. Se puede ver que su uso en los libros de cocina fue significativo en todo el tiempo, pues su intervención en las preparaciones no fue de menos del 50%. El gráfico también revela una variación en el empleo de este alimento, oscilaba a lo largo de los años entre un 90% y un 50%. Se observa igualmente, una tendencia a disminuir su uso progresivamente.



Fuente: elaboración propia

⁴⁹⁴ Blasina Botero, *De la cocina a la mesa* (Medellín: Tipografía Buffalo, 1941) 67,68.

Además de la gran cantidad de carne, también se debe resaltar su variedad. En la Tabla 1 están reunidas todas las especies halladas en los manuales de cocina; se encuentran, por ejemplo, cortes de buey, res, novillo, ternera, cordero, carnero, cerdo y embutidos, los pescados y mariscos e igualmente, las diferentes clases de aves.

Tabla 1. Tipos de carne

Cerdo	Res	Buey	Carnero	Ternera	Cordero	Aves	Pescados y Mariscos
Cabeza	Aguja	Anca	Cabeza	Cabeza	Cabeza	Capón	Almejas
Cañón	Anca	Cabeza	Costillas	Cadera	Chuleta	Faisán	Anchoas
Chuleta	Cadera	Cadera	Criadillas	Costilla	Costilla	Gallina	Anguila
Cola	Cola	Callos	Chuletas	Chuleta	Lechecilla	Gallo	Arenque
Corazón	Chuleta	Cola	Filete	Escalope	Pecho	Ganso	Atún
Costilla	Entretela	Corazón	Hígado	Filete	Pernil	Pato	Bacalao
Empella	Entrepecho	Costilla	Menudo	Hígado	Riñones	Pavo	Bagre
Entresijo	Gordana	Criadillas	Pernil	Huesos	Sangre	Perdiz	Barbudo
Espinazo	Hígado	Chuleta	Riñones	Jarrete	Sesos	Pichones de palomo	Besugo
Garra	Huesos	Entrepecho	Sesos	Lechecilla		Pollo	Bocachico
Intestinos	Intestinos	Filete		Lengua		Torcaza	Calamar
Hígado	Lagarto delantero	Hígado		Lomo			Camarones
Huesos	Lengua	Hueso de cabeza		Mano			Cangrejo
Jamón	Lomo	Hueso de cadera		Mollejas			Capitán
Lechón	Mano	Huevo de aldana		Nonato			Carpa
Lengua	Ojos	Jarrete		Pata			Caviar
Lomo	Paleta	Lengua		Pecho			Congrio
Orejas	Pata	Lomo		Pernil			Corroncho
Pecho	Pecho	Mano		Riñón			Dorada

Cerdo	Res	Buey	Carnero	Ternera	Cordero	Aves	Pescados y Mariscos
Pernil	Pierna	Pajarilla		Sesos			Jetudo
Pezuña	Riñones	Pata		Solomillo			Langosta
Pierna	Sesos	Pierna		Tripa			Langostinos
Riñones	Sobrebarriga	Posta		Ubre			Lenguado
Sangre	Solomillo	Punta de anca					Macarela
Sesos	Solomo	Sesos					Merluza
Solomo	Tripa	Sesos					Mero
Solomito	Tripacallo	Sobrebarriga					Mojarra
Tocino	Tuétano	Solomillo					Ostras
Tocineta	Ubre	Solomo					Pargo rojo
		Ubre					Pescadilla
							Róbalo
							Sabaleta
							Salmón
							Sardina
							Trucha

Fuente: elaboración propia

Sobre la diversidad de carnes, cabe anotar que fue muy marcada en los textos iniciales. Para ilustrar esto, en 1926 Maraya Vélez de Sánchez utiliza 108 cortes de carne en *Cocina europea y americana*, y Zaida Restrepo de Restrepo en su *Nuevo manual de cocina* publicado en 1957, emplea 46. Es en estos primeros años que se presentan recetas con cortes de buey, res, carnero, ternera, cordero y cerdo. También hay una variedad notable de aves como gallina, pollo, gallo, capón⁴⁹⁵, pavo, pato, ganso (hígado principalmente), pichones de palomo, perdices, torcaza y, faisán, del que solo un recetario de 1926 presentó 4 platillos. Otro grupo destacable por la multiplicidad de especies, son los pescados y mariscos.

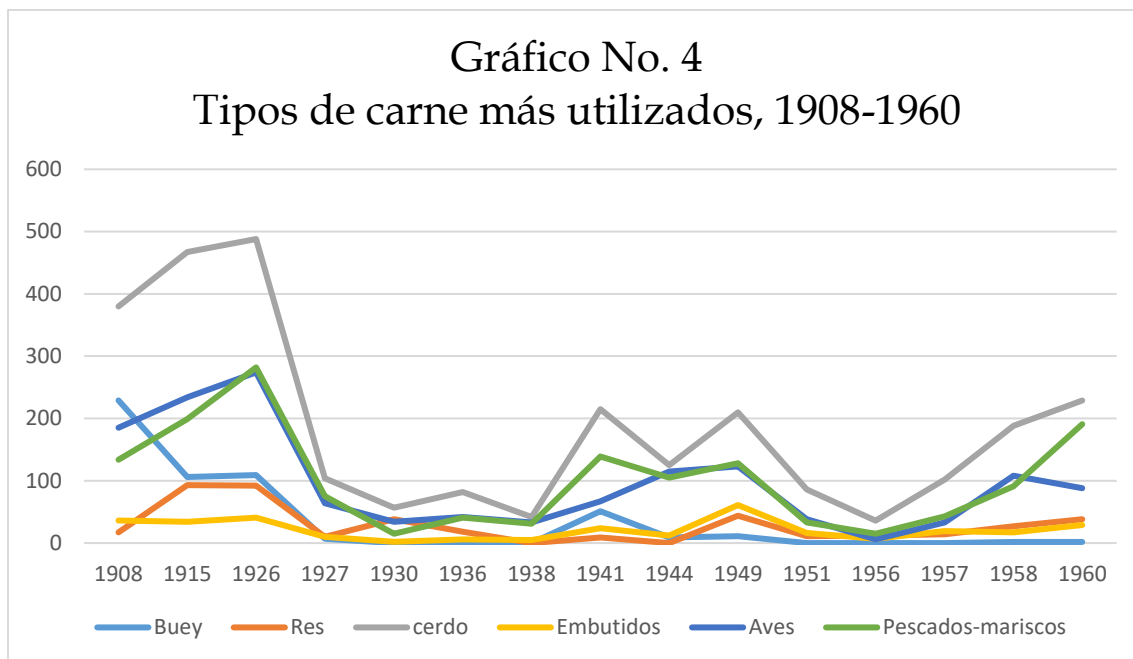
⁴⁹⁵ De este animal solo dos recetarios lo incluyen. En 1908, hay una receta llamada capón relleno. En 1941, es sugerido el capón asado para una ceremonia de etiqueta.

Igualmente aparecen en estos primeros trabajos liebres y conejos, así como tortuga y guagua⁴⁹⁶, conocidas como “carnes de monte” que, según Lola Llano de Gallardo, autora de *El plato criollo* (1949), tienen buena demanda por su exquisito sabor; por ser un “plato delicioso” ella las recomienda para ofrecer en una fiesta⁴⁹⁷, pero su libro no contiene este tipo de preparaciones. Las únicas que contribuyeron recetas de tortuga fueron Elisa Hernández, con dos, en *Manual práctico de cocina* (1908), y en 1949 Helena Posada Soto con una, en *Recetas de cocina de la señorita Faustina Posada Villa*. De guagua se encontraron tres, las aportó Maraya Vélez de Sánchez en 1915. Algunas carnes como la de la liebre, cordero y carnero, por ejemplo, fueron disminuyendo con el paso del tiempo, apareciendo muy esporádicamente o, definitivamente desapareciendo de las sugerencias en dichos textos.

Las carnes con una presencia más regular en los libros de cocina a lo largo de este tiempo estudiado fueron la de buey, res, cerdo, los embutidos, las aves y los pescados y mariscos. Entre estas, el cerdo, de lejos, es el privilegiado de las autoras, frente a las demás, su uso es de un 35%. Este resultado quizás se debe a la importancia que ha tenido entre los antioqueños. Le siguen los pescados y mariscos, y las aves, con una participación del 19% y 18% respectivamente. Por último, están la carne de buey y de res con un 5% cada una y con el 4%, los embutidos (ver Gráfico No 4).

⁴⁹⁶ Nombre científico: *Cuniculus Paca*. Es un roedor propio de Suramérica.

⁴⁹⁷ Lola Llano de Gallardo, *El plato criollo* (Medellín: Editorial Bedout, 1949) 141, 142.



Fuente: elaboración propia

El cerdo es el favorito de quienes escribieron estas recetas, pues su uso prima entre las demás carnes en todo el periodo estudiado como lo ilustra el Gráfico No. 4. Solo en un texto los pescados y mariscos la supera, y, aun así, la utilización de este ingrediente es notable. Como se verá más adelante, el cerdo ha sido un elemento importante en la comida de los antioqueños. Fernando Arango afirma que, desde su introducción a la región por parte de los españoles en el siglo XVI, fue adquiriendo a lo largo de los siglos siguientes mayor importancia⁴⁹⁸. Su popularidad se podría explicar quizás por lo que este mismo autor refiere, y es que, desde tiempos republicanos, hasta incluso parte del siglo XX, los criaderos de estos animales se localizaban en los espacios domésticos; cuestión muy diferente a la del ganado vacuno, que se realizaba en fincas o en casa fincas⁴⁹⁹ ¿Este hecho podría haber facilitado una mayor distribución de la carne de cerdo que la de res y, por ende, un consumo más extendido?

⁴⁹⁸ Arango, "El cerdo" 58.

⁴⁹⁹ Arango, "El cerdo" 62.

La cría de cerdos en la parte urbana, para finales de la década de 1930, fue prohibida por las autoridades sanitarias quienes veían en dichas labores una amenaza para la salubridad pública, y mediante Resolución No. 1 emitida por el Inspector Municipal de Sanidad de Medellín, resuelven trasladar estos corrales a la zona rural⁵⁰⁰. Aunque las problemáticas con respecto al ganado porcino en esta población no eran nuevas. En el siglo XVIII también se presentaron conflictos entre algunos habitantes, gobernantes y dueños de estos animales, debido supuestamente, a que deambulaban sin control por las calles y esto afectaba, según los dirigentes de entonces, la sociabilidad, la higiene, el aspecto de caminos y vías, además de las actividades económicas⁵⁰¹. Según Mauricio Gómez, el verdadero motivo para restringir este negocio fue la preocupación de la élite de perder sus privilegios sostenidos por la mano de obra proveniente de los sectores populares, pues la cría de cerdos era una fuente importante de recursos para estos últimos⁵⁰².

Referencias sobre el consumo de carne de cerdo en los siglos XIX y XX afirman que esta complementaba el consumo de otros alimentos que han constituido la base de la dieta de los habitantes de este territorio desde antaño, entre ellos, el maíz, el frijol, el plátano, la yuca, y la arracacha. Con estos ingredientes se preparaban los fríjoles y el sancocho⁵⁰³, los platos más emblemáticos de esta población. El sancocho se prefería para las horas del almuerzo –a las 10:00 o 10:30AM–, se podía elaborar con “repollo, yuca, plátano, papa, mafafa, arracacha y la ración (o sea la carne)”⁵⁰⁴, que

⁵⁰⁰ Ernesto Uribe, “Se prohibió la cría de cerdos en el área urbana y suburbana de Medellín”, *El Colombiano* (Medellín) 19 de agosto de 1936: 1

⁵⁰¹ Mauricio Gómez, “Cerdos y control social de pobres en la provincia de Antioquia, siglo XVIII”, *Anuario Colombiano de Historia Social y de la Cultura* 43.1 (2016) 51.

⁵⁰² Gómez 55.

⁵⁰³ José María Bravo, *Soñemos con el Medellín de antaño* (Medellín: Concejo de Medellín, Comisión para la cultura, 1994) 19.

⁵⁰⁴ María Luisa Rodríguez, *Léxico de la alimentación popular en algunas regiones de Colombia* (Bogotá: Instituto Caro y Cuervo, 1964) 58, 59.

podía ser de cerdo. El sudado también era otro plato importante y entre sus ingredientes principales estaba este tipo de carne⁵⁰⁵.

La mayoría de la gente consumía los frijoles acompañados con “chicharrón, tocino o garra” en las horas de la comida –a las 5:30 o 6:00PM–; otros en su lugar, comían la sopa y el seco, este último compuesto de “arroz, carne y frisoles con chicharrón o garra”⁵⁰⁶. En el artículo “Manjares de navidad en el territorio paisa”, del cual Sofía Ospina de Navarro y Blasina Botero de Isaza colaboraron con recetas, está el siguiente pasaje en el que se explica algunos de los usos de este tipo de carne que se solía consumir en Antioquia, que en el fondo da cuenta de cómo se usaba prácticamente todo el cerdo. Dicha explicación se hace de manera muy particular, como usualmente suelen expresarse en un diálogo informal:

El tocino es pa’chicharrón, pa’manteca; el cañón pa’sudar, pa’asar, en fin, de toda forma es bueno; la garra es pa’echale a los frisoles, porque más bueno que frisoles con garra y con arepa, nu’hay nada! Con la sangre se hace rellena, qu’es la misma morcilla o diosmío; con las tripas se hace también la longaniza qu’es el mismo chorizo. El pernil se llama pernil si se compra entero: si es por libra se llama pierna⁵⁰⁷.

⁵⁰⁵ Rafael Ortiz, *Estampas de Medellín antiguo* (Medellín: Imprenta Departamental, 1983) 117,118.

⁵⁰⁶ Rodríguez 49,50.

⁵⁰⁷ Juan Manuel Cuartas y otros, “Manjares de navidad en el territorio paisa”, *Nueva Revista Colombiana de Folclor* 7.21 (2001): 222.

Para este artículo (publicado por primera vez en 1989 por esta misma revista), Juan Manuel Cuartas recopila varias recetas de las autoras Sofía Ospina de Navarro y Blasina Botero de Isaza. Al presentar sus respectivas recetas, se mencionan sus libros de cocina. Igualmente, este fragmento sobre los usos de la carne de cerdo, es autoría del Investigador de la tradición y el folclor antioqueños, Agustín Jaramillo Londoño. Algunas de las obras de este escritor antioqueño son: *Testamento del paisa*, *El folclor secreto del pícaro paisa*, *Antología del humor colombiano*. De esta cita, Cuartas no menciona de qué obra y año la obtuvo.

Otros platos de la cocina criolla medellinense de los siglos XIX y XX preparadas con carne de cerdo, son la pezuña sudada con yuca, los fríjoles con garra⁵⁰⁸, espinazo, los huesos aliñados, el tropezón, esto es, trozos de marrano (especialmente con los fríjoles), el pernil, el solomo, el tocino preparado con fríjoles verdes o en la fritanga y, además, el uso de la manteca para dar sabor a las comidas⁵⁰⁹. Ya para el siglo XX, afirma Fernando Arango, se populariza aún más su consumo al convertirse en el centro de una de las costumbres de fin de año que distingue a los antioqueños: la marranada, “entendida como ese evento en el cual se sacrifica un cerdo como parte de las actividades decembrinas”⁵¹⁰. Vale la pena señalar que la matanza de cerdos a fines de año era una costumbre extendida en la Europa mediterránea⁵¹¹.

El conjunto de los libros de cocina, como ya se dijo, también evidencia la predilección por el cerdo, pues su participación en toda la época del estudio, en promedio, fue alrededor del 23% (Gráfico No. 5). Esta presencia, de acuerdo con el gráfico, oscila entre un 18%, una cifra nada despreciable, y un 52%. Cabe resaltar que su uso a lo largo de estos años supera al de otras carnes también empleadas con cierta regularidad (aves, buey, pescados y res). El empleo fue continuo, aunque no la variedad de los cortes, la cual fue disminuyendo a través del tiempo⁵¹². En los primeros años, se presenta una diversidad tal que hace pensar que no se deseaba desperdiciar nada de este animal. Se encuentran recetas en las que se utiliza la cabeza hasta aquellas con pezuñas.

⁵⁰⁸ Julián Estrada, *Fogón antioqueño* (Bogotá: Fondo de Cultura Económica, 2017) 34.

⁵⁰⁹ Arango, “El cerdo” 63.

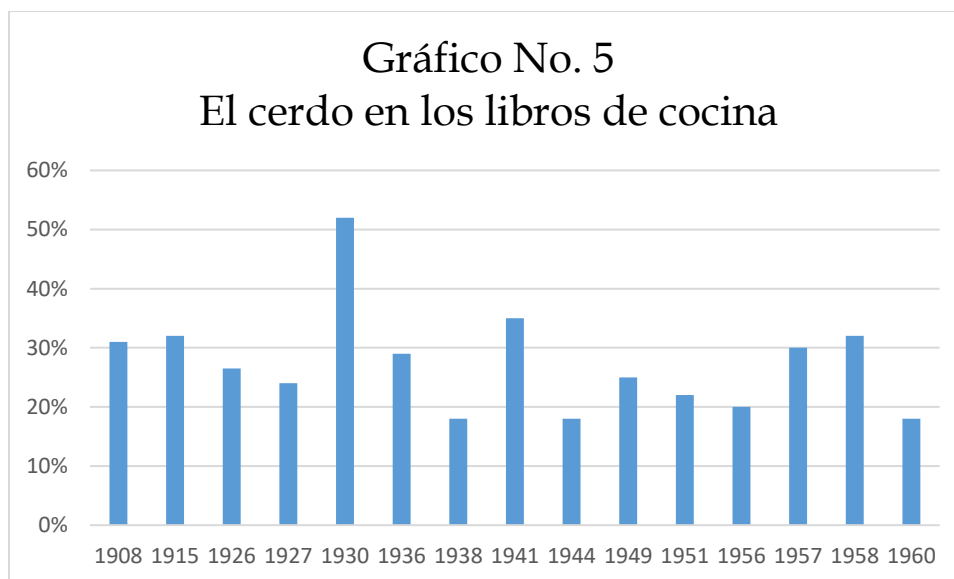
⁵¹⁰ Arango, “El cerdo” 64.

⁵¹¹ Como ejemplo de esto existe una tradición rural llamada la matanza de San Martín. Se realiza cada 11 de noviembre en honor de San Martín de Tous, en el que en muchos pueblos de España, en las casas y con la ayuda de familiares y amigos, se mataba un cerdo que había estado todo el año siendo cebado. Era una de las actividades más importantes del invierno, época idónea para la curación de embutidos y la carne de cerdo. Esto hecho constituía la garantía de la despensa anual de las familias. Dicha costumbre ha estado perdiendo espacio debido a la mecanización y modernización del campo.

<https://www.carnicerosdenavarra.com/matanza-de-san-martin-y-al-cerdo-le-llego-su-dia/>

⁵¹² En la tabla No. 1 se puede apreciar todos los tipos de cortes utilizados en los libros de cocina.

El *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908), de Elisa Hernández, cuenta con 75 preparaciones y 14 tipos de corte, algunos nombres de platos llaman la atención, están, por ejemplo: cabeza de cerdo al natural, orejas con lentejas, lengua de cerdo con ajíes, riñones a la brochette. En *Colección de recetas de cocina* (1915) Maraya Vélez de Sánchez utiliza igual número de cortes en 79 platillos; algunos, igualmente llamativos: pesuñas y orejas en fricasé, orejas a la Lyonnaise, queso de cabeza, entre otras. Eugenia Ángel de Vélez también ofrece un alto número de recetas en *La cocina moderna colombiana* (1926); de las 50, solo emplea ocho clases de carne y presenta solamente dos recetas similares a las que se vienen mencionando: queso de cerdo a la italiana y queso de hígado de cerdo. En los siguientes recetarios prácticamente desaparecen este tipo de elaboraciones; solo el queso de cabeza de cerdo es la que prevalece en cuatro de los 16 restantes.



Fuente: elaboración propia

Los cortes preciados de las autoras para las recetas de cerdo fueron el lomo, el pernil, el cañón y el jamón. Para condimentarlos empleaban fundamentalmente la pimienta

y la cebolla; también perejil, salvia aromática, laurel, clavos de especia, nuez moscada, vinagre, tomates y en menor medida, ajo, tomillo, limón, mejorana, orégano, cilantro, yerbabuena; incluso se utilizaron salsas como la de tomate, blanca, mayonesa, picante o la inglesa para mejorar el sabor. El hervido y el horneado fueron los métodos de cocción más comunes para las carnes y algunas veces el frito, el salteado, el sofrito, o cocinadas al baño María.

Así pues, resultaba una variedad de modos de elaboración entre los que estaban: albóndigas, croquetas, filetes, fricasé, gelatina, rellenos, pasteles, rollos, pudines, quesos, tortas, que se servían a la mesa acompañadas de otros alimentos; frecuentemente era lechuga, berros, perejil, papas o tomates; las salsas eran un complemento esencial, se hallaron 18 tipos y las más usadas fueron la de manzana, mangos, tomates, picante o la resultante de la cocción de estas carnes. En la Tabla No. 2 se presentan algunos de los platillos que llevan el nombre de los cortes mencionados al comienzo de este párrafo, siendo el lomo relleno y perrnil asado, las preparaciones más recurrentes. Igualmente, la receta del lechón ya sea asado, relleno o cocido prevaleció en el tiempo en la mayoría de los recetarios, receta bastante recomendada especialmente para la temporada de navidad.

Algunas autoras resaltaron la importancia del cerdo en las festividades navideñas de los antioqueños. Una de ellas, Sofía Ospina de Navarro, en sus dos trabajos, *La cartilla del hogar* (1956) y *La buena mesa* (1960) presentó recetas para los “Manjares de navidad”. Igualmente, Ana Jaramillo de Isaza en *La cocina al alcance de todos* (1936) destinó una sección para las viandas propias de “la nochebuena antioqueña”. Estos capítulos contenían, además, las preparaciones tradicionales para dicha época como la natilla, el manjar blanco, las hojuelas y los buñuelos. Los aportes de estas cocineras de platos de gran elaboración con el cerdo fueron: chicharrones de pellejo, queso de cabeza, jamón, lechón relleno, morcilla, perrnil blanco; como también salchichas, longanizas y chorizos.

Los embutidos, productos elaborados a partir de la carne de cerdo, y que hacen parte de la tradición culinaria europea⁵¹³, están presentes en todos los recetarios. Su participación como ingrediente en la preparación de los platos fue baja con respecto a las otras carnes, un 4%, como así se puede ver en el Gráfico No. 4. También se encontraron instrucciones para enseñar cómo fabricarlos, entre ellos están las salchichas, salchichones, longanizas, morcillas, chorizos y butifarras. Los primeros cuatro libros de cocina se caracterizaron por contener todas estas recetas, mientras que, en los siguientes, a excepción de un volumen, solo se hallaron por lo general uno o dos de estos procedimientos en cada texto, siendo el chorizo y la morcilla las que más prevalecieron casi al final de la época de estudio.

Tabla 2 Preparaciones con cerdo

Lomo	Pernil	Cañón	Jamón
A la marquesa	Asado	Alemán	A la antigua
Negro	A la jardinera	Con naranja	A la reina
Blanco	A la italiana	Dulce	En salsa oscura
A la mariscala	A la milanesa	Con tomates	A la condesa
A la Battemberg	Con ajíes	Con pasas	Deshuesado
Adobado	Picado		Asado
En dulce a la española	Torta con sesos		En dulce
Envuelto en col	Relleno		De pringamosa
Con tomate	Asado con cerveza		A la primavera
Relleno	Blanco		A la andaluza
Atomatado	Cocido		Medallones
En hilacha	Jamonado		Enrollado
Al horno	Al horno		A la Fitz James
Acaramelado	A la española		Al horno
Alcaparrado			Al natural

Fuente: elaboración propia

⁵¹³ Lucía Rojas de Perdomo, *Comentarios a la cocina precolombina. De la mesa europea al fogón americano*. Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012. 365.

La predilección por el cerdo en la cocina criolla y en los libros de cocina impresos antioqueños es significativa como se acaba de ver. En el uso de esta carne se hallaron variaciones en cantidad, variedad y calidad, esto, de acuerdo con el gusto de quien cocinara y/o las condiciones económicas. En todo caso la preferencia por el cerdo, al parecer, era generalizada, al menos en los siglos XIX y XX. ¿Cuándo cambió esta tendencia? si se tiene en cuenta lo que relata Mauricio Gómez en su trabajo “Cerdos y control social de pobres en la provincia de Antioquia, siglo XVIII”, el gusto de los criollos de Antioquia de aquella época por la carne de res y el menosprecio por el cerdo, pues este animal fue equiparado con quienes los criaban, personas pobres y sucias y que además perturbaba sus intereses y la convivencia en la población. Además, continúa este historiador, la tenencia de ganado vacuno concedía un valor económico y simbólico⁵¹⁴.

Después del cerdo, los pescados y mariscos, es el grupo de proteína animal más usado en los libros de cocina; entre ellas, su participación fue del 19%. Se identificaron 30 especies de pescados: anguila, arenque, atún, bacalao, bagre, barbudo, besugo, bocachico, caballa, capitán, carpa, corroncho, congrio, dorada, jetudo, lenguado, macarela, merluza, mero, mojarra, pargo rojo, pescadilla, róbalo, rodaballo, sabaleta, salmón, salmonete, sardina, trucha y las anchoas⁵¹⁵. De mariscos –crustáceos y moluscos– se encontraron almejas, calamar, camarones, cangrejo, langosta, langostinos y ostras. Cabe destacar que, a excepción de un recetario, todos incluyeron una sección de este tipo de alimento, lo que denota la importancia que las autoras le concedieron.

Luego de describir tal diversidad de especies, surge la pregunta: ¿Por qué proponer un número tan considerable de recetas -se hallaron 616- con tan variados tipos de

⁵¹⁴ Gómez 43, 55.

⁵¹⁵ Boquerón curado en salmuera con parte de su sangre. <https://dle.rae.es/anchoa> (consultado el 27 de mayo de 2021).

pescados y mariscos a una población como la Medellín de la primera mitad del siglo XX, con tan poca tradición en el consumo de estos? Es llamativo porque las referencias sobre el uso de esta carne en los antioqueños son casi nulas, a excepción de las regiones pesqueras⁵¹⁶. Primero, se debe tener en cuenta que esta ciudad se encuentra aproximadamente a 241Km de la zona costera más próxima, el Golfo de Urabá.

Medellín está localizada a una altitud de 1.538 metros sobre el nivel del mar, en un valle rodeado de montañas, exactamente, el Valle de Aburrá, en la confluencia de las quebradas La Iguaná, Santa Elena y el río Medellín⁵¹⁷. Entonces la fauna íctica de esta localidad posiblemente era bastante reducida. Precisamente, Elisa Hernández, autora del primer libro de cocina publicado en la ciudad, señala que sus recetas están adecuadas a los gustos de esta región, en donde según ella “hay escasez de pescados y muchas otras cosas”⁵¹⁸. Sin embargo, ella presenta 60 recetas de diversas especies, como: arenque, atún, bacalao, bagre, camarones, cangrejos, capitán, jetudo, ostras, sabaleta, salmón, sardina, entre otras.

Del río Medellín, Catalina Reyes refiere, se obtenían sabaletas para el consumo de los pobladores de la ciudad a comienzos del siglo XX⁵¹⁹. La carpa y la trucha también se podían capturar en este lugar y al parecer era una actividad indiscriminada, pues a mediados de dicho siglo, el Gobierno departamental tomó la medida de prohibirla por cinco años con el fin de “salvar en forma completa, su agotamiento actual”⁵²⁰. Otro punto donde podían pescar los habitantes de Medellín era el lago del Bosque de la Independencia; un anuncio en el periódico *El Colombiano* de 1944 informa sobre

⁵¹⁶ Rodríguez 50 y 59.

⁵¹⁷ Sandra Patricia Ramírez y Karim León, *Del pueblo a la ciudad. Migración y cambio social en Medellín y el Valle de Aburrá, 1920-1970* (Medellín: Universidad de Antioquia, Alcaldía de Medellín, Hombre Nuevo Editores, 2013) 33.

⁵¹⁸ Hernández (primera página, sin numeración)

⁵¹⁹ Reyes, *Aspectos* 10.

⁵²⁰ “Prohibida la pesca en el Río Medellín”, *El Colombiano* (Medellín) 29 de abril de 1949: 2.

el inicio de la pesca de carpa⁵²¹ (imagen 22), que, dicho sea de paso, se encontró que solo una de las autoras, Blasina Botero en *De la cocina a la mesa* (1941), presentó una única receta de carpa. Con respecto a la sabaleta, se empleó en todo el periodo estudiado, fue disminuyendo al paso del tiempo. Por su parte, la trucha tuvo poco aprovechamiento, pues solo se hallaron cinco recetas en el conjunto de recetarios.

Otras regiones de Antioquia y de Colombia debieron surtir a Medellín de este tipo de alimentos. Están las cuencas hidrográficas principales del departamento, entre ellas, la del Cauca, el Magdalena y la del Atrato⁵²², así como las demás del territorio nacional. Lucía Rojas de Perdomo y Víctor Manel Patiño mencionan algunos tipos de pescado provenientes de fuentes hídricas (ríos, quebradas, lagunas y mares) en lo que era entonces el Nuevo Reino de Granada, y que hasta el presente se siguen consumiendo. Entre ellos están el bocachico, capitán, sardina, dorada, barbudo negro, sabaleta⁵²³ y bagre⁵²⁴; ejemplares que aparecen en los libros de cocina estudiados. La imagen 23 es un anuncio en la década de 1930 de una de las carnicerías de la ciudad, lo que da cuenta del comercio que se tenía con otras zonas de pescados de mar y río transportadas, además, por transporte aéreo⁵²⁵.

Al analizar las secciones de recetas de pescados y mariscos se descubrió que muchas veces las autoras no especificaban qué tipo se requería para la preparación, seguramente esto ya quedaba al criterio de quien cocinara; hubo por lo menos 87 con esta característica. El salmón es el más estimado, seguido de la sabaleta, la langosta, las ostras, los camarones, el bagre, la sardina⁵²⁶, las anchoas y el atún.

⁵²¹ *El Colombiano* (Medellín) 11 de mayo de 1944: 6.

⁵²² Andrés Montoya y otros, "Los peces del departamento de Antioquia (Colombia)", *Boletín Científico Museos de Historia Natural Universidad de Caldas*, 17.2 (2013) 96, 97.

⁵²³ Víctor Manuel Patiño, *Historia de la cultura material en la América Equinoccial* (Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012) 130, 131, 132.

⁵²⁴ Rojas 204.

⁵²⁵ *El Colombiano* (Medellín) 18 de noviembre de 1932: 2

⁵²⁶ No quedó claro qué tipo de sardina se empleó en la mayoría de los textos que pedían este pescado, pues algunas veces las autoras mencionaban una "lata" o "tarro" de sardinas, por lo tanto, se puede suponer el uso de los dos tipos: la importada y la nativa de Colombia. Elisa Hernández sí lo deja claro cuando la incluye

Llama la atención de este listado que, a excepción del bagre y la sabaleta, los demás son ajenos a la producción local o quizás nacional.

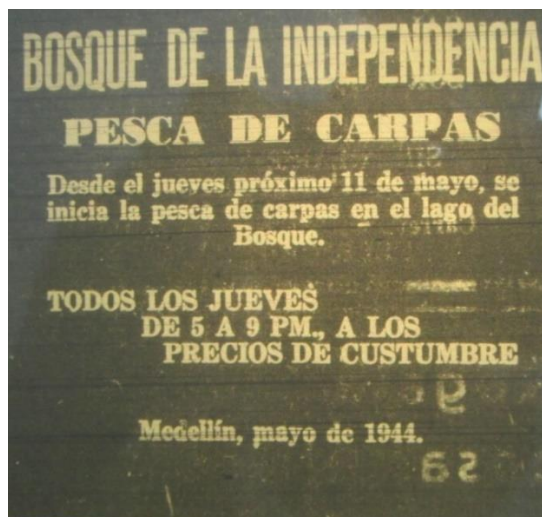


Imagen 22. Anuncio de comienzo de la pesca de carpas

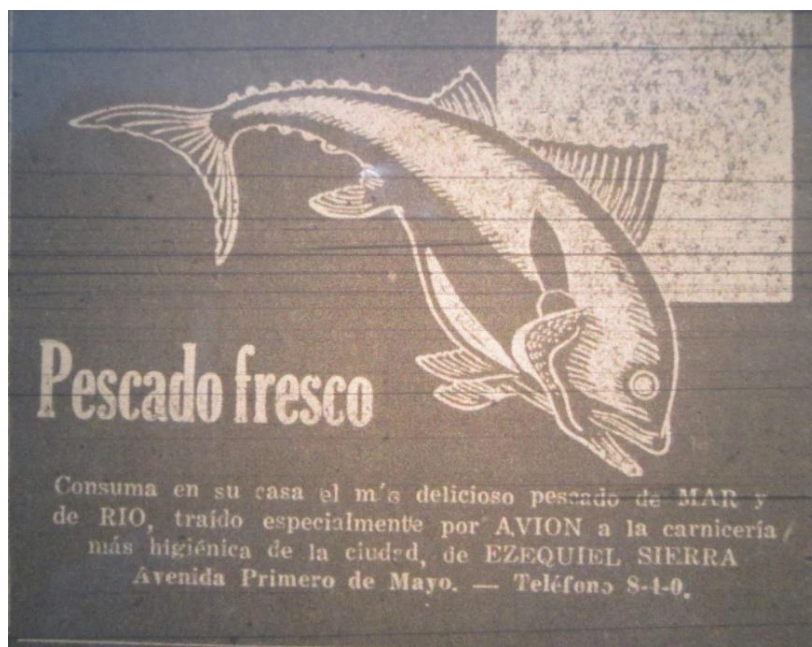


Imagen 23. Pescado fresco

en la sección de pescados extranjeros.

En los textos de cocina, frecuentemente se leía que el salmón, las ostras, la langosta, las sardinas, los camarones y el atún eran enlatados, entonces su consecución no era un asunto sin solución porque ya circulaban en el comercio de la ciudad a principios del siglo XX, como lo ilustra la imagen 24. Aunque en el anuncio⁵²⁷ no está explícito, se puede suponer que algunos eran importados, porque los almacenes de esta época vendían otros comestibles como galletas, vinos, embutidos, entre otros, y a menudo publicaban avisos de las llegadas de estos artículos. La cuestión era el costo de estas especies, por lo que se supone era accesible solo a ciertos sectores de la población. Ya a mediados del siglo XX, otros establecimientos comerciales de la ciudad tales como heladerías, salsamentarias y mercados distribuían mariscos y pescado de mar congelado de industrias pesqueras colombianas⁵²⁸.



Imagen 24. Almacén de vinos

En la preparación de pescados y mariscos, los ingredientes utilizados por las autoras para aliñarlos, fueron principalmente pimienta, cebolla, limón, perejil, tomate, vinagre y laurel. También usaron, aunque en menor medida que el grupo anterior, tomillo, nuez moscada, ajo y orégano. Para la cocción, el horneado, seguido del

⁵²⁷ *El Colombiano* (Medellín) 29 de febrero de 1916: 3

⁵²⁸ Puccini, Banfi y Cia., *Recetario para la preparación culinaria de los pescados de mar y mariscos congelados "Comisariato"* (Bogotá: Aedita Ltda.-Cromos, 1954) 62.

hervido, la fritura en manteca y el baño María fueron las técnicas más frecuentes, y en algunas ocasiones, se combinaba dos de ellas. Las salsas fueron un elemento importante, ya sea para cocinarlos o acompañarlos. Al respecto, Isabel de Restrepo y Emilia Olano Moreno aconsejaban a sus lectoras:

Mucho del delicado gusto de un pescado depende de la salsa o del acompañamiento con que se sirva: un pescado gordo o frito requiere una salsa que le mate un poco la grasa, como salsa de limón, etc.; un pescado flaco debe tener una salsa más sustanciosa como de huevos, crema o mantequilla⁵²⁹.

Algunas veces en la misma receta estaba la indicación de cómo hacer cierto tipo de salsa sin dar ningún nombre para esta. Cuando sí se proporcionaba, se lograron identificar 26 tipos (ver Tabla 3). Se usaban ya sea durante la preparación y/o al momento de servir el plato. La salsa blanca, también llamada *bechamel*, la de tomates y mayonesa fueron las preferidas.

Tabla 3 Salsas para pescados y mariscos

PREPARACIÓN	al limón, amarilla, blanca/ <i>bechamel</i> , de alcaparras, de aliños, de mantequilla, de tomate, holandesa, inglesa, mayonesa, milanesa, mostaza, negra, perrins, picante, vino tinto.
CONSUMO	Alemana, a la buena mujer, a la <i>maitre d' hotel</i> , amarilla, blanca/ <i>bechamel</i> , <i>crevettes</i> , de huevo, de limón, de pan, de pepinos encurtidos, de tomates, de vinagre, mayonesa, milanesa, mostaza, picante, Robert, tártara.

Fuente: elaboración propia

Las formas de preparación de estas carnes, al igual que su presentación fueron diversas; en la Tabla 4 se puede observar los numerosos estilos que las autoras

⁵²⁹ R. de Restrepo y Olano 123.

proponían. Esta tabla se estructuró a partir de los nombres de las recetas y de la frecuencia de cuatro términos en dichas denominaciones. La palabra “al” o “a la” refiere a la manera en que una región/país lo realizaba, también el medio de cocción o ingredientes con que se confeccionaba; por ejemplo, besugo a la italiana, salmonetes a la egipcia o langosta a la americana, pescado al vapor, pescado bagre al horno, caballa a las finas hierbas. La expresión “en” puede indicar el recipiente en el cual se dispone: pescado en cacerola, sardinas en canapés, atún en conchitas; si es una salsa o líquido, que se incorporó en la cocción o al momento de aderezar en la mesa: salmón en salsa de alcaparras, cangrejos en vinagre. “Con” indica un ingrediente igual de importante al pescado en la preparación o un complemento en el momento de servir: trucha con camarones, pescado con almendras. Finalmente, “de” alude al modo de elaboración y/o de exhibir el plato: albóndigas de pescado, aspic de sardinas, *soufflé* de pescado.

Tabla 4 Preparaciones de pescados y mariscos

al / a la	en	con	de
Alemana	Adobo	Alverja	Albóndiga
Antioqueña	Cacerola	Almendras	Aspic
Americana	Cajitas de papas	Arroz	Cacerola
Benedictina	Canapés	Camarones	Canapés
Bigarade	Conchitas	Espaguetis	Canasta
Bonne femme	Cohombros	Hígado de ganso	Cazuela
Cabaret	Costradas	Huevos	Cilindro
Cardenal	Crema	Legumbres	Cocktail
Catalana	Molde	Macarrones	Consomé
Cocinera	Salsa	Naranja	Copas heladas
Costeña	Alcaparrada	Ostras	Copetes
Crema	Salsa blanca	Papas en croquetas	Conchitas
Criolla	Salsa de almendras	Papas	Croqueta
Cupido	Salsa amarilla	Queso	Empanada

al/ a la	en	con	de
Egipcia	Salsa de mostaza	Salsa	Ensalada
Escocesa	Salsa de tomate	Salsa al limón	Escabeche
Española	Salsa mayonesa	Salsa a la Orly	Filete
Finas hierbas	Salsa milanesa	Salsa Aurora	Flan
Florentina	Salsa negra	Salsa blanca	Flores
Francesa	Salsa picante	Salsa de alcaparras	Galantina
Gratín	Salsa verde	Salsa de pan	Guiso
Inglesa	Torta	Salsa de tomate	Mayonesa
Italiana	Vinagre	Salsa dorada y uvas	Molde
Holandesa		Salsa mayonesa	Mousse
Horno		Salsa picante	Pancito
Jardinera		Salsa Robert	Pastel
Joinville		Salsa tártara	Pudín
L'epicurienne		Tallarines	Puré
Laguipierre		Tomate	Rollo
Limón		Tomate y queso	Solé
Maitre d'hotel		Verduras	Soplado
Marguery		Vino rojo	Soufflé/soufflé
Marinera		Vino tinto	Subido
Mariscala			Tamales
Mayonesa			Tarteletas
Milanesa			Torta
Mozart			Tortilla
Natural			
Newburg			
Orly			
Parisiense			
Parrilla			
Pavillón			
Portuguesa			
Provenzala			
Reina			

al/ a la	en	con	de
Richelieu			
Rusa			
Silvia			
Sol			
Vapor			
Vinagreta			
Vizcaína			
Vladimir			
Thermidor			

Fuente: elaboración propia

Como se acaba de ver, las autoras presentaron a sus lectoras una cantidad voluminosa de maneras de preparar pescados y/o mariscos y quien decidiera realizarlas, si tenía los medios económicos, no tendría inconveniente para adquirirlos, pues en el comercio de la ciudad se vendían varios de estos productos. Además, los establecimientos que los distribuían, implementaban estrategias de venta para promocionar el consumo: más barata y nutritiva que la carne y, con su consumo habitual, se podría complementar un sistema alimenticio, que, para los anunciantes, era deficiente. Así lo ilustran las imágenes 25 y 26.



Imagen 25. Pesquera Antioqueña⁵³⁰



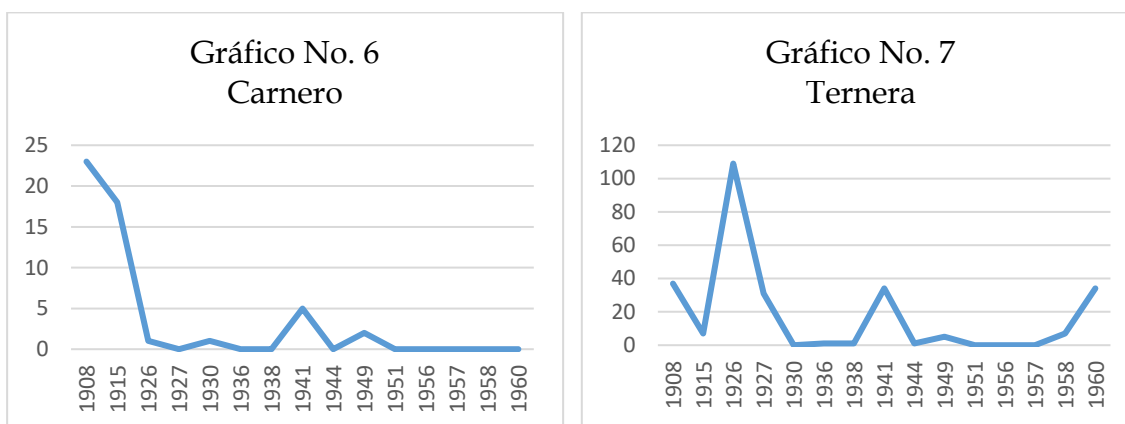
Imagen 26. Pescadora del Caribe⁵³¹

La participación de cortes como buey, ternera, carnero, cordero, fue menor con respecto a los demás tipos de carne. En conjunto, intervienen solo en el 8% de todas las recetas del periodo estudiado. Como lo ilustran los gráficos 6, 7, 8 y 9, fue en los primeros años cuando se emplearon más, especialmente en los recetarios de Elisa Hernández, *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908) y Maraya Vélez de Sánchez con *Colección de recetas de cocina* (1915) y *Cocina europea y americana* (1926).

⁵³⁰ *El Colombiano* (Medellín) 02 de agosto de 1941: 8

⁵³¹ *El Colombiano* (Medellín) 22 de abril de 1944: 10

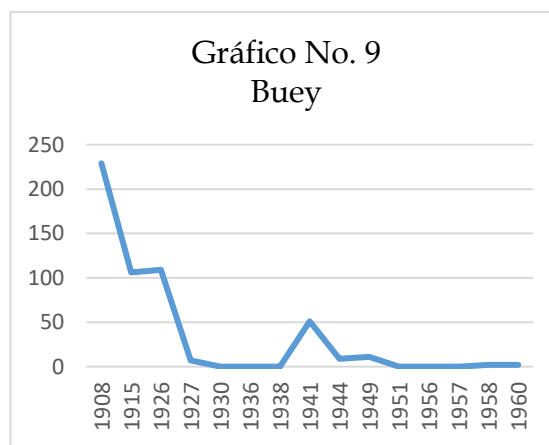
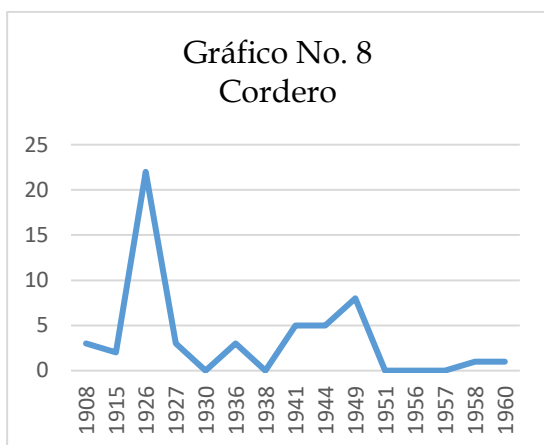
En el tiempo restante es muy poco lo que se utilizó o bien se abandonó el consumo. Solo se destaca en esta época, el texto de Blasina Botero *De la cocina a la mesa* (1941) en el que cuenta con estas carnes para preparaciones, aunque en menor medida respecto a las otras dos escritoras. El carnero, por ejemplo, desaparece de los libros a partir de 1951 (Gráfico 6). Lo mismo sucedió con la ternera, el cordero y el buey, pero reaparecen en los últimos tres años, destacándose la ternera, porque en 1960 su uso fue similar al de 1908; esto se debe a que su autora es Maraya Vélez de Sánchez, quien como lo indica el Gráfico 7, fue la que más requirió de esta especie. El cordero y el buey se encuentran todavía en esta última fase, al menos en una o dos recetas.



Fuente: elaboración propia

El uso de la carne de buey fue considerable en los libros de cocina de Elisa Hernández (1908) y Maraya Vélez de Sánchez (1915 y 1926). Son los que sobresalen en su consumo, como así se puede ver en el Gráfico 9, donde los registros más altos son de los primeros años. Luego, este producto prácticamente desaparece de los textos siguientes hasta que en 1941 en *De la cocina a la mesa*, Blasina Botero propone 40 preparaciones. Más tarde, en un recetario de 1949, *La cocina al gusto de todos*, se encuentran solo 6 platos con hígado del buey. Finalmente, en los últimos tres años vuelve a aparecer, tan solo una vez por año como ingrediente, no como plato

principal. Blasina Botero declara en su obra a las lectoras que los cortes de este animal más estimados son: solomillo, punta de anca, solomo, lengua, tabla, anca, entretabla, pecho, espaldilla, sobrebarriga. De hecho, los cuatro primeros, además de los sesos, fueron los más utilizados por los recetarios donde aparece esta carne.



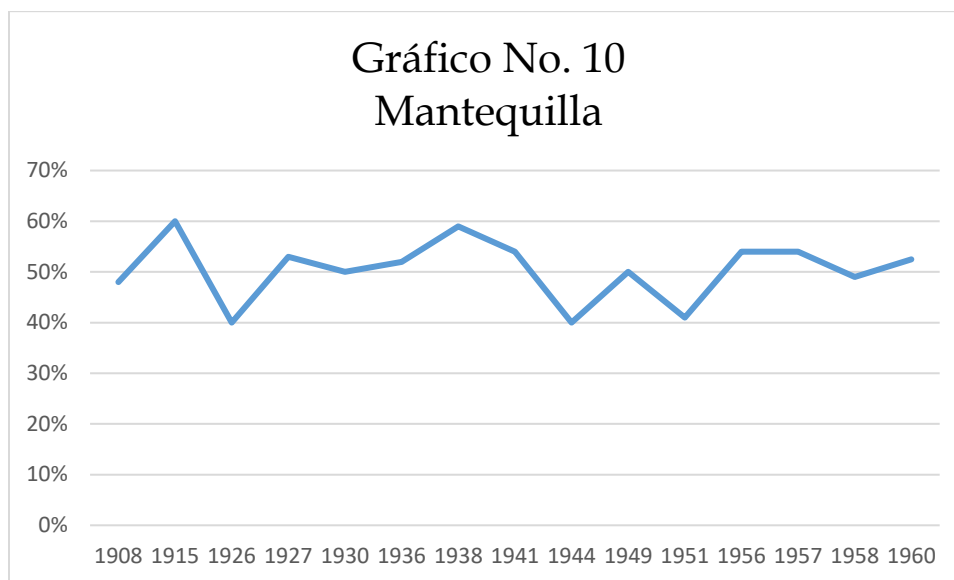
Fuente: elaboración propia

4.1.2. Mantequilla y huevos

Después de la carne, el ingrediente de mayor uso fue la mantequilla. Un 50% aproximadamente de las recetas pedían este producto, lo que muestra que fue bastante apreciada por las cocineras. La empleaban en la elaboración de salsas, sopas, para dorar en el horno las carnes, y en ocasiones también como un condimento para estas; asimismo era una opción en los salteados, sofritos y frituras e igualmente en la confección de guisos para los rellenos, entre otros. Sofía Ospina de Navarro la valoraba como un elemento fundamental de la buena comida e invitaba a sus lectoras a no “economizar” en su consumo: “Hagamos con ella más agradables nuestros manjares”⁵³², decía. El Gráfico 10 muestra su participación en

⁵³² Ospina de Navarro, *La cartilla 7*.

los años en que fueron publicados los recetarios, el cual refleja que la mayoría de las autoras la requerían cuantiosamente a lo largo del tiempo estudiado, variando entre un 40% y un 60% en el uso de este ingrediente en las recetas.



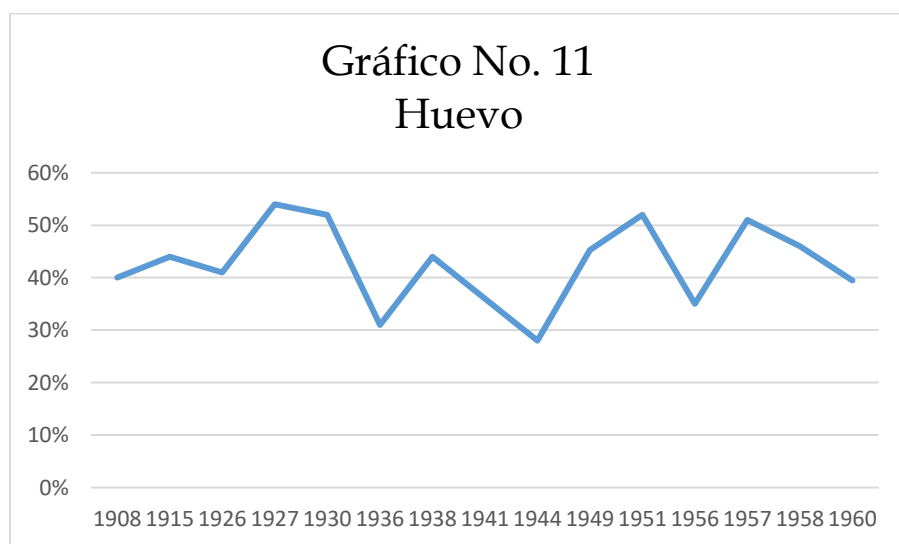
Fuente: elaboración propia

Los recetarios dan cuenta de los múltiples usos que las cocineras daban al huevo: hacer crecer y levantar mezclas como *soufflés*, tortillas y bizcochos; para espesar salsas, cremas y rellenos; como “amarrador” en los moldes de carne, legumbres, mezclas para croquetas y rellenos; la clara también se usaba para clarificar sopas y consomés debido a que recoge todos los elementos y partículas. Igualmente, para decorar bizcochos, postres, helados y tortas, se usaba las claras batidas con azúcar⁵³³.

Esta diversidad de funciones dio como resultado que esté entre los alimentos más utilizados en los textos culinarios, pues es requerido en el 42% del total de platos presentados. Igualmente, como el Gráfico 11 lo ilustra, su aporte en las comidas

⁵³³ R. de Restrepo y Olano 55.

osciló entre una tercera parte hasta un poco más de la mitad en varios de ellos. Su importancia también radica en que 14 de las 19 autoras destinaron una sección con recetas de huevo –fueron aproximadamente 592–, con diferentes modos de preparación; desde las más sencillas como unos huevos en cacerola, elaborados solo con mantequilla, sal y pimienta⁵³⁴, hasta aquellas que podían incluir o bien carnes o verduras o quesos, entre muchos más ingredientes. De esta manera se podían consumir rellenos, fritos, escalfados, con salsas, en tortillas, con pan o arepa, y muchos más, ya sea en la cotidianidad del desayuno, almuerzo o cena, pero no eran adecuados para “comidas de ceremonia”, lo recomendaban a sus lectoras, Isabel de Restrepo y Emilia Olano Moreno, en su obra *La cocina, la mesa y el servicio moderno*, aunque sin ninguna explicación de por qué.



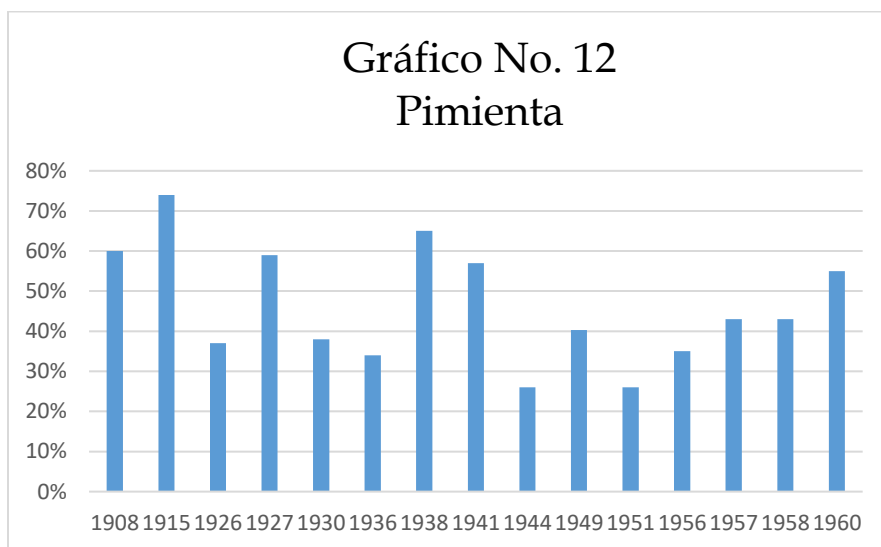
Fuente: elaboración propia

⁵³⁴ Alicia M. de Echavarría, *Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar* (Medellín: Tipografía Industrial, 1938) 70.

4.1.3. Sazón y sabor. Pimienta, cebolla, salsas y perejil

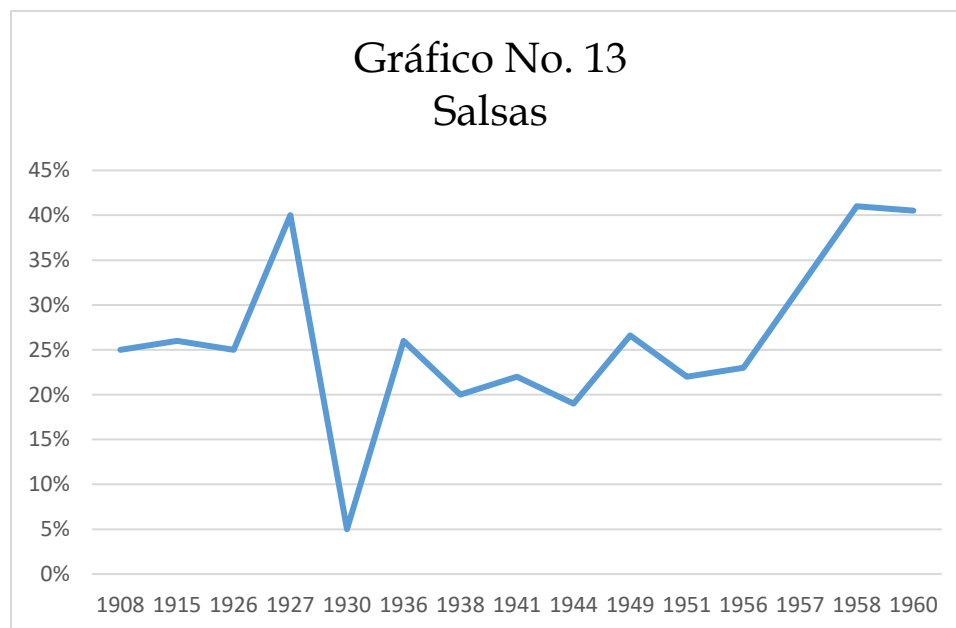
La base de cualquier plato son los condimentos, su función es proporcionarle sabores, colores o aromas. Tal parece que esa fue la preocupación de las autoras en cuestión: ofrecer a sus comensales viandas sabrosas y por ello, este conjunto de alimentos está entre los de mayor consumo en el periodo que aquí se estudia. Estos fueron: la pimienta, la cebolla, las salsas y el perejil. Los libros de cocina analizados dejaron muy claro cuál fue el predilecto, la pimienta, pues estuvo presente aproximadamente en el 50% del total de las recetas. Le siguen la cebolla con un 31%, las salsas y el perejil con un 28% y 23% respectivamente. Hay que señalar también, que se encontraron otros usos, por ejemplo, la pimienta era útil en la conservación de algunos comestibles y el perejil, para adornar algunos platillos en la presentación en la mesa.

Como se observa en el Gráfico 12, es destacada la participación de la pimienta en las preparaciones durante todo el periodo, y aun cuando en algunos años es baja con respecto a los demás, no deja de ser un uso notable. En esos años con menos uso fue casi un 30%, y en el resto, que es la mayoría, la utilizaban considerablemente, unos con más del 40% y otros superando el 60%.



Fuente: elaboración propia

Las salsas también fueron importantes para realzar el gusto de las comidas. Por ello, su participación en los libros de cocina fue del 28%, con alrededor de 76 tipos y, además, en suma, fueron cerca de 622 recetas para enseñar a prepararlas; como es obvio en esta cifra, se encontraron recetas que se repetían de un libro a otro, y por supuesto, de estas, había variaciones en las instrucciones. Las salsas eran guisadas por separado, se empleaban bien como ingrediente en la elaboración de las viandas o bien como acompañantes vertiéndolas en estas, momentos antes de llevarlas a la mesa o, eran servidas aparte en un recipiente. Las que más se usaron en los textos fueron la de tomate, la *bechamel* o blanca y la mayonesa. El gráfico 13 muestra que ningún recetario dejó de recurrir a este condimento, por ejemplo, en *El cocinero colombiano* (1930), el de más bajo registro con respecto a los demás, ese 5% estuvo representado por la salsa de tomate, la blanca y la mayonesa. A excepción de este, el consumo de estos adobos varió entre un 19% y un poco más del 41% durante la época analizada, lo que da cuenta del valor que las cocineras le conferían para mejorar sus platillos.



Fuente: elaboración propia

Asimismo, como el gráfico anterior ilustra el gusto por las salsas, algunas declaraciones de las autoras, ratifican la predilección hacia este condimento. Elisa Hernández manifestaba que ellas “forman la sazón de la mayor parte de los platos que figuran en la mesa, y se encuentran casi en todas las preparaciones alimenticias”⁵³⁵; ella las utilizaba para ligar y variar los sabores de los alimentos. Para Sofía Ospina de Navarro, al igual que la mantequilla, eran “la base de la buena comida y el ama de casa debe saber hacer a la perfección las de uso más corriente”⁵³⁶. Por su parte, Isabel de Restrepo y Emilia Olano opinaban que “La salsa debe complementar el plato que acompaña, y en vez de matar el gusto realzarlo”⁵³⁷.

4.1.4. Los vegetales

Como resultado de la producción agrícola regional y de la introducción de comestibles de otros continentes desde los tiempos de la Colonia, la base de la cocina antioqueña, hasta bien entrado el siglo XX, estaba constituida principalmente, por un lado, como legado de los pueblos indígenas americanos, el maíz, el frijol y la yuca. También integraban esta alimentación, el plátano, el arroz y la panela⁵³⁸ (caña de azúcar) que, si bien llegaron de otros territorios, sin estos, afirma Julián Estrada, es “imposible imaginar el actual recetario antioqueño”⁵³⁹. Entre otros productos que complementaban esta dieta, estaban la auyama, vitoria, cidrayota, arracacha, papa, cebolla, zanahoria, remolacha, habichuela, ajo, coles, arveja y lenteja⁵⁴⁰. Así mismo, este autor describe los hábitos en la comida de algunos sectores de la población de Medellín de las primeras décadas del siglo XX, de la siguiente manera:

⁵³⁵ Hernández 44.

⁵³⁶ Ospina de Navarro, *La cartilla* 11.

⁵³⁷ R. de Restrepo y Olano 188.

⁵³⁸ La Panela es un producto derivado de la caña de azúcar, es de color marrón, se comercializa en bloques o rallada. <https://www.mycolumbianrecipes.com/es/aguapanela-o-agua-de-panela>

⁵³⁹ Estrada, *Fogón* 25.

⁵⁴⁰ Estrada, *Fogón* 17, 25.

Sus habitantes, en su inmensa mayoría de origen campesino, continuaban arraigados a las costumbres de sus tierras de origen en lo referente al comer y el cocinar (...). La costumbre de las cinco comidas diarias (desayuno, media mañana, almuerzo, algo y comida) era religiosa, sus horarios rigurosos y su composición bastante rígida: sopa (muchas veces de fríjol); seco con arroz, un frito, algo de carne y verdura (predominaban el plátano, la arveja, la habichuela o la zanahoria); a veces ensalada (repollo, lechuga o tomate); y claro o mazamorra con panela para terminar (o quizás un dulce o bocadillo de guayaba en los hogares de clase media)⁵⁴¹.

Algunos de los alimentos arriba mencionados estaban incluidos en una lista con sus respectivos precios que se divulgaban en el periódico *El Colombiano*⁵⁴², con el fin de evitar la especulación en su venta en las plazas de mercado de la ciudad. Dicho repertorio no presentaba modificaciones significativas a lo largo del periodo estudiado sobre el tipo de productos. Por ejemplo, para la década de 1910, de los víveres de origen vegetal estaban el arroz, cacao, fríjol y maíz. En la década de 1920, a estos, se incorporó la arracacha, papa, plátano y yuca; en los años de 1930, la cebada y la avena, y para mediados de la década de 1940, se sumaron la arveja, cebolla, garbanzo, habichuela, lechuga, remolacha, repollo, tomate de riñón, zanahoria, y frutas como aguacate, coco, naranja y piña. Finalmente, en los años de 1960, el rábano y la coliflor se añaden a este inventario⁵⁴³.

Se desconoce la razón de la publicación gradual de dichos comestibles, pero sí llama la atención este hecho, si se tiene en cuenta que por ejemplo los tres que se incluyen en los años veinte eran de consumo habitual en la región, pues tres de ellos son

⁵⁴¹ Estrada, *Fogón* 31.

⁵⁴² hubo momentos de alta regularidad de este listado y en otros momentos fue más esporádico.

⁵⁴³ Cabe mencionar otros productos alimenticios que se hallaron, fueron: almidón, azúcar, café, chocolate, harina de trigo y de maíz, huevos, manteca, mantequilla, panela, pastas alimenticias, sal; como también queso, quesito, pescado. También, algunos cortes de carne de res y cerdo.

cultivos nativos. Lo que demuestra este listado es que son de uso generalizado puesto que eran comercializados en las plazas de mercado de la ciudad como la Plaza de Cisneros y la Plaza de Flórez donde la mayoría de la población se abastecía de artículos de primera necesidad. Al respecto, Víctor Manuel Patiño afirma que las zanahorias, repollos, tomates y cebollas, eran utilizados por todos los sectores de la sociedad en el país⁵⁴⁴.

En la siguiente tabla se relacionan los alimentos que compraba semanalmente a mediados del siglo XX, una familia en el que el padre era un obrero; esta, compuesta por siete miembros: esposo, esposa, cinco hijos de 11, 8, 7 y 4 años, uno de 7 meses⁵⁴⁵. Se puede ver que con respecto a los demás, el maíz, la panela, la yuca, el plátano y el arroz son los productos con mayores cantidades de consumo de este grupo familiar; también se observa que el consumo de hortalizas y frutas era prácticamente nulo.

Tabla 5 Mercado semanal de una familia de obreros

ALIMENTO	CANTIDAD	ALIMENTO	CANTIDAD
Carne de res	3 libras.	Azúcar	1 libra
Carne de cerdo	1 libra	Panela	14 libras
Vísceras	½ libra	Chocolate	¼ libra
Pescado	½ libra	Café	½ libra
Embutidos	1 libra	Pastas	¼ libra
Tocino	1 libra	Sal guaca	1 libra
Otras carnes	1 libra	Sal Zipa	1 libra
Huevos	8 unidades	Almidón	½ libra
Mantequilla	½ libra	Manteca	1 libra
Maíz trillado	7 kilos	Papa	1 kilo
Fríjoles	1 kilo	Yuca	6 unidades

⁵⁴⁴ Patiño 215.

⁵⁴⁵ Lía Restrepo Correa, *El problema de la nutrición en el pueblo antioqueño* (Medellín: Imprenta del Banco de la República, 1953) 45.

Arroz	3 libras	Plátano verde	88 reg.
Harina de trigo	½ libra	Remolacha	1 unidad
Tomate	1 unidad	Leche	1 litro (compra diaria)

Fuente: Elaborado a partir de: *El problema de la nutrición en el pueblo antioqueño*. Pág. 45.

Cerca de 101 especies de vegetales fueron halladas en los libros de cocina aquí estudiados. La Tabla 6 ilustra la diversidad de estas, con las cuales, las autoras ofrecieron preparaciones como ensaladas, encurtidos y aquellas en las que son el ingrediente principal⁵⁴⁶. Por supuesto, en la tabla igualmente están las que se requirieron en las demás recetas, ya fuera como condimento, decoración, en rellenos, guisos, sopas, entre muchas más. El Gráfico 14 muestra cuáles de estos fueron los más utilizados durante el periodo examinado. La cebolla y el tomate indiscutiblemente fueron los más preciados por quienes publicaron dichos textos culinarios, pues tienen una participación de un 31% y 23% respectivamente del total de las comidas analizadas.

Hay que recordar que estos dos alimentos integran el grupo de los ingredientes más usados del conjunto de recetarios, como así se dijo al comienzo de este capítulo (ver Gráfico 2). Del tomate, dice Elisa Hernández es “una de las legumbres de frutas más útil en el arte culinario (...); y sin él hay que prescindir de algunos platos delicados”⁵⁴⁷. Ella lo empleaba en sopas, salsas, rellenos, guisos y en ensaladas. Se debe resaltar también que, en el último año de la época estudiada, se publicó una obra escrita por Maraya Vélez de Sánchez, *1113 recetas inéditas de tomate* (1960), cuyo protagonista en todas las recetas era esta fruta, la que hasta propuestas de dulce contiene.

⁵⁴⁶ Para este apartado se analizaron aquellas recetas incluidas en las secciones que las autoras clasificaron bajo nombres tales como: vegetales, verduras, legumbres, cereales, ensaladas, encurtidos, arroz, maíz, papas, plátano, fríjoles, tomates y pimientos, espárragos, entre otros.

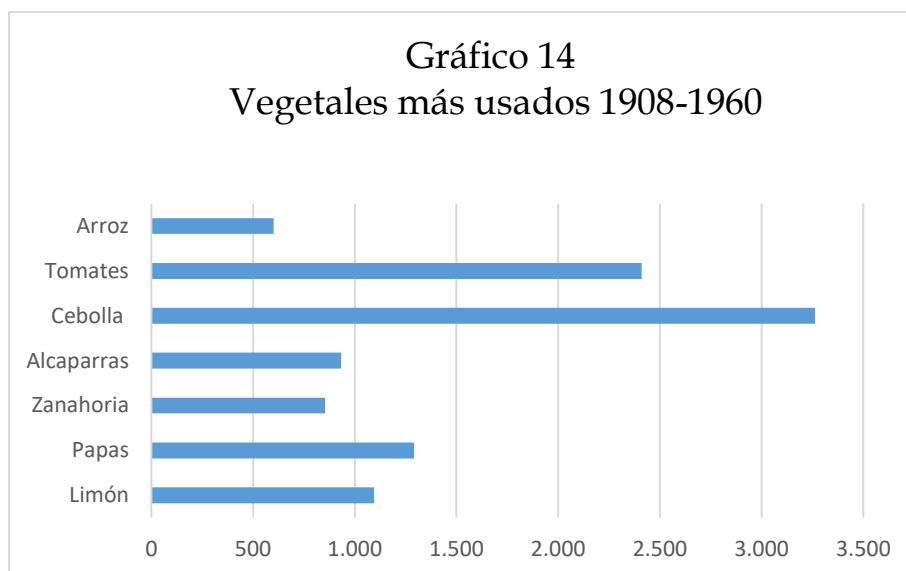
⁵⁴⁷ Hernández 361.

Se podría pensar que, al excluir este recetario en el análisis, el resultado relegaría al tomate a una posición inferior, pero no, tendría un 14% de participación y, aun así, continuaría ocupando el segundo lugar. También entronizaría a la cebolla como la reina de los vegetales en estos manuales de cocina, pues dobla en uso al tomate. Continuando con el gráfico 14, el tercer ingrediente más utilizado en las recetas es la papa con un 12%; luego el limón con el 10%, empleado primordialmente como condimento, principalmente para marinar las carnes; siguen la alcaparra y la zanahoria con un 9% y 8% respectivamente y, por último, está el arroz con el 6%. Otros ingredientes con un consumo importante fueron la lechuga, las setas/hongos, las aceitunas, la alverja, la habichuela, la coliflor y el repollo.

Tabla 6 Vegetales usados en los libros de cocina 1908-1960

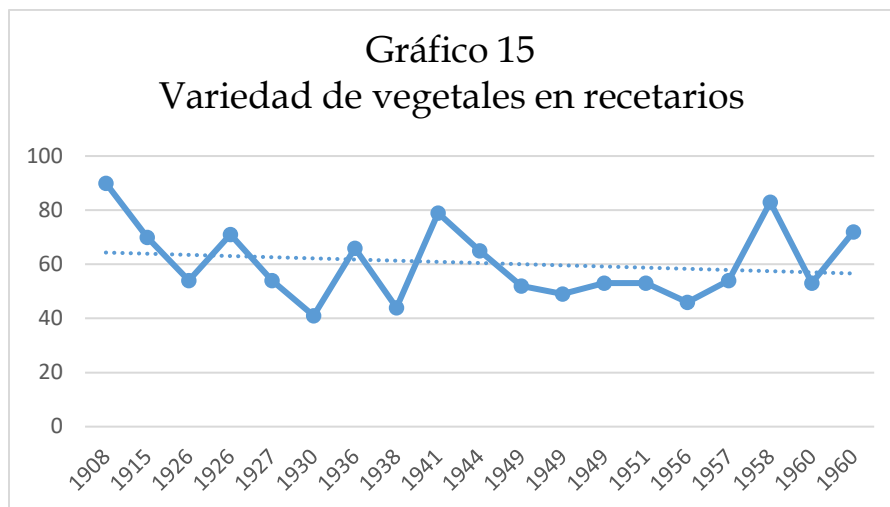
FRUTAS	Aguacate, albaricoque, banano/banana, cereza, coco, curuba, durazno, fresas, guayaba, higos/brevas, limón, mandarina, manzana, melón, melocotón, mango, moras, naranja, naranja agria, pamplemusa, papaya, papayuela, piña, sandía, tomate, uva.
CEREALES	Arroz, arroz de Castilla, avena, cebada, maíz (choclo/chócolo, mazorca) maíz capio, maíz confite, trigo.
TUBÉRCULOS	Arracacha, batata, hibas o papas agrias, nabo, papa, papa criolla, rábano, remolacha, salsifíes, tupinambo, yuca, zanahoria.
HORTALIZAS	Aceituna, acelga, achicoria, ají (pimiento), ajonjolí, alcachofa, alcaparra, apio, arveja/alverja, berenjena, berro, brócoli, calabaza (vitoria), cardo, cebolla, cebolla de rama, cebollita de indio, cidra/cidracayote/cidrayote, col, col/repollo de Bruselas, coliflor, espárrago, espinaca, fríjol (rojo, blanco, verde), garbanzo, guineo, güisquil, guisante, haba, habichuela, lechuga, lenteja, maní/cacahuete, oca, pimentón, puerro, pepino (agrio, cohombro, zoquete (hueco)), plátano (dominico, hartón), repollo, repollo morado, seta/hongo, tomate de riñón, uyama/ahuyama.
OTROS	Avellanas, vainilla, dátiles, jengibre, nueces, ciruela, ciruela antioqueña, ciruela pasa, pasas, almendra, trufa.

Fuente: elaboración propia



Fuente: elaboración propia

El gráfico 15 indica el número en variedad de vegetales que cada una de las autoras de los libros de cocina empleó. Las de mayor diversidad fueron Elisa Hernández, con 90 de las 101 especies en su *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908); Maraya Vélez de Sánchez en sus tres obras, *Colección de recetas de cocina* (1915), *Cocina europea y americana* (1926) y *1113 recetas inéditas de tomate* (1960), en promedio empleó 70 diferentes clases. Blasina Botero utilizó cerca 79 en *De la cocina a la mesa* (1941), y en *Mil recetas* (1958) se requirieron de aproximadamente 83. En este gráfico se puede ver una fluctuación en gran parte del periodo en el número de variedades presentes en cada uno de los manuales culinarios. Solo en los publicados entre los años 1949 y 1957, se observa una relativa regularidad en dichas cuantías, que varían entre 46 a 54 de este tipo de ingredientes.



Fuente: elaboración propia

4.1.4.1. Las recetas de vegetales

Ya es conocido, de acuerdo con las fuentes, cuáles eran en general, las clases de vegetales que los antioqueños acostumbraban a comer en algunas preparaciones que constituían las mesas de la región. Ahora, con la revisión de los textos culinarios publicados en Medellín durante la época en cuestión, se van a conocer unas propuestas culinarias novedosas –al menos para algunos sectores de la ciudad–, tanto de especies, como de elaboraciones. También saber de otras recetas con los productos habitualmente consumidos por los pobladores. Sugerencias para que la señora de casa ofrezca a su familia platos variados, aducen Isabel de Restrepo y Emilia Olano. Otra razón que ofrecían estas cocineras para incluirlas en la alimentación, especialmente las ensaladas, eran de salud: porque son valiosas por sus vitaminas y sales minerales, por lo tanto, deben hacer parte de las comidas diarias para lograr un menú balanceado; agregan ellas que, “La dieta moderna pide vegetales y más vegetales basándose en sus vitaminas, minerales y también en el volumen que ellas proveen, tan indispensable para la buena digestión”⁵⁴⁸.

⁵⁴⁸ R. de Restrepo y Olano 202.

Estas propuestas también estaban sintonizadas con el discurso de especialistas de la salud acerca de la alimentación de la población, quienes opinaban que, “uno de los mayores defectos de la alimentación del pueblo colombiano, consiste en la escasez de verduras y hortalizas”⁵⁴⁹. Por ello, unos y otras difunden en medios impresos⁵⁵⁰ y en los libros de cocina, información dirigida a las amas de casa sobre los compuestos nutritivos de estos alimentos y dan recomendaciones de la forma adecuada de prepararlas y consumirlas, para así contribuir al mantenimiento de la salud⁵⁵¹.

Alrededor de 2.722 recetas de vegetales se hallaron en el conjunto de libros de cocina⁵⁵², esto representa un 25% de su participación, entre las cuales están las ensaladas, encurtidos y aquellas en las que son el ingrediente principal. El Gráfico 16 ilustra el número de preparaciones ofrecidas por cada texto y el porcentaje respectivo de su presencia en ellos. En ambos aspectos sobresale el último año, 1960, pues uno de los textos, como su título indica, es enteramente sobre el tomate, *1113 recetas inéditas de tomate* de Maraya Vélez de Sánchez⁵⁵³. Este gráfico también evidencia una variación a lo largo del tiempo en el número de esta clase de elaboraciones en los que sobresalen los recetarios de Elisa Hernández (1908), Maraya Vélez de Sánchez con sus tres volúmenes (1915, 1926 1960) Blasina Botero (1941), Isabel R. de Restrepo y Emilia Olano (1944).

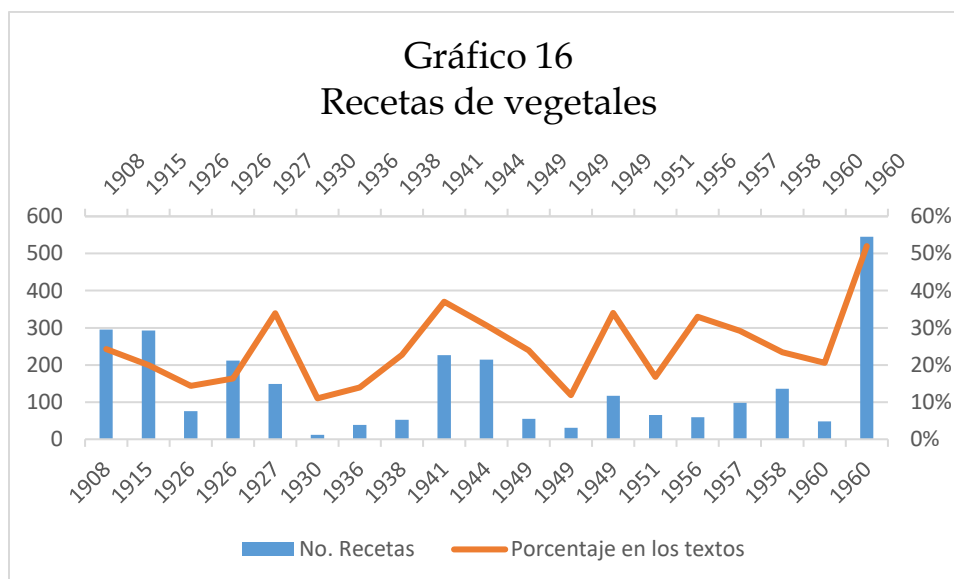
⁵⁴⁹ *El Colombiano* (Medellín) 01 de marzo de 1948: 4.

⁵⁵⁰ Un organismo de la época llamado: Ministerio de higiene y del servicio interamericano de salud, publicaba diversos artículos referentes a salud y nutrición en una sección de página entera en el periódico *El Colombiano*, denominada “Salud para los colombianos. Vale más prevenir que curar”; allí divulgaba información acerca de las características y propiedades nutritivas de algunos alimentos.

⁵⁵¹ Gaynor Maddox, “Las ensaladas no deben faltar en una buena mesa”, *El Colombiano* (Medellín) 18 de septiembre de 1943: 10.

⁵⁵² Las recetas que se analizaron están contenidas en capítulos que muchas de las autoras denominaron bajo nombres como: legumbres, ensaladas, verduras, vegetales, encurtidos. Esta clasificación varía de un libro a otro, donde también algunas de estas cocineras presentaron, en apartados diferentes, las recetas de arroz, papa, maíz, plátano, entre otras.

⁵⁵³ Aunque el título dice que son 1.113 recetas de tomate, para este caso se tuvo en cuenta 545, las que componen el grupo de: ensaladas, las recetas con legumbres y las conservas o encurtidos.



Fuente: elaboración propia

La presentación de este gráfico (No. 16) tiene la intención de dar cuenta de la importancia que cada autora le concedió a esta clase de recetas, pues esta no depende de la cantidad presentada, sino de su participación en cada trabajo⁵⁵⁴. Así, se puede observar que, a excepción del recetario sobre tomates antes mencionado, Elisa Hernández fue la que más sugirió, fueron 295; esto representa el 24% del total de su manual; lo cual es porcentualmente bajo contrastándolo con otros. Por ejemplo, en *La cocina al gusto de todos* (1949) de Yolanda Musella, los platos de vegetales componen el 34% con 117 propuestas, 178 menos que las de Elisa Hernández. Igualmente, en *La cartilla del hogar* (1956) de Sofía Ospina de Navarro, las preparaciones de este tipo tienen un 33% de participación con 59 recetas, 236 menos que en el *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908). En resumen, la cocinera que se destaca por su mayor valoración dada a las comidas de vegetales, es

⁵⁵⁴ 1908: Elisa Hernández; 1915: Maraya Vélez; 1926: Eugenia Ángel y Maraya Vélez; 1927: Elena Sánchez; 1930: Cristóbal Villegas; 1936: Ana Jaramillo; 1938: Alicia M. de Echavarría; 1941: Blasina Botero; 1944: Isabel de Restrepo, Emilia Olano; 1949: Lola Llano, Helena Posada, Yolanda Musella; 1951: Margarita Toro; 1956: Sofía Ospina; 1957: Zaida Restrepo; 1958: Clínica Noel; 1960: Sofía Ospina, Maraya Vélez.

Blasina Botero, quien en *De la cocina a la mesa* (1941), del total de 610 recetas, aportó 226, es decir, el 37% de su texto está compuesto por este tipo de platillos.

El conjunto de autoras ofreció recetas de cerca de 54 variedades de vegetales tales como: acedera, aceituna, acelga, aguacate, ají (pimientos), apio, alcachofa, alverja/arveja, arracacha, arroz, batata, berenjenas, berro, brócoli, calabaza, cardo, cebada, cebolla, cidracayote, ciruela, coliflor, espárrago, espinaca, fríjol, garbanzo, güisquil, guineo, guisante, haba, habichuela, hongos/setas, lechuga, lenteja, nabo, maíz, puerro, repollo, repollo de Bruselas, plátano, papas, pepino cohombro, pepinos huecos, remolacha, rábano, salsifí, tomate, trigo, trufas, tupinambo, uyama, vitoria, yuca, zanahoria y zapallo. Las especies que sobresalen por un mayor número, fueron el tomate con cerca de 640, la papa con 311, de arroz se hallaron aproximadamente 193 y de maíz, 94.

4.1.4.2. Las recetas de tomate, papa, maíz y arroz

El resultado de las recetas de tomate, de acuerdo con el Gráfico 17, es bastante particular; pues de no ser por el último libro de cocina del periodo, tendría más o menos el mismo número de preparaciones que de maíz, 95. Esto, si se compara con su segunda posición entre los ingredientes vegetales más requeridos en los recetarios (Gráfico 14), indica que fue utilizado más como condimento, sobre todo como salsa de tomate, la más preciada entre las autoras. También la salsa de aliños que es el mismo “hogao”, fue bastante consumida; esta consistía en tomates y cebollas menudamente picadas y sofritas generalmente en manteca; algunas veces, de acuerdo con el gusto de la cocinera, se le podía añadir pimienta o perejil, como así lo sugiere Sofía Ospina de Navarro⁵⁵⁵. Algunas de las diferentes propuestas de tomate que se hallaron fueron: asados, ensaladas, al gratín, en moldes, en conchitas,

⁵⁵⁵ Sofía Ospina de Navarro, *La buena mesa. Sencillo y práctico libro de cocina. Almuerzos-comidas. Tes* (Bogotá: Editorial Cromos, 1960) 10, 11.

en tostadas, pastel, soufflé, aspic, torta, al horno, gelatina y fritos. También fueron cocinados y/o acompañados con: arroz, choclo, guiso, hongos (setas), tocino, ostras, macarrones y queso. El tomate relleno fue una de las elaboraciones más recurrentes, se encontraron diversos rellenos con alimentos, como: carne, huevo, cebollas, miga de pan, jamón, pescado, salsa blanca, carne de cerdo.



Fuente: elaboración propia

La papa, con una importancia adquirida solo desde finales del siglo XIX en el territorio antioqueño⁵⁵⁶, era usualmente empleada en preparaciones tradicionales como el sancocho y el sudado⁵⁵⁷ y también en sopas, como la de papa con tortilla y la de guineo con papa⁵⁵⁸. De acuerdo con esto y sin obtener más información de otras formas de consumo, pareciera que el único procedimiento con este tubérculo en las cocinas de la región, consistía en pelar, partir en pedazos medianos o, picar, para luego cocerlas mediante el hervido en los platos tradicionales mencionados.

⁵⁵⁶ Mariano Arango, "El desarrollo de la agricultura en Antioquia", *Historia de Antioquia*, comp. Jorge Orlando Melo (Medellín, Suramericana de Seguros, 1988) 176.

⁵⁵⁷ Ortiz 117.

⁵⁵⁸ Rodríguez 49.

Por su parte, las autoras de los recetarios tenían buena estimación de este alimento, por ejemplo, Isabel R. de Restrepo y Emilia Olano Moreno declaraban en su libro que, “están en primera línea entre los vegetales”⁵⁵⁹. Se hallaron entonces aproximadamente 311 propuestas con diversas formas de elaboración. Por mencionar algunas de ellas, están: en puré, al vapor, fritas, al horno, asadas, salteadas, guisadas, al gratín, en leche, chorreadas, a la francesa, cazuelitas. De las distintas presentaciones se puede mencionar el timbal, pudín, *soufflé*, abunueladas, torta, y croqueta. Se guisaban o se servían con otros alimentos como: tocino, anchoas, cuajada, lechuga, mantequilla, arvejas, tuétano, cebollas, huevos, vino, pasas, chicharrón. La papa rellena fue la receta preferida de estas cocineras, las rellenaban ya fuera con alcaparras, queso o camarones y muchos productos más. En resumen, eran múltiples técnicas de cocción y de confección que estas mujeres realizaron con este ingrediente.

Con el maíz, los antioqueños han elaborado desde antaño alimentos como la arepa, la mazamorra, empanadas, tamales, bollos, mote, natilla, buñuelos, entre otros⁵⁶⁰. La arepa⁵⁶¹, el producto emblemático de la región era el acompañante habitual de muchos de las viandas: en el desayuno, generalmente con una taza de chocolate o de aguadepanela⁵⁶², en el almuerzo con el sancocho y en la comida, con los frijoles. La mazamorra⁵⁶³ usualmente hacía parte del almuerzo y la comida, era la sobremesa⁵⁶⁴ y se acompañaba generalmente con panela⁵⁶⁵. A propósito de este

⁵⁵⁹ R. de Restrepo y Olano 202.

⁵⁶⁰ Ortiz 117; Estrada, *Fogón* 16.

⁵⁶¹ Especie de torta hecha del maíz cocido, molido. A la masa se le da forma de un disco, luego es asada en la brasa o en fuego directo en una parrilla o en callana. Patiño 218; Colegiatura Colombiana Institución Universitaria, *Sólo de maíz vive el hombre* (Medellín: Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural, 2005) 41.

⁵⁶² También denominada aguapanela o aguadulce. Es una bebida preparada con panela y agua.

⁵⁶³ Granos de maíz trillado (pelado) cocido y mezclado con leche al momento de servir.

⁵⁶⁴ En Colombia es la bebida que suele acompañar las comidas, generalmente se toma al finalizar estas.

⁵⁶⁵ Jorge Bejarano, *Alimentación y nutrición en Colombia* (Bogotá: Editorial Cromos, 1941) 133; Guillermo Palacio, *Por una mejor alimentación para el pueblo colombiano* (Bogotá: Ministerio de Agricultura, 1953) 38; Carlos García, *Problemas de alimentación en la clase obrera de Colombia* (Bogotá: Editorial Santafé, 1925) 123, 124; Rodríguez 50, 59.

consumo arraigado del maíz, Julián Estrada comenta que a los antioqueños se les conocía como maiceros⁵⁶⁶.

Con respecto a las arepas, producto bastante apreciado en la región, solo cuatro libros de cocina enseñaron a prepararlas. En estos, se hallaron recetas con maíz capio, sancochado y pelado; incluso, aliñadas, con queso y tolimense. ¿Por qué un alimento tan representativo de la cultura antioqueña, no fue mejor considerado en los recetarios para preparar la comida de las familias de la ciudad? Una razón podría ser, como lo declara Carol Gold, sobre los alimentos de consumo cotidiano –como en este caso la arepa, que se preparaba todos los días en las cocinas antioqueñas– no necesitan de una instrucción para su elaboración⁵⁶⁷. Otro ejemplo de un producto, ya no tan cotidiano, pero sí de una tradición significativa, como lo es el buñuelo; en el recetario de Eugenia Ángel de Vélez, *La cocina moderna colombiana* (1926), no se encontró receta para este; sin embargo, en la sección de “Conocimientos útiles”, hay unas recomendaciones cuando es el momento de freírlos⁵⁶⁸.

Estos platos de la cocina criolla arriba mencionados, algunos de consumo diario, también hacen parte de las cerca de 94 recetas de maíz propuestas por las autoras, quienes también aportaron otras preparaciones con este cereal. Por su variedad, están especialmente las elaboradas con choclo, tales como: arepas, bollos, crema, envueltos, flan, guisado, pastel, salteado, sopa, soufflé, tamales, timbal, torticas, entre otros. Hay en estos trabajos, platillos regionales como los tamales tolimenses, tamales de Cartagena, empanadas caucanas y hallacas venezolanas.

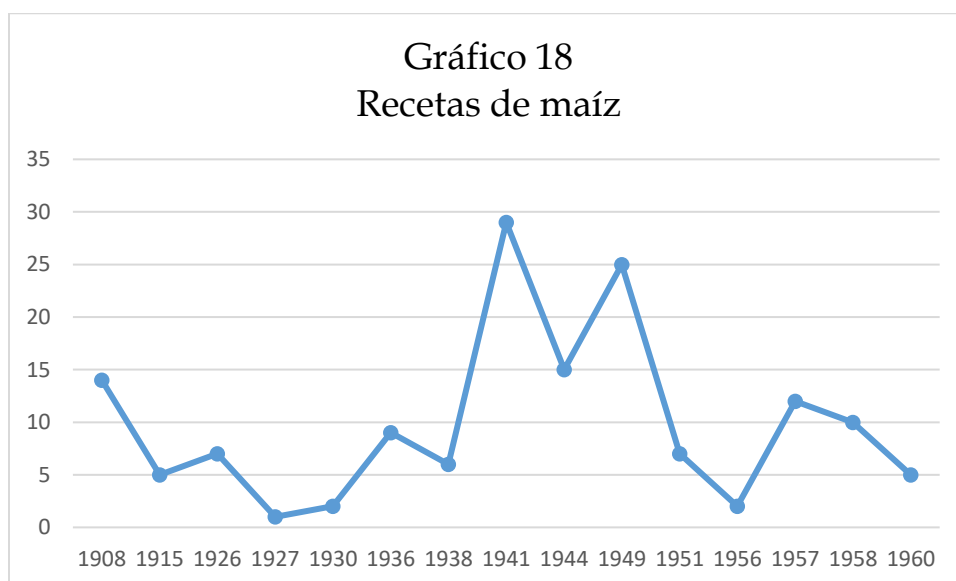
El Gráfico 18 muestra el número de recetas sugeridas por los textos culinarios durante la época de estudio, los años que sobresalen son 1941 y 1949 con 29 y 25

⁵⁶⁶ Estrada, *Fogón* 15.

⁵⁶⁷ “recipes for common, everyday foods often do not appear in cookbooks. Perhaps the rationale is that everyone knows how to make the daily staples, so there is no need for a detailed recipe” Gold 11.

⁵⁶⁸ Eugenia Ángel de Vélez, *La cocina moderna colombiana* (Medellín, Tip. Industrial, 1926) 272.

recetas respectivamente. Entre las que se pueden mencionar: pan de harina de maíz, humitas, torta amantecada, buñuelos, pastel turco, *suffle* de harina de maíz y, diversos tipos de empanadas. Se puede ver también que, aunque no hubo un año en el que no se publicó una receta en el que este producto es el ingrediente principal, si es notable el número reducido de esta clase de recetas de un alimento de arraigo regional como lo ha sido el maíz en Antioquia.



Fuente: elaboración propia

Por su parte, el “arroz seco” y la “sopa de arroz” eran, de acuerdo con las fuentes, las formas más comunes del consumo de este cereal entre los antioqueños⁵⁶⁹. El primero, generalmente se comía en el almuerzo con el sancocho⁵⁷⁰ o bien, otros lo consumían con el “seco”, un plato que va justo después de la sopa y se componía de arroz, carne, tajadas de plátano y huevo, o simplemente de arroz y carne o de arroz y huevo⁵⁷¹. Como ejemplo de este segundo tipo de almuerzo, el de una familia de

⁵⁶⁹ Ortiz 117.

⁵⁷⁰ Bejarano 133.

⁵⁷¹ Rodríguez 50.

un obrero de mediados del siglo XX se componía de: sopa, arepa, arroz, pescado, maduro y claro y en otras ocasiones, también almorzaban con sancocho⁵⁷². Algunas familias cenaban a la hora de la comida también la sopa y el seco. Este último incluía arroz, carne y frisoles con chicharrón o garra⁵⁷³.

En contraste a la sencillez del arroz que los pobladores comían, algunas de las recetas de este cereal que las autoras presentaron en sus obras se caracterizan por su variedad en preparación y presentación, algunos, además del arroz seco común, son: guisado, entreverado, torta, pudín, croquetas, paella, flan, *soufflé*, atollado, timbal, frito, chino, con coco, con plátano, a la valenciana, en molde, empanadas, con camarones, con pasas. También se encontraron arroces regionales como: el costeño con coco, atollado, guisado costeño, y caucano.

4.1.4.3. Preservar los vegetales

A lo largo de la historia se han utilizado múltiples medios para la conservación de los alimentos, con el fin de disponer de ellos sin depender mucho de su ciclo natural de crecimiento. Entre ellos, están la sal, azúcar, miel, vinagre, aceite, la fermentación, el frío, entre otros⁵⁷⁴. En los recetarios aquí examinados, se encontraron también instrucciones para conservar vegetales. El encurtido fue el más sugerido, 12 de los 19 presentaron recetas de este tipo de preparaciones que, como ingrediente, era frecuentemente utilizado, ya fuera como condimento para acompañar la carne o decorar los platos. Lola Llano de Gallardo decía a sus lectoras que estos, al igual que la ensalada, no podían faltar en la mesa⁵⁷⁵.

Se encontraron cerca de 66 recetas que enseñan cómo elaborar encurtidos. Básicamente consisten en “legumbres o frutas, ya sean crudas o cocidas, conservadas

⁵⁷² Restrepo correa 49.

⁵⁷³ Rodríguez 59.

⁵⁷⁴ Massimo Montanari, *La comida como cultura* (Gijón: Ediciones Trea, 2004) 21.

⁵⁷⁵ Llano de Gallardo 142.

en vinagre y sazonadas con especias⁵⁷⁶. Las hortalizas utilizadas para este proceso, fueron principalmente: cebolla de huevo, coliflor, habichuela, pepino cohombro, repollo de Bruselas y zanahoria; en menor medida también, aceituna, alverja, apio, cidrayota, choclo, cogollitos de caña brava, nabo y tomate verde. Los condimentos para aliñarlos eran: aceite, azúcar, canela, clavos de especia, cominos, granos de pimienta, laurel, mostaza, nuez moscada, orégano, salvia, “yerbas”.

La combinación, tanto de las verduras a preservar, como los ingredientes para aderezarlas, variaba de acuerdo con el gusto de estas cocineras. Entonces, estas preparaciones podían componerse de varios de estos vegetales o bien podría ser de uno solo, como las “cebollitas en vinagre”, el “encurtido de uyama” o el “encurtido dulce de pepinos cohombros”. Algunas frutas también se usaban, como ají (pimiento) dulce y verde, ciruela, durazno, mango, melocotón, papaya, papayuela y pera; por lo general, estas debían estar verdes. Igualmente se preparaban con una sola fruta como el de papaya, piña o el de duraznos; estos dos últimos, especiales para acompañar la carne.

Si bien se encontraron instrucciones para la preparación de conservas en estos libros de cocina durante todo el periodo de estudio, se debe anotar que ya para la década de 1910, los productos vegetales enlatados, entre ellos, el encurtido, estaban circulando en el comercio de la ciudad (imagen 27). Ante la oportunidad de acceder a un producto fabricado previamente por la industria alimenticia, las autoras acaso quisieron ofrecerles a sus lectoras la posibilidad de elegir elaborarlo por ellas mismas con el que pudieran gozar “del prestigio de las cosas hechas a la antigua”⁵⁷⁷. De todas maneras, el uso de estas conservas en el contexto de estos recetarios, ya no

⁵⁷⁶ R. de Restrepo y Olano 256.

⁵⁷⁷ Alberto Capatti, “El sabor de la conserva”, *Historia de la alimentación*, dir. Jean-Louis Flandrin y Massimo Montanari (Gijón: Ediciones Trea, 2004) 972.

tiene la esencia como lo era en una economía de subsistencia, si no que está más ligado al sentido, en palabras de Montanari, del lujo y del poder⁵⁷⁸.



Imagen 27. Almacén de vinos. Rafael Navarro y Cía.⁵⁷⁹

4.2. Comida dulce (que no es solo de dulce)

El conjunto de recetas de este apartado denominadas en algunos de los libros de cocina como “comida dulce”, suman 6.729 aproximadamente. Según el criterio de las escritoras o de la editorial, su organización varía mucho de un texto a otro; unos las presentan en secciones claramente identificadas como tal con sus respectivas subdivisiones; otros las exponen mezcladas con las de sal. Ante esta heterogeneidad en recetas, en nombres y divisiones, para el análisis de este trabajo, se distribuyeron en tres grupos que son: los productos de la repostería; el otro son los postres, dulces y confitería y, por último, están las bebidas.

En el primer grupo están los productos de dulce y de sal de la repostería. Son principalmente masas de harinas en su mayoría cocidas en horno, otras en planchas o sartenes que no son precisamente una pasta sino una colada, y hay otras que se fríen. Se encuentran también varias que ya sean asadas o fritas, contienen rellenos

⁵⁷⁸ Montanari, *La comida* 23.

⁵⁷⁹ *El Colombiano* (Medellín) 14 de julio de 1916: 3

como arequipe⁵⁸⁰, bocadillo⁵⁸¹, crema, dulce de fruta o solo la fruta, frutos secos, jalea, entre otros. Aquí también se incluyeron otras masas como las de harina de maíz, choclo, harina de arroz o plátano, que se guisan al vapor o se hierven y se conocen como bollos⁵⁸². El segundo grupo está conformado por los dulces, postres y confitería. Se encontraron, sobre todo, cocidos de azúcar con fruta o con leche; los demás, se hornean o se utiliza la técnica del baño María, y unos pocos se ponen a helar. En el tercero están las bebidas, que van desde las que son mezcladas con diferentes licores como los *cocktails*, hasta las fermentadas, como el guarruz⁵⁸³, el champuz⁵⁸⁴, varios tipos de chicha⁵⁸⁵, y el masato⁵⁸⁶.

En la tabla 7 está detallada la diversidad de manjares que componen este tipo de platos, denominado por varias autoras “comida dulce”, pero como se puede notar en dicha tabla, no son solo dulces, sino que también incluyeron en este apartado, preparaciones saladas como los productos de panadería, empanadas, así como distintos tipos de bebidas. Se puede observar también la preferencia de ellas por los dos primeros grupos, de los que se debe resaltar, cada uno aporta en promedio 3.100 recetas frente a solo cerca de 532 de las bebidas. De estas últimas, hay que anotar

⁵⁸⁰ En Antioquia es un postre hecho de la cocción de leche y azúcar. En el Valle del Cauca, se le denomina manjar blanco. <https://colombia.gastronomia.com/noticia/8875/arequipe-el-dulce-de-los-colombianos>

⁵⁸¹ Pasta sólida que resulta de la cocción de la pulpa de la guayaba con azúcar o panela.

<https://colombia.gastronomia.com/noticia/8456/dulces-de-colombia-bocadillo-de-veleno>

⁵⁸² Masa de maíz cocido envuelta ya sea en hojas de plátano, las hojas que envuelven la mazorca de maíz, col, repollo, entre otras. Es un alimento tradicional en las cocinas de las regiones Caribe y Pacífica colombianas. Colegiatura Colombiana 47.

⁵⁸³ Bebida típica de los Llanos Orientales, región colombiana. Elisa Hernández es la única autora que presenta recetas (dos) En *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908). Esta bebida se prepara con arroz. Una de estas se elabora con suficiente agua y unos granos de pimienta de Jamaica. Al día siguiente se le agrega el zumo de una piña, melado frío y se deja fermentar.

⁵⁸⁴ Champuz o champús, es una bebida fría de maíz y panela, típica del suroccidente de Colombia. Se le puede agregar frutas como piña o lulo y hojas de naranjo agrio. También existen otras versiones de esta bebida en Ecuador y en Perú, en donde tienen el mismo nombre.

<https://www.elpais.com.co/entretenimiento/cultura/que-significa-champus.html>

⁵⁸⁵ En Colombia es una bebida de origen indígena elaborada con la fermentación del maíz.

<https://agronegocios.uniandes.edu.co/2018/11/07/la-chicha-una-bebida-polifacetica/>

⁵⁸⁶ Bebida que en Colombia es de tradición indígena. Se prepara con arroz, clavos de olor, canela. También se se puede elaborar con maíz, yuca, piña, quinua o mango.

<https://colombia.gastronomia.com/noticia/8612/bebida-tradicional-masato>

que, algunos recetarios no las incluyeron⁵⁸⁷. En lo que respecta a las preparaciones de la “comida dulce”, se destacan por mayor número de recetas, los bizcochos (686) y las galletas (433).

Tabla 7. Productos de la comida dulce

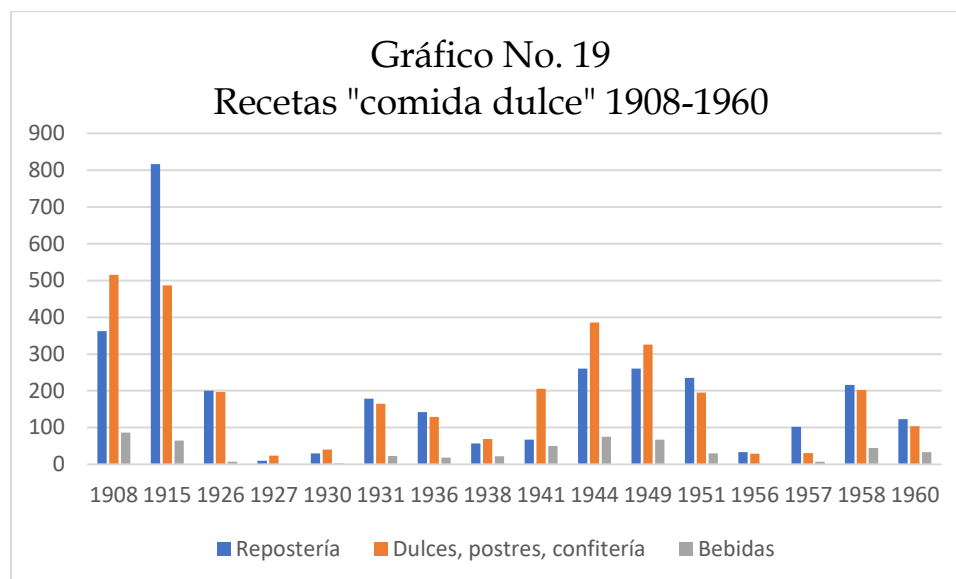
Repostería	Horneadas: almojábanas, babás, bizcochos, bizcochuelos, <i>buns</i> , croissants, galletas, mogollas, mojicones, molletes, <i>muffins</i> , pandebonos, pandequesos, pandeyucas, panes, tortas, tostadas.
	Frituras: buñuelos, croquetas, donas y hojuelas.
	Relleno: <i>eclairs</i> , empanadas, pasteles, repollas, tartaletes, tartas.
	Plancha o sartén: barquillos, <i>crepes</i> , obleas, <i>pancakes</i> /panquees
Dulces, postres y confitería	almíbares, arequipes, bocadillos, compotas, confites, cremas, cubiertas para bizcocho, flanes, frutas (cristalizadas, confitadas, cubiertas, entre otras), gelatinas, helados, jaleas, maicenas, mermeladas, mousses, natillas, pudines, quesos dulces, salsas dulces, salsas para pudines, soufflés, turrone.
Bebidas	Café, champuz, chicha (antioqueña, bogotana y caucana), chocolate, cocktails, guarruz, horchatas, infusiones, masatos de arroz y de maíz, mistelas, ponches, ratafías, refrescos, sangrías, sodas, sorbetes, té, yogurt.

Fuente: elaboración propia

Durante la época de estudio, como lo muestra el gráfico 19, los dos primeros años, 1908 y 1915, registran la mayor cantidad de este tipo de preparaciones. Es evidente el contraste frente a los otros. 1915 sobresale con 1.368 recetas aproximadamente. Además de ese gran número, también lo fue su variedad con respecto a las del resto del periodo. Para ilustración, se puede hablar de las propuestas de pan, pues se caracterizaron por su regularidad en la mayoría de los libros de cocina. En 1915 se hallaron más o menos 39, mientras que, en 1957, fueron solo 8 (pan aliñado, pancitos rellenos, pan brioche, pancitos enrollados, pan de yemas, pan sin huevo, pan dulce, trenza de pan). Se pueden nombrar de ese primer año, pancitos para chocolate, pan francés, pan de maíz, panecitos de especia con pasas de Corinto, panecitos de levadura, pan de *froment*, pan superior, negro, de yema, de San Joaquín, dulce, *buns*,

⁵⁸⁷ *Cocina europea y americana* (1926), *Recetas prácticas de cocina* (1927) y *La cartilla del hogar* (1956).

brioche, entre otros. Incluso Maraya Vélez presenta recetas de diferentes países (o al menos eso se infiere del nombre de la receta): pan genovés, pan de Viena, pan suizo, pan húngaro.



Fuente: elaboración propia

Esta diversidad y cantidad de recetas que Elisa Hernández y Maraya Vélez difundieron en sus trabajos de 1908 y 1915 respectivamente, es una demostración del vasto conocimiento y experiencia que poseían. Ese capital culinario o habilidades en la cocina⁵⁸⁸, fue adquirido por ellas a través de años de estudiar, ensayar y coleccionar recetas, muchas de ellas, provenientes de diferentes países como así lo declaran sus prólogos. En *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908) se lee que, “Las recetas de esta obra, sin excepción, están experimentadas, siendo muchas tomadas de otros libros de su especie, pero modificadas y traducidas del inglés o del francés”⁵⁸⁹. Por su parte, en *Colección de recetas de cocina* (1915), se afirma: “Al hacer esta publicación, el fin principal de la autora es ver si son de alguna

⁵⁸⁸ Moreno 205.

⁵⁸⁹ Hernández (primera página, sin numeración)

utilidad los años que ha dedicado a coleccionar recetas de cocina de diferentes países”⁵⁹⁰. Como ya se sabe, ambas viajaron al exterior y Maraya Vélez incluso estudió cocina en Francia; de manera que estos viajes y estudios posibilitaron su formación y perfeccionamiento en este ramo, es decir, adquirieron un capital culinario notable; eso se constata frente a los demás libros de cocina.

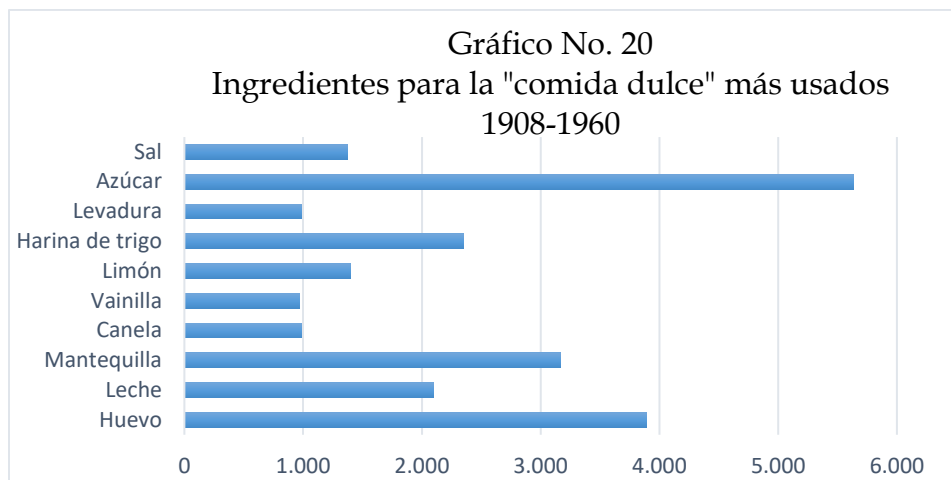
4.2.1. Los ingredientes

Para la preparación de estos platos, se utilizaron una gran variedad de ingredientes; por mencionar algunos: aceites, cereales, esencias, especias, flores, frutos secos, hierbas, lácteos, licores y cerca de 50 especies de frutas; algunos tipos de carne como jamón, pollo y tocino. En el gráfico 20 se pueden ver los que más se usaron. Fueron principalmente azúcar, huevos, harina de trigo, leche y mantequilla, los elementos básicos para la mayoría de este tipo de productos. El que sobresale es el azúcar, pues está presente en el 84% de las recetas. A diferencia de su función en las comidas de sal como condimento para realzar su sabor⁵⁹¹, aquí es empleado fundamentalmente como edulcorante y como material decorativo.

El ingrediente que le sigue es el huevo, que, por sus múltiples funciones ya mencionadas en el apartado de la comida de sal, participa en el 58% de estas recetas de dulce. Luego está la mantequilla con 47%, la harina de trigo con 35% y la leche con 31%. Otros alimentos con una participación importante en estos platillos son limón, sal, canela y vainilla; usados para potenciar y aromatizar los sabores.

⁵⁹⁰ Maraya Vélez, *Colección de recetas de cocina* (Medellín: Imp. de La Familia Cristiana, 1915)

⁵⁹¹ Sidney Mintz, menciona cinco usos del azúcar: como medicina, especia-condimento, material decorativo, edulcorante y conservador de alimentos. Sidney Mintz, *Dulzura y poder: El lugar del azúcar en la historia moderna* (México: Siglo XXI Editores, 1996) 115.



Fuente: elaboración propia



Fuente: elaboración propia

Como se puede ver en el gráfico 21, a excepción de solo tres libros de cocina en los que se presentaron pocas recetas con respecto a los otros⁵⁹², los demás contienen una considerable cantidad, las cuales oscilan entre un 26% y un 58% en sugerencias de

⁵⁹² *Cocina europea y americana* (1926), *Recetas prácticas de cocina* (1927) y *1.113 recetas inéditas de tomate* (1960).

esta clase de comida. La suma total representa un 39% de participación en el conjunto de los textos culinarios. Es una proporción significativa de la que se puede inferir que este tipo de preparaciones fueron importantes para la mayoría de las autoras.

Dos de los libros con un bajo porcentaje en este tipo de comida según el gráfico, son de Maraya Vélez de Sánchez, *Cocina europea y americana* (1926) y *1113 recetas inéditas de tomate* (1960). ¿Por qué tan pocas propuestas con respecto a los demás? Algunos datos acerca de estas obras pueden explicarlo. En el primero, hay que anotar que la autora publicó una versión con 1.339 preparaciones dulces de América y Europa, llamado, *Postres y pastelería de la cocina europea y americana*⁵⁹³. Entonces es fácil suponer que no es falta de interés en estas recetas, sino más bien una cuestión de practicidad, pues reunir en un volumen las dos clases de comida, no lo haría fácil de manipular. En cuanto al segundo texto, como el título lo indica, todos los platos son elaborados con tomate, un alimento usado principalmente en recetas de sal. Sin embargo, esta cocinera, en demostración de su amplia experiencia culinaria, presenta 86 preparaciones de dulce con tomate, como confituras, jaleas, mermeladas, productos de la panadería y pastelería y bebidas como *cocktails* y sorbetes.

En cuanto al libro de cocina con mayor porcentaje es otra obra de Maraya Vélez de Sánchez, *Platos, postres, licores de banana* (1931), se podría decir que ese 58% se debe precisamente a que dicha fruta es propicia para este tipo de platos. Aparte de comerse cruda, se suele preparar en batidos, con cereal, helados, postres, tortas, entre otros⁵⁹⁴. Al respecto, la autora reclama que muchos restrinjan su uso a productos dulces, señalando que incluso se puede emplear en comida de sal. Dice ella: “Su papel lo reducen en general al de fruta sana y nutritiva, postre preferido de

⁵⁹³ Esta información se encontró en el trabajo de Maraya Vélez de Sánchez, *Platos, postres, licores de bananas* (1931). Según Jorge Orlando Melo, se publicó en 1928 en París por la misma editorial que imprimió la mayoría de sus libros, *Cabaut y Cia*. El libro no está disponible en ninguna biblioteca.

⁵⁹⁴ <http://www.uniban.com/index.php/es/productos-1/banano>

los niños y de las personas mayores (...). Pocos saben, por ejemplo, que la banana puede reemplazar ventajosamente al arroz y a la patata como acompañante de cualquier plato de carne”⁵⁹⁵. Entonces, además de presentar alrededor de 367 recetas tales como *cocktails*, *compotas*, *cremas*, *gelatinas*, *helados*, *licores*, *merengues*, *mistelas*, *ponches*, *pudines*, *sorbetes*, *soufflés*, *yogurts*, entre otros; también sugiere 264 preparaciones de sal, como *aves*, *carnes*, *ensaladas*, *pescados* y *sopas*.

La estimación por los dulces ha sido generalizada, el porcentaje de su participación en los recetarios antioqueños de la época en cuestión, lo evidencian. En España, por ejemplo, ha existido una predilección por elaborarlos, tanto en el nivel profesional como en el doméstico; en ambos, las preparaciones de este tipo, eran predominantes⁵⁹⁶. Isabel González señala que, han sido las mujeres las que más se han dedicado a confeccionarlos, “los dulces han sido un territorio femenino”⁵⁹⁷. Mujer y dulce, propician, aun hoy en día, en la región sur del Mediterráneo español, el fortalecimiento de las relaciones familiares cuando se ofrecen en las fiestas familiares o cuando se le envía a un pariente ausente; también son la excusa para que las mujeres se reúnan y compartan sus recetas⁵⁹⁸. María de los Ángeles Pérez también refiere un gusto de las españolas por los postres y dulces; dice la autora que, en la época moderna, su preparación era con frecuencia “distracción de damas nobles”; también fueron un medio para complementar la economía en los conventos femeninos, transformándose así, en una actividad profesional⁵⁹⁹.

⁵⁹⁵ Maraya Vélez de Sánchez, *Platos, postres, licores de bananas* (París: Cabaut y Cía. Editores, 1931) VIII.

⁵⁹⁶ María Ángeles Pérez, *Comer y beber. Una historia de la alimentación en España* (Madrid: Cátedra, 2019) 168.

⁵⁹⁷ González, *200 años* 114.

⁵⁹⁸ González, *200 años* 114.

⁵⁹⁹ Pérez, *Comer y beber* 172, 173.

4.2.2. Dulces para disfrutar

Lo dulce –o el sabor azucarado en palabras de Claude Fischler–, ha sido objeto de diversas actitudes, creencias y juicios a lo largo del tiempo. El azúcar, principal ingrediente de estos productos, según este autor está marcado por la ambivalencia⁶⁰⁰. Ha pasado de ser un producto benéfico y saludable en siglos anteriores, a ser mortal y dañino en las últimas épocas. Por sus virtudes cálidas y húmedas, se utilizó como medicamento en la medicina humoral (hasta el siglo XVI) para problemas digestivos y respiratorios. Como especia se usó durante los siglos XV y XVI, “jamás el azúcar echó a perder la vianda” es una expresión de aquel tiempo principalmente en Italia y Francia, señala Fischler, signo de esa función. Luego, a partir del siglo XIX, con la producción industrial, se convirtió en un producto de primera necesidad⁶⁰¹.

Hay también una asociación del azúcar con el placer, la gratificación y con una función social en escenarios festivos cuando se obsequian. De igual manera se juzga si es adecuado o no, cuando se consumen; es legítimo si son compartidos, mas no lo es, en solitario⁶⁰². Muchos de estos manjares de acuerdo con lo hallado en los libros de cocina analizados de la ciudad de Medellín, eran ideales para ofrecer en momentos de celebración como en bodas, cumpleaños, bautizos, primeras comuniones; también para tiempos de esparcimiento como paseos y reuniones con familiares y/o amigos e incluso, para regalar.

En los almuerzos y cenas –ya fueran sencillas o de ceremonia–, eran la parte final de una sucesión de platillos que se servían. La vianda agradable que prolonga el festín, y cuando se presenta de forma bella, es un estimulante para los sentidos,

⁶⁰⁰ Fischler 290.

⁶⁰¹ Fischler 268, 269, 270

⁶⁰² Fischler 290.

especialmente el “paladar y la vista”⁶⁰³. Para Sofía Ospina de Navarro, los postres sencillos dan un toque especial a las comidas diarias⁶⁰⁴, y para Eugenia Ángel de Vélez, los postres, son parte importantísima en toda comida de buen gusto⁶⁰⁵. Otras opiniones de la época, además de considerar al postre como un remate grato en las comidas, también debía ser un complemento importante en la nutrición, por ello, sus ingredientes debían ser de “primer orden”⁶⁰⁶.

En cualquiera de estos casos, algunas de las recomendaciones para consumir, podría ser una tajada de bizcocho o de torta o un pudín, este último, según Lola Llano de Gallardo, era uno de los platos más indispensables en comidas de ceremonia⁶⁰⁷, por ejemplo, el *Plum pudding* “es casi de rigor en los banquetes diplomáticos” asegura Blasina Botero⁶⁰⁸. También se podía ofrecer un flan, una gelatina, un dulce, un helado, un “pay”, y muchas más alternativas. De manera pues que, con el postre, según Isabel de Restrepo y Emilia Olano, “tiene la dueña de la casa la oportunidad de dejar una buena impresión, si el principio de las comidas no ha sido perfecto. Siempre hay que poner gran atención al postre”⁶⁰⁹.

Dada la importancia concedida al postre o a un plato dulce como elemento importante en una comida, se podría afirmar que este elemento “sazona” o compone una velada, ya sea para cerrar con broche de oro o para remediar un fiasco. Así como en los siglos XV y XVI, se decía que el azúcar nunca echó a perder una vianda, estas autoras confían que cuando en una cena o almuerzo se ofrezca un postre, este, será garantía de una reunión placentera y gratificante.

⁶⁰³ “La importancia nutritiva del postre” Cromos (Bogotá) 17-abril 1937.

⁶⁰⁴ Ospina de Navarro, La cartilla 66.

⁶⁰⁵ Ángel de Vélez 11.

⁶⁰⁶ “La importancia nutritiva del postre” Cromos (Bogotá) 1937.

⁶⁰⁷ Llano de Gallardo 128.

⁶⁰⁸ Botero 269.

⁶⁰⁹ de Restrepo y Olano Moreno 348.

El aprecio por los dulces también parece ser una característica generalizada en el territorio antioqueño. De acuerdo con el *Léxico de la alimentación popular en algunas regiones de Colombia* (1964) de María Luisa Rodríguez⁶¹⁰, había un consumo usual entre la población antioqueña de: arequipe (dulce de leche, maicena, arroz, coco), caramelo (llamado también alfandoque, velitas o tirudo), dulce de tres leches⁶¹¹. También dulces de: ahuyama, arracacha, batata, breva, cidra, coco, durazno, grosella, guanábana, guayaba, huevo, maicena, mamey, mamoncillo mango, mora, naranja, naranja agria, ñame, papaya, piña, piñuela, plátano maduro, tomate de árbol, toronja, vitoria, yuca y, zanahoria. También dulce macho. Flanes de coco, leche, naranja, piña; natilla⁶¹², virolico, cortao o mielmesabe⁶¹³.

El consumo de los dulces y postres era pues, por lo que se ve, muy acostumbrada. Había sugerencias de preparaciones refinadas y distinguidas como el caso de la mayoría en los libros de cocina. Se elaboraban también otros más sencillos, con lo mínimo, como se acaba de ver en el párrafo anterior. Tal parece que, “En la medida de lo posible se buscaba acabar la comida con postres dulces”⁶¹⁴. Ese consumo, examinadas las distintas recetas, denotan unas prácticas diferenciadas. Esta desigualdad es, según Felipe Fernández-Armesto, el resultado de las diferentes formas de preparar y servir los alimentos⁶¹⁵.

Cuando algunos individuos comenzaron a disponer de más recursos alimenticios frente a los demás, la comida empezó a su vez, a desempeñar un rol de diferenciador

⁶¹⁰ Rodríguez 61, 62, 63, 64, 65.

⁶¹¹ Se hace con leche de vaca, coco y arroz. Se remoja la masa, se le echa el azúcar, la esencia de canela y se pone al fogón.

⁶¹² Especie de gelatina hecha de maíz quebrantado, molido, colado y cocido con canela, mantequilla, clavo, panela, queso y coco.

⁶¹³ Dulce de leche cortada y panela.

⁶¹⁴ Es la expresión de María Ángeles Pérez, al referirse a consumo de los dulces en España. Según la autora, la población en general estaba encantada por el dulce, el cual era “celebrado” en cualquier momento, ya fuera del día y en cualquier época del año. Pérez, *Comer y beber* 153.

⁶¹⁵ Felipe Fernández-Armesto, *Historia de la comida. Alimentos, cocina y civilización* (Barcelona: Tusquets Editores, 2004) 163.

social, señala Fernández-Armesto. Este autor afirma que, por un lado, en algunas culturas, el consumo ostentoso, el sabor, calidad y diversidad de los alimentos, constituyen la dieta de los más privilegiados y han indicado, además, una señal de prestigio. Por otro lado, en otras sociedades como Japón en los últimos años del siglo XX, las comidas refinadas y la delicadeza, medida y restricción del apetito, expresan una posición social⁶¹⁶. “No cabe duda de que algunos platos, determinados ingredientes, ciertas técnicas culinarias y, de hecho, menús enteros, obedecen a perfiles de clase bien definidos”⁶¹⁷. Esto se debe, de acuerdo con Fernández-Armesto, algunas veces, a restricciones dietéticas, voluntarias o no, de ciertos tipos de población; o como ocurre en la mayoría de los casos, a cuestiones meramente económicas.

Las desigualdades económicas no pueden tener el mayor peso cuando se trata de explicar las prácticas de la comida⁶¹⁸. Las disposiciones culturales también producen costumbres de consumo diferentes; son las vivencias de los diversos grupos humanos las que las predisponen a consumir de manera distinta y esto es reproducido de una cultura de clase a través del habitus⁶¹⁹. Un elemento del habitus es el gusto, que, según Bourdieu, es “el verdadero principio de las preferencias”⁶²⁰. La función del gusto es, diferenciar y apreciar; distinguir hábitos, bienes e individuos de otros. Mediante esquemas valorativos, las personas dividen y clasifican el mundo entre lo que es de su gusto y lo que no es de su gusto; al realizar

⁶¹⁶ Fernández-Armesto 163, 167, 173, 174.

⁶¹⁷ Fernández-Armesto 192.

⁶¹⁸ Bob Ashley y otros, *Food and Cultural Studies* (London: Routledge, 2004) 64.

⁶¹⁹ Este concepto de Bourdieu, para explicar las prácticas sociales, es un sistema de disposiciones adquiridas en un determinado ámbito social a través del cual las acciones de las personas se adecúan a las exigencias de un grupo. El habitus explica valores y comportamientos que se comparten con los demás: la manera de pensar, de actuar y de consumir. Por medio del habitus las personas clasifican y dan sentido al mundo y distinguen entre lo que es y no es. Ashley y otros 64; María del Carmen Araya y Sergio Villena, “Bourdieu: la sociología del gusto”, *Convergencia Revista de Ciencias Sociales* 5 (1994) 230.

⁶²⁰ Citado en Lotte Holm, “Sociology of Food Consumption”, *The Handbook of Food Research*, eds. Anne Murcott, Warren Belasco y Peter Jackson (London: Bloomsbury Academic, 2013) 334.

esta separación, se les da más valor a ciertas prácticas que a otras y a su vez, también se cataloga a los individuos, aquellos con buen y otros con mal gusto⁶²¹.

“Las visitas” y “los tés” fueron otras ocasiones en la que se consumía principalmente este tipo de alimentos. Las primeras eran, según Catalina Reyes, una costumbre generalizada en la ciudad de Medellín⁶²². Se visitaba a familiares o amigos habitualmente en las tardes y en estas reuniones, lo usual era comer el “algo”, que consistía en una taza de chocolate acompañada con la parva⁶²³; luego se podía ofrecer ya fuera un dulce de brevas, papaya⁶²⁴ o guayaba, incluso arequipe con queso⁶²⁵.

Otra reunión entre allegados del estilo de las visitas fue “los tés”, un escenario en el que también reinaba el consumo de esta clase de comida. Eran encuentros principalmente de mujeres, así se señalaba en los medios de la ciudad a mediados del siglo XX: es la “hora que acostumbra a ser de señoras solas, pero a la que también pueden acudir caballeros, si son invitados y sus ocupaciones se lo permiten”⁶²⁶. En estas reuniones se hablaba de literatura, de asuntos sociales⁶²⁷, también se jugaba cartas (*bridge*)⁶²⁸ o se pasaba un rato de amena conversación con las amigas⁶²⁹ en las que también ellas cosían⁶³⁰.

Igualmente, se podía invitar a un té para celebrar algún acontecimiento familiar como unos grados o un cumpleaños (imagen 28). Para cualquiera de estas veladas,

⁶²¹ Araya y Villena 233.

⁶²² Reyes, *Aspectos* 36.

⁶²³ En Antioquia la parva se le denomina a una amplia gama de productos de la panadería y pastelería de tamaño pequeño por lo general horneados que se consumen en la media mañana o en el algo.

https://www.elmundo.com/portal/cultura/cultural/la_parva_panaderia_paisa.php#.Xx9Bx55KjIU

⁶²⁴ Sofía Ospina de Navarro, *La abuela cuenta* (Medellín: Ministerio de Cultura, 2000) 18.

⁶²⁵ Reyes, *Aspectos* 36.

⁶²⁶ “Cómo se sirve un té” *El Colombiano* (Medellín) noviembre 17 de 1950: 12.

⁶²⁷ Reyes, *Aspectos* 36.

⁶²⁸ R. de Restrepo y Olano 465.

⁶²⁹ “El arreglo de la mesa del té”, *El Colombiano* (Medellín) 5 de agosto de 1930: 7.

⁶³⁰ “Cómo se sirve un té” 12.

las autoras presentaron diversas viandas y sugerían menús. El número de platos que se podían ofrecer variaba según Sofía Ospina de Navarro, dice ella: “Todo depende de las circunstancias: tan elegante puede ser ofrecerlo con tostadas y una tajada de bizcocho u otras pastas, cuando se trata de una visita corriente, como servir un buen plato frío, helados, bizcochos, etc., cuando se hace una invitación especial”⁶³¹. En estos recetarios hay una gran variedad de recetas, entre ellas estaban: bizcochos, bombones, *doughnuts*, flanes, frutas cubiertas, galletas, gelatinas, helados, merengues, *muffins*, palitos de queso, pandeyucas, *sandwichs*, *scones*, *soufflés*, tarteletas, torrijas, tortas, tostadas de pan, y muchos más. Además, se podría servir algún plato de sal. Isabel R. de Restrepo y Emilia Olano presentan el siguiente menú para un té: *Mouse* de salmón, pancitos *Parker house*, galletas delicadas, tarticas o pastel de manzana, *petit fours* o ciruelas pasas rellenas y, helado⁶³².

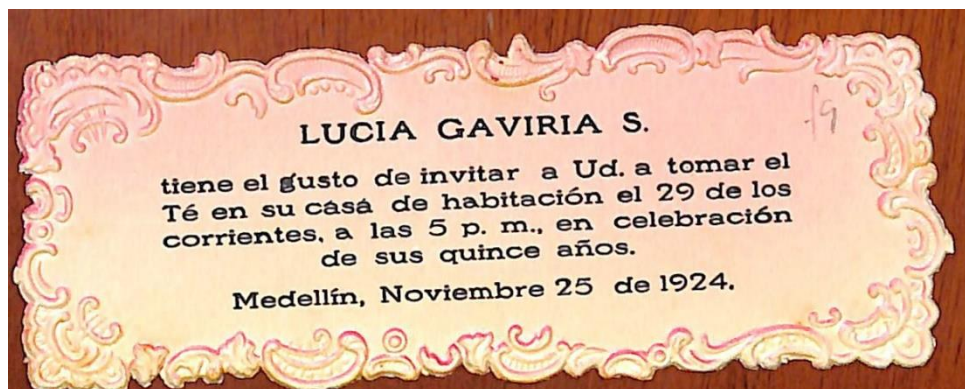


Imagen 28. Tarjeta de invitación a un té⁶³³

Aparentemente los tés eran una práctica importante para algunos sectores de la sociedad medellinense y como se dijo anteriormente, era la ocasión de reunión

⁶³¹ Sofía Ospina de Navarro, *La buena mesa* (Bogotá: Editorial Cromos, 1960) 148.

⁶³² R. de Restrepo y Olano 465.

⁶³³ Archivo de Jorge Cock Quevedo.

femenina. De un lado, varios de los libros de cocina aquí estudiados ofrecen instrucciones para preparar esta bebida, como también, sobre la manera de organizar un tipo de recepción como estas. En su trabajo *La buena mesa. Sencillo y práctico libro de cocina. Almuerzos-comidas. Tes* (1960), Sofía Ospina de Navarro dedica una sección presentando 100 platillos de sal y de dulce apropiados para estas reuniones; no en vano hace parte del título. Dicho asunto también se abordaba en varias oportunidades en artículos de la prensa local como el periódico *El Colombiano*⁶³⁴ (imagen 29). De otro lado, en ocasiones alcanzaban a ser un asunto más formal que incluso se enviaba invitación a los asistentes y se publicaba en medios impresos la realización de este (imágenes 30 y 31).



Imagen 29. Tomando el té⁶³⁵

⁶³⁴ Se hallaron varios artículos en los que se daba instrucciones de cómo ofrecer un té, sobre la etiqueta, qué productos dar, entre muchos más aspectos. "Cómo se sirve un té", *El Colombiano* (Medellín) noviembre 17 de 1950: 12.

⁶³⁵ "Tomando el té" *El Colombiano* (Medellín) septiembre 7 de 1954: 7.

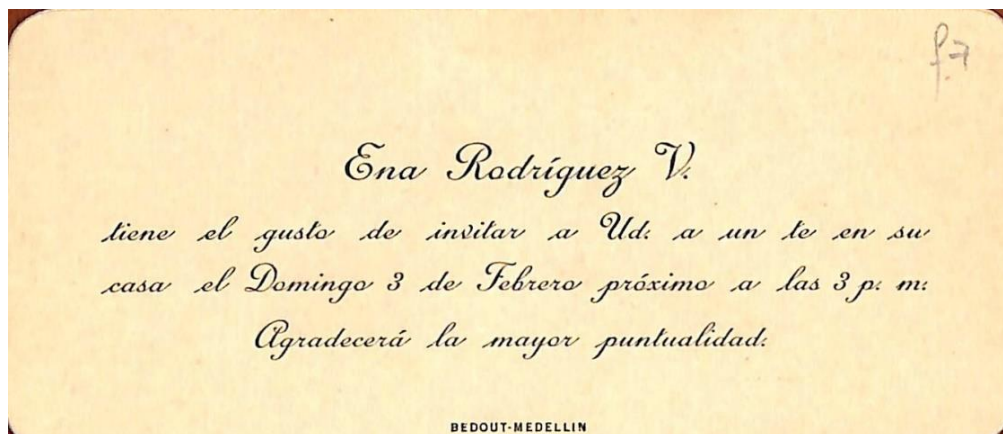


Imagen 30. Invitación a un té⁶³⁶

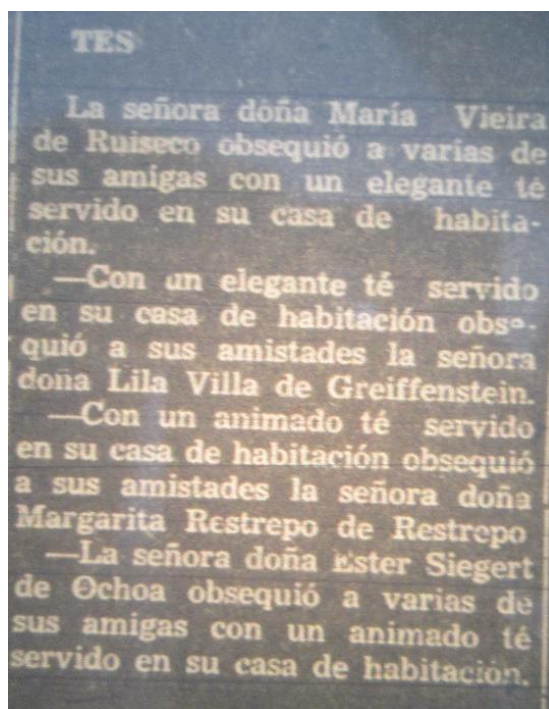


Imagen 31. Los tés en Medellín⁶³⁷

⁶³⁶ Archivo de Jorge Cock Quevedo.

⁶³⁷ *El Colombiano* (Medellín) abril 23 de 1933: 6.

La época de Navidad, especialmente la Nochebuena, era para los pobladores de Medellín un tiempo para compartir en familia. De acuerdo con Sofía Ospina de Navarro, ninguno quería faltar esa noche. Todos de alguna manera participaban en las distintas actividades que se desarrollaban ese día: las viandas, los juegos, los rezos, la decoración, entre otros. Además, era inconcebible que la madre no elaborara los distintos manjares tradicionales de sal y de dulce que se comían en estas fechas, pues, estos, según la autora, “ocupan puesto de honor”⁶³⁸. En el siguiente relato que ella realiza, está centrado en la comida para tal ocasión, lo que ilustra el significado de esta celebración religiosa para la mayoría de los habitantes de la ciudad:

Nunca se le pasó por la cabeza a un padre de familia, o a los hijos mayores, abandonar su casa en fecha tan sagrada (...). Ni a una madre dejar de intervenir directamente en la preparación de los manjares tradicionales (...).

Aquel día, desde tempranas horas, la casa rebozaba de un sano regocijo. Mientras en el fogón hervía a borbotones la natilla esparciendo en el aire su aroma a canela, los buñuelos amasados por las manos maternas bailaban entre la manteca caliente. Los chicos bulliciosos, que ya habían cumplido la orden de emborrachar el pavo de la Pascua, administrándole un trago de aguardiente y corriéndolo luego asido por las alas –procedimiento que ablandaba y hacía más blanca la carne– esperaban cerca de la cocina el feliz momento en que los manjares fueran dados al consumo; armados de cucharas para raspar el pegado de la paila de la natilla y de estaquitas de madera para ensartar los quemantes buñuelos. Para correr en seguida a fabricar las candilejas de los globos que habrían de elevarse en la fiesta de la noche. O a formar un montón de helecho seco para chamuscar el cerdo que ellos mismos conducirían al sacrificio⁶³⁹.

⁶³⁸ Ospina de Navarro, *La cartilla* 54.

⁶³⁹ Ospina de Navarro, *La abuela* 43.

En lo que se refiere a la comida de dulce, además de los emblemáticos buñuelo y natilla antioqueños, las autoras de los libros de cocina también presentan otras viandas que seguramente en la mayoría de los hogares cocinaban para estos tiempos de celebración, entre ellas estaban: el manjar blanco, las hojuelas y el almíbar, y con estas, las varias recetas de pavo y del tradicional cerdo para elegir qué llevar a la mesa, como el pernil, salchichas, morcilla, queso de cabeza, pavo trufado o asado, entre otros. Cabe señalar que, junto a las preparaciones tradicionales antioqueñas, Sofía Ospina de Navarro también sugiere a las lectoras en sus dos trabajos, *La cartilla del hogar* (1956) y *La buena mesa* (1960), el *Plum-puding*⁶⁴⁰, una receta típica navideña de Inglaterra. Cabe anotar que no es la única autora que la propone, en muchos de estos recetarios se encuentra. La diferencia está en que los textos de esta escritora contienen una sección específica de platos para la Navidad.

4.2.3. Dulces para el sustento

Como se ha podido ver, estos platos ocupan un lugar especial para su degustación en los espacios de socialización, como son las celebraciones y reuniones con la familia y/o amigos. “El dulce ha sido el alimento que ha permitido a la mujer el lucimiento público de sus habilidades culinarias, en un mundo donde la comida de puertas adentro permanece oculta”⁶⁴¹. Otro asunto al respecto es que algunos de estos productos han sido el medio por el cual muchas personas han podido ganar dinero y así solventar la economía de un hogar, sobre todo las mujeres. De manera pues que, lo que se preparaba a los seres queridos por alguna circunstancia, principalmente económica, pasaría a ser probada por otras personas ajenas a su entorno.

⁶⁴⁰ *Christmas pudding*, como así se le denomina en la actualidad en Inglaterra.

<https://pemberleycupandcakes.com/2017/12/18/christmas-pudding-para-una-navidad-con-otro-estilo/>

⁶⁴¹ González, “Antropología de la alimentación” 21.

El aprovechamiento de unas habilidades de la cocina o capital culinario⁶⁴², para generar ingresos de algún miembro de la familia, puede ser la explicación de lo que afirma Julián Estrada con respecto a los dulces colombianos: la mayoría fueron dulces caseros producidos artesanalmente y en la que intervenían, según el autor, uno o varios miembros de un hogar. De estas confecciones a lo largo y ancho del país, se vendían entre otras “polvorosas, cocadas, panelitas, gomas (...) gelatinas, alegrías o moscorrofos (...) y un sinnúmero de “bocados” preparados por vecinos, familiares o compadres”⁶⁴³.

En las cocinas antioqueñas, con ingredientes de uso cotidiano como arroz, azúcar, canela, clavos, harina, huevo, leche, maíz, mantequilla, panela, queso, y en palabras de Estrada, sin “refinamiento en equipos y materias primas”⁶⁴⁴, se preparaban arequipes, cabello de ángel, dulce macho⁶⁴⁵, dulce de las tres leches, flanes, jaleas, mielmesabe⁶⁴⁶, natilla, entre otros. Asimismo, se cocían dulces de frutas, como: breva, coco, durazno, grosella, guanábana, guayaba, mamey, mamoncillo, mango, mora, naranja dulce y agria, papaya, piña, piñuela, tomate de árbol y toronja; también dulces de arracacha, ahuyama, batata, cidra, maicena, ñame, plátano maduro, vitoria y zanahoria⁶⁴⁷. En algunas casas, según cuenta Rafael Ortiz en su libro de memorias, *Estampas de Medellín antiguo* (1983), elaboraban la “parva”, aquellos productos de la panadería y pastelería, la compañía preferida con la que los antioqueños solían tomar el chocolate o el café con leche. Estas preparaciones igualmente se podían adquirir en tiendas y panaderías⁶⁴⁸.

⁶⁴² Moreno 205.

⁶⁴³ Julián Estrada, “Geografía dulce de Colombia”, *Boletín Cultural y Bibliográfico*, 24.11 (1987) 52.

⁶⁴⁴ Estrada, *Fogón* 119.

⁶⁴⁵ Panela triturada hasta convertirla en polvo y con él acompañan la mazamorra. Estrada, *Fogón* 123.

⁶⁴⁶ Dulce de leche cortada y panela, también llamado virolico o cortao. Rodríguez 65.

⁶⁴⁷ Rodríguez 63,64.

⁶⁴⁸ Ortiz 132.

En sus inicios, las panaderías que existieron en Medellín desde el siglo XIX, según Estrada, eran negocios familiares encabezados generalmente por mujeres. Comenzaron en las cocinas de las casas y luego se transformaron en las panaderías de barrio a lo largo y ancho de la ciudad. Muchas eran conocidas por los apellidos de sus dueñas; entre ellas estaban Las Ceballos, Las Lalinde y Las Palacio⁶⁴⁹; esta última fundada en 1913 y continúa funcionando en la actualidad. Lisandro Ochoa refiere la existencia de al menos 16 de estos establecimientos en aquella época, propiedad en su mayoría de mujeres, distinguidas con nombres como: las señoras Isazas, ña Candelaria, La Ñata, Las Moras. No solo mujeres fueron dueñas de panaderías, también lo fueron hombres, algunos de ellos extranjeros⁶⁵⁰.

En sus talleres domésticos, en palabras de Estrada, fabricaban productos como: achiras, almojábanas, bizcochos de yema, buñuelos, cucas, empanadas dulces, encarcelados, galletas de mantequilla, lenguas, mantecadas, marialuisas, mojicones, panderos, pandequesos, pandeyucas, panes como el aliñado, pandeleche y francés; pasabocas, pasteles de gloria, polvorosas, ponqués, repollas, rollos, roscas de anís y muchos más. Entre los dulces estaban, alfeñiques, arequipes, bocadillos, cocadas de azúcar, chocolatinas y panelitas de cidra y de coco, frutas cubiertas⁶⁵¹.

Además de venderse en panaderías, estos productos también se distribuían por la ciudad por medio de “Las cajoneras”, mujeres que recorrían las calles de Medellín en la época de finales del siglo XIX hasta los años sesenta del XX⁶⁵². A continuación, Rafael Ortiz describe a estas mujeres, su rutina, sus productos y lo que representaba para algunos habitantes:

⁶⁴⁹ Julián Estrada, *Épocas de parva* (Medellín: Universidad Eafit, 2009) 89.

⁶⁵⁰ Lisandro Ochoa, *Cosas viejas de la Villa de la Candelaria* (Editorial Salesiana: Medellín, 1948) 162, 163, 164.

⁶⁵¹ Estrada, *Épocas* 64; Ortiz 132, 133; Ochoa 162, 163, 164.

⁶⁵² Estrada, *Épocas* 63.

A partir de las once de la mañana, comenzaba a aparecer por las calles principales de la ciudad, las cajoneras de las panaderías de la “Ñata” o de Doña María Luisa, o de las Nieves o de las Sandino. Recibían su nombre del cajón que equilibraban sobre su cabeza, sobre el famoso rollete, el cual llevaba la “parva”, nombre genérico de indescriptible cantidad de viandas de panadera sapiente de los secretos del amasar y del horno. Dentro del cajón y envuelto en hermosos manteles de cuadros de colores vivos, en vivaz y nunca olvidado revoltillo, iban bizcochos y panes, pandequesos y pandeyucas, almojábanas y pandeleches, por una punta, y por otra, merengues y bizcochuelos, palitos y pasteles de gloria, lenguas y galletas de mantequilla, empanadas dulces y galletas de sal, bizcochos negros y mojicones, marialuisas y brazos de reina, y así, en caleidoscópica y enredada geografía, el cajón contenía el encanto de esa “parva” antañona y nunca igualada, olorosa a mantequilla y en ocasiones a clavos de especie, canela y licores, que hacía salir a los niños de sus casas el encuentro de las cajoneras, en bullicio y algarabía inolvidables⁶⁵³.

La tradición de la panadería llegó a Antioquia, según Julián Estrada, por medio de las comunidades religiosas, “fueron las monjas las responsables de que hoy tengamos buñuelos, pandequeso, pandeyuca, pandebono y almojábana; amén de otras tantas colaciones a las cuales, en su conjunto, en esta comarca llamamos parva”⁶⁵⁴. Seguramente estos conocimientos se pudieron haber aprendido por transmisión oral, practicando, elaborando junto a alguien experto en el tema, y posiblemente, pasaron de familia a familia. Otras personas pudieron haberse instruido al respecto mediante un libro de cocina, que, para este caso, los que aquí se estudian, contienen, muchas de las recetas de comida de dulce mencionadas en los dos párrafos anteriores y muchos más platos, tanto de la región como foráneos.

⁶⁵³ Ortiz. 128, 129.

⁶⁵⁴ Estrada, *Épocas* 27.

Es probable que los libros de cocina fueran también la fuente en la que algunas mujeres de Medellín consultaron para elaborar productos para su negocio de panadería; aunque también, que a otras solo les interesara aprender a preparar bizcochos, panes, tortas, dulces y muchas más recetas contenidas en dichos textos para sus seres queridos. Se comenta esto porque algunos de los recetarios que acá se estudian, presentan señales de que algunas comidas se cocinaron o al menos atrajo a alguien que leyó estos volúmenes, sobre todo, en las preparaciones de dulce. Manchas de comida, recetas marcadas en su título, como se puede observar en las imágenes 32 y 33. Es el caso en *Mil recetas* (1958), en el que las páginas de las secciones de panadería, bizcochería, tortas dulces, postres y dulces, son las que más evidencian este tipo de uso, incluso, algunas están rasgadas.

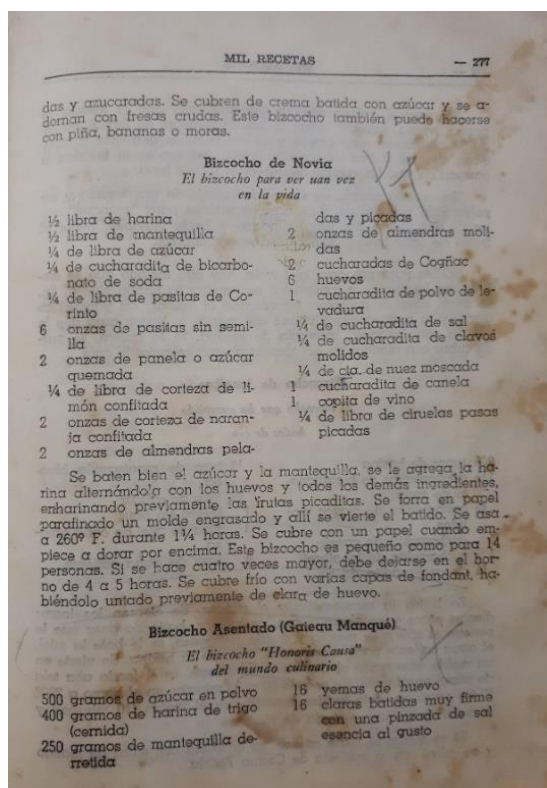


Imagen 32. Libro de cocina *Mil recetas* (1958)

Otro ejemplo es el texto de Elisa Hernández, *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908), el cual se debe resaltar que su primera parte, las preparaciones de sal, como sopas, carnes, huevos, legumbres, entre otras, las páginas están prácticamente limpias. En contraste, la segunda parte, la comida de dulce, es la sección que evidencia un mayor uso, pues presenta manchas, al parecer de comida, y sus páginas están amarillentas⁶⁵⁵. Además, las hojas en blanco dispuestas por quien produjo el libro con el fin de realizar anotaciones por parte de quien lo posea, se encuentran dos recetas manuscritas precisamente de dulce: postre de nieve y postre de bizcochuelo.

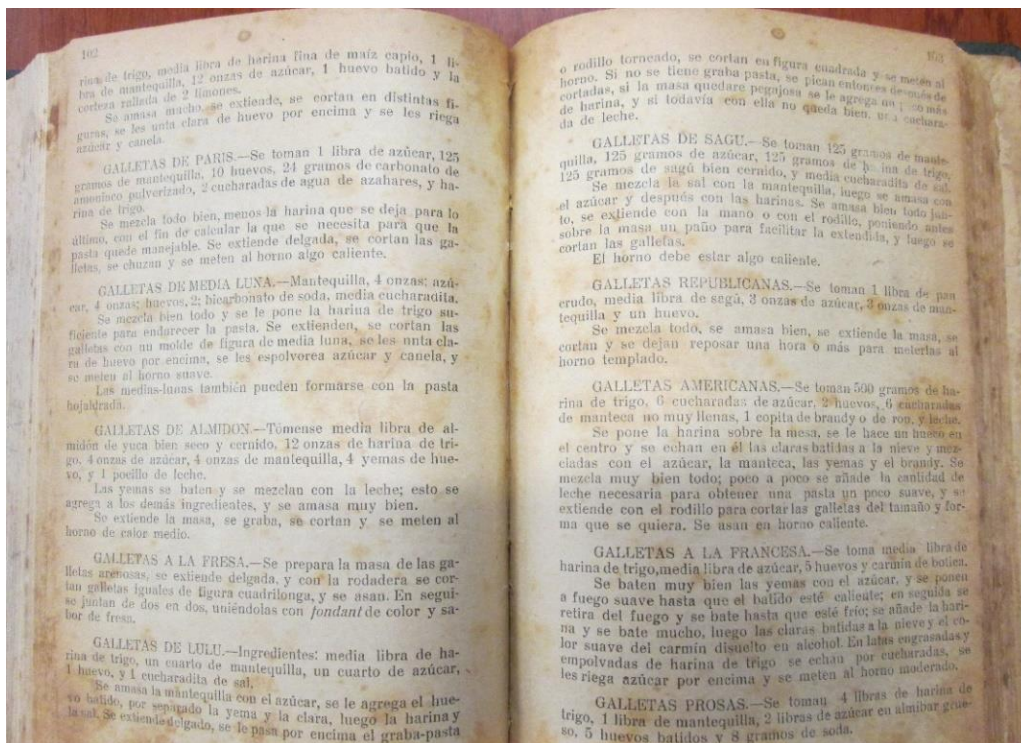


Imagen 33. Libro de cocina *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo* (1908)

⁶⁵⁵ Es probable que este ejemplar consultado haya sido encuadernado de dos tomos distintos, porque la diferencia de las dos partes —comida de sal y comida dulce—, por ejemplo, del papel, si es muy evidente.

Al respecto hay que anotar que los ejemplares del presente estudio, se encuentran en las bibliotecas y como ya se dijo en el primer capítulo, estas instituciones tratan en lo posible de adquirir limpios esta clase de escritos. De manera pues que, no hay que concluir que algunas comidas de sal nunca se guisaron. Sí es seguro que el que deseara emprender un negocio ya sea de panadería, dulces, helados, entre otros, algunos de estos libros sería un recurso fundamental por su contenido de recetas tan diversas que van desde panes, galletas, pasteles, bizcochos, tortas, confitería, y muchos más productos que les permitirían innovar y ampliar su repertorio de preparaciones.

4.3. ¿La cocina francesa en los recetarios de Medellín?

Mucho se ha escuchado de la influencia de la cocina francesa en distintas partes del mundo. Rompiendo con el modelo italiano en el siglo XVII, los franceses crearon y promovieron un nuevo estilo de cocina, el cual comenzó a predominar en Europa occidental desde el siglo XVIII⁶⁵⁶. A Latinoamérica también llegó, al menos a algunos sectores de la sociedad, la elite, y los recetarios evidencian parte de esto, especialmente en el siglo XIX en el proceso de formación de las naciones de la región, en una búsqueda de encontrar una identidad como comunidad⁶⁵⁷.

Los libros de cocina aquí estudiados al parecer también reflejan este efecto, debido a que se encontraron algunas características similares. Para comenzar, en el uso de ingredientes como la pimienta, la mantequilla y el perejil, que como ya se explicó en un apartado anterior, fue notable. Por ejemplo, los dos primeros, participaron más o menos en un 50% de las recetas analizadas, lo que evidencia una estimación hacia sus características y funciones en las comidas. Por su parte, en la Nueva cocina

⁶⁵⁶ T. Sarah Peterson, *Acquired Taste. The French Origins of Modern Cooking* (Nueva York: Cornell University, 1994) 164.

⁶⁵⁷ Bak-Geller, “Los recetarios “afrancesados””; Pilcher 107.

francesa estos alimentos gozaron de una alta valoración, como así lo explica Sarah Peterson:

To create a new food the French elevated pepper and parsley to vaunted positions; proclaimed native herbs to be superior to spices; stressed butter on the authority of Dioscorides; reintroduced Apicius's herb bouquet; embraced all the revivals as seasonings; used essences based on cordial-alchemical medicine for their most "refined" (pun intended) dishes; and then wrapped the whole package in the salt-acid taste⁶⁵⁸

En esta cita también se habla del "manejo de hierbas de Apicio", el cual era una importante unidad de condimento tanto para los franceses desde el siglo XVII, como para Apicio en la Antigua Roma. En la Nueva cocina francesa estaba compuesto usualmente de un miembro de la familia de la cebolla (a menudo puerros), una o dos hierbas como cilantro, eneldo, ajedrea u orégano y eran atadas en una bolsa pequeña de algodón, el cual, al sacarla del líquido y/o caldo ya cocinado, dejaba su impresión, su esencia. Existían diversas combinaciones sugeridas por distintos cocineros (La Varenne, Louis Liger, Vincent Lachapell, Menon), entre ellas estaban: cebolleta, perejil, tomillo, clavos, ajo, laurel o albahaca. Sin importar las variaciones, este ramillete formaba la piedra angular de la Nueva cocina francesa⁶⁵⁹.

Esta clase de manejo de hierbas también se halló –aunque con poca frecuencia– en todos los recetarios analizados. Las denominaciones variaban de un libro a otro: "un manojito de hierbas surtidas", "un ramito de hierbas finas", "un ramo de yerbas", "un ramillete atado de hierbas aromáticas", entre otros; Maraya Vélez de Sánchez y Elena Sánchez Vélez lo llamaban *bouquet garni*. La mayoría de estos textos no

⁶⁵⁸ Peterson 183.

⁶⁵⁹ Peterson 196.

especifica cómo estaba compuesto, pero se encontraron referencias que coinciden con lo que describe Sarah Peterson sobre la cocina francesa. Por un lado, Zaida Restrepo de Restrepo en *Nuevo manual de cocina* (1957) sí establece cuáles elementos integran este ramo y además presenta variaciones a lo largo de su trabajo; en una ocasión pide “un manojito de hierbas con perejil, cilantro y cebolla junca”. En otras combinaciones, además de los anteriormente mencionados, puede haber orégano, ajo, cominos, pimienta, yerbabuena, poleo o laurel. De otro lado, en *De la cocina a la mesa* (1941), de Blasina Botero de Isaza, se encontró un comentario en donde se indica retirar el “manojito de hierbas” antes de servir el plato.

Los franceses también produjeron algo que llamaban *jus* (jugo), eran las esencias con los cuales ellos preparaban sus salsas. Se producía sudando o presionando grandes cantidades de hongos o carnes, proceso del cual resultaba una pequeña cantidad de esencia⁶⁶⁰. Algo similar se encontró en las prácticas culinarias de varias de las escritoras de los libros de cocina de Medellín. Solían emplear algo equivalente a ese extracto de los franceses, eran “caldos” y/o “jugos” como principio para la elaboración de algunos platos como sopas y salsas. Según Elisa Hernández, “El buen caldo es la base de la buena cocina, y por eso lo primero que debe hacer la cocinera es hacer el caldo para que le sirva tanto para las sopas del día como para los diversos platos en cuya composición entra él”⁶⁶¹.

Algunas autoras presentaron distintas recetas para enseñar a confeccionarlos, por lo general requerían varios tipos de carne y/o huesos, hierbas, especias y en ocasiones, verduras. Por ejemplo, Elisa Hernández instruye a sus lectoras para preparar un “jugo” que llevaba lomo y fémur de buey, mano de ternera, huesos de aves, desperdicios y nervios de carne y la corteza del tocino; cortes que ella exigía, fueran frescos. Además, le incorporó un ramillete de hierbas y dejó en cocción lenta por seis

⁶⁶⁰ Peterson 195.

⁶⁶¹ Hernández 5.

horas para reducirlo. Sugería utilizar este preparado en comidas especiales o de ceremonia⁶⁶².

Como se puede ver, hay coincidencias en el uso de varios ingredientes y técnicas culinarias de la Nueva cocina francesa y de las recetas en los libros de cocina de la ciudad de Medellín, lo que indica algún tipo de influencia. No resulta extraño esto, pues se sabe que al menos Elisa Hernández, Maraya Vélez de Sánchez, Eugenia Ángel de Vélez y Elena Sánchez Vélez, quienes escribieron los cuatro primeros trabajos de este estudio, mujeres de la élite, tuvieron un contacto directo con la cultura europea. Viajaron a este continente, como así acostumbraban algunos miembros de la flor y nata de la sociedad antioqueña de finales del siglo XIX y durante la primera mitad del siglo XX, especialmente a Francia. Viajaban ya sea por negocios o por placer, “trayendo consigo diferentes objetos, recuerdos e impresiones que alimentaban la idea de que en París se encontraba la civilización”⁶⁶³. De Maraya Vélez de Sánchez y su hija Elena Sánchez Vélez se conoce que son egresadas del *Cordon Bleu* de París⁶⁶⁴, como así lo expresan en sus respectivos textos. Pero dicha presencia foránea en estos recetarios no es un tema aislado, hace parte de un cambio –o un deseo de cambio– que comenzó en el siglo XIX, en América Latina.

Con la aspiración de hacer parte –en palabras de Arnold Bauer–, del concierto de las naciones, y de romper con una tradición española juzgada como un signo del atraso, los líderes de las repúblicas latinoamericanas recién independizadas establecieron relaciones comerciales, entre otros, con Inglaterra y Francia, consideradas por aquel tiempo como unas sociedades exitosas económica y culturalmente. Estos vínculos trajeron consigo nuevas ideas y modas para muchos aspectos de las comunidades

⁶⁶² Hernández 3 y 4.

⁶⁶³ Daniel Valencia Solarte, “Usos, costumbres e imaginarios en la élite de Medellín: 1903-1930” (Trabajo de Grado en historia, Universidad de Antioquia, 2019) 24.

⁶⁶⁴ *Le Cordon Bleu* de París es un instituto de enseñanza de las artes culinarias y la gestión hotelera fundado desde 1895 y sigue actualmente en funcionamiento. <https://www.cordonbleu.edu/paris/accueil/fr>

de la región, como: la vivienda, la vestimenta y la comida que representaban el cambio, la modernidad y el progreso⁶⁶⁵. Estas novedades fueron acogidas con entusiasmo por las élites, que, según Bauer,

buscaban reafirmar, a través del consumo de bienes europeos, su más “civilizada” identidad y distinguirse de sus compatriotas inferiores, con quienes, después de todo, se podían confundir fácilmente. (...). Esta ambigüedad, esta ansiedad por no ser considerados parte de “las otras castas” forma parte, sin duda, de la explicación de esa devoción al consumo y a la ostentación de la elite latinoamericana⁶⁶⁶.

La Medellín de la primera mitad del siglo XX no estuvo ajena al proceso de emulación de modelos extranjeros que América Latina estaba experimentando desde el siglo XIX. Sus dirigentes deseaban modernizar esta ciudad y dejar atrás costumbres consideradas un obstáculo para el progreso de una población con reciente poder adquisitivo y que estaba en camino de convertirse en un centro comercial importante del país⁶⁶⁷: “estar a la moda e imitar a los europeos en casi todos los aspectos, se convierte en el ideal al que todos deberían llegar, siendo este comportamiento sinónimo de cultura y civilización”⁶⁶⁸.

Las propuestas surgían de varios flancos: los constantes viajes fuera del país que realizaban algunos miembros de la élite, la circulación en los medios impresos locales de contenido relacionado con culturas foráneas consideradas dignas de seguir, la comercialización en la capital de bienes importados (Imagen 34), entre otros. Esto alentaba entre los habitantes el deseo de adoptar dichos estilos de vida

⁶⁶⁵ Arnold J. Bauer, *Somos lo que compramos. Historia de la cultura material en América Latina* (México: Taurus, 2002) 203, 205, 216.

⁶⁶⁶ Bauer 219.

⁶⁶⁷ Valencia 48.

⁶⁶⁸ Valencia 32,33.

forasteros, y entre esas costumbres, por supuesto, estaba la comida. Así es como en los textos culinarios se pueden encontrar diversos ingredientes, platos y modales en la mesa de otros lugares, que seguramente, quienes se lo podían permitir, desearían seguir y así demostrar un cosmopolitismo.

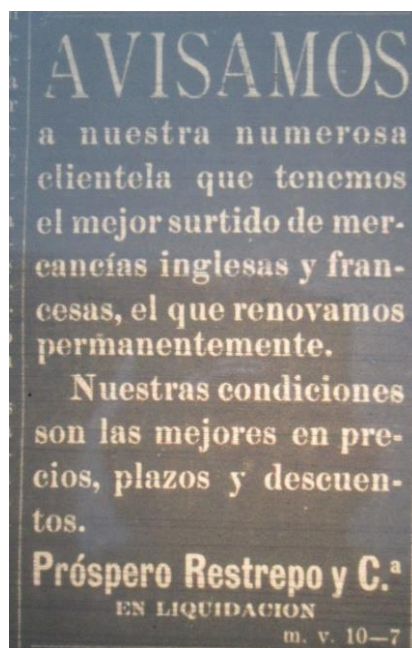


Imagen 34. Mercancía inglesa y francesa⁶⁶⁹

Además del uso de algunos ingredientes y técnicas mencionados anteriormente, los libros de cocina también dan cuenta de la presencia de platos y preparaciones de la culinaria francesa. En unos textos es notable y en otros es mucho menor, pero en ninguno está ausente este aspecto. Elisa Hernández es la única que presenta varios menús “a la francesa” cuando se quiera ofrecer una “comida de ceremonia”. El siguiente es uno de ellos:

⁶⁶⁹ *El Colombiano* (Medellín) 16 de febrero de 1915: 2

Almuerzo á la francesa.
Melón
Costradas de salmón a la escocesa
Huevos a la parisiense
Jamón y zanahorias a la Vichy
Sorbetes
Pichones de paloma a la Daumont, *petit-pois* y lechugas
Frutas
Crema helada o gelatinas. Bizcochos
Café negro.⁶⁷⁰

La fascinación por el estilo francés también lo demuestran otras autoras como Blasina Botero, Isabel de Restrepo y Emilia Olano Moreno, al presentar minutas de comida francesa para una comida especial, estas derivadas de una ceremonia realizada, según ellas, en el Palacio de Versalles en el año de 1938, en honor de los reyes de Inglaterra. Este acontecimiento fue, según las dos últimas escritoras: “El más suntuoso almuerzo de los tiempos modernos”⁶⁷¹ y en su texto, describen detalladamente esta cena: las mesas, la procedencia de algunos ingredientes, los cubiertos, la vestimenta de los “criados” y por supuesto, la reseña de los platos que se sirvieron, pero cuyas recetas no se hallaron en sus respectivos libros de cocina.

La imagen 35 es la muestra de un menú que se ofreció en una comida en la ciudad de Medellín de mediados del siglo XX en homenaje a un político y empresario antioqueño; se puede ver que el menú está completamente en francés, como así se acostumbraba en dicha época, y que también recomendaban algunas de las autoras

⁶⁷⁰ Hernández viii.

⁶⁷¹ R. de Restrepo y Olano 9.

de esta investigación: “Para las comidas de grande aparato lo más elegante es presentar la minuta en francés”⁶⁷².

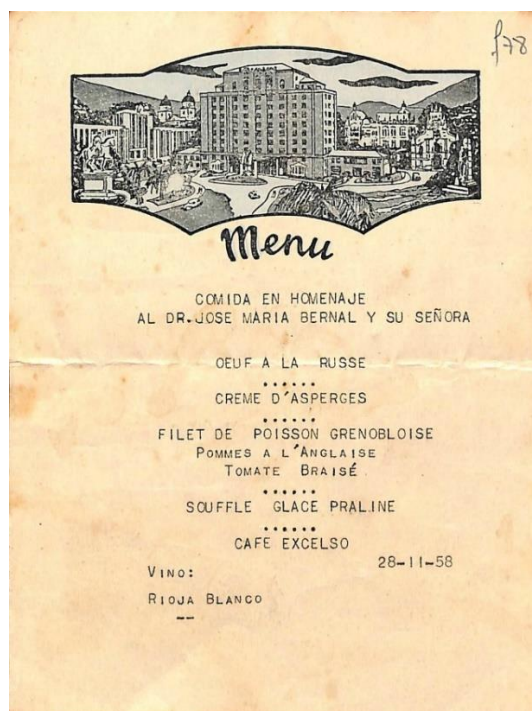


Imagen 35. Minuta en francés⁶⁷³

Por su parte, Maraya Vélez de Sánchez y Elena Sánchez Vélez con regularidad utilizan términos en francés, ya sea para recetas, ingredientes y utensilios, tales como: *pommes de terre nouvelles* (papitas de la huerta), *farce de porc* (carne de cerdo), *chapelure* (pan rallado), *cocotte* (cacerola), y muchos más. Eugenia Ángel de Vélez en *La cocina moderna colombiana*, en el apartado de pastelería con recetas de panes, galletas, bizcochos, entre otros, la denomina *Pâtisserie*⁶⁷⁴. Entre las diversas

⁶⁷² Hernández VIII.

⁶⁷³ Archivo de Jorge Cock Quevedo.

⁶⁷⁴ Ángel de Vélez 186.

preparaciones y técnicas de la cocina francesa que se hallaron están, por ejemplo, los aperitivos o entremeses, que algunas autoras prefirieron nombrarlo con el término: *Hors d'oeuvre*. Algunas de las elaboraciones de dulce y de sal de esta tradición culinaria que se hallaron, fueron: áspic⁶⁷⁵, babá⁶⁷⁶, galantina⁶⁷⁷, pan brioche, quenelle⁶⁷⁸, savarín⁶⁷⁹, *soufflé*, *vol-au-vent*⁶⁸⁰ entre otros.

Las autoras de los recetarios aquí estudiados demuestran sus destrezas y el conocimiento de otras cocinas. De esta manera se encuentran diversas preparaciones extranjeras; si bien hay recetas de la cocina italiana, española, inglesa y varias más, las de tradición francesa sobresalen por su cantidad. En este sentido, se podría traer a colación una observación de Alicia M. de Echavarría sobre los libros de cocina en general, en los que se encuentran platos muy elaborados. Según esta cocinera, son ajenos en algún sentido a lo prescrito por la medicina, además de no considerar que muchos requieren de ingredientes y utensilios costosos, lo que haría complejo llevar a cabo la realización de estas recetas, tanto por el costo como por el grado de

⁶⁷⁵ Modo de presentación de preparaciones cocidas y enfriadas como carnes, aves, *foie gras*, pescado, crustáceos, verduras e incluso frutas, metidas en una gelatina enmoldada, aromatizada y decorada. El término “áspic” procede del latín *aspis* (serpiente). Por analogía se dio este nombre a ciertos moldes de cocina en espiral. laroussecocina.mx/palabra/aspic/

⁶⁷⁶ Dulce esponjoso elaborado en el horno, muy tradicional en Francia y en la ciudad italiana de Nápoles.

⁶⁷⁷ Es un plato de carnes, especialmente de aves deshuesadas, rellenas con ingredientes molidos, aliñados y ligado. La cocina francesa ha cambiado un poco esta técnica de la cocina antigua, por la elaboración de rollos de carne, incluyendo la de pescados, rellenos con farsas de diferentes ingredientes, generalmente prensados y acabados con una capa de gelatina. <http://m.elnuevodia.com.co/nuevodia/sociales/lacolumna-del-chef/423650-galantina-un-clasico-desde-la-edad-media>

⁶⁷⁸ Una quenelle o quenefa es una especie de croqueta o albóndiga con las puntas alargadas a base de harina o pan rallado mezclada con mantequilla, huevos y agua, leche o nata además de algo de carne o pescado. <https://www.ecured.cu/Quenelle>

⁶⁷⁹ Este pastel en forma de corona, es uno de los postres más apreciados en Francia. Su nombre es un homenaje al gastrónomo francés Jean- Anthelme Brillat-Savarin. <https://dcocina.com.mx/blogs/news/14910161-historia-y-receta-del-pastel-savarin>

⁶⁸⁰ Es una masa de hojaldre horneada en forma de canastilla que se rellena con diferentes ingredientes, dulces o salados, y significa “vuelo al viento”. Al parecer fue creada por el pastelero y cocinero francés, Marie-Antoine Careme. <https://www.abc.com.py/edicion-impresa/suplementos/gastronomia/el-volovan-551233.html>

dificultad. A su vez, reclama incluir también en los recetarios platos sencillos más acordes al contexto:

[...] la ambición de las innovaciones ha hecho que nos preocupemos más por lo platos ricos en componentes y de origen francés, inglés o italiano que podamos presentar en nuestra mesa como algo raro y nuevo. Tratamos de olvidar que la comida sencilla del diario que esté de acuerdo con la vida sedentaria que generalmente se lleva, y con el régimen de alimentación que con frecuencia es indicado por los médicos, requiere que se le ponga igual cuidado e interés que a los grandes platos. También debería tenerse en cuenta que no a todas las personas les permite su situación pecuniaria servirse de las recetas lujosas⁶⁸¹.

La comida francesa también se podía consumir en algunos restaurantes de la ciudad y en las reuniones sociales que la élite económica o clase dirigente celebraba. En la imagen 36 se puede ver que el grill del Hotel Nutibara presenta un listado de platillos franceses con vinos también del mismo país y quizás, en una demostración de pompa y distinción, los nombres están en el idioma original. El hotel, según medios impresos de Medellín, era el sitio preferido por la elegante sociedad antioqueña. El establecimiento brindaba lo mejor de la cocina francesa amenizando a los visitantes con orquestas europeas todas las noches⁶⁸². La imagen 37 es una tarjeta de invitación a un banquete en el Club Unión en honor a quien en el año de 1956 ejercía como Gobernador de Antioquia, el Brigadier General Pioquinto Rengifo y también a su esposa. Aquí se puede ver que el menú lo componen al menos dos platos a la manera “francesa” y los vinos que se van a servir, son igualmente de la misma nación.

⁶⁸¹ Alicia M. de Echavarría, “Cocina”, *Letras y Encajes* (Medellín) febrero de 1929: 518.

⁶⁸² “Hotel Nutibara, el más pintoresco y acogedor del país”, *La ciudad* (Medellín) diciembre de 1955, edición especial.



Imagen 36. Menú Grill Hotel Nutibara⁶⁸³

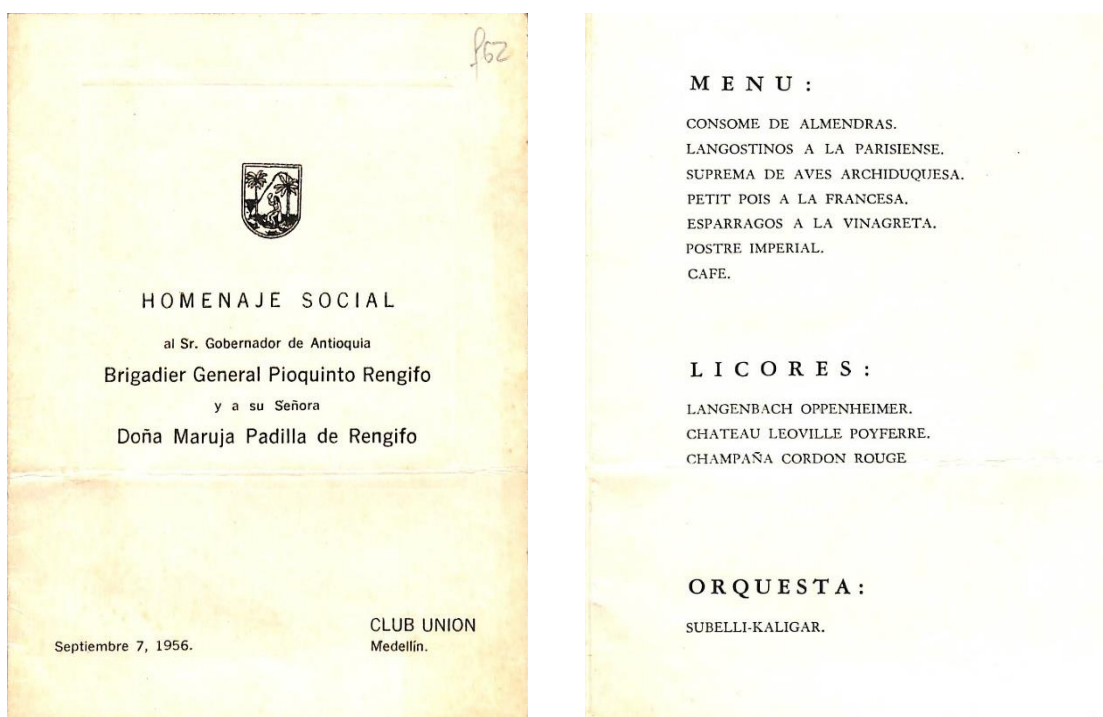


Imagen 37. Tarjeta de invitación⁶⁸⁴

⁶⁸³ *El Colombiano* (Medellín) 10 de octubre de 1953: 13

⁶⁸⁴ Archivo de Jorge Cock Quevedo.

4.4. Una cocina cosmopolita para Medellín

Los libros de cocina analizados evidencian una fascinación por las prácticas culinarias extranjeras, pues sobresalieron por su gran número, y en muchos de ellos incluso, exceden notablemente a las propuestas criollas⁶⁸⁵. Esta situación es muy pronunciada en los primeros cinco recetarios; particularmente, la obra de Eugenia Ángel de Vélez, *La cocina moderna colombiana* (1926), ignora completamente los platos vernáculos; tal parece que cocinar de manera moderna era guisar lo foráneo. Ella solo presenta una sopa criolla, cuyos ingredientes básicos son el arroz, pedacitos de tocino y una cantidad considerable de tomates. Igualmente, en *Recetas prácticas de cocina* (1927) de Elena Sánchez Vélez, se encontraron cuatro recetas familiares a esta región, entre ellas, la sopa antioqueña y torta de yuca. Fueron Elisa Hernández y Maraya Vélez de Sánchez, las que en sus textos incluyeron una mayor cantidad de esta clase preparaciones, aunque no se pueden comparar en cuantía en relación con las forasteras que también sugirieron.

Además de la comida francesa –tratada anteriormente–, a lo largo del periodo se pueden encontrar muchas otras. Por mencionar algunas, están los platos italianos como la polenta y los diferentes tipos de pastas: raviolis, tallarines, ñoquis, canalones y espaguetis⁶⁸⁶. Del Reino Unido se encuentran los *muffins*, *scones* y pudines. Algunos platillos tradicionales españoles como la paella, los jamones y menestras. El *fudge* y el *brownie*, dulces originarios de Estados Unidos. Incluso se halló una sopa de origen ruso llamada *Borsch*. También se debe resaltar la abundancia de preparaciones con nombres de países o regiones de alrededor del mundo, algunos son llamativos por ser geográficamente remotos a esta ciudad, tales como: Irlanda, Albania, Varsovia, Argelia, Japón, California, Finlandia, Bengala; hasta nombres de

⁶⁸⁵ Esto se afirma con base en un inventario realizado según los nombres de las recetas que hagan alusión a un país o a una región ya sea nacional o extranjera.

⁶⁸⁶ Se tomaron los nombres como aparecen en los textos consultados, los que a su vez variaban en su ortografía.

personajes como Luis XV o Príncipe de Gales también aparecen en los nombres de las recetas.

La imagen 38 es un ejemplo de las recetas con estas características. Esta cantidad de denominaciones y de alusiones a otras culturas o regiones del planeta, quizás puede reflejar el deseo de las autoras de demostrar su vasto conocimiento o capital culinario de costumbres alimentarias de otros lugares. Igualmente, este conjunto de libros da cuenta de las condiciones económicas de sus autoras, además de su deseo de entregar recetas novedosas a sus lectoras, las que, por lo general, son también de las mismas condiciones sociales. Al respecto Efraín Barradas afirma que los recetarios “son el producto de gente que escribe sobre comida desde la abundancia y desde el deseo de la innovación. En la inmensa mayoría de los casos, escriben, leen y consultan los libros de cocina los que tienen más que suficiente que comer”⁶⁸⁷.



Imagen 38. Ensalada italiana⁶⁸⁸

⁶⁸⁷ Efraín Barradas, “El cocinero puertorriqueño, *El manual del cocinero cubano* y la formación del nacionalismo en el Caribe”, *Foro hispánico: revista hispánica de Flandes y Holanda* 39 (2010): 275.

⁶⁸⁸ Maraya Vélez de Sánchez, *Cocina europea y americana. Fórmulas sencillas para preparar los mejores platos usuales y los más exquisitos* (París: Cabaut y Cía. Editores, 1930) 592.

Si bien las recetas extranjeras determinadas veces aparentemente disminuyen, su presencia a lo largo de la época estudiada es persistente. Lo notable es que prácticamente las denominaciones francesas van desapareciendo de los textos, pero ciertas preparaciones prevalecen; algunas incluso con modificaciones en su nombre, por ejemplo, el *vol-au-vent* va cambiando a lo largo del tiempo por el adaptado volován. Este y otros productos como los *muffin*, *mousse* y *soufflé* se siguen sugiriendo hasta el final del periodo, incluso hoy en día, siguen presentes y son familiares en el medio, aunque su consumo no es muy generalizado. Caso contrario a los *sandwiches*, *waffles*, *croissants*, *crepes*, *pancakes*, *brownies* y *donuts* (*doughnuts*, *donnas*), que son de uso bastante popularizado hoy en día.

Los medios impresos que circularon durante la misma época en la ciudad de Medellín, también demostraron su gusto por las cocinas foráneas. Publicaciones como el periódico *El Colombiano*, las revistas *Letras y Encajes* y *Gloria*, incluían un apartado en el cual presentaban recetas a las amas de casa. Las tres revelan las mismas características anteriormente descritas de los textos culinarios: propuestas de comidas de otras latitudes y como contraste, los platillos regionales colombianos, prácticamente estaban ausentes.

En cuanto a la divulgación de este tipo de información, *El Colombiano* comenzó a hacerlo a partir de 1925, a 13 años de su fundación, y se caracterizó por su poca regularidad. Por un tiempo –primeros años de la década de 1940– la sección estaba a cargo por un corresponsal desde Nueva York: “un gastrónomo” o por un experto en alimentación, Gaynor Maddox, que en ocasiones hablaba de costumbres alimentarias de la cultura americana. *Letras y Encajes*, que era dirigida por mujeres de la élite, sí dedicó una sección a este tema en todos sus números, lo que demuestra el interés de difundir estos tipos de cocinas entre sus lectoras; no en vano, parte de la dirección y colaboradoras de la sección del tema culinario de esta revista, también escribieron recetarios, y hacen parte de la presente investigación. *Gloria*, una

publicación de *Fabricato*⁶⁸⁹ que estaba dirigida a la clase media⁶⁹⁰, también dedicó una sección de este tipo, en la que, en algunos números, la afamada autora argentina de libros de cocina, Petrona de Gandulfo, colaboró.

4.5. La cocina colombiana en los recetarios de Medellín

Ya se había mencionado la baja representación de las cocinas regionales colombianas en los primeros cinco recetarios impresos de la ciudad. De ese tiempo, aparecen algunos platillos de Bogotá, Cauca, la Costa Caribe y Antioquia, específicamente en los trabajos de Elisa Hernández y Maraya Vélez de Sánchez. Y al parecer, las preferidas fueron las empanadas, pues en sus textos coinciden en ofrecerlas; están las antioqueñas, bogotanas, caleñas y las caucanas. Igualmente, se encontraron algunas recetas con alimentos de consumo acostumbrado por los colombianos y sugieren su uso en preparaciones tales como: buñuelos de arracacha, enyucado, pasteles de yuca, sopa de plátanos dominicos, cidras rellenas y varios tipos de tortas como la de maíz, plátano, uyama, vitoria o choclo. Del maíz, Elisa Hernández fue la única de este grupo de autoras que ofreció recetas de cómo elaborar la mazamorra, los tamales antioqueños y diferentes tipos de arepas, entre ellas la tradicional antioqueña.

Es a partir de 1930 cuando la cocina criolla aumenta en número y diversidad de recetas de platos regionales colombianos. Se encuentran, por ejemplo, los sancochos antioqueño y caleño; también el ajiaco. Las ya mencionadas empanadas antioqueñas, bogotanas y caucanas. Los tamales tolimense, antioqueño, costeño, bogotano y cartagenero. De los arroces, están el arroz con coco costeño, el atollado

⁶⁸⁹ Siglas de Fábrica de Hilados y Tejidos. Empresa textil fundada en 1920.

⁶⁹⁰ Publicada entre 1948 y 1950 en forma bimestral. Ofrecía para sus lectores de clase media temas culturales como cuentos, poemas, artículos sobre arte. También sobre consultorio sentimental e información utilitaria y la promoción del civismo. Ana María Cano, "La prensa en Medellín", *Historia de Medellín* Tomo II ed. Jorge Orlando Melo (Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996) 745.

y el caucano. Entre los amasijos se encuentran los buñuelos (antioqueños, bogotanos y marinillos), pandeyuca, almojábana, pandequeso y pandebono. De los dulces, están las recetas del bocadillo veleño, los arequipes como el caucano, el antioqueño y del Tolima; el manjar blanco, la natilla antioqueña y bogotana. Cabe señalar que la autora de *La cocina al alcance de todos* (1936), Ana Jaramillo de Isaza, dedicó una sección de “recetas santafereñas”, algunas para mencionar, están, el chocolate santafereño, las papas chorriadas, masato, cuchuco de trigo y chicha bogotana.

¿El aumento de propuestas de comidas criollas regionales de este periodo se debería tal vez a un cambio en la valoración de estos alimentos? Teniendo en cuenta que las recetas extranjeras continuaban en los libros, ¿Se buscaba cautivar y ampliar el rango de los lectores? Sofía Ospina de Navarro tal vez da alguna pista al respecto cuando invita en uno de sus trabajos a guisar y apreciar más estos platos tradicionales:

El regionalismo en las comidas es una manifestación del amor a la tierra nativa y el no dejar desaparecer las viejas costumbres debe preocupar a las mujeres del día. Si cada departamento colombiano posee sus platos especiales, deliciosos por cierto, por qué olvidarlos del todo para ocupar su lugar con los usados en otros países, (...). Muchos extranjeros, al comerlos por curiosidad, los saborean con placer; mientras nosotros parece que empezamos a avergonzarnos de ellos⁶⁹¹.

A propósito de dicha vergüenza de consumir los platos autóctonos de la que habla esta autora, la siguiente cita ilustra la misma situación. Relata lo que al parecer sucedía en la sociedad medellinense, para este caso, en los años cuarenta del siglo XX. Es un relato de una persona que defiende el consumo de los platos propios de la región frente a aquellos que preferían otras alternativas culinarias

⁶⁹¹ Ospina de Navarro, *La cartilla del hogar* 14.

considerándolas signos de modernidad y los propios, como de atraso. La descripción hace parte de un artículo publicado en el periódico *El Colombiano* del escritor Wenceslao Montoya en el que reseña la obra, *De todo el maíz*, de Benigno A. Gutiérrez. Comienza la reseña hablando de la comida típica antioqueña y de la percepción que tenían algunas personas sobre esta:

[...] dizque no es elegante ni moderno que en las casas se coman frisoles, arepa y mazamorra. Conozco familias cuyos abuelos y padres, que fueron quienes crearon la riqueza de que sus descendientes disfrutan, no comieron sino frisoles, arepa, mazamorra, panela, o dulce macho, como también se le llama, chicharrón y uno que otro huevo. Pero sus hijos y nietos ya no hablan sino de sandwiches, consomé, postres, estofados, pasteles, fois gras, mortadela, etc. Y si alguno se atreve a preguntar por frisoles, arepa y mazamorra inmediatamente se le tilda de atrasado y montañero y se le recomienda que ya que está tan de moda, al menos hable en voz baja, para que los vecinos no se enteren de que en aquella casa todavía hay quien piense en aquellos alimentos propios de puelleños y montañeros⁶⁹².

¿Tendrían esta misma opinión acerca de la comida local, algunas autoras de estos libros de cocina? ¿Quizás la ausencia de los platos mencionados en la anterior cita en varios de los manuales se debe a un menosprecio de estos? Al menos cuatro del conjunto de textos no presentaron este tipo de preparaciones, lo que hace creer que podría ser así, si se vincula esto con lo que estaba pasando en la sociedad medellinense de la primera mitad del siglo XX, en cuanto a la emulación de modelos foráneos, entre ellos, la cocina. En los demás recetarios, aunque las propuestas foráneas también abundan, se hallaron diferentes recetas de tradición antioqueña, en unos más, en otros menos, pero finalmente, la comida que los ancestros

⁶⁹² Wenceslao Montoya "De todo el maíz", *El Colombiano* (Medellín) 31 de octubre de 1944: 35.

consumían y que la mayoría de la población lo seguía haciendo, estaban presentes; así como también, algunos ingredientes de su sistema culinario, como la yuca, el plátano, maíz o la arracacha, tienen en algún grado, su representación.

La abundancia y variedad de ingredientes y recetas en los libros de cocina da cuenta de quiénes los escribieron y a qué público apuntaban. “Las personas pueden ser identificadas y clasificadas socialmente según lo que comen, de la misma forma que ellas mismas se identifican y se construyen a través de la comida”⁶⁹³. Las autoras, como ya se sabe, pertenecían a la élite económica de Medellín, un grupo social que, para la época de estudio, estaba llevando a cabo un proceso de modernización para la ciudad. La intención de publicar sus trabajos, como lo declararon estas mujeres, era básicamente que la señora de casa tuviera la oportunidad de proporcionar a su familia una alimentación variada, nutritiva y, además, apetitosa. Propósitos que además, ayudarían a la formación de la domesticidad de las mujeres de Medellín de dicho periodo.

Estos manuales brindaron la posibilidad de elección –a los que su capacidad económica les permitiera– de víveres y de preparaciones para diversificar una dieta, de la cual se pensaba, era poco diversa; por un lado, debido a la producción local limitada⁶⁹⁴, y por otro, muchas veces por ignorancia⁶⁹⁵, porque también las mesas de los ricos eran homogéneas. Yolanda Musella, en su obra *La cocina al gusto de todos* (1949), decía: “Conozco a muchas personas que no comen bien, no por falta de gusto

⁶⁹³ Jesús Contreras y Mabel Gracia. *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas* (Barcelona: Ariel, 2005) 259.

⁶⁹⁴ Estrada, *Fogón* 27.

⁶⁹⁵ Bejarano 57.

o de dinero, sino por no saber distribuir sus alimentos, y esto les puede pasar a millares”⁶⁹⁶.

En este sentido, se puede decir que el propósito de las autoras a través de estos textos culinarios fue el de aspirar a que las costumbres alimentarias de los ciudadanos medellinenses se “modernizaran” ampliando el inventario de ingredientes y de platos que se guisaban en sus cocinas. Al respecto, Nicola Humble afirma que los recetarios “are interventions in the diet of the nation, attempts to popularize new foods, new methods, fresh attitudes. they will always have more to tell us about the fantasies and fears associated with foods than about what people actually had for dinner”⁶⁹⁷.

También es factible que, al publicar sus trabajos y exhibir su maestría en la cocina, las autoras pretendieran una posición relevante incuestionable en el ámbito de las artes culinarias en su círculo social. Como lo señala María Paz Moreno, no es extraño que una mujer deba acreditar con vehemencia sus capacidades para ganar el capital culinario necesario para ser respetado⁶⁹⁸. Aquí también se puede extrapolar un concepto que hace parte de la teoría social de Bourdieu⁶⁹⁹, denominado campo, que es, según el autor, un espacio, donde algo está en juego. Ese algo puede ser un tipo de “capital” (económico, político, social, entre otros) y el juego consiste en la lucha que se lleva a cabo para apropiarse de un determinado capital que define a cada campo⁷⁰⁰.

⁶⁹⁶ Yolanda Musella, *La cocina al gusto de todos*, (Medellín, Editorial Bedout, 1949) 5.

⁶⁹⁷ Humble 4.

⁶⁹⁸ Moreno 212, 213.

⁶⁹⁹ De acuerdo con María del Carmen Araya y Sergio Villena, el cuerpo teórico de Bourdieu, no solo se limita a comprender la producción social del gusto y el consumo de bienes culturales que este autor ha desarrollado en sus obras; se puede aplicar también a otra serie de problemas sociales, lo que ha producido que estos conceptos tengan cierta familiaridad en el ámbito de los estudios sociales. Araya y Villena 227.

⁷⁰⁰ Araya y Villena 227.

Para el caso de esta investigación, lo que está en juego sería el capital culinario de estas autoras de recetarios en el ámbito de la cocina en Medellín (campo), el cual ellas lo han acumulado y adquirido, mediante el estudio, el ensayo, la práctica y la colección de recetas (su lucha). Al respecto, Bourdieu afirma que,

Dado que cada uno de los espacios sociales (...), funciona simultáneamente como uno de los lugares en los que se produce la competencia y uno de los lugares en los que esta recibe su premio, se podría esperar que cada uno de los campos otorgara la máxima recompensa a los productos que allí se engendran⁷⁰¹.

La recompensa para estas autoras podría ser su visibilidad y reconocimiento en una sociedad que pretendía que las mujeres se desarrollaran únicamente en un ámbito privado, sus hogares.

Ahora, en cuanto a la audiencia prevista para los recetarios, estos, sobre todo los de los primeros años de publicación, que son un despliegue de sofisticación y de habilidad culinaria, posiblemente estaban dirigidos a las cocinas de un segmento de la población con ingresos económicos que les permitiera elegir tal diversidad y calidad de productos que requerían las recetas. Por ejemplo, los manuales de cocina de Elisa Hernández, Maraya Vélez de Sánchez y Blasina Botero son prácticamente los únicos que proponen carne de buey en algunos de sus platos, la que, según el texto de José María Bravo, “era usada solamente por las personas ricas”⁷⁰².

Igualmente, los cortes de cerdo más utilizados en todos los textos fueron cañón, lomo, tocino y jamón, considerados de calidad superior y por ende con precios

⁷⁰¹ Pierre Bourdieu, *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto* (México: Taurus, 2012) 100.

⁷⁰² Esta afirmación proviene de comentarios acerca de Medellín y su sociedad de Mariano Ospina Rodríguez. José María Bravo 19.

elevados. El cañón, de acuerdo con los precios de venta, registraba el valor más alto. Para ilustrarlo, en julio de 1923 la libra costaba 50 centavos, la de tocino 40, mientras que la de solomito de res, 35, y una libra de carnes inferiores, 15⁷⁰³. Para corroborar esta tendencia, en febrero 10 de 1940, los precios estaban así: la libra de cañón, 1.20 centavos, tocino a 0.70, la de solomito de res 0.90 y las carnes inferiores, 0.40⁷⁰⁴. Lo mismo ocurre con varios alimentos vegetales, algunos por su producción limitada o porque son importados, no eran accesibles sino para quienes tenían capacidad adquisitiva para comprar, por ejemplo, espárragos, alcachofas⁷⁰⁵ y trufas, estas últimas, bastante cotizadas y utilizadas en las cocinas lujosas, que, por cierto, fueron empleadas con frecuencia en los recetarios de los primeros años del periodo aquí analizado.

Si bien se ha dicho que los recetarios estaban dirigidos a sectores opulentos, algunos volúmenes pudieron haber sido adquiridos por un público más amplio. Aquellos que mejoraron sus condiciones económicas y ansiaban cambiar y/o variar sus hábitos para una dieta saludable, otros deseaban copiar algunas costumbres, la mujer recién casada que no tiene conocimientos culinarios, la entrada de un alimento o equipo de cocina nuevo⁷⁰⁶. Son diversos los motivos para obtener un texto de cocina, lo que no significa que se deban preparar todas las recetas. Generalmente se recurre a un libro de estos cuando se le quiere dar distinción a una comida “utilizando ingredientes que impresionarán a los demás”⁷⁰⁷: a la familia, a los amigos. Es posible que, de esta manera, las nuevas propuestas culinarias que se guisan se van incorporando a las prácticas de cocina habituales, un ingrediente o una técnica de preparación que agradó o mejoró un sabor.

⁷⁰³ *El Colombiano* (Medellín) 12 de julio de 1923: 8.

⁷⁰⁴ *El Colombiano* (Medellín) 10 de febrero de 1940: 15.

⁷⁰⁵ Patiño 215.

⁷⁰⁶ Wheaton 279.

⁷⁰⁷ Albala 233.

La publicación de libros de cocina en Colombia, comenzó a mediados del siglo XIX en la ciudad de Bogotá. Durante la segunda mitad de dicho siglo se editaron tres obras en esta ciudad, las cuales, según Aída Martínez, fueron escritas por hombres y estaban mayormente dirigidas al sector masculino. La autora afirma esto por el contenido del primer libro editado en 1853⁷⁰⁸; en él, además de las recetas culinarias, se encuentran también instrucciones asociadas con artes y oficios⁷⁰⁹. De acuerdo a esto, dice la autora, el objetivo, principal era el de promover la industria; quienes lo publicaron pensaban que las artes y los oficios contribuirían a la economía de la nación. Por su parte, *El estuche*, impreso en 1878, además de las recetas, contiene temas como el servicio en la mesa, el servicio del criado y la buena conversación; según Alberto Flórez, “se presentó como un libro de consulta para una amplia gama de público: agricultores, niños, señoritas, criados”⁷¹⁰. Como se puede ver, los tipos de lectores de estos manuales de fines del siglo XIX en Colombia, eran diversos.

La tradición de publicar recetarios en la ciudad de Medellín comenzó en la primera década del siglo XX. Esta actividad presentó una particularidad con respecto a la capital del país. Estos libros fueron escritos principalmente por mujeres y estaban dirigidos a la población femenina de la ciudad. La pretensión con estos libros fue la de instruir a las mujeres en las funciones que tradicionalmente realizaban en el hogar. Con la circulación de estos textos, se consolida así, la transmisión escrita de los saberes domésticos, combinándose con la tradición oral. De acuerdo con esto, una característica de estos libros de cocina de la ciudad es su sentido práctico al ocuparse fundamentalmente de los asuntos domésticos.

El sentido práctico de los recetarios domésticos de Medellín se hace patente en los múltiples consejos que contienen para las amas de casa con el fin de tener éxito en

⁷⁰⁸ *Manual de artes, oficios, cocina i repostería: obra sacada de los mejores autores y acomodada a las necesidades de los granadinos, así como a las circunstancias de esta república.*

⁷⁰⁹ Martínez 103, 104.

⁷¹⁰ Flórez-Malagón, “Dime qué comes”, 403.

las diversas labores del hogar y así, finalmente, lograr una casa bien dirigida, un refugio acogedor y agradable para los miembros de la familia. Además de recetas, estos libros contenían otro tipo de información que facilitaría su buen desempeño: menús completos para preparar a la familia o para una gran celebración con invitados, información nutricional de los alimentos, la dieta adecuada para determinadas enfermedades, y muchos más “conocimientos útiles”. En resumen, en ellos, las mujeres tenían una herramienta con la cual podían cumplir con éxito el cuidado de su parentela.

Son ellas las responsables de esta misión, eso lo recalcan los libros. Por medio de estos, la sociedad antioqueña encontró una nueva forma de preservar los valores tradicionales tan apreciados como el hogar y la familia y también alentar el orgullo que una mujer de esta región debía tener acerca de su habilidad en la cocina. La buena cocina, la cual depende no sólo de que se preparen bien los alimentos sino de la variedad de éstos. Dichas cualidades culinarias serían otra “gracia” más que se le reconocería a estas mujeres. Es así como estos manuales refuerzan una de las tantas representaciones femeninas admitidas para la mujer por la sociedad de aquel tiempo: ser la responsable de las actividades de la casa y del bienestar de su familia.

De manera pues que lo que caracterizó a los libros de cocina de Medellín de la primera mitad del siglo XX y la década de 1950, fue el propósito de formar la domesticidad en la mujer de esta población. Con sus mensajes le recordaba cuáles eran sus deberes ya fuera esposa, madre, hija o hermana; en cualquiera de estas condiciones su responsabilidad final era la familia, y eso no debería cambiar.

CONCLUSIONES

Una vez terminada mi investigación para la maestría en historia sobre cambios en las prácticas alimentarias en la ciudad de Medellín de mediados del siglo XX, entre las fuentes consultadas quedaron identificados varios libros de cocina antioqueños publicados en aquella época. Partiendo de la idea de que los platos que se exponen en ellos es lo que regularmente se come, mi propuesta para el presente trabajo fue, en términos generales, indagar a través de dichos escritos qué era lo que comían en aquella época, qué cambió y que permanecía en los hábitos alimentarios de los habitantes de la ciudad pues, pensaba ¿qué más se puede analizar en un recetario?

Al mismo tiempo que estructuraba la propuesta, dudaba si se podía lograr el objetivo planteado. ¿Cómo comprobar que estos platos sí se cocinaron? Y si se prepararon, ¿lo hizo la población en general? Por experiencia propia, tengo guardadas muchas recetas que en algún momento me llamaron la atención, pero que nunca las he puesto en práctica, ya sea por falta de tiempo o de disposición para realizar procedimientos ciertamente complicados o la necesidad de adquirir algunos ingredientes que no estaban disponibles en mi cocina.

Al realizar este trabajo me he dado cuenta de que las recetas que contiene un libro de cocina son más bien la expresión de una esperanza -de quien escribe y de quien posee una de estas obras- de llevar a cabo una práctica ideal y que todos esos platos no necesariamente se materializan. Aprendí que además de enseñar a cocinar, de igual manera ellos quieren instruir sobre otros aspectos, por lo que eran una especie de guía para diversos asuntos en la vida. Por tal razón, a través de estos ejemplares podemos conocer sobre distintos temas de la sociedad que los produjo. Porque los libros de cocina cuentan historias. La intención de esta tesis fue la de sacar a la luz

algunos de esos relatos que dichos escritos reflejan sobre la ciudad de Medellín en la época referida.

Para esta investigación se desarrollaron tres temas que considero son los básicos cuando se estudian libros de cocina. El primero de ellos es analizarlos como objeto. El libro ha sido uno de los medios más adecuados para la circulación de las ideas, la transmisión de saberes y modificación de prácticas. Como lo propone el enfoque de la historia del libro, se indagó acerca de las diferentes etapas en el proceso de elaboración y sobre los que intervinieron en dicho proyecto. Conociendo el contexto de dicha producción, fue posible entender lo que decían estos textos y relacionar entonces su contenido y sus propósitos con algunas situaciones que ocurrían en Medellín durante aquel tiempo.

Una historia de las mujeres de la ciudad de Medellín fue otro de los temas abordados. El relato se centró en descubrir de qué manera se moldeó la identidad de las medellinenses y la definición de cómo debía ser su comportamiento según su género. Para lograrlo, se estudiaron los múltiples discursos que sobre el sexo femenino se publicaron en algunos medios escritos de la época, como los artículos de prensa, la publicidad, los libros de cocina, al igual que las propuestas de los centros educativos de la ciudad acerca de la educación de las mujeres. A este conjunto se le denominó en esta tesis, “la cultura de la cocina”, porque con sus discursos de domesticidad contribuyeron en la especificación de cuáles deberían ser sus responsabilidades dentro de la sociedad, llevadas a cabo por supuesto, siempre en el hogar.

Desde luego el tema de la alimentación debía ser analizado. Se tomó entonces el conjunto de recetas de estos libros de cocina, no para investigar unas prácticas que pudieron no ser llevadas a cabo totalmente, sino más bien, entender para esta época una de las formas de transmisión de un conocimiento culinario en Medellín;

igualmente, conocer las propuestas que las autoras quisiesen que sus lectoras llevaran a cabo en sus cocinas. Se revisaron 20 obras de este periodo, los cuales suman aproximadamente 17.400 recetas. De acuerdo con esto, el estudio se hizo de manera sistemática, esto es, se elaboró un inventario por separado, identificando qué ingredientes se utilizaron en las preparaciones, luego las técnicas de cocción, después los utensilios e igualmente se procedió con los modos de consumo en la mesa. Este método ordenado permitió descubrir las tendencias culinarias en estos textos a lo largo de este tiempo.

Los libros de cocina publicados en Medellín en la primera mitad del siglo XX y la década de 1950, fueron escritos en su mayoría por mujeres cuya característica común fue la de pertenecer a familias de la élite de la ciudad. Muchas de ellas tenían parientes, por lo general hombres, que fueron personajes con influencia económica, política e intelectual en la región. Además, algunos de estos familiares fueron gestores y partícipes de los proyectos de modernización que en la ciudad se estaban adelantando. También varias de estas autoras desempeñaron cargos en distintas organizaciones. Una de ellas fue la Sociedad de Mejoras Públicas, entidad vinculada con el desarrollo urbano; igualmente algunas de estas mujeres dirigieron un medio escrito como lo fue la revista *Letras y Encajes*, dirigida al público femenino. Se debe destacar a Sofía Ospina de Navarro, quien además de publicar dos libros de cocina, sobresale por su amplia producción literaria.

Estas actividades ejercidas en un ámbito público por varias de estas autoras fueron funciones “muy acordes a su género”, pues en el caso de la Sociedad de Mejoras Públicas, realizaban trabajos tales como organizar fiestas, bazares, recolectar fondos, entre otros. Las que colaboraron en la revista divulgaron temas en su mayoría relacionadas al mundo femenino, entre ellos, la cocina. De acuerdo con lo anterior, se puede decir que estas mujeres se desarrollaron en un ambiente con inquietudes intelectuales y también en lo referente a temas de procesos de modernización de la

ciudad. Este entorno muy probablemente las estimuló a desempeñar un papel que trascendiera su ámbito doméstico. Por tal razón, es comprensible que ellas desearan aportar desde sus saberes, otros cambios que la ciudad estaba experimentando, como los del ámbito doméstico. De esta manera, plantearon también una transformación en las prácticas de la cocina antioqueña publicando sus recetarios.

La pretensión de elaborar una historia de estos libros de cocina, es decir, hablar sobre los procesos en la producción y de quienes participaron en ellos, se vio algo truncada por la escasa información al respecto. Poco se halló sobre editores, imprentas o reseñas de estas obras en los medios. En relación con las autoras, es lamentable lo precario de las referencias sobre las actividades que desempeñaron en su vida pública. Bien es sabido que en una sociedad patriarcal como lo fue la época de este estudio, poco interesaba las vidas y experiencias de las mujeres y mucho menos la vida doméstica, por tanto no eran merecedores de abordar en los medios.

Lo que sí abundaba en las publicaciones de la ciudad, eran los tratados sobre la mujer. En ellos se opinaba sobre su cuerpo, su pensamiento, cómo debía comportarse y qué rol debía desempeñar de acuerdo con su género. Durante el periodo estudiado fueron diversas las formas como se divulgó un ideal femenino que las medellinenses debían seguir. Por un lado, la literatura prescriptiva representada en artículos en prensa, publicidad y libros de cocina y por otro, los programas escolares como parte de proyectos estatales y particulares. Estos fueron esfuerzos para formar una mujer doméstica antioqueña, cuyo objetivo era el de preservar a las mujeres en su hogar y en el que todos recalcan y enaltecen la importancia de sus responsabilidades en la estabilidad de la familia y por extensión, de la sociedad.

La prensa centró sus discursos en elogiar la vida en el hogar y las funciones de las amas de casa, exaltando sus capacidades de resolver los problemas cotidianos.

Además, incluyó muchas veces en sus argumentos el ámbito de lo sagrado, destacando que sus deberes domésticos eran una disposición providencial y aún más, las equiparaba con la virgen María. Esto con el fin de que no surgieran espacios para la protesta por parte de las mujeres y en cambio, cumplieran con satisfacción sus tareas.

La publicidad de productos alimenticios reprodujo claramente los roles de género en sus campañas. La preparación de la comida representada en los anuncios fue categóricamente una labor de las mujeres a las que se le encomendaba completamente la responsabilidad del bienestar de la familia, y a su vez les enfatizaban que ese logro era la mayor recompensa que ellas podían experimentar. De esta manera, la publicidad contribuyó a reafirmar las funciones que el sexo femenino tradicionalmente había estado desempeñando.

Los libros de cocina de Medellín del periodo estudiado expusieron claramente quién era la persona responsable de todo lo concerniente al hogar, la mujer. A ella exclusivamente estaban dirigidos los mensajes sobre cómo podría lograr un hogar feliz. Por ello, los consejos iban desde el adecuado manejo financiero, el mantenimiento del orden e higiene de la casa, hasta cómo complacer con alimentos sanos, bien preparados y presentados a su familia. Describían también cómo debería ser la esposa y madre ideal, aquella dedicada enteramente a los quehaceres, que vela por sus hijos y que facilita un entorno confortable a su esposo.

Otro proyecto que contribuyó en la configuración de una mujer doméstica de Medellín fue la instrucción en economía doméstica. La sociedad de aquel momento consideraba que la mujer tenía una misión social que cumplir, la que llevaría a cabo con sus virtudes en el círculo de la familia y que se reflejaría en una sociedad estable. Para desempeñar estas funciones, ella debería ser educada en áreas muy propias de su género. Por ello, existieron iniciativas estatales y particulares que las preparaban

de manera formal y sistemática a tejer, bordar, planchar; también se les instruía sobre la limpieza de la casa, la alimentación, puericultura, contabilidad doméstica, moral familiar, entre muchas más. Enseñanzas que se orientaron en la naturalización de unas cualidades de la mujer para el gobierno del hogar.

Los libros de cocina impresos de Medellín fueron una de las formas de transmitir los saberes culinarios durante la primera mitad del siglo XX y en la década de 1950. Estos reflejan las expectativas de ciertas personas de la ciudad para que otros practicasen el tipo de cocina que proponían en sus trabajos. La abundancia y variedad de recetas, de ingredientes y técnicas de cocción informan que quienes escribieron estos recetarios, en su mayoría mujeres, pertenecían a la élite de la sociedad medellinense, sector del cual algunos de sus miembros estaban participando en los procesos de modernización que allí estaban ocurriendo. Entre los aspectos que caracterizaron a estos proyectos fue el deseo de un cambio en las costumbres de los habitantes, uno de ellos era el de abandonar prácticas ancestrales, consideradas un obstáculo para llegar a lo que ellos consideraban un estado de civilización y modernidad cuyo referente principal era Europa.

Uno de esos modelos fue el de la cultura francesa, los recetarios reflejan esto. Algunas autoras no ocultaron su fascinación por la cocina francesa y por ello, sus trabajos contienen una considerable cantidad de estos platos, de ingredientes y técnicas característicos de esta cocina, sobre todo en los primeros años de la publicación de los libros. No solo hubo deslumbramiento por lo francés; recetas de distintos países aparecen en los libros como, Italia, España, Inglaterra, entre otras. La propuesta que estas autoras quisieron implantar en las costumbres de los ciudadanos de Medellín fue una cocina cosmopolita, en la que a su vez, la culinaria de la región antioqueña estaba poco representada. La modernidad entonces consistía en acoger y practicar aquello que representaba lo foráneo y escondía lo propio.

La intención de presentar un inventario tan amplio de recetas, ingredientes y técnicas, según varias autoras, fue básicamente que la señora de casa tuviera la oportunidad de proporcionar a su familia una alimentación variada, nutritiva y, además, apetitosa. Otra razón posiblemente fue la de exponer su conocimiento y experiencia de la cocina; así, con este capital culinario que fue adquirido a través de los años mediante el estudio y colección de recetas, podría ganar una posición sobresaliente en el campo culinario y también respeto en su círculo social. Lograr esto, quizás para algunas era necesario, pues es bien sabido el lugar que les correspondía a las mujeres en la sociedad de aquella época, relegadas en el ámbito doméstico, desempeñando con abnegación sus funciones, la gran mayoría, al servicio de los demás.

En este trabajo he contado solo algunas temáticas de las muchas que a través de los libros de cocina se pueden llegar a realizar. Los tres ejes que se desarrollaron, considero, son los elementales cuando se inicia en el análisis con este tipo de fuentes. Lo aprendido durante la elaboración de esta tesis allana el camino de futuros estudios que por ahora solo vislumbro. Por mencionar algunos de los que se pueden realizar posteriormente, está el de indagar por ejemplo, el surgimiento de una clase media, pues algunos expertos señalan a este sector, como el público al que van dirigidos estos recetarios. Aunque en esta investigación se abordó el tema de las mujeres, el asunto de género está aún por elaborar. Las sociabilidades que el consumo de la comida propicia entre los grupos humanos, es otro aspectos para examinar. También se podría emprender una exploración en cuanto al desarrollo de los equipos de cocina. La economía doméstica que se abordó en este trabajo, podría profundizarse en una futura investigación.

Actualmente existen estudios sobre la mujer, de la configuración de su domesticidad y de la determinación de su rol en la sociedad medellinense. También hay investigaciones acerca de la historia del libro e igualmente ya se han publicado otras

sobre la alimentación en Medellín. Por lo tanto, lo que relato en este trabajo es ya conocido. La contribución de esta tesis es una nueva perspectiva que pueden aportar los libros de cocina para dichos temas y otros. El presente trabajo es otro esfuerzo más para demostrar lo valioso que pueden ser estas obras como fuente de consulta para estudios serios sobre múltiples tópicos de una sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

FUENTES PRIMARIAS:

Libros de cocina:

Ángel de Vélez, Eugenia. *La cocina moderna colombiana*. Medellín, Tip. Industrial, 1926.

Botero, Blasina. *De la cocina a la mesa*. Medellín: Tipografía Buffalo, 1941.

Clínica Noel. *Mil recetas*. Medellín: Editorial Carpel, 1958.

Hernández, Elisa. *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo*. Medellín, Tipografía del Comercio, 1908.

Jaramillo de Isaza, Ana. *La cocina al alcance de todos*. Medellín: Tipografía Industrial, 1936.

Llano de Gallardo, Lola. *El plato criollo*. Medellín: Editorial Bedout, 1949.

M. de Echavarría, Alicia. *Libro de la cocinera. Método que enseña a cocinar*. Medellín: Tipografía Industrial, 1938.

Musella, Yolanda. *La cocina al gusto de todos*. Medellín: Editorial Bedout, 1949.

Ospina de Navarro, Sofía. *La cartilla del hogar*. Medellín: Editorial Carpel, 1956.

Ospina de Navarro, Sofía. *La buena mesa. Sencillo y práctico libro de cocina. Almuerzos-comidas. Tes*. Bogotá: Editorial Cromos, 1960.

Posada Soto, Helena. *Recetas de cocina de la señorita Faustina Posada Villa*. Medellín: s.n. 1949.

R. de Restrepo, Isabel y Olano, Emilia. *La cocina, la mesa, y el servicio moderno*. Medellín: Editorial Granamérica, 1944.

Restrepo de Restrepo, Zaida. *Nuevo manual de cocina*. Medellín: Editorial Granamérica, 1957.

Sánchez Vélez, Elena. *Recetas prácticas de cocina*. Paris: Editorial Paris América, 1927.

Toro de Gaviria, Margarita. *Mis secretos de cocina*. Medellín: Editorial Bedout, 1951.

Vélez, Maraya. *Cocina europea y americana. Fórmulas sencillas para preparar los mejores platos usuales y los más exquisitos*. París: Cabaut y Cía. Editores, 1930.

Vélez, Maraya. *Colección de recetas de cocina*. Medellín: Imp. de La Familia Cristiana, 1915.

Vélez, Maraya. *Platos, postres, licores de bananas*. París: Cabaut y Cía. Editores, 1931.

Vélez, Maraya. *1113 recetas inéditas de tomates*. Medellín: Tipografía Icolven, 1960.

Villegas, Cristóbal. *El cocinero colombiano*. Medellín: Tipografía Olympia, 1930.

Manuscrito:

Carlos E. Restrepo, Carta enviada a Camacho Roldán y Tamayo. Medellín 1908.
CER/CE/2 doc. 84 f 96.

Periódicos:

El Colombiano (Medellín) 1912-1960.

El Bateo (Medellín) 1908

Revistas:

Cromos (Bogotá) 1916-1960.

Educación Pública Antioqueña (Medellín) 1928

La Ciudad (Medellín) 1955.

La Miscelánea (Medellín) 1912.

Letras y Encajes (Medellín) 1926-1959.

Progreso (Medellín) 1951, 1952.

Raza (Medellín) 1948.

Sábado (Medellín) 1922.

FUENTES SECUNDARIAS:

Libros:

Aldaraca, Bridget. *El ángel del hogar: Galdós y la ideología de la domesticidad en España*. Madrid: Visor, 1992.

Ashley, Bob y otros. *Food and Cultural Studies*. London: Routledge, 2004.

Bauer, Arnold J. *Somos lo que compramos. Historia de la cultura material en América Latina*. México: Taurus, 2002.

Bejarano, Jorge. *Alimentación y nutrición en Colombia*. Bogotá: Editorial Cromos, 1941.

Bottéro, Jean. *La cocina más antigua del mundo. La gastronomía en la antigua Mesopotamia*. Barcelona: Tusquets, 2005.

Bourdieu, Pierre. *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. México: Taurus, 2012.

Bower, Anne. *Recipes for Reading. Community Cookbooks, Stories, Histories*. Amherst: University of Massachusetts Press, 1997.

Bravo, José María. *Soñemos con el Medellín de antaño*. Medellín: Concejo de Medellín, Comisión para la cultura, 1994.

Caldo, Paula. *Mujeres cocineras. Hacia una historia sociocultural de la cocina. Argentina a fines del siglo XIX y primera mitad del XX*. Rosario: Prohistoria Ediciones, 2009.

Cano, Ana María. *Entrevistas*. Medellín: Editorial Lealon, 1985.

Capatti, Alberto y Montanari, Massimo. *La cocina italiana. Historia de una cultura*. Barcelona: Alba Editorial, 2006.

Cavallo Guglielmo y Chartier Roger. *Historia de la lectura en el mundo occidental*. México: Taurus, 2012.

Chartier, Roger. *Libros, lecturas y lectores en la Edad Moderna*. Madrid: Alianza Editorial, 1993.

Chartier, Roger. *El libro y sus poderes (siglos XV-XVIII)*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 2009.

Colegiatura Colombiana Institución Universitaria. *Sólo de maíz vive el hombre*. Medellín: Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural, 2005.

Contreras, Jesús y Gracia, Mabel. *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel, 2005.

Cope, Nora. *Cooking Their Culture. The Relationship Between Cookbooks and the Societal Roles of the Women Who Owned Them in the 1940s and 1950s*. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller, 2009.

Crowther, Gillian. *Eating Culture. An Anthropological Guide to Food*. Toronto: University of Toronto Press, 2013.

David, Alba Inés. *Mujer y trabajo en Medellín: condiciones laborales y significado social, 1850-1906*. Medellín: Instituto para el desarrollo de Antioquia-IDEA, 2007.

Darnton, Robert. *Las razones del libro. Futuro, presente y pasado*. Madrid: Trama, 2010.

Elias, Megan. *Food on the Page: Cookbooks and American Culture*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2017.

Estrada, Julián. *Fogón antioqueño*. Bogotá: Fondo de Cultura Económica, 2017.

Estrada, Julián *Épocas de parva*. Medellín: Universidad Eafit, 2009.

Febvre, Lucien y Martin, Henri-Jean. *La aparición del libro*. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica, 2005.

Fernández-Armesto, Felipe. *Historia de la comida. Alimentos, cocina y civilización*. Barcelona: Tusquets Editores, 2004.

Fischler, Claude. *El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Anagrama, 1995.

Fisher, Carol. *The American Cookbook: A History*. Jefferson: MacFarland & Company, 2006.

García, Carlos. *Problemas de alimentación en la clase obrera de Colombia*. Bogotá: Editorial Santafé, 1925.

García, Rodrigo. *Cien años haciendo ciudad*. Medellín, Sociedad de Mejoras Públicas, 1999.

Gold, Carol. *Danish Cookbooks: Domesticity and National Identity, 1616-1901*. Seattle: University of Washington Press, 2007.

González, Isabel. *200 años de cocina*. Madrid: Cultivalibros, 2013.

González, Isabel. *Cocinar era una práctica. Transformación digital y cocina*. Gijón: Trea, 2019.

Goody, Jack. *Cocina, cuisine y clase. Estudio de sociología comparada*. Barcelona: Editorial Gedisa, 1995.

Gracia, Mabel. *La transformación de la cultura alimentaria. Cambios y permanencias en un contexto urbano. (Barcelona, 1960-1990)*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura, 1997.

Justo Serna y Anacleto Pons, *La historia cultural. Autores, obras, lugares*. Salamanca: Akal, 2013.

Harter, Friederike. *Matrimonio y mortaja del cielo bajan. Entrevistas con dieciséis mujeres de Medellín*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1993.

Helg, Aline. *La educación en Colombia 1918-1957. Una historia social, económica y política*. Bogotá: Fondo Editorial CEREC, 1987.

Humble, Nicola. *Culinary Pleasures. Cookbooks and the Transformation of British Food*. London: Faber and Faber Limited, 2005.

Inness, Sherrie. *Secret Ingredients: Race, Gender, and Class at the Dinner Table*. New York: Palgrave Macmillan, 2006.

Martínez, Aída. *Mesa y cocina del siglo XIX*. Bogotá: Ministerio de cultura, 2012.

McKenzie, Donald F. *Bibliografía y sociología de los textos*. Madrid: Ediciones Akal, 2005.

Mintz, Sidney. *Dulzura y poder: El lugar del azúcar en la historia moderna*. México: Siglo XXI Editores, 1996.

Moncada, José Solís. *Desfile de madres antioqueñas*. Medellín: imprenta de la Escuela de Ciegos y Sordomudos, 1941.

Montanari, Massimo. *La comida como cultura*. Gijón: Ediciones Trea, 2004.

Neuhaus, Jessamyn. *Manly Meals and Mom's Home Cooking: Cookbooks and Gender in Modern America*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press, 2003.

Notaker, Henry. *A History of Cookbooks: From Kitchen to Page over Seven Centuries*. Oakland: University of California Press, 2017.

Ochoa, Lisandro. *Cosas viejas de la Villa de la Candelaria*. Editorial Salesiana: Medellín, 1948.

Ong, Walter J. *Oralidad y escritura. Tecnologías de la palabra*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 1996.

Ortiz, Rafael. *Estampas de Medellín antiguo*. Medellín: Imprenta Departamental, 1983.

Ospina, Diego. *Historia genealógica de las familias Ospina y Duque*. Bogotá: Panamericana Formas e Impresos, 2017.

Ospina de Navarro, Sofía. *La abuela cuenta*. Medellín: Colección de autores antioqueños, 2000.

Palacio, Guillermo. *Por una mejor alimentación para el pueblo colombiano*. Bogotá: Ministerio de Agricultura, 1953.

Patiño, Víctor Manuel. *Historia de la cultura material en la América Equinoccial*. Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012.

Pérez, María Ángeles. *Comer y beber. Una historia de la alimentación en España*. Madrid: Cátedra, 2019.

Perrot, Michelle. *Mi historia de las mujeres*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2008.

Perrot, Michelle y Duby, Georges. *Historia de las mujeres en Occidente*. Madrid: Taurus, 1993.

Peterson, T. Sarah. *Acquired Taste. The French Origins of Modern Cooking*. Nueva York: Cornell University, 1994.

Pilcher, Jeffrey. *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana*. México: Ediciones de la Reina Roja, 2001.

Pite, Rebekah. *Creating a Common Table in Twentieth-Century Argentina: Doña Petrona, Women, and Food*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 2013.

Puccini, Banfi y Cia., *Recetario para la preparación culinaria de los pescados de mar y mariscos congelados "Comisariato"*. Bogotá: Aedita Ltda.-Cromos, 1954.

Ramírez, Sandra Patricia y León, Karim. *Del pueblo a la ciudad. Migración y cambio social en Medellín y el Valle de Aburrá, 1920-1970*. Medellín: Universidad de Antioquia, Alcaldía de Medellín, Hombre Nuevo Editores, 2013.

Restrepo Correa, Lía. *El problema de la nutrición en el pueblo antioqueño*. Medellín: Imprenta del Banco de la República, 1953.

Restrepo, Cecilia y Restrepo, Ángela María. *Manual de cocina de Zaida Restrepo*. Medellín: I. Vieco e Hijos, 2013.

Reyes, Catalina. *Aspectos de la vida social y cotidiana de Medellín 1890-1930*. Bogotá: Colcultura, 1996.

Reyes, Ana Catalina y Saavedra, María Claudia. *Mujeres y trabajo en Antioquia durante el siglo XX. Formas de asociación y participación sindical*. Medellín: Ediciones Escuela Nacional Sindical, 2005.

Rodríguez, María Luisa. *Léxico de la alimentación popular en algunas regiones de Colombia*. Bogotá: Instituto Caro y Cuervo, 1964.

Rojas de Perdomo, Lucía. *Comentarios a la cocina precolombina. De la mesa europea al fogón americano*. Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012.

Russ, Joanna. *Cómo acabar con la escritura de las mujeres*. España: Dos Bigotes/Barret, 2018.

Shapiro, Laura. *Perfection Salad. Women and Cooking at the Turn of the Century*. Berkeley: University of California Press, 2009.

Theophano, Janet. *Eat My Words: Reading Women's Lives Through the Cookbooks They Wrote*. Nueva York: Palgrave, 2002.

Traversa, Oscar. *Cuerpos de papel. Figuraciones del cuerpo en la prensa 1918-1940*. Barcelona: Editorial Gedisa, 1997.

Vélez de Piedrahíta, Rocío y otras. *Cocine y ría*. Medellín: Editorial Gamma, 1962.

Villegas, Luis Javier. *Aspectos de la educación en Antioquia durante el gobierno de Pedro Justo Berrío 1864- 1873*. Medellín: Secretaría de Educación y Cultura, 1991.

Willan, Anne y otros. *The Cookbook Library: Four Centuries of the Cooks, Writers, and Recipes That Made the Modern Cookbook*. Berkeley: University of California Press, 2012.

Zemon Davis, Natalie. *Mujeres de los márgenes. Tres vidas del siglo XVII*. Madrid: Cátedra, 1999.

Capítulos de libro:

Albala, Ken. "Cookbooks as Historical Documents", *The Oxford Handbook of Food History*, ed. Jeffrey M. Pilcher. Nueva York: Oxford University Press, 2012.

Arango, Mariano "El desarrollo de la agricultura en Antioquia", *Historia de Antioquia*, comp. Jorge Orlando Melo. Medellín, Suramericana de Seguros, 1988.

Berg, Mary. "Sofía Ospina de Navarro: la voz de la abuela que cuenta", *Literatura y diferencia. Escritoras colombianas del siglo XX*, Volumen 1, eds. María Mercedes Jaramillo y otras. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1995.

Bolívar, Ingrid Johana. "Discursos estatales y geografía del consumo de carne de res en Colombia", *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008.

Bottéro, Jean. "La escritura y la formación de la inteligencia en la antigua Mesopotamia", *Cultura, pensamiento, escritura*, Jean Bottéro y otros. Barcelona: Gedisa, 1995.

Bower, Anne. "Bound Together: Recipes, Lives, Stories, and Readings", *Recipes for Reading. Community Cookbooks, Stories, Histories*, ed. Anne Bower. Amherst: University of Massachusetts Press, 1997.

Cano, Ana María, "La prensa en Medellín", *Historia de Medellín Tomo II* ed. Jorge Orlando Melo. Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996.

Capatti, Alberto "El sabor de la conserva", *Historia de la alimentación*, dir. Jean-Louis Flandrin y Massimo Montanari. Gijón: Ediciones Trea, 2004.

Claflin, Kyri. "Representations of Food Production and Consumption: Cookbooks as Historical Sources", *The Handbook of Food Research*, eds. Anne Murcott, Warren Belasco y Peter Jackson. London: Bloomsbury Academic, 2013.

Cobo, Juan Gustavo. "Historia de la industria editorial colombiana", *Historia de las empresas editoriales de América Latina. Siglo XX* ed. Juan Gustavo Cobo. Bogotá: CERLALC Centro regional para el fomento del libro en América Latina y el Caribe, 2000.

Cuartas Restrepo, Juan Manuel. "Prólogo", *Letras y Encajes: edición facsimilar*, Juan Manuel Cuartas Restrepo y otros. Medellín: Editorial Eafit, 2017.

Driver, Elizabeth. "Introduction", *Culinary Landmarks: A Bibliography of Canadian Cookbooks, 1825-1949*. Toronto: University of Toronto Press, 2008.

Estrada, Julián. "Evolución y cambio de los hábitos alimenticios en Medellín durante el siglo XX", *Historia de Medellín Tomo II* ed. Jorge Orlando Melo. Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996.

Estrada, Julián. "De la arepa en callana a la salsa bechamel. Primer recetario editado en Medellín, de autora antioqueña", *Manual práctico de cocina para la ciudad y el campo. Volumen 1*. Medellín: Ediciones UNAULA, 2013.

Flórez-Malagón, Alberto. "El mercado de la carne a finales del siglo XIX y primera parte del XX", *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008.

Flórez-Malagón, Alberto. "Dime qué comes y te diré quién eres", *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008.

Flórez-Malagón, Alberto G. "Ganado, ¿para qué? Usos del ganado en Colombia 1900-1950", *El poder de la carne: historias de ganaderías en la primera mitad del siglo XX en Colombia*, ed. Alberto Flórez-Malagón. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2008.

Floyd, Janet y Foster, Laurel. "The Recipe in its Cultural Contexts", *The Recipe Reader. Narratives, Contexts, Traditions*, eds. Janet Floyd y Laurel Foster. Lincoln: University of Nebraska Press, 2010.

García, Juan Andreo. "Historia de las mujeres en América Latina: enfoques renovados y urgentes necesidades", *Historia de las mujeres en América Latina*, eds. Juan Andreo y Sara Beatriz Guardia. Murcia: Universidad de Murcia, 2002.

Giard, Luce. "Hacer de comer", *La invención de lo cotidiano 2. Habitar, cocinar*, Michel de Certeau y otros. México: Universidad Iberoamericana, 1999.

González Turmo, Isabel. "Antropología de la alimentación: propuestas metodológicas", *Comer cultura. Estudios de cultura alimentaria*, Comp. Antonio Garrido. Córdoba: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba, 2001.

Goody, Jack y Watt Ian. "Las consecuencias de la cultura escrita", *Cultura escrita en sociedades tradicionales*, comp. Jack Goody. Barcelona: Gedisa, 1996.

Goody, Jack. "Introducción", *Cultura escrita en sociedades tradicionales*, comp. Jack Goody. Barcelona: Gedisa, 1996.

Graña, María del Mar "¿Leer con el alma y escribir con el cuerpo? Reflexiones sobre mujeres y cultura escrita", *Historia de la cultura escrita. Del Próximo Oriente Antiguo a la sociedad informatizada*, coord. Antonio Castillo Gómez. Gijón: Ediciones Trea, S. L., 2001.

Guardia, Sara Beatriz "Historia de las mujeres: un derecho conquistado", *La escritura de las mujeres en América Latina. El retorno de las diosas*, comp. y ed. Sara Beatriz Guardia. Lima: Centro de Estudios La Mujer en la Historia de América Latina CEMHAL, 2005.

Guardia, Sara Beatriz "Un acercamiento a la historia de las mujeres", *Historia de las mujeres en América Latina*, eds. Juan Andreo y Sara Beatriz Guardia. Murcia: Universidad de Murcia, 2002.

Havelock, Eric. "La ecuación oral-escrito: una fórmula para la mentalidad moderna", *Cultura escrita y oralidad*, comps. David Olson y Nancy Torrance. Barcelona: Gedisa, 1995.

Holm, Lotte. "Sociology of Food Consumption", *The Handbook of Food Research*, eds. Anne Murcott, Warren Belasco y Peter Jackson. London: Bloomsbury Academic, 2013.

Inness, Sherrie. "Introduction. Thinking Food/Thinking Gender", *Kitchen Culture in America: Popular Representations of Food, Gender, and Race*, ed. Sherrie Inness. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2001.

Jaramillo, María Mercedes y otras. "Estudio preliminar y presentación", *Literatura y diferencia. Escritoras colombianas del siglo XX*, Volumen 1, María Mercedes Jaramillo y otras eds. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 1995.

Lavrin, Asunción. "Introducción", *Las mujeres latinoamericanas. Perspectivas históricas*, comp. Asunción Lavrin. México: Fondo de Cultura Económica, 1985.

Lehmann, Gilly "Reading recipe books and culinary history: opening a new field", *Reading and Writing Recipe Books, 1550-1800*, eds. Michelle DiMeo y Sara Pennell. Manchester: Manchester University Press, 2013.

Moreno, María Paz "Beyond the Recipes. Authorship, Text, and Context in Canonical Spanish Cookbooks", *Food, Texts, and Cultures in Latin America and Spain*, eds. Rafael Climent-Espino y Ana M. Gómez-Bravo. Nashville: Vanderbilt University Press, 2020.

Notaker, Henry. "Historical Introduction. The Early Modern Printed Cookbooks, CA 1470-1700", *Printed Cookbooks in Europe, 1470-1700. A Bibliography of Early Modern Culinary Literature*. New Castle: Oak Knoll Press and HES & DE GRAAF, 2010.

Parkin, Katherine. "Campbell's Soup and the Long Shelf Life of Traditional Gender Roles", *Kitchen Culture in America: Popular Representations of Food, Gender, and Race*, ed. Sherrie Inness. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2001.

Pennell, Sara y DiMeo, Michelle "Introduction", *Reading and Writing Recipe Books, 1550-1800*, eds. Michelle DiMeo y Sara Pennell. Manchester: Manchester University Press, 2013.

Pérez, María de los Ángeles "Las mujeres y la organización de la vida doméstica: de cocineras a escritoras y de lectoras a cocineras", *Bajtín y la historia de la cultura popular: cuarenta años de debate*, ed. Tomás Mantecón Movellán. Santander: PUBliCan Ediciones de la Universidad de Cantabria, 2008.

Potthast, Barbara y Scarzanella, Eugenia "Introducción: Las mujeres y las naciones", *Mujeres y naciones en América Latina. Problemas de inclusión y exclusión*, eds. Barbara Potthast y Eugenia Scarzanella. Madrid: Iberoamericana, 2001.

Sarasúa, Carmen "Historia, género y cultura popular", *Bajtín y la historia de la cultura popular: cuarenta años de debate*, ed. Tomás Mantecón Movellán. Santander: PUBliCan Ediciones de la Universidad de Cantabria, 2008.

Scott, Nina. "Juana Manuela Gorriti's *cocina eclética*: Recipes as Feminine Discourse", *Recipes for Reading. Community Cookbooks, Stories, Histories*, ed. Anne Bower. Amherst: University of Massachusetts Press, 1997.

Vega, Rafael "Apuntes para una historia de las librerías de Medellín", *Historia de Medellín* Tomo II ed. Jorge Orlando Melo. Bogotá: Compañía Suramericana de Seguros, 1996.

Wheaton, Barbara. "Cookbooks as Resources for Social History", *Food in Time and Place: The American Historical Association Companion to Food History*, eds. Paul Freedman y otros. Oakland: University of California Press, 2014.

Kittay, Jeffrey "El pensamiento a través de las culturas escritas", *Cultura escrita y oralidad*, comps. David Olson y Nancy Torrance. Barcelona: Gedisa, 1995.

Artículo de revista científica:

Appadurai, Arjun. "How to make a national cuisine: cookbooks in contemporary India", *Comparative Studies in Society and history* 30.1 (1988): 3-24.

Arango, Fernando. "El cerdo en la gastronomía antioqueña", *Revista lasallista de investigación* 4. 1 (2007): 58-66.

Araya, María del Carmen y Villena, Sergio. "Bourdieu: la sociología del gusto", *Convergencia Revista de Ciencias Sociales* 5 (1994): 225-237.

Bak-Geller, Sarah. "Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)", *Desacatos* 43 (2013): 31-44.

Bak-Geller, Sarah. "Los recetarios "afrancesados" del siglo XIX en México", *Anthropology of food* [Online], S6 | December 2009, online since 20 December 2009, connection on 13 May 2019.

URL: <http://journals.openedition.org/aof/6464>

Balvín, Jhonatan "Benigno A. Gutiérrez (1889-1957). Compilador y difusor del folclor y de la literatura antioqueña", *Revista Universidad de Antioquia* 298 (2009): 62-71.

Barradas, Efraín "El cocinero puertorriqueño, El manual del cocinero cubano y la formación del nacionalismo en el Caribe", *Foro hispánico: revista hispánica de Flandes y Holanda* 39 (2010): 267-279.

Cuartas Juan Manuel y otros, "Manjares de navidad en el territorio paisa", *Nueva Revista Colombiana de Folclor* 7.21 (2001): 207-222.

Driver, Elizabeth. "Cookbooks as Primary Sources for Writing History", *Food, Culture & Society* 12.3 (2009): 257-274.

Estrada, Julián. "Geografía dulce de Colombia", *Boletín Cultural y Bibliográfico* 24.11 (1987): 47-59.

Gaviria, María Virginia y otros. "La incapacidad civil de la mujer casada en Colombia. Conceptos de la doctrina jurídica en Medellín 1887-1930", *Estudios de Derecho* 70.156 (2013): 140-160.

Gómez, Mauricio "Cerdos y control social de pobres en la provincia de Antioquia, siglo XVIII", *Anuario Colombiano de Historia Social y de la Cultura* 43.1 (2016): 31-59.

Londoño, Patricia. "Las publicaciones periódicas dirigidas a la mujer, 1858-1930", *Boletín Cultural y Bibliográfico* 27.23 (1990): 3-23.

Londoño, Patricia. "Educación femenina en Colombia, 1780-1880", *Boletín Cultural y Bibliográfico* 31.37 (1994): 21-59.

Montoya, Andrés y otros. "Los peces del departamento de Antioquia (Colombia)", *Boletín Científico Museos de Historia Natural Universidad de Caldas* 17.2 (2013): 95-109.

Notaker, Henry. "Printed Cookbooks: Food History, Book History, and Literature", *Food and History* 10.2 (2012): 131-159.

Pedraza, Zandra. "La "educación de las mujeres": el avance de las formas modernas de feminidad en Colombia", *Revista de Estudios Sociales* 41 (2011): 72-83.

Pérez, Julián. "Mujeres de Antioquia: Sofía Ospina de Navarro", *Repertorio histórico de la academia antioqueña de historia* XXXIII. 233 (1980): 121-127.

Reyes Bravo, Rosa María. "Apuntes sobre la subjetividad femenina", *Mujer, cultura y sociedad en América Latina* 1 (1998): 265-272.

Silva, Renán. "Relación de imprentas y tipografías en Colombia, 1935", *Sociedad y Economía* 6 (2004): 159-171.

Velásquez, Magdala. "Si tenemos derechos, pero... la condición jurídica y real de la mujer en Colombia", *Nueva Sociedad* 78 (1985): 93-99.

Villegas, Luis Javier. "¡Si quiere llegar a ser alguien, estudie mijo!", *Historia y Sociedad* 2 (1995): 25-38.

Artículo de revista:

Cobo, Juan Gustavo. "Retratos de librereros colombianos", *Leer y releer* 71 (2013): 8-17.

"Notas de la redacción", *Colombia ilustrada. La revista de Coltejer al servicio de la cultura colombiana* (1974):3-4

Tesis:

García, Laura. "Recetas para la construcción nacional". Tesis pregrado en historia, Universidad del Rosario, 2013.

Jiménez, Sonia. "Reír es perjudicial para los negocios. Prensa satírica en Medellín: El Bateo entre 1926 y 1939". Trabajo para optar el título de historiadora, Universidad de Antioquia, 2010.

Pérez Sastre, Paloma. "Antología de escritoras antioqueñas, 1919-1950. Obra narrativa". Trabajo de investigación para optar al título de Magíster en Literatura, Universidad de Antioquia, 1998.

Restrepo, Juliana "Mujeres, prensa escrita y representaciones sociales de género en Medellín entre 1926 y 1962". Tesis de Maestría en Historia, Universidad Nacional de Colombia, 2011.

Valencia Solarte, Daniel. "Usos, costumbres e imaginarios en la élite de Medellín: 1903-1930". Trabajo de grado en historia, Universidad de Antioquia, 2019.