



LA COMIDA Y LA FAMILIA EN EL DISTRITO BIOLLEY

Algunas recetas de las familias y su aporte en la gastronomía local: Olores y sabores que trascienden

Julio, 2023

COMPILADORES

Tirso Maldonado Ulloa

Priscilla Mena García

641.5

M244r

Maldonado Ulloa, T.

Las comidas y la familia en el distrito de Biolley: algunas recetas de las familias y su aporte en la gastronomía local: olores y sabores que trascienden.

Compiladores Tirso Maldonado Ulloa; Priscila Mena García.

Documento que forma parte del componente de Extensión del Programa Centro de Investigación, Docencia, Extensión y Producción de la Sede Regional Brunca (CIDEP-SRB). – 1era. Edición -- Pérez Zeledón, Costa Rica: Universidad Nacional, 2023.

48 páginas: ilustraciones a color

ISBN: 978-9930-631-00-3

1. GASTRONOMIA. 2. COSTUMBRES Y TRADICIONES 3. IDENTIDAD CULTURAL
4. EXTENSIÓN 5. DESARROLLO RURAL

1. Título 2. Priscila Mena García

Este documento forma parte del componente de extensión del programa Centro de Investigación, Docencia, Extensión y Producción de la Sede Regional Brunca (CIDEP-SRB).



ISBN: 978-9930-631-00-3





TABLA DE CONTENIDOS

Introducción.....	4
El tasajo, Jimmy Ureña Quirós	7
El tamal de arroz, Angela Serracín Loría	13
El arroz de maíz, Guiselle Villafuerte Mendoza	18
El chilate, Brunilda Batista Santos	21
La arepa seca, María Arias Rodríguez	24
El picadillo de papaya, Laura Quirós Montoya	28
El tamal asado, Diómedes Carrasco	33
Algunas reflexiones	36
Anexos.....	45
Anexo 1 Participantes	46
Anexo 2 Mapa de ubicación en el distrito Biolley de narradores de historias de comidas.....	47
Anexo 3 Metodología	48



INTRODUCCIÓN

Una vez que se hizo la reunión para comenzar la reconstrucción histórica colectiva del distrito Biolley con base en objetos, algunos participantes comentaron sobre continuar la narrativa, pero esta vez con los olores y sabores de las comidas que acompañan el diario vivir de la gente local. Por medio del compartir una receta y la preparación se podía rescatar aspectos vivenciales y de la historia de las familias en el distrito Biolley, perteneciente al cantón Buenos Aires, provincia de Puntarenas. Y así se hizo. En una tarde de 12 de octubre de 2022, un poco lluviosa, los invitados convergieron en la casa de la familia Villafuerte, en la comunidad El Campo. Todos los presentadores de receta no solo debían contar una historia, sino también traer preparada la comida de manera que los asistentes pudieran tener la oportunidad de degustarla y disfrutarla. No se trató de seguir una receta con ingredientes medidos, utensilios utilizados, temperatura o tiempo de cocción. Más bien fueron generalidades surgidas de una conversación espontánea, en donde ingredientes como el ajo, el apio, la cebolla, el chile dulce u otro se resumían en una frase corta “se agregan los olores”, y luego se continuaba la narrativa. Al final, la comida es la que convoca, pero en ese proceso de conversación y compartir surgieron recuerdos que hacen del encuentro un espacio dialógico de saberes, emociones y formas de vida. En un tiempo corto se conoció de vivencias, de presentes y proyecciones hacia un tiempo que se

valora más después de la experiencia de estar aislados por una pandemia como las que nos afectó. La comida en sí integra diferentes texturas, sabores, olores o colores. La comida se sirve, se disfruta, pero como en toda buena comida es la conversación que fluye, son las vivencias y las emociones la que las hace trascendentes. En esta versión escrita se respetan las formas de expresión de las personas que narran y se editaron solo palabras repetidas. En cuanto a las comidas, es frecuente la pregunta sobre el tal o cual platillo “típico” de un lugar geográfico determinado, y se intenta clasificar a ese lugar por ese algo único. En las historias de las comidas del distrito Biolley quedó en evidencia que es la heterogeneidad lo que le caracteriza. En las comidas se refleja esa integración de ingredientes, olores, sabores del origen de las familias, en el norte de Panamá, en el norte, centro o sur de Costa Rica (en otra jornada se incluirá las familias provenientes de México, Nicaragua e Italia y su aporte en la cultura de las comidas en el distrito Biolley). En Biolley se prepara y se sirve de “todo” y eso está bien. La comida refleja también los tiempos difíciles que pasaron las familias, y como las personas adaptaron sus prácticas alimentarias a lo que se encontraba disponible, fuera para la comida diaria de una familia extensa o fuera para realizar un viaje de varios días en la venta de una cosecha en otros pueblos. En esta oportunidad, la comida convocó y acercó más a los que por unas horas compartimos una mesa en esa lluviosa tarde.



Procedencia de algunos narradores de historias y comidas, en Costa Rica y Panamá.

Chiriquí, PANAMÁ



El tasajo

Jimmy Ureña Quirós



En otra ocasión ya hablamos de una comida que se preparaba con alguna carne fresca. La carne de montaña de la cacería era la carne de casa o de las casas. Nicho (Dionsio del Cid Beita de origen panameño) mi amigo, me contaba la historia de que ellos venían caminando desde Potrero Grande a San Lucas, es decir a Biolley por carne. Se llamaba San Lucas, según lo que yo le pude entender a Nicho, al sitio que está aquí por el colegio El Carmen (en San Lucas en ciertas épocas del año especialmente en verano, los chanchos de monte bajaban a ese sitio y ahí eran cazados). Nicho y otros cazadores hacían barbacoas y humeros sobre los que ponían la carne a ahumar para prepararla. Me contó Nicho que un año fue tanto lo que cazaron que iban con más de un quintal de carne preparada cada uno. La gente que había venido con él iba con más de un quintal de carne hacia Potrero Grande, y era tan pesada la carga que uno no aguantó más y la dejó botada (en este caso el “quintal” hace referencia al saco que generalmente se usa para el café, que una vez

despulpado y secado se podía llenar con 46 kilos del grano, pero la historia es diferente cuando ese saco estaba lleno de carne secada al humo, era mucho más pesado).

Entonces yo le pregunté ¿cómo hacían el proceso?, y me contó que hacían las barbacoas en el campo y con el mismo fuego, pero en realidad era con el humo, preparaban la carne. Con el humo caliente se va secando (cocinando) la carne y por eso tiene el sabor característico. Esta forma de preparar la carne es inmemorial. Antiguamente secar al humo la carne (cocer) era muy necesario porque no había refrigeradora. Esta era una forma de conservarla y de tener proteínas disponibles durante todo el año. Para mí esa es la importancia que tiene. Para los que estamos aquí ahorita es solo un plato de comida. Es una carne muy rica y es una forma de volver a las raíces. El humito para esta preparación de carne lo hice con leña de nance, pero se puede usar cualquier madera dura (guayabo, naranjo) o también se puede usar carbón. Y para que quede registrado, el fogón era clave en las casas, en las casas de los chiricanos, de los panameños y de muchos campesinos también de Costa Rica. Ese era el lugar más seco y cerca de este se guardaba la sal, el azúcar, los tiros (balas) sino se cebaban (se humedecía la pólvora), y todo lo que se podía dañar al humedecerse. Por ejemplo, colocaban el arroz, aunque fuera en espiga, lo amontonaban arriba o encima de un tabanco (estructura de madera), o a cierta altura sobre el fogón, se colgaban los alambres con carne para secarla. Otra forma de humero y que usamos nosotros eran varillillas (varillas de

madera), entonces ahí se colgaba la carne. Nicho me ayudó a montar mi propio humero, al estilo mío, pero yo usé varillas metálicas de construcción, y no varillas de madera.



La carne que nos vamos a servir es de cerdo, aliñada con ajo y sal solamente. La carne la puse en el humero un domingo a las 08:00 a.m., y la quité a eso de las 04:00 p.m. Pero hice una trampa, alrededor del humero puse unos pedazos de lata para que el fuego y el calor fuera más fuerte, sino el proceso habría durado mucho tiempo más, tal vez algunos días.

Siguiendo con el tasajo, después de que la carne la tenían al humo y se secaba, ellos la guardaban y cuando la iban a consumir había varias formas de servirla. Una forma que aprendí de Nicho es esta que hice hoy. Lo que hice fue que en una olla agregué un poquito de agua, añadí la carne de cerdo ya cocida en el humero y la puse a fuego

lento en la cocina, entonces la carne no se reseca, y queda un poco jugosa. Otras formas de prepararla para servirla es mojarla, machacarla y calentarla en el comal, como volverla a freír; si está muy seca, entonces se pone sobre las brasas, se maja con una piedra, y se pasa por manteca para freírla. Otra versión es prepararla con huevo batido, y la carne se remoja en el huevo y se pone al comal.



El ahumador de carne más famoso de la comunidad de Biolley fue Pablo Carrillo Carrillo. En la comunidad de Biolley, en los turnos cuando se hacen carnes al humo, este se acompaña con yuca y banano. Ahora, la variación que yo le estoy haciendo es que uso tortillas de maíz para que ustedes la consuman. La presentación de las tortillas es ramonense (San Ramón, ciudad que se encuentra al oeste de San José, parte del Gran Área Metropolitana, y lugar de procedencia de algunos habitantes de Biolley). Las tortillas ramonenses son de un tamaño pequeño, a diferencia de las de Guanacaste que son grandísimas, del tamaño del comal. En Panamá hay unas tortillas que se llaman las “chiricanas”. Esas se hacían con maíz cascado, lo hacían pilado en pilón, luego lo

cocinaban y lo molían, preparaban la masa y la hacían palmeada, pero gruesa y fritas. La tortilla frita era una variación, dice Docia la mamá de Carmen (esposa de Jimmy) que normalmente le hacen una especie de hueco en el centro para freírla.

En el caso de mis tortillas el hueco se le hizo solo porque usé el plato de la cocina a gas para tostar las tortillas y no me quedaron muy bien. Entonces yo voy a sacar las tortillas, y es que veo que a todas les pasó eso. Seguro las tortillas venían calientes y se suavizaron. Tenía que haber traído las tortillas por aparte en hojas de banano.

Uno de los presentes le comenta a Jimmy que puede colocar un paño de algodón seco (un limpión) dentro de la olla para que entonces absorba la humedad, y las tortillas queden más crujientes. Las personas asistentes se sirven un pedazo de tasajo, con un trozo de yuca o banano, sobre una hoja de bijagua. Luego de servirse, la historia narrada por Jimmy continúa.

Aunque yo me como el tasajo con tortilla, Carmen mi esposa, el día que hice esta carne, en la noche al momento de servirla tuve que ir a pelar unos bananos porque ella se lo come con banano. El tasajo para que sea al estilo panameño se sirve con banano y yuca. Yo traje tortillas porque es más práctico para todos, para agarrar la carne y servirla como un gallo (gallo es cualquier comida que se sirve en una tortilla).

El tamal de arroz

Angela Serracín Loría



Buenas tardes a todos, gracias por la oportunidad y por la invitación. Si se me quiebra la voz es de la emoción, porque primero soy llorona y para mí esta receta tiene un significado muy grande. Mis bisabuelos llegaron en la última década del siglo XIX (1890), procedentes de Chiriquí, Panamá, y entonces en nuestra familia siempre se ha mantenido, no solo el tamal de arroz, sino muchas de las tradiciones procedentes de aquel lado.

Los bisabuelos eran los dos panameños, llegaron acá con un hijo y tuvieron cinco más, y uno de ellos era mi abuelo, Arnulfo Serracín. De mano en mano nos fueron transmitiendo no solamente la forma de preparar los alimentos sino el orgullo, el cariño, el amor por esa sangre panameña.

Desde hace aproximadamente 30 años soy yo la que hago los tamales de arroz en mi familia, pero tres de mis cinco hijos se puede decir que ya pueden hacer solitos los tamales



de arroz y hoy tuve una ayuda extra de una de mis hijas, por eso están amarrados así tan perfectos. Tienen un amarrado estilo alemán.

Esta es una receta que lleva su tiempo de preparación. Los tamales se envuelven no en hojas de banano, de cuadrado o de plátano como los de masa, sino en hojas de bijagua o bijao. El tamaño de los tamales va a depender del tamaño de la hoja porque a veces no se consiguen hojas grandecitas, entonces el tamaño del tamal queda así pequeñito.

Yo los hago con carne de cerdo, arroz e ingredientes naturales como ajo, chile, cebolla, apio, culantro coyote principalmente, también achiote, pimienta y tienen manteca de cerdo que es un ingrediente muy importante. Les digo que es un proceso muy lento porque se deben lavar las hojas, hay que picar todos los olores, no los hago licuados, los condimentos no van licuados, van picados y, todo el tamal se arma con el arroz y con la carne cruda, en ningún momento lleva cocimiento previo.

Entonces, se arma el tamal y lo que lleva es una cucharada de arroz de esas soperas, se le pone la carne y se le agrega una hojita de culantro coyote y otra media cucharada de arroz, se envuelve y se amarra. Y la cocción puede tardar entre dos horas y media a tres horas. Eso sí, ese fuego no se puede apagar. Siempre tiene que estar bien encendido porque si no el tamal queda crudo, el arroz queda crudo y se echa a perder.

Espero que estas tradiciones sigan en la familia. Cada vez que yo preparo los tamales, me acuerdo de mi abuelo Arnulfo que se casó con una panameña también de primer matrimonio y del segundo buscó una de origen panameño también, y entonces eso es muy emotivo para mí.

En mi familia todos prefieren el tamal de arroz en vez del de masa. En cuanto a los sobrinos tal vez no se animan porque esperan que la tía los prepare, voy a tener que dejarlos solos un poco. Para el tiempo de navidad en la familia no solo hacemos tamales de arroz, sino también de masa porque por el lado de mi mamá son de Miramar de Puntarenas, ella prefiere el tamal de masa.

En ocasiones me solicitan que haga tamales por pedidos especiales. Hay gente que los prefiere de pollo, aunque yo siempre los hago de cerdo, hay otras personas que no les gusta un chile determinado, entonces le pongo otro chile,



hay personas que les gusta que el tamal sea picante como el estilo mexicano, entonces hay que ponerles bastante chile, eso dependerá de las personas que me los solicitan. Por ejemplo, para esta ocasión hice con todo el cariño del mundo dos tamales vegetarianos para Mareique (voluntaria alemana trabajando en ASOMOBI), no contenían manteca de cerdo sino aceite de oliva. En general, estos tamales se sirven con café o agua dulce.

El arroz de maíz
Guiselle Villafuerte Mendoza
Mónica Ramírez Villafuerte



Al momento que le propuse a Minor que hiciéramos esta reunión en este lugar, que tiene por nombre Delicias Guanacastecas (comenta don Jimmy), fue porque aquí se sirven los platillos que salen del mundo de Guanacaste, (zona norte de Costa Rica), y si bien estamos en el distrito Biolley, esta casa nos acerca a esa tierra con este plato y otras comidas como los biscochos y las tanelas.

Doña Guiselle es oriunda de Bejuco de Nandayure, quedó huérfana de madre a los 11 años, y junto con sus hermanas mayores han mantenido la tradición de la cocina guanacasteca.

Este es un plato típico de Guanacaste. El arroz de maíz no tiene arroz, es una comida que se prepara con maíz, y toma varias horas de preparación. El maíz en grano cuando está sequito se pone a remojar, después se muele de manera que no quede tan fino ni tan gruesito. Después de que se muele se comienza a lavar y a lavar para que el maíz suelte lo que se llama la plumita. Porque el maíz al estar crudo va soltando unas plumitas, y ese proceso de lavado toma mucho tiempo hasta que el maíz quede como un arrocito. Con la misma agua que usted saca del maíz, porque de las primeras aguas sale una agüita blanca especita que es lo que



echa el maíz, esa agüita se cuela y se aparta sacando la plumita. Las plumitas se desechan, y esa agua espesa se utiliza para cocinar el maíz.

Después se mata una gallina bien gorda que haya por ahí y se cocina en agua para extraerle el caldo. Después que el arroz de maíz está cocinado con el agua del maíz, se le agrega el caldito de la gallina, con olores como la cebollita, el culantro, el guineo, el chile y ya de último en el proceso es echarle la carnita desmenuzada de la gallina, dándole el toquecito del sabor del arroz de maíz.

Como ven el proceso es lento, porque son muchas, muchas veces las que hay que lavarlas porque no le puede quedar ni una sola plumita. Como el maíz se muele crudo bota mucha plumita y todo eso hay que quitárselo hasta que quede solamente el maíz, así como un arrocito. Es mucho el trabajo que se lleva ahí y no le puede faltar el picantito y al menos eso va acompañado de un guineo, un cuadrado. Y ahí está para que degusten, aquí hay tacitas, aquí hay cucharas, aquí hay un fresquito de chan que hicimos.



El chilate

Brunilda Batista Santos



Buenas tardes, mi platillo es un postre que se llama el chilate de maíz, e incluye leche y dulce raspado. Se prepara con maíz cascado, pero como no pude conseguir maíz cascado tuve que hacerlo con la mano, esta es una comida chiricana, lo hacía mi abuelita, lo aprendí de ella y yo ahorita todavía lo preparo.

Esto se ve simple en el plato, pero lleva bastante trabajo porque el maíz tiene que quedar muy suave y espeso, eso lleva muchas horas cocinando y uno tiene que estar ahí moviendo constantemente para evitar que se pegue, porque si se pega, se quema.

Esto se sirve mejor si está tibio o, así frío como está ahora.

Esto se hacía con dulce (de caña de azúcar), se comía con dulce porque en aquel entonces en la década de 1960 no había azúcar procesada. En ese tiempo yo me acuerdo de que era así, solo dulce porque, había trapiches entonces así lo comíamos con un poco de leche y dulce.

Para nosotros esta comida era muy importante, porque en ese tiempo costaba mucho tener arroz o a veces se terminaba el arroz y esta era la comida que nos mantenía. Con maíz se podía comer tortillas o albóndigas con leche.

En el caso de las albóndigas se hacía la pelotita y se echaban en la leche hirviendo y esa era comida. A eso le llamábamos “albóndigas con leche”, o también se podían utilizar las tortillas, para ello hervíamos la leche, cuando la leche estaba caliente echábamos las tortillas, esas tortillitas gruesas que dice Jimmy, se las echábamos ahí, entonces la tortilla se suavizaba (ablandaba) y eso era la comida. En ese tiempo le llamábamos “carestía”. El nombre hace referencia a que era comida que se consumía cuando no había otra opción. Entonces esa era la comida que teníamos. Otra comida era preparada con banano maduro que se cocinaba con leche, eso tiene por nombre el chocao. También se preparaba banano pasa y era una forma de preservar el banano para tiempos difíciles.



La arepa seca

María Isabel Arias Rodríguez



Veán esta receta no tiene fecha de inicio ni de caducidad pienso yo, porque desde que me acuerdo mi madre las hacía, mis hermanas y mi familia. Es una receta típica guanacasteca. Se usaba para cuando la gente iba de viaje que eran viajes largos, entonces se les preparaba arepas para varios días porque es algo que no se daña fácilmente. Además, tiene mucha durabilidad, no se derrama, es algo seco, y es fácil de compartir porque se puede partir en varias fracciones.

En el caso de esta presentación, si no me alcanzaran para todos hago eso, las parto y le toca un pedacito a cada uno. La receta puede ser modificada porque a veces se le agrega jugo de naranja en vez de queso, o leche agria, todo depende del gusto de la persona.



Cuando mi mamá las hacía usaba dulce raspado (de caña de azúcar) porque uno no tenía en ese tiempo la posibilidad, de azúcar, entonces se preparaba con dulce.

El secreto está en la masa y la mezcla. Si la masa no queda en un término bueno entonces queda chiclosa. Para ir probando la masa se estira y si ella se encoje entonces no está en su punto. Si la masa no está bien, y la arepa se asa, entonces a la hora de comerla no va a tener el mismo sabor porque queda como encogida.

Hay que tener como un cierto control, saber cuánto le agrega de una cosa, cuanto de la otra porque estas arepas yo las puedo palmear como una tortilla y ellas van a estirar bien, pero eso depende de la mezcla. Si uno no la sabe mezclar ya le digo, empieza a estirar y ella vuelve a encoger. Por ello es por lo que a veces si le dan una arepa en otro lugar no sabe igual, porque no se le llegó al punto de que la arepa usted la pueda hacer así con los dedos y ella va a estirar como que si fuera una masa para tortillas. Mis primeras arepas eran como una chancleta, pero con el tiempo se fue perfeccionando mi receta. Yo le

digo, la receta usted puede modificarla usando jugo de naranja, queso o hacerla con pura natilla, eso depende del gusto de las personas.

Entonces Mary, lleva harina, leche, jugo de naranja, leche agria o natilla, azúcar ¿qué más lleva?

A estas de hoy, les agregué un poco de bicarbonato o un poco de polvo de hornear, un puntito de sal, la azúcar o el dulce que es a gusto de cada persona, el jugo de naranja o la natilla, y eso sí esencial hay que llevarla al punto de lo que le estoy diciendo para que no se encoja. La primera arepa seca me la dio Uriel Trejos (comenta Jimmy), de los Trejos de aquí del Carmen de Biolley. Uriel allá en el Valle del Silencio hizo arepa seca, yo me quedé con la boca abierta porque es lo que dice Mary, es saber llegarle a ese punto, porque yo me pongo a querer hacer y a mí me salen bolas. El hacerlas bien requiere mucha práctica y solo con la experiencia se puede lograr ese punto.

El picadillo de papaya

Laura Quirós Montoya

Vean, Laura mandó este picadillo. En realidad, Laura fue la promotora de que se hiciera esta actividad hoy, pero a ella se le complicó y no pudo venir (la historia es narrada por Jimmy Ureña). El picadillo, que prepara Laura es



Puriscaleño, es de chicasquil. El chicasquil y el zorrillo son plantas y lo que se utiliza son las hojas. Antes, quiero contarles una historia que le ocurrió a una hija de Laura.

Ella cuenta que su hija fue a hacer un curso de turismo en gastronomía, entonces le dijeron que tenía que hacer la presentación del picadillo de arracache, y ella comenzó a explicar cómo se hacía ese picadillo. En su presentación mostró que las hojas del arracache se arrancan, se lavan, se pican bien picaditas, se adoban y toda la cuestión, porque ella toda una vida había hecho picadillo de zorrillo, picadillo de hoja de yuca tierna o picadillos de hojas,

pero ella no sabía cómo hacer el arracache y ella creía que era lo mismo (para el lector no familiarizado, el arracache es un tubérculo que se usa en la gastronomía).

Hace pocos días hubo un temporal y dejó los palos de chicasquil sin hojas, entonces yo le dije que hiciera lo que pudiera. Entonces hizo un picadillo de papaya. Yo comencé, comenta Jimmy, a comer el picadillo de papaya cuando llegué aquí a la zona, porque en la zona de Los Santos se come picadillo de chayote, picadillo de papa o las dos cosas revueltas, picadillo de plátano, picadillo de arracache por supuesto que esos son los picadillos típicos que me acuerdo.

Entonces, tal vez si alguno o alguna me puede ayudar con la preparación. Aquí en nuestros pueblos el picadillo tradicional es el de palma real. Pero, eso lo dejamos para después.

Una de las invitadas toma la palabra y comenta, Bueno para hacer picadillo de papaya hay diferentes formas. Por ejemplo, si lo compro ya empacado yo lo que hago es que pongo el agua a hervir, lo echo como por unos 10 minutos para que bote la mancha, después lo escurro y ya luego lo comienzo a calentar, le agrego todo lo que son los condimentos. Pero, también otras veces cuando me ha tocado hacerlo de la pura papaya, entonces yo le quito la cáscara, la pongo a hervir y después la preparo en la licuadora para no picarla, entonces hay varias formas de hacerlo.



Al picadillo de papaya si uno quiere puede agregarle carne molida. Yo casi siempre lo hago con tocino, pero hay mucha gente que le gusta así sin nada, más saludable. Otras personas lo hacen del puro palo (tronco). Es decir, de la parte que va como de 50 cm., para arriba de la raíz, de esa parte por dentro, se forma como una carne, y yo si lo he hecho de eso, para mí ese fue el primero y se me pareció mucho al picadillo de

arracache porque queda como más durito.

A mí me gustaría dice Jimmy que nos quedara testimonio del picadillo de palmito de palma real, ¿alguno o alguna de ustedes han hecho picadillo de palmito? Bruna ¿usted si hace picadillo de palmito de palma real? ¿cómo lo hace usted? Doña Bruna toma la palabra y explica, Bueno, el picadillo de palma real uno le quita lo que se llama duro, lo que es tierno, ya lo que es blanco, lo pica bien finito, yo lo pico crudo, otra gente lo hace cocinado primero, pero eso depende del gusto de cada uno. Una vez picado crudo, lo cocino, le echo todos los ingredientes y lo voy cocinando a fuego lento y como es durito, toma tamaño rato cocinándose. Después hago bastantes tortillas y lo sirvo con tortillas. A mí personalmente me gusta con el sabor dulcete. El dulcete se obtiene cuando se hace el

palmito fresco, no es que lo cortaron hoy y lo van a preparar mañana. Al contrario, usted lo corta y lo hace de una vez fresquito, y ojalá la parte de la cabeza que es lo más tierno para que no tenga un color manchoso, le queda fresquito y le queda dulcito. Queda blanquito, es riquísimo. Y no puede faltar en los turnos de los pueblos.

El tamal asado

Diómedes Carrasco



Muy buenas tardes a todos soy doña Diómedes Carrasco.

Bueno, primera vez que estoy aquí porque yo nunca participo en actividades, siempre voy a la iglesia o así. Hoy es mi primera vez en participar en una reunión de la gente de Biolley a pesar de que soy una viejita, una bisabuela, entonces lo que yo traigo es un tamal asado.

El proceso del tamal asado en este caso se preparó con maíz amarillo, leche agria, margarina Numar (marca comercial), natilla, azúcar y queso. Este plato lo preparaban mis abuelitas, hace mucho tiempo. Se servían con café, en el desayuno, por la tarde o cuando llegaban visitas. Esto se hace en mi familia desde 1900.



Yo lo preparo como lo aprendí, no he realizado cambios. Digamos, como yo recuerdo se hacía así con leche agria y natilla nada más. La margarina Numar fue posterior. Estos se hacen con cierta frecuencia, depende si llegan visitas, o como está la salud de uno. Cuando éramos niñas sí se hacían a diario pues era una familia con nueve hermanos. Cuando yo hice mi familia tuve siete hijos, entonces siempre había que inventar alguna cosa para que alcanzara para todos. La preparación es como sigue. Se cocina la masa, se bate y se cocina, luego se pone al horno, primero se cocina la masa como hacer un atol digamos, luego ya se pone en molde. En aquellos tiempos se hacía en fogón, se le ponía buena brasa.

A manera de comentario Jimmy añadió - *Antes no había hornos, entonces le ponían suficientes brasas abajo, el molde sobre las brasas y le ponían una lata encima, y por encima también brasas y así se doraba muy bien.*

Algunas reflexiones



Al concluir las presentaciones se generó un espacio para comentarios y reflexiones. La lluvia continuaba y luego de probar cada uno de los platillos, nos sentamos a conversar disfrutando de deliciosos chocolates traídos por doña Brunilda. Sin entrar en la narrativa textual, se presentan en forma resumida los principales aspectos de lo que se generó en la conversación entre personas vecinas y gente de la comunidad. Se omiten los nombres de las personas que hicieron los comentarios, en aquellos que la narrativa es más personal se indica en cursiva, en la escritura se trató de mantener la línea narrativa de los “hablantes”.

Los organizadores de la comunidad de Biolley, don Minor y don Jimmy, agradecen a todas las personas que hicieron la comida, y también a las caras jóvenes que se hicieron presentes, y destacan *con estas actividades lo que hacemos es aprender porque unos hacen una receta, otros traen otra receta y compartimos y aprendemos.*

- Mis respetos, admiración y los mejores deseos a los organizadores que están inmortalizando esto y ustedes que realmente valoran algo así y le dan esa importancia. Que actividad más linda, esto es puro desarrollo económico local. Algo así tiene algo más de fondo, el hecho de ver una historia, de escuchar lo que se vivió, y ¡la comida!, antes se necesitaba energías para ir a la montaña, para largos viajes, es algo bastante interesante, lindísimo y

lo mejor de todo se puede quedar para las demás personas que vienen. Soy un enamorado de este distrito y esta actividad de hoy nutre más eso.

- Se puede motivar a los profesores de la Universidad Nacional y aquellos que hemos estado aquí por mucho tiempo, para el fomento de giras semestrales y realmente tener una ruta en la cual se pueda evidenciar esto. A esto se unirán otras universidades en el futuro y así ir promoviendo el desarrollo local, porque esas personas estudiantes después van a ser profesionales y van a venir con sus familias, así ha sucedido en otros lados.
- Personalmente me encantan estas actividades, conocer esa esencia de la comunidad y estas historias, de donde surge, de donde vienen las personas que ahorita están acá y la parte gastronómica. En las visitas a un lugar determinado para mí es fundamental, además de la naturaleza y otras actividades que se puedan desarrollar, es la comida. Creo que eso es muy importante rescatarlo más allá de la comunidad, muchos quisiéramos un lugar así donde se pueda ir un fin de semana, servirse comida casera de verdad y escuchar esas historias. El compartir con la comunidad es el esfuerzo con el consorcio de turismo que toma forma aquí en Biolley. También el fomento de una gira gastronómica a Biolley, vamos a tener que hacer una algún día.

-
- Ya se tuvo la experiencia de recibir unos tours-operadores y nos reunimos aquí en “Delicias Guanacastecas”, y ese día fue espectacular para ellos porque Pablo los puso a moler el maíz, después hicimos las rosquillas, después se hornearon. Luego siguió el pan casero al estilo guanacasteco, y después la tanela, entonces esa gente iba super encantada. En este lugar que estamos reunidos se conserva la arquitectura de Guanacaste, por ejemplo, esta galera con el horno ahí atrás es como llegar a cualquier casa de Guanacaste.
 - Y la idea es esa, que también recuperemos los otros elementos, por eso hoy le dimos mucha importancia a la parte panameña, porque también es muy valioso que nosotros a nivel de comunidad, comencemos a valorar eso, y que nos sintamos orgullosos de que la gente pueda venir a un distrito como el de Biolley y pueden comer comidas de todo tipo, típicas de Costa Rica y un poquito más allá. Y, todavía hay unos elementos que tenemos que rescatar porque hay familias nicaragüenses, mexicanas e italianas, y se puede recuperar parte de sus comidas e historia.
 - Y la arepa guanacasteca del Volcán Miravalles. Entonces para nosotros este es el valor, es la riqueza que tenemos como comunidad, es el espíritu diferente de Biolley. A diferencia de lo que ha pasado en el resto del cantón de Buenos Aires, porque más bien se ha producido una separación, una división.

-
- Nosotros gracias a Dios aquí en la comunidad nos vemos como hermanos, tal vez fue la necesidad, la pobreza, algo nos hizo estar del mismo lado, del mismo bando. Para mí eso es muy valioso y hoy al igual que Minor me uno al agradecimiento. Muchas gracias porque me ayudó a hacer la presentación de la carne, y creo que hoy todos hemos aprendido, pero también hemos aportado algo a esto que estamos haciendo con el apoyo de la Universidad Nacional, es parte de la historia.
 - Pero yo quisiera que nos quedáramos con un reto. El reto es recordar más bien nosotros otras comidas, lo que nos enseñaron las abuelas, y escribirlo antes de que vengan los arqueólogos a ver que hacíamos nosotros ahí revisando los fogones que existan. Por ejemplo, la mazamorra de nance o la mazamorra de maíz morado.
 - Entonces, esas son las cosas que tenemos que ir haciendo, recuperando esas recetas y después, yo pienso que el consorcio nos puede ayudar en algún momento, para ahora sí hacer una feria gastronómica en donde la gente venga y pueda degustar de 30 a 40 platillos. Se me ocurre que hagamos un folleto. Ese podría ser una estrategia para que cuando la gente lo vea, venga y lo pruebe aquí.

-
- Con toda esta comida “*estoy hasta donde el sapo se amarra la cutacha*”, ¿saben dónde se amarra el sapo la cutacha? En los hombros porque no tiene cintura (risas). Así estoy yo hasta donde el sapo se amarra la cutacha, lleno (comentó uno de los presentes).



- A nivel de distrito hay dos emprendimientos en función del cacao, Danilo Mora que tiene varios años de estar trabajando y Bruna que tiene toda la vida laborando en ello, pero hasta ahora lograron conseguir una máquina que para mí esta es una sorpresa riquísima. Nos trajo estos chocolates para que los prueben, es un chocolate que tiene 30% de azúcar, 50% de cacao y 20% de leche. Pero, también los hacen con más cacao y menos dulce.
- Nuestro aporte desde la Universidad Nacional está en la redacción y la ilustración, pero las historias son de ustedes. Es positivo tener estos desafíos, porque este fue uno que se planteó hace un par de meses en otras conversaciones y queda otro tema pendiente que tiene que ver con los liderazgos locales, y como eso se manifestó en obras físicas de escuelas, la llegada de la electricidad, los puentes, es otra parte de la historia que hay que escribir.

-
- Los jóvenes pueden hacer su colaboración haciendo uso de la tecnología y cuando estén con su abuelita elaboren alguna receta junto con ella, entonces la pueden grabar (videos cortos), obteniendo fotos del proceso y así se va haciendo aportes al libro de estas historias. Esta sería una forma de acelerar el rescate de algunos temas que desconocemos. En cuanto al desarrollo local hay gente y grupos de la universidad que pueden aportar. En muchos cursos se requieren pensamientos y abordajes interdisciplinarios y aquí esto es lo que hemos visto, de una manera natural y local. En estas historias narradas surgieron elementos de la naturaleza, la agricultura e ingredientes, la economía, las comunicaciones, la sociología, los aspectos migratorios, las características geográficas, la tecnología y sus cambios, y varias otras disciplinas.
 - Y, siento que todos aportamos y hoy creo que fue lo más rico que vivimos. A veces uno cree que porque ya está “roquito” (viejo), ya no puede aportar. Pero, no es cierto, ese es el rol que uno juega, ya es algo que uno puede hacer que los jóvenes no pueden hacer, entonces es la parte de uno que va a ayudar a fortalecer, a construir la comunidad o mantener la comunidad.
 - En la próxima cuando se hable de los liderazgos, también vamos a tener la oportunidad de escuchar compañeros y también a compañeras. Tenemos que incluir la voz y la experiencia de las mujeres, la visión femenina de la

historia, el desarrollo. ¿Por qué?, porque las mujeres tenían que quedarse en la casa cuidando güilas (niños, niñas), no podían salir, ¿quiénes salían?, los hombres porque los hombres siempre hemos sido más desapegados, entonces las dejábamos a ustedes con la “catizumba”. Fue con el apoyo de las mujeres con las que se construyó este distrito Biolley y lo que es hoy. Y mientras los hombres gestionaban y se sentían super bien porque se lograba un puente o un techo para una escuela, al regresar a casa, siempre hubo un plato de comida, y de eso en parte trata este documento.



En la fotografía algunos participantes en la reunión sobre comidas e historias. Actividad realizada en “Delicias Guanacastecas” ubicado en El Campo de Biolley (fotografía Jonathan Sequeira Ureña).

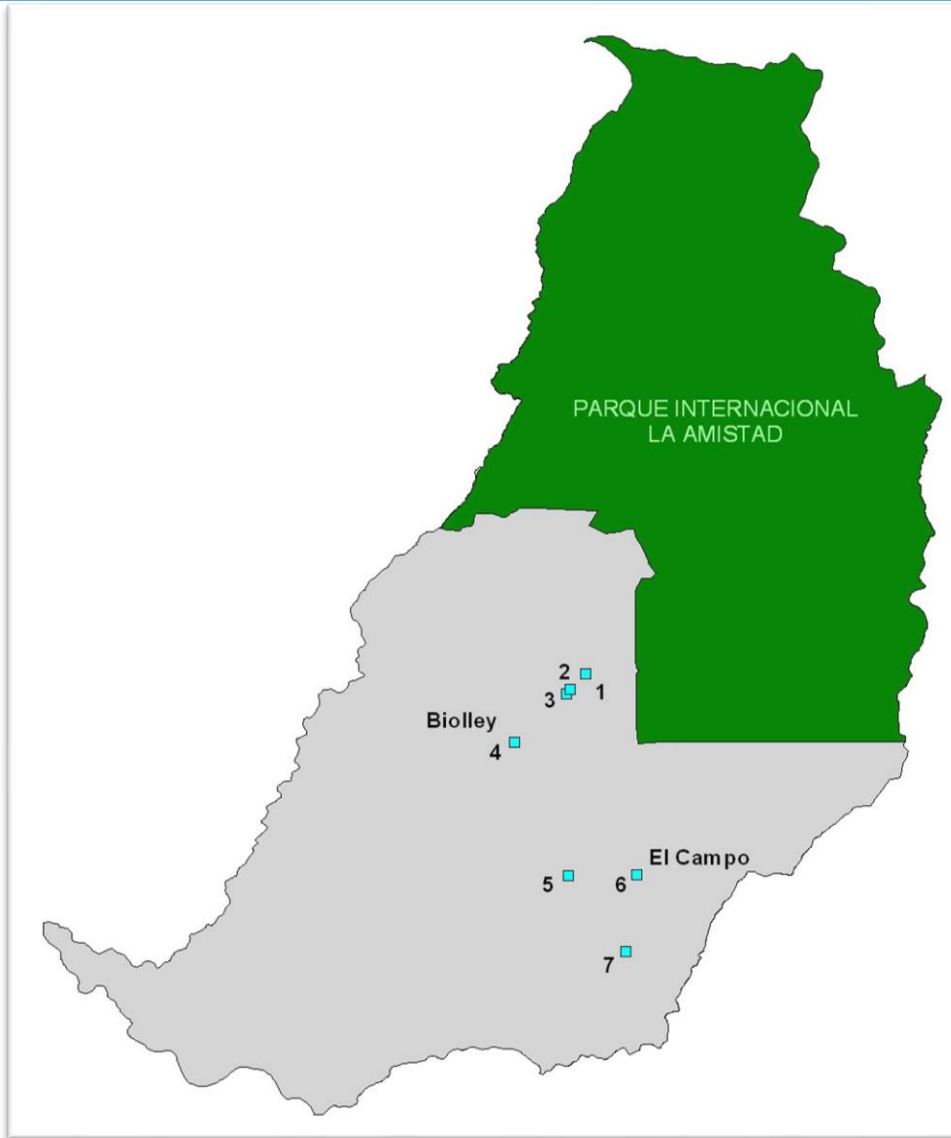
Anexos

Anexo 1. Personas asistentes en la actividad de comidas e historias

Minor Sibaja
Geovana Sibaja Sibaja
Guiselle Villafuerte Mendoza
Mónica Ramírez Villafuerte
Isabel Sibaja Villalobos
Diomedes Carrasco
Beberly Altamirano Artiga
Brunilda Batista Santos
Mareike Mantel
Angela Serracín Loría
María Isabel Arias Rodríguez
José Jimmy Ureña Quiros
Jonathan Sequeira Ureña
Sandra Rojas Lizano
Laura Quiros Montoya
Ana Gabriela Muñoz Mendoza
Pablo Mendoza Mendoza
Tirso Maldonado Ulloa



En la imagen Guiselle Villafuerte Mendoza y Mónica Ramírez Villafuerte, anfitrionas de la actividad (fotografía Tirso Maldonado Ulloa)



Anexo 2. Mapa de ubicación en el distrito Biolley de las personas narradoras de historias de comidas

1. María Isabel Arias Rodríguez
2. Ana María Quirós Montoya
3. Jimmy Ureña Quirós
4. Angela Serracín Loría
5. Brunilda Batista Santos
6. Guiselle Villafuerte Mendoza y Mónica Ramírez Villafuerte
7. Diómedes Carrasco

Anexo 2. Metodología

Idea: Conversación entre académicos Tirso Maldonado Ulloa y Priscilla Mena García y líderes locales, Minor Sibaja Loria, Jimmy Ureña Quirós, Alvaro Jiménez Alvarado

Invitación: Líderes locales, señores Jimmy Ureña Quirós y Minor Sibaja Loria

Lugar de reunión: El Campo, “Delicias Guanacastecas”, sugerido por líderes locales

Grabación de audio de las presentaciones: Tirso Maldonado Ulloa

Transcripción: apoyo de estudiante asistente Jeanneth Cortés Lacayo

Edición: Tirso Maldonado Ulloa y Priscilla Mena García

Revisión por participantes: Jimmy Ureña Quirós, Angela Serracín Loria, Mónica Ramírez Villafuerte

Edición final: Tirso Maldonado Ulloa y Priscilla Mena García

Fotografías: Tirso Maldonado Ulloa y Jonathan Sequeira Ureña
