

CAMBIO DE MENÚ EN CUARESMA

# La ciudad de los pescados

**EL AROMA cambia, en ciertos rincones de la ciudad, por esta época del año. Huele a pescado. La Cuaresma llega a poner su toque particular al menú diario. Unos siguen la tradicional vigilia. Otros ni la recuerdan. Y para los de más allá, en asuntos de comida, el bolsillo manda**

Por MARGARITAINÉS RESTREPO SANTA MARÍA  
Medellín

"En el mercado de Guayaquil no estábamos sino 6 venteros de pescado, en 1955. Era más bien barato. No lo consumía sino el pobre. Un día me vendí con un trabajador, 60 arrobas de bagre, entre 4 de la tarde y 8 de la noche". Los recuerdos de Argemiro Herrera, quien hoy trabaja en su puesto de la Plaza Minorista, se refieren a un Medellín de tradiciones religiosas arraigadas, pero con escasa participación de la comida de río o mar en su mesa. En donde pescado,

vigilia y ayuno marchaban de gancho. Ahora, cuando creencias y comportamientos han pasado por tantos cedazos, ¿a Cuaresma sigue dándole días de "vacaciones" a la carne?

**COSAS QUE NADAN**  
"Díez por tres mil... Si hay bagre, si hay bagre... Échele la napa al señor, que es de la casa... La pila a dos, la pila a dos..."

A Medellín llega un barco cargado de: El pescado no ingresa exactamente en barco. Pero allí está, en curretillas, camiones, plazas, centros de acopio y distribuidores mayoristas, charcuterías, supermercados, tiendas y nevadas de icopor al hombro, en barrios.

Lo hay más de río que de mar. Y de criaderos. Fresco, seco y congelado. Proveniente de Puerto Berrio, Nechí, Magangué, Caucasia, Marratón, Ayapel, Ciénaga de San Benito, Taraza, Puerto Leocía, Buenaventura, La Raya, San Jorge, Bogotá, Chocó, Perú, Chile, Ecuador y Nicaragua.

Y Medellín se convierte en la ciudad de los pescados, no sólo en Cuaresma. "Por salud, porque me gusta, porque con la

carne me duelen los huesos, porque en subienda se pone barato". Mil razones. Lo cierto es que su consumo está "pegado"...

Bocachico, es el más tradicional y popular, especial para los hogares pesados, de mil y dos mil pesos. Además, hay comelón, bisquina y harbudo "con dos, se hace un sancocho para alimentar a una familia de cuatro buhones". Por un precio intermedio se consigue doncella, fanquillo, mojarra y dorada. De la línea cara: bagre a 4 y 5 mil. Del importado: merluza, róbalo y salmón "muy apreciados". Trucha "impulsadísima". Tilapia "también de criadero". Pescado seco "para tortas". Y sardinas y atún, en lata.

**¿Y QUIÉN COCINA?**

Se perciben cambios en costumbres alimentarias. ¿Y en tradiciones religiosas? ¿Sigue la gente haciendo vigilia y ayuno? Setenta personas contestaron.

"No me den nada que nade... En casa es religioso... Comer pescado no es sacrificio; me parece saludable... Yo ni me acuerdo en qué día estamos... Me da alergia... ¿Y quién cocina?... Sólo la vienes muerteras de Ceniza y Siernes Santo... A los niños les empapo palito de queso o tonilla con papa, en la lonchera... Prefiero el luchevo... Por penitencia, mayor renuncia a una gaseosa, una galleta o un cigarrillo... Pusieron tanta dispensa para no cumplir (parto, enfermedad, edad, matrimonio, trabajo) que me fui relajando..." Las respuestas apuntan hacia todos lados.

Por conexión, costumbre o tradición familiar, hay muchas personas que siguen apegados a la vieja tradición de la vigilia, los viernes de Cuaresma. Esta semana, el mercado del pescado comenzó a buscar una mayor participación en el menú diario.



Por conexión, costumbre o tradición familiar, hay muchas personas que siguen apegados a la vieja tradición de la vigilia, los viernes de Cuaresma. Esta semana, el mercado del pescado comenzó a buscar una mayor participación en el menú diario.

la determina el precio "como lo que esté más barato". Otros, a quienes que no lo consumen por que no saben cocinarlo o no se le miden a quitarle espaldas y escamitas. Tres, afirman que no consumen pescado por costoso. Una aclaró que hace vigilia todo el día.

"¿Y el ayuno?" "Ni me acordaba... No, porque me mareo... Me da hipoglucemia... Terminó con sin-

cope... Se muy alborota el mal genio... Soy muy flojo, con sólo pensar en él me da hambre... Trabajo mucho como para debilitarme... Uno vive en casa, con la carestía y las dietas". Sólo dos personas confesaron hacerlo: "Pan con café con leche, al desayuno; y con agua, a la comida; ensalada y pescado al almuerzo; y nada de licor... Aguantar no más con tragos hasta el mediodía".

Del mercado de Guayaquil no quedó ni el rasno. Pero llegó Cuaresma cambiando actitudes y platos. Y en algunos rincones de la ciudad ya se alborotaron las curretillas y los vendedores de pescado.

**Fuentes de consulta**  
Encuesta con 70 habitantes de la ciudad. Tres sacerdotes. Humberto Samudio y Argemiro Herrera «comerciantes de pescado de la Plaza Minorista». Terenci Flores de un centro de acopio. Almacenes Exalta. Libros: Costumbres Curulesas, de Tula Tulejía. Enciclopedia Universal España.

**Raíces de la vigilia**

- Cuentan que el pescado fue el alimento elegido para la vigilia cristiana, posiblemente hacia el siglo IX, porque el término gnegro loys, que significa pez es, a su vez, el acróstico de Jesús, Cristo, Dios, Hijo y Salvador. Otros lo señalan como símbolo de la abstinencia, por tratarse de un animal de sangre fría (contrario a la carne), alejado del dominio de las pasiones, empleado en sacrificios sagrados.
- La vigilia, emparentada -y a ratos, confundida- con el ayuno (del que ya se hablaba, en tiempos de Cristo y sus apóstoles), y que para personas entre los 14 y los 60 años, se explica como una fórmula para agradecer, hacer penitencia, buscar perdón, prepararse, "unir el hoy y la eternidad, intensificar la vida espiritual". Esquemas modernos, menos rígidos -que no contemplan necesariamente el consumo de pescado- la explican como un llamado a servir, a cambiar, a realizar "actos de misericordia", a compartir con quien no tiene y a hacer pequeños sacrificios.
- Para algunas personas, y en ciertas épocas, la vigilia se guardaba todos los viernes del año. Hablaban, entonces, de viernes penitenciales. A partir de esa tradición religiosa, restaurantes de diferentes países decidieron establecer un menú especial de viernes, con pescado acompañado de papas y sopa de almejas.

**¿Usted guarda vigilia?**



**MUCHA VIGILIA Y POCO AYUNO**

Cienta y siete personas confirmaron que guardan vigilia. 7 de ellas con modificaciones, o por presión familiar o porque coincide con su gusto gastronómico. A 11 -aunque respetan a quien cree en ellos- no se les pasa hacer abstinencia por la mente. Cuatro comentaron que su decisión entre carne y pesca-

**Costumbres de cuchillo y tenedor**

- Al final del mes doce del calendario islámico, los familiares musulmanes sacrifican un animal -tradicionalmente una cabra, vaca, oveja o cordero- para conseguir el favor de Dios. Mucha de esa carne es distribuida entre los necesitados.
- Los monjes se abstienen de consumir productos que contengan cafeína porque "puede perturbar el cuerpo, el cuerpo es el templo del espíritu y el espíritu está dedicado a Dios".
- Los taoístas se abstienen de comer pan porque los guardianes habitan los sitios donde se vende el grano para la elaboración de este alimento.
- Para participar en el sufrimiento de Jesús, los monjes ortodoxos rusos y griegos no comen carne de res y de cordero, ni derivados de la leche los lunes, miércoles y sábados.
- Las recetas de la comida japonesa deben ser elaboradas de manera que sean armónicas en el color y las texturas, se sirven en platos o tazones acordes a la estación del año, por ejemplo, el vidrio y el bambú son considerados apropiados para el verano.
- En Pentecostés, los judíos no comen carne y durante los días siguientes a la Pascua tienen prohibido tomar licores fermentados de tipo cereal, como el whisky.

NO SÓLO EN EL CATALICISMO LAS CREENCIAS SE RELACIONAN CON LA MESA

# Las religiones a dieta



La alimentación hace parte de los rituales de muchas religiones y se constituye en elemento sagrado para diferentes culturas. Los japoneses consideran la comida elemento fundamental de sus celebraciones de Año Nuevo.

se relacionan en la fiesta de Año Nuevo. En la primera semana del año comen tres platos: conejito, arroz agudado y siete hierbas y una aropa de arroz.

En cambio, los budistas tibetanos no simbolizan con comida las fiestas religiosas, por la condición geográfica del Tíbet. La escasez de alimentos hizo que no trabajaran las ceremonias a través de la comida.

El judaísmo, por su parte, posee leyes dietéticas muy estrictas basadas en el listado bíblico esta-

ber pasado los primeros siete días con la maná, espantar a un pájaro que este empollando para tomar sus huevos, y cocinar el cordero en la primera leche que da la madre (calostro). Además, si se hace un degüello este debe ser realizado por la persona más piadosa de la comunidad (Shohet), que es un degollador ritual entrenado durante años para tal fin.

No sólo los exquisitos platos y los grandes banquetes hacen parte de esa relación comida-religión, que acerca al Creador. El ayuno o la falta de alimentos también es una forma de estar cerca de Dios.

Para los orientales la privación de alimentos es mucho más cotidiana, dos o tres veces a la semana. La consideran una forma de desarrollar el espíritu. Generalmente la acompañan de meditación.

Para los judíos el ayuno está relacionado con fechas de gran importancia, como el día de Ab, de ayuno total y el Yom Kipur, día del perdón. A su inicio se consume un banquete abundante, antes de la puesta de sol. No vuelven a probar comida, ni agua hasta el anochecer del día siguiente. El Ramadán islámico también incluye un ayuno riguroso que cuando se rompe, ese consigo mucha comida y celebración.

A pesar de que las creencias tienen dioses diferentes y una fe marcada por la cultura, todos tienen algo en común, la relación comida-religión.

**Curiosidades rituales**

- En Italia, cuando termina la Semana Santa, se realiza la "pascueta". Los italianos católicos se desquitan de todo el ayuno que hicieron durante la Cuaresma y se comen una mínima trefe platos en el almuerzo. Se sientan a la mesa a las 12.00 p.m. y se paran a las 5.00 p.m.
- Durante la Inquisición la comida se volvió un disfrace del servicio religioso, pues a los judíos se les prohibió reunirse para rezar, por eso la fachada era una reunión familiar o de amigos con un exquisito banquete.
- Los jains y los taoístas consideran a la comida como un alimento espiritual, que sirve para alcanzar la máxima forma de la inmortalidad.
- Para los hindúes el helado es una oferta ideal para los dioses porque considerarán que el azúcar trae salud y la leche permite obtener la carne sin necesidad de matar a la vaca.
- En China, el whisky y los cigarrillos -ofrecidos a los ancestros son automáticamente bendiciones.
- Los rastafaris creen en el poder medicinal de las hierbas, particularmente el de la mariguana, considerada como bendición de Dios. Ellos dicen que algunas hierbas permitidas están más cerca de Él y de su creación.