



Sabiduría y arte en harina, el pan de mujer de la aldea Pinal, Comapa, Jutiapa

ARACELY ESQUIVEL VÁSQUEZ



Introducción

El pan es el alimento habitual en los hogares de muchos guatemaltecos. Es un alimento modesto pero muy apreciado y valorado en el desarrollo de la humanidad. Constituyó uno de los primeros procesos complejos que el hombre inventó para su sustento, pues de todos es sabido que para alimentarse vivió de la recolección y la caza, procesos que le obligaban a una constante movilización. La capacidad del hombre para recolectar y seleccionar los granos, cultivarlos, triturarlos para transformarlos en papilla o masa lo llevó a un mejor manejo de los cereales. El control sobre el fuego le permitió cocinarlos para hacerlos comestibles y digeribles, lo cual fue un gran avance en el desarrollo cultural y social del hombre.

Con el tiempo este alimento fue cobrando más relevancia. La modificación y persistencia de los hábitos y las costumbres sociales le imprimieron un

toque original en su elaboración, unas complejas otras más simples. Es el caso del trabajo que se aborda en este artículo, donde la artesana, con técnicas aprendidas por tradición, observación y experiencia adquirida por más de veinticinco años de dedicarse a esta labor, produce un magnífico pan para satisfacer, en parte, sus necesidades alimenticias y la de los miembros de su familia.

El presente ensayo da a conocer la labor artesanal del pan de la aldea Pinal, municipio de Comapa, departamento de Jutiapa. Luego de años de haber realizado el trabajo de campo, donde se entrevistó a la artesana que convierte la harina y otros ingredientes en el llamado "pan de mujer", esta publicación se hace realidad. El pan casero o pan de mujer como le llaman en la aldea, es un arte que las mujeres aprenden en casa, sin más ejemplo que el de las abuelas, madres y suegras quienes enseñan a las hijas y nueras, garantizando de esa forma la permanencia y transmisión de la labor artesanal del pan.

Durante el trabajo de campo, se contó con la colaboración de Kandy Carolina Muñoz Guerra¹, quien realizó el registro fotográfico que muestra la labor artesanal de doña Graciela López de Rivera y René Rodríguez Esquivel² quien tuvo la responsabilidad de conducir al equipo hasta la aldea.

¹ Licenciada en Ciencias de la Comunicación, USAC.

² Licenciado en Ciencias Jurídicas y Sociales, abogado y notario, USAC.

En la aldea Pinal hay otras mujeres que saben elaborar pan, sin embargo se seleccionó a la informante porque posee un caudal de información sobre la variedad de productos que es capaz de realizar, además es la persona que lo elabora con más frecuencia pues es buscada por muchas vecinas para solicitarle la elaboración de "*una batida de pan*". Doña Graciela goza de prestigio y popularidad. Su labor es ampliamente reconocida en la aldea. Ha sido más que comerciante, una artista del pan. Y, en términos de la cultura tradicional guatemalteca rica en folklore y elementos tradicionales la fuente de la información de la cultura germina y crece en el talento de artesanas y artesanos para documentar y poner en valor a los portadores de dicha cultura en cada rincón del territorio nacional.

El Área de Artes y Artesanías Populares del Centro de Estudios Folklóricos desde su creación en 1967, dada la naturaleza anónima de artesanos y artesanas, se ha dedicado a rescatar y destacar la valía y presencia del artista, preservando el patrimonio cultural tangible e intangible de la tradición artesanal como marcador de identidad guatemalteca. Y en ese marco se presenta, por medio de esta publicación, la historia artesanal y tradicional del pan de mujer de la aldea Pinal, Comapa, Jutiapa.

Municipio de Comapa

Comapa es uno de los 17 municipios del departamento de Jutiapa, ubicado en la parte sureste del departamento. Colinda al norte con el municipio de Jutiapa

(Jutiapa); al este, con El Adelanto y Zapotitlán (Jutiapa); al sur, con la República de El Salvador; y al oeste, con Jalpatagua (Jutiapa). La altura de la cabecera municipal está a 1,250 metros sobre el nivel del mar. Se ubica a una latitud 14° 06' 41" Norte; longitud 89° 54' 52" Oeste. Su extensión geográfica es de 132 kilómetros cuadrados. De la cabecera departamental, Jutiapa, por la Ruta Nacional 12 hay 20 kilómetros al entronque con la Ruta Departamental que se une con la Ruta Nacional 22. De este punto de empalme hay 20 kilómetros para llegar a Comapa. También se puede llegar al municipio por la Carretera Nacional CA-8. El municipio cuenta con veredas y roderas que enlazan a sus aldeas, caseríos y con las comunidades vecinas. Cuenta con servicio de autobuses que parten de ese municipio hacia la cabecera departamental de Jutiapa, al municipio de Jalpatagua, y a la ciudad capital. Tiene municipalidad de 2ª categoría, posee un pueblo, 9 aldeas y 46 caseríos. Durante el periodo hispánico se conoció la cabecera como San Cristóbal Comapa, por haber estado bajo la advocación de San Cristóbal. Su clima es templado (Gall 2000: 476).

Según Rodríguez Rouanet (1996: 111 y 112), su nombre deriva del náhuatl comalli, que significa *comal* o bien, de comitl, olla; atl, agua y pan, lugar; vocablos que pueden interpretarse como *lugar donde se encuentra el comal u olla con agua*. La producción artesanal consiste en cerámica, jarcia, muebles de madera y teja de barro. Sin embargo, al momento del trabajo de campo también se encontró que se trabaja la cerámica, herrería, hojalatería, panadería y

carpintería.

Por la altura en que se encuentra se le conoce como “*La Reina de las Colinas*”. Cuenta con servicio eléctrico, alumbrado público, telefonía domiciliar y celular, agua potable entubada, centro de salud, escuela pública de educación primaria, instituto de educación básica por cooperativa, Policía Nacional Civil, Subdelegación del Tribunal Supremo Electoral, Juzgado de Paz, Registro Nacional de las Personas, iglesia católica y evangélica. Los principales recursos de agua natural que tiene el municipio son los ríos Estanzuela, Paz, Pululá, Sanarate y San Nicolás (Castro 2012: 21 y 28).

Su feria titular es en honor a la Virgen de Concepción, que se celebra del 14 al 18 de diciembre. La economía de sus habitantes se basa en la producción de artículos básicos como maíz, frijol, ayote, maicillo, henequén y maguey. Este último producto es usado para la elaboración de productos de jarca y fabricación de artículos como hamacas, redes, bolsas de pita y lazos³.

Según los datos del XI Censo de Población y VI de Habitación, correspondiente al 2002, del Instituto Nacional de Estadística, la población total del municipio de Comapa era de 23,715 personas, siendo 11,564 hombres y 12,151 mujeres.

El arzobispo doctor don Pedro Cortés y Larraz visitó la diócesis entre los años de 1768 a 1770. Anotó que el pueblo

³ http://www.com/m_escalante_herrera/comapa. Consultada el 26 de mayo de 2013.

de Comapa pertenecía a la parroquia de Jutiapa, distante de la cabecera 8 leguas, y que tenía 82 familias con 249 personas. “Las cosechas de este territorio todas son escasas y se reducen a poco maíz, poco ganado, algo de caña y bastante pita con que trabajan los indios cuerdas, redes y otras cosas con que ganan la vida. Andan en mucha desnudez”, escribió. El idioma que se hablaba en los pueblos era el “xinka alias xinca y en uno de ellos el mexicano”, pero indicó que todos los hablantes hablaban generalmente el castellano. Señaló que los abusos y escándalos eran la embriaguez, ociosidad, flojera y pereza, así como que en el pueblo no existía escuela en que se enseñase a leer y escribir a los niños (Cortés y Larraz 1958: 237- 239).

Aldea Pinal, Comapa, Jutiapa

La aldea Pinal es el área geográfica en donde se realizó el trabajo de campo para recolectar la información sobre la elaboración artesanal del pan de mujer. Para llegar a la aldea se toma la Ruta Nacional 12 hasta llegar al cruce de la carretera intermunicipal El Amatón, San Ixtán y Comapa con una longitud de aproximadamente 30 kilómetros. Al llegar a la esquina de la escuela de San Cristóbal de la aldea del mismo nombre, se cruza al noreste y se toma la rodera de terracería hasta llegar a Pinal, lugar donde termina la rodera. Se ubica a una altitud de 1,145 metros sobre el nivel del mar, con latitud 14° 10' 50" Norte y longitud 89° 56' 20" Oeste (Gall 2000: 990).

Hay alrededor de 250 casas, las cuales están construidas en su mayoría de

adobe, otras de block con techos de lámina de zinc y teja. Algunas con piso de cemento, otras con piso de granito y las más sencillas con piso de tierra. Cuenta con tres centros educativos del Ministerio de Educación, dos escuelas públicas una de preprimaria, otra de primaria y el Instituto de Educación Básica; así como ocho tiendas con productos de primera necesidad. Para proveerse de otros alimentos viajan a la cabecera departamental de Jutiapa. Los hombres se dedican al cultivo de la tierra, siendo los productos comunes maíz, frijol, maicillo, maíz salpor y café.

En menor escala, algunos hombres se dedican a la crianza y cuidado de ganado, cerdos, cabras, caballos y mulas. Las mujeres se dedican a las labores domésticas, al cuidado de los hijos menores, a la elaboración de pan, marquesote, quesadillas, salporas, cemitas⁴ y a la crianza de gallinas, patos y chompipes para el consumo de huevos y carne. Otras, se desempeñan como profesoras de grado en las escuelas de la localidad. Por otra parte, tanto hombres como mujeres han migrado a la ciudad capital como alternativa de trabajo. Su alimentación se basa en los productos que cultivan así como el consumo de carne de animales monteses, como tacuacín, armado, zorrillo, garrobo, paloma ala blanca, tortolita, conejo, tepezcuintle, mapache y venado; aunque este último ya muy escaso en la región. La aldea cuenta con cementerio, dos campos de fútbol, telefonía celular, una iglesia evangélica Asamblea de Dios y

⁴ Pan de acemite. Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua.

un COCODE⁵.

El abastecimiento del agua sí es un problema en Pinal, y siempre lo ha sido según las informantes. Pinal tiene seis pequeños nacimientos de agua a donde van las mujeres con sus cántaros a la cintura y otro en la cabeza, el cual asientan sobre un yagual de tela o del propio delantal para no lastimar la cabeza y para equilibrarlo; tienen mucha destreza para llevar cántaros con agua sobre sus cabezas y en la mano una cubeta llena de agua. Hacen tantos viajes como sea necesario para llevar el agua a la casa. Es una labor muy sacrificada pues los nacimientos no están cerca de las casas. La época más difícil es el verano, pues los nacimientos de agua reducen su nivel y las mujeres tienen que hacer cola para lograr llenar sus cántaros y otros recipientes. La aldea cuenta con el caserío las Barrancas el cual posee un manantial de agua donde las mujeres lavan la ropa, se bañan y acarrear agua sobre lomos de bestias. Van cada quince días a lavar pues el lugar apropiado queda a una distancia que se requiere 45 minutos en camino de herradura. El agua que traen de las Barrancas la usan para lavar trastos, regar las flores, regar el patio para barrer y para festejos, como la preparación de los tamales para la Navidad, o ceremonias donde se lava gran cantidad de platos⁶.

⁵ Datos proporcionados por Mirza Rivera López, profesora y licenciada en Trabajo Social, oriunda de la comunidad, 27 de mayo 2013.

⁶ Observación participante de la investigadora durante el trabajo de campo, abril de 2008.

Tienen otro sistema de captación y abastecimiento de agua que consiste en reciclar el agua de lluvia, la cual recogen del techo a través de canales por donde el agua corre a las piletas o toneles. Para el consumo solo utilizan el agua de los nacimientos. Durante el invierno descansan de caminar al manantial de las Barrancas pues, como ya se indicó, la lluvia les provee el vital líquido. Sobre la labor artesanal en la aldea, solo se encontró un carpintero y un señor especialista en construir los hornos para hornear el pan.

Historia del pan

El pan fue y es el alimento básico en la alimentación de la cultura occidental. Con la domesticación y recolección del trigo y otros cereales se dio origen al pan. Cuando el hombre se dedicaba a la caza y a la pesca, también recolectaba raíces, frutos silvestres y distintas semillas entre ellas los ancestros silvestres de la cebada y el trigo, así aprendió a cultivarlos para producir alimento. Con la proliferación de cereales, el hombre pudo recolectar granos y aprendió a almacenarlos, situación que le permitió reservar alimentos para la época de sequía o cuando la caza era escasa. El almacenamiento de granos constituyó una relativa garantía de supervivencia. Aprendió a cultivar el trigo aprovechando el limo dejado por las corrientes en los valles y deltas donde descubrió que las espigas se desarrollaban con más vigor. Con el desarrollo de la agricultura, el hombre obtuvo cosechas más abundantes y fue asentándose cerca de los valles de cultivo. También aprendió a seleccionar para semilla los

granos más grandes, procedimiento que continúan haciendo los agricultores en la actualidad para garantizar la buena cosecha en todo tipo de cultivo⁷. La gastronomía tuvo gran importancia en la preservación de la humanidad y para el mejor aprovechamiento de los alimentos desarrolló, a la par de la agricultura, técnicas y medios para hacerse menos pesado el trabajo. Se vio en la necesidad de inventar la manera de comer el trigo, siendo la masticación la primera forma de tritarlo. Sin embargo, por la dureza de la cubierta de los granos este procedimiento requería invertir mucho tiempo y esfuerzo.

Según investigaciones realizadas, se considera que el primer antecedente del pan lo constituyó la "gacha", especie de masa muy líquida que al cocerla sobre piedras calientes, se transformaba en algo similar a una galleta. Para un mejor cocimiento de los primeros panes que tenían formas aplastadas y redondas, se inventó un utensilio similar al comal, el cual no era suficiente para obtener buen pan⁸.

Los avances en la agricultura alcanzaron un gran desarrollo durante el florecimiento de la cultura egipcia. El pueblo egipcio consolidó las técnicas de panificación, las formas de cocimiento y creó los primeros hornos para cocer el pan. El mayor avance fue el descubrimiento y desarrollo de la fermentación por levaduras, que constituyó un paso definitivo en la historia del verdadero

⁷ <http://www.alimentacion-sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/comonaciopan.htm>

⁸ Ibid.

pan, el pan fermentado.

Probablemente, las primeras fermentaciones ocurrieron por accidente, pues se sabe que los egipcios elaboraban pan desde hacía mucho tiempo y se cree que descubrieron la fermentación por casualidad⁹. La fermentación hace posible la descomposición de ciertas materias orgánicas de la masa. Por ello, el pan horneado resulta mucho más suave, ligero y agradable al paladar.

Desde la antigüedad se han elaborado panes de muchas maneras. La adición de levadura hace la diferencia pues ésta transforma las características de la harina de trigo dándole volumen, textura, esponjosidad y sabor al pan.

Grecia adoptó el invento del pan a través de las relaciones comerciales con los egipcios y lo perfeccionó. Para los griegos el pan comenzó siendo un alimento ritual de origen divino pero luego pasó a convertirse en el sustento popular y el pan ácimo, sin fermentar, era considerado un manjar. Los griegos hicieron de la panadería un arte, creando más de 70 panes diferentes. Se cree que fueron los panaderos griegos los precursores de la pastelería¹⁰.

En Roma, la elaboración de pan fue restringida y se preferían las gachas y papillas. El pan solo aparecía en las comidas de los señores acaudalados. En el año 30 a. de C. Roma contó con más de 300 panaderías que eran dirigidas por

⁹ <http://www.historiacocina.com/historia/pan/panroma.htm>

¹⁰ Ibid.

profesionales griegos, quienes realizaban la elaboración y cocción. Por ello, Marco Tulio Cicerón dijo: “la agricultura es la profesión propia del sabio, la más adecuada al ignorante y la ocupación más digna para todo hombre libre”. En el año 100, se constituyó por primera vez una asociación de panaderos conocida como el Colegio Oficial de Panaderos de carácter privilegiado, pues estaban exentos de impuestos. La profesión estaba estrictamente reglamentada y era heredada obligatoriamente de padres a hijos.

En la Edad Media europea no se produjeron progresos notables en la panificación. El cultivo de cereales disminuyó y con ello vinieron los periodos de hambre, los alimentos escasearon y el pan también. El pan blanco, de prestigio social, sólo era accesible para las clases ricas y pudientes. En la Edad Media, las ciudades empezaron a cobrar importancia y en el siglo XII surgieron los primeros gremios de artesanos de todo tipo de profesiones. El gremio panadero se asoció y se constituyeron como profesionales del pan. Al igual que en Roma, por ser el pan alimento base de la población, la producción y distribución del pan era regulada por el gobierno. En cambio, en el Imperio bizantino se desarrolló el pan dulce decorado con masa o con azúcar.

En la época moderna, a finales del siglo XVIII, la agricultura tuvo un desarrollo notable, aumentó la producción de trigo y se obtuvo una mejor harina, el precio del pan bajó y el pan blanco, que era solo para determinados grupos sociales, llegó a toda la población. En el siglo XIX los

sistemas de panificación evolucionaron con la invención del molino de vapor y la industria del pan creció de manera rápida.

En España el pan fue introducido por los celtas y era el alimento base de la dieta cotidiana. Cuando los romanos llegaron a la península, el pan ya era conocido pues hay registros de la existencia de gremios panaderos especialmente en la zona mediterránea. En el año 1200 consta la existencia del gremio de panaderos de Barcelona¹¹.

A tierras mesoamericanas el trigo llegó a través de los españoles. Con la introducción del grano también llegaron distintas técnicas de cultivo y procesamiento así como nuevas formas de alimentación. En Guatemala, la adopción del trigo constituyó un proceso de aculturación. La producción de trigo durante la Colonia era exclusivamente para consumo de españoles. Tanto el maíz como el trigo tenían y tienen similares formas de procesamiento: desgranado, molienda, fermentación y cocción. Sin embargo, no se preparan de la misma manera. La fermentación del maíz se realizaba con cal, previo a la cocción, procedimiento que continúa vigente en nuestros días. En las áreas rurales aún se muelen los granos de maíz en piedra de moler, en las urbanas en motor de nixtamal y las tortillas se cuecen en comal de barro y, actualmente, de lata. El trigo en cambio, se procesa en molino y el producto de la harina, el pan, se cuece en horno de gas, eléctrico o de leña y la fermentación del trigo se

¹¹ Ibid.

produce por medio de levaduras. Los dos cereales constituyeron la base de la alimentación tanto de peninsulares como de mesoamericanos.

Según Samayoa Guevara (1962: 18), con la conquista y colonización de las tierras americanas llegaron al Nuevo Mundo semillas, plantas, instrumentos de labranza y herramientas para oficios, ganado vacuno, porcino, caballar, asnal, lanar y aves de corral y, tras la fundación de la ciudad de Santiago de Guatemala, en 1527 surgió el nacimiento de los gremios de artesanos. La institución gremial floreció en la ciudad de Guatemala durante toda la época de la dominación hispánica.

En la época colonial la elaboración del pan fue frecuente preocupación del Ayuntamiento ya que, según Samayoa Guevara (1962: 169 y 170) debido a la mala calidad del pan, en 1693, el ejecutor Cristóbal Fernández de Rivera, propuso al Ayuntamiento exigir a los panaderos colocar una marca al pan para identificarlo y saber quien lo fabricaba mal. De esa cuenta, la marca del panadero Nicolás Zurieta era una Z, la de Paulo Castillo una P y la marca concedida a Isidro Pacheco fue una figura de resetín. El mismo autor refiere que en 1793 en el barrio de la Ermita de la Nueva Guatemala de la Asunción existían 50 panaderías. El gremio de panaderos sufría por la obtención de la harina al extremo de tener que pagar 3 reales al guarda receptor del Cabildo para asegurarse la provisión de harina.

El acaparamiento de harina afectaba el trabajo de los panaderos y

algunos se arriesgaban a obtenerla fraudulentamente, situación que los exponía a ser descubiertos y quedar sujetos a onerosas multas. Así lo manifiesta un documento de 1784 del Archivo General de Centro América, consultado por el historiador Abraham Israel Solórzano Vega, en donde se indica que el señor "don Ambrosio de Gomara manifestó haber multado en diez pesos a un panadero, que cogió en el fraude de intentar introducir por alto una partida de harinas que ocultamente había comprado"¹².

Asimismo, el oficio de panadero no se podía ejercer sin autorización de licencia. Sobre esto existen documentos en el Archivo General de Centro América que atestiguan el requisito. Para mencionar uno, en 1794: "*Andrés Dumas vecino de esta capital como más lugar haya ante vuestra señoría parezco y digo que hallándome con porciones de arina y demás utensilios para poder amasar pan y venderlo en tienda pública y ser necesaria la licencia de vuestra señoría ocurro a la piedad de vuestra señoría para que se me conceda bajo las calidades que expresa dicha licencia como que ya he tenido panadería pública por tanto a vuestra señoría pido y suplico así lo provea mande haser que en ello recibiré merced con justicia*"¹³.

Las mujeres en la época colonial no pasaron desapercibidas pues muchas panaderías se encontraban en poder de mujeres ya que Samayoa (Op. Cit. 190) menciona que, en un padrón verificado

el año de 1814, de 30 panaderías de la ciudad, 14 eran de propiedad femenina.

El pan ha sido relevante también desde el punto de vista del cristianismo. La religión cristiana está llena de referencias y simbolismos sobre este alimento. En la Biblia la primera mención que se hace del pan es en el libro del Génesis cuando Dios echa a la primera pareja del jardín del Edén por haber desobedecido y le dice a Adán: "con el sudor de tu frente comerás el pan hasta que vuelvas a la tierra" (Gén. 3, 19). En la Pascua de la liberación, previo a ser sacado el pueblo de Israel, de Egipto, Dios habló a Moisés y a Aarón y les dio instrucciones para que la congregación de Israel tomara un cordero por familia para degollarlo y comer la carne asada al fuego la cual debían, según (Éxo. 12, 3, 7 y 8) "comerla con panes sin levadura y con hierbas amargas". En el mismo relato contenido en el libro del Éxodo se cuenta que Dios les mandó conmemorar como estatuto perpetuo el día que mató a los primogénitos en Egipto y les dijo: "siete días comeréis panes sin levadura" (12, 15). Y, cuando el pueblo de Israel murmuró contra Moisés y Aarón en el desierto, reclamando por qué los había sacado de Egipto, donde comían carne y pan hasta saciarse, Jehovah dijo a Moisés: "He aquí, yo haré llover para vosotros pan del cielo" (16, 4). Dios les envió por las tardes carne y para el amanecer pan hasta que se saciaran. Y así en muchos pasajes bíblicos desde el Viejo hasta el Nuevo Testamento, se encuentran textos donde se menciona el pan. El propio Jesucristo dijo de sí mismo: "Yo soy el pan vivo que descendió del cielo; si alguno come de

¹² AGCA. A1.2. Exp. 15714. Leg. 2178.

¹³ AGCA. A1.16.9 Exp. 17162. Leg. 2312

este pan, vivirá para siempre. El pan que yo daré por la vida del mundo es mi carne” (Juan 6, 51). Bendijo el pan y el vino que fue el alimento de la última cena (Mateo 26, 26; Marcos 14, 22; Lucas 22, 19).

El pan en la cultura popular guatemalteca

Durante la época prehispánica las culturas se fusionan y dan origen a otras. Grupos con tradiciones homogéneas y diferencias regionales interactúan y se enriquecen. La invasión española y 300 años de dominación, impactaron las culturas indígenas a través de la introducción de nuevas formas de vida. Sin embargo, los indígenas preservaron rasgos y sistemas culturales propios y se fueron apropiando de rasgos culturales extranjeros. El trigo traído por los conquistadores comparte, con el maíz, significados sociales y por consiguiente, lo adoptaron para su beneficio, siendo el maíz y la tortilla los alimentos de mayor consumo entre los guatemaltecos. El pan de trigo llegó a ser un alimento exquisito en la cultura popular guatemalteca al cual le añadieron propiedades organolépticas como el sabor, olor, diseños culturales propios y creando formas únicas.

Anís, ajonjolí, canela, almendra, linaza, vainilla, frutas deshidratadas, naranja, banano y chocolate, entre otros ingredientes, dieron sabor y aroma al pan guatemalteco. Aunque algunos creen que aumenta la talla, el pan es un alimento básico imprescindible en los hogares de los distintos estratos sociales. En el área urbana su presencia marca el ritmo de cada día en el desayuno,

almuerzo, cena y refacción. (Refrigerio). En las áreas rurales el pan no es de consumo cotidiano, el pan de cada día lo constituye el maíz. Se come pan cuando se va al pueblo y se compra o cuando se prepara en casa en forma artesanal, preparado por las mujeres; abuelas, madres e hijas como es el caso del pan que dio origen a este artículo.

Los guatemaltecos consumen pan en las celebraciones de cumpleaños, primeras comuniones y, en las grandes celebraciones, no puede faltar el pastel de diferente forma, tamaño y decoración. En las ferias cantonales abundan los molletes, buñuelos, rosquillas de colores, los panes francés, pirujos o desabridos, con pollo, jamón, chile relleno, pierna, huevo, chorizo, queso, frijoles volteados, carne adobada y guacamole. En los hogares de las áreas urbanas, no falta el café acompañado de pan dulce: churros, hojaldras, conchitas, besitos, champurradas y la torta, son unos pocos nombres que fusionan ingenio lingüístico y sabor popular. Existen otros bocados populares que reúnen en sincretismo cultural los granos básicos nativos e importados, como el tamal que se come los días sábados acompañado de café y pan.

Datos de la informante

Doña Graciela López Pineda de Rivera, nació en la aldea La Pastoría, municipio de Oratorio, departamento de Santa Rosa. Tiene 58 años de edad. Su niñez la pasó en la finca El Potrerillos, Oratorio, Santa Rosa. Estudió hasta sexto grado de primaria en la Escuela Rural Mixta Mariano Gálvez, Oratorio. Se unió con

don Baudilio Rivera originario de aldea Pinal, Comapa, Jutiapa con quien procreó ocho hijos. Cuenta doña Graciela que su esposo llegaba todos los años en el mes de mayo a sembrar maíz y frijol en tierras arrendadas al dueño del Potrerillos. A finales de octubre y principios de noviembre llegaba a recoger la cosecha y así fue como la conoció. En 1970 se trasladó con su esposo a Pinal, donde compartió la misma vivienda por varios años con su suegra, quien le terminó de enseñar el arte de elaborar pan de mujer, además de otras comidas propias de la aldea. Según indicó no le fue difícil aprender ya tenía algunos conocimientos pues desde niña ayudaba a su madre a preparar el pan de la *Noche Buena*, *Semana Santa*, *cumpleaños o cabos de años*. Tiene 25 años de elaborar pan, conocimiento que ha transmitido a su única hija quien continuará con la tradición lo cual garantiza la pervivencia de la producción artesanal del pan de mujer.

Elaboración del pan artesanal de doña Graciela López Pineda

Los ingredientes que se necesitan para elaborar el pan casero o pan de mujer como lo llaman las mujeres de la aldea, son: harina, huevos, azúcar, manteca, margarina, granitos de sal y levadura en polvo (royal).

El ácido

El primer paso es la preparación del ácido, que consiste en mezclar harina con agua para descomponer los azúcares de la harina y formar la levadura. La olla para esta parte del proceso debe ser de

barro, sin barniz, solo cocida, (técnica terracota), la cual se reconoce porque es *coloradita*. Se usa para el ácido y levadura. El ácido lo prepara con ayuda de su esposo, don Baudilio Rivera, quien le echa el agua poco a poco mientras ella revuelve con las manos la harina hasta darle la consistencia deseada. La cubre con una manta de algodón y la deja en reposo toda una noche. Al día siguiente, a las diez de la mañana, prepara la levadura sobre el ácido. Le agrega la misma cantidad de harina que utilizó para el ácido y con agua la va mezclando hasta lograr una pasta homogénea. Deja reposar el resto del día, hasta mezclarla con la batida de huevos y azúcar, que doña Graciela llama *resenta*. La olla de barro es exclusivamente para leudar la levadura si la olla *está buena*, es decir si se usa con frecuencia y tiene varios años de estar en uso, *como la mía que tiene 25 años, se puede hacer levadura de un día para otro*. Cuando se deja de leudar levadura, según doña Graciela, *la olla pierde fuerza y para que no pierda fuerza debe hacerse pan con frecuencia*. Si la olla es nueva, es necesario prepararla.

Curar la olla

La preparación de una olla pequeña requiere una libra de harina, suficiente para preparar el ácido que se deja durante varios días hasta que alcanza un grado de acidez que la panadera reconoce por el olor fuerte que expide. Entonces, con el mismo ácido se embadurna toda la olla desde el fondo hasta la orilla y se deja reposar durante quince días. Después de ese tiempo está lista para preparar levadura. A este procedimiento se le

llama *curar la olla*.

La masa

La cantidad de ácido para preparar la levadura para el pan, depende de las libras de harina que se utilizarán. La artesana indicó que para 12 libras de harina se reservan seis para la levadura y se procede de la siguiente manera: para hacer el ácido se toman tres libras de harina, se ponen dentro de la olla, se agrega agua lentamente, se mezcla con la mano hasta producir una pasta homogénea no aguada, no sólida sino que blanda. Se tapa con una manta de algodón y se deja reposar toda la noche.

Al día siguiente, por la mañana, se prepara la levadura. En la misma olla que contiene el ácido, se incorporan otras tres libras de harina, se agrega el agua necesaria de modo que la mezcla quede suave al tacto, *que no quede ni dura sino que término medio*, y se deja reposar el resto del día. Las seis libras restantes se guardan para majar toda la mezcla que dará origen al pan.

En tanto la levadura está en reposo, doña Graciela se dedica a los quehaceres propios del hogar y, al terminar, por la tarde, prepara una olla grande de barro, que usa exclusivamente para el batido de las claras de huevo. Según indicó, en la olla de barro la mezcla abunda en tanto que en olla de peltre no abunda porque es *muy helada*. Para batir los huevos usa un molinillo de madera, el cual lava cuidadosamente junto con la olla y los pone a escurrir. Prepara los huevos a utilizar, el azúcar, un recipiente y un banco para sentarse. Se encierra en una

habitación para que nadie la interrumpa ya que si alguna persona entra y viene enojada o sudando, *le hace ojo* y se echa a perder la mezcla porque *el huevo se vuelve pura agua y se arruina el pan*. *La nuera mía le hace ojo al huevo, ella no puede ver que yo esté majando pan porque aguada el huevo. Cuando uno no le hace ojo a las cosas, es bonito porque de todo puede ver uno.*

Durante la entrevista, en la habitación solo estábamos la panadera, la investigadora y la fotógrafa. Doña Graciela acomodó la olla en el piso, se sentó y procedió a quebrar los huevos, uno por uno, dejándolos caer suavemente en la cuenca de su mano izquierda y con un suave movimiento de la mano, el huevo llega a sus dedos que están entreabiertos, la clara resbala y cae dentro de la olla y la yema la colocó en un recipiente de loza. Siguió el mismo procedimiento hasta terminar el último huevo. Luego tomó su molinillo, lo introdujo en la olla, lo sujetó con las dos palmas de sus manos extendidas y comenzó a batir las claras vigorosa y uniformemente. En el extremo inferior, el molinillo tiene ensambladas dos piezas de madera que forman cuatro aletas las cuales producen un movimiento centrífugo de las claras que, con el vaivén del molinillo, va dándole consistencia a las claras hasta llevarlas a punto de nieve. Cuando las claras llegan a este punto, se incorporan las yemas y se continúa batiendo suavemente, casi por encima sin tocar el fondo de la olla, hasta integrarlas totalmente. Se agrega una libra de azúcar y se bate hasta el fondo de la olla para disolver el azúcar. A esta mezcla, doña Graciela le llama *resenta*.

Luego, su hija Mirza tomó la olla que contenía la levadura, remojó la orilla de la olla con la mano y dejó caer la levadura en la olla que contenía la resenta. El remojo del borde de la olla se hace necesario para que la levadura resbale y el vaciado se facilite. Al caer toda la levadura se continúa mezclando hasta revolverla completamente. A esta mezcla de huevos, azúcar y levadura, la artesana le llama *presa*¹⁴. La levadura se vacía directo de *olla a olla*. El residuo de levadura que queda en la olla se retira con la mano. Según indicó doña Graciela, la levadura no se puede vaciar con cuchara, palangana u otro utensilio porque daña la olla. Finalmente, retiró y limpió el molinillo de la mezcla, cubrió la olla con una manta de algodón y la colocó sobre una mesa donde pasó toda la noche reposando a temperatura ambiente. La olla de la levadura se guarda con un revestimiento de la misma levadura para que guarde, según la panadera, *la fuerza y olor*. Cuando se vuelve a usar para preparar levadura, se lava solamente con agua. Los demás utensilios usados en la elaboración del pan, artesa, molinillo, cazuelejas y olla del batido, se lavan muy bien con agua y jabón. A la mañana siguiente, el esposo buscó la leña para el horno. Doña Graciela informó que solo utiliza leña podrida porque *así acostumbro mi horno, arde más rápido y se usa menos leña*. En tanto el esposo buscaba la leña, sacó las cazuelejas las limpió con una manta de algodón les untó manteca de marrano que esparció con sus dedos

¹⁴ Tajada, pedazo o porción pequeña de algo comestible. Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua.

en la superficie del molde y a los lados para evitar que el pan cocido se quede pegado en la cazueleja. De esta manera, quedaron listas para colocar la mezcla de pan crudo. Seguidamente, preparó la artesa¹⁵ y vació las seis libras de harina que había reservado cuando preparó la levadura. Extendió la harina en la artesa, le agregó sal, azúcar, royal y mezcló uniformemente. Seguidamente, su hija Mirza vació la *presa* sobre estos ingredientes y continuó amasando suavemente hasta lograr incorporar todos los ingredientes para lograr una masa de consistencia suave al tacto. Luego, le agregó la manteca de marrano y mantequilla previamente derretida en fuego de leña y continuó mezclando suavemente *como dándole aire porque no se puede majar fuerte, el movimiento en la artesa es suave*. A este proceso de mezclar todos los ingredientes, la artesana le llama *revuelto*, que es el pan crudo.

Llenado de las cazuelejas

Una a una la artesana llena las cazuelejas con el *revuelto*. Toma entre sus manos una porción de pan crudo que, según informó, ya tiene calculada y que garantiza que no sobrepasará el borde de la cazueleja y la coloca al centro. Luego, con un movimiento de cernido, el *revuelto* se desplaza y cubre toda la base del molde. Cuando todas las cazuelejas a usar están llenas, se dejan reposar de dos a tres horas para que el pan *crezca y suelte su olor*. El reposo es necesario para que

¹⁵ Cajón cuadrilongo, por lo común de madera, que por sus cuatro lados va angostándose hacia el fondo. Sirve para amasar el pan y otros usos. Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua.

la levadura surta efecto y cumpla con su función que es la de duplicar o triplicar el volumen inicial de la masa. La mejor levadura es la preparada en casa aunque es un proceso más laborioso pero garantiza que los panes hechos en forma artesanal no solo son más agradables sino que duran unos ocho días sin perder su consistencia, sabor, aroma y suavidad.

Preparación del horno y cocción del pan

Con la leña que recolectó el esposo, colocó una cantidad de leños calculados por la experiencia de la panadera, si el horno es grande consumirá más leña. Con unas rajitas de ocote, prendió fuego a la leña y esta ardió hasta consumirse en su totalidad. Mientras la leña ardía, preparó la escoba para barrer el piso del horno. El barredor, como le llama la artesana, se hace utilizando un palo macizo de aproximadamente seis pulgadas de diámetro y dos metros de longitud. En uno de los extremos se ata firmemente un manojo de cogollos de hojas verdes de aproximadamente 20 pulgadas de largo. Los cogollos se cortan de un árbol de nombre naranjillo (*Capparis Verrucosa*), que crece en la región. La razón por la cual se usan hojas verdes es para evitar que se quemen en el proceso de barrer las brasas, lo cual impediría dejar limpio el piso del horno. Cuando toda la leña se ha consumido y solamente quedan las brasas, es el momento de barrer el interior del horno. Se introduce el barredor y se arrastran las brasas hacia el lado derecho del horno

donde tiene una ventanilla pequeña en forma de semicírculo llamada *tronera*¹⁶.

Cuando el piso del horno está sin ninguna brasa, se procede a calibrar la temperatura del horno. Para este procedimiento la panadera usa una tusa seca, la cual avienta con fuerza para que llegue al centro del horno. Si la tusa se quema inmediatamente, el horno está muy caliente y hay que esperar unos minutos para que se libere el calor. Se hace la segunda prueba con una tusa remojada, se introduce al horno y se observa, si dora *despacito* hasta que se consume por completo, entonces se sabe que el horno está en su punto para hornear el pan sin *arrebatarlo ni quemarlo*. La tusa cumple la función de un termostato cuya temperatura calcula la panadera. Según comentó, cuesta hacer pan sobre todo cuando es verano por el excesivo calor propio de esta región del oriente de la República.

El paso siguiente es colocar cazuela por cazuela sobre la pala de madera para llevarlas al interior del horno donde son colocadas una a la par de la otra, desde el fondo, hasta llenar toda la superficie. Se tapa la boca del horno con un comal de hojalata y la orilla se cubre con hojas verdes del mismo naranjillo, en forma de corona. Esto se hace para evitar que el calor se escape y entibie el horno lo cual dejaría un pan cocido por encima y crudo por adentro. El pan permanece dentro del horno de 25 a 30 minutos, tiempo justo para hornearse. Se

¹⁶ Ventana pequeña y angosta por donde entra escasamente la luz. Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua.

remueve la tapadera y, con la misma pala que sirvió para introducir las cazuejas con el pan crudo, se sacan del horno con el pan horneado. Se colocan alrededor del horno y se dejan enfriar. Cuando está tibio, con un cuchillo se hace un corte a la mitad de la cazueja y se extraen del molde dos mitades simétricas que se colocan en un canasto previamente preparado con un mantel grande que permita cubrirlo en su totalidad, se guarda y puede permanecer ocho días en perfecto estado sin alojar moho. Además de pan, doña Graciela sabe hacer salporas, marquesotes, cemitas, quesadillas, pan de maíz y otras delicias a base de harina.

Recetario

Marquesotes

Ingredientes

7 libras de harina de arroz quebrado
2 docenas de huevos
1 jugo de naranja pequeño
2 vasos de agua de canela
1 jugo néctar de piña
Azúcar al gusto

Procedimiento

Se limpia el arroz removiendo toda piedrecita y basura. Se lava, se vuelca en un canasto para que escurra el agua y se pone a secar al sol. Cuando está seco, se tritura en piedra de moler y se repasa hasta que la harina quede fina. Se pone a hervir agua para unos dos vasos de agua de canela. Se prepara el jugo de naranja, de preferencia natural, en su defecto puede usarse jugo envasado

y el jugo de piña. Se prepara la olla y el molinillo. Al mismo tiempo que se batien las claras de huevos, otra persona se encarga de encender la leña del horno. Conforme se va batiendo se agrega por pocas cantidades, el agua de canela hasta terminarla. Según la informante, el agua de canela minimiza el olor a huevo. Al llegar a punto de turrón, se incorporan las yemas y se continúa batiendo. Y, con ayuda de otra persona que le incorpora el azúcar y echa la harina en su totalidad, sin dejar de batir le agrega los demás ingredientes. La persona que enciende el horno es la encargada de barrerlo, limpiar las cazuejas, untarles manteca y tenerlas listas para verter la mezcla ya que la hechura del marquesote es muy delicada pues no se puede demorar. Es batiéndolo, revolviéndolo, echándolo a las cazuejas y directo al horno. Se esperara de 20 a 25 minutos.

Cemitas

Ingredientes

10 libras de harina de maíz salpor
1 ½ docenas de huevos
3 libras de azúcar
1 pizca de sal
4 onzas de royal
1 ½ botella de manteca
1 litro de agua

Procedimiento

Limpiar y dorar el maíz en comal de barro, moler en motor de nixtamal. Pasar la harina en colador de cedazo. Con el litro de agua se hace la miel agregándole la libra y media de azúcar

y canela. Se pone a hervir para que la canela despidiera su aroma, se deja enfriar. En la artesa se pone la harina de salpor, la libra y media de azúcar sobrante, las cuatro onzas de royal y la manteca de marrano se mezclan hasta integrar todos los ingredientes. Con el agua de miel se amasan los ingredientes de la artesa hasta formar una pasta suave. Se le incorporan los huevos que ya están batidos y se continúa mezclando. Se prueba la sazón, se toma una fracción de la mezcla y se tortea. Al centro se le pone mezcla de pan de mujer y se le da forma redonda. Se colocan tantas como quepan en la cazuela. Cuando se hace pan se hacen las cemitas ya que llevan al centro mezcla de pan. Se introducen al horno y estarán listas en 30 minutos.

Salporas

Ingredientes

5 libras de maíz salpor
1 botella de manteca y tres barras de margarina
1 docena de huevos
Azúcar al gusto
Una pizca de sal
2 onzas de royal

Procedimiento

Limpia y dora el maíz. Se muele en motor de nixtamal y se cuela la harina en colador de cedazo. En una artesa o un baño grande que permita amasar, se coloca la harina y se hace una hondonada para quebrar los huevos sin separar la clara de la yema. Se mezclan con la harina hasta integrarlos por completo, se agrega el azúcar, la sal, el royal,

se amasa nuevamente, se adiciona la manteca y margarina, se prueba la sazón. Se toma una pequeña porción de la masa, se tortea dándole forma ovalada de aproximadamente 4 pulgadas de largo. Se decora la parte superior de la torta usando para ello una mazorca, la cual se desliza sobre un lado de la torta y quedan marcados los granos. Se colocan en las cazueles y se hornean por 30 minutos.

Pan de maíz

Ingredientes

2 libras de masa de maíz
2 libras de queso oreado
2 libras de requesón
3 vasos de crema
Azúcar al gusto
2 onzas de royal
Granitos de sal.

Procedimiento

Un día antes se cuece el maíz con cal. Al día siguiente se lava y se lleva al motor de nixtamal para molerlo. La masa se repasa nuevamente en la piedra de moler para hacerla más fina. Se pasa el queso en la piedra de moler, se coloca en un balde junto con la masa, se incorporan los demás ingredientes y se mezcla vigorosamente. Se prueba la sazón, se llenan las cazueles y al horno. Se espera de 25 a 30 minutos.

Quesadillas

Ingredientes

3 libras de arroz
3 libras de queso
3 libras de requesón
3 vasos de crema

Azúcar al gusto

Procedimiento

Limpia, lavar y poner a secar el arroz. Molerlo en piedra de moler, repasar varias veces hasta conseguir una harina fina. Cernir en colador de cedazo. En una palangana grande mezclar los lácteos y, luego, incorporar la harina y los demás ingredientes. Se mezcla hasta conseguir integrar toda la masa. Esta mezcla se deja en reposo toda la noche y al día siguiente, muy temprano, se prepara el horno tal y como se describió en la horneada del pan y en tanto la leña se consume se preparan las cazuelejas a las cuales se les unta un poquito de aceite. Se coloca al centro una porción de la mezcla y se riega con un movimiento de cernido hasta cubrir toda la base de la cazueleja. Se meten al horno y en 35 minutos están horneadas.

Comentario final

Con seguridad se puede hablar de una cultura del pan en Guatemala ya que constituye un alimento popular que ha generado formas culturales en cada región. Es indispensable en la dieta con influencia occidental. Revisten especial relevancia los aportes indígenas y mestizos en las formas y sabores desde los primeros tiempos de la Colonia hasta nuestros días. Por otra parte, el ingenio de los panaderos ha creado variedades de panes que han sido objeto de un sinnúmero de nomenclaturas; así como dichos, poemas como Farewel, de Nefalí Ricardo Reyes más conocido como Pablo Neruda, en una de sus estrofas dice: “amo el amor que se reparte en besos, leche y pan”; canciones románticas; como Trigoal, interpretada por Sandro de América, que en una de

sus estrofas dice: “dame el trigoal de tus amores para calmar viejos dolores con el pan de tu trigoal”; canciones infantiles y chistes, entre otros.

El Área de Artes y Artesanías Populares del CEFOL, a través de esta publicación, hace loor al pan artesanal tradicional, patrimonio cultural de los guatemaltecos y del mundo que durante siglos ha estado presente en la mesa de los hogares, por lo tanto merece el rescate como expresión cultural y elemento de identidad de la humanidad.

Bibliografía

Castro Ramos, Xochitl Anaité: “Propuesta de reglamento para la mejora de viviendas en el municipio de Comapa, departamento de Jutiapa, para reducir el riesgo asociado a la enfermedad de chagas”. Tesis de Grado. Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales. Universidad Mariano Gálvez de Guatemala, 2012.

Cortés y Larraz, Pedro: Descripción Geográfico-Moral de la Diócesis de Goathemala. Biblioteca Goathemala, Sociedad de Geografía e Historia de Guatemala Volumen XX, dos Tomos, Tipografía Nacional, Guatemala, 1958.

Dary, Claudia y Aracely Esquivel: Las labores de jarcia en Comapa. Jutiapa, Guatemala. Boletín La Tradición Popular No. 41/1983. Centro de Estudios Folklóricos. Universidad de San Carlos de Guatemala.

Diccionario de la Real Academia

Española de la Lengua. 22ª edición.
Consultada 27-5-2013.

Gall, Francis (Compilador): Diccionario Geográfico de Guatemala. Tomo I. Tipografía Nacional de Guatemala. 2000.

González Morales, Ricardo Antonio: "Actualización de la composición proximal del pan de consumo popular en Guatemala". Tesis de Grado. Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia. Universidad de San Carlos de Guatemala, 2004.

La Santa Biblia. Versión Reina Valera Actualizada, Editorial Mundo Hispano, Texas, USA. 1990.

Rodríguez Rouanet, Francisco: Diccionario Municipal de Guatemala. 2ª edición. Instituto de Estudios y Capacitación Cívica, Fondo de Cultura Editorial, Guatemala, 1996.

Torres Valenzuela, Artemis: El pan artesanal símbolo de la cultura gastronómica de Jutiapa. Boletín La Tradición Popular No. 176, Guatemala, Centro de Estudios Folklóricos, 2008.

Samayoa Guevara, Héctor Humberto. Los gremios de artesanos en la ciudad de Guatemala (1524-1821). Editorial Universitaria. Guatemala, 1962.

Documentos por medios electrónicos

Escalante Herrera, Marco Antonio: "Comapa" disponible en http://www.comapa.com/m_escalante_herrera/comapa. Consultada el 26-05-13.

<http://www.alimentacion-sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/comonaciopan.htm>

Consultada el 28-05-13

<http://www.historiacocina.com/historia/pan/panroma.htm>. Consultada el 08-05-13

Documentos de archivo

AGCA. A1.2. Exp. 15714. Leg. 2178.

AGCA. A1.16.9 Exp. 17162. Leg. 2312

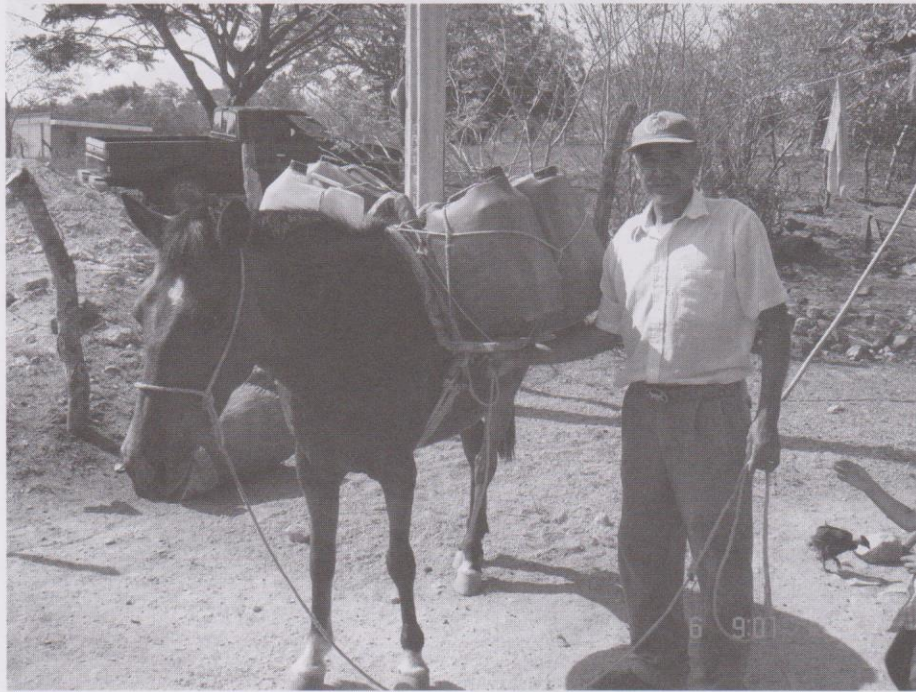
Fotografías: Kandy Carolina Muñoz Guerra.



Nacimiento de agua donde las mujeres se abastecen de agua.



Las mujeres y la investigadora esperan turno para llenar los cántaros en el nacimiento.



Don Baudilio Rivera acarrea agua desde el manantial del caserío las Barrancas.



Doña Graciela López Pineda
con artesa llena de arroz quebrado.



Mezcla de la masa del pan crudo.
Su hija Mirza incorpora harina.



Olla que contiene el ácido. Doña Graciela
agrega harina para formar la levadura.



Mezcla del ácido y levadura.



La artesana pesa harina para preparar levadura.



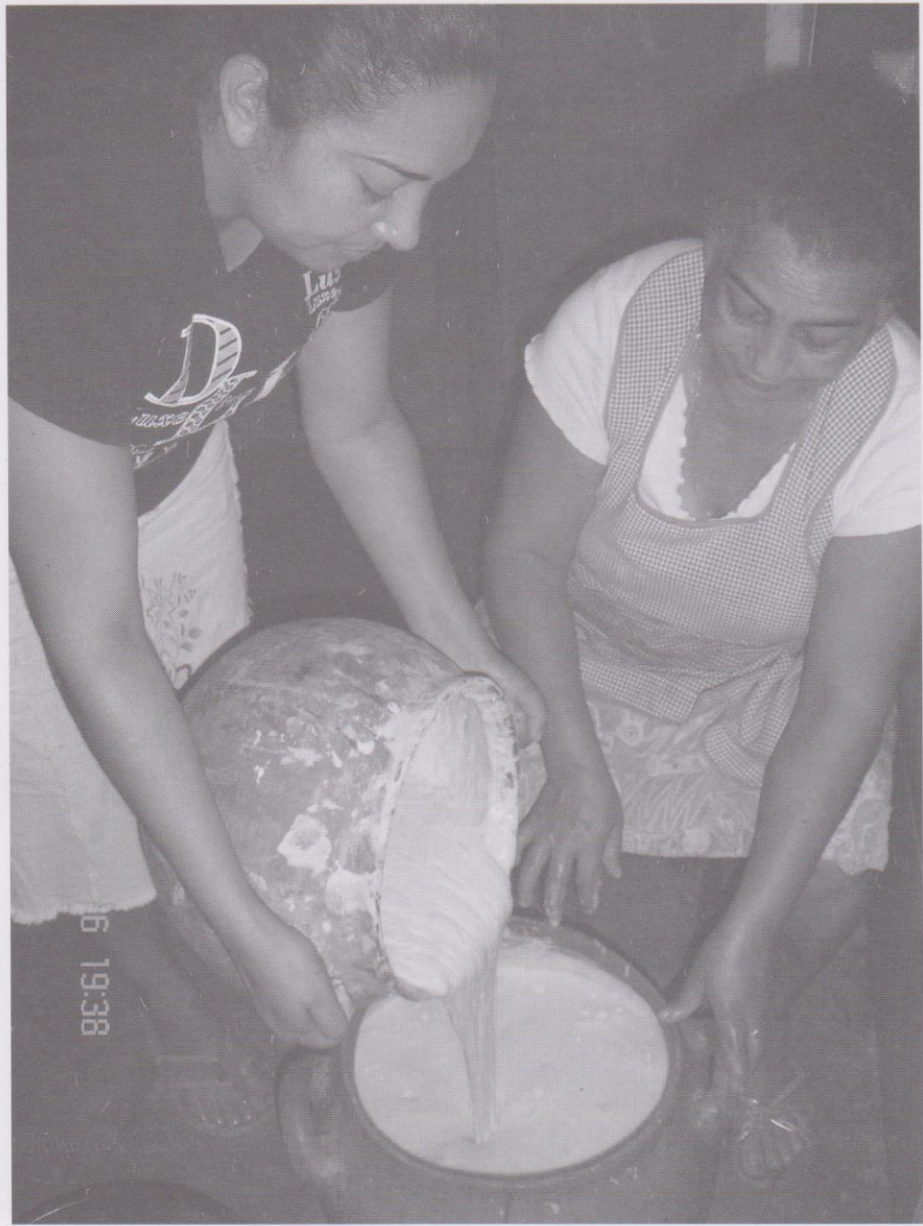
La artesana quiebra los huevos para batir las claras.



Bate las claras de huevo con ayuda del molinillo.



Incorporación de las yemas.



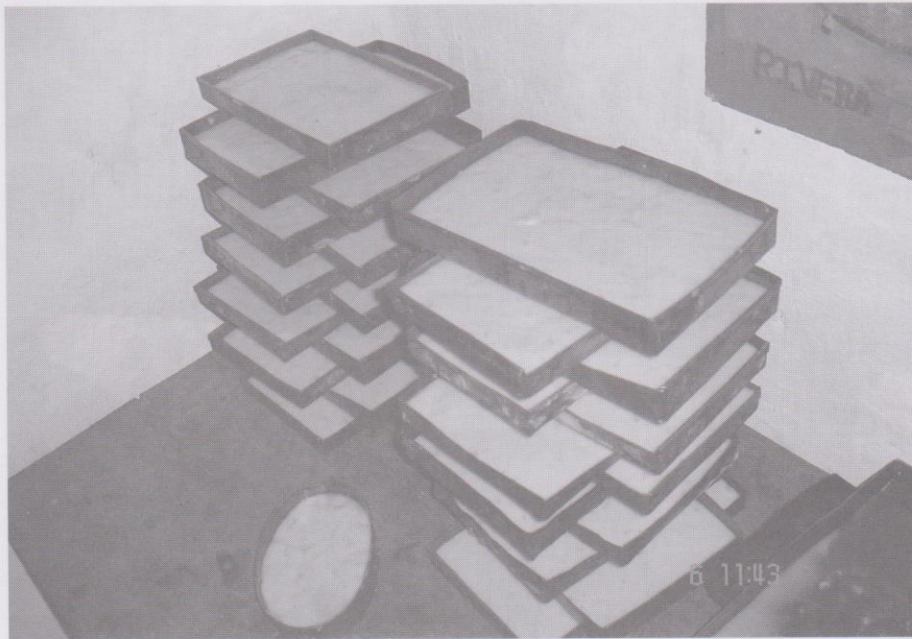
Mirza vacía la levadura en la olla del batido de huevos.



Madre e hija en el amasado del pan.
La hija vierte la presa.



La investigadora muestra una cazuela con pan crudo.



Cazulejas con pan crudo en reposo para que la levadura surta efecto.



Preparando el barredor del horno.



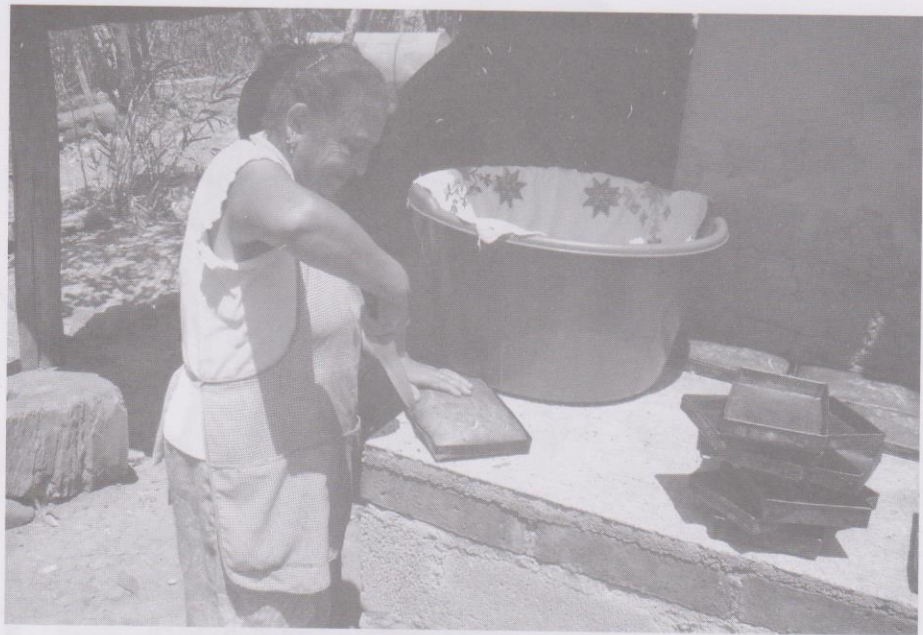
La panadera introduce leña al horno.



Introduce el pan crudo al horno.



El pan horneado. Doña Graciela cuida el producto mientras se enfría.



Corte del pan para guardarlo dentro de un canasto.



Cazulejas con salporas.