

Sabores compartidos del Caribe afroandaluz. Veracruz y La Habana

Mayabel Ranero Castro

Desde una perspectiva europea, el descubrimiento del continente americano estuvo inspirado por el perfume. El deseo de pimienta y clavo movieron a marinos y cosmógrafos a buscar una ruta más corta para acceder a las zonas especieras de India y China, espíritu bajo el cual se realizaron viajes de descubrimiento y conquista que contribuyeron a ampliar los límites del mundo hasta entonces conocido. El océano Atlántico se tornó así espacio privilegiado de tránsito, comunicación y dominio del Imperio hispano, en el que se puede marcar un ámbito de estrechos contactos socioculturales, puntos de cruce en la comunicación entre el Nuevo y el Viejo Continente: es el Caribe afroandaluz (García de León, 1992), circundado por el continente americano y la pléyade de ínsulas antillanas, en cuyas márgenes se fundaron una serie de puertos que en conjunto formaron un circuito comercial, social y político, en el cual floreció la ingente labor de gobernar y comunicar los dominios coloniales con la distante metrópoli española. Los puertos caribeños fueron entornos privilegiados de encuentros, mezclas y amalgamas sociales que en las cocinas generaron sintéticas, coloridas y fragantes expresiones.

Focalizaremos la mirada en los entornos porteños de La Habana y Veracruz. Escalas vitales en la carrera a las Indias, eran sitios de reposición de naves y tripulaciones, almacenes comerciales, fortificaciones y hospitalidades. Desde su fundación, ambos puertos guardaron relaciones estrechas, numerosas similitudes y también diferencias que buscaremos atisbar por medio de sus tradiciones culinarias formadas desde los años coloniales, las cuales gestaron ciertos gustos, usos y prácticas culturales que, de uno u otro modo, se han mantenido hasta el presente. La llegada en el siglo XIX de influjos estadounidenses, franceses —y

chinos para el caso cubano— incorporó elementos nuevos a la degustación de las cocinas porteñas, que se amalgamaron al calor de las numerosas transformaciones sociales, estéticas y nutricias.

LA MAR OCÉANO EN LA FORMACIÓN DEL IMPERIO HISPANO

En el cenit del siglo xv, una España apenas unificada bajo los Reyes Católicos se proclamó dueña de territorios ultramarinos que con el tiempo se fueron develando como un enorme continente, cuya extensión y riqueza sobrepasaban con mucho a la metrópoli hispánica. El primer sitio descubierto por Cristóbal Colón fue la isla La Española, desde cuya capital, Santo Domingo, se realizaron las labores exploratorias a las restantes islas antillanas: Cuba, Jamaica y Puerto Rico. El centro económico más importante de América, al despuntar siglo xvi, fue Santo Domingo, fundado en 1502. Rendía a la Corona una regular producción de oro y perlas preciosas, pero el agotamiento de los lavaderos de oro y la mortandad de la población nativa por alta explotación impulsaron al grupo empresarial allí asentado a la diversificación económica hacia las labores agrícolas, al tiempo que, al primer tercio del siglo xvi, se iban descubriendo los perfiles de la tierra firme. Las numerosas expediciones alcanzaron su cúspide cuando Hernán Cortes logró conquistar el rico Imperio azteca, que no tuvo parangón en extensión, riqueza y refinamiento con empresa precedente.

Después de Santo Domingo, se estableció San Juan de Puerto Rico en 1511. La Habana y Veracruz se fundaron hacia 1519, mientras que en la vertiente atlántica del istmo panameño se fundó, en 1509, Nombre de Dios, suplantado en 1540 por Porto Belo. Cartagena y La Guaira, por su parte, se fundaron hacia 1532. El conjunto de tales puertos del Caribe afroandaluz formó un circuito comercial, social y político que tuvo caracteres comunes y diferencias regionales.

Hacia la mitad del siglo xvi, se instauró el llamado circuito del norte del Mediterráneo americano, signado por los puertos de Veracruz y La Habana, a través de los cuales se realizaba el tráfico entre Nueva España y Europa. Las ingentes cantidades de riquezas que por allí circulaban despertaron el interés de otras Coronas europeas, como la inglesa, la francesa y la holandesa, las que en los hechos le rebatieron a España su beneficio monopolístico de los recursos americanos. Así, la piratería se aposentó en el Caribe, redistribuyendo los recursos por medio del ataque a barcos en alta mar y puertos ricos, lo que orilló

a la Corona española a emprender obras defensivas en los puertos, así como a acompañar con naves de guerra a los navíos mercantes.

A partir de 1561 y hasta 1620, se estableció el sistema de flotas. Un convoy pasaba al sur de La Española dirigido hacia Cuba y por el canal de Yucatán se dirigía Veracruz. Otra escolta seguía una ruta meridional hacia el istmo centroamericano, anclando en Porto Belo. La flota estableció relaciones jerárquicas entre los puertos, lo que benefició notablemente a La Habana, que a partir de entonces creció en tamaño e importancia. Además de tales circuitos de navegación establecidos legalmente, existían rutas de contrabando en las pequeñas islas caribeñas. Este comercio generalmente era de rescate —casi sin moneda fuerte—, pero movía cueros, azúcar y cacao. El otro circuito era el de las islas Canarias hacia América, que abastecía de vinos, harinas y otros géneros en el viaje de ida, aprovechando la ligereza de las naves.

En el sentido de Europa hacia América, la flota traía productos del Viejo Continente: textiles de lana, todo género de herramientas y herrajes, brocados flamencos y sobre todo los productos alimentarios hispánicos tan valorados en ultramar: aceite de oliva, aceitunas, vinagres, vinos y caldos varios, turroneos y confituras, frutos secos, etcétera. En el sentido contrario, se enviaban millonarios cargamentos de plata, oro, artículos tintóreos muy valorados por la industria textil mundial —como la cochinilla grana, el palo de tinte y el añil—, productos medicinales —como el guayaco (*Guaiacum officinale*), la jalapa (*Ipomea purga*), la zarzaparrilla (*Smilax aspera*) y las quininas o chinchonas (*Cinchona officinalis*)— y el seductor cacao americano, que embrujó al mundo entero.

Al tiempo que avanzaba en las labores de colonización estable, profesionalización burocrática y control administrativo, el Imperio hispano seguía apoyando las labores de exploración y descubrimiento. Así, la expedición de Fernando de Magallanes logró completar la vuelta al mundo hacia 1522. En ese orden de ideas, cerca de 1565 se estableció una ruta regular hacia Oriente, que iba del puerto Acapulco al de Manila. Este puerto guerrerense —el más importante en el Pacífico— se comunicaba por vía terrestre con Veracruz, uniendo Asia con Europa, en uno de los primeros vínculos de alcance mundial y mercado globalizado. Desde el Oriente pródigo se embarcaban en la Nao de China (1565-1815) hacia Nueva España, y de allí a Europa, productos suntuarios como sedas, porcelanas, maderas finas y mueblería de lujo, enconchados, marfiles devocionales, jade, papel y aceites aromáticos. En cuanto a productos

alimentarios, de Asia salieron todas las variedades de mango que disfrutamos en México (*Mangifera indica*), especies de palma y cocoteros (*Cocos nucifera*), el tamarindo (*Tamarindus indica*) y las apreciadas especias de canela, pimienta, clavo y nuez moscada (*Myristica fragrans*) (Bernabeu, 2013).

La Nao permitió la comunicación este-oeste, lo que benefició a todos los puertos, tanto del litoral Pacífico como del Caribe afroandaluz, que recibían gota a gota las ventajas de comerciar los exquisitos productos orientales, lo anterior mucho enriqueció al patrimonio gastronómico mundial, en especial al mexicano, que tuvo así contacto con las tradiciones y productos chinos, japoneses, filipinos, malayos e indios (Benítez Muro, 2001).

INGREDIENTES DE LAS RECETAS MESTIZAS

Los puertos fueron lugares de paso de personas, ideas y mercancías; entornos privilegiados para el contacto y la inventiva de toda índole, donde además de recibir elementos exógenos que asimilaban e incorporaban, contaban con sus propios elementos identitarios. Por ejemplo, los puertos de España, en particular Sevilla y Cádiz, así como otras ciudades andaluzas, tenían una ancestral herencia gastronómica de raíz árabe. Los moros habían dominado la porción meridional de la península hispánica entre los siglos VII al XV, formando en al-Ándalus un conjunto de sociedades sofisticadas que cultivaron el placer culinario con ingredientes que pasarían luego a identificar metonímicamente lo más brillante de la culinaria hispánica: son de raíz arábiga el café, el arroz, las almendras, las alcaparras, las naranjas y limones, los alcoholes de caña y las hojas fragantes como la albahaca (*Ocimum basilicum*) y la hierbabuena (*Mentha sativa*). A todo ello se aunaron los elementos de origen hebreo, en el procesamiento de lácteos, huevos y volatería. En las costas mediterráneas, de Andalucía a Valencia y Cataluña, los productos del mar fueron aprovechados para realizar platos especiados y gustosos como las calderetas de pescados, paellas y fideuás.

La cocina hispánica que se exportó por los puertos andaluces se integraba con elementos básicos de identidad mora y judía, aunada a los elementos de raigambres íbera, romana y goda. De esta herencia centenaria provienen el trigo y la vid, cuya importancia civilizatoria ha sido vastamente estudiada (Chaunu, 1985, p. 225-257). La harina de trigo es base del pan de Castilla, con

levadura, así como los panes enriquecidos con manteca y aceite de oliva, los panecillos fritos —churros y buñuelos—, los llamados panes de sartén y las empanadas y pasteles de carne cocidos en el fogón alto; elementos todos que, unidos al aceite de oliva, al vinagre y al indispensable ajo, constituyen un sustrato culinario vigoroso. En síntesis, ése fue el capital culinario aportado por España al mestizaje alimentario. A cambio recibió un cúmulo de elementos nuevos que enriquecieron no sólo a la Península Ibérica, sino a la dieta y el paladar europeos. Numerosos autores han considerado que los productos animales y vegetales americanos modificaron de forma tan profunda la historia, la dieta y la farmacopea mundiales que es difícil pensar el presente alimentario de alcance global sin ellos (DeWitt, 2014).

Empezaremos mencionando a los dos grandes alimentos de dos civilizaciones americanas mayores: el maíz de Mesoamérica (*Zea mays*) y la papa del mundo andino (*Solanum tuberosum*); base de las dietas de numerosos pueblos americanos, se han aclimatado con éxito en latitudes muy distintas de las originarias, para constituirse en sustento de extensas poblaciones.

El maíz es el pan cotidiano de numerosas culturas americanas, sustento de sus cuerpos y almas. Gracias a un complejo proceso de selección y mejora genética, los antiguos mexicanos hicieron del teocintle primitivo un grano culturizado. En conjunción con el frijol, el chile y la calabaza fue la base nutricional de los pueblos mesoamericanos originarios. Cultivados en milpas, forman un complejo productivo que permite contar con alimento de forma prácticamente permanente. La planta del maíz se consume casi íntegra: sus granos, frescos o secos; las hojas, como envoltorio; las fibras secas, para embalajes y cordeles; las cañas, como forraje; el pelillo, para fines medicinales; el olote, como combustible; y las raíces y desperdicios en suela, como abono para los campos (García, 2003).

La ancestral forma de consumir el maíz en Mesoamérica es una exitosa combinación nutricional devenida en significativa cultural. Es el proceso de nixtamalización, en el que los granos —secos para su mejor conservación— se hidratan mediante una semicocción en un líquido que produce un estado alcalino que libera la niacina para asimilar mejor los nutrientes, pues el grano posee cantidades reducidas de los aminoácidos lisina y triptófano (Iturriaga, 1998, p. 32-48).

La papa, por su parte, es el otro regalo de América al mundo. De procedencia andina, fue domesticada dos mil años antes de la era común, pero su consumo se circunscribía a la zona inferior del Istmo de Panamá. Fueron los europeos quienes la llevaron al Viejo Continente, en el siglo XVI, siendo acogida en Europa del Norte, no sin antes haber debatido largamente respecto de sus bondades nutricionales.

Al lado de estos vitales alimentos, América aportó al mundo el cacao, la vainilla, la fresa, las calabazas, los jitomates, las papayas, los chayotes, junto con una extensa nómina de plantas medicinales, como la zarzaparrilla, el guayaco, la jalapa, la quina o chinchona, cuyo tráfico y comercialización contribuyó a amasar grandes fortunas. Por ello, en la actualidad resulta casi imposible darse idea de cómo pudo alimentarse la humanidad sin los productos americanos, que propiciaron una verdadera revolución en la nutrición del mundo entero (Somolinos, 1971, p. 17).

HISTORIA DE DOS PUERTOS

Las ciudades de La Habana y Veracruz son exponentes de un proceso de formación imperial que, a diferencia de otros anteriores, no gravitaba exclusivamente en una concepción territorial, fluvial o marítima, sino que descansaba en una empresa oceánica que gravaba la impronta de una ocupación territorial de un alcance nunca antes visto (Sorhegui, 2002, p. 23).

Durante la segunda mitad del siglo XVI, crecen la preeminencia de La Habana y de Veracruz en el circuito norte del Mediterráneo americano. Las dos ciudades tuvieron vocación itinerante antes de asentarse definitivamente en los sitios que ahora les conocemos. De Cuba partió Hernán Cortes hacia el oeste y, después de varias incursiones, estableció en el islote de Ulúa una guarnición, fundó la Villa Rica de la Vera Cruz y ahí el primer ayuntamiento en el Nuevo Continente. Una vez hecho esto, se internó hacia la ciudad de Tenochtitlan en la expedición conquistadora que culminó en 1521 con la gran caída de la ciudad lacustre. Veracruz se movió dos veces de residencia antes de asentarse finalmente frente a San Juan de Ulúa, la cual le otorgaba ventajosa protección marítima.

La ciudad de La Habana se fundó en 1519 en la costa de Caribe, mudándose un año después a la costa Norte, frente a la Florida, relativamente cerca del río Almendares. Segunda población hispana después de Santo Domingo, se vio

favorecida por la formación del virreinato novohispano, con el que estableció una relación directa. Por ejemplo, en 1534 el primer virrey, Antonio de Mendoza, decidió que los embarques de plata mexicana llegarían ahí en lugar de Santo Domingo, con el objeto de ahorrar fletes.

La importancia del comercio para ambas poblaciones fue de la mano con sus destacadas posiciones geoestratégicas para la defensa de la navegación marítima en el arco de las Antillas mayores y el Seno Mexicano, como entonces se le llamaba al Golfo de México. Asimismo, debía resguardarse Veracruz, entrada al rico virreinato de la Nueva España. Por ello las dos ciudades construyeron obras defensivas, como murallas circundantes y baluartes, así como los fuertes de San Juan de Ulúa y los castillos del Morro y de la Fuerza, en la mayor bahía habanera. Para ello, concentraron en las zonas portuarias a contingentes de negros, pardos o mulatos, que eran quienes mejor vivían en los rigores del trópico. Esa fuerza de trabajo fue ampliamente usada en la construcción de infraestructura civil y militar, así como en las labores comerciales del desembarco.

En ambos puertos, la población de color se ubicó en los estratos bajos de la sociedad, y aunque en términos proporcionales hay diferencias, en términos reales su influjo fue decisivo en la conformación culinaria de la dieta porteña de raíces afro, indígenas e hispánicas. Por ejemplo, entre 1640 y 1650, había en la costa de Veracruz 6 000 habitantes, la mayoría de los cuales —unos 5 000— eran negros y mulatos, de ellos 4 000 permanecían asentados en el puerto (Rodríguez, 2002, p. 68-70). La Habana, en cambio, era una de las ciudades más populosas del continente. Hacia 1691 contaba con una población, intramuros, de 12 000 habitantes, siendo la mayoría individuos blancos libres, mientras que el 30 por ciento restante lo constituía una población mestiza de indios, negros y mulatos libres, junto a los esclavos dedicados a los servicios o construcciones militares.¹

En La Habana la mayor parte de la población era de origen hispano, pues la ciudad fue el principal foco receptor de la emigración española a la isla, que en México se concentraba en la capital, asiento del Tribunal del Consulado. Mientras que en el puerto cubano se llevaban a cabo las operaciones comer-

1 «En 1760 se estimaba entre 40 000 y 50 000 habitantes, lo cual explica la expansión de sus habitantes hacia zonas rurales, en busca de nuevos espacios para urbanizar, más allá de los muros de piedra que circunvalaban la villa» (García Rodríguez, 2002, p. 87-88).

ciales continentales, en Veracruz sólo se desembarcaban las mercancías y eran enviadas hacia el interior, principalmente a la ciudad de México, donde eran realizadas. Todo ello contribuía a configurarle como una ciudad estacional, de mayoritaria población negra dedicada al comercio, servicios portuarios, milicia y molicie. De ser una ciudad semivacía la mayor parte del año, cuando arribaba la flota se llenaba de arrieros, factores y representantes de casas comerciales, que apresuraban su estancia en la ciudad para no sucumbir a su nocivo temperamento, internándose rápidamente hacia el Valle de México.

El *hinterland* veracruzano no se caracterizaba por su abundancia. Carecía de mano de obra indígena nativa, que durante el periodo colonial fue productora y procesadora de alimentos. Fuera de los recursos obtenidos del mar —desde alimentos hasta materiales para construir, como la coralina piedra múcara—, las tierras aledañas al puerto eran poco aptas para la agricultura, y sólo muy lentamente se fueron desarrollando pequeñas explotaciones de frutas, verduras y hortalizas, cuando el precio de los alimentos suministrados desde el interior se elevó tanto que fue deseable producir alimento a menores costes, cuyas labores agrícolas eran realizadas en su mayoría por pardos y mulatos. Las carnes, sobre todo de vacuno y cerdo, eran llevadas de las llanuras sotaventinas, que fueron marcando su vocación ganadera desde la segunda mitad del siglo xvii. Maíz y legumbres eran llevados desde las tierras cempoaltecas, a 30 kilómetros, o de la zona de Orizaba y Córdoba, distantes entre 200 y 300 kilómetros. Ambos entornos ecológicos eran más ricos, con mayor provisión de agua y, sobre todo, con abundante mano de obra indígena.

Las sociedades coloniales fueron altamente estratificadas, siendo el criterio racial muy importante para determinar la pertenencia de clase social. En asentamientos con abundante población nativa, ésta se ubicó en los estratos mas bajos y tuvo una dieta basada en el ancestral complejo maíz, frijol, chile y calabazas. En el puerto de Veracruz esta población no fue mayoritaria y sólo llegó en cantidades considerables hasta la segunda mitad del siglo xix. En la isla de Cuba la población nativa sufrió una expoliación tan severa que la llevó casi a la extinción; a pesar de ello dejó algunos elementos culturales que pasaron a formar parte de la culinaria cubana, forjada desde los primeros años del periodo colonial. El consumo de la yuca amarga (*Janipha manihot*) para fabricar pan casabe fue esencial en la alimentación. Asimismo, se consumieron el boniato, la malanga, la calabaza, el maíz y el ají. Se cultivaban en la isla algunos tipos de

frijoles llamados carita y caballero. Las provisiones de proteína animal incluían la apreciada iguana, junto a ciertos quelonios con sus huevos, almiquies, majaes, manatíes, patos, ostiones, moluscos y cangrejos.

La significativa población de negros, mulatos y pardos marcó su impronta a la cocina popular y de baja ralea. De esta matriz cultural es el gusto por el coco, la yuca, la malanga (*Xanthosoma sagittifolium*), el plátano y el cacahuete, en combinaciones atrevidas con los condimentos nativos: el tomate y el chile en Veracruz; ají (*Capsicum annum*) y bija o achiote (*Bixa Orellana*) en los entornos cubanos. Las principales fuentes proteicas fueron el apreciado cerdo, animal del que no se desperdicia trozo alguno de proteína: desde el tejido muscular hasta la vísceras y cartílagos, con los que se preparan platos perfumados con comino (*Cuminum cyminum*), ajo, hierbabuena, orégano y anís. Mezclaba a veces lo dulce y lo salado, tenía como principal forma de cocción el asado o fritura —a veces la doble fritura— en abundante manteca de cerdo. Uno de los platos representativos de esta cocina de supervivencia es la moronga o rellena, especie de embutido hecho con sangre de cerdo y condimentado con cebolla, chile, hierbabuena y pequeños trozos de grasa o chicharrón.

Las principales fuentes farináceas de tradición africana que aportaron las poblaciones esclavizadas fueron la mandioca o ñame (*Dioscorea*), la malanga o guagiú (*Xanthosoma sagittifolium*) y el camote, que han jugado un papel central en la gastronomía del Caribe afroandaluz. Tienen una importancia similar, aunque de menor grado, que la de los otros cereales de civilización, como el trigo en Europa, el arroz en Asia y el maíz en el continente americano. Tanto en La Habana como en Veracruz, el camote y el plátano son ampliamente consumidos, pero en el caso de éste último, no goza en Cuba de maridaje con el maíz, que sí lo tienen la yuca y el trigo como principales fuentes energéticas.

La yuca es de gran importancia en amplias zonas del litoral caribeño. Desde los primeros años del asentamiento hispano en las Antillas, los conquistadores adoptaron el uso nativo de preparar el pan casabe: tortas de harina de yuca ralladas de las que se extraían las sustancias tóxicas mediante enjuague, las cuales eran cocidas en un burén o disco de barro. Los nativos lo comían acompañando moluscos o pescados, y se siguió consumiendo en el periodo colonial como alimento predominante de las clases populares. Además de sus cualidades nutricias y su abundancia, este pan resistía muy bien el clima tropical y las navegaciones largas, por lo que se usó ampliamente como bastimento marítimo.

Se consumían en Cuba, en calidad de vianda, otros tubérculos o frutos en preparación salada y dulce, fritos con ajo, cebolla y pimienta para acompañar, o suplir en ocasiones, algún trozo de carne. Si en tierras mexicanas la preeminencia nutricia la ostentan las infinitas preparaciones de maíz, en Cuba la vianda goza de protagonismo vital. En palabras de la imprescindible Nitza Villapol (1981), la palabra misma que proviene del latín vulgar significa «comida», «alimento», y se compone de vegetales ricos en carbohidratos como la yuca, la calabaza, el plátano, la papa, el boniato (*Ipomoea batata*) o la malanga.

El plátano —o banano— (*Musa paradisiaca*) es otro elemento importante de amplio consumo en la dieta caribeña; forma parte de muchas recetas, tanto de guisos como de dulcería. El plátano inunda, con su aroma y sabor primarios, sopas, purés y postres. Ya sea coaligado con la carne, el huevo, el arroz o el tomate, constituye el eje central de muchas comidas de familia. Hay dos grandes tipos y, por ende, usos culinarios: el plátano vianda, verde o macho, cuya pulpa es firme, también llamado banana grande o de guisar, invita a consumirlo frito, asado, cocido o prensado; el plátano fruta, de dulzor perfumado, conocido como guineo, roatán, dominico, plátano enano, etcétera, resulta perfecto para comer crudo.

Incompleta estaría la nómina de productos caribeños sin la presencia del arroz, base de la dieta de muchas poblaciones afroandaluzas. En España, el grano fue introducido por los árabes en el Levante, de donde proviene la famosa paella. Historias y mitos lo hacen cultivar en el continente americano a partir de granos sueltos que llegaban extraviados o confundidos al lado de granos de trigo. Pero en Nueva España, hasta que se establece la comunicación regular con Asia, a través de la Nao de China, se introducen variedades de arroz que bien prosperan (Benítez, 2001, p. 14).

ALGUNOS PLATOS REPRESENTATIVOS

Los contactos y desarrollos sociohistóricos antes aludidos pueden manifestarse en determinadas producciones culinarias, cuyos ingredientes y formas de preparación muestran el influjo cercano. Con propósito ilustrativo, aludiremos a ciertos platillos de los puertos veracruzano y habanero. Uno de los platos más queridos de ambas ciudades es el que une arroz y frijoles negros, conjunción que en Veracruz se llama moros con cristianos, aludiendo a la ancestral lucha

entre ambas facciones religiosas en España. En La Habana, a un plato similar se le nombra *congrí*, mismo que además de cocer casi juntos ambos granos, les adereza con un sofrito de manteca de cerdo, ajo y pimienta. Algunos autores señalan que puede haber dos tipos de frijol en la preparación, de allí matices en los nombres: arroz moro si se prepara con frijoles negros y *congrí* si éstos son colorados. El primer nombre puede haberse originado en la parte oriental de la isla, mientras que en La Habana el *congrí* es un nombre generalizado e incluso de alcance internacional (Villapol, 1981, p. 230-233).

En Veracruz, el arroz también se cocina con reminiscencias andaluzas, como podemos apreciar en el arroz a la tumbada, creado entre Veracruz y la región sotaventina, hacia los puertos de Alvarado y Tlacotalpan. Éste recuerda a las paellas valencianas y los arroces de Sevilla, plétóricos de aceite de oliva. Pero a diferencia de los dos platillos españoles, el arroz a la tumbada es cocido en caldo de pescado, al que se añaden trozos de mariscos —pulpo, camarón, caracol y ostión— y de algún pescado consistente. Se enriquece con mantequilla y vino blanco, y se adorna con perejil rallado que da una vista atractiva a un plato siempre mayor al apetito de quien lo disfruta.

El consumo de pescado en ambas ciudades es un imperativo costero, aunque hemos apuntado líneas arriba que es el cerdo la proteína animal favorita en ambos puertos. Pese a ello, los pescados y mariscos, por supuesto, tienen su lugar en las cocinas porteñas, en preparaciones básicas de fritura, asado o hervido con sal y limón, o aderezado con ajo, pimienta y perejil. Un poco más de refinamiento en el fogón les puede acompañar con una salsa fría o caliente, plétórica de especias o sobre base de crema o queso. Como en otras poblaciones costeras, también aquí se preparan caldos especiados similares a las calderetas de la península, que atávicamente han sido la comida de los pescadores, a veces realizada en la misma playa. En Veracruz se guisa así el caldo largo, cociendo el pescado entero o en trozos grandes, en un sopa que se va preparando con trozos de tomate, cebolla, chile, papas, epazote (*Chenopodium ambrosioides*) o perejil. Destacadamente, los chiles mesoamericanos se utilizan secos, fritos en manteca de cerdo y luego adicionados a guisos o caldos para otorgar un característico sabor ahumado. Los productos marinos también pueden ser preparados en un estilo que recuerda al estofado, con almendras, aceitunas, alcaparras, pimientos, ajo y perejil, a los que se añaden el tomate y el chile, elementos mexicanos básicos. Tales son los ingredientes del célebre pescado a la veracruzana, elabora-

ción mestiza que une lo hispánico con lo mesoamericano, formando un platillo representativo de la cocina jarocho que se sirve con arroz blanco.

La carne más valorada en ambos puertos es la de cerdo, como se ha dicho. En Cuba, se corta para preparar masitas fritas; o bien se asa entero: es el cerdo asado en púa, un apreciado plato de la culinaria criolla. En Veracruz, generalmente se cocina en pequeños trozos que se cuecen con hierbas de olor —clavo, orégano, canela y laurel— para después freírse en su propia manteca; son las célebres carnitas, que en forma de tacos son consumidas extensamente en muchas zonas del país. Las carnes de vacuno y, en forma menor, de carnero, son frecuentes en ambas cocinas porteñas, cuyo uso en tiempos de escasez, manifiesta un contraste con otros platillos más sofisticados y lujosos. Las migas o ropa vieja aprovechan todos los pedazos de carne ya cocida, que se desmenuzan y mezclan con huevo, además de cebolla, tomate, chile, ajo, uva pasa y hierbas de olor. En Cuba se omiten el chile y el tomate para adaptarlo al gusto local. En este punto, cabe mencionar lo que muchos estudiosos y cocineros de la isla consideran el plato nacional, el cual bien puede representar las transformaciones culinarias en términos de provisiones y modos de preparación que han dado pie al ajiaco; esa gran sopa mezcla viandas, vegetales y carnes de diversos tipos —frescas, salazones y embutidos, por ejemplo— cocinados juntos, y mucho recuerda al cocido español o a la olla podrida, que según Villapol (1981) en Cuba se torna plato nacional al retirársele los garbanzos. Como muchos otros platos de extracción popular vueltos de representación nacional, la atribución de su origen se debate, aunque algunos señalan que es originario de la ciudad de Camagüey, donde se prepara para todos durante las fiestas de San Juan.

El plátano de guisar merece un sitio aparte en la cocina porteña, este producto generalizado en América no se adaptó a los usos culinarios españoles. El plátano macho, cuando es verde, tiene menor cantidad de azúcares, su consistencia es mucho más firme y se usa para hacer pequeñas frituras saladas que en algunas zonas de Veracruz se llaman tostones o machucados; en Cuba, además de tostones, mariquitas. El grosor de cada una de las rebanadas longitudinales y la forma de salarlas marcan algunas de las diferencias locales de tan exquisito bocado caribeño, que puede compararse, aunque sea lejanamente, con las papas fritas. También puede usarse el fruto hervido y amasado, haciendo pequeñas bolitas, que en la costa veracruzana pueden rellenarse de queso y carne, para luego freírse en aceite vegetal. En general, son parecidos al fufú cu-

bano, de raíces africanas, según Fernando Ortiz (1996, p. 62),² quien inquirió en todas las facetas de la vida cubana.

Al lado de las semejanzas en el uso del plátano macho, existe la notable diferencia en el tratamiento de ese fruto, pero maduro, cuando aumenta su dulzor y untuosidad. Es guarnición y postre, usanza no compartida por los cubanos. En Veracruz, el plátano completo se fríe y adereza de crema, queso y hasta mermelada de fresa, para formar un postre estimado, que se degusta a mediodía o en la noche. En otros momentos, tajadas de plátanos fritos pueden constituir el desayuno o la cena. El plátano roatán es una fruta aromática que se come cruda, pero en Veracruz también se hace un interesante uso del mismo como bebida; machacado con leche, vino de jerez, azúcar y jarabe de granadina, forma una especie de ponche frío llamado gloria.³

LICORES Y GOLOSINAS

Como en buena parte del Caribe, los litorales cubano y veracruzano fueron significativamente influidos con la introducción de la caña de azúcar desde el siglo xv. En Veracruz, Hernán Cortés fundó el primer ingenio de azúcar en el continente, pero en las Antillas, ya para el siglo xvi, se había afianzado dicho cultivo, lo que con el tiempo convirtió a Cuba en la «reserva azucarera del mundo».⁴ Por tanto, el azúcar y el ron, bebida nacional cubana, se convierten en sus dos productos más representativos. No podemos aludir aquí a la trascendente explotación cañero-azucarera, pero sí haremos mención a ciertas bebidas alcohólicas, para terminar con el rey de las Antillas, el ron cubano, que en el siglo xix se convirtió en una bebida de calidad y competitiva. Antes de ello, en la isla se realizaron fermentaciones con casi cualquier sustancia azucarada; así

2 Sarmiento (2001, pp. 46-73) retoma estos planteamientos germinales.

3 Recientemente se han vuelto populares los batidos o licuados del perfumado plátano, así como de chocolate, fresa, vainilla o mamey. En general, se popularizaron con las licuadoras eléctricas introducidas a México después de la Segunda Guerra Mundial.

4 Con propósito ilustrativo, transcribiremos las palabras de Fernando Ortiz en su magistral obra *Contrapunteo cubano del tabaco y el azúcar*: «Así en lo interno como en lo externo, estudiar la historia de Cuba es, en lo fundamental, estudiar la historia del azúcar y del tabaco como los sistemas viscerales de su economía» (2001, p. 13). Para una visión sintética, véase Oscar Zanetti (2013).

se formó el guarapo,⁵ una de cuyas bases puede ser la fermentación de la yuca y el maíz. Posteriormente, se fermentó y destiló rudimentariamente el jugo de la caña de azúcar para así producir aguardiente.

En general, con el consumo de alcohol sucede la misma determinación de clase socioracial que podemos apreciar con otros productos alimentarios. El consumo diferenciado, por ejemplo, determinó que las clases de menores recursos consumieran bebidas embriagantes de fabricación local; entre éstas, el alcohol de mejor calidad era el de caña, destilado en trapiches aldeaños a ambos puertos que, no obstante su prohibición, era ampliamente gustado. Pero su precio lo colocaba lejos de las posibilidades de los estratos populares y pobres, quienes tomaban bebidas fermentadas a partir de jugos de frutas, como el tepache veracruzano, fabricado a base de piña y vendido por mujeres negras y mulatas en el puerto. En La Habana, negros, indios y blancos pobres consumían «frucanga», una mezcla de miel y agua fermentada, a la que en ocasiones se agregaba jugo de fruta para mejorar el sabor. De menor calidad era la sambumbia, mezcla de melaza fermentada con otras sustancias, consumida preferentemente por esclavos urbanos. Ambas eran mal vistas por la sociedad habanera, especialmente la última, por lo que fue prohibida por el cabildo desde 1713, sin mayor efecto sobre su consumo (Sarmiento, 2002).

Por su parte, las élites peninsulares y criollas de mayores recursos y filiación cultural hispanizante consumían alcoholes y aguardientes españoles; vinos finos tintos o blancos de Cataluña y Castilla, así como caldos de Las Canarias y aguardiente de caña, cuya venta y consumo sí que era aprobado por la Corona, a diferencia del nativo, que debió esperar hasta mediados del siglo XIX para afianzarse. Por ejemplo, las dos firmas más conocidas de ron cubano, Bacardí y Matusalem, iniciaron sus actividades en el último tercio de ese siglo.

Como todo dulce final de buena comida, terminaremos con los postres. Los dulces y golosinas que disfrutaban y a la fecha siguen predominando en el gusto de veracruzanos y habaneros, están compuestos principalmente de tres grandes grupos: el más accesible, barato y numeroso lo constituyen las frutas tropicales cubiertas de azúcar, sal y en almíbar. En La Habana a algunas de ellas las acompañan ahora de queso crema, como los cascos de guayaba, el coco

5 Bebida de ancestral consumo en los sitios de explotación cañera, que llegó a América desde las Islas Canarias para amalgamarse con las prácticas y elementos nativos.

rallado y la papaya. En Veracruz, se disfrutaban generalmente solos la papaya, el tamarindo, el mango, la piña y los nanches (*Byrsonima crassifolia*). Pero el protagonista más brillante de las dulcerías porteñas es sin duda el coco, del que se hacen refrescos, cocadas, otros dulces y helados. Otro campo repostero es el de origen hispánico; las golosinas de origen moro hechas de almendra y miel, así como los dulces de lejana procedencia hebrea en cuya composición entran el huevo y la leche. La rica amalgama de ambos grupos ha creado algunas delicias porteñas no sólo de origen caribeño: es así el arroz con leche, el mazapán, el turrón, el flan, la natilla, los dulces de leche, entre otros. Estas manufacturas mudaron a Veracruz en fechas tardías del periodo colonial, sobre todo asociadas a algunas fiestas litúrgicas. No contaba el puerto con los numerosos establecimientos religiosos que se especializaron en estas artesanías y caracterizaron, por ejemplo, a la dulcería de Puebla. Y para el caso habanero, dulces similares se vinculan al establecimiento de reposteros chinos y franceses, desde la segunda mitad del siglo XIX.

El tercer y último elemento base de los postres porteños es de influjo francés, posteriormente estadounidense, lo que orientó la estética del gusto hacia un distinto espectro de recursos y sabores. La repostería y la pastelería de crema y mantequilla son de procedencia gala, a la que se añadieron el chocolate, la vainilla, las nueces y las frutas no tropicales como bayas —fresas, frambuesas, grosellas, moras, etcétera—, duraznos y manzanas; en ocasiones se incorporó también el coco rallado y azucarado como materia prima de galletas y pasteles.

Esta matriz cultural gastronómica es expresión de las transformaciones sociohistóricas del siglo XIX. En México es producto de las invasiones francesa y estadounidense, a mediados de ese siglo. Para Cuba, fue resultado de la llegada de inmigrantes franceses, francohaitianos y chinos que se diseminaron por el territorio insular. Estos influjos afectaron, antes que nada, la cocina de las élites. Además, por primera vez, la restauración pública se difundió ampliamente, orientada al consumo de las clases altas, asentada sobre todo en La Habana y posteriormente en Veracruz. Fue así que cocineros y reposteros galos trabajaron en restaurantes, confiterías, posadas y hoteles, además de hacerlo en las prestigiosas casas de familias de élite, práctica que para el segundo tercio de la centuria se constituyó en marca de distinción. Para ejemplificar sólo el caso habanero, mencionaremos algunos establecimientos que hacia la mitad del siglo XIX servían comida francesa: la Casa de Refresco, de *madame* Vuelta; el hotel El

Recreo Cubano, de los señores Binard; la casa de huéspedes de *madame* Bobis, llamada Las Tullerías; y el Restaurant Français, dirigido por François Garçon (Sarmiento, 2001, p. 69).

El efecto galo se extendió más allá del ámbito gastronómico, hacia la confección de ropa, la venta de géneros de perfumería y farmacia, los comercios especializados y la prestación de ciertos servicios personales. Posteriormente se pasaría a las explotaciones agrícolas y ganaderas,⁶ donde se introdujeron especies frutales, de condimentos y ganaderas que irían gradualmente enriqueciendo el patrimonio culinario local y trasladándose paulatinamente a los sectores sociales medios y bajos (Pérez, 1999, p. 25-53).⁷ Son los casos de las colonias francesas asentadas en el estado de Veracruz —Jicaltepec y San Rafael—, y la región cubana del Caney, donde fueron introducidas la pimienta y la canela (Skerrit y García, 2008; Sarmiento, 2001, p. 80).

Otro elemento importante que enriqueció la cocina popular cubana fue el chino, el cual arribó a la isla hacia la segunda mitad del siglo XIX, con los inmigrantes de Cantón y otros de California, Estados Unidos, en posteriores oleadas migratorias. Laboraban como cocineros, lavaderos, curanderos y en oficios similares, de tal manera que popularizaron los sofritos, las verduras escalfadas y especiadas, el arroz frito, el *chop suey* y un extenso uso de hortalizas —muy frecuentemente cultivadas por ellos mismos— entre los sectores medios de Cuba, los que pronto se apropiaron de sabores orientales de la escuela Guangdong, del distrito de Cantón en la costa meridional china (Sarmiento, 2001).

Para algunos cocineros y gastrónomos mexicanos, el influjo francés al final del siglo XIX marcó un momento de crecimiento y auge que, aunque focalizado a las prácticas de élite, paulatinamente fue pasando a otros grupos sociales (Barceló, 2012). La fusión de estas técnicas avanzadas e ingredientes refinados con el sustrato cultural mexicano ha sido llamado el esplendor galomexicano. En síntesis, se trata de la incorporación de mantequilla, crema, vinos y licores, harina de trigo en todas sus formas —ya sea masas con levadura de una o dos cocciones u hojaldres— y nuevas frutas y especias. A la fineza del

6 No aludiremos aquí su destacado impulso a los textiles, tiendas de departamentos y bancos. Para ello puede consultarse a Galán Amaro (2013, p. 241-251).

7 A título indicativo, vale recordar dos fechas señeras en las relaciones bélicas México-Francia: la guerra de los Pasteles, entre 1837 y 1838, y el imperio de Maximiliano, entre 1863 y 1867.

esplendor, le sucedería la practicidad y abundancia del influjo estadounidense, con la introducción de alimentos enlatados y procesados. Refiriendo a lo anterior, hacia la década de 1930 se instalan las industrias alimentarias, tanto en Cuba como en México. Es entonces cuando llegan a dichos países los alimentos industrializados de consorcios como Nestlé, empresa que impulsó el café soluble en el gusto nacional, rivalizando con el chocolate como bebida tradicional.⁸ Posteriormente se instaló la industria y el comercio de comida enlatada, refrescos embotellados y bollería industrializada; por ejemplo, la empresa Bimbo lanzó el Pan Ideal, de caja, en 1942. Luego de la Segunda Guerra Mundial, se impulsó el mercado de los electrodomésticos, las licuadoras, batidoras y frigoríficos domésticos vendrían a impulsar cambios en las cocinas tradicionales.

La alimentación cotidiana sufrió una paulatina transformación, que movió el mercado de los enseres domésticos, así como el de productos alimentarios distintos a los tradicionales. A su lado surgieron las que pueden llamarse didácticas del gusto: recetarios distintos a los que se habían impulsado en el siglo XIX para enseñar por la vía escrita nuevas formas de preparar platillos novedosos (Bak-Geller, 2013). También se presentaron, en la naciente industria de radio y televisión, carismáticas figuras femeninas que enseñaban la preparación de nuevos platillos, el novedoso diseño de menús semanales y ciertas bases nutricionales y estéticas; todo ello fue modernizando las mesas tradicionales. Ésa fue la importancia de las figuras de Nitza Villapol, Julia Child y Chepina Peralta, en Cuba, Estados Unidos y México respectivamente.⁹ Con excepción de la cocinera estadounidense, Villapol y Peralta trataron de adaptar los ingredientes y recetas tradicionales hacia nuevos sabores, pero, sobre todo, nuevos consumos modernizantes y mejores aportes nutrimentales.

8 El chocolate se consumió extensamente desde el periodo colonial en forma de bebida. Su alto precio lo hacía ser consumo de élite y de ocasiones especiales para las clases populares. Las chocolaterías se abrieron en algunas capitales europeas en los primeros años del siglo XIX, hacia la parte final de ese siglo, los industriales suizos impulsaron los bombones, abriendo así un nuevo segmento de mercado. Para una historia del fascinante alimento, véase Coe (1999).

9 Villapol mantuvo un programa en la televisión cubana de 1951 a 1997 (un récord de permanencia). Child inició sus emisiones televisivas en 1961 y Peralta en 1967. Véase en Bianchi (2002) y Trejo (2014).

CONCLUSIONES

Los patrimonios gastronómicos y las usanzas culinarias se forjan por medio de fascinantes intercambios materiales y culturales. Son importantes bases de identidad, que en ciertos momentos pueden tornarse manifiestos nacionalistas. En las anteriores líneas tratamos de realizar un acercamiento a los rasgos similares y distintos de los casos veracruzano y habanero, donde pueden apreciarse decursos sociohistóricos de cierta similitud que, nacidos en el periodo colonial, se afianzaron y diferenciaron hacia el siglo XIX, cuando las transformaciones continentales orientaron las vidas de pueblos y naciones de la dominación española al influjo estadounidense. Éstas y otras experiencias culturales dejaron su impronta en las tradiciones gastronómicas de ambos puertos.

Fernando Ortiz llamó elocuentemente a la identidad cubana «un ajia-co en hervor» (1996, p. 65). Traemos a cuento esta metáfora para retomar las sabrosas mezclas e inusitadas combinaciones que se plasmaron en varios platos representativos, como el ajia-co cubano, el puerco en púa, el pescado a la veracruzana o el arroz congrí, cuya cauda de influjos culturales a lo largo del Caribe afroandaluz —y mas allá— buscamos sintetizar en las anteriores líneas.

Es importante valorar las realizaciones culinarias y las gastronomías criollas, entendidas como parte de procesos sociohistóricos de gran amplitud. Estos afanes pueden relacionarse con los recientes posicionamientos de las comunidades de estudiosos, investigadores, cocineros, gastrónomos y promotores culturales a ambos lados del Caribe afroandaluz. En México, hay un vigoroso movimiento representado, entre otros, por la Escuela de Gastronomía Mexicana, la cual, además de prestar servicios y formar especialistas, investiga y promueve nuestras propias raíces e historia culinaria. Éste es sólo un ejemplo, una forma de colocar la riqueza y profundidad de la gastronomía mexicana como parte del desarrollo sociohistórico nacional.

En la otra orilla del Golfo de México también participan de similares afanes los profesionales y amantes de la hostelería y restauración, quienes conjuntan el interés académico con el desarrollo comercial. Uno de los vínculos de la promoción gastronómica acerca al turismo, que en Cuba ha representado desde hace varios lustros un importante renglón económico. La simbolización y puesta en valor de platos, bebidas, ingredientes o regiones son complejos procesos que revisten símbolos de la identidad del Caribe afroandaluz.

BIBLIOGRAFÍA

- Alarcón, Donato y Héctor Bourges (2002). *La alimentación de los mexicanos*. México: El Colegio Nacional.
- Bak-Geller Corona, Sarah (2013). «Narrativas deleitosas de la nación: Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)». Revista *Desacatos*. 43: 31-44.
- Barceló Quintal, Raquel Ofelia (2012). «Los cocineros y pasteleros franceses en la ciudad de México: la modernidad en la mesa durante el Porfiriato», *Cuadernos de Nutrición*, (35) 2: marzo/abril. México: Fomento de Nutrición y Salud A.C.
- Benítez Muro, José Guadalupe y Ana Benítez Muro (2001). *Los sabores de Oriente*. México: Clío.
- Bernabéu Albert, Salvador (coord.) (2013). *La Nao de China, 1565-1815. Navegación, comercio e intercambios culturales*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Barceló Quintal, Raquel Ofelia (2012). «Los cocineros y pasteleros franceses en la ciudad de México: la modernidad en la mesa durante el Porfiriato» *Cuadernos de Nutrición*, (35) 2: 45-56. México: Fomento de Nutrición y Salud A.C.
- Bianchi Ross, Ciro (2002). «Nitza Villapol, La mujer que escribía de cocina» *La Jiribilla*. (Disponible en http://www.lajiribilla.co.cu/2002/157_junio/memoria.html)
- Chaunu, Pierre (1985). *Historia ciencia social. La duración, el espacio y el hombre en la época moderna*. Madrid: Ediciones Encuentro.
- Coe, Sophie y Michael D. Coe (1999). *La verdadera historia del chocolate*. México: Fondo de Cultura Económica.
- De Gortari, Yuri y Edmundo Escamilla (2000). *Cocina virreinal novohispana: Guisos y golosos del barroco*. México: Clío.
- DeWitt, David (2014). *Precious Cargo: How Foods From the Americas Changed The World*. Berkeley: Counterpoint.
- Galán Amaro, Erika Y. (2013). «Industria textil de algodón en Veracruz, 1900-1940», en Feliciano J. García Aguirre. *Historia Económica de Veracruz. Miradas Múltiples*. México: Universidad Veracruzana. pp. 241-251.
- García Acosta, Virginia (2003). «El pan de maíz y el pan de trigo. Una lucha por el dominio del panorama alimentario urbano colonial», en Janet Long y Virginia Guedea (coords.) *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos*. México: UNAM.
- García Aguirre, Feliciano J. (2013). *Historia Económica de Veracruz. Miradas múltiples*. México: Universidad Veracruzana

- García de León, Antonio (2001). *Tierra adentro, mar en fuera. El puerto de Veracruz y su litoral a Sotavento, 1519-1821*. México: Fondo de Cultura Económica. pp. 467-603.
- García Rodríguez, Mercedes (2002). «Vida y ambientes en La Habana intramuros del siglo XVIII», en Bernardo García y Sergio Guerra (coords.). *La Habana – Veracruz. Veracruz – La Habana. Las dos orillas*. México: Universidad Veracruzana / Universidad de La Habana.
- Iturriaga, José N. (1998). *Las cocinas de México*. Tomo 1. México: Fondo de Cultura Económica.
- Long, Janet y Virginia Guedea (2003). *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos*. México: UNAM.
- Michelle Mattelart (1982). *La cultura de la opresión femenina*. México: Era.
- Martínez Alarcón, Juana (2013). «La transición de la industria azucarera en Córdoba, siglo XIX», en García Aguirre, Feliciano J. *Historia Económica de Veracruz. Miradas múltiples*. México: Universidad Veracruzana.
- Núñez González, Niurka y Estrella González Noriega (1999). «Antecedentes etnohistóricos de la alimentación tradicional en Cuba», *Revista Cubana de Alimentación Nutricional*, 13(2): 145-150. (Disponible en línea: http://www.bvs.sld.cu/revistas/ali/vol13_2_99/ali10299.htm)
- Ortiz, Fernando (1996). «La cocina afrocubana» *Casa de las Américas*, La Habana (VI) 36-37 mayo-agosto.
- Pérez Siller, Javier (1999). «Una contribución a la modernidad. La comunidad francesa en la ciudad de México» *Babel, Ciudad de México*. México: Pórtico de la ciudad de México. Instituto de Cultura. pp. 28-53.
- Rodríguez, Hipólito (2002). «Veracruz: del puerto de la Conquista al de la independencia y la modernidad» en Bernardo García y Sergio Guerra (coords.). *La Habana – Veracruz. Veracruz – La Habana. Las dos orillas*. México: Universidad Veracruzana / Universidad de La Habana.
- Sarmiento Ramírez, Ismael (2001). «Raíces de la cultura alimentaria cubana», *Revista Historia* 16, 308: 46-73.
- (2002). «Bebidas y ambiente social en la Cuba del siglo XIX», *Caravelle*, 78: 81-104 (Disponible en línea: http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/carav_1147-6753_2002_num_78_1_1351).
- Skerrit, David y Bernardo García (2008). «Franceses en el estado de Veracruz», en Javier Pérez-Siller y David Skerrit (dirs.). *México-Francia. Memoria de una sensibi-*

- lidad común; Siglos XIX-XX*. Tomo III-IV. México: Centro de Estudios Mexicanos y Centroamericanos. pp. 103-120.
- Somolinos, Germán (1971). *El doctor Francisco Hernández y la primera expedición científica en América*. México: SepSetentas.
- Sorhegui, Arturo (2002). «La Habana – Veracruz. El Mediterráneo americano y el circuito imperial americano» en Bernardo García y Sergio Guerra (coords.). *La Habana – Veracruz. Veracruz – La Habana. Las dos orillas*. México: Universidad Veracruzana / Universidad de La Habana.
- Trejo Mendoza, Martín (2014). «Del fogón al set de televisión: Programas de cocina», *Claustronomía. Revista gastronómica digital*. México: Universidad del Claustro de Sor Juana. Recuperado de <<http://www.elclaustro.edu.mx/claustronomia/index.php/investigacion/138-del-fogon-al-set-de-television-programas-gastronomicos-en-mexico>>.
- Vargas, Luis A. (2002). «La alimentación de criollos y mestizos en el México Colonial», en Donato Alarcón, y Bourges, Héctor. *La alimentación de los mexicanos*. México: El Colegio Nacional.
- Villapol, Nitza (1981). *Cocina al minuto*. La Habana: Editorial Orbe. Recuperado de <<http://www.guije.com/libros/cocina/index.htm>>.
- Zanetti, Oscar (2013). *Historia mínima de Cuba*. México: COLMEX.

Hemerografía

- García de León, Antonio (1992). «El Caribe afroandaluz» en *La Jornada Semanal*, suplemento dominical del periódico *La Jornada*. México, 12/ enero/1992