

Un lugar donde leer. . .

Las recetas son una lectura. No corresponden necesariamente a lo que llamamos literatura, pero, con algo de humor, podemos considerarlas una ficción en que los protagonistas son los alimentos y sus aventuras las transformaciones que el proceso de cocina les aplica.

Decimos esto porque las recetas tienen mucho en común con la antigua alquimia y la actual química: se trata de la descripción detallada de cómo los seres vivos (animales y vegetales) y los minerales dialogan y se entremezclan en el crisol del fuego purificador. Una salsa se gesta en la mezcla de elementos del universo. Aprendemos a través de las recetas las reacciones del agua al hervir, de la cáscara amarga de algunos frutos al ser mezclada con el azúcar, del trigo y sus múltiples metamorfosis en el horno.

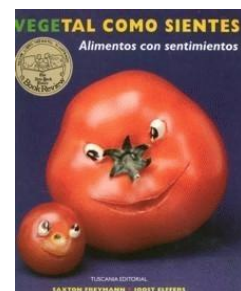
Como nos lo reveló Neruda en sus odas, además, las recetas nos alimentan con un vasto vocabulario que enseña a conocer mejor el mundo en que vivimos. Viajamos así por la Tierra a través de los sabrosos vegetales, las exóticas especias, los brebajes alcoholizados y más y más elementos que son también un reflejo de nuestra cultura. La cocina nos traspasa tanto palabras como una vasta cultura que dialoga con la naturaleza con el objetivo estético de darnos un necesario placer. Si saboreamos las palabras, ¡cómo no va a ser lectura leer recetas de cocina!

1.



Saxton Freymann y Joost Elfeers. *VegeTAL cómo sientes.*
Barcelona, Tuscania, 2003.

En éstas páginas a todo color, frutos y hortalizas se transforman en rostros vivos, amigables, a veces tímidos. Descubrimos personajes sumamente expresivos en los cotidianos vegetales. Este libro es además una invitación a inspirarnos de él y a animar nuestros propios personajes con la naturaleza que nos rodea.



2.



Lily Ariztía. *¡Empecemos a cocinar!*
Santiago de Chile, Universitaria, 1999.

Lily Ariztía propone cincuenta y ocho recetas sencillas y accesibles para que los niños se inicien en el arte de la cocina. Nunca es demasiado temprano para ir descubriendo de dónde provienen los platos que nos dan energías y placer a diario, y para aprender a dominar sus ingredientes



3.



Ramírez Lozano José Antonio. *Sopa de sueño y otras recetas de cococina.* Sevilla, Kalandraka, 2004.

Se trata de treinta locas recetas de cocina, en forma de verdaderos relatos literario-gastronómicos. Es un viaje a través de la imaginación por el universo de las recetas, con elementos cotidianos y surrealistas conviviendo sorprendentemente. Todo esto con mucho humor, reforzado por las ilustraciones de Riki Blanco.



4.



Isabel Allende. *Afrodita, Cuentos, recetas y otros afrodisíacos.*
Barcelona, Sudamericana, 1997.

Tras la dolorosa novela *Paula* (escrita después de la muerte de su hija), Isabel Allende renació en esta obra, llena de vida y sensualidad. Entre recetas de cocina y afrodisíacos, la narración va hilando cuentos, anécdotas y una interesante reflexión sobre la gula y el erotismo.

Isabel Allende



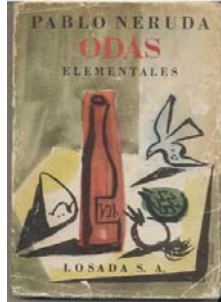
Afrodita

5.



Pablo Neruda. "Oda al caldillo de congrio". En *Odas elementales*, Buenos Aires, Losada, 1954.

Famoso poema que, con versos cortos y rápidos, describe el proceso en que se gesta este delicioso plato nacional. Tiene mucho de amor a la geografía chilena y a su cultura. También, muchas metáforas que alían la mezcla de los ingredientes y sus transformaciones con el conjunto del universo, todos los elementos unidos en una colosal analogía. Puedes leerlo [aquí](#).

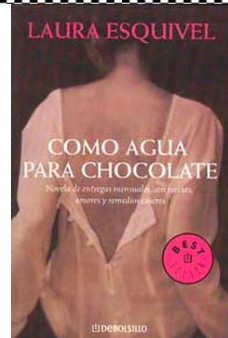


6.



Laura Esquivel. *Como agua para chocolate* (1989). Santiago, Random House Mondadori, 2006.

Con un tono de realismo mágico, Laura Esquivel nos sitúa en el México de la época de la Revolución, durante la primera mitad del siglo XX. Según tradiciones de un pueblo, una joven es obligada por su madre a quedarse soltera para cuidar de ella y vive una frustración amorosa. La gastronomía será la metáfora de sus sentimientos eróticos.

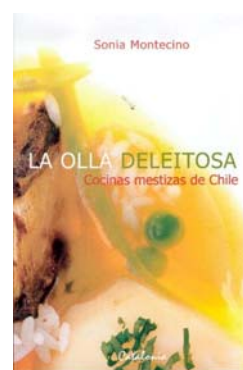


7.



Sonia Montecino. *Cocinas mestizas de Chile: la olla deleitosa*. Santiago, Editorial Catalonia, 2006.

La reconocida antropóloga Sonia Montecino aborda la cocina chilena. Nos recuerda que la cocina hace parte de nuestra herencia familiar, como un elemento cultural clave en las celebraciones y en los momentos amargos: es un ritual vinculado con la necesidad biológica de alimentarnos. De esta forma, en la cocina mestiza chilena dialogan la herencia indígena con la española, sin olvidar las sucesivas olas de inmigrantes a través de los siglos. Descubrimos la geografía humana chilena a través de su sabrosa comida.

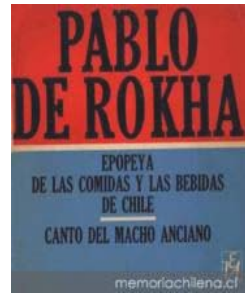


8.



Pablo de ROKHA. *Epopeya de las comidas y las bebidas de Chile (Ensueño del infierno); Canto del macho anciano.* Santiago, Universitaria, 1965.

Con su copiosa lengua, de Rokha adquiere un tono épico para animar a las comidas chilenas, volviéndolas personajes apretujados de un largo poema en que resalta toda la riqueza de nuestras comidas y bebidas, de toda nuestra cultura culinaria, con una raigambre fuerte en las delicias de campo. Este libro lo puedes leer [aquí](#). Y de Rokha nos lee parte de su épico y sabroso poema [aquí](#).



9.



Pierre Tallet. *Historia de la cocina faraónica.* Editorial Zendera Zariquiey.

¿Qué comerían los antiguos egipcios? Gracias a investigaciones arqueológicas y la lectura de los papiros, Pierre Tallet vuelve a dar vida a la caza, la pesca, la agricultura y la ganadería de una de las culturas que está en la cuna de la civilización mediterránea. Descubrimos la cerveza egipcia, sus panes o dulces. Llegamos así a hacernos una idea de cómo se alimentaron los egipcios antes de nuestra era.



La fiesta de Babette de Gabriel Axel.
Dinamarca, 1987.

Duración 103 minutos. Todo espectador.
Premios Oscar: Mejor película extranjera.

En una pequeña villa de Dinamarca en el siglo 19 viven dos hermanos junto a su nonagenario padre, quien además es el pastor de la iglesia local. Tras su muerte, ambos siguen viviendo en el lugar, a pesar de sus secretos deseos de una vida diferente. Un día llega a su puerta Babette, una refugiada francesa que les pide asilo y termina trabajando para ellos como ama de llaves y cocinera. Será ella quien, a propósito de una celebración, revolucione la casa cocinando una cena imponente y difícil de olvidar. Drama de época dirigido por Gabriel Axel, basado en una historia de Isak Dinesen.

