

MÓNICA LAVÍN • ANA BENÍTEZ

SOR JUANA EN LA COCINA

 Planeta

© 2021, Mónica Lavín
© 2021, Ana Benítez Muro

Diseño de portada: Planeta Arte & Diseño
Ilustración de portada: Nuria Mel

Derechos reservados

© 2021, Editorial Planeta Mexicana, S.A. de C.V.
Bajo el sello editorial PLANETA M.R.
Avenida Presidente Masarik núm. 111,
Piso 2, Polanco V Sección, Miguel Hidalgo
C.P. 11560, Ciudad de México
www.planetadelibros.com.mx

Primera edición en formato epub: julio de 2021
ISBN: 978-607-07-7849-0

Primera edición impresa en México: julio de 2021
ISBN: 978-607-07-7823-0

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts. 424 y siguientes del Código Penal).

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase al CeMPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <http://www.cempro.org.mx>).

Impreso en los talleres de Litográfica Ingramex, S.A. de C.V.
Centeno núm. 162, colonia Granjas Esmeralda, Ciudad de México
Impreso y hecho en México – *Printed and made in Mexico*

PRIMERA PARTE

Dulces hábitos

⋮ ⋮

En la cocina fresca, con una pala de madero de naranjo, sor Dolores y sor Matilde dan vueltas a las yemas de huevo que en el cazo de cobre se han puesto a desleír con azúcar; habrá de agregárseles la vainilla en el momento justo del espesor. Mientras, Xóchitl-Flor, indígena de doble nombre que sirve en el convento, coloca las claras sobrantes en un recipiente para comenzar a darles con el batidor de mano hasta verlas mudar su transparencia por un blanco de nube, de ese que la hace pensar en los ángeles y que va muy bien con los rezos de sor Mercedes, quien se pasea con el rosario por la cocina del convento. A Xóchitl-Flor le duele el brazo de tanto darle al batidor, pero al esfuerzo lo compensa la promesa del dulzor de los merengues cuando le conviden uno al final de la faena. Una vez que las madres preparen la charola con aquellos manjares que tanto gustan al virrey y a la virreina —alfajores y marquesotes, yemitas y mazapanes—, cuidarán que algunos queden para las más principales del convento —la priora y otras principales— y para algunas de las que se afanaron en las tareas de cocina, o para las de la granja, pues sin gallinas ponedoras no habría materia para preparar los panes y los dulces que tanto halagan a los de afuera y que son inspiración divina. Son bocados de cielo, que deleitan paladares terrenos y que con su venta permiten que el convento

se abastezca de lo necesario: de la tela para los hábitos que hay que confeccionar o reparar, de las flores para adorar a los santos y al Señor, de la leche con que se ha de convidar al monseñor y a los frailes que tienen la costumbre de visitar y reunirse con los gobernantes en estos refectorios a media tarde, como si el chocolate y su tibieza hicieran posibles los acuerdos para que la paz acompañe a tan beatas señoras y más indios acepten la salvación de Cristo.

La elocuencia del mestizaje

Eran tiempos de la Colonia, el mestizaje del país se cocinaba en todos los ámbitos: el lenguaje, los edificios, la traza urbana, los rituales religiosos, la descendencia. Convivían españoles, criollos, mestizos, indígenas y esclavos negros. Pero donde el mestizaje se practicaba cotidianamente era en el fogón, allí donde los productos del Viejo Continente y los de América forzosamente convergían en el afán de recrear algún platillo a semejanza de las tradiciones españolas, o con la inventiva que los sabores, los colores y el legado prehispánico de esa latitud más tropical proveían. Comer era asunto de todos los días, así que en el fogón de las familias acomodadas y en el de los conventos, donde las mujeres españolas, criollas, negras e indígenas concurrían, nació la cocina mexicana, mestiza por definición, pródiga e imaginativa por geografía y desesperación. En la convergencia de esas dos cocinas: la indígena, con sus sabores distintivos y su variedad de ingredientes, y la española, que gracias al reciente invento de Gutenberg se apoyaba en el famoso *Libro de guisados, manjares y potajes* del cocinero real Ruperto de Nola, nació la cocina mexicana, adicionada con costumbres y paladares originarios de África. Dice Curiel y Monteagudo que la cocina mestiza representa una forma de ser; surge barroca, viva y por sí misma elocuente.

Fue en los conventos donde la dulcería mexicana se acunó, con el arrullo de rezos y cantos; en el frescor del recinto, entre hábitos carmelitas, dominicos, teresianos, jerónimos. Con metate y mortero, molcajete y batidor, se creó el mosaico colorido y dulce, acompañado del asombro por la química de los procesos y la búsqueda de formas, colores y sabores. Razones hay muchas; era necesario que aquellas quince fundaciones religiosas (o veinte, según refiere Carlos Zolla) que existían a mediados del siglo xvii en la capital del virreinato, encontraran maneras de retribuir a sus benefactores o de vender sus productos para mantenimiento de los recintos y de las mil mujeres enclaustradas que en ellos vivían. Por eso la dulcería, una forma de halago, encontró un espacio para su desarrollo pleno en la paz conventual. Fueron manos femeninas —manos que amasaban bajo la convicción de la fe, o por el destino que sus familias les habían impuesto, o por dar alas a su reclusión— las que se afanaron en crear un catálogo dulcero que aún hoy es un orgullo mirar en escaparates como los de la añeja dulcería Celaya en la calle 5 de Mayo en la Ciudad de México o en las especialidades regionales. Tal vez fue en el espacio conventual, en el que el mestizaje de las pieles no era posible, donde las religiosas encontraron otra forma de signar su descendencia: el dulce.

En el espacio de la cocina concurrieron la sapiencia de las indígenas y las españolas —entre estas las andaluzas, con su sello árabe— y la de las mujeres africanas, que también donaron lo suyo. Como refiere Paco Ignacio Taibo I, las hijas de los primeros esclavos comenzaron a encontrar en las cocinas un lugar donde se convertirían en dueñas de un espacio importante. Las negras adquirieron cierta importancia social no solo gracias a la cocina, sino a su condición de hembras atractivas. En 1570 vivían en México treinta mil negros. La propia sor Juana estuvo acompañada durante diez años de la esclava Juana de San José, que su madre le había regalado al tomar los hábitos en el convento y que la jerónima vendió después a su hermana Josefa.

La educación superior, que desde luego estaba destinada a los varones, quedó en manos de los religiosos. Los conventos, con su población femenina, desempeñaron un papel importante en la educación y la beneficencia. Algunas de las niñas de los conventos eran personas a quienes su familia internaba a veces de por vida y otras pasaban un tiempo para recibir instrucción. Las donadas eran mujeres que, sin profesar, habían resuelto recogerse dentro del convento.

La población femenina de los conventos tenía una estratificación particular, ya que por cada monja había de tres a cinco esclavas o criadas. Considerando esta organización por clases, es de suponer que el dulce haya nacido de la conjunción de la procedencia europea de los recetarios, las tradiciones españolas y los conocimientos de las indígenas y las esclavas negras o mulatas, ya sea en la cocina particular de cada celda o en el espacio común. En ese tiempo las monjas desayunaban en el refectorio; después cosían hasta las diez, a la vez que rezaban el rosario de la Emperatriz de los Cielos, y así estaban hasta las once en oración. El dulce nació en la enrarecida atmósfera de la altura espiritual y las pugnas conventuales, entre el deseo y el recogimiento, en un espacio de privaciones y fantasías. Si el dulce mexicano fue femenino por definición, no era atributo exclusivo de la delicadeza, sino de un destino carcelario que en la succulencia de alfajores, yemas y suspiros encontraba un puente con el exterior, con ese México del poder político y religioso cuyos favores era menester alcanzar.

Almibarado barroco

La dulcería es una de las formas del barroco mexicano: sus expresiones caprichosas, la exaltación de forma y sabor, la vitalidad de un

amplio repertorio nacido en geografías asiáticas y renovado con los frutos y las especias mexicanas.

Así lo señala Octavio Paz: «Hay una conjunción entre la sensibilidad criolla y lo barroco, lo mismo en el campo de la arquitectura que en el de las letras y aun en otros órdenes, como la cocina».

Paco Ignacio Taibo I se refiere a ese mundo «místico, mágico y sensual» del convento, en cuya cocina se da «un amor perfectamente casto y al mismo tiempo de una carnalidad sin límites en esa experiencia de los sabores que alcanzaban mediante una complicidad secreta y sutil».

Con resonancias árabes, ingredientes del desierto como el dátil y la biznaga, o tropicales como el coco y la piña, la dulcería mexicana es pródiga en una nomenclatura sugerente. La dulcería de origen conventual nombra reproduciendo una sinfonía de sabores; ya solo de escucharlos se siente la espesura de los atrevimientos y la alquimia que atinó a liar y a mudar el estado de las sustancias. Cada dulce, sea gaznate, jamoncillo, beso o suspiro, remite a anhelos secretos y acuerdos comunes, puesto que la manufactura de la confitería barroca implicaba procesos minuciosos para una producción que debía salir de los altos muros del convento.

La fina percepción gastronómica de Italo Calvino, gozable en los cuentos de *Bajo el sol jaguar*, da cuenta de esa mística y erótica del barroco, capaz de seducir y sentenciar; solo así podemos entender que beber chocolate fuera costumbre en ciertas órdenes religiosas y prohibición en otras, que consideraban pecaminoso el brebaje por sus virtudes estimulantes. Siempre en vilo entre la «gula y la templanza», lo mismo ocurría el ayuno que el desenfreno dulcero. Tal vez la tensa línea de la abstinencia incitaba la imaginación culinaria, empeñada en sensualidades dulces para acercar los favores celestiales y los terrenos de quienes hacían posible el sostén de la vida conventual.

Azúcar, vainilla y canela

La influencia de la cocina europea fue decisiva en la dulcería mexicana. Como apunta Carlos Zolla, un factor fue la influencia de la repostería italiana en Francia y España, donde aparecieron las primeras obras de la nueva cocina europea, como el *Libro de arte coquinaria* del maestro Martino da Como, escrito en 1450; otro factor fue el ingreso a Europa, a través de España y Portugal, de los nuevos productos de América. En 1592 se publicaron en España *Los quatro libros del arte de la confitería* de Miguel de Baeza y en 1611 el *Arte de cozina, pastelería, vizcochería y conservería* de Francisco Martínez Montañón, cocinero de Felipe III, rey de España.

Con su prosa lúcida, Artemio de Valle-Arizpe explica, refiriéndose a sor Juana Inés de la Cruz, quien entreveraba lecturas de poetas griegos y latinos con libros sobre cocina:

Comenta lindamente a Apico en su *De re coquinaria* y Plotino explica *De voluptatibus* y el famoso *Libre del coch*, compuesto en catalán elegante por el maestro Robert, cocinero que fue del rey de Nápoles, Alfonso IV el Magnánimo, llamado *Libro de los guisados* en su traducción castellana, mandada hacer, indudablemente, por el glotón emperador Carlos V. También discutía y sabíase de corrido, de cuerito a cuerito, como se dice, los tratados de Miguel Baeza, Diego de Granados y el insuperable de Francisco Martínez Montañón, el renombrado cocinero mayor de Su Majestad don Felipe IV.

Hacia finales del siglo XVI, como se registra en las publicaciones, Europa había configurado una cultura de lo dulce en la que el azúcar

de caña era el ingrediente principal. Llega a México el asombro y el derroche por las formas de usar este endulzante con capacidad para combinarse, fundirse, cristalizarse o diluirse. El apogeo del dulce en Europa marca el arranque del dulce mexicano, que habrá de naturalizarse, excederse, deleitar con sus diversas presentaciones y ser el precursor del dulce regional del México actual. El dulce mexicano nació entre el sector culto de las mujeres novohispanas que estaban en los conventos, si bien con el paso del tiempo fue trasladándose de la cocina conventual a los gremios y las fábricas artesanales, hasta ser un atributo de la gastronomía particular de cada entidad.

Dice Salvador Novo:

Y al llegar el azúcar a nuestra tierra, los frutos de esta la absorbieron para crear en las manos delicadas de las monjas el milagro de las conservas que aprisionan en el líquido cristal del almíbar tejocotes, capulines, piñas, xoconostles, guayabas, ciruelas. Nacen los ates, se sirven los postres frescos de zapote prieto; el chilacayote y el acitrón se cristalizan; se aprovechan en cabellos de ángel las barbas del chilacayote y la calabaza despliega el aprovechamiento sin límites de su carne y de sus pepitas. Se hace en tacha con panocha, caña y guayaba; sus pepitas tostadas crujen a rendir entre los dientes su lengüecilla de almendra...

El nuevo dulce mexicano es un fenómeno que comienza a manifestarse hacia los últimos años del siglo XVI y comienzos del XVII, cuando la elaboración y el consumo del azúcar se incrementaron sustancialmente gracias a las clases acomodadas. Los colonos de la Nueva España tenían una especial inclinación hacia el consumo de alimentos azucarados. Desde fechas tempranas, el gremio de los confiteros —apunta Ivonne Mijares— comenzó a vender conservas en almíbar,

higos, duraznos, membrillos, limones, naranjas. Las confituras se hacían con frutas secas, como almendras o avellanas, que se importaban de España. También se llegaron a confitar pepitas de calabaza.

Si la cocina mexicana es exaltación de maridaje cultural y geográfico, la dulcería lo ostenta de manera muy clara: sin la caña de azúcar que los europeos trajeron a América, que a su vez los árabes habían introducido en territorio ibérico desde la India, no hubiera sido posible obtener el azúcar, cuyo modo de extracción también era técnica árabe. El azúcar es el ingrediente primerísimo de la dulcería y del carácter de esta palabra.

Hernán Cortés fue el precursor del cultivo de la caña de azúcar cuando la plantó en sus fincas de Tlaltenango y de los Tuxtlas, en Veracruz. Posteriormente, el cultivo se extendió a Guerrero, Morelos y el valle de México. La extracción del piloncillo en los trapiches rudimentarios modificó muchas de las recetas autóctonas y abrió los campos de la confitería, la pastelería y la bizcochería. El cultivo de la caña de azúcar transformó la economía y el paisaje, la estructura familiar, la legislación, el gusto y la oferta gastronómica mestiza. Pocos productos han tenido tal impacto en la historia culinaria como el azúcar. Azúcar de por medio, que en el trópico mexicano encontró terreno apropiado para proliferar, bastó con los huevos de gallina —también aportación de los conquistadores, y de la India— y las bondades del elixir aromático mexicano, la vainilla, para confeccionar los primeros inventos.

La vainilla, planta de la familia de las orquídeas que México aportó al mundo, era utilizada como saborizante y servía para pagar el tributo a los gobernantes; también era base de perfumes y tónico medicinal. Durante el siglo XVI, en España se establecieron fábricas para elaborar chocolate con sabor de vainilla. Curiosamente, México mantuvo la hegemonía en el cultivo de esta aromática planta, ya que los

agentes polinizadores —las abejas meliponas y una especie de colibrí— solo se encuentran en nuestro país.

La canela, que ya andaluces y romanos habían utilizado con gran entusiasmo —se dice que el emperador Nerón quemó la canela que se usaría en Roma durante un año, en los funerales de su esposa—, fue traída de Ceilán (hoy Sri Lanka). Junto con otras especias, causó indirectamente el descubrimiento de América, ya que exploradores y navegantes buscaban el acceso a estos productos, mientras que los gobiernos se arrebataban países. La canela llegó en un principio por Veracruz y más tarde en la Nao de China por el puerto de Acapulco; fue primordial en el barroco dulcero.

A semejanza de lo que ocurría entre las tribus nómadas del mundo, donde había abejas mieleras, el gusto por la miel se encontraba firmemente arraigado entre los pobladores del territorio mexicano mucho antes de la llegada del azúcar. Se mantuvo constante un tiempo —según indica Carlos Zolla— y después, debido al auge del azúcar, su consumo sufrió una caída irremediable. La apicultura era una actividad desarrollada a la llegada de los españoles, pues muchas de las golosinas rituales de los mayas y los grupos nahuas estaban elaboradas con maíz y miel de abeja o de maguey. Es el caso de las conocidas alegrías —los *tzoalli*—, en las que se formaban figuras que representaban a las deidades con un amasijo de miel y semillas de amaranto tostado y reventado, dulce que perdura hasta nuestros días. También la miel de maguey fue un importante recurso endulzante por el que cada ochenta días Tenochtitlan recibía un tributo que consistía en dos mil quinientos doce cántaros de las regiones ricas en magueyes. Salvador Novo refiere que «mientras los mexicanos no dispusieron de la caña de azúcar, la miel de maguey endulzó sus tamales, atoles y chocolates».

El chocolate fue sin duda la irrupción más escandalosa de las culturas prehispánicas, que lo bebían amargo o picante por desconocer

la feliz alianza del brebaje de cacao con el azúcar. Las almendras y las nueces vinieron de ultramar y encontraron alternancia o nuevos ingredientes en el cacahuete y la pepita de calabaza. La exuberancia frutal, detenida en conservas y cristalizados, se recreó en los mazapanes de pepita de los conventos poblanos, donde mameyes, piñas y zapotes coloridos eran devorados en su versión de dulce.

Juan de Cárdenas dejó una amplia crónica de las preparaciones que observó en la Nueva España a finales del siglo xvi:

Aunque es verdad que cada cual dama se precia hacer su nueva invención, y modo de chocolate, con todo esto el más usado generalmente en todas las Indias es el formado en tabletas, el cual tomó origen de las damas guatemaltecas, y este así mesmo es aquel que se deshace con su agua caliente y su puntica de dulce, que le da mucha gracia: otro hay que después de molida la masa, la deshacen y baten en agua fría, hasta que levante espuma, y después le mezclan con esta poleada hecha de maíz llamada atole, y este es el que de ordinario se gasta, y vende por todas esas plazas, y calles mexicanas: otros, finalmente, le suelen hacer con pinole, que es como decir, echar en lugar de atole un polvo que se hace de maíz tostado, y aun algunas personas para mas fresco le hacen de cebada tostada, a modo de alejija, y otro día entiendo que lo harán con leche de gallinas, según se usan cada día para madama gula de nuevas invenciones: lo que de aquí podemos sacar es que el chocolate más fresco de todos, y el que más apaga la sed, y da mas sustento, es el que se bebe con atole, y el más cálido es el deshecho en agua, porque no quebranta el agua también el calor de la especia, como el atole.

Este atole con chocolate al que se refiere el cronista es lo que conocemos como champurrado.

Índice

Introducción	5
Primera parte. Dulces hábitos	9
Segunda parte. Sor Juana en la cocina	41
Tercera parte. El recetario	71
Gigote de gallina	77
Gigote cuajado	79
Manchamanteles	81
Pollas portuguesas	83
Clemole de Oaxaca	85
Turco de maíz cacaguazintle [<i>sic</i>]	87
Guisado prieto	89
Purín [<i>sic</i>] de espinacas	91
Torta de arroz 1	93
Torta de arroz 2	95
Ante de piña	97
Ante de almidón y camote molido con almendras	99
Ante de natas	101
Ante de cabecitas de negro	103

Ante de betabel	105
Ante de mantequilla 1	107
Ante de mamey	109
Ante de coco y almendras	111
Ante de nuez	113
Ante de mantequilla 2	115
Hojaldrado	117
Alfajores	119
Hojuelas	121
Huevos reales 1	123
Huevos reales 2	125
Huevos moles	127
Jericaya	129
Postre de huevos mejidos	131
Huevos hilados	133
Buñuelos de queso	135
Jarabe de vino	137
Buñuelos de requesón	139
Buñuelos de viento	141
Torta del cielo	143
Bienmesabe	145
Sopa de leche	147
Postre de nuez	149
Leche quemada	151
Regla para todo tipo de cajetas	153
Bibliografía	155