



**La dulce historia de un plato típico de la comida peruana con orígenes remotos**

**Fotos/Photos: Kike del Olmo**

Mucho se ha dicho y es de la azarosa, complaciente, bella y compleja ciudad de Lima, fundada un 18 de enero de 1535 por el conquistador Don Francisco Pizarro. Parece que su historia, desde sus inicios prehispánicos, estuvo destinada a ser síntesis: ciudad de huacas, adoratorios, pescadores y agricultores. Tuvo la influencia de grandes culturas costeñas, pre-chimú y proto-Nazca, Norte y Sur. Por su ubicación absorbió, procesó y transformó. Esta característica será la misma que encontraremos en la Colonia.

Lima se convirtió en esta etapa de su historia en el centro regulador, en el almacén y en el mercado de toda América del Sur. Al comenzar el siglo XVII, Lima era una ciudad comercial de primer orden. En las calles vecinas a la plaza principal había 150 tiendas en las que se ofrecían joyas, brocados, paños, sedas, productos traídos de Europa y Oriente. En esta época, Lima llegó a tener más de 270 tabernas donde se ofrecían vinos, alimentos y especias, que llenaban la más febril imaginación de limeños y extraños.

Desde la Colonia todo lo importante y necesario para reproducir y recrear las añoranzas de los hispanos en nuestras tierras llegaba primero a Lima. Existía en sus inicios la mayor cantidad de esclavos negros e indios designados a todas las actividades, incluida la de cocineros.

### **El mestizaje en la cocina**

Una de las expresiones más ricas, complejas y dinámicas de nuestro mestizaje la encontramos en la cocina. En este espacio y en sus fogones, los conquistadores depositaron varios siglos de sus propias historias de sabores y mestizajes, para ser tomadas y recreadas por las manos de nuestros indígenas y las propias mujeres moriscas traídas por los hispanos. Cocinar es la aventura y necesidad de recrear. Los "dominados", como una de sus pocas posibilidades de ejercer su libertad, fueron tomando a su manera lo que trajeron los dominadores: recetas e insumos; y fueron fecundando en un lento y complejo proceso los nuevos sabores, hijos de nuestro mestizaje. Uno de esos hijos, reconocidos de la convivencia del mestizaje culinario peruano, es nuestro célebre Ají de Gallina. Veamos en qué fogones lejanos y remotos encontramos las parentelas más increíbles de nuestro ají de gallina.

Asumamos que la historia ni se detiene, ni se equivoca. Remontémonos más de cinco siglos atrás y veamos que el antecesor más remoto del ají de gallina lo encontramos en el manjar blanco o manjar blanco. Juan Cruz, español e investigador de cocina y dietética medieval, nos dice: "El manjar blanco o manjar blanco era una comida de cuchara que se tenía como delicadeza del paladar. Se presentaba como una crema espesa compuesta de pechuga de gallina, arroz, almendras y azúcar; de unos ingredientes de origen árabe e ibérico". El manjar blanco así descrito, fue considerado un plato que la cocina medieval española aportó a Europa. En Francia fue recogido como "mangier Blanc", Italia lo llamó Blanc mangieri. Debemos recordar que las raíces de la cocina española medieval son romanas. También debe reconocerse que una gran parte de los recetarios romanos medievales estuvieron fuertemente marcados por las huellas imborrables de las

cocinas árabes.

Ambas cocinas coincidían en el uso y abuso de especias y aromas, como por ejemplo el uso del agua de Rosa. Estas características las vemos nítidamente en los recetarios de Ruperto de Nola, cocinero español importantísimo de la época y fuertemente influido por los sabores árabes. Para complejizar más el conocimiento del origen del manjar blanco, vemos también que en la cocina árabe existía un manjar blanco llamado Tafaya,



cuyos ingredientes son muy parecidos al manjar blanco medieval español. Aquí también vemos como estas cocinas se retroalimentaron, se fusionaron y se recrearon.

Juan de la Cruz nos dice que en el recetario español de 1599 de Diego de Granados, se elimina el ave del Manjar Blanco para poder ofrecerse en días de abstinencia y es así como hasta ahora en España es degustado, como plato frío y dulce. Y es así como también lo conocemos en el Perú. Debemos preguntarnos ¿cómo? ¿cuándo?, ¿en qué versión llegó al Perú el manjar blanco?, ¿con carne?, ¿sin carne?, ¿con leche y azúcar?.

Debemos imaginar que en el Perú se conocieron las dos versiones: la del manjar blanco con pechuga de gallina y azúcar y espesado con harina de arroz; y el manjar blanco sin pechuga de gallina con sólo azúcar y harina. Imaginamos que uno se queda sabiamente en la dulcería y el otro de dulce y monacal manjar se fusiona maliciosa y deliciosamente con nuestro seductor ají, para el inmenso placer de peruanos y foráneos. Seguimos hurgando la olla y como la historia no calla, encontramos que en el "Nuevo Cocinero Americano" editado en forma de diccionario en 1868, aparece el Arequipa del Perú o Arequipa de gallina hasta con diez formas de preparación, reconociéndose que el origen de estos dulces designa con "precisión y verdad", según se dice, a Arequipa como su cuna. Vemos que la descripción de estas variadas formas de preparación de "Arequipas" corresponden también en su contenido al manjar blanco con gallina y es así como lo encontramos con el bello nombre de Manjar Real del Perú, que es el manjar blanco con gallina y azúcar.

Finalmente, rendidos ante tan riquísimos datos del bio-sabor, y compleja biografía del ají de gallina, debemos preguntarnos: ¿quién transformó el manjar blanco en ají de gallina, los arequipeños o los limeños?, ¿a partir de cuándo, quiénes y dónde lo llaman así? Cuando llegó el Manjar Blanco al Perú, ¿llegó sólo en una versión, es decir, con pechugas de gallina y dulce o llegó en sus dos versiones, dulce y salado? ¿Recién aquí se produjeron las supresiones de la gallina y el dulce por las manos de las mujeres peruanas? Vale la pena seguir hurgando en sus recorridos, modificaciones y transformaciones...

Por Isabel Álvarez Novoa  
socióloga e investigadora de cocina peruana, propietaria del restaurante "el Señorío de Sulco"

## AJÍ DE GALLINA (8 PORCIONES)

### Ingredientes:

- 3 1/2 a 4 lts. de agua
- 2 kg. Pechuga de gallina c/ hueso
- 1 cebolla chica
- 2 ramas de apio 70-100 mi. de aceite
- 80 g. de ajo licuado o picado
- 2 cucharaditas de pimienta en polvo blanca
- 1 cdt. de kión en polvo 1 cdt. de comino blanco t-cdta. de orégano en polvo
- 3 hojas de laurel seco
- 230 g. de ají amarillo seco licuado
- 150 g. de ají amarillo fresco licuado
- 100 g. de cebolla en juliana
- 90 g. de pecanas peladas
- 50 g. de ajonjolí tostado
- 1/2 molde de pan de leche

### Lo necesario:

- Leche evaporada (casi una lata)
- Sal

- Huevos duros, aceitunas, queso parmesano.



**Preparación:**

Poner en el agua la pechuga, cebolla, apio. Cocer todo durante 35 a 45 min.

Una vez la pechuga cocida, retirarla y deshilaclarla. Reservar la pechuga deshilaclarada y el consomé.

Primero, asegurarse de tener todos los ingredientes listos para empezar a cocinar.

Remojar y deshacer el pan en el consomé que resultó. En otro poco del consomé, licuar las pecanas y el ajonjolí.

En una olla de aluminio, colocar el aceite y calentar, comenzar a freír los ajos sin que tomen mucho color, agregar pimienta, kión, comino, orégano y laurel. Mezclar bien.

Agregar el ají amarillo seco licuado y ají amarillo fresco licuado, cocinar hasta que la crema tome un color oscuro y la crema se separe del aceite. En ese momento, agregar la cebolla y cocinar por 10 minutos más.

Luego, agregar el pan remojado en consomé y cocinar por 10 minutos. Por último, agregar la pechuga en tiras y la leche evaporada hasta que otorgue un sabor ligero a leche. Agregar sal al gusto.

En un plato, colocar unas rodajas de papas sancochadas y encima un poco de la crema. Espolvorear queso parmesano y decorar con una rodaja de huevo y media aceituna.