

COMIDA Y CULTURA

BY SEENA CHRITI

La Papa un Alimento Con Causa



En este artículo quisiera hablar de un ingrediente que tuvo su origen en Latinoamérica y que representa uno de los principales alimentos en el mundo después del Trigo, maíz y arroz. Me refiero a la papa, Se encuentran vestigios de ella desde hace unos 8000 años al lado del lago Titicaca en América del sur, en la cordillera de los Andes, en la frontera de Bolivia y Perú. Se encuentra a 3800 metros sobre el nivel del mar, esta es la altura idónea para que la papa crezca. Existen aproximadamente 200 especies de papas silvestres. De las casi 5000 variedades que existen, en Perú podemos encontrar 3000 de ellas.

Los Incas le daban mucha importancia al maíz, pero adoptaron a la papa para que les proporcionara la seguridad alimentaria de su imperio. La cosechaban en pequeñas terrazas agrícolas, haciendo experimentos botánicos y produciendo enormes cantidades en pequeños pedazos de tierra. La papa que se cosechaba cerca del lago Titicaca se le denominaba “Mama Jatha” o madre del crecimiento. Para mí es muy simbólico y bello el hecho de que a los alimentos principales de los pueblos los llamen nombres de “madre que da crecimiento” como en este caso, dándole a las madres el papel de las que dan la vida ya ayudan a crecer a su pueblo.

de gran valor para la población. Al principio la aristocracia europea apreciaba las flores de papa, pero consideraban que los tubérculos solo eran dignos de los cerdos.

La manera que tuvo de difundirse fue cuando las personas regalaban las papas de una a otra en diferentes países del mundo. Al principio creían que era venenosa y los primeros en apreciarla fueron los marineros que se llevaban la papa tan fácil de transportar y fue llegando a los distintos países como China, India o Japón. Le costó difundirse en el hemisferio norte porque el clima no la ayudaba.

Existe un platillo muy conocido en Perú llamado Causa peruana hecho a base de papa y tiene una historia muy bonita.

En los tiempos de la guerra con Chile, las mujeres intentaban encontrar la manera de ayudar a los soldados que valientemente luchaban por Perú. Se pusieron a recolectar de manera voluntaria lo que la gente podía regalar, como Maíz, zanahoria, papa. Y con esto idearon un platillo que pudieran vender para ayudar a solventar la ayuda necesaria. Cocinaron la papa, se preno y se sazonó con ají,

limón, aceite y se hizo una masa homogénea que se rellenó de distintos ingredientes. Es entonces cuando las mujeres se pusieron a vender este platillo y lo ofrecían diciendo: “¡Por la causa! ¡Por la causa!” y es así como nace este platillo que hoy en día es de los más exquisitos platillos de una de las gastronomías más importantes, variadas, complejas y deliciosas del mundo.

La causa peruana se puede rellenar de pollo, de verduras, de cangrejo, etc.

Ingredientes

- 2 lbs. Papa blanca cocida
- 1 lb. Papa amarilla cocida
- ½ cebolla cortada, sazonada con sal, limón y aceite.
- 1/3 Taza de aceite
- 2 cditas de ají amarillo licuado con algunas semillas.
- ¾ T. de jugo de limón
- Sal y pimienta
- 10 aceitunas
- 3 huevos cocidos

Después de cocinar las papas, haga un puré y es importante que no queden grumos, una vez hechas puré, añada el aceite y revolver hasta que la masa se torne suave y manejable. Agregar el limón, sal pimienta y ají amarillo. Seguir revolviendo un poco. Una vez que tenga una masa compacta y manejable, forme una figura, circular o cuadrada. Deberá extender la masa en una mesa con un rodillo y darle el grosor que considere. Corte las figuras con un molde o con un vaso.

Coloque la figura en un plato, encima un pedazo de huevo duro, aceitunas, cebolla sazonada y por último cierra la causa con otro pedazo de masa de papa. Esta es una forma muy sencilla de hacerlas pero su pueden rellenar de ensalada de pollo o de atún o de aguacate, etc. ♦