

# LA MARINA: APROXIMACIONES A SUS TRADICIONES CULINARIAS.

Lic. Dainerys Naranjo Fagundo\*, Lilian González Tamayo. \*\*

\* Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos.

Autopista a Varadero Km. 3, Matanzas, Cuba.

\*\* Museo de la Batalla de Ideas.

Cárdenas, Matanzas.

## Resumen.

Las comidas son fundamentales en el desarrollo humano y su elaboración, en algunas ocasiones, se ha convertido en un arte. Los alimentos tradicionales cubanos son producto de este “ajiaco” que es nuestra nacionalidad, de la mezcla de ingredientes españoles, indígenas, africanos, chinos, franceses, etc. La Marina, barrio de la ciudad de Matanzas, presenta una amplia gama de tradiciones culinarias que se encuentran matizadas por su historia. La presente investigación describe las principales comidas tradicionales de La Marina.

**Palabras claves:** Comidas tradicionales, La Marina.

## Introducción.

La cultura popular tradicional cubana tiene elementos que influyen en nuestra identidad y entre ellos se encuentran los aportes culinarios. La cultura culinaria refiere las costumbres alimenticias de una región determinada, teniendo estas particularidades específicas que las diferencian de otras.

En la ciudad de Matanzas existe un barrio con características específicas, La Marina. En este hay un número de personas que son reconocidas por su manera de cocinar y son, como dijera Víctor Navarro, "*cocinero común*", que no es otro que aquel, que con mayor o menor grado de identificación con lo que hace, diariamente elabora, con mayor o menor sentido artístico o científico, diversos platos de lo que él reconoce como propios en dependencia de su experiencia, cultura, nivel económico y coyunturas sociales determinadas (véase actualmente las limitaciones impuestas por el llamado "período especial") y que impone al núcleo de comensales que de él depende." Las tradiciones culinarias de La Marina se construyen desde la información brindada por “cocineros comunes” como:

- Regla González Miró.
- Dolores Pérez Herrera.
- Raúl Domínguez Valdés.
- Juan García Fernández.
- María Esther Casanova.
- María Mercedes Valdés Casanova.
- Bertina Aranda Villamil.

## **La Marina: un barrio en el tiempo.**

La provincia de Matanzas es rica en tradiciones culturales, en la ciudad hay un barrio que encierra en sí el misterio de la tradicionalidad popular, La Marina. Es una comunidad, de las más antiguas de la ciudad, que en sus componentes culturales tiene influencias de lo africano, lo español, lo chino, etc. Su memoria popular resguarda muchas de las tradiciones de nuestra nación en general.

Fue de los primeros lugares en desarrollarse, después de la fundación de la ciudad; estuvo conformado, en sus comienzos, por parte de “lo mejor de la sociedad matancera”. Posteriormente, cuando la ciudad alcanzó mayor desarrollo, los habitantes se comenzaron a desplazar hacia otros sitios. Entonces este tomó características de zona marginada, ya que su población se comenzó a componer, en su mayoría, por antiguos esclavos africanos y sus descendientes; y se debe tener en cuenta que de África nos llegaron productos como la malanga, los plátanos, el ñame, el quimbombó, y muchos de los platos preparados con ellos, sin los cuales es imposible hablar de la cocina cubana. Además, había, aunque en menor grado, algunos blancos y chinos.

La principal fuente de trabajo era el puerto y esto le daba peculiaridades a esta zona. El desarrollo religioso de esta comunidad se basaba en la coexistencia de numerosas religiones africanas y en el sincretismo de la misma.

Desarrolló con el tiempo una fuerte identidad y un gran sentido de pertenencia que puede ser observado a simple vista, pero rodeado por un ambiente de marginalidad que mantiene hasta nuestros días.

Actualmente existen varios criterios con respecto a los límites geográficos de esta comunidad. Nos atenemos a lo expresado por algunos marineros de que La Marina se extiende hasta donde las personas que viven en esta zona se sientan parte del barrio.

“La Marina, según investigaciones, va desde el río San Juan hasta el Yumurí, desde la calle Río hasta Matanzas y Santa Isabel, sin incluir el Ojo de Agua. Nos sentimos marineros los que vivimos desde Ayuntamiento y Daois hasta el puente Versailles, incluyendo el Ojo de Agua; ya en Manzano la gente no se siente marinera.” (Entrevista realizada por las autoras a Raúl Domínguez Valdés. Alias el Quimbo. Marinero-líder del Proyecto Comunitario de Centro Kairos, Iglesia Bautista de Matanzas.)

Queremos aclarar que cuando nos referimos a que las personas que viven en Manzano no se sienten parte de este barrio, mencionamos a los que viven después de la calle Matanzas, pues al fundarse el Teatro Principal los que moraban cerca conformaron una élite y se crearon un cierto rango otorgado por el privilegio de participar en la vida cultural matancera.

La Marina tiene muchos problemas sociales como son: bajo nivel de escolaridad de sus pobladores, alto índice de delincuencia, bajo nivel adquisitivo, viviendas en mal estado de conservación, entre otras.

Por estas razones, el Centro Kairos de la Iglesia Bautista de Matanzas brindó apoyo al gobierno de la provincia para llevar a cabo un Proyecto Comunitario que ayudara al mejoramiento de las condiciones de vida de estas personas.

En el año 1994, algunas organizaciones no gubernamentales, principalmente la denominada “Pan para el mundo” de Alemania; el gobierno municipal y provincial, entre otros; comenzaron un proyecto constructivo dentro de La Marina. Se reconstruyeron solares (cuarterías) con la intención de mejorar la calidad de vida del barrio, pero esto no cambiaba la perspectiva de desarrollo de los marineros, a pesar de los grandes esfuerzos que se llevaban a cabo.

Era necesario transformar, también, las concepciones de las personas en cuanto a sus prioridades. Entonces, en 1999 se pide ayuda al Centro Memorial Martin Luther King Jr y a los educadores populares de la provincia, adquiriendo la perspectiva de Proyecto Comunitario. Se comenzó a realizar una labor de incertación en la comunidad para lograr trabajar con ellos desde el intercambio y el conocimiento mutuo, lográndose que miembros de la comunidad se sumaran al proyecto. En un taller que se celebró en el 2001 “Mirándonos para el 2001”, el proyecto se amplía y se divide en varios subproyectos, entre ellos Raíces, cuyo programa está encausado en el rescate de tradiciones del barrio.

Raíces ha logrado revitalizar la comparsa La Imaliana, desaparecidas desde hacía 20 años. También se retomó la tradición de la quema del Muñeco de San Juan y se trabaja en fomentar la tradición de la Procesión de la Virgen de Regla.

Uno de sus mayores logros es el “Evento de Comida Tradicional”, mediante el cual se convoca a los marineros a que confeccionen de forma competitiva recetas tradicionales del barrio. La primera edición, que no tuvo carácter competitivo, fue en el año 2001, al año siguiente si fue competitivo con la participación de jueces profesionales de la Asociación Culinaria de Matanzas. Este evento ha tenido gran aceptación en el barrio, ya que ha reafirmado la identidad barrial y ha mostrado a las nuevas generaciones los valores culinarios de este barrio que por azares del destino estaban sentenciadas a perderse en el tiempo.

La Marina, dentro de sus riquezas, cuenta con el saber popular de sus habitantes que conservan en su memoria el legado oral que le dejaron sus antepasados tanto desde la religiosidad hasta la culinaria. Este “Evento de Comida Tradicional” ha sido posible desarrollarlo por la aceptación con que ha contado y por el apoyo que ha recibido en el barrio.

Para conocer las tradiciones culinarias de este barrio y sus transformaciones en el tiempo se han realizado investigaciones que den constancia del gran número de variantes con que cuentan, algunas de conocimiento en todo el país y otras típicas de la región.

### **Las comidas tradicionales de La Marina.**

Los platos típicos tradicionales son elaborados y consumidos en un lugar determinado en el transcurso del tiempo. Los cuales cuentan con gran aceptación y preferencia dentro de la población porque representa al lugar donde se realizan, dando fe de su identidad barrial.

En La Marina estos platos han ido mezclándose con el resto de las tradiciones, conformando parte del sentimiento de identidad de sus habitantes. Son un símbolo alegórico que los caracteriza, estableciendo un enlace entre el pasado y el porvenir en esta comunidad.

Han estado marcados y establecidos por la vida marginal y pobre en la cual se han desarrollado. Son alimentos dables a realizar porque los productos con que se elaboran han sido baratos y fáciles de adquirir, aunque últimamente estos han sufrido de un alza en sus precios. Esta cuestión, en lugar de traerle deficiencias, ha permitido que sus realizadores utilicen su imaginación y habilidades, resultando sus confecciones platos de exquisito sabor para el paladar.

La elaboración de estos platos en la comunidad, ha sido atribuida a las mujeres, aunque los hombres han tenido su espacio en esta labor. Dentro de nuestros informantes tan solo uno es de género masculino y solo nos fue comentado sobre otro de hombre artífice de la culinaria. Lo cual nos hace pensar que el número de mujeres que cocinan

en la comunidad es superior al de los hombres y esto se debe a que es una tarea imputada a través de los tiempos a las féminas.

Es una comunidad muy particular e interesante que muestra cuan profunda y perdurable pueden ser las tradiciones, sus recetas no se han perdido en el tiempo aunque hayan sufrido modificaciones.

El maíz es un elemento fundamental en la alimentación de los “marineros”, su forma de elaboración varía, pero sin dudas, todas han tenido gran aceptación dentro de la población, ganándose un sitio importante en la tradición culinaria “marinera”.

Este cereal, del que se conoce, por los cronistas de Indias, su pertenencia a nuestros aborígenes, fue mezclado con elementos de otras culturas y latitudes creando platos de un carácter verdaderamente nacional y autóctono.

Uno de los modos de preparación del maíz es en forma de harina. Este plato ha gustado tanto que ha sido mezclado con otros productos como el quimbombó y la jaiba, combinaciones que hacen a los platos de La Marina y de otros sitios del país dueños de una riqueza de matices étnicos inigualable.

La harina con quimbombó es preparada mezclando estos ingredientes desde al principio de la cocción. Esta manera de realizarlo ha sido asimilada por la mayoría de los habitantes del barrio que prefieren cocinarla así en lugar de hacerlo por separado.

La harina con jaiba se elabora sofriendo la jaiba con ajo, ají, cebolla, vino seco y vinagre. Luego se le añade agua y harina revolviendo hasta que se espese. Esta cocción toma un color rojizo y su calidad es patentada por la preferencia que gana este plato entre lo “marineros”, pues el mismo no falta en sus mesas.

Cocinar jaiba es común en La Marina, pues tiene un lugar meritorio dentro de esta cocina. “Esta composición de harina y jaiba es catalogada por algunos como la “reina de las comidas del barrio, porque se ansía la elaboración de este alimento en las casas de la comunidad, por su peculiar sabor y la facilidad con que se realiza.” (Entrevista realizada a Juan García Fernández)

Es idóneo para cualquier ocasión, resulta ser tan común como refinado; puede servirse lo mismo en la cotidianidad del hogar que de anfitrión en festividades. La limitación para ingerirlo está en que el crustáceo ha alcanzado precios muy altos que imposibilitan que sean adquiridos con mayor regularidad.

El tamal, tanto en cazuela como en hoja, ha logrado colocarse entre los platos tradicionales; al igual que en toda Cuba, es aclamado por los comensales del barrio.

Antiguamente, para hacer la masa, se rayaba el grano ya que se lograba una mayor homogeneidad y liquidez, pero en la actualidad se muele para abreviar el tiempo de elaboración del mismo. Es añorado el modo tradicional de realizarse porque el tamal en este estilo, tiene una textura más suave, fina, delicada y de agradable sabor.

Los informantes plantean que aunque empleen más tiempo en su preparación, prefieren hacer el tamal con maíz rayado. Por tanto, la tradición de elaborarlo de esta forma convencional aún se mantiene, pero cada vez cuenta con menos adeptos por su confección complicada y trabajosa.

La explicación a este fenómeno la encontramos en que las mujeres, que son las que normalmente cocinan, han adquirido mayor responsabilidades a nivel social, por tanto ya no tienen mucho tiempo libre para elaborarlo; aplicando como alternativa moler el grano para acelerar el proceso.

En cualquiera de sus variantes (con carnes, empellas, chicharrones, etc. o sin ellas) el tamal se emplea mayoritariamente en ocasiones festivas o especiales como cumpleaños, reuniones familiares, etc. También es utilizado para amenizar fiestas, donde se consumen bebidas alcohólicas, en las cuales cumplen función de saladitos.

En todo el país se realizan grandes tamaladas, donde se reúnen más de una familia a compartir instantes de satisfacción y alegría. Es una característica de este barrio que las calles de La Marina sean la casa grande de todos, por tanto esta forma de reunión y celebraciones tiene un carácter de complicidad con su particular modo de expresar la vida.

Otra manera de consumir el maíz, es cuando se preparan en mazorcas azadas como acompañantes de diversas comidas; si no hay tiempo para preparar otras comidas más elaboradas esta es una buena opción. Su elaboración es simple y rápida, su confección no requiere de una atención constante y permite ir realizando otras labores del hogar mientras se cuecen.

Las sopas y los caldos han sido una alternativa a la ausencia de sustentos sólidos para el momento de ir a la mesa. Gozan de gran prestigio el ajiaco o caldosa, guiso de maíz, caldo de jaiba, sopa de cherna, chocoziela y sopa de sentimiento.

Sobre el ajiaco diría el gran antropólogo cubano Fernando Ortiz:

“La indiada nos dio el maíz, la papa, la malanga, el boniato, la yuca, el ají que lo condimenta y el blanco xao-xao del casabe con que los buenos criollos de Camaguey y Oriente adornan el ajiaco al servir. Así era el primer ajiaco, el ajiaco precolombino, con carnes de jutías, de iguanas, de cocodrilos, de maja, de tortugas, de cobos y de otras alimañas de la casa y pesca que ya no se estiman para el paladar. Los castellanos desecharon esas carnes indias y pusieron las suyas. Ellos trajeron con sus calabazas y nabos, las carnes frescas de res, los tasajos, las cecinas y el bacón. Y todo ello fue a dar sustancia al nuevo ajiaco de Cuba. Con los blancos de Europa, llegaron los negros de África y estos nos aportan guineas, plátanos, ñames y su técnica cocinera. Y luego los asiáticos con sus misteriosas especias de Oriente; y los franceses con su ponderación de sabores que amortiguó la causticidad del pimientillo salvaje; y los angloamericanos con sus mecánicas domésticas que simplificaron la cocina...”  
(Ortiz, 1991: 10)

Este ha sido el camino del ajiaco hasta nuestros días, el cual también es conocido como caldosa, aunque popularmente existe una gran confusión con respecto a estos términos.

Eduardo Torres-Cueva y Oscar Loyola en el libro Historia de Cuba. 1942-1898, plantean que “Los esclavos de plantaciones viven en barracones, su comida es el clásico ajiaco criollo...”, por tanto sería un plato muy común en los descendientes de esclavos y que luego se generalizaría. Teniendo en cuenta que en La Marina vivían, mayoritariamente, antiguos esclavos y sus familias era muy normal que continuaran con las costumbres adquiridas durante su vida. Gusto y preferencia que continuó propagándose y fue transmitido de una generación a otra.

Los potajes españoles se fueron transculturando hasta quedar asumidos por nosotros, pero con una carga autóctona de mezcla y unión de elementos de diferentes procedencias. No es costumbre nuestra comer los potajes solos, a diferencia de España, sino que tradicionalmente nos hemos adaptado a unirlos al arroz.

El guiso de maíz es un sopón más o menos espeso cuya principal atracción es el maíz en mazorca y en granos acompañado de diferentes viandas carnes. Los marineros lo asumen como una comida rápida de elabora que puede sustentar la mesa, ya que cuando se realiza no es necesario acompañarla de otros grandes alimentos.

En las fiestas de este barrio, el caldo de jaiba, es utilizado como sustento ante bebidas alcohólicas; era realizado y se iba consumiendo para atenuar los efectos del ron u otra bebida. Actualmente no se realiza muy frecuentemente, en su lugar se preparan caldosas; ya que las jaibas no se adquieren tan fácilmente como antes. Cuentan que

cuando alguien se pasaba de tragos se le daba este caldo e inmediatamente comenzaba a reponerse, sintiéndose más reconfortado después de ingerirlo; haciendo honor al refrán que sentencia: “Este caldo levanta a un muerto.”

La sopa de chocozuela y sentimiento tienen en la res su principal condimento; la primera de estas se realiza de la osamenta craneal y la segunda de la rótula de este animal. Estos platos son prácticamente imposibles de realizar por la situación económica que atraviesa el país, la que se caracteriza por una situación inestable y de férreo bloqueo económico.

A partir de aproximadamente 1990, esta situación se ha estado desarrollando en el país producto a la caída del campo socialista. Algunos productos que se recibían de estos países dejaron de entrar a nuestro país y por tanto, desaparecieron; otros como el ganado vacuno, disminuyeron su oferta, ya que es más factible utilizar la leche de estos que sacrificarlos para obtener la carne.

Producto a esto muchas comidas de La Marina y el resto del país se vieron afectados, desaparecieron totalmente o tuvo que transformarse su elaboración.

Por su cercanía al mar y al río Yumurí, una parte importante de la dieta de este sector poblacional está constituida por pescados y mariscos. Los miembros de esta comunidad han podido pescar en este río o en el mar, lo que les ha ayudado históricamente a confeccionar los alimentos, acentuándose esta condición durante los años críticos del período especial.

Los enchilados de jaiba y de cangrejo se hacen en fiestas; son justificadas por celebraciones como el Día de los Padres, el Día de las Madres, etc. ya que esa temporada es lluviosa y facilita la captura de crustáceos. Esto se ha convertido en una tradición que ha perdurado en el tiempo y se ha arraigado en los hábitos de la comunidad.

ESTE ALIMENTO es una de las pocas recetas nacionales que conserva la herencia aborigen de comer picante; porque a diferencia de otras latitudes de Latinoamérica en Cuba los platos han perdido este elemento característico. A decir de Darcy Ribeyro somos un pueblo nuevo que hemos surgido de “de los mestizos hijos de padres blancos y de madres indias o negra” (Ribeyro, 1982:9) étnicamente diferentes y perdiendo muchas de las tradiciones de los pueblos de los cuales surgimos, pero creando otras nuevas. Opinamos que una de las características de la indiana cubana que no pasó a nuestra cultura culinaria actual es la de comer con gran cantidad de picantes y en los enchilados de cangrejo y jaiba se conserva.

La cercanía del barrio al puerto permitía que muchos de los productos que entraban al mismo se diseminaran entre las personas allí vivían. Tal es el caso del arencón, un pescado que hasta 1965 ó 1970 ingresaba al puerto regularmente y que llegó a formar parte de la dieta “marinera”. Se comía en ensalada de huevos y papas acompañando otras delicias. Lamentablemente esta receta se perdió, del mismo modo en que muchas otras cosas durante la devastadora crisis económica de principios de los noventa del pasado siglo .

También conforman los platos típicos tradicionales de la comunidad, el arroz blanco o amarillo con pescado de río y arroz con picadillo y boniato. Estos arroces que tienen una marcada influencia yoruba, se cocinan con abundante grasa y notablemente secos, sin ablandar tanto el arroz como lo hacen las culturas Orientales.

Otra manera de comer el arroz es con quimbombó (Congo, África) o con camaroncito seco; cocinándose juntos ambos ingredientes. El quimbombó en caldo es muy saboreado entre estos comensales y el quimbombó con camaroncito seco y bolas de plátano es recordado como un manjar, pero como ya hemos

apuntado, el camarón resulta un componente inaccesible, por lo que ha sido cambiado indistintamente por mortadela, pollo, jamón, etc. Esto último ha provocado que transforme una tradición, haciendo crear nuevas concepciones de platos o recetas.

La panza y la patipanza son comidas habituales del “marinero” y las elaboran continuamente. Cuando alguien de esta zona se refiere a ella lo hace con el deseo de poder saborearla y con el orgullo de tenerlas entre sus platos típicos. Las formas de consumirse son diversas, se pueden conjugar con los vegetales, con viandas o solas; por esa razón hay tantas personas que la prefieren.

El ochinchín, con fuerte procedencia china, se hace con huevo, berro y carnes, bajo de sal y con abundante ajo. Este plato es realizado esporádicamente a pesar que muchos lo prefieren, porque los elementos necesarios para su elaboración son disímiles y costosos.

Las frituras de bacalao y malanga también están entre los platos tradicionales del barrio, las prefieren como complemento del arroz con frijoles o tan solo del arroz. Se elabora con este fin en la cotidianidad de la casa; pero también se utiliza como saladito en fiestas y conmemoraciones.

### **Comidas de “santos” o de pertenencia a religiones afrocubanas.**

En La Marina coexisten varias religiones predominando entre la población la práctica de la Regla de Ocha. Esta forma de religión se caracteriza por la adoración de deidades que según las características de cada una de ellas se les hacen ofrendas de comidas y ron buscando salud, protección y suerte.

Estas comidas de “santos” en algunos casos han dejado de ser exclusivas de la adoración de dioses y la población las ha asumido en su cotidianidad tal es el caso del dulce de coco seco (coquito) o en almíbar que es propio de Ochún o la Caridad del Cobre.

A raíz de esto, muchas personas mezclan tradiciones culinarias, con alimentos que encontramos en el barrio, pero que se derivan de la comida de santería y que pudieran hallarse en otros lugares donde se practican rituales religiosos.

Un ejemplo de comida tradicional que por tradición religiosa consumen los “marineros” es el *maíz finaó* (Regia de Ocha). Es una comida de la Virgen de la Caridad y consiste en remojar el maíz hasta que se pueda eliminar la capa que recubre el grano, después se le agrega sal, cebolla, ajo, etc. y se fríe.

También tenemos el amebó, perteneciente a la religión Arará, una harina que se cocina con el caldo donde se ha hervido carne de gallo.

Por lo general las comidas que incluyen gallos, galli+nas, chivos, etc. son comidas provenientes de religiones que fueron aprehendidas por el pueblo y que se han convertido en tradiciones.

Desde el punto de vista religioso las costumbres y hábitos alimentarios obedecen realmente a los conocimientos transmitidos de generación en generación, entre creyentes y lo reportado en libros y documentos últimamente menos secreto, en donde aparecen los alimentos y formas de cocinar y servir los platos según la fiesta de que se trate así como para la deidad que se le haga la ofrenda.

## **Dulces tradicionales de La Marina.**

Los dulces de mayor arraigo en este barrio son los que se hacen en las casas. Son muy preparados el dulce de leche, el arroz con leche, el dulce de fruta bomba, la harina dulce, el dengué y el majarete, la malarrabia, el boniatillo, el flan, el dulce de coco, el coquito, el dulce de tomate y de mango.

Otros de los dulces que gustan mucho es el manjar blanco que de acuerdo con la información recibida de Dolores Pérez se hace con leche y maicena, se va revolviendo hasta quedar CON LA CONSISTENCIA de una natilla. María Argelia Vizcaíno en el artículo; "Saboreando nuestra cocina" reseña que este dulce es muy antiguo y clasifica dentro de los casi olvidados.

El cusubé, denominación aborígen, consiste en un dulce seco, hecho de harina de yuca (almidón), en panecillos o porciones que llaman bollitos, con agua y azúcar, y a veces amasada con huevo, muy parecida al masa real; se producía y vendía por un vecino de La MARINA; CUANDO ÉL MURIÓ se perdió la tradición de confeccionarlo. No conocemos de la existencia de personas que estén al tanto del modo exacto de proceder para cocinar esta golosina.

Estos dulces se comen con regularidad en el barrio para el consumo diario, en festividades y fechas señaladas (Día de los Padres, Día de las Madres); sin embargo en ocasión de celebrarse cumpleaños infantiles, en vez de recurrir a los dulces caseros, la mayoría de las personas compran dulces de confitería para festejar la ocasión.

## **Bebidas tradicionales de La Marina.**

Los vinos que se consumen en el barrio son de procedencia casera; se elaboran por familias para uso de las mismas. Se preparan de romerillo, de flor de tuna, chícharo, arroz, piña, etc.

El aguardiente y el ron con yerba buena son bebidas consumidas en el barrio. Ellas son la base para elaborar otros como la lechita, el chocolatico y el bombón.

Una bebida de gran tradición es el chequeté: el cual se hace en una tinaja con azúcar prieta, maíz tostado en polvo (pinol}, diferentes frutas y aguardiente. Se prepara tres o cuatro días con antelación a la fecha en que se consumirá.

Su confección es trabajosa y muchas personas desconocen su modo de elaboración.

Estas bebidas animan bodas, bautizos, fiestas de quince, cumpleaños y ocasiones especiales, CON el fin de mantener el ambiente festivo en estas actividades.

## **Conclusiones.**

Nitza Villapol en su libro Cocina al minuto expresa: "La cocina es un arte y como tal tiene mucho del poder creador del que la realiza".

Las posibilidades de que se transmitan los conocimientos de cómo elaborar platos tradicionales de una generación a otra están marcadas por las potencialidades de cada familia para traspasarlas, aunque la juventud cada vez tiene menos tiempo para dedicarse a la confección de los mismos.

Las tradiciones han sido conformadas al establecerse un criterio unificador que recoge toda la herencia, la fantasía y el aporte que cada familia ha hecho al ir confeccionando, innovando y/o transformando en sus casas los platos ya existentes.

Cada persona hace aportes a las tradiciones del barrio al que se siente unido, por ser parte de su historia. Dejan su huella en toda comida que con amor cocinan a diario para su lamilla, sus amigos. Con el tiempo los platos adquieren vida propia, toman partido en la vida y dirección de quienes los degustan, rigen de cierta forma sus destinos y los acompañan siempre.

Los platos más habituales de la comunidad, que se pueden preparar o no en otros lugares del país, son los siguientes.

### **Comidas**

Harina con quimbombó.	Sopa de cherna
Harina con jaiba.	Caldo de jaiba
Tamal (en cazuela y hojas)	Sopa de sentimientos.
Mazorca de maíz	Chocozuela
Arroz con pescado de río.	Ajiaco o caldosa.
Arroz amarillo con camaroncito seco.	Guiso de maíz
Arroz con picadillo y boniato	Enchilado de cangrejo
Arroz con quimbombó	Enchilado de jaiba
Quimbombó en caldo	Patipanza
Panza	Amebó
Arencón	Maíz fino
Fritura de bacalao	Fritura de malanga

### **Dulces**

Dengué	Flan
Majarete	Pudín
Malarrabia	Coquito
Boniatillo	Dulce de coco
Arroz con leche	Manjar blanco
Dulce de tomate	Cusubé
Dulce de mango	Dulce de frutabomba

### **Bebidas**

Chequeté
Vinos caseros
Ron con yerba buena
Aguardiente
Lechita
Chocolatico
Bombón

Los platos típicos tradicionales de La Marina se realizan en diversos CONTEXTOS, tanto en momentos especiales como diariamente; además una misma comida se puede realizar en momentos muy diferentes con objetivos distintos.

Las comidas tradicionales de La Marina y las religiosas son mezcladas, por algunas personas, dejando un límite entre ellas pero estableciendo su continuo intercambio. Otros establecen un límite entre estas tradiciones y plantean que las comidas religiosas están presentes en cualquier lugar donde se practique; por tanto no son solamente tradiciones culinarias.

El paso del tiempo ha influido en la mantención o degradación de estos alimentos tradicionales. El periodo especial, el poco tiempo que se le dedica a la cocina, el poco de los jóvenes por aprender este arte son algunos de los factores que han traído consigo un cambio u olvido de estas tradiciones.

En la comunidad hay familias donde se mantienen estas tradiciones y en las cuales los más jóvenes también se interesan por alcanzar conocimientos en esta materia.

Creo que los platos tradicionales de La Marina son un recuerdo y a la vez un presente práctico de cómo adornar la vida con imaginación y alegría.

### **Fuentes bibliográficas.**

1. Álvarez, Luis y García, Olga. (2001) Cocina en dos ciudades. Platos tradicionales de Camagüey y Sancti Spíritus. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
2. Díaz-Pimienta, Alexis. (2004). Maldita Danza. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
3. González, Niurka y Estrella González Noriega1. (1999). Antecedentes etnohistóricos de la alimentación tradicional en Cuba. Disponible en: **Indice <alisu299.htm>Anterior <ali09299.htm>**.
4. \_\_\_\_\_ (2001). Algunas transformaciones en las comidas tradicionales de la población rural cubana. Disponible en, [http://www.bvs.sld.cu/revistas/ali/vol15\\_2\\_01/ali09201.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/ali/vol15_2_01/ali09201.htm).
5. Guancho, Jesús. (1996). Componentes étnicos de la Nación Cubana. Ciudad de La Habana: Editorial Unión.
6. LLadanosa i Giró, Josep. (2004). El libro de la cocina catalana. Madrid: Alianza Editorial.
7. Núñez Jiménez, Antonio y Núñez Velis, Liliana. (1991). La comida en el monte. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
8. Ortiz, Fernando. Entre cubanos psicología tropical. (1987). La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
9. Ortiz, Fernando. (1991). Estudios etnosociológicos. Los factores humanos de la cubanidad. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
10. Rodríguez Gómez, Gregorio. (2002). Metodología de la Investigación Cualitativa. Polig Stgo de Cuba.
11. Ribeyro, Darcy. (1982). Perfil de un continente, en: El Correo de la UNESCO, agosto-septiembre.
12. Torres -Cueva, Eduardo y Loyola, Oscar. (2001). Historia de Cuba. 1492-1898. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

13. Villaverde, Cirilo. (1990). Cecilia Valdés, La Habana: Editorial Pueblo y Educación.