



## TALLER ARTE Y RECETAS:

### MUJERES QUE HAN REVOLUCIONADO LA COCINA

Desde el inicio de los tiempos, desde las sociedades matriarcales donde las mujeres eran el centro de la tribu dada su capacidad de observación, conocimiento y respeto por los procesos naturales y climáticos, la mujer se ha encargado de hacernos llegar un legado de incalculable valor centrado en la gastronomía.

LA GASTRONOMÍA nos hace saber quiénes somos, de dónde procedemos, cómo nos relacionamos con las personas y con el entorno, así como nos da pistas acerca de cuáles son nuestras costumbres, hábitos y tradiciones en continua evolución a lo largo de la historia.

La gastronomía nos habla de MEMORIA e HISTORIA y la mujer ha sido (y sigue siendo) sin duda, el pilar indiscutible que "mima", "cuida" y "sostiene" tal legado.

MEMORIA E HISTORIA, he aquí unas breves pinceladas :

Observando y entendiendo el fuego, las mujeres descubrieron el gran invento de la humanidad; LA SOPA, cargada de nutrientes y en estado líquido, que favorecía el que los bebés no perecieran una vez se destetaban.

A colación del destete, las mujeres amamantaban a criaturas con las que no compartían lazos de sangre, desde el nacimiento hasta los tres años aproximadamente, llegando a ser consideradas segundas madres.

Las mujeres descubrieron el salazón y el 'baño María', entre muchos tipos de conservas de alimentos, permitiendo prolongar el buen estado de la comida, organizando provisiones para las duras estaciones ó períodos del año.

Las mujeres fueron capaces de experimentar de foma libre y creativa en la cocina (como en muchos otros campos) fuera de la opresión masculina. Ello ocurría entre las comunidades de religiosas que pasaron gran parte de sus vidas en monasterios y abadías aisladas. A ellas se les debe, por ejemplo, la invención de la cerveza con lúpulo, la repostería exquisita ó el chocolate a la taza tal y como lo conocemos hoy día. La mezcla de ingredientes, especias y excitantes les permitían entrar en contacto fácilmente con Dios.

Las mujeres guardaban sus recetas y se las dejaban en herencia a sus hijas para que conocieran la gastronomía familiar, para facilitarles sus vidas en el matrimonio.

Las mujeres fueron capaces de cocinar y de alimentar durante la Guerra Civil a la población para que no pereciera. Ingeniaron tortillas de papas que ni llevaban huevo, ni llevaban papas y crearon fuego con bolas de papel prensado, previamente remojado que colocaban bajo los hornillos.

Las mujeres...





MARÍA BUENO. DISTRITO DE BAILÉN Y TEATINOS. MÁLAGA 2017