

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN CIDAP

Fuente: Diario El Tiempo
Fecha: lunes 24 de junio del 2019
Página: 14-15
Año: 65
Edición: 17.020
Descriptor: OCA, PRODUCTOS AGRÍCOLAS ANDINOS, COCINA TRADICIONAL ANDINA.

La oca, ingrediente de platillos ancestrales



Una mujer vende ocas y zanahorias en una calle de Ambato, provincia de Tungurahua.

Papa, zanahoria, camote, mashua, melloco y oca son algunos de los “frutos del subsuelo” que germinan en las parcelas de Mocha, Quero, Tisaleo, Cevallos y varias parroquias rurales de Ambato en la provincia de Tungurahua.

Sin embargo, la oca es el producto preferido tanto de productores, comerciantes y consumidores, por su suave textura, su sabor dulce y sus múltiples propiedades nutritivas.

Con la oca se prepara una exquisita especialidad culinaria que hasta hace poco estuvo olvidada. No obstante, gracias al esfuerzo de chefs tungurahueses está “resucitando” en comedores de la provincia.



Se trata del locro de oca, un platillo sabroso que a la vez tiene beneficios para la salud. “Constituye una especialidad culinaria ancestral que estuvo presente en los menús de gran parte de los pueblitos de la Sierra centro hasta 1960, al igual que la sopa de quinua y la colada de sangoracha (amaranto)”, señala Edwin García, chef de la Universidad Técnica de Ambato.

Cosmovisión andina

En recetarios antiguos y en la memoria de las abuelitas, el locro de oca está presente y representa un alimento de importancia espiritual. “En épocas precolombinas, cada ingrediente, ya sean verduras, frutos, granos o semillas, representaban una ofrenda al Creador. La oca no es la excepción, más aun cuando su maduración tiene lugar en el subsuelo”, explica Diana Chávez, antropóloga ambateña.



El contacto directo del producto con la tierra, de acuerdo con Chávez, significa para la cultura indígena una relación más directa con las deidades animistas de la creencia

andina. “Por ello la papa y el camote (especie dulce de patata propia de Sudamérica), incluso son adorados como deidades menores en varios países de la región. Al degustarlos, los comensales creían que ingerían la primicia selecta de sus dioses”, agrega la antropóloga.

En la antigüedad el plato se preparaba exclusivamente en fogones con leña de ciprés, tilo, motilón y nogal. A más de la oca, para preparar el locro se necesita ajo, cebolla blanca, achiote, un chorrito de aceite, perejil fresco, una porción de fritada (opcional) y sal.



“La cebolla se pica finamente y se fríe en un sartén con aceite, ajo y achiote. Las ocas tiernas se hierven en una olla con dos litros de agua, luego de 30 minutos se agrega sal, el perejil, el refrito y la fritada”, asegura Rebeca Saltos, experta en comidas tradicionales.

La sencillez de su preparación convierte a este locro en un platillo muy apreciado y de bajo costo. Su precio ronda los 2,50 dólares y es acompañado por una tortilla de maíz. (F)



Cultivos. La oca se cultiva en los Andes centrales y meridionales y septentrionales entre los 3.000 y los 3.900 m.s.n.m.

Clases. Existen las amarillas, que se cultivan en los valles, y las rojas y las moradas que se cosechan en condiciones más adversas.

SABOR. El producto adquiere el dulzor característico cuando es secado al sol por varios días. En este proceso también pierde la coloración rojiza.

La siembra de las diferentes especies es beneficiosa para el terreno. El cultivo de las cuatro especies de oca que germinan en Tungurahua es beneficiosa para la fertilidad y permeabilidad del suelo.

En el libro ‘Cómo evitar la erosión en el altiplano’, del autor y agricultor tungurahuense Jorge Vinuesa, señala que “las raíces del tubérculo, muy finas y resistentes, crean una suerte de tejido natural muy parecido a un cedazo”.



“Por ello el agua es absorbida por la planta, pero no es retenida. Tras varios minutos se filtra fácilmente, evitando anegación”, se lee en el primer capítulo del libro. A diferencia de la oca dulce que se acostumbra a comer hervida en tiempo de Carnaval, el tubérculo que se usa en la preparación del locro tiene un sabor un tanto salado, incluso agridulce.

“El producto adquiere el dulzor característico cuando es secado al sol por varios días. En este proceso también pierde la coloración rojiza que tiene naturalmente debido a su maduración bajo tierra”, comenta Graciela Morales, propietaria del restaurante Pacha Mama en Ambato. (F)