

## CENTRO DE DOCUMENTACIÓN CIDAP

Fuente: Diario El Tiempo

Fecha: martes 28 de enero de 2023

Año 65 Edición 17.232 Página 12-13

Descriptor: **PAN DE ALMIDÓN, PANADERÍA TRADICIONAL-AZUAY, ACHIRA, GIRÓN-GASTRONOMÍA.**

### Pan de almidón de achira, una tradición gironense

**Patricia Naula Herembás**



*La harina de este tubérculo es utilizada en varias recetas, se prepara además coladas y bizcochuelos. En la actualidad muy pocas personas mantienen esta tradición, como la familia de doña Florencia Astudillo de 95 años que heredó los conocimientos de su madre María Tinoco.*

En la provincia del Azuay la hoja de achira es ampliamente utilizada, en su mayoría, para preparar envueltos como tamales, quimbolitos y quesos amasados. Pero en el cantón Girón este tubérculo adquiere una especial relevancia. Es un alimento que forma parte de la vida cotidiana pues con el almidón de achira se prepara pan, dulces, bizcochuelos, colada, helados, tapioca o se lo cocina y se lo acompaña con leche.

Son pocas las personas que conservan estas tradiciones, como la familia de doña Florencia Astudillo. A sus 95 años recuerda con claridad la receta que heredó de su madre María Tinoco, para preparar los panes o dulces.

“Yo hago la entreverada de 30 huevos con miel de cuatro panelas y margarina; se le pega una buena batida y se le pone el almidón de achira sin dejar de batir, después se agrega media taza de agua fría y una nadita de harina, menos de una libra”, relata doña Florencia mientras descansa en su vivienda ubicada cerca del parque central del cantón Girón.

Aunque ha perdido un poco la audición, hace un esfuerzo por escuchar y cuenta que cada semana preparan entre 1.200 y 1.500 panes pequeños que se comercializan durante la semana. Para la anciana el secreto está en batir constantemente la mezcla hasta que se coloca en la lata.

Para conservar esta costumbre doña Florencia ha compartido la receta con Rosario Chimbo y su nieta María Gabriela Camas de 22 años, quienes cada semana acuden a preparar los panes.

La joven es experta en mezclar los ingredientes para lo cual usa una batea grande de madera y luego les da forma en cada una de las latas y los deja a punto para hornear, de lo cual se encarga su abuela. “Eso sí, tiene que ser en horno de leña”, sentencia la mujer, quien se dedica a este oficio desde hace 16 años.

Los panes se doran en aproximadamente tres minutos. Duran hasta 15 días si se desea guardarlos pues no contienen levadura.

### **Recuerdos**

Luis y Raúl Tenecela, hijos de doña Florencia, se encargan de la venta de los dulces. Ellos conocieron de sus abuelos los usos de la harina de achira, un tubérculo andino que los antepasados ya lo utilizaban para su alimentación. “Las personas que tiene diabetes consumen el pan de almidón porque es saludable”, dice Luis.

Aunque antiguamente se sembraba y se cosechaba la achira en Girón y sus alrededores en zonas como Leocápac, El Chorro, Zapata, Sinchay, don Luis lamenta que la producción se redujo notablemente a finales de la década de los 90 debido a la migración y también a las plagas que afectaron los cultivos.

En ese entonces, las familias cosechaban la achira y obtenían el almidón de manera tradicional, lo que requiere de un proceso largo. Primero se rallan las raíces del

tubérculo, se lava, se seca y se cierce varias veces, hasta obtener el polvillo blanco con el que los gironenses preparan variedad de golosinas.

Actualmente la familia de doña Florencia compra el almidón que viene de Baños de Ambato.

### **Temporada**

Aunque las ventas de pan se realizan cada semana, en los meses de junio y noviembre se registran un incremento debido al Corpus Christi y a la Fiesta de los toros de Girón. En estas épocas además de los turistas locales, llegan de visita los migrantes quienes adquieren entre 40 y 50 dólares de pan para llevar al exterior.

Raúl y Luis Tenecela reconocen que este oficio fue el sustento de sus padres, pero ahora lo hacen como una distracción para honrar el trabajo de su madre. **(F)**

### **La achira y sus diferentes usos: una opción como biodegradable**

La achira es un producto muy versátil. Se destacan cuatro de sus funciones. Como alimento por sus valores nutricionales, como envoltura para ciertos preparados, como planta decorativa por sus coloridas flores y en la actualidad se han destacado también sus propiedades para elaborar plásticos biodegradables.

“Añadirle ácido cítrico y proteína de suero de leche al almidón de achira le da durabilidad, lo que lo convertiría en una alternativa biodegradable a los polímeros derivados del petróleo”, señala en una de sus publicaciones la investigadora Liliana Ávila Martín de la Universidad Nacional de Colombia. **(F)**

Fuente: [El Tiempo](#)