



Fuente imágenes:

Ira León



**UNA AREPA PARA EL FUTURO:
SABERES CON SABOR A ARRAIGO**
Johns Creek, Georgia, EE.UU.: Arraigo Group, 2024, 252 p.

Ximena Montilla Arreaza
(Concepto editorial y compilación)

@ximenamontillaarreaza

Ira León

(Ilustraciones originales y concepto gráfico)

@ojodeira

Manuela Montilla Arreaza
(Coordinación editorial, redacción y edición de textos)

@galacticatea.editora

Reinaldo Acosta
(Diagramación y diseño gráfico)

@racostav141

Web de la publicación:

<https://historiadelaarepa.com/una-arepa-para-el-futuro/>

En Instagram:

@historiadelaarepa

@arraigogroup



DE LA COCINA A LA ESCUELA: SIEMPRE CELEBRANDO AL MAÍZ Y A LA AREPA [Reseña de libro]

Ximena Montilla Arreaza (Compiladora)

Ira León (Ilustradora)

Manuela Montilla Arreaza (Editora)

UNA AREPA PARA EL FUTURO: SABERES CON SABOR A ARRAIGO

Caracas, Venezuela: Arraigo Group, 2024

[Versión impresa, en castellano/español, 252 p.; versión *e-book*, 300 p.]

En septiembre de 2024 publicamos el cuarto libro de la colección *Historia de la Arepa: «Una arepa para el futuro. Saberes con sabor a arraigo»*. Este libro relata –entre muchas otras cosas– la gestación del concepto de Cocina Venezolana a lo largo de la historia de un país y lo celebra: Ganador del Gourmand Award como «Mejor libro de cocina», en sus dos versiones (español e inglés).

Como editora de la colección *Historia de la arepa*, cuando recibí el material compilado por Ximena Montilla, busqué establecer un orden que me permitiese abordar la complejidad de temas y ofrecer una lectura que permitiera ir al lector de las cocinas de las abuelas a la formalidad de las escuelas gastronómicas.

Autores como Helena Ibarra, Miro Popic y directores de escuelas comentaban en sus artículos sobre la importancia del concepto de «**cocina venezolana**», que durante los inicios estuvo ausente de los pensum de estudios donde se le daba el lugar principal a las grandes cocinas del mundo, entre ellas la francesa. Ese tema dio sentido y orden a esta complejidad de textos.

En la **primera parte, Arraigo con sabor a hogar**, vamos al origen de nuestra cocina. Por un lado encontramos dos artículos dedicados al amasado de la arepa y cómo nos conecta con memorias ancestrales: «Amasamos para recordar, para compartir y para no olvidar», de Ximena Montilla; y «El amasado de la masa para arepas», de la chef María Antonieta Pérez Mendoza. Para entrar en materia, la antropóloga Ocarina Castillo diserta en «Las abuelas guardianas de nuestra gastronomía». Allí nos detalla cómo la memoria culinaria fue resguardada desde siempre por las mujeres de la casa, quienes estaban a cargo de la producción de alimentos. Y aquí otra palabra que dio sentido al libro: **Memoria**.

Posteriormente, la dedicación de nuestros cocineros e investigadores ha permitido seguir la pista a registros innovadores de nuestra «cocina venezolana», antes de ser bautizada como tal. Así encontramos en la **segunda parte, Sabores de un país. Historias de las políticas de educación alimentaria**, el *dossier* del profesor Juan Alonso «La gesta fundadora de los comedores escolares venezolanos, una mirada comprensiva desde la gastronomía». Se trata de una investigación documentada en relación con las primeras políticas alimentarias del país, que se dio a través de los comedores populares en 1937, en cuyos menús daremos con un registro novedoso. Se hallan en ellos muchos platos propios de la **Cocina venezolana**, así como alimentos de lo que hoy reconocemos como parte de nuestra «despensa originaria».

En la **tercera parte, El gusto de aprender: La escuela de Cocina venezolana** encontramos reseñados nuevos aspectos de la vida de Luis Caballero Mejías; un relato de Miro Popic, quien hace un recorrido por la historia de las escuelas de Cocina en Venezuela; y el artículo de la periodista Ileana Matos –en una entrevista al chef Víctor Moreno–, que nos cuenta de la emblemática escuela CEGA. Para cerrar, tenemos el honor de contar con una reflexión de la chef Helena Ibarra, en relación con el ir y devenir de la gastronomía venezolana en la alta cocina, como un llamado de alerta a las nuevas generaciones de cocineros.

De los textos más ilustrativos de este nacimiento de la **Cocina venezolana** reseñamos el de Miro Popic, quien inspiró buena parte de los caligramas de Ira León, quien una vez más nos acompaña exitosamente en el concepto gráfico del libro. Allí la artista confronta términos franceses con venezolanos en coloridos dibujos tipográficos: *bouquet garni*/ compuesto; *bouillon*/ hervido y *mirepoix*/sofrito.

Así llegamos a la actualidad de la formación culinaria en nuestro país, en la **cuarta parte, Escuelas del futuro: Sabores con arraigo**. En ella presentamos doce Escuelas de Cocina localizadas en diversas regiones del país, que con su historia y *pensum* dan fe de esa conciencia despierta en relación con nuestros propios sabores, junto con su lugar en las cocinas del mundo. Como ejemplos de ella figuran el relato de CEGAMA en Maracaibo, el Instituto Culinario de Caracas y la Escuela Adelis Sisirucá en Barquisimeto. Cierra esta sección con un texto de Sumito Estévez, «La universidad de la arepa».

Esta reafirmación de la despensa originaria da pie a la **quinta parte, Volver al maíz**. Allí encontramos un texto vinculado a las harinas de maíz precocido, aunado a dos textos de corte científico: uno, sobre las variedades de maíz criollo; el otro, sobre los bancos de semilla como estrategia para preservar la semilla criolla de las transgénicas que copan el mercado agroalimentario. Estos textos estuvieron a cargo de la ingeniera María Elena Morros.

Luego de este reencuentro con nuestro grano privilegiado, atendemos en la **sexta parte, Una arepa por la formación en Cocina venezolana** varias reflexiones en torno a la educación culinaria y a la renovación necesaria de su *pensum*. Con esa idea como hilo conductor, Ligia Velásquez relata sobre la importancia de las redes, mientras que Merlin Gessen hace lo propio sobre la neurogastronomía como cátedra. Ya cerrando, desde la nostalgia, se subraya la necesidad de rescatar los sabores de la casa, en un emotivo texto de Chucho Rojas.

Parte de la propuesta del libro era vincularse con las escuelas y su alumnado. De esta manera el equipo de *Historia de la arepa* solicitó a las escuelas que realizaran un concurso interno entre sus alumnos para seleccionar recetas de arepa novedosas. Así conseguimos 12 recetas ganadoras que, como es costumbre en esta colección, forman el recetario, ubicado en la **séptima parte, El legado de la arepa. Innovación desde las escuelas**. Encontramos en ellas ingredientes como los bicuyes (encurtido preparado en las zonas rurales como sustituto de las alcaparras), el ají dulce, el celse coriano (también llamado sauce o selce en el estado Falcón), sabores todos que muestran a estos futuros cocineros, ya creciendo en conocimiento de su despensa originaria y de los sabores autóctonos.

Para cerrar esta incursión por la historia gastronómica de nuestra cocina no podíamos dejar de homenajear en la **octava parte, Musas y maestros**, al profesor Lovera junto a su cocinera maestra Alicia Allas, dúo implacable que formó y fundó el Centro de Estudios Gastronómicos (CEGA); y al maestro Scannone junto a Magdalena Salavarría, quienes en sociedad (él, ingeniero y gastrónomo y, ella, veterana cocinera) rescataron las recetas de la cocina caraqueña en el reconocido «libro rojo» *Mi cocina*. De estos dúos, la historia de su amistad e ingenio, nos conversa Nideska Suárez en el artículo: «Las musas de la cocina venezolana».

En esta misma sección y rindiendo homenaje, Federico Tischler nos devela a su maestra –la chef Helena Ibarra–, quien a principios de la década de 1990 inauguró su escuela-restaurant «Cocido a mano». Ya en su declaración de principios estuvieron los sabores autóctonos, siendo así una de las pioneras en el tema.

Para culminar este homenaje se incluye la sección **Arepas para musas y maestros**, con recetas originales que les dedican sus alumnos, hoy reconocidos chefs dentro y fuera de Venezuela.

A modo de **Epílogo**, Laureano Márquez relata un bautizo muy particular lleno de humor y cariño, siempre celebrando al maíz y a la arepa.

*Manuela Montilla Arreaza*¹

¹ Licenciada en Letras (Universidad Central de Venezuela-UCV); Editora de la colección Historia de la Arepa (publicaciones ganadoras de Gourmand Awards 2022-2023) y parte del proyecto del mismo nombre (ganador del Premio Armando Scannone 2023); Editora independiente de publicaciones gastronómicas; Coordinadora Editorial en Monte Ávila Editores (Caracas, 2015). Dirección postal: municipio Santos Marquina, La Capea Alta, Mérida, 5101, Venezuela. Teléfono: +58 (0)412 0163708; e-mail: manuelamontilla37@gmail.com; Instagram: @galacticatea.editora



Ximena Montilla Arreaza

Licenciada en Educación Especial, mención Trastornos del Desarrollo Intelectual y Dificultades en el Aprendizaje (Instituto Universitario AVEPANE, Venezuela); M.Sc. en Dirección y Gestión de Centros Educativos (Universidad de Barcelona-UB, España); Diplomado en Neurogastronomía Aplicada (Instituto de Neurociencias de las Américas y Asociación Venezolana de Gastronomía, Venezuela). Directora del Proyecto «Historia de la Arepa» (Premio Armando Scannone 2023); Representante de Venezuela en el Simposio de Gastronomía Internacional del Umea (Suecia, 2023); Directora de Arraigo Group LLC. *LinkedIn*: /ximenamontilla. *Sitio Web*: <http://http://www.arraigogroup.com>; *e-mail*: xmontilla@claseslistas.com; ximontilla@gmail.com



Fuente imagen: <https://goo.su/egLKA1S>

Ira León

Diseñadora y comunicadora visual (egresada del Instituto de Diseño de Caracas, Venezuela). Actualmente radicada en Caracas. Sus proyectos se fundamentan en el uso y experimentación tipográfica como expresión intrínseca de la comunicación visual, haciendo énfasis en el diseño editorial, publicaciones de arte, literarias y científicas, con amplia experiencia en creación de marcas. *Instagram*: @ojodeira.