

Piloyada antigüeña

Ericka Anel Sagastume García

Resumen

La piloyada antigüeña es un platillo que se consume frío y resulta de la exquisita combinación de ingredientes que representan la diversidad cultural de la gastronomía guatemalteca. Su origen se remonta al siglo XX, cerca de 1920, ya que es la época en donde empiezan a surgir las ensaladas y encurtidos en los recetarios de comida guatemalteca. Resulta ser un ajuste local o evolución de la receta catalana conocida como *empedrat*. La piloyada se mantiene vigente como parte de las tradiciones gastronómicas del área urbana de Antigua Guatemala, departamento de Sacatepéquez. El ingrediente más destacado, y del cual se deriva su nombre, es el frijol piloy, un grano muy distintivo entre la variedad de frijoles que se cosechan en Guatemala, pero con él se combinan proteínas de origen animal como embutidos, pollo, gallina, lomo de cinta, quesos y huevo. Además, se incorporan ingredientes de origen vegetal como cebolla, tomate, chile pimiento, cilantro y/o perejil.

Esta investigación tiene por objetivo puntualizar sobre los conocimientos de una receta tradicional con la que los lugareños se sienten estrechamente identificados. Por otro lado, se pretende preservar la memoria gastronómica a través de un medio escrito, mediante el registro del proceso culinario y la determinación de la frecuencia de consumo. Para el cumplimiento de lo anterior, el estudio se basó en la aplicación del método cualitativo, ubicando en primera instancia a portadores de la cultura gastronómica, quienes brindaron la información pertinente

a partir de la aplicación de la técnica de la entrevista estructurada, con enfoque descriptivo, además de la observación participante y no participante y registro fotográfico del platillo.

Palabras clave: Antigua Guatemala, cultura, gastronomía, piloyada, tradición.

Abstract

The piloyada antigüeña is a dish that is consumed cold and results from the exquisite combination of ingredients that represent the cultural diversity of Guatemalan gastronomy. Its origin dates back to the 20th century around 1920, since it is the time when salads and pickles began to appear in Guatemalan food recipe books. It turns out to be a local adjustment or evolution of the Catalan recipe known as *empedrat*. The piloyada remains in force as part of the gastronomic traditions of the urban area of Antigua Guatemala, department of Sacatepéquez. The most prominent ingredient, and from which its name is derived, is the piloy bean, a very distinctive grain among the variety of beans harvested in Guatemala; but with it are combined proteins of animal origin such as sausages, chicken, hen, loin, cheese and eggs. In addition, ingredients of plant origin such as onion, tomato, chili pepper, cilantro and/or parsley are incorporated.

This research aims to clarify the knowledge of a traditional recipe with which the locals feel closely identified. On the other hand, the aim is to preserve gastronomic memory through

a written medium, by recording the culinary process and determining the frequency of consumption. To fulfill the above, this research was based on the application of the qualitative method, locating in the first instance bearers of the gastronomic culture who provided the pertinent information from the application of the structured interview technique, with a descriptive approach, in addition of participant and non-participant observation and photographic recording of the dish.

Keywords: Antigua Guatemala, culture, gastronomy, piloyada, tradition.

Introducción

La comida se ha definido a lo largo del tiempo como el medio indispensable para que el ser humano obtenga la energía necesaria que le permita realizar sus actividades cotidianas, es decir un medio de subsistencia. En la actualidad, y a raíz del estudio de la ciencia de la antropología, se le da una connotación cultural, llevándola a posicionarse como un elemento de identidad.

Hablar de la gastronomía del municipio de Antigua Guatemala estimula a recordar la época colonial, ya que son varios los elementos de la ascendencia española que ella alberga, pero también posee mucha influencia de la cultura maya, al incorporar ingredientes de las cocinas prehispánicas. Hablar de la piloyada antigüeña es referirse a una receta que representa una comida fría, con características de ensalada, cuya base es el frijol colorado del tipo piloy. Sin embargo, también se agregan otra serie de ingredientes que dan como resultado un platillo de deleite para el consumidor final.

Es importante generalizar que esa combinación de ingredientes que ha caracterizado a la culinaria guatemalteca, y en este caso específico a la de Antigua Guatemala, es pura evidencia de la fusión de sabores tradicionales y auténticos

de la región. Por un lado, el uso del frijol, un ingrediente netamente originario del país, por otro, el empleo de distintas especias, varias de herencia hispano-árabe, para adobar y sazonar recados y, por último, la incorporación de la proteína como el pollo, cerdo, queso y huevo, introducidas a la región a partir de la conquista.

Durante la investigación de campo, se determinó que suele ser una comida con connotaciones religiosas, por el hecho de excluir la presencia de la carne roja, pero también cotidiana. La frecuencia de consumo incrementa durante el verano, por ser un plato que se sirve y come frío, se antoja durante esta época, además de coincidir con la Cuaresma y Semana Santa. Sin embargo, al ser una receta reconocida en la localidad, también la hace parte de la culinaria cotidiana y familiar desde hace mucho tiempo. La complejidad de su preparación y la variedad de los sabrosos ingredientes que incorpora representan un gusto particular entre los antigüeños. La disponibilidad y la selección de los ingredientes, así como la elaboración y el consumo, se convirtieron en manifestaciones representativas de la cotidianidad. Sin embargo, a nivel familiar, el tiempo que requiere su preparación y quizá el costo de algunas proteínas, han provocado que la frecuencia de consumo se haya reducido. Actualmente, existen restaurantes que la ofrecen en su carta, también hay quienes se dedican a prepararla y venderla por encargo o bien para el deleite familiar. Cabe mencionar que se trata de un platillo que se mantiene vigente en la actualidad y, en cuanto a su surgimiento, se tiene noticia de su origen solo gracias a la tradición oral.

La gastronomía como contexto cultural

La cultura gastronómica es una parte integral de la manera en la que el ser humano se entiende a sí mismo. Tiene ese poder de unir personas, de ahí que pueda interpretarse como la columna

de la vida, entendiéndola como un pilar o eje vertebrador. Aunque es un reflejo de la historia, geografía o política de una nación, va más allá, convirtiéndose en un claro reflejo de cultura.

Las culturas tienen diferentes formas de cocinar y de comer. Y es que la comida y la cultura están estrechamente unidas; reflejan el ser de las personas y cómo interactúan entre ellas. Cada plato refleja una historia sobre su origen y su elaboración. La gastronomía representa tradiciones, creencias y prácticas de una región geográfica, un grupo étnico, una religión o una comunidad intercultural. Asimismo, la cultura puede implicar creencias sobre cómo se preparan o utilizan determinados alimentos, o simbolizar la idiosincrasia general de un grupo. Además de representar una región, también puede traer a la mente un pasado colonial, como es el caso de la fusión de las tradiciones alimenticias prehispánicas y europeas.

La alimentación es un lenguaje con dimensiones sociales y simbólicas. Tanto la comida como la cocina en general son elementos esenciales para comprender la organización, la ideología y las costumbres de las sociedades históricas. El antropólogo Roberto Da Matta hace una diferenciación entre lo que se considera alimento y comida:

Comida no es solo una sustancia alimenticia, sino también un modo, un estilo y una manera de alimentarse. Y el modo de comer define no solo aquello que es ingerido, sino también, a aquel que ingiere... Para convertir un alimento en comida es menester no solo el acto crítico del conocimiento sino el modo en que se prepara el alimento. (Espetix, 2004, s.p.).

Euda Morales cita que, en el marco del proyecto de Turismo Cultural en América Latina y el Caribe lanzado por la UNESCO en La Habana, en noviembre de 1996, se define a las recetas de cocina como un bien cultural, tan valioso como un monumento. Además, menciona que toda

política cultural bien concebida debe asumir el acto de comer, pensado como una tradición y a la vez como un acto de creatividad, mucho más que un hecho alimentario (Morales, 2011).

El 27 de noviembre del año 2007 el Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala, tomando a la gastronomía y al arte culinario como parte de la cultura guatemalteca y que por mandato de la ley corresponde proteger, defender e investigar, declaró patrimonio cultural intangible de la nación a varias comidas guatemaltecas que albergan tantos ingredientes nativos como técnicas y saberes culinarios ancestrales que conllevan a la producción de una receta. De esta cuenta resultan ser, a la fecha, ocho platillos guatemaltecos los que poseen ese distintivo. Sin embargo, no significa que sean los únicos que concedan un reconocimiento al sabor y valor de la cocina nacional, con el consecuente rescate para transmitirlos de generación en generación, y que de esta forma se mantengan vivas en el imaginario de las tradiciones culinarias, al mismo tiempo que se valora la producción intelectual de la población guatemalteca.

Los alimentos culturales y las prácticas alimentarias tradicionales proporcionan una profunda conexión con la comunidad. Conectan a las personas con su pasado, fomentan la socialización en el presente y crean recuerdos para el futuro. Por lo tanto, poseen un gran potencial identitario.

De la cocina ancestral. Origen y diversidad del frijol

En cuanto a la comida de los ancestros, es importante mencionar que era muy vasta. No como solía creerse, solamente maíz, frijol y calabazas (güicoyes, ayotes, chilacayote y pepitoria). Luis Villar Anleu apunta que tanto el *Popol Wuj* como el *Memorial de Sololá*, son excelentes referentes, pero también es importante mencionar al libro de la *Recordación Florida* de Francisco Antonio de Fuentes y Guzmán.

Es posible enlistar muchas especies vegetales, entre las que se prioriza al maíz, seguidamente están el chile, tomate, hierbas nativas (bledos, macuyes colinabos y chipilín), frijol y calabazas (Villar, 2012).

El Capitán Francisco Antonio de Fuentes y Guzmán, en su obra *Recordación Florida*, dedica importantes párrafos para hacer referencia a que en el Reino de Guatemala había variedad de frijoles:

Rinde este valle, tan pródigo como incansable, gran cantidad de frisoles (sic) de muchas gustosas diferencias; los más comunes y abundantes son los negros, que llaman taletes, cuya etimología corresponde a nuestro castellano á “frisol (sic) de tierra”, de talí, que es tierra, y et que significa “todo género de frijol”... otros frijoles hay totalmente blancos, unos como el coral rojos, y otros mayores atezadamente negros, que llaman bejuquillos, por lo que trepan y abraza á las plantas vecinas; que son de tal producción, que de un almud¹... vi haber cabido cuatro fanegas² de ellos. Otros hay mayores, salpicados, de variedad de colores, á la manera de jaspe. (Fuentes, 2012, p. 238).

El frijol (*Phaseolus spp.*) es originario de Mesoamérica, ya que ha sido en los países que en alguna época conformaron esa región en donde se ha encontrado gran diversidad de especies silvestres y de cultivo. La siembra data de 7,000 años A.C., en el sur de México y Guatemala, de donde se esparció a otros lugares del mundo, dado a los primeros exploradores y comerciantes. A principios del siglo XVII, los frijoles ya eran cultivos populares en Europa,

1 Unidad de medida de áridos, o de cualquier materia sólida, y a veces de líquidos, de valor variable según las épocas y las comarcas o regiones. Medida para granos. El almud de ley es de 15 Kg., pero el común en L. R. es de 12 Kg., o sea, igual que el boliviano. Una carga son 12 almudes y es lo que se suele cargar en un animal.

2 Cantidad de granos u otros productos que entran en un recipiente de 52 a 55 litros. Según las regiones y los productos (maíz, trigo...) el peso de la fanega oscila entre 156 y 260 libras (75 a 125 Kg)

África y Asia (Maldonado, 2015). Mesoamérica también es considerada como uno de los centros de origen más importantes en cuanto a la variedad de frijoles del género *Phaseolus*, siendo el más destacado el frijol común (*Phaseolus vulgaris*), dado su valor comercial. Sin embargo, existen antecedentes de que la planta se cultiva desde hace aproximadamente ocho mil años.

Maldonado cita a César Azurdía, quien indica que las especies de frijol cultivadas a nivel mundial corresponden a cinco clasificaciones *Phaseolus vulgaris*, el frijol común; *P. coccineus*, conocido como piloy, chamborote o botil; *P. lunatus*, el frijol lima; *P. polyanthus*, el también llamado piloy o frijol nun; y *P. acutifolius*, frijol tépari. El más importante es *P. vulgaris*, debido a que es la principal fuente de proteína en América Latina. Las especies anteriormente enlistadas están presentes en México y Guatemala, lo cual refuerza el enunciado de que Mesoamérica es el centro de origen y diversidad de las especies de frijol (Azurdía, 1996).

En cuanto a las generalidades de los frijoles se puede mencionar:

1. El frijol negro, del tamaño pequeño, sabor y olor intenso, son los favoritos de la cocina guatemalteca.
2. El frijol rojo, de color intenso, de tamaño pequeño; cuando se cocina tiene un fuerte olor a hierro. Se consumen recién cosechados, son retirados de la vaina manualmente, y se consumen solamente hervidos, tienen un sabor muy delicado y delicioso.
3. Los frijoles blancos son pequeños, en forma de riñón, de color perla. Su sabor es suave y dulce. Pueden prepararse como guisado o sopa. Su consumo es popular en Guatemala y otros países de Centroamérica.



Figura 1.
Variedad de frijol conocida como piloy
(Las Cañadas, 2022)



Figura 2.
Juan Antonio Durán
González y Mónica
Barrios, dueños del
restaurante Guatelaria
(2024).



Figura 3.
Piloyada Antigüeña
(Nuestro Diario, 2020)

4. Frijol piloy, son de tamaño más grande que el frijol común, tienen forma de riñón, el color suele variar entre rojizo o marrón. Sus propiedades son similares al resto de variedades de frijol, poseen alto valor nutritivo. Se consumen en guisados o incluso en forma de dulces. Es el ingrediente principal para la preparación de la piloyada antiguëña.

Hablar del frijol piloy en este artículo es importante, ya que se trata del ingrediente protagonista dentro de la piloyada antiguëña. En Guatemala, además de ser reconocido como piloy, también se le denomina frijol breve, coloradito, cuarentano, enreda, isiche colorado, de torito, vaquero, de vara, bull, buul, tzajalchenec, entre otros (Chilascó, 2020). Cabe mencionar que en Chilascó y Salamá, Baja Verapaz, se prepara un dulce llamado quitandé, en donde el ingrediente principal es el «frijol del suelo», es decir el mismo *Phaseolus coccineus*, frijol piloy (Sagastume, 2017).

La cocina colonial

En el año 1524 extraños personajes llegaron al territorio nacional invadiéndolo militarmente. Los españoles traían lo conveniente para satisfacer su tradición culinaria. Además de verduras, legumbres, condimentos y frutos, cargaban con ganado bovino, ovino, caprino, porcino y aves de corral. La incorporación de nuevos comestibles y procedimientos alteraban el orden culinario mesoamericano, en los puntos de contacto entre las culturas originarias y la europea empezó a ajustarse la cocina local (Villar, 2012).

A partir de la conquista, se agregaron a la cocina nuevos ingredientes, como los distintos tipos de carne de animales provenientes de Europa. Fue precisamente por esa fusión que la gastronomía guatemalteca es considerada hoy en día una de las más ricas a nivel mundial, extendiéndose su influencia a muchas partes del mundo.

Juan Antonio Durán González parte de la necesidad de romper ese paradigma lineal de que los europeos, por imposición, influyeron en la alimentación de los pueblos originarios. En sus propias palabras indica que, junto a Pedro de Alvarado, llegaron alrededor de 288 españoles y cerca de 9,000 tlaxcaltecas y mexicas, la población local era alrededor de dos millones de habitantes y los poblados de Petén, Escuintla y Las Verapaces fueron conquistados hasta cien años después, alrededor del año 1697 (J. Durán; D. Molina, comunicación personal, 12 de enero y 07 de marzo, 2024). Sin embargo, se adoptaron rápidamente, en su alimentación, variedad de animales y cultivos. Lo anterior quiere decir que los individuos se apropiaron de aquello que les gustó y no tanto así por pura imposición. “Lo que se dio fue un intercambio muy rico” de productos alimenticios (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero del 2024).

El trigo fue uno de los granos más importantes para los españoles, fue el primer cultivo de éxito en el continente. Le siguieron la cebada, el centeno y la avena. Las frutas traídas por los europeos, algunas de ellas de origen asiático o africano, se dieron muy bien, destacándose los cítricos como el limón dulce y agrio, pomelos, naranjas y limas; por otro lado, están las nueces, como las avellanas y las almendras.

Las especies y hierbas aromáticas (de origen español, árabe o asiático) fueron adoptadas de inmediato: anís, azafrán, albahaca, cilantro, canela, clavo, jengibre, mejorana, mostaza, orégano, algunas pimientas y romero.

Los condimentos prehispánicos como vainilla, tomate, aguacate, variedad de chiles, achiote, cacao y pataxte, son algunas de las tantas especies que se continúan empleando en muchas preparaciones guatemaltecas.

El ganado europeo fue traído a tierras americanas, más por cuestión de hábitos alimentarios

que por falta de producción proteínica de influencia prehispánica. Cerdos, gallinas, ovejas, cabras, vacas, caballos, fueron los primeros en llegar junto con los españoles y sus provisiones alimenticias.

Otro de los aportes de la cocina europea es el empleo de algunos utensilios culinarios y técnicas de cocción. Es importante mencionar que las encargadas de cocinar y de servir la comida fueron siempre las mujeres. En los inicios de la conquista, quienes se encargaron de preparar la comida para los españoles fueron las indígenas. Con la llegada posterior de mujeres españolas esto se modificó muy poco, ya que, si bien cocinaban en casa, era costumbre tener servicio doméstico.

En cuanto a los utensilios culinarios, se conoce que los recipientes de metal, comunes en Europa en esa época, eran escasos y muy costosos, por lo tanto, se reemplazaron por los utensilios de barro, los cuales fueron transformándose debido a la incorporación de nuevas técnicas como el vidriado y nuevos diseños. Los utensilios puramente prehispánicos, como la piedra de moler y el comal, continúan siendo de utilidad tradicional y popular hasta la fecha. Sin embargo, se introdujo el uso del molinillo, batidores y jarras de madera, útiles en la preparación de chocolate.

Se utilizaba mucho el aceite de oliva para freír los alimentos, más que la mantequilla y la manteca. Otro de los ingredientes comunes en la gastronomía europea era el vinagre. Se empleaban otras formas de cocción como las técnicas de asar y hornear. Entre las recetas guatemaltecas que guardan marcada influencia colonial se puede mencionar el fiambre, el bacalao a la vizcaína, carnes guisadas, arroz con leche o chocolate, carnitas de cerdo y, por supuesto, la piloyada antigüeña.

Marco contextual

El municipio de Antigua Guatemala es la cabecera del departamento de Sacatepéquez, ubicado aproximadamente a 38 kilómetros de la ciudad de Guatemala. Es un poblado colonial rodeado de volcanes, el cual ha sido preservado durante siglos, siendo uno de los destinos turísticos principales y una de las capitales más importantes del país.

Se asentó en 1543 y fue nombrada Ciudad de Santiago de Guatemala en 1566. Es importante mencionar que fue la tercera capital que los españoles establecieron, luego de una catastrófica inundación que sufrió el Valle de Almolonga, segunda capital, el 11 de septiembre del año 1541.

Construida en el Valle de Panchoy a 1500 metros sobre el nivel del mar, la Antigua ha sido a través del tiempo una zona vulnerable a los movimientos sísmicos, con un registro de más de veinte terremotos entre 1565 y 1773. Finalmente quedó destruida por el terremoto de Santa Marta el 29 de julio de 1773, lo que motivó su traslado definitivo al Valle de la Ermita (Melchor, 2011, s.p.).

A partir del traslado, la ciudad pasó a llamarse “arruinada Guatemala”, “Santiago de Guatemala antiguo” y la “antigua ciudad” (Melchor, 2011, s.p.). Fue abandonada por las autoridades reales y municipales, y en 1784 por las dos últimas parroquias: Candelaria y Nuestra Señora de los Remedios, quedándose también sin autoridades eclesiásticas (Melchor, 2011). Tras la independencia de Centroamérica, en 1821, recuperó la categoría de ciudad y “fue nombrada como cabecera del departamento de Sacatepéquez” (Melchor, 2011, p. 183).

A pesar de haber sido una ciudad proscrita y abandonada para crear una nueva capital, paulatinamente sus pobladores volvieron a darle



Figura 4.
Frijol negro, blanco y
apazote deshidratado
(2024)



Figura 5.
Sirviendo piloyada
antiguëña (2023)



Figura 6.
La piloyada antigüeña que ofrece el
restaurante Guatelaria (Guatelaria, 2023)



Figura 7.
Miriam Yass. (2023)

vida a la ciudad que hoy es uno de los mayores atractivos turísticos de Guatemala. Su arquitectura colonial aún conserva sus características. Cuenta con calles diseñadas a modo de tablero de ajedrez, inspiración de los principios del Renacimiento italiano. En más de dos siglos la ciudad llegó a tener un número considerable de edificaciones con funciones civiles, religiosas y de carácter doméstico de suntuosas formas arquitectónicas. La mayoría de estos edificios corresponden a los siglos XVII y XVIII, y son fieles ejemplos de la arquitectura colonial barroca antigüeña (Centro histórico Gt.).

La ciudad mostró una dinámica activa por parte de las diversas órdenes religiosas que se instalaron en Santiago de Guatemala para evangelizar a la población originaria. Los primeros en llegar fueron los dominicos y franciscanos en 1524. Los imponentes templos son vestigios de su tenacidad y continuo trabajo, pues algunas de estas edificaciones fueron reconstruidas en varias ocasiones debido a los sismos que golpearon la ciudad. Actualmente, y entre ruinas, puede observarse el apogeo del arte colonial, pues en su arquitectura y decoración se manifiesta lo mejor de la época, debido a los diferentes estilos empleados que enriquecen el patrimonio de Guatemala.

Según datos emitidos por el XII Censo Nacional y VII de Vivienda, el departamento de Sacatepéquez cuenta con una población total, mayor de 15 años, de 330,469 habitantes, siendo el municipio de Antigua Guatemala el que se posiciona como el más poblado con 46,054 habitantes; 22,403 individuos de género masculino y 23,651 del género femenino. Cabe mencionar que el 87.2 % corresponde a población mestiza y el 11.16 % al grupo de ascendencia maya, siendo el kaqchikel el predominante (Instituto Nacional de Estadística, 2018).

En cuanto a la dimensión económica, según la Secretaría de Planificación y Programación de la

Presidencia (Segeplan), Antigua Guatemala es una ciudad turística en donde el 99 % de la población se desempeña en algún trabajo referente al turismo. En el caso del café, es exportado a diferentes países de América y Europa. Entre las actividades agropecuarias, únicamente la del ganado bovino se vislumbra como un potencial a explotar, las demás pueden considerarse como de traspatio, ya que no son representativas por los volúmenes que se manejan. Dentro de las artesanías locales se pueden encontrar productos de cerámica vidriada y pintada, el hierro forjado y la dulcería tradicional (2010).

Los principales mercados son el regional, el de artesanías, pero también se ubican varias casas de Antigua Guatemala que funcionan como mercados de artesanías, en los que se han agrupado productores y comerciantes, ya que el mercado municipal de artesanías no cuenta con espacio suficiente para la demanda de vendedores (Segeplan, 2010).

El índice de desarrollo humano del municipio se encuentra en 0.779, ubicándose en un nivel alto. Esto indica que la población tiene acceso a la educación, salud y empleo, por lo cual deben implementarse programas de fortalecimiento y actualización para obtener mejores resultados en términos cualitativos de esos servicios (Segeplan, 2010).

En el sistema educativo se cubren todos los niveles, incluyendo la educación superior por medio de las universidades San Carlos de Guatemala, Mariano Gálvez, Landívar, Galileo, Panamericana y Rural. Sin embargo, no todas las carreras se imparten en dichas extensiones.

La relación existente entre niños y niñas indica que se tiene igual oportunidad y acceso a la educación, siendo el género femenino el más alto en los tres niveles, primario, básicos y diversificado (Segeplan, 2010).

La piloyada antigüeña

La piloyada antigüeña es un platillo que se considera una ensalada a base de frijol piloy, un grano de origen prehispánico. Se trata de una refrescante combinación de los ingredientes que dejan entrever esa mezcla de culturas que definen a la gastronomía guatemalteca (Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala, 2023).

En cuanto al origen del platillo, se mantiene vigente la creencia de que surgió puramente por casualidad. Según Miriam Verónica Yass de García, oriunda de la Antigua Guatemala, trabajadora del sector público y apasionada de la cocina tradicional, nieta del primer fotógrafo que llegó a Guatemala, Koey Yassu, de origen japonés, quien se bautizó y convirtió al catolicismo cambiando su nombre al de Juan José de Jesús Yass. Según Yass de García, se conoce una leyenda sobre una familia que en su momento no contaba con muchos recursos para preparar un tiempo de comida. En cambio, tenían algunos alimentos sobrantes de días anteriores. A la señora se le ocurrió combinar todos esos sobrantes y así surgió la piloyada: “Era lo que contaba mi mamá, doña Francisca Soto Sántis” (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Sin embargo, a través de las investigaciones de Juan Antonio Durán González,³ un experto maestro tostador de café, dedicado a la industria cafetalera y de alimentación, pero que además demuestra un constante interés sobre la agricultura, historia y cultura, se ha determinado que la piloyada es una comida que se origina en América a partir de una receta catalana conocida como *empedrat*. “El ingrediente principal

viajó a Europa, en donde se preparó como una ensalada a la cual se le agrega vinagre, con el objetivo de mejorar la digestibilidad del frijol” (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

En este sentido es importante mencionar que las leguminosas en general contienen rafinosa.⁴ Sin embargo, la forma en la que los ancestros mayas cocinaban los frijoles contribuía a que este compuesto se redujera, lográndolo a través de una cocción lenta y prolongada, además de la incorporación de apazote, uno de los resultados científicos más importantes que sustenta la tradición cultural de México y Guatemala sobre el uso de especias para evitar las flatulencias (Lamz, et. al., 2021)

Los frijoles se propagaron y en Europa fueron bien aceptados por la cultura en general. Causaron una revolución en España y surgieron muchas recetas a base de ellos. Sin embargo, las técnicas de cocción cambiaron. Se cocinaban a partir de que el agua está en ebullición, lo que daba como resultado un frijol duro. Entonces se empezaron a incorporar especias como el laurel, tomillo y vinagre, lo que contribuyó a romper un poco la rafinosa y a convertir los frijoles en un producto más digerible.

El uso del vinagre en la gastronomía europea ha sido muy común, ya que se emplea como un ingrediente para evitar que los alimentos caigan mal al estómago, “era un ingrediente que abundaba en las cocinas europeas, porque todo el vino que no se consumía en su tiempo, se avinagraba” (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

El *empedrat* y la piloyada son recetas diferentes; aunque la segunda se origina de la primera, se puede determinar que es una receta guatemalteca

3 De linaje antigüeño, creció en una familia guatemalteca muy tradicional, dedicada a la industria cafetalera y también de la gastronomía. Junto a su esposa, Mónica Barrios, se ha dedicado a la investigación de la gastronomía guatemalteca, con la intención de ofrecer platillos tradicionales en su restaurante Guatelaria, en Antigua Guatemala.

4 Carbohidrato presente en las leguminosas compuesto por glucosa, fructosa y galactosa. Principal responsable de la generación de gases a nivel intestinal.

que surge en el siglo XX. No fue sino hasta por los años de 1920 “que ya aparecen las ensaladas y encurtidos en los recetarios de cocina guatemalteca” (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

Para la ejecución de toda receta lo primero que se requiere es disponer de los ingredientes esenciales, los cuales se irán especificando según el momento en el que se incorporan al platillo. El frijol piloy generalmente se encuentra disponible en todo tiempo, aunque hay temporadas en las que el precio es más elevado:

Oscila entre los Q.10 y Q.12., hay que procurar escoger frijol fresco, se conoce porque la cáscara está lisa y se le puede ver una orilla de color blanco alrededor, cuando el frijol ya no es fresco, la cáscara está arrugadita y al momento de cocinarlo el sabor cambia (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Los demás ingredientes de origen vegetal que se utilizan son el tomate, chile pimiento, cebolla, perejil, ajo, tomillo y laurel. Los últimos tres se utilizan al momento de cocer el frijol. En cuanto a este aspecto es importante recordar que esas especias pertenecen a los ingredientes de herencia hispana. Además, el tomillo y el laurel, al igual que el vinagre, son utilizados en el método de cocción que se les da a los frijoles en el estilo europeo, con el objetivo de mejorar la digestibilidad del ingrediente (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

En la experiencia de doña Miriam Yass, ella escoge y limpia el frijol. Lo deja en remojo una noche antes, al día siguiente esa agua se descarta y se cuece el frijol en olla de presión, agregando ajo, tomillo, laurel y sal. “Hay que procurar que el frijol quede caldoso porque ese caldo se utiliza también para darle sabor a la piloyada y también queda jugosa” (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Una vez cocidos los frijoles se pasan a un baño plástico y se reservan para que se enfríen en su totalidad. Para preparar la receta, generalmente se requieren dos días, esto es así para asegurarse de que el frijol esté totalmente frío al momento de agregar los demás vegetales. Además, durante el primer día también se aprovecha para cocer todos los alimentos de origen animal que se agregarán, como chorizo negro, colorado, longanizas, butifarras, copetín, lomo de cerdo, pechuga de pollo y gallina. El hecho de cocinar los embutidos un día antes garantiza que, al momento de partarlos, el proceso sea más sencillo y las rodajas no se rompan, también se hace más fácil retirar la tripa del embutido (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Todos los embutidos se cuecen por aparte, al igual que el resto de proteínas. Doña Miriam explica que para cocinar las carnes se utiliza el mismo caldo. Es decir que, si la primera proteína que se cuece es la gallina, ese caldo que resulta se reserva porque se utilizará para cocer la pechuga de pollo, y el caldo que resulta de esta segunda proteína se reserva para cocinar el lomo de cerdo. Cabe mencionar que para cocinar la gallina se utiliza la olla de presión que contribuye a que el proceso sea más rápido y la carne salga suave (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Una vez se tienen listos los frijoles, al día siguiente se procede a incorporarles:

El tomate cortado en trocitos y sin semillas, porque la semilla puede provocar que la piloyada se eche a perder. Se le agrega la cebolla cortada en julianas, chile pimiento en trozos y perejil picado. Estos ingredientes se agregan crudos a los frijoles fríos. También se le agrega un poco de pimienta. (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

Seguidamente se agregan los embutidos en rodajas, chorizo negro y colorado, longaniza, butifarra, salchicha, varios tipos de jamón

cortados en tiras (*roast beef*, de pechuga de pollo y pavo bajo en grasa). También se incorpora queso de capas, hay quienes le ponen también queso fresco en trocitos, aceitunas y alcaparras (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023; J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

Según Caxaj (citado por MCD, 2023), por aparte se prepara un «caldillo», el cual se agrega al resto de los ingredientes. Para esto se licuan dos tazas del caldo del cocimiento de las carnes, una taza del caldo del frijol, una taza de vinagre, ¼ de taza de perejil, cebolla, dientes de ajo, dos cucharadas de mostaza y por último se debe agregar un toque de sal.

La piloyada se presenta a la mesa servida en un apaste de barro, en el cual se colocan hojas de lechuga bien lavadas y desinfectadas sobre las cuales se sirve la piloyada decorada con tiras de jamón y queso de tipo *kraft*, blanco o amarillo, hay quienes también le ponen queso seco, y por último huevo duro y perejil. “Es una preparación parecida al fiambre, pero sin esa variedad de vegetales” (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023).

La piloyada antigüeña puede ser un platillo cotidiano y familiar. Sin embargo, adquiere una connotación religiosa:

La piloyada se sirve en Cuaresma, como parte de las comidas que se reservan para la época y no por falta de ingredientes como para comerla durante otras épocas, sino por puro gusto. Se vuelve el plato perfecto para el clima cálido de la época de Cuaresma y por su riqueza nutricional es perfecto para eso... Lo que no se puede comer es carne, para el pollo y los embutidos, no hay limitación... Es como jugarle la vuelta a las creencias y por cultura el chapín es genial para eso. (J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024)

La piloyada antigüeña se caracteriza por ser un platillo en el cual se cuida mucho la calidad de los ingredientes. El costo del plato es aproximadamente de Q.50 y son varios los restaurantes de Antigua Guatemala que lo ofrecen en su carta, destacándose la piloyada de Guatelaria. También puede prepararse en la cocina familiar, además hay quienes suelen prepararlo por encargo, así como en el caso de doña Miriam Yass, quien ofrece una porción de aproximadamente 4 tazas de piloyada a un costo que puede oscilar entre los Q.75 a Q.100. (M. Yass, comunicación personal, 25 de mayo de 2023; J. Durán, comunicación personal, 12 de enero de 2024).

Valor nutricional de la piloyada antigüeña

Calcular el valor nutricional exacto de la piloyada antigüeña no es tarea fácil, aunque por sus ingredientes sí se puede determinar que es un platillo rico en proteína, uno de los macronutrientes esenciales que desempeñan muchas funciones críticas en el cuerpo. Las proteínas son necesarias para la estructura, función y regulación de los tejidos y órganos en el cuerpo, así como para el crecimiento en la población infantil. Estudios realizados por estudiantes universitarios revelan que una porción de piloyada puede contener las siguientes cantidades de macronutrientes, aunque no se conoce en realidad el tamaño de la porción utilizada como referencia.

Tabla 1.

Micronutrientes que contiene la piloyada
(Martínez, C., 2016).

| Micronutrientes | Gramos |
|-----------------|--------|
| Calorías | 649 |
| Proteínas | 62.70 |
| Carbohidratos | 64.22 |
| Grasas | 42.93 |

A grandes rasgos se percibe que se trata de un platillo muy nutritivo y, en relación con los otros macronutrientes, es bajo en grasas. Sin embargo, es importante mencionar que la receta que se utilizó como referencia no contenía gran variedad de carnes y embutidos. Únicamente contaba con longaniza, chorizo, posta de cerdo y queso seco. A pesar de ello, el platillo cubre la cantidad de calorías necesarias para pensar que es suficiente para cubrir la energía requerida durante un tiempo de comida, sin duda podría ser durante un almuerzo (Martínez, 2016).

Comentario final

La gastronomía se ha convertido en un aspecto cultural al que actualmente se le ha dado revaloración, fortalecida con las ventajas de la vida moderna pero sin desvalorizar las experiencias del pasado que han sido transmitidas por generaciones. Cada sociedad, a lo largo de su historia, ha construido límites culturales para definir aquello que considera como auténtico, lo que se ha creado y transformado dentro de la comunidad. Las prácticas alimentarias forman un papel esencial, ya que juegan ese rol que ejerce una diferencia cultural entre grupos en contacto.

La gastronomía dentro de la cultura de los guatemaltecos también se considera un símbolo de convivencia, ya que, en los comedores, en los hogares, en aquellos puestos de comida popular, o simplemente al aire libre, se reúne un grupo de personas, conocidos o desconocidos, para disfrutar de algún tiempo de comida.

El ser humano, en definitiva, es un ser sabio, que ha empleado su ingenio y creatividad para preparar los alimentos que le han permitido subsistir a lo largo de su historia. El caso de la piloyada antigüeña da visibilidad a esto, puesto que es un platillo no muy antiguo, surge durante el siglo XX y resulta de la evolución de una representación europea, que se sirve como una ensalada a base de frijoles y embutidos, el

empedrat. Sin embargo, en Antigua Guatemala evolucionó para encajar en la alimentación local, haciendo de ella una receta elegante que incorpora ingredientes nativos e hispanos heredados, digna representación de la gastronomía guatemalteca.

La gastronomía se encuentra estrechamente relacionada con las expresiones populares del pueblo, con las tradiciones familiares, las cotidianas y las festivas, elementos que envuelven a la tradición culinaria para transformarla en un claro ejemplo de que el arte que surge de la cocina constituye un elemento de cohesión social y que, por lo tanto, la alimentación es un distintivo de la identidad de un pueblo.

Es importante mencionar que, como en todo platillo, la sazón puede variar, ya que cada cocinera le imprime carácter, además de que hay piloyadas de piloyadas, unas más enriquecidas de proteínas que otras, lo que permite concluir que es un platillo que se adapta a todos los gustos y presupuestos.

Es importante dar a conocer parte de lo que conforma la gastronomía tradicional que identifica a un grupo determinado, ya que forma un segmento de aquellos elementos que, aunque no estén declarados por acuerdo ministerial, forman parte del patrimonio tangible e intangible del pueblo guatemalteco.

Uno de los principales objetivos de la documentación es promover, entre los miembros de la misma comunidad, que todos aquellos elementos culturales deben perdurar en el imaginario colectivo para que continúen siendo prácticas de transmisión generacional, con el fin de resguardar sus valores únicos. También es importante entender que cada receta posee valor, pues todo aquello que se prepara con los ingredientes que brinda la madre tierra no solo es alimento que nutre el cuerpo, sino también las creencias y por consecuencia la cultura.

Referencias

- Consejo Municipal de Desarrollo del Municipio de la Antigua Guatemala y Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia Dirección de planificación territorial. (2010) *Plan de desarrollo La Antigua Guatemala*. Guatemala. https://portal.segeplan.gob.gt/segeplan/wp-content/uploads/2022/07/PDM_301.pdf
- De Fuentes y Guzmán, F. (2012) *Recordación Florida Tomo I*. Editorial Universitaria.
- Esoetix, E. (2004). *Patrimonio alimentario y turismo, una relación singular*. Zaragoza: Autor.
- Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá. (2021). *Las legumbres y el potencial de una semilla*. Ciudad de Guatemala: Autor.
- Instituto Nacional de Estadística (diciembre de 2019). *XII Censo nacional de población y VII de vivienda. Resultados del censo 2018*. Ciudad de Guatemala: INE. Recuperado de: https://www.censopoblacion.gt/archivos/resultados_censo2018.pdf
- Lamz Piedra, Alexis, Cázares Chávez, Zulema, Jiménez Galindo, José Cruz, Molina Corral, Francisco Javier, Sepúlveda Ahumada, David Roberto, Rios-Velasco, Claudio, & Olivas Orozco, Guadalupe Isela. (2021). Cocción tradicional con especias de *Phaseolus vulgaris L.* y su efecto antinutricional e inhibición bacteriana. *Biotecnia*, 23(1), 62-69. Epub 18 de junio de 2021. <https://doi.org/10.18633/biotecnia.v23i1.1327>
- Maldonado, W. (2015). *Caracterización de veinte cultivares de frijol Voluble (Phaseolus spp) bajo condiciones de la Aldea Climentoro, Aguacatán, Huehuetenango*. [Trabajo de grado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Recuperado de: <https://www.asocuch.com/wp-content/uploads/2020/06/Tesis-Characterizacio%CC%81n-20-Cultivares-de-Frijoles-Volubles-2016.pdf>
- Martínez, C. (2016). *Feria gastronómica 2016 propicia la investigación sobre a alimentación nacional*. Ciudad de Guatemala: Universidad Galileo. Recuperado de: <https://www.galileo.edu/fabiq/noticias/feria-gastronomica-2016-propicia-investigacion-sobre-alimentacion-nacional/>
- Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala. (2023). *Ruta gastronómica 1*. Ciudad de Guatemala: MCD.
- Morales, E. (2011). Sabores de antaño en la dieta actual. *Revista académica ECO*, 6, pp. 63-69.
- Sagastume, E. (2015). La dulcería popular y tradición que caracteriza a Salamá, Baja Verapaz. *Tradiciones de Guatemala*, 83.
- Villar, L. (2012). *La cocina popular guatemalteca. Mitos, hechos y anécdotas*. Ciudad de Guatemala: Editorial Universitaria.