

Echà. Il cibo maya



A ré u xe oher tzih varal Quiché Au bi (Questo è il principio delle antiche storie di questo luogo chiamato Quiché)...”. Così comincia il *Popol Vuh* (*Popol Wuj*, nella più moderna trascrizione), quella che si definisce “Bibbia Maya”: il libro sacro dei maya Quiché, trascritto da Padre fra Francisco Ximénez, dell’Ordine dei Domenicani, nei primi anni del settecento su un testo redatto con grafia occidentale, probabilmente intorno al 1550 nei dintorni di Chichicastenango, Guatemala.

Popol Wuj significa: “libro del consiglio, carta della comunità, libro nazionale”.

In questo testo poetico si racconta di come i Progenitori, *Tepeu*

e *Gucumatz* – il Creatore e il Formatore – crearono gli uomini.

È una storia, tenera per certi versi, fatta di tentativi sbagliati: dopo aver provato malamente, con il fango e con il legno, di creare l’uomo, ci riuscirono col mais:

“Poi presero a discutere sulla creazione e la formazione della nostra prima madre e del nostro primo padre. Di mais giallo e di mais bianco venne fatta la loro carne; di pasta di mais vennero fatte le braccia e le gambe dell’uomo. Soltanto pasta di mais compose la carne dei nostri padri, i quattro uomini che furono creati”.

Il mais venne domesticato tra il quinto e il terzo millennio prima dell’Era cristiana nel nord del Messico: da quelle caverne si diffuse poi in tutta l’area che si definisce Mesoamerica e rese possibile, come accadde del resto per le regioni degli altri cereali – grano e riso –, la nascita e lo sviluppo di culture evolute. Non nel Nordamerica, area in cui quelli che si definiscono “Indiani” rimasero popoli nomadi di cacciatori-raccoglitori; neanche nel Sudamerica, regione in cui fu la patata, adatta a essere coltivata alle altezze considerevoli dell’altopiano andino, a costituire il cibo principale delle culture *Quechua*.

Non è possibile parlare di cucina del Centroamerica senza parlare del mais: oltretutto, oggi questo cereale costituisce la fonte principale della nostra alimentazione, considerando che tutti gli allevamenti intensivi di carne, rossa o bianca che sia, hanno come alimento fondamentale composti a base di mais.

“La principale fonte di alimentazione è il mais da cui ricavano

svariati cibi e bevande; preso poi dopo essere stato trattato come essi usano, serve loro da cibo e bevanda insieme.

Le donne indie mettono il mais a bagno in acqua e calce per una notte cosicché la mattina seguente è morbido e cotto a metà; si possono in tal modo togliere la buccia e il picciolo e macinarlo a due pietre. Quando è macinato a metà, ne confezionano delle palle e dei carichi e li danno ai viaggiatori, ai lavoratori ed ai naviganti poiché, così trattato, dura alcuni mesi e acquista soltanto una certa acidità.

Prendono poi un poco di quest’impasto e lo stemperano in un vaso ricavato dalla scorza di un certo frutto – prodotto da un albero per mezzo del quale Dio li ha provvisti di recipienti – e sorgono quell’intruglio che è saporito e assai nutriente.

Dal mais completamente macinato ricavano una specie di latte e lo mettono al fuoco preparando delle farinate che mangiano al mattino ben calde; a ciò che avanza della colazione aggiungono acqua per bere il tutto durante la giornata, dato che non usano mai bere acqua pura.

Il mais viene anche tostato, macinato e sciolto nell’acqua e se ne ottiene una bevanda molto rinfrescante con l’aggiunta di un po’ di cacao e di pepe.

Col mais e col cacao macinati preparano una specie di schiuma molto saporita che usano per celebrare le loro feste; dal cacao poi traggono un grasso che sembra burro e con tale sostanza unita al mais ricavano un’altra bevanda molto buona e ricercata.

(...) Usano preparare vivande

con legumi e carne di cervo, uccelli selvatici e domestici, che hanno in quantità, pesci, che sono del pari abbondanti, cosicché dispongono di buoni piatti, e ciò in particolare dopo che hanno cominciato ad allevare maiali e uccelli importati dalla Castiglia”.

La citazione è tratta dalla “*Relación de las cosas de Yucatàn*”, scritta dal francescano spagnolo Diego de Landa intorno al 1566, in Spagna dove era tornato per subire un processo intentato a suoi danni da un confratello invidioso e geloso. De Landa, nato nel 1524, era arrivato nello Yucatàn, da poco conquistato, nel 1549. Il Francescano si era guadagnato il favore degli indios per la sua grande e meritoria opera di protezione nei confronti dei crudeli latifondisti – *encomenderos* – dai quali erano tenuti in considerazione non più che alla stregua di bestie da soma: uscì trionfante dal processo e ritornò nello Yucatàn, nominato vescovo da papa Pio V nel 1572, e il 29 aprile del 1579, a Mérida, lo colse una morte prematura.

Il lavoro di questo religioso si è rivelato fondamentale per la comprensione e per l’inizio della decifrazione della scrittura maya: il paradosso storico vuole che fu egli, nel 1561, a ordinare la distruzione con un rogo immenso di un’intera biblioteca di antichi testi maya! Quanto descrive Diego de Landa è ancora oggi, dopo cinque secoli, la caratteristica principale che costituisce la cucina india, sia in Messico sia in Guatemala, paese che ho appena visitato per lavoro.

Ho avuto modo a Ciudad de Guatemala di vedere all’opera una donna india preparare le *tortillas*: il mais ammorbidito è detto *kuum*, una volta macinato – ai tempi precolombiani con il *mano* e sul *metate*, una pietra leggermente concava – diventa *zacàn* che viene impastato e ridotto a una sorta di focaccia rotonda, la *tortilla* appunto (*uah* in maya). L’impasto, del diametro di una quindicina di centimetri, viene messo a cuocere su



una piastra metallica rotonda (*xamach* o *comal*); la *tortilla*, appena cotta, viene posta in un recipiente, anticamente una zucca vuota, che ne contiene 10 o 15 tenute caldissime avvolte dentro un panno: è necessario mangiarle calde perché fredde diventano collose e allappanti.

Il dio maya del mais si chiamava *Yum Kaax*, anche dio dell’agricoltura, rappresentato sempre come un giovane con una pannocchia come copricapo e accoppiato al glifo del giorno *Kan* (serpente), simbolo del mais nei rari codici precolombiani giunti fino a noi.

Il mais veniva, e viene ancora oggi coltivato nelle *milpas*, campi strappati col sistema taglia e brucia (*swedden* o *shifting agriculture*) alla foresta: terreni coltivati uno o due anni e poi abbandonati o riutilizzati a rotazione per i fagioli neri, *buul*, a cui gli steli delle piante di mais possono servire da sostegno.

Per capire l’importanza della *tortilla* nel mondo maya, soprattutto nelle terre basse del Petén e del Chiàpas, riporto una storia

raccontata da un viaggiatore italiano in un suo volume dei primi anni sessanta e successa nei dintorni di Rio Dulce, dipartimento di Izabal, in Guatemala.

“(…) *Mi accorsi, infine, che la padrona della miserrima bottega era pronta a darmi tutto ciò che chiedessi, con la sola eccezione delle tortillas. Le chiedemmo nuovamente e, ancora una volta, la risposta fu: «no hay».*

Solo quando cavammo di tasca il denaro per pagare ciò che ci era stato fornito, la donna, dopo aver confabulato in kekchì con il marito, si decise a mettere sul banco una montagna di tortillas caldissime, che divorammo unitamente a un locale tipo di formaggio, che trovai eccellente, ma che fece storcere la bocca agli altri. E poi si chiari il mistero di quel «no hay» ripetuto con tanta ostinazione.

La tortilla gode di un tabù personale accettato da tutti senza discussioni: se cioè uno entra in una bottega o in una casa e chiede delle tortillas, le mangia e poi dice di non avere il denaro per pagarle, ma pagherà quando potrà, nessu-



Mais bianco e mais giallo al mercato indio di Antigua.

no può fare storie, nessuno potrà muovere accusa. La legge tradizionale della foresta vuole che una tortilla non si rifiuti mai a un affamato. Ma il mais è scarso e la fame molta; non tutti sono disposti a un dono del genere e meno che meno le botteghe. Così la consuetudine vuole che quando uno sconosciuto si presenti e chiedi tortillas, la bottegaia, se non vede il denaro sul banco, risponda *no hay*, eufemismo per chiedere il denaro. Noi non conoscevamo questo uso e così fu solamente quando mettem-

mo sul banco una banconota da 5 quetzales per pagare ciò che avevamo comperato che la donna ci pose davanti le tortillas.

Per altre merci, di qualunque specie, il tabù non esiste. E questo significa che chi comandi qualsiasi cosa, salvo le tortillas, e poi non paghi, allora deve sottostare alla legge della foresta, che contempla anche la uccisione del ladro. E tali sono considerati anche il truffatore e l'imbroglione".

La storia è citata per sottolineare quanto davvero la cultura maya

La Tortilla.



tiene in considerazione il mais e la *tortilla*, suo comune denominatore: si pensi al nostro pane o ai vari tabù legati al sale (merce una volta preziosissima).

Con la *tortilla* si può mangiare di tutto: imbottita e arrotolata diventa il famoso *taco*, che si può considerare come il nostro panino imbottito; può servire anche da base su cui vengono stese, a mo' di piccola pizza, le preparazioni, a base di carni o di verdure, più disparate. Com'è ovvio, viene spesso consumata come il nostro pane o preparata come zuppa (con pomodori e *chili*).

La cucina guatemalteca non è piccante come quella messicana: *chili* e *pimienta* (il pepe), sono usati con molta parsimonia. Con la conquista occidentale il modo di nutrirsi delle popolazioni locali è cambiato: così come a noi sono stati regalati mais, pomodori, zucche, tacchini, cacao e peperoncino, gli amerindi hanno da subito apprezzato il maiale, il pollo, il manzo, il grano, il riso, l'uva, le banane e il caffè (originario dell'Etiopia, ma di cui in Guatemala sono diventati i migliori produttori del mondo, con i colombiani).

Della varietà e della ricchezza della cucina guatemalteca si parlerà più diffusamente in un prossimo articolo, con un'avvertenza: oggi, purtroppo, tranne alcune zone ancora inesplorate e dunque intatte – la foresta del Petén è considerata foresta pluviale vergine come Amazzonia, centro Africa e pochissime altre aree del mondo – anche il Guatemala è sempre più colonizzato dalla cultura occidentale degradata e degradante. Fino agli anni settanta c'era la United Fruit Co. americana (successivamente rilevata dalla Del Monte) con la Cia, oggi ci sono le sette evangeliche, i *fast food* e le catene di cibo *take away*, pure declinate alla guatemalteca (vedi foto con guardie armate di fucili a pompa calibro 12 e motorette dai colori che si possono vedere solamente da quelle parti)...