

Principios del sabor en la gastronomía peruana

Sergio Zapata Acha*. Instituto de Investigación-EPTH-USMP

El sabor para propios y extraños es la característica más sobresaliente de la gastronomía peruana. En ese sentido, el estudio del *Nivel de satisfacción del turista extranjero 2006*, realizado por PromPerú señala también el sabor de la comida peruana como el atributo de mayor puntaje obtenido, seguido por la variedad de platos. Este aspecto sensorial, si bien de naturaleza compleja, juega un papel decisivo en la aceptación o no de los alimentos y comidas.

El sabor está constituido por una serie de impresiones sensoriales captadas por nuestros sentidos, como por ejemplo: el gusto (dulce; salado; ácido; amargo; *umami* o “delicioso”, el gusto cárnico, del glutamato monosódico); el aroma (formado muchas veces por cientos, sino miles, de compuestos volátiles muy diferentes desde el punto de vista químico, encontrándose éstos en cantidades del orden de ppm o ppb); la textura (dureza del chocolate, granulometría del manjar blanco, suavidad de un puré); la viscosidad (consistencia de la mayonesa); la astringencia (sensación de “sequedad” de un membrillo o del té, vinos tintos “ásperos”); las sensaciones pseudo térmicas (frío de las mentas; calor del jengibre), la pungencia (picor del ají); el color (en un jugo de naranja; de tomate); el sonido al masticar (las papas fritas y las galletas de soda crocantes; la turgencia de la manzana; del apio) que provocan los alimentos al ser consumidos. Además, existen factores propios del ser humano (sexo; edad; sensibilidad individual), el estado fisiológico (salud), psicológico, y otros aspectos subjetivos (creencias y tabúes) que van a influenciar directamente la percepción del sabor. Se trata pues de un concepto integral que comprende varios de nuestros sentidos, donde queda claro que el gusto y el aroma, entre otros elementos, forman parte del sabor (Zapata, 2003). La evolución de los reconocimientos olfativos ha sido estudiada por Engen (1987), quien muestra en la siguiente figura el porcentaje comparativo del reconocimiento de olores relacionados con el tiempo de la experiencia ocurrida. Así, por ejemplo, podemos observar que la memoria olfativa es más duradera que la visual.

* szapata@turismo.usmp.edu.pe

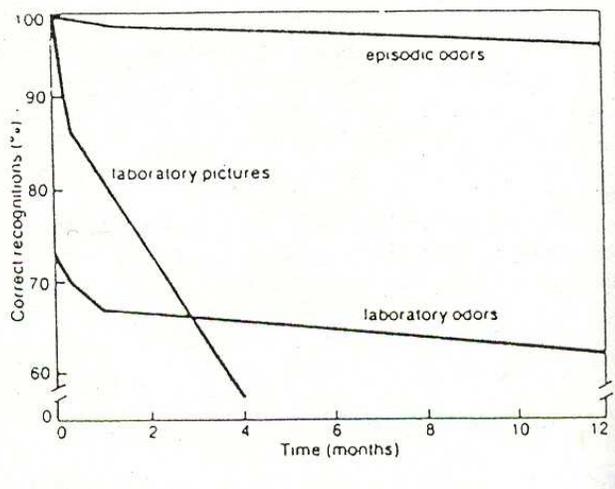


Figura 1.- Comparación de la evolución del reconocimiento de olores del laboratorio, asociados a episodios reales vs. imágenes (Engen, 1987)

Existen numerosos ejemplos retenidos en la literatura universal sobre “recuerdos” debidos a la memoria del sabor. Busslinger (1983) señala que, “el perfume es la forma más tenaz del recuerdo. De todos nuestros sentidos es el olfato el que mejor puede despertar en nosotros la nostalgia. Tiene un elevado valor emocional”.

Ahora bien, los olores de los alimentos que han sido “archivados” en nuestro cerebro como apetecibles permiten, al repetir su captación, prepararnos fisiológicamente para una mejor ingestión y digestión (VVAA, 2000). Más aún, toda vez que se trata de sensaciones aprendidas podemos asociarlas con alguna preparación en particular y ésta con una determinada cocina regional o nacional. Recapitulando, resulta posible entonces encontrar un nexo directo entre los alimentos y las culturas que los generaron.

Como señala Cruz Cruz (2002), la percepción de los alimentos y comidas se da como “objetos diferenciados, internamente estructurados” y precisamente esta cualidad, de totalidad perceptiva, hace posible la identificación de las diferentes cocinas como ya ha sido mencionado. Entonces, de lo que se trata es de lograr combinaciones armoniosas desde el punto de vista del sabor, donde se obtenga ante todo afinidades y el realce entre los ingredientes escogidos. Se buscará y preferirá la sinergia entre ellos.

De acuerdo con Armelagos (1997) la cocina tiene cuatro componentes: “Los alimentos que se seleccionan del medio, la forma de prepararlos, el principio del sabor y las reglas sobre el comer”. De éstos, el principio del sabor nos permite asociar el concepto de cultura (identidad) con una determinada cocina. Podríamos preguntarnos entonces ¿Por qué los peruanos tenemos una predilección por la canela y el clavo de olor en los postres?, ¿Por qué nos gusta tanto la acidez en conjunto con el picor del ají en salsas y preparaciones como el cebiche?, ¿Qué tiene el huacatay (*Tagetes minuta*) que hace distintas y únicas a ciertas salsas y picantes? o también ¿Por qué es tan exitosa la preparación “a la chorrillana” que va más allá de ser una preparación exclusiva de la cocina criolla de Lima?

Pues bien, la respuesta se encuentra en la existencia de una estructura propia del sabor (Fournier, 2004), conformada por la mezcla o combinación de ciertos ingredientes (productos, especias, condimentos, hierbas aromáticas, etcétera), que sumadas a determinadas materia primas van a definir el carácter sávido de las preparaciones, y que a su vez hacen posible que nosotros podamos reconocer la pertenencia o no de tales comidas a una gastronomía en particular. Comparativamente entonces, el sabor al identificar la pertenencia de una preparación culinaria, sería el equivalente al ADN de una cocina.

En este trabajo haremos hincapié tanto en el escabechado como en la combinación, cocida o no, de aliáceas (ajos y cebollas) junto al tomate, ají, sal, además del vinagre, que ha sido registrada y practicada desde el siglo XVII, y que constituye en la cocina limeña (y criolla) una mezcla clásica. Este estilo, conocido actualmente bajo la denominación de “a la chorrillana”, es utilizado en la preparación de comidas que comprenden carnes, aves, pescados u otros productos.

De los “escabeches” coloniales al lomo saltado

El sábado 26 de febrero de 1645 (AAL, 1645) las monjas de la Santísima Trinidad, monasterio limeño, prepararon una suerte de escabeche de pescado fresco, compuesto de los siguientes ingredientes:

Cuatro reales de pescado fresco, dos reales de tomates, medio de cebollas y medio de perejil, un real de ají verde, un real de orégano, dos

reales de manteca, dos reales de vinagre, un patacón [moneda de ocho reales, equivalente a un peso] de aceite.

Otras listas de ingredientes que tomamos, a manera de recetas, de *La cocina monacal en Lima colonial* de Dargent (2006), del mismo convento, preparadas el 19 y 23 de marzo del mismo año fueron: la primera con anchovetas y la segunda con corvinas (Cuadro N° 1).

Antiguamente el escabechado era practicado habitualmente en los conventos limeños del siglo XVII. En cuanto al escabeche, diremos que originalmente es una manera de conservar las carnes y pescados. Esta milenaria técnica, cuya particularidad radica en el uso del vinagre u otros agentes ácidos, fue utilizada por los romanos tal como se observa en la receta que aparece en el libro de cocina de Apicio (Flower y Rosenbaum, 1980) y que data de los primeros siglos de la era cristiana:

*Para conservar los pescados fritos:
una vez fritos y retirados se les añade vinagre caliente.*

Ludorff (1963) define al escabeche de la siguiente manera:

Se entiende por escabeche el pescado adobado y aderezado por medio de un tratamiento con vinagre y sal. La primera fase de su elaboración la constituye el adobo. El semi producto obtenido se trata después con líquidos de diversos tipos y condimentos vegetales.

Con el pescado precocido y luego marinado se consigue mejorar la conservación y afirmar la textura. Un ejemplo de este proceso está en la receta del “Escaveche de Atún” que se encuentra en el *Arte de Cocina, Pastelería, Vizcochería y Conservería* de Martínez Montañón, libro de cocina muy difundido en Latinoamérica y editado en Madrid a inicios del siglo XVII.

Este atún fresco en escaveche lo podrás hacer lonjas de dos libras, y sazonar de sal, y asarlohas, y dexarlo enfriar, y puedes hacer escaveche con su vino, y vinagre, y especias, y un poco de hinojo, y asienta el atún

en el barril, y cebalo con el escaveche, y tapalo, y de esta manera podrás hacer el sollo.

Una cita de interés donde se hace notar la diferencia entre el escabeche español y el limeño a fines del siglo XIX figura en el *Nuevo Manual de la Cocina Peruana. Escrito en Forma de Diccionario por un Limeño Mazamorrero*, en la receta que precisamente lleva por título “escabeche al estilo de Lima”:

El escabeche aunque de origen español, se prepara en Lima de una manera muy distinta; siendo en esta capital el aceite la base del guiso, en tanto que en España, entra en gran proporción el vinagre.

Continuando con las pitanzas del monasterio de la Santísima Trinidad, para el Jueves Santo de 1646 (AAL, 1646-48), un “guisa[do] de tollos” comprendió lo siguiente:

tollos, cincuenta que costaron doce patacones, cuatro reales, un patacón de pimienta, seis reales de canela, una onza de azafrán, doce reales de ajos, cominos y cilantro. Tres reales de tomates, dos de ají verde, medio de perejil. Dos reales de membrillos, cuatro reales de pepitas para espesar, doce reales de manteca, un real de vinagre.

Una receta de camarones, similar a las de pescado, que incluye también “agi berde”, fue preparada en abril de 1645 (Cuadro N° 1). En las listas de ingredientes que entraban para la preparación de estas comidas se observa el uso frecuente del achiote. Es interesante mencionar aquí a las menestras, como por ejemplo las preparaciones de lentejas, habas secas, garbanzos y los nativos pallares (*Phaseolus lunatus*). En abril de 1647, Jueves Santo (Dargent, 2006), nuevamente las monjas de la Santísima Trinidad prepararon un “guisado de pescado” con los siguientes ingredientes:

Diez patacones de pescado, dos tomates, uno de ají verde, un real de membrillos, otro de manzanas, media onza de azafrán, un real de

achiote, medio real de cebollas y perejil, medio de ajos y cominos, medio de cilantro, dos de pan para espesar, un patacón de manteca.

El común denominador de estas preparaciones se encuentra en el original escabeche, así como en la combinación de ingredientes que conforman una “estructura” de sabores. Podríamos hablar entonces de “*indicadores gustativos*” que afirman y delimitan la identidad y pertenencia culinaria a un determinado territorio (Contreras, 1993). Estas combinaciones de ingredientes de índole diversa aportan el carácter y definen el sabor final de estas comidas.

En el Cuadro N° 1 se observan preparaciones (guisos, estofados y escabeches) “antecesoras” del lomo saltado, con la combinación de ingredientes que conforman este plato, que incluye: materia grasa, ají, tomate, cebolla, ajos, y vinagre. Entre las especias y hierbas aromáticas complementarias figuran, entre otras, el orégano, la pimienta y el perejil.

Cuadro N° 1

Preparaciones o recetas precursoras del lomo saltado

Receta	Año	Fuente	Materia grasa	Otros ingredientes
Anchovetas	1645	La cocina monacal	Manteca	Orégano
Corvinas	1645	La cocina monacal	Manteca, aceite	Orégano, perejil
Camarones	1645	La cocina monacal	Manteca	Perejil
Lentejas	1645	La cocina monacal	Manteca	Achiote
Lentejas	1645	La cocina monacal	Manteca	Achiote
Habas secas	1645	La cocina monacal	Manteca	Perejil, achiote, culantro
Garbanzos	1645	La cocina monacal	Manteca	Achiote
Garbanzos	1646	La cocina monacal	Manteca	Achiote, comino
Estofado de lujo	1867	La mesa peruana	Manteca	Orégano, pimienta
Estofado de corvina	1867	La mesa peruana	-----	Orégano, perejil, pimienta

Lechuga con carne (salpicón)	1867	La mesa peruana	-----	Orégano, perejil, pimienta, pimienta
Ensalada de pallares	1867	La mesa peruana	Aceite	Orégano, pimienta
Escabeche de corvina	1867	La mesa peruana	Aceite	Orégano, pimienta
Escabeche de corvina	1918	Lecciones de cocina	Manteca	Pimienta, hierba buena, apio
Pescado a la chorrillana	1918	El cocinero peruano	Manteca	Orégano, ají verde y colorado
Pescado a la chorrillana	1928	Cocina práctica moderna y económica a la francesa, española e italiana con la criolla del Perú	Manteca	Orégano, pimienta
Arrimado de coles	1928	Cocina práctica, (...) criolla del Perú	Manteca	Orégano
Pescado a la chorrillana	1947	Cocina y repostería	Manteca	Orégano, pimienta
Escabeche de corvina	1953	Lecciones de cocina por una limeña.	Aceite	Orégano, pimienta
Escabeche de pato o pescado	1961	"La Tapada" Cocina y repostería.	Aceite	Orégano
Carne saltada	1964	Cocina peruana por Misia Peta	Manteca	Orégano, pimienta
Bistec a la chorrillana	1964	Cocina peruana por Misia Peta	Manteca	Orégano
Lomito saltado	1986	Ama de casa 86. "Monterey"	Aceite	Culantro, pimienta
Lomito saltado	1994	Cocina peruana. Recetas tradicionales	Aceite	Pimienta, comino, perejil, culantro

Lomo saltado	1999	Cocina peruana. Única y maravillosa	Aceite, manteca	Pimienta, perejil
--------------	------	-------------------------------------	-----------------	-------------------

(Zapata, 2009 b)

En las “recetas” que se realizaron en el monasterio de la Santísima Trinidad entre los años de 1645 y 1647 se usó ají verde (amarillo o escabeche) generalmente junto al ají seco, además de pan o harina para espesar. Más adelante, entre las recetas de *La mesa peruana o sea el libro de las familias* (anónimo, 1867), impreso arequipeño, encontramos estofados, ensaladas y un escabeche. Estas preparaciones son complementadas con orégano, pimienta y perejil. La relación completa de recetas incluye escabeches, pescado “a la chorrillana”, o el arrimado de coles, demostrando así la popularidad de esta combinación de ingredientes. Es importante notar el uso frecuente del aceite en la segunda mitad del siglo XX, manteniéndose el empleo regular de la pimienta y orégano. Resalta igualmente la aparición de recetas de carne, lomo y lomito saltado además del bistec “a la chorrillana” en los últimos recetarios consultados. En el Cuadro N° 2 la base de las recetas es la carne de res, presentándose una relación de recetas pertenecientes al siglo XX, donde se mantiene básicamente la misma combinación de ingredientes, aunque el vinagre no siempre esté incluido, así como los ajos, mientras que la pimienta junto al orégano sean utilizados frecuentemente.

Cuadro N°2

Recetas a base de carne de res, lomo o bistec

Nombre	Año	Fuente	Observaciones
Lomito de vaca	1895	Nuevo manual de la cocina peruana	“a la chorrillana”
Bistec a la chorrillana	1910	Nuevo manual de la cocina peruana	* vinagre ** orégano
Bistec a la chorrillana	1918	El cocinero peruano.	* vinagre **orégano
Carne saltada	1918	El cocinero peruano	* vinagre, ají **pimienta, comino, laurel.

Lomo saltado	1918	El cocinero peruano	*ají, ajos **pimienta
Bistec a la chorrillana	1928	Cocina práctica, moderna y económica a la francesa , española e italiana con la criolla del Perú	* vinagre **orégano
Lomo a la chorrillana	1947	Cocina y repostería	* vinagre, ajos ** pimienta, orégano
Carne saltada	1964	Cocina peruana por Misia Peta	* ají ** pimienta, orégano
Bistec a la chorrillana	1964	Cocina peruana por Misia Peta	** orégano
Lomos a la chorrillana	1964	Reportaje al Perú “La Prensa”	*vinagre, ajos ** pimienta, orégano
Lomito saltado	1986	Ama de casa 86. “Monterrey”	** pimienta, culantro
Lomito saltado	1994	Cocina peruana. Recetas tradicionales y prácticas	**pimienta, perejil, culantro, comino
Lomo saltado	1999	Cocina peruana. Única y maravillosa	* ajos, vinagre **pimienta, perejil
Lomo saltado	2001	La mejor Cocina Peruana	** pimienta, orégano, pimentón, perejil, sillao

* no lleva; ** lleva

(Zapata, 2009 b)

La química del sabor en el lomo saltado

En el siguiente Cuadro se presentan los componentes químicos iniciales del sabor más importantes presentes en los ingredientes frescos, aún sin ser

acondicionados o procesados, que intervienen en la condimentación y preparación del lomo saltado.

Cuadro N° 3
Compuestos químicos del sabor en los productos frescos que comprenden la combinación en estudio

PRODUCTO FRESCO	COMPUESTOS
Ajo (<i>Allium sativum</i>)	S-(2-propenil)-L-cisteína sulfóxido
Cebolla (<i>Allium cepa</i>)	S-(1-propenil)-L-cisteína sulfóxido Ácido glutámico
Ají amarillo (<i>Capsicum baccatum</i>)	Capsaicinoides Pirazinas 2-heptanetiol
Tomate (<i>Lycopersicon esculentum</i>)	Ácido glutámico Furaneol Ácidos orgánicos Cis-3-hexenal
Papa (<i>Solanum tuberosum</i>)	Ácido glutámico Metiltio-3-propanal Geosmina
Carne de res (<i>Bos taurus</i>)	Ácido glutámico Péptidos Nucleótidos (IMF, GMF, AMF*) Ácidos grasos
Vinagre	Ácido acético, ésteres

*IMF, Inosinato 5' monofosfato; GMF, guanilato 5' monofosfato; AMF, adenilato 5' monofosfato

El aroma y acritud que presenta el ajo se debe a la presencia de compuestos azufrados que se forman una vez que las células sufren un proceso de destrucción mecánica, por ejemplo: cortado o molienda. Se trata de procesos enzimáticos donde participan las aliinasas al actuar sobre el S-(2-propenil)-L-cisteína sulfóxido, compuesto precursor, originando tiosulfonato de dialilo y ácido sulfénico (Crouzet, 1992). La descomposición del tiosulfonato de dialilo (alicina) con la cocción, da como resultado metil alilo y dialilo disulfuros (Lindsay, 1996) y la fritura generará compuestos aromáticos además de caramelización por la presencia de azúcares (fructosa).

Yamaguchi y Ninomiya (2000) muestran un contenido de 51 mg/ 100 g de ácido glutámico libre en cebollas. En esta aliácea, como resultado de la acción enzimática de la aliinasa actuando sobre S-(1-propenil)-L-cisteína sulfóxido se originará amoniaco, piruvato y ácido sulfénico. Éste último generará

compuestos aromáticos además del S-tiopropional óxido, que es una sustancia lacrimógena (Lindsay, 1996). Con el tratamiento térmico se produce dimetiltiofenos y caramelización.

Los tomates maduros presentan un contenido de ácido glutámico que alcanza el 0.3% de su peso (MacGee, 2004), así como compuestos aromáticos azufrados que complementarán el sabor de las carnes. El tomate es una fuente importante del gusto *umami*. Según Hosking (2001), “El *umami seibun* (el factor de lo sabroso) se identifica específicamente con ciertos aminoácidos y nucleótidos, por ejemplo el glutamato monosódico (GMS), el inosinato sódico y el guanilato sódico. No cabe duda de que, por un lado, los tres son importantes potenciadores del sabor y, por otro, los tres reunidos multiplican los efectos que tendrían cada uno por separado hasta ocho o nueve veces”. El furaneol, compuesto heterocíclico presente en el tomate maduro contribuye sustantivamente al aroma de éste. Ahora bien, una vez sometidos a procesos térmicos (fritura en aceite), los tomates perderán el perfil aromático del frescor, generando compuestos volátiles a partir de los carotenoides presentes, y su sabor se verá intensificado con el añadido de ácido al incorporar el vinagre en la preparación.

En las comidas, los ajíes aportan picor (producido por los capsaicinoides), el aroma y sabor característicos (debidos a las pirazinas) de acuerdo a la variedad utilizada, además de provocar un aumento en la palatabilidad, redondeando los sabores con notas cálidas. El ají verde, amarillo o escabeche (*Capsicum baccatum* L.) es empleado en la preparación de salsas y platos nacionales tan característicos como la causa, el ají de gallina o los escabeches (Zapata, 2009 a). Sobre la costumbre del uso de ají en el Perú, además del picante, gastronómicamente hay que tomar en cuenta también la contribución de la fracción aromática y del color (carotenoides).

Como se sabe, la sal es el condimento saborizante por excelencia y uno de los cinco gustos percibidos. Es importante señalar que la asociación del glutamato monosódico, presente en varios de los ingredientes, y el cloruro de sodio provoca sinergia, con la necesidad de una menor concentración de éste último, favoreciendo de esta manera la elaboración de dietas bajas en sodio.

Las bayas maduras del pimiento blanqueado, constituyen al secarse la pimienta negra, cuyo perfil aromático se debe a la presencia de compuestos

hidrocarbonados como los monoterpenos (70 a 80%) y los sesquiterpenos (20 a 30%), además de un pequeño porcentaje de compuestos oxigenados (4%) (Heath, 1978). El sabor acre es el resultado de la acción de la piperina, una amida y derivados de ésta (Lindsay, 1996).

La presencia del ácido acético, compuesto originado por fermentación y uno de los componentes del vinagre, le confiere poder conservante, siendo el principal ingrediente en los escabeches. El vinagre, además de ser un buen solvente para el sabor de las especias y hierbas aromáticas, contribuye con la acidez y aroma en su forma molecular no disociada. Las papas contienen 10 mg/100g de ácido glutámico libre según Yamaguchi y Ninomiya (2000), pudiendo este valor cambiar de acuerdo a la variedad. Para el lomo saltado, las papas fritas que forman parte de la preparación, aportan gusto *umami*, los aromas formados por la reacción de Maillard (entre aminoácidos y azúcares reductores) y la textura de la variedad elegida. La variedad de papa amarilla, por su color, consistencia arenosa y sabor delicado es generalmente la elegida.

Dependiendo del tiempo y tipo de cocción de la carne de res, aumentará el aroma cárnico formado a partir de compuestos volátiles y precursores no volátiles (péptidos, aminoácidos, nucleótidos, azúcares, ácidos grasos). En ese sentido, la fritura de la carne y posterior mezcla con el tomate en la preparación del lomo saltado, genera un sabor más intenso, viéndose favorecido por el contenido natural de nucleótidos. Asimismo, en la preparación del plato se suele practicar el flameado por unos segundos con el fin de lograr un sabor “quemadito”, generando múltiples aromas relacionados con las reacciones de Maillard y otras que involucran a los lípidos.

Discusión y conclusión

Los ingredientes que conforman la estructura básica de las preparaciones conventuales que datan del siglo XVII (Archivo Arzobispal de Lima; Dargent, 2006), están constituidos por manteca o aceite, vinagre, tomate, cebolla y ají. Complementarios a éstos se encuentran en menor medida otros productos como: ajos, achiote, comino y orégano (ver Cuadro N° 1). Estas preparaciones tienen como ingredientes principales a pescados, camarones o menestras (lentejas, habas, garbanzos y pallares), observándose en general el uso de la manteca y una combinación de ají verde y seco.

Posteriormente, en el recetario *La mesa peruana o sea el libro de las familias* encontramos una receta de pescado “a la chorrillana” que citamos en el Cuadro N° 2. Se observa también en esta época el uso del orégano y la pimienta que complementan la estructura básica que proponemos; sin embargo, son varias las recetas que no utilizan el vinagre debido a la naturaleza del potaje (sopas y chupes). Las demás recetas mantienen la mencionada combinación, variando en la utilización de algunos condimentos específicos secundarios.

A fines del siglo XIX aparece el *Nuevo manual de la cocina peruana* (Anónimo, 1895), y en él encontramos la receta del lomito de vaca, preparación que presenta dos variantes, una de las cuales indica que se puede preparar “a la chorrillana”, significativo testimonio que sostiene la tesis del origen del platillo que con el nombre de lomo saltado, constituye hoy una preparación clásica de nuestra gastronomía. En 1918, es en el volumen *El cocinero peruano. El más completo y variado manual del cocinero, dulcero y repostero escrito en forma clara y precisa por un nieto de ño cerezo*, donde se registra por primera vez con el nombre de “lomo saltado”. Otras recetas relacionadas con la combinación de ingredientes y condimentos (aunque sin vinagre) son: “bisté a la chorrillana”, chupe limeño y pescado “a la chorrillana”. En estas preparaciones se usa pimienta y orégano. Posteriormente, en 1928, las recetas de *Cocina practica moderna y económica a la francesa, española e italiana con la criolla del Perú* de Juan Boix Ferrer, incluye la fórmula del “pescado a la chorrillana” que hace uso de la combinación de ingredientes originales, además de una serie de recetas que podemos clasificarlas en chupes, escabeches, guisos, y un bistec “a la chorrillana”, muy similar a la del lomo saltado. En general, en estas últimas no se incluye el vinagre. También se puede observar que la manteca ha sido parcialmente reemplazada por aceite.

La edición de *Cocina y repostería* de Baylón (1947), presenta una receta de pescado “a la chorrillana” y otras de chupes y sopas, además, de un lomo “a la chorrillana” que si bien no incluye vinagre, tiene similar estructura. Es pertinente señalar que en algunas recetas este ingrediente es sustituido por vino o chicha. En recetarios posteriores *Lecciones de cocina por una limeña* (Anónimo, 1953) y *La tapada* (Garland, 1961), se observa en dos recetas el mismo patrón de condimentación: el escabeche de corvina en el primero y el escabeche pescado. *Cocina peruana. Recetas de arte culinario por Misia Peta*

de 1964, incluye dos recetas: de carne saltada y bistec “a la chorrillana” que mantienen la combinación original. La técnica del saltado no aparece mencionada en las preparaciones de las recetas estudiadas, mas bien la fritura se utiliza tanto para las papas como para la carne e ingredientes. Todo indica también, que el uso del sillao [salsa fermentada de origen chino, a base de soya y rica en ácido glutámico] en la preparación del lomo saltado es reciente (Chuquillanqui, 2001). La técnica del saltado en *wok* y flameado que adquieren aceptación en la actualidad son, además del uso del sillao y el culantro, válidas modificaciones que buscan, teniendo en cuenta tendencias gastronómicas actuales, “optimizar” las características organolépticas de un plato cuyos orígenes hispano-americanos se remontan al siglo XVII. Esto demostraría que no necesariamente la forma de preparar (técnica usada; más aún no siendo la única) una comida, corresponde a la influencia que participó fundamentalmente en la creación de la preparación.

A manera de conclusión se observa tanto en recetas conventuales coloniales como en actuales estudiadas, un patrón de combinación de productos y condimentos que se ha mantenido a lo largo de todo este periodo de tiempo. Esta exitosa combinación estuvo originalmente relacionada con la preparación de “escabeches” que influyeron, con el paso del tiempo y la dinámica culinaria, en el desarrollo de platos mestizos conocidos como carne y pescado “a la chorrillana” y el lomo saltado. De manera más general, esta estructura de condimentación, que incluye materia grasa, ajo, cebolla, tomate, ají, sal y vinagre, ha sido utilizada en preparaciones como: aliños, chupes, sopas, caldos, sudados, guisos, salsas cocidas y ensaladas. Los sabores, en el caso del lomo saltado por ejemplo, son potenciados con la presencia de compuestos que forman el gusto *umami*, además de otros asociados a la reacción de Maillard y también de lípidos, el conjunto redondeado con el picor, aroma y color del ají amarillo, en una lograda preparación que permite identificar su pertenencia a la culinaria peruana y criolla en particular.

Bibliografía consultada

ANÓNIMO. 1867. *La mesa peruana o sea el libro de las familias*. Primera edición. Imprenta de la Bolsa, Arequipa

ANÓNIMO. 1895. *Nuevo Manual de la Cocina Peruana. Escrito en Forma de Diccionario por un Limeño Mazamorrero*. Librería Francesa Científica y Casa Editora J. Galland, Lima

ANÓNIMO. 1910. *Nuevo Manual de la Cocina Peruana. Escrito en Forma de Diccionario por un Limeño Mazamorrero*. Librería Francesa Científica Galland. E. Rosay, Editor. Lima.

ANÓNIMO. 1918. *El cocinero peruano. El más completo y variado manual del cocinero, dulcero y repostero escrito en forma clara y precisa por un nieto de ño cerezo*. P. Acevedo, Editor. Lima

ANÓNIMO. 1918. *Lecciones de Cocina. Contienen las más deliciosas y fáciles recetas de cocina, como también consejos prácticos para el hogar, escritas por una limeña*. Imprenta del Estado. Lima.

ANÓNIMO. 1953. *Lecciones de Cocina Por una Limeña*. Séptima edición. Editorial Lumen S.A. Lima.

ANÓNIMO. ¿1964? *Reportaje al Perú*. "La Prensa". Lima

ANÓNIMO. 1986. *Ama de casa 86. Monterrey*. Ed. Labrusa S.A. Lima.

ARCHIVO ARZOBISPAL DE LIMA (AAL). 1645. Monasterio de la Santísima Trinidad. Legajo IV, Expediente 2.

ARCHIVO ARZOBISPAL DE LIMA (AAL). 1646-48. Monasterio de la Santísima Trinidad. Legajo IV, Expediente 3.

ARMELAGOS, G. 2003. *Cultura y contacto: el choque de dos cocinas mundiales*. En: *Conquista y comida. Consecuencia del encuentro de dos mundos*. Janet Long (coordinadora). Universidad Nacional Autónoma de México, México, D. F.

- BAYLÓN, Francisca. 1947. *Cocina y repostería*. Editorial P. T. C. M. Lima
- BOIX FERRER, J. 1928. *Cocina practica moderna y económica a la francesa, española e italiana con la criolla del Perú*. Librería e Imprenta Gil. Lima
- BUSSLINGER, N. 1983. Armonía de fragancias. *El maravilloso mundo del perfume*. Tusquets Editores. Barcelona.
- CHUQUILLANQUI, Julio (Compilador). 2001. *La Mejor Cocina Peruana*. Diario "Ojo". Quebecor World Perú S.A. Lima.
- CONTRERAS, Jesús. 1993. *Antropología de la alimentación*. Ediciones de la Universidad Complutense. Gráficas Ortega, S. A. Madrid.
- CROUZET, J. 1992. "La biogénèse des arômes". En: Richard, H., y Multon, J-L. (Compiladores). *Les arômes alimentaires*. Tec & Doc Lavoisier. Paris.
- CRUZ CRUZ, Juan. 2002. *Teoría elemental de la gastronomía*. Ediciones Universidad de Navarra. S. A. Pamplona, España.
- DARGENT, Eduardo. 2006. *La cocina monacal en Lima colonial*. Tesis de maestría. Universidad de San Martín de Porres. Lima.
- ENGEN, T. 1987. Remembering odors and their name. *American Scientist*, 497-503. En: Sauvageot, F. L'Évaluation sensorielle apliquée aux arômes. Chap. 2. *Les arômes alimentaires*. 1992. Richard, H. et Multon, J-L. coordonnateurs. Tec & Doc – Lavoisier. Paris.
- FLOWER, B. y ROSENBAUM, E. 1980. *The roman cookery book. A critical translation of the Art of Cooking by Apicius for use in the study and the kitchen*. George Harrap. London.

FOURNIER, D. 2004. *“La cocina de América y el intercambio colombino”*. En: Massimo Montanari (Compilador). *El mundo en la cocina*. Editorial Paidós. Buenos Aires

GARLAND de PÉREZ-PALACIO, Laura. s/f ¿1961? *“La Tapada”*. *Cocina y Repostería*. Primera edición. Lima.

HEATH, Henry. 1978. *Flavor Technology: profiles, products, applications*. Avi Pub. Co., Inc, Westport. Connecticut.

HOSKING, Richard. 2001. *Diccionario de la cocina japonesa. Ingredientes y cultura*. Ed. Zendera Zariquiey S. A. Barcelona.

HUAPAYA, Simón “Cholo”. 1999. *Cocina peruana. Única y maravillosa*. Editorial Escuela Activa S. A. Lima.

LINDSAY, Robert. *“Flavors”*. 1996. En: Edited by Owen Fennema. Marcel Dekker Inc., *Food chemistry*. New York.

LUDDORF, W. 1963. *El Pescado y sus productos*. Editorial Acribia. Zaragoza.

MARTÍNEZ MONTIÑO, F. 1760. *Arte de Cocina, Pastelería, Vizcochería y Conservería*. Duodécima impresión. Pedro Joseph Alonso y Padilla. Madrid.

McGEE, Harold. 2004. *On food and cooking. The science and lore of the kitchen*. Scribner. New Cork.

MISIA PETA. 1964. *Cocina peruana. Recetas de arte culinario por Misia Peta*. Primera edición. Editorial Mercurio. Lima.

OCAMPO, Teresa. s/f ¿1994? *Cocina Peruana. Recetas Tradicionales y Prácticas*. Lima.

YAMAGUCHI, S. y NINOMIYA, K. 2000. "Umami and Food Palatability". *Journal of Nutrition*. 130: 921S-926S.

VV. AA. 2000. *Larousse del perfume y las esencias*. Grafos, S. A. España.

VVAA. 2007. *Nivel de satisfacción del turista extranjero*. PromPerú. 2006. Lima.

ZAPATA, Sergio. 2003. "El sabor en la gastronomía". *Revista Canatur*. 30: 8 - 10. Lima.

ZAPATA, Sergio. 2009 (a). *Diccionario de Gastronomía Peruana Tradicional*. Universidad de San Martín de Porres. Segunda edición corregida y aumentada. Gráfica Biblos. Lima.

ZAPATA, Sergio. 2009 (b). *Contribución al conocimiento de patrones gustativos en la gastronomía peruana: un caso ilustrado de mestizaje culinario hispano-americano ocurrido desde el siglo XVII*. En: 53° Congreso Internacional de Americanistas. México D. F.