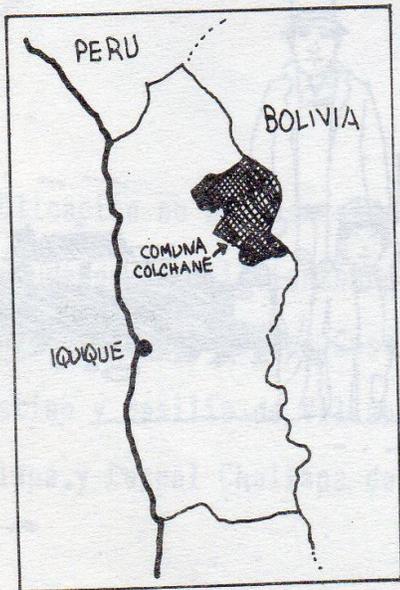
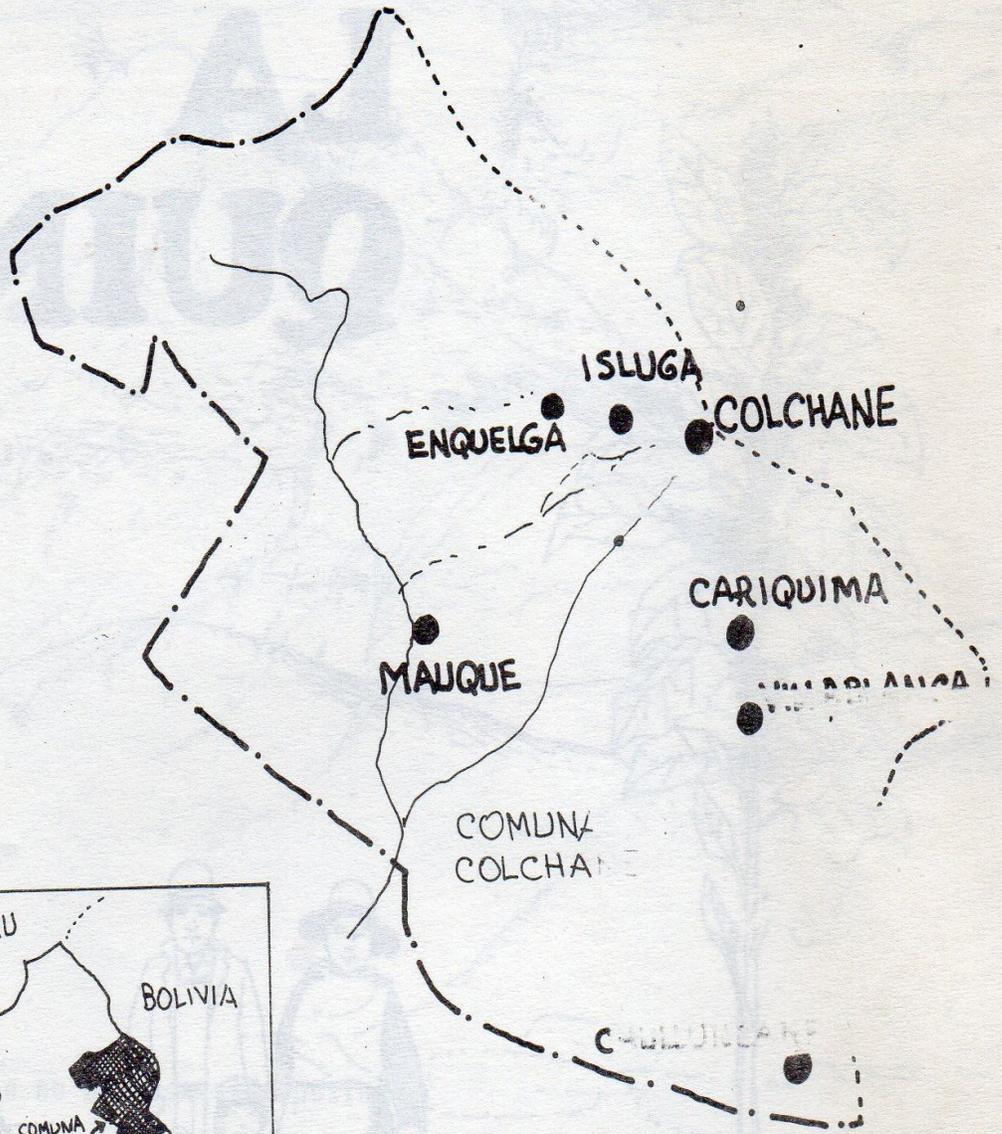


Boletín Aymara N° 13

LA QUINOA

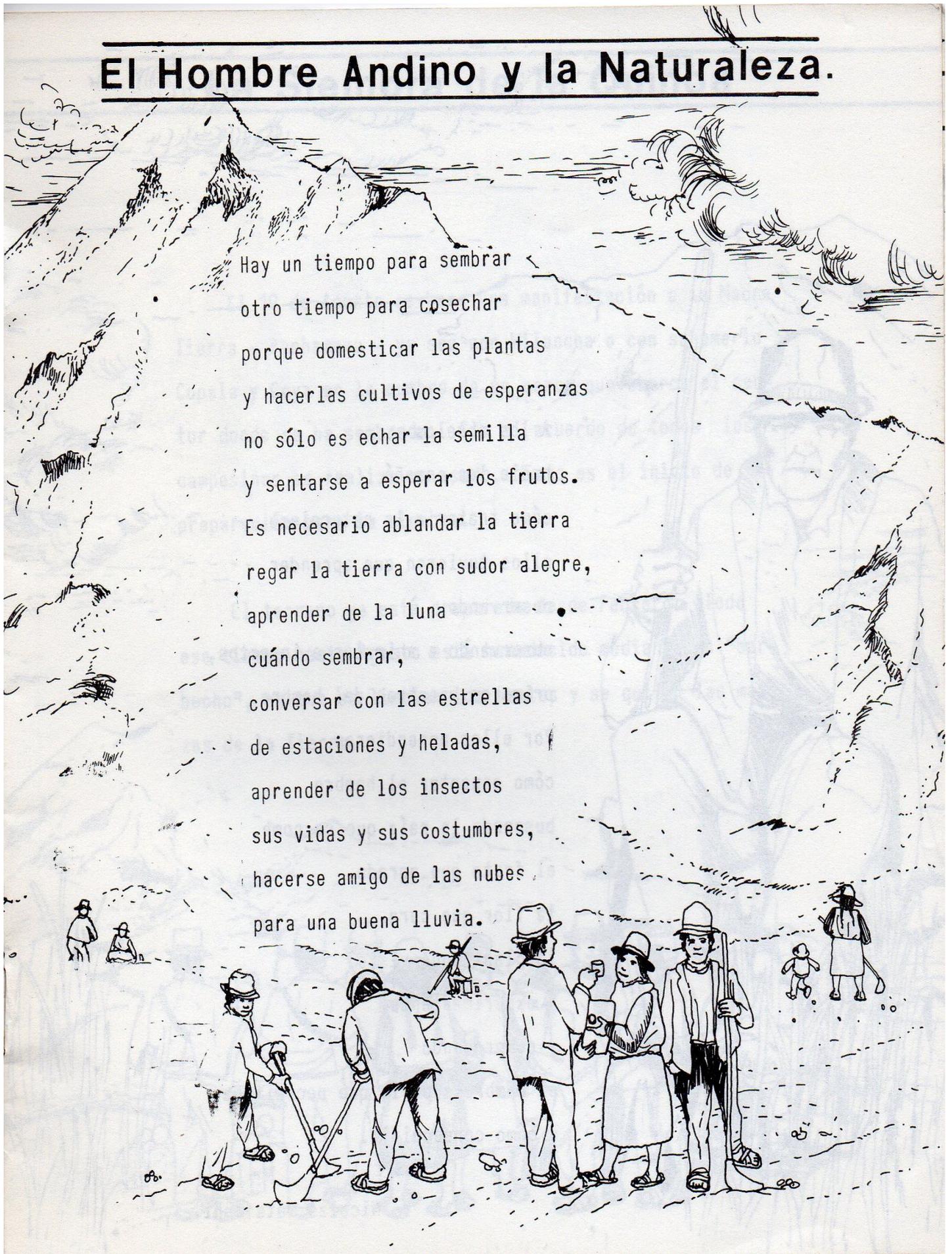


CENTRO DE INVESTIGACION DE LA REALIDAD DEL NORTE (CIREN) 1986



El Hombre Andino y la Naturaleza.

Hay un tiempo para sembrar
otro tiempo para cosechar
porque domesticar las plantas
y hacerlas cultivos de esperanzas
no sólo es echar la semilla
y sentarse a esperar los frutos.
Es necesario ablandar la tierra
regar la tierra con sudor alegre,
aprender de la luna
cuándo sembrar,
conversar con las estrellas
de estaciones y heladas,
aprender de los insectos
sus vidas y sus costumbres,
hacerse amigo de las nubes,
para una buena lluvia.





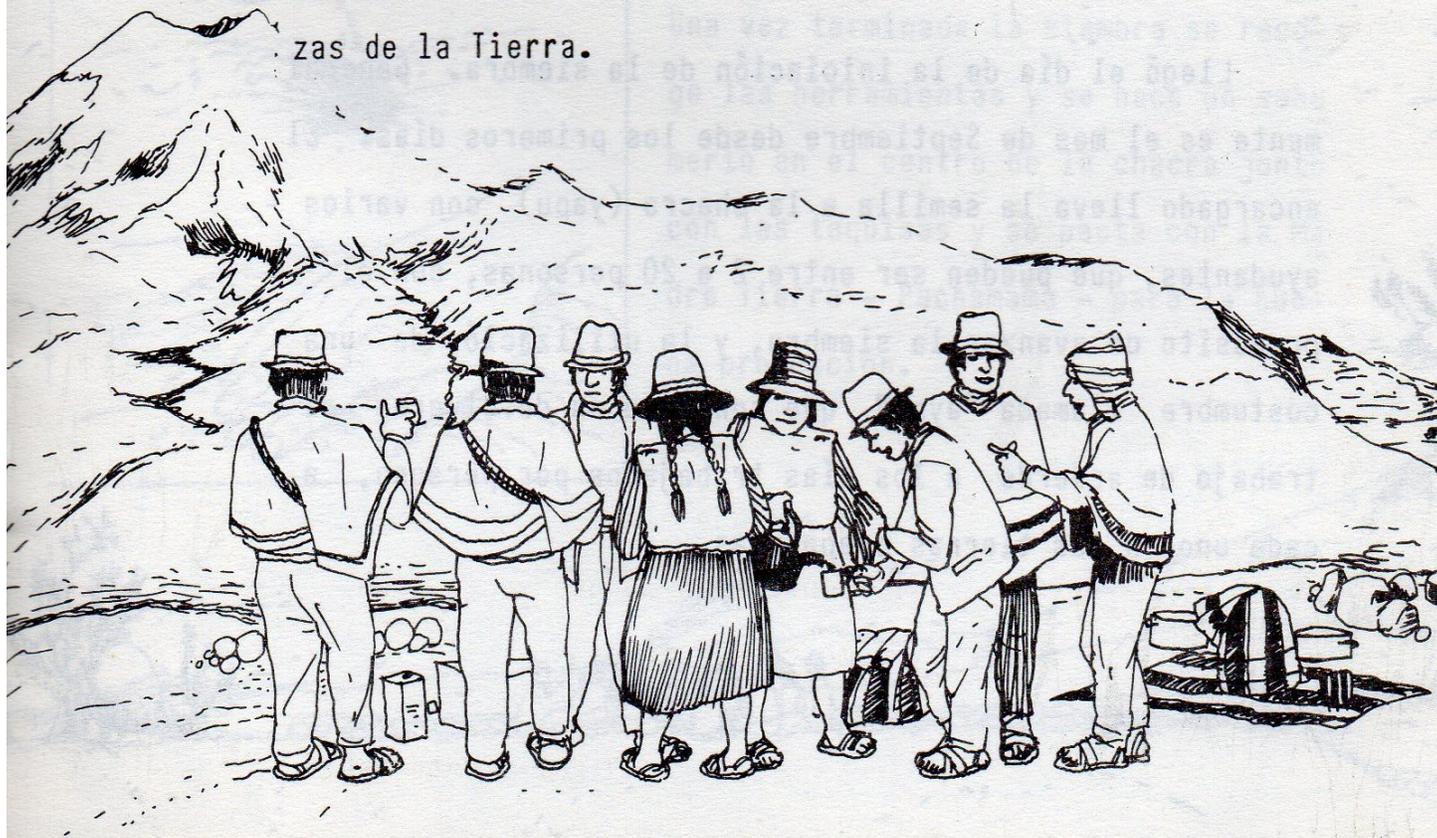
A los abuelos
nadie les enseñó
cómo tratar a la naturaleza,
ellos tuvieron que aprender
observando
observando a animales e insectos,
primeros maestros del hombre.
Por ellos aprendieron
cómo espantar el hambre
buscando la raíz que se come,
el fruto que agrada,
la flor que cura,
la planta que viste
y experimentando
y comprobando
el hombre supo lo que necesitaba
y cómo conseguirlo.

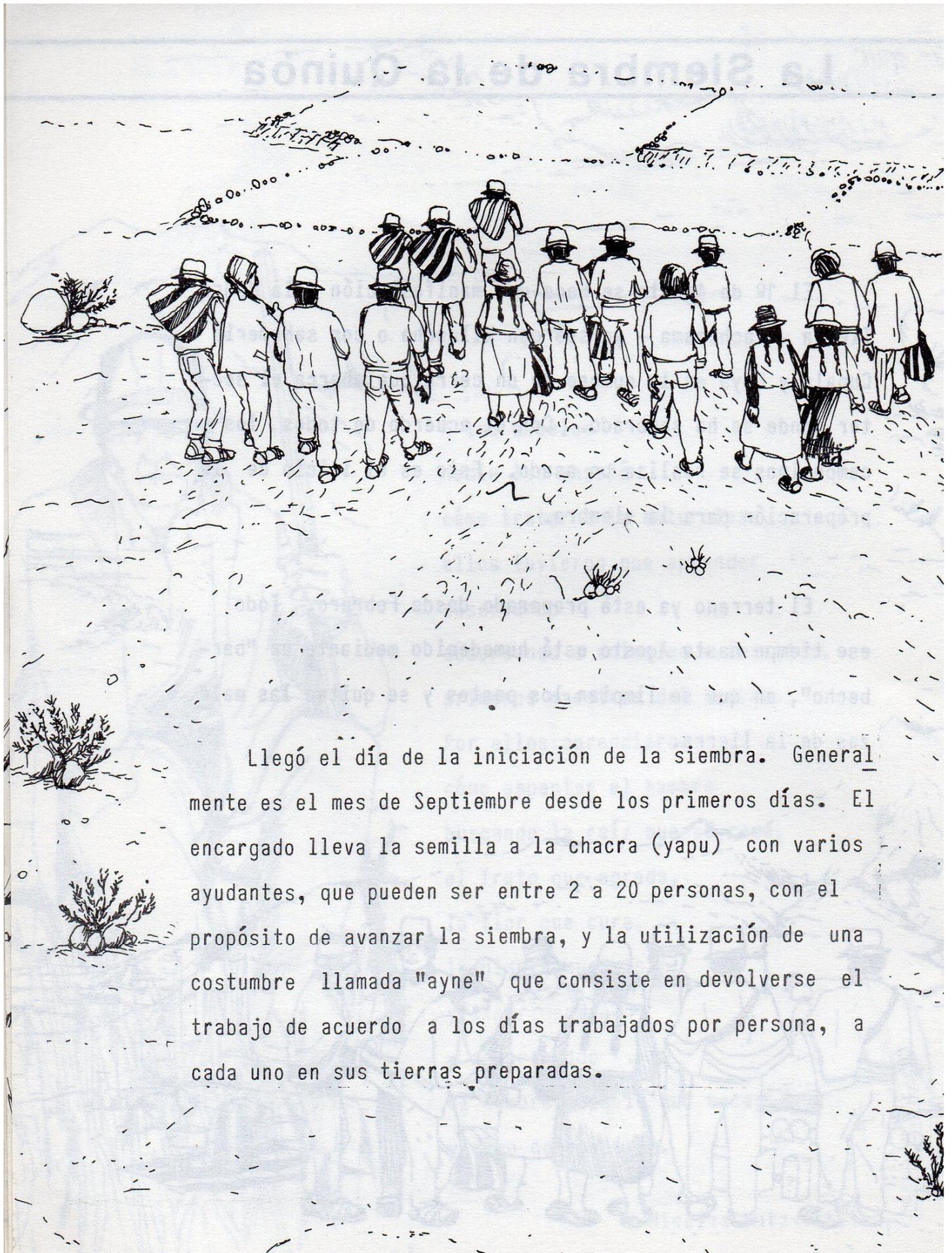
Nicolás Matayoshi.

La Siembra de la Quinõa

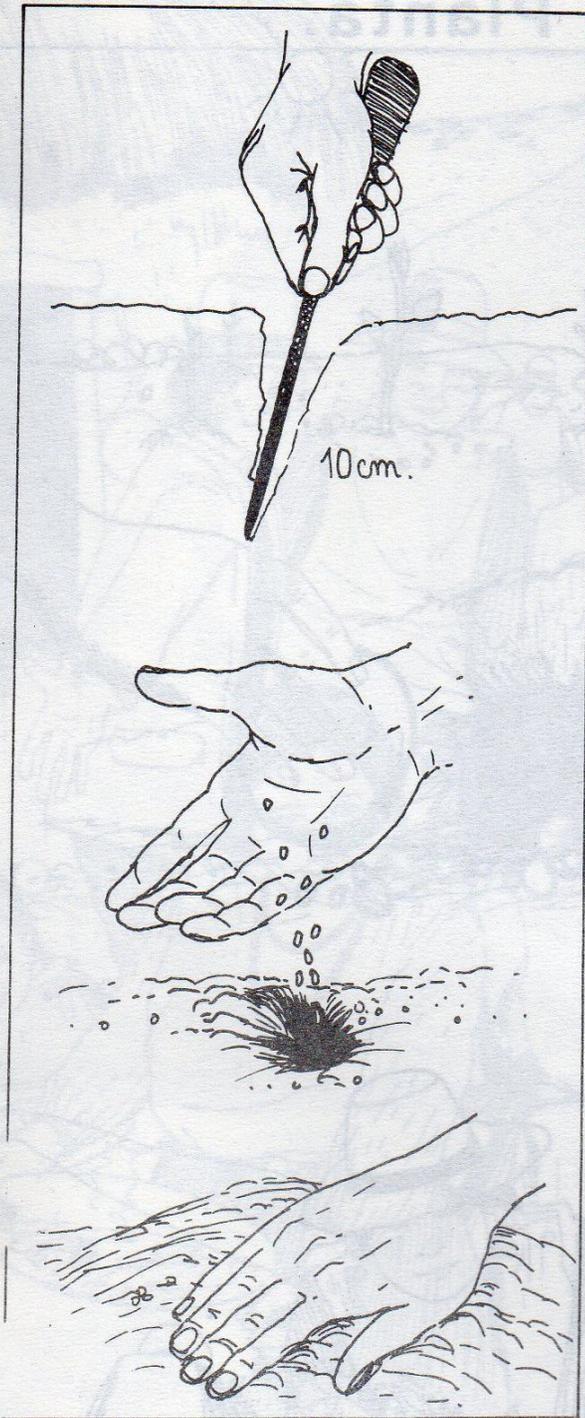
El 1º de Agosto se hace una manifestación a la Madre Tierra - Pachamama - ya sea con Wilancha o con sahumero Cupala y Coya en la cumbre de un cerro que abarca el sector donde se ha sembrado. Con el acuerdo de todos los campesinos se realiza un asado. Esto es el inicio de la preparación para la siembra.

El terreno ya está preparado desde Febrero. Todo ese tiempo hasta Agosto está humedecido mediante un "barbecho", en que se limpian los pastos y se quitan las malezas de la Tierra.





Llegó el día de la iniciación de la siembra. Generalmente es el mes de Septiembre desde los primeros días. El encargado lleva la semilla a la chacra (yapu) con varios ayudantes, que pueden ser entre 2 a 20 personas, con el propósito de avanzar la siembra, y la utilización de una costumbre llamada "ayne" que consiste en devolverse el trabajo de acuerdo a los días trabajados por persona, a cada uno en sus tierras preparadas.



La época de la siembra dura de Septiembre hasta Octubre. La forma o modo de sembrar la quinoa es la siguiente:

1. Se toma la taquiza que es una herramienta de mano, con mango y una punta de acero. Sirve para hundir la tierra a una profundidad de diez centímetros pudiendo llegar a la humedad completa, y luego se deposita la semilla, en una cantidad aproximada de 10 granos. Luego se tapa con una capa de 10 centímetros aproximadamente.

Una vez terminada la siembra se recoge las herramientas y se hace un sahumero en el centro de la chacra junto con las taquizas y se pacta con la Madre Tierra - Pachamama - para la buena producción.

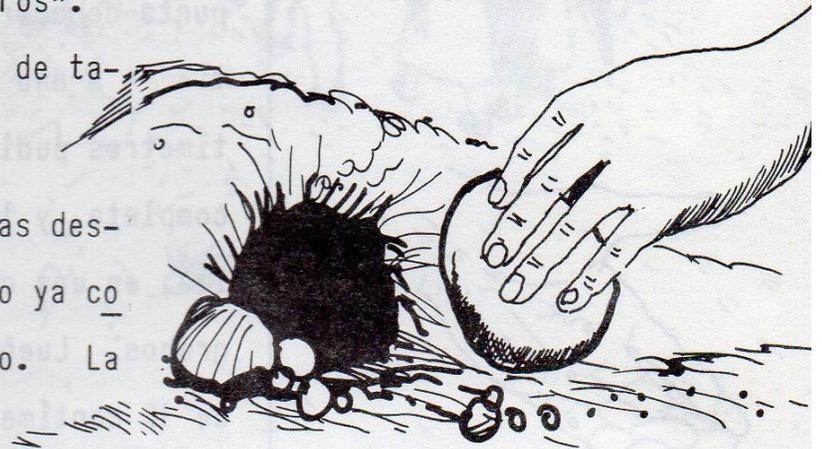


La Germinación y el Cuidado de la Planta.

Una vez tapada la semilla, a los siete días está afuera a un centímetro la plantita. Ahí se requiere mayor cuidado, empezando del sol, puede quemarse. Se tapa con pajilla sombreado "tagartijal". Se tapan los hoyos de los lagartos, insectos. Se fumiga, "pájaros". Se ponen espantapájaros; sonidos de tarros, etc..

Esto se revisa todos los días desde Octubre a Diciembre. En Enero ya comienza a sacar la cabeza de grano. La flor no se nota.

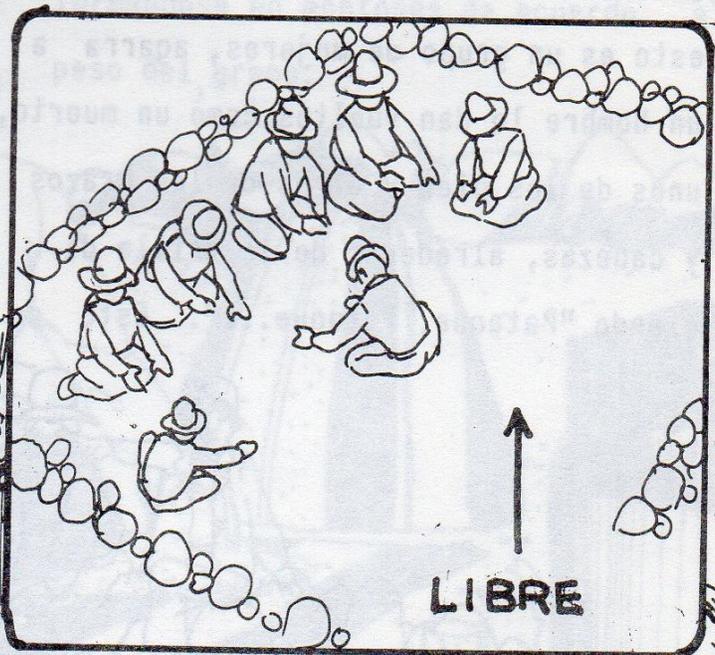
En Marzo y Abril se cosecha sacando la quinoa por cada mata, seleccionando las cabezas granuladas, se junta en manojos en un brazo y luego se atraca en hilera tras otra formando un "Arco" una especie de pasto en forma de hilera. Se deja hasta que se seque.



La Trilla

Se prepara una cancha, un cuadrado empastado con barro, como piso bien apretado y se invita a los vecinos de la chacra, a los hombres y mujeres, se prepara bastante comida, en especial la mucuna, Pito, Qu'ispiña. Estas comidas son tradicionales y vienen acompañadas de asados, pisara, etc..

Cuando la cosecha es bastante se preparan entre seis desgranadores, dos en cada esquina y dos en el centro de la orilla o borde y la otra dos esquinas quedan libre. Ejemplo:



y unas diez personas van pasando los manojos a cada uno de los trilladores, a medida que va trillando con golpes de mano y también con la ayuda de un tronquito, van subiendo hacia arriba y ellos van poniendo las cañas en los asientos de cada cual. El grano de la quinoa va quedando en el centro. Una persona está encargada de acomodar lo desgrana. Una vez terminada la trilla como a eso de las dos de la tarde pasan a la comida general, tipo banquete.

Luego, uno empieza con un chiste luego el otro, y así se empieza a jugar alrededor de la trilla con "Pataque", esto es un grupo de mujeres, agarra a un hombre lo dan vueltas como un muerto, unos de los pies y otros de los brazos y cabezas, alrededor de la trilla diciendo "Pataque, Pataque...". Esto se



hace también a la inversa. Grupos de hombres y jóvenes dan vuelta a una mujer de la misma manera. Cuando termina se van los invitados y sólo quedan los dueños. Ellos empiezan a moler los desgranados hasta un estado de pasar por un arnero de mano dejando en montones. Luego va sacando en costales a otro lugar donde está preparado para pasar por el viento, aquí queda dividida totalmente el grano puro de la quinoa y además queda seleccionada. Con la caída de los granos, los grandes caen en vertical, las medianas caen inclinadas y las chiquitas caen más inclinadas formándose en montones de acuerdo al peso del grano.





El viento no tiene que ser muy fuerte ni muy leve. A medida que va ventando se va llenando los costales y formando las cargas de llama y burro para llevar a la casa. Una vez terminada se prepara la bajada de la cosecha llamada liquina. Esta es una palabra mística, una "buena cosecha".

Llegando a casa se hace una fiestecita con los invitados, con la canción original de la quinoa, bailando en ronda la canción se llama Chisi Vay Mama, Palpoy, Palpo, etc..

Recetas de Quinoa

Mocuna:

Es comida a base de quinoa. La quinoa debe estar lavada y tostada. Es decir beneficiada. Luego se muele en jona.

Una vez que está como harina se le echa agua tibia con sal. Se refriega en la mano. Luego se le da forma de boloco; al medio se le echa un poco de grasa de llamo.

Luego se le echa a la olla con agua hervida, la quinoa en forma de boloco, por lo menos una hora; se cuece con puro vapor.

Al fondo de la olla se le hace una especie de entramado con madera o palitos recogidos del campo, encima se le pone paja y encima de ellos los bolocos.

Se sirve al desayuno.



Tortilla de Quinoa: Chuipue

Se hace con quinoa beneficiada.

Se muele en jona.

Se echa en agua tibia con sal y se amasa.

Se hacen los bolocitos y se extiende en aunqana sobre el fuego.

Se echa a las brasas y al quedar dorada se saca.

Se sirve al desayuno.



Pito

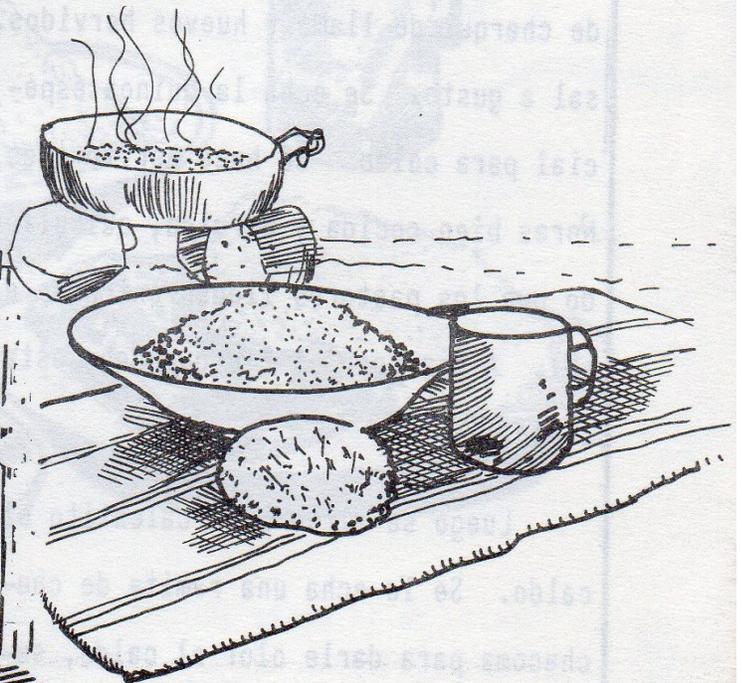
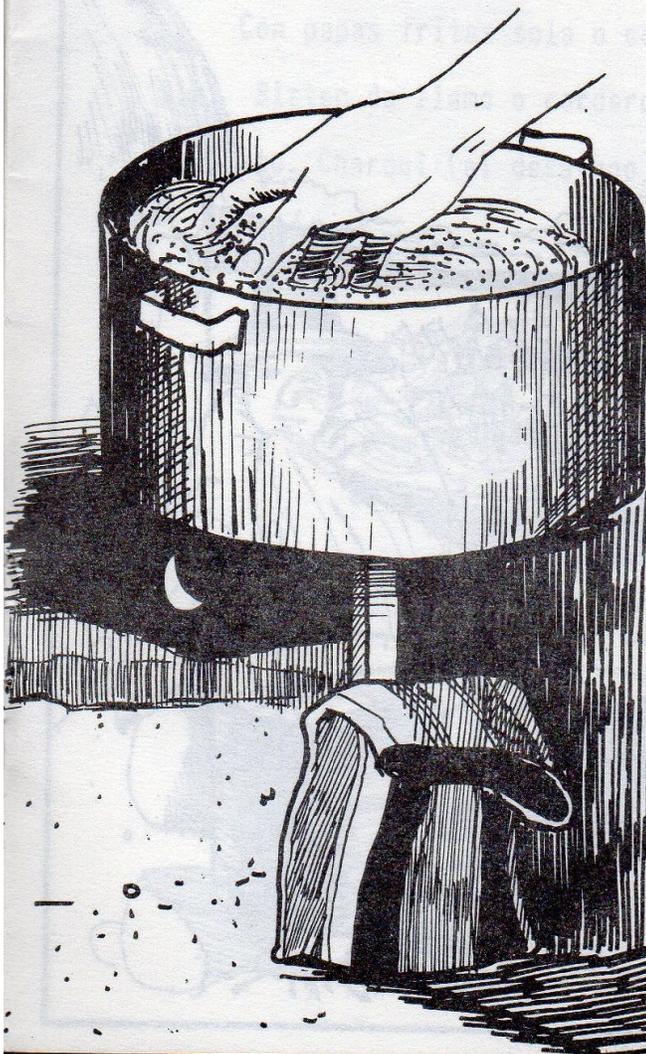
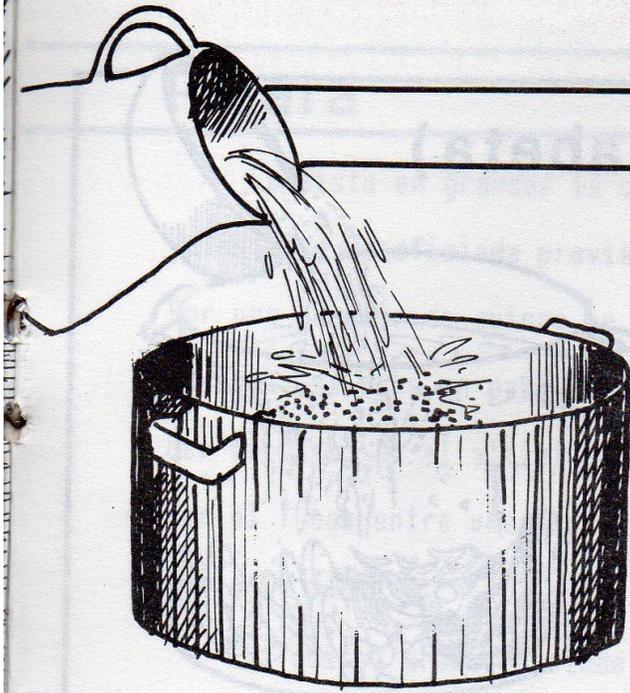
Se usa la quinoa, pero que no es té tan tostada. Es una quinoa como para hacer mocuna.

Se lava bien lavada hasta dejarla sin tierra. Se refriega con la mano.

Mojada la quinoa se le echa a dormir una noche en un saco dentro de la casa.

Se tuesta hasta que quede cafecita, después se muele y queda como harina.

Se come al desayuno.

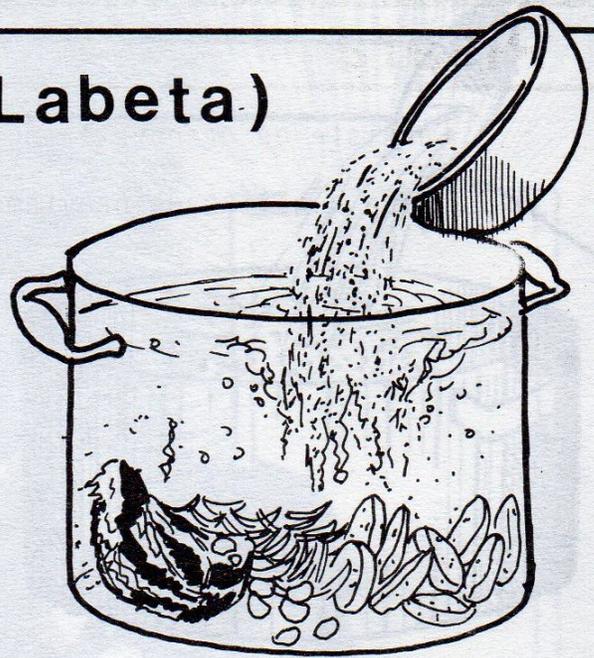


Sémola de Quinoa (Labeta)

Se muele la quinoa.

En olla aparte se echan a cocer durante cinco minutos: papas picadas; carne picada; ajo y cebollas.

Una vez cocidos se echa encima la quinoa y se cuece todo junto por seis minutos aproximadamente.



El P'esque:

Es comida especial para cuando se llega al campo y hace mucho frío.

En caldo hirviendo con pedacitos de charqui de llama y huevos hervidos, sal a gusto. Se echa la quinoa especial para caldo. Se hace hervir tres horas bien cocida y hervida, calculando que los pastores llegan entrando el sol. A esa hora el P'esque debe estar listo.

Luego se sirve bien calentito el caldo. Se le echa una ramita de chachoma para darle olor al caldo, según el gusto de cada uno.



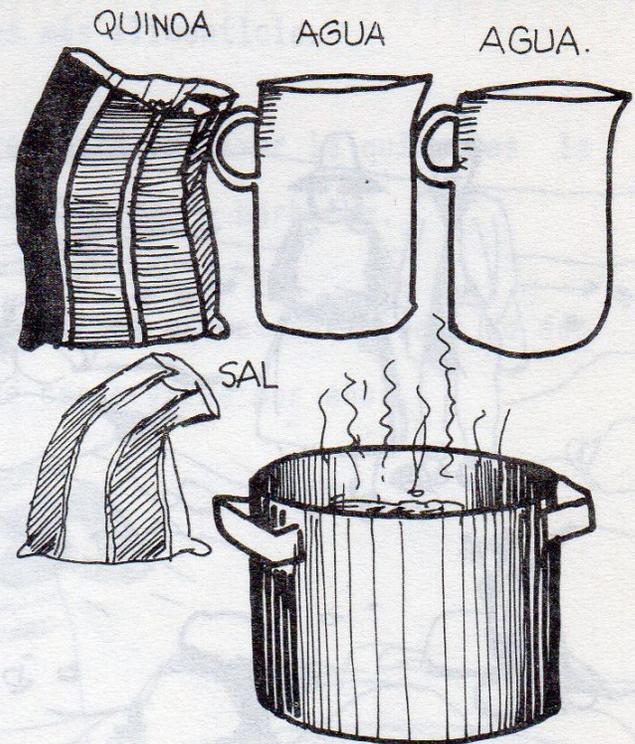
Pisara

Consiste en granear la quinoa que ya ha sido beneficiada previamente. Por una porción de quinoa se usan dos de agua, se echa en puko (olla) a cocer con sal, en el altiplano, debe estar al fuego entre una media hora o cuarenta minutos.

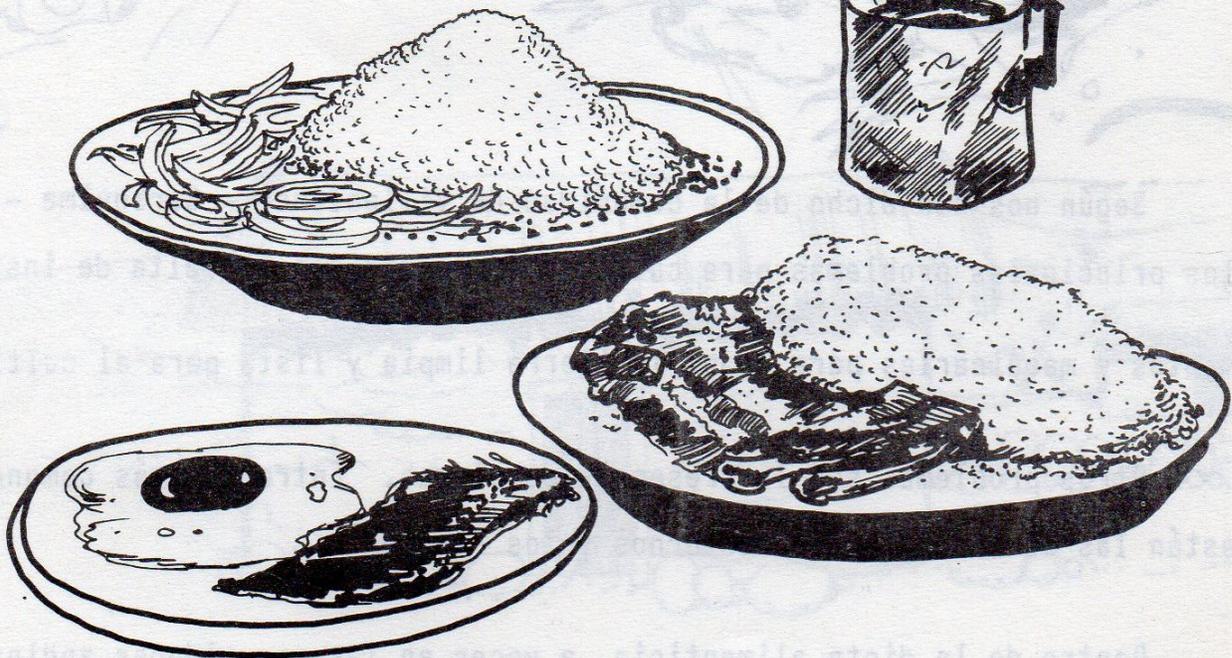
La quinoa graneada rinde más que el arroz, se expande al cocerse.

¿Con qué se puede acompañar?

Con papas fritas sola o con cebolla. Bistec de llamo o cordero. Huevo frito. Charqui (al desayuno).



½ HORA HERVIR



La Quinoa, la Comunidad



Según nos han dicho de la comunidad de Villablanca - Cariquima - los principales problemas para cultivar la quinoa son la falta de instrumentos y maquinarias para dejar la tierra limpia y lista para el cultivo.

Otros problemas son la presencia de plagas. Entre las más comunes están las de los gusanos nocturnos y los ratones.

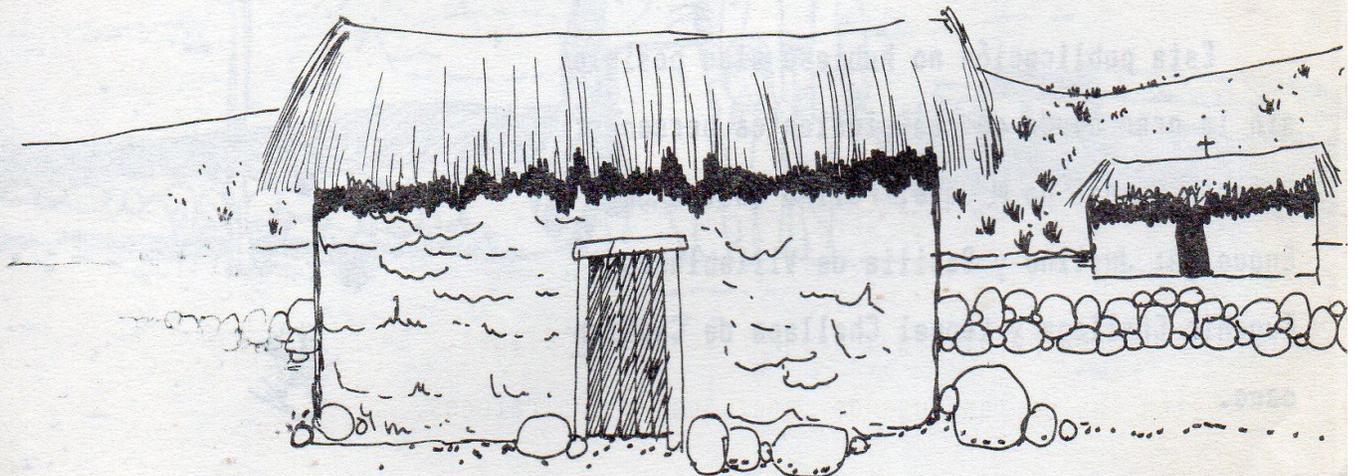
Dentro de la dieta alimenticia, a veces en las comunidades andinas, se prefiere comer el arroz. Ante la pregunta de porqué acontecía esto.

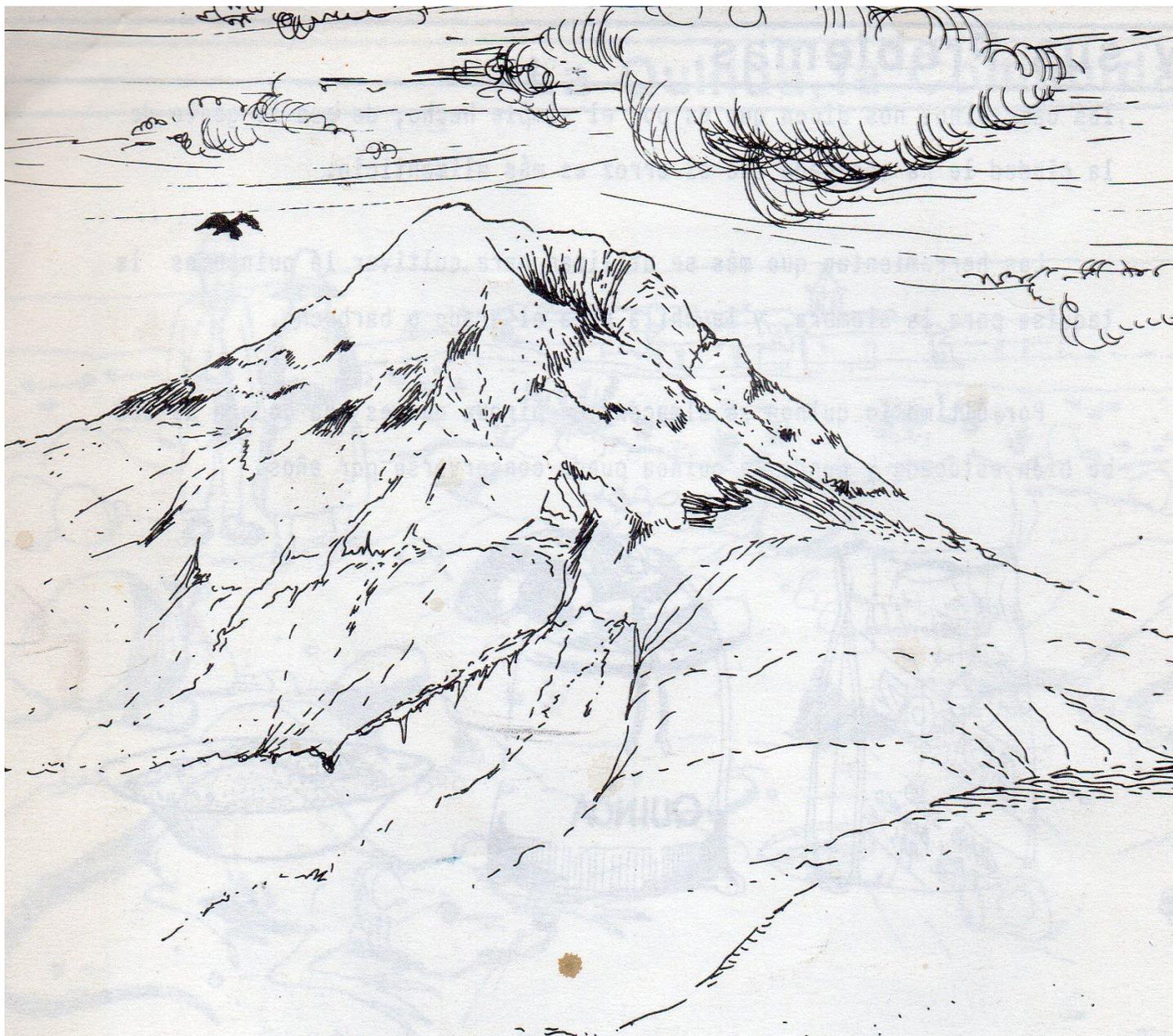
y sus Problemas.

los campesinos nos dicen que es por el simple hecho, de que la gente de la ciudad le ha enseñado que el arroz es más alimenticio.

Las herramientas que más se utilizan para cultivar la quinoa es la taquiza para la siembra, y la chila para el arado o barbecho.

Por último la quinoa se almacena en pirgua que es una bodega de adobe bien estucada y donde la quinoa puede conservarse por años.





Esta publicación no hubiese sido posible
sin la gran ayuda de las siguientes personas:
Remigio Mamani de Mauque; Felino Castro de
Enquelga; Justino y Basilia de Villablanca;
Eugenio Challapa y Leonel Challapa de Chullun
cane.