

# Gastronomía Garífuna: Preparación y Consumo del *Bami* o *Ereba*\*

**Dalky Idalia Sambola Hodgson**

## INTRODUCCIÓN

Este artículo contiene parte de los resultados de la investigación “Gastronomía Garífuna: Preparación del Bami o Ereba de la comunidad de Orinoco, municipio de Laguna de Perlas” y contó con la participación de los diferentes sectores de esta comunidad. La motivación principal para emprenderla fue, por un lado, la disminución que existe en la comunidad garífuna en torno al consumo de este alimento cuya elaboración forma parte de la tradición e identidad garífuna. Por otro lado, la limitada transmisión de su proceso de preparación, por parte de los ancianos, a la juventud garífuna. Creemos que uno de los resultados de este estudio será la promoción de esta tradición gastronómica y la revitalización de la cultura garífuna y del patrimonio de nuestros ancestros de la comunidad de Orinoco.

Hemos identificado a los portadores culturales que saben elaborar este rico alimento y las causas de la disminución de éste y otros platillos típicos en nuestra comunidad. En este sentido hemos propuesto las acciones que pueden encaminar su revitalización. Además esperamos que, con esta investigación, las autoridades comunales y regionales estén conscientes de la importancia de la preservación, conservación y preparación de este alimento garífuna, a fin de apoyar este valor cultural cuya promoción puede aumentar las oportunidades alimenticias y económicas de la comunidad.

Al realizar la revisión bibliográfica hemos detectado que existe poca información sobre la preparación del *bami* o *ereba* de los garífunas de Orinoco. Esto permitió reconocer la importancia de la elaboración de este documento, para

la transmisión de la práctica culinaria del pueblo garífuna. La riqueza del estudio se debe, principalmente, a la información recopilada de los portadores culturales que mantienen esta práctica.

## Datos generales de la comunidad de Orinoco

La comunidad de Orinoco se encuentra ubicada al norte de la cuenca de Laguna de Perlas: Cuenta con una población de 1,500 habitantes, aproximadamente, y está conformada por 350 familias de las cuales la mayoría son garífunas, y creoles, mestizos y miskitos la mayoría. Es una comunidad pequeña, pero rica en cultura, ya que conservan tradiciones ancestrales. Los pobladores se dedican a la pesca y la agricultura. El sitio en donde está establecida la comunidad presenta un relieve plano ya que se encuentra cercano al mar (Sambola 1999: 6).

Los garífunas en la costa caribe de Nicaragua y su asentamiento en la actual Región Autónoma del Atlántico Sur (RAAS) se produjo a fines del siglo XIX cuando algunas familias provenientes de Honduras fundaron las primeras aldeas en la cuenca de Laguna de Perlas, 45. km al norte de Bluefields.

Los garífunas descienden de pueblos africanos e indígenas arahuacos que entraron en contacto durante la época colonial en las Antillas Menores (Cumbre Garífuna: 1). En la Costa Atlántica de Nicaragua, los garífunas se instalaron en la cuenca de Laguna de Perlas, fundando las comunidades de San Vicente y Justo Point<sup>1</sup>. En 1912, el garífuna Joseph Sambola fundó la comunidad de Orinoco, el más grande asentamiento de esa etnia en la región (Cumbre Garífuna: 2).

\* Este artículo es uno de los resultados investigativos del Programa Conjunto de Revitalización Cultural y Desarrollo Productivo Creativo en la Costa Caribe de Nicaragua, ejecutado por los gobiernos regionales, el gobierno nacional y agencias de las Naciones Unidas, con el apoyo financiero del Fondo para los Objetivos del Milenio, del gobierno español.

<sup>1</sup> Justo Point es una comunidad garífuna en la cuenca de Laguna de Perlas

## METODOLOGÍA.

### Diseño de la investigación

La investigación es cualitativa, porque se trató, fundamentalmente, de recopilar los conocimientos orales de la población seleccionada, en cuanto a la preparación del *bami* o *ereba*, y las causas de la disminución de esta práctica entre los jóvenes garífunas. También pretendió cualificar a los portadores culturales conocedores de la tradición en la preparación de este platillo.

### Población y Muestra

El universo lo constituyó la población de la comunidad de Orinoco. Los participantes del estudio fueron 40 personas, el 11.42 % de las 350 familias que viven en Orinoco: 23 mujeres que representan el 57.5 % de la muestra y 17 hombres que constituyen el 42.5%. Estos datos no corresponden a un cálculo probabilístico, sino que es una meta considerada manejable, trazada por la investigadora para el logro de los objetivos según las características del estudio (Sampieri, 2007). Las unidades muestrales fueron seleccionadas a conveniencia de la investigadora, pues, el interés del proceso cualitativo es dinámico y está sujeto al desarrollo del estudio (Sampieri, 2007).

Las ocupaciones de la mayoría de los participantes de la muestra son: amas de casas (15), estudiantes (5), profesores (3), líderes comunales (1), ancianos (6) y miembros de equipos deportivos (10).

### Procedimiento y técnica de recopilación de la información

Se realizó una revisión documental a través de la cual pudimos darnos cuenta de la escasez de información sobre el tema. Fueron entrevistados diez portadores culturales en su domicilio; la duración promedio de cada entrevista fue de una hora. También se organizó un grupo focal de 30 personas en la escuela primaria de Orinoco, cuya duración fue de tres horas. Esta entrevista de grupo sirvió para realizar conversaciones colectivas, estructuradas y diseñadas. El grupo focal estaba estructurado de la siguiente manera: 13 mujeres participantes entre diecisiete y setenta y ocho años, 13 varones entre quince y sesenta y ocho años.

## RESULTADOS Y ANÁLISIS

La gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales. No es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de acción sino, también, la



© JULIO MOLINA

Grupo de danza garífunas. Orinoco, RAAS.

relación que los individuos establecen con el medio que los rodea y del cual obtienen sus recursos alimenticios; el modo en que utilizan estos recursos, y todos aquellos fenómenos sociales o culturales que tienen que ver con la consumición de las preparaciones culinarias (Derik et al, 1999: 27).

En el año 2000, el Sr. Roy Cayetano, de Belice, donó a la comunidad un *wuola*, instrumento traído de ese país, que sirve para agilizar el proceso de exprimir la yuca, tubérculo esencial para la elaboración del *bami* o *ereba*. En la actualidad, en Orinoco existen tres *wuolas*: dos de adorno (uno para el servicio del Hostal Garífunas y otro en la casa de Victorina López Collins) y el que se encuentra actualmente en poder del Sr. Leoncio Zenón, en el río Wawashan.

### El *bami* o *ereba*, según resultados de las entrevistas y el grupo focal

Casi todas las respuestas en relación a diversos aspectos del *bami* fueron coincidentes casi en un 100% tanto en las entrevistas como en el grupo focal. Lo que nos permitió

una imagen precisa de su proceso de elaboración, consumo y otros aspectos culturales y sociales relacionados. A continuación presentamos la temática de las preguntas hechas a los portadores y al grupo focal, y las respuestas consensuadas.

**Instrumentos utilizados actualmente:** rallador, saco (para colar), comal de hierro grande, escobilla de palma pequeña para cepillar el *bami* y paleta de madera para darle vuelta.

**Instrumentos utilizados por los ancestros:** señalaron que estos instrumentos eran artesanalmente elaborados: rallador de roca, cuchillo, *wuola*, colador *Icibice*, rallador *egie*, comal de hierro grande, escobilla de palma *baisawa* pequeña, paleta de madera para darle vuelta al *bami* o *ereba*. El *wuola* y colador son manufacturados del centro del tallo de la palma llamada palo de escoba. El rallador era confeccionado de madera y piedra llamada *flint*, esta piedra se encuentra en la ribera de la laguna. La diferencia entre el *woula* y el saco para colar, es que con el *woula* es más eficaz y rápido, para exprimir la leche de la yuca.

**Ingredientes y preparación del *bami* o *ereba*:** un 80 % de los consultados coincidieron en la siguiente receta:

### EL BAMI O EREBA

Ingrediente	Utensilios:
Yuca.	Un rallador.
	Un <i>wuola</i> o saco.
	Un comal de hierro grande.
	Una escobilla de palma pequeña.
	Una paleta de madera para darle vuelta.

**Preparación:** se quita la cáscara de la yuca con un cuchillo y se lava, luego se ralla, se escurre, se deposita en un saco, y para sacarle la leche se cuela presionando el saco con la yuca dentro. Después se deja secar en un recipiente, y el almidón pegajoso que queda en el fondo se revuelve con la yuca seca para que la tortilla quede compacta. A continuación se utiliza un comal de hierro redondo donde se coloca la masa de yuca rallada, en el plato de metal, y se moldea y se riega con la mano formando una tortilla de gran tamaño. Pasado un tiempo de cocción se le da vuelta con una paleta de madera, para que ambos lados se cocinen y se tuesten. Posteriormente se barre con la escobilla la tortilla y se recorta con un cuchillo los bordes del *bami*. Luego se parte en dos mitades, después en cuatro pedazos

y luego en ocho partes. Finalmente se saca y se pone al sol por dos horas.

Dos de los entrevistados afirmaron, sin embargo, que ellos horneaban el *bami* hasta el día siguiente de haberlo pelado, rallado y deslechado.

**Porciones necesarias, tiempo de preparación y vencimiento:** bastan dos sacos de yuca para preparar de 20 a 24 unidades de *bami* o *ereba*, siempre que la yuca no tenga mucha agua. En cuanto al tiempo de preparación expresaron que son necesarias cuatro horas para pelar, lavar, rallar y exprimir la leche de la yuca, y seis horas para hornear las 24 piezas de *bami* o *ereba*. El tiempo de vencimiento para su consumo, después de ser elaborado el *bami* es, aproximadamente, de seis meses.

En el pasado, las familias garífunas preparaban el *bami* para el consumo familiar, pero actualmente se lo elaboran para la comercialización y una mínima parte para el consumo familiar.

**Forma de transmisión:** los secretos de elaboración del *bami* o *ereba* fueron transmitidos a las entrevistadas a través de sus madres y abuelas, mientras éstas lo preparaban. Las entrevistadas, como hijas o nietas, las observaban y ayudaban en su preparación. También explicaron que los ancestros solamente cortaban el *bami* en cuatro partes iguales y lo elaboraban únicamente para el consumo del hogar.

**Portadora culturales y expertas en la elaboración:** las personas de la comunidad mencionadas fueron diez: Francela Francisca Hodgson Jiménez, Margarita Sambola González, Julia Jiménez López, Elma Hebbert Estrada, Sonia Cash Martines, Aída López Hebbert, Eloisa López Hebbert, Estifania Sambola, González, Alejandrina López Monroe, Amanda Sambola.

**Causas del decrecimiento en la elaboración del *bami*:** muy tediosa su preparación, puesto que requiere diez horas de trabajo y hay necesidad de utilizar mucho fuego. También señalaron que quienes elaboran el *bami* están expuestas a padecer de artritis, asma, bronco-neumonía y problemas de la vista, ya que están expuestas por largo tiempo al calor y al humo. Otros motivos mencionados fueron: el alto consumo de pan en la comunidad, la construcción de casas de concreto y con cocinas de gas, pues, para la elaboración del *bami* se requiere de un fogón o *fireheart*. También señalaron que no existe un local para enseñar a preparar y exponer los productos gastronómicos, típicos, garífunas, ente ellos el *bami* o *ereba*.

**Formas de promover el consumo del *bami* o *ereba*:** organizar talleres para enseñar su preparación; elaborar hornos mejorados; preparar para la venta, y en grandes cantidades, el 19 de noviembre, día Internacional de los garífunas (en esta festividad se vende a los invitados a 50 córdobas, y a los comunitarios en 36 cada uno); se puede organizar ferias de comida típica en el día de las

madres, en el de la cosecha, en Semana Santa, Navidad y Año Nuevo, días en que el *bami* se vende a precios más altos; organizar competencias de elaboración del *bami*; divulgar la receta; también construir un local para talleres sobre elaboración del *bami*, comprar woulas o rugumas, tres hornos mejorados para preparar y vender más *bami* en la comunidad, en otras comunidades y a nivel regional.



© JULIO MOLINA

*Bami o Ereba en casa de Marciana.*

## CONCLUSIONES

*Ereba* es una palabra garífuna que significa “pan de yuca”. La población garífuna que prepara actualmente el *bami* o *ereba* en la comunidad de Orinoco es de 0.7%, pues la población de la comunidad garífuna de Orinoco es de 1,500 habitantes. La población juvenil de Orinoco sabe cómo prepararlo, pero no saben hornearlo, y prefieren no prepararlo debido a que estos tipos de comida ocupan muchas horas y la exposición al calor causa problemas de vista, artritis, bronquionumonía, catarros. Si existiera una forma más fácil de prepararlo, ellos se interesarían por elaborarlo y mantener la tradición.

Todos participantes del estudio están conscientes de la importancia de mantener la tradición gastronómica garífuna del *bami* o *ereba*, pues es parte de la cultura ancestral garífuna y nos ayuda a identificar nuestras raíces.

## RECOMENDACIONES

1. Establecer un programa de capacitación para jóvenes garífunas, con el objetivo de enseñar el proceso de horneado del *bami* o *ereba*.
2. Organizar ferias y promover competencias en su preparación.
3. Decretar a nivel comunal un día dedicado al *bami* o *ereba* y que los colegios de primaria y secundaria organicen murales culturales sobre el *bami*.
4. Recomendar como facilitadoras en las capacitaciones de preparación del *bami* o *ereba* a las expertas en su elaboración.
5. Elaborar un proyecto para la construcción de un local y fabricar hornos mejorados y wuolas para preparación y comercialización del *bami* o *ereba*, a nivel comunal, regional e internacional.
6. Enseñar en las escuelas primarias y secundarias la importancia de preservar la cultura del *bami* o *ereba*.
7. Establecer un programa radial para promover la preparación del *bami* o *ereba*.

## BIBLIOGRAFIA

1. Alvarez Arzate, María Dolores, Gámez Montenegro, Bayardo. 2009l “Recopilación del Conocimiento Oral de la Lengua y Cultura Garífunas. *Wani, revista del Caribe Nicaragüense* No 59. BICU –CIDCA.
2. Cumbre Garífuna, los Garífunas de Nicaragua, Jefes de Estado y Gobierno de Centroamérica y el Caribe, 11 al 13 de Noviembre, 2005, Corn Island, RAAS, Nicaragua).
3. Derick Sambola, Seila Stephen, Fermín González et al. 1999. Orinoco, Laguna de Perlas.
4. Sampieri, Roberto y Colaboradores (2006). *Metodología de la Investigación*, McGraw Hill, Interamericana, México, D.F
5. Ley de Autonomía, ley 28.
6. Propuesta metodológica “ Salvaguardia del patrimonio in material
7. Stephen López, Forn. 2007. *Investigación comunitaria*,