

Chocolate

Elkin Escobar M.

En su cuarto viaje a las indias occidentales, Cristóbal Colón llevó por primera vez cacao a Europa como una simple curiosidad, sin que le despertara mayor interés; es decir, no supo nunca lo que había descubierto, ni el cacao ni el Nuevo Mundo. Tenía que llegar el conquistador Hernán Cortés a la tierra de los aztecas para descubrir que el grano era ampliamente cultivado por estos y, además, recibió de manos del emperador Moctezuma una estancia sembrada de maíz y frijol y dos mil árboles de cacao. En una carta al rey Carlos V, describió así el cacao: "Una fruta como almendra, que ellos venden molida, y tiénela en tanto que se trata por moneda en toda la tierra, y con ella se compran todas las cosas necesarias en los mercados".

6

Las palabras cacao y chocolate se originaron en las culturas prehispánicas del actual México; del náhuatl *cacahuatl*-o *xocolatl* o de la cultura maya *ka-ka-wa*; al parecer, es un nombre indígena que se compone de la palabra *atte* o *atle* que significa agua, y del sonido *choco choco choco* que hace el agua en la que se pone el chocolate cuando se bate con un molinete o molinillo. En realidad, en náhuatl, *xocoatl* quiere decir agua amarga.

El cacao ha sido cultivado por muchas culturas durante más de tres milenios en Mesoamérica; se tienen evidencias de bebidas de chocolate que datan de 1900 a de C. en la cultura Mocaya en México y en Guatemala. Luego de excavaciones hechas en el Cerro Manatí, ubicado en Macayal Veracruz, se concluyó que el consumo de cacao pudo haberse dado 800 años antes de lo que se creía.

En los primeros tiempos, su consumo parece haber sido en forma de una especie de cerve-

za, es decir una bebida fermentada. De acuerdo con la mitología maya, Kukulcan le dio el cacao a los mayas después de la creación de la humanidad; siglos después de los mayas, los mexicas (aztecas) continuaron con la costumbre de beberlo.

Sin embargo, los nuevos estudios arqueológicos revelan que el cacao es de origen suramericano y que se consumía en Ecuador desde hace unos 5.500 años. La bebida preparada era consumida únicamente por el emperador y por su corte; se tomaba al clima, no era endulzada, se mezclaba con vainilla, achiote, chile y otras especies, era muy perfumada y tenía una consistencia espesa.

El primer europeo en probar esta bebida fue el mismo Cristóbal Colón quien llevó muestras a los reyes católicos; sin embargo, no tuvo éxito debido al sabor amargo y picante y al aspecto sucio de la bebida.

Pero no fue tarea de los conquistadores españoles su difusión por todo el mundo, sino de los monjes. Se cuenta que el monje fray Aguilar, de la orden cisterciense que llegó a México con los conquistadores, envió en 1520 al abad del monasterio de Aragón don Antonio de Álvaro, muestras de cacao, junto con la receta para la preparación del chocolate. Fueron estos monjes quienes primero probaron la bebida en el Viejo Continente y fueron las monjas españolas del convento de Guajaca las primeras que le agregaron azúcar de caña y agua y la tomaron caliente.

Se cuestionó si esta bebida quebrantaba el ayuno eclesiástico y su uso fue prohibido para los carmelitas descalzos y otras comunida-

des religiosas, porque las autoridades eclesiásticas consideraron que poseía características afrodisíacas, ya que en los conventos, los frailes llegaban a beber unas doce tazas o más. Las señoras, por su parte, llevaban a las misas la bebida para poder soportar los sermones de los oficiantes. El papa Pío VI autorizó consumirlo fuera de los conventos y de las iglesias, especialmente a los enfermos y ancianos.

En 1585 se embarcó el primer cargamento con cacao americano hacia España. No obstante, los piratas ingleses, al atacar las naves españolas, lo tiraban al mar por inservible. Al pasar a ser de dominio inglés, Jamaica comenzó a enviar cacao a Inglaterra, y en 1657 se abrió en dicho país la primera “casa de chocolate” que comenzó a popularizar la bebida entre los súbditos británicos.

En el siglo XVIII, el chocolate empezaba a dejar de ser un producto exótico: era consumido como bebida por la élite social, pero no era raro encontrarlo en la ración alimenticia del pueblo.

Los enlaces matrimoniales entre las cortes de España y Francia contribuyeron también a la difusión del chocolate, como en el caso de Ana de Austria, quien contrajo nupcias con Luis XIII en 1615 y llevó a Francia a su muca-ma La Molina y con ella los secretos del chocolate, pues su tarea era preparar la bebida real. Se dice que la hermana de Ana, María Teresa, consorte de Luis XVI, tuvo dos pasiones: el Rey y el chocolate. Todo esto puso de moda beber chocolate en la corte, donde se apreciaba por elegante y saludable. Suiza, famoso hoy por la calidad de sus golosinas de chocolate, se inició en el mundo del cacao en 1697.

En Antioquia, Colombia, el gobernador don Juan Antonio Mon y Velarde estimuló la siembra durante su mandato (1785-1788) al ordenar que cada vecino plantara diez árboles de cacao,



Esto no es una papa,

Ernesto Restrepo Morillo. *Esto no es una papa* red. 2014

pues consideraba que así podría aliviarse la pobreza; debido a tal medida se establecieron cacaotales en Santa Fé de Antioquia, Sopetrán, Santa Bárbara y San Jerónimo, entre otros.

Entre tanto, el chocolate como bebida ganó popularidad en Colombia y en torno a él se creó toda una cultura de preparación artesanal y consumo doméstico, lo que en el siglo XX permitió establecer las primeras industrias procesadoras que sustituyeron la transformación casera del grano. José María Caballero, en un diario que escribió en Bogotá en 1807, reportó los desmesurados gustos alimentarios de un tal don Lucas Mendigaña, cuyo almuerzo era medio cordero, cuatro tortas, dos docenas de huevos, un jarro de chocolate, media libra de mantequilla, una cazuela de sopa con carne frita y, de postre, pollo guisado.

En Barcelona, en 1777, se cambiaron las formas artesanales de elaborar el chocolate por las mecánicas, y fue el italiano Doret quien primero lo solidificó en Turín. La primera fábrica de chocolate se instala en Suiza en 1819 y se comercializa en diversas formas: negro, de cobertura, a la taza, con leche, blanco, relleno, en polvo, y en toda clase de bombones.

Los dos principales ingredientes del chocolate son calóricos: la grasa y el azúcar; cuenta además con hidratos de carbono, fibra, minerales,



Ernesto Restrepo Morillo. *Over the counter... Boyacá*. Registro de intervención urbana. La Mixera. Salón Regional, 2015. Tunja

8

proteínas, y vitaminas. El chocolate rebosa de virtudes debido a sus componentes orgánicos, pues además de los minerales que contiene están los fitoquímicos, los polifenoles, los taninos, la teobromina, la cafeína, la teofilina, varias sustancias neuroactivas que actúan sobre el sistema nervioso. Adicionalmente, debido al placer que se deriva del consumo de chocolate, se activa la producción de endorfinas, sustancias que afectan sustancialmente el estado de ánimo de manera positiva, aminoran la sensibilidad al dolor e incrementan la sensación de energía. El chocolate activa, además, una avalancha de serotonina que, combinada con las endorfinas que se producen en las neuronas, llenan el cerebro de una óptima felicidad. Se dice que es el antidepresivo no narcótico más eficaz.

Se ha descubierto, de hecho, en la última década la existencia de un nuevo tipo de receptor

en el cerebro denominado “receptor de cannabinoides” el cual es activado por el tetrahidrocanabinol (THC) sustancia activa presente en la marihuana; esos receptores de cannabinol son parte del sistema natural de comunicación del cerebro. En 1992 se descubrió un compuesto, producido por el cerebro, que amarra y activa estos receptores de cannabinoides de manera parecida al THC; se trata del neurotransmisor denominado *anandamida*, cuyo nombre proviene del sánscrito *ananda*, que significa felicidad.

¡Razón tenían quienes prohibieron el chocolate en los conventos y en las iglesias!

Otra de las novedades atribuibles al consumo de chocolate, según los estudios hechos en las universidades Hokkaido y de Kyorin en Japón es que luego de cuatro horas de haber consumido algún producto a base de chocolate, la bacteria *Helicobacter Pylori* se redujo a la décima parte y desapareció totalmente pasadas las veinticuatro horas. Esta bacteria, descubierta por dos científicos australianos en 1982, vive en el estómago del 80% de las personas y es la causa de la gastritis, de diversas clases de úlceras y hasta del cáncer de estómago.

Así que: ¡a consumir chocolate! “Lorito: ¿quieres cacao?” ...

Bibliografía

- Londoño Vélez, S. *Virtudes y delicias del chocolate*, Medellín, Nacional de Chocolates S.A., 1999.
- Martínez Llopis, M. *La dulcería española*, Madrid, Alianza Editorial, 1999.
- Sampeck, K. “El paisaje cultural de chocolate: los pipiles izalcos y los cambios semánticos del mundo atlántico, siglos XVI-XIX” en: *La Revista. Órgano científico-sociocultural de la Universidad de El Salvador*, n.º 22-24, julio de 2013-marzo de 2014, pp. 39-55.

Elkin Escobar M. Chef y experto en catering, escribió este texto para la *Agenda Cultural Alma Máter*.