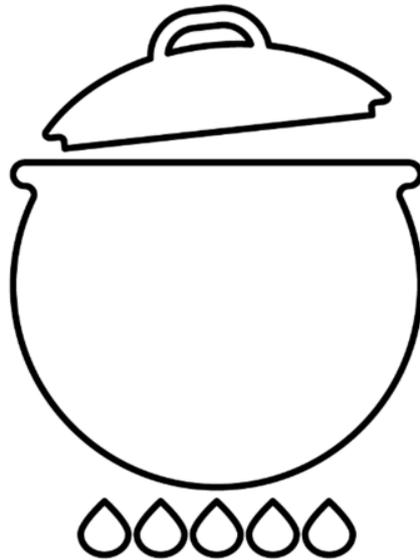




**REVISTA
de GASTRONOMÍA
y COCINA**



Ponencia

Cocina y Religión: La Fanesca y su Significado Espiritual en Ecuador

Cuisine and Religion: Fanesca and its Spiritual Significance in Ecuador

 Sonia Lorena Arellano Guerrón

Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ibarra

* Correspondencia slarellano@pucesi.edu.ec

Presentado: 22 de marzo 2024.

Publicado en línea: 30 de abril 2024, Volumen 3 número EE1

doi: 10.5281/zenodo.10982340

Resumen

La fanesca, sopa tradicional de la gastronomía ecuatoriana, trasciende su función culinaria para convertirse en un símbolo arraigado en la identidad cultural y religiosa del país, especialmente durante la celebración de la Semana Santa. Este ensayo explora la historia, los ingredientes significativos y el papel religioso de la fanesca, revelando su intersección entre la comida, la cultura y la espiritualidad en el contexto ecuatoriano. Desde las antiguas ofrendas culinarias en civilizaciones como la griega y la egipcia hasta la influencia de la cocina mestiza en América Latina, la relación entre comida y religión ha sido evidente a lo largo de la historia. La fanesca incorpora una mezcla de ingredientes que representan la diversidad cultural y agrícola de Ecuador, fusionando tradiciones indígenas con influencias europeas. Cada ingrediente de la fanesca tiene un significado simbólico durante la Semana Santa, reflejando aspectos centrales de la fe cristiana y transmitiendo valores religiosos y culturales a través de la comida. La fanesca no solo alimenta el cuerpo, sino que también nutre el alma y fortalece los lazos comunitarios, siendo un recordatorio vivo de la importancia de preservar y valorar las tradiciones culinarias como parte integral del patrimonio cultural de Ecuador.

Palabras clave: Fanesca, cocina ecuatoriana, simbolismo religioso.

Abstract

Fanesca, a traditional dish of Ecuadorian cuisine, transcends its culinary function to become a symbol deeply rooted in the country's cultural and religious identity, especially during the celebration of Holy Week. This essay explores the history, significant ingredients, and religious role of fanesca, revealing its intersection between food, culture, and spirituality in the Ecuadorian context. From ancient culinary offerings in civilizations like the Greek and Egyptian to the influence of mestizo cuisine in Latin America, the relationship between food and religion has been evident throughout history. Fanesca incorporates a blend of ingredients representing the cultural and agricultural diversity of Ecuador, melding indigenous traditions with European influences. Each ingredient in Fanesca holds symbolic significance during Holy Week, reflecting core aspects of the Christian faith and conveying religious and cultural values through food. Fanesca not only nourishes the body but also nurtures the soul and strengthens community bonds, serving as a living reminder of the importance of preserving and valuing culinary traditions as an integral part of Ecuador's cultural heritage.

Keywords: Fanesca, Ecuadorian cuisine, religious symbolism.



Introducción

La fanesca es mucho más que un plato típico de la gastronomía ecuatoriana; es un símbolo arraigado en la identidad cultural y religiosa del país. Esta sopa emblemática se destaca por su elaboración compleja y su significado simbólico, especialmente durante la celebración de la Semana Santa en Ecuador. Durante esta época del año, la fanesca se convierte en un elemento central en las mesas familiares y comunitarias, sirviendo como un vínculo tangible entre la cocina y las tradiciones religiosas del país. La fanesca no solo es un manjar delicioso, sino también una expresión viva de la fe cristiana y la devoción que caracterizan esta festividad en Ecuador. En este ensayo, exploraremos en profundidad la historia, los ingredientes significativos y el papel religioso de la fanesca, revelando

cómo este plato representa la intersección entre la comida, la cultura y la espiritualidad en el contexto ecuatoriano.

Desarrollo

El vínculo entre cocina y religión se ha manifestado en diversas formas a lo largo de la historia, revelando cómo los alimentos y las bebidas adquieren significados espirituales profundos dentro de diferentes contextos culturales. En las antiguas civilizaciones, las ofrendas culinarias desempeñaban un papel central en los rituales religiosos, estableciendo una conexión tangible entre lo humano y lo divino a través del acto de comer.

Por ejemplo, en la Antigua Grecia, se realizaban sacrificios de animales y se ofrecían comidas específicas a los dioses como muestra de devoción y gratitud. Estas prác-



ticas simbolizaban la comunión entre lo terrenal y lo divino, donde el acto de comer trascendía lo meramente físico para adentrarse en lo espiritual.

En Egipto, por ejemplo, el culto a Osiris incluía rituales donde se ofrecían alimentos como panes y cerveza a los dioses como ofrendas sagradas. Estas prácticas simbolizaban el ciclo de la vida y la muerte, así como la renovación de la naturaleza, destacando la importancia espiritual atribuida a la producción y el consumo de alimentos.

En la India, la cocina está intrínsecamente ligada a la religión y la espiritualidad, donde las restricciones dietéticas y las prácticas culinarias son dictadas por preceptos religiosos. Por ejemplo, el vegetarianismo es practicado por muchos hindúes como una forma de respeto hacia toda forma de vida, en línea con la creencia en la no violencia (ahimsa) y la idea de que la alimentación puede influir en el estado espiritual de una persona.

Durante la Edad Media en Europa, la cocina medieval también reflejaba creencias religiosas, donde los días de ayuno y abstinencia eran observados rigurosamente, dando lugar a platos específicos como el bacalao durante la Cuaresma. Estas prácticas no solo estaban relacionadas con la disciplina espiritual, sino que también influían en la producción y el consumo de alimentos en la vida cotidiana.

En el contexto mesoamericano, para los aztecas y mayas el maíz fue considerado un regalo de los dioses y un símbolo de vida, fertilidad y abundancia. Su importancia trascendió lo meramente material, convirtiéndose en el eje de mitos y rituales que celebraban la conexión entre la humanidad y lo divino. En la cosmovisión indígena, el maíz era visto como un ser sagrado con poderes sobrenaturales que sostenía la existencia misma.

Quienes habitaron el territorio del Tahuantisuyo tenían un profundo respeto por los alimentos. El maíz, la chicha de jora, el ají y las hojas de coca tenían un significado sagrado y eran utilizados en prácticas religiosas y culturales. El ají o chile se consideraba sagrado por su asociación con la fuerza vital y la protección espiritual. En muchas culturas indígenas el ají se utilizaba en rituales para purificar y ahuyentar malos espíritus, así como para invocar la bendición de los dioses sobre las cosechas. Su uso simbólico refleja la creencia en el poder espiritual de los alimentos y su capacidad para conectar lo terrenal con lo divino.

El maíz, conocido como el "oro de los indios" o "grano sagrado", ocupaba un lugar central en la religión y espiritualidad de las culturas indígenas andinas. Este cultivo milenario no solo ha sido una fuente fundamental de alimentación, sino que también ha sido reverenciado y ritualizado por su profundo significado simbólico y espiritual.

La veneración por el maíz se manifiesta a través de diversas prácticas religiosas y culturales. Durante festividades como el Inti Raymi o la Fiesta del Maíz, se realizan rituales dedicados al maíz como expresión de gratitud hacia la Pachamama (Madre Tierra) y otros dioses andinos por la cosecha abundante. Estos rituales incluyen ofrendas de maíz, danzas ceremoniales y procesiones que honran la importancia espiritual del maíz en la vida de las comunidades indígenas.

Además de su papel en las celebraciones, el maíz se utiliza en rituales de curación y protección. Por ejemplo, las mazorcas de maíz pueden colocarse en lugares sagrados como ofrendas para obtener bendiciones o protección espiritual. El maíz también está asociado con prácticas de



adivinación y rituales chamánicos, donde las hojas, granos o la harina de maíz se utilizan como medios para comunicarse con los espíritus o dioses.

La relación entre el maíz y la religión en el mundo andino subraya la profunda conexión entre la alimentación, la espiritualidad y la identidad cultural de las comunidades indígenas. El maíz no solo sustenta el cuerpo físico, sino que también nutre el alma y fortalece los lazos entre la humanidad y el mundo espiritual. Es un recordatorio vivo de la sabiduría ancestral y el respeto hacia la naturaleza que sigue siendo fundamental en la vida cotidiana de las comunidades indígenas en la Sierra Ecuatoriana y más allá.

Por otra parte, las hojas de coca son otro elemento importante en la vida espiritual de muchas culturas. Consideradas sagradas desde tiempos ancestrales, las hojas de coca se utilizaban en rituales de adivinación y curación, así como en ofrendas a los espíritus de la naturaleza. La hoja de coca se masticaba tradicionalmente durante ceremonias religiosas para invocar protección y sabiduría de los dioses. Se creía que fortalecía el vínculo entre la humanidad y el mundo espiritual.

Así mismo, la chicha de jora, una bebida fermentada hecha de maíz, también desempeñaba un papel fundamental en estos rituales. La chicha se preparaba como una ofrenda para los dioses como símbolo de comunión con lo sagrado y la tierra fértil. Su consumo durante celebraciones fortalecía los lazos espirituales entre la comunidad y sus creencias ancestrales.

Con la llegada de la colonización europea a América Latina, la cocina y la religión se entrelazaron de manera única. En México, por ejemplo, la festividad del Día de

los Muertos combina tradiciones indígenas con elementos católicos, donde se preparan altares con alimentos como pan de muerto y calaveras de azúcar como ofrendas para honrar a los difuntos. Estos alimentos, imbuidos de simbolismo religioso, representan la continuidad de la vida y la conexión con el más allá.

El siglo XV tiene una importancia histórica para el territorio del Abya Yala. La llegada de los españoles constituyó un acontecimiento trascendental que marcó un punto de quiebre en la historia y en la vida de las culturas nativas de la región. La llegada de los conquistadores españoles representó el inicio de un proceso de colonización y explotación que tuvo profundas repercusiones sociales, políticas, económicas y culturales para los pueblos originarios del continente.

La invasión española trajo consigo cambios drásticos en la organización social y en las prácticas religiosas de las comunidades indígenas, muchas de las cuales fueron sometidas a la evangelización forzada y al despojo de sus tierras y recursos naturales. Este período también vio el intercambio de alimentos, cultivos y técnicas culinarias entre europeos y nativos, lo que eventualmente dio forma a la cocina mestiza que caracteriza gran parte de la culinaria latinoamericana actual.

El mestizaje culinario incorporó ingredientes autóctonos como maíz, frijoles, ají, tomates, cucúrbitas, papas y cacao con productos introducidos por los europeos, como trigo, carne de res, cerdo, pollo, aceitunas y vino. Esta mezcla de sabores, texturas y aromas dio lugar a platos únicos que reflejan la diversidad cultural y un legado histórico importante.

La influencia de la cocina árabe y la africana traída por la trata de esclavos, también contribuyó significativamente



a la evolución de la gastronomía de lo que hoy es en la región. La cocina mestiza es un testimonio vibrante de la capacidad de adaptación y creatividad de las culturas americanas frente a la colonización europea, y sigue siendo una parte integral de la identidad culinaria y cultural de la región hasta el día de hoy.

Dentro de la clasificación de la cocina tradicional, el investigador Pazos (2011) propone las siguientes: cocina ritual mestiza, cocina festiva mestiza, cocina cotidiana mestiza, cocinas indígenas y cocina barroca. La cocina barroca de Ecuador se caracteriza por su riqueza y exuberancia, reflejando la influencia de la cultura española durante el período colonial. Esta cocina se distingue por el uso abundante de ingredientes.

Los platos barrocos ecuatorianos se destacan por sus sabores intensos y complejos, utilizando una variedad de hierbas, especias y salsas para realzar los aromas y la presentación. La cocina barroca también incorpora técnicas sofisticadas de preparación, como estofar, guisar y hornear, que resultan en platos elaborados y visualmente impresionantes. Esta fusión de ingredientes y técnicas culinarias da como resultado una cocina que es a la vez tradicional y sofisticada, llevando consigo la historia y la herencia cultural de Ecuador.

Así mismo, Pazos (2011) menciona que la cocina barroca estaba definida y regulada por las prácticas religiosas diarias; su relación con las festividades rituales determinaba qué alimentos eran aceptables o no para el consumo, así como el protocolo que se debía seguir en la mesa. Del mismo modo, el uso de elementos religiosos (católicos) tenía como objetivo eliminar cualquier elemento secular y reforzar los aspectos sagrados.

La importancia de la fanesca radica en que es un plato emblemático y tradicional de la gastronomía ecuatoriana, especialmente asociado con la celebración religiosa de Semana Santa. Este plato único y complejo incorpora una mezcla de ingredientes que representan la diversidad cultural y agrícola de Ecuador.

El origen de la fanesca no ha esclarecido del todo, sin embargo, esta comida ceremonial demuestra el sincretismo alimentario entre primeras culturas asentadas en el territorio junto con las costumbres gastronómicas de la cocina traídas de España. La ushucuta -término quichua que significa «granos cocidos tiernos con ají» – sería el plato prehispánico que dio origen a la fanesca. Los primigenios aborígenes de la Sierra ecuatoriana la preparaban al cocinar granos con calabazas. En febrero, marzo y abril, los productos que nos ofrece la tierra están en su mayor florecimiento. Los pueblos originarios del territorio que hoy es Ecuador, solían tomar estos granos tiernos, y los cocinaban con sal y ají.

Por otra parte, está la corriente que afirma que la fanesca es la culminación evolutiva de dos tradiciones. La primera europea, que consistía en un cocido de bacalao y garbanzos para los días de semana santa. La segunda, comida de América, de corte marítimo que consistía en un cocido de granos en una base de bacalao (Trujillo, 2017).

En cuanto al nombre “fanesca”, hay varias teorías. Una de ellas proviene de (Carvalo-Neto, 1962) quien menciona que proviene del latín “fames” que significa hambre, a su vez “famesco” se entiende como tener hambre. Así mismo, se dice que su nombre proviene del término “juanesca” que significa “comida sustanciosa e indigesta que se usa el jueves santo. Se hace con leche, pescado blanco, fritos de harina muy pequeños, rebanadas de



huevo duro, arroz, habas, judías, nata, queso, calabaza, coles picadas” (Mateus, 1933, p. 212). Por otra parte, el mismo autor señala que el bacalao que forma parte de los ingredientes, significa el signo Piscina, ícono de la religión.

El momento de la comida era un ritual importante, por lo que los españoles en su afán evangelizador, sobre todo en Semana Santa, decidieron adaptar un método de predicación a través de atar los nombres de cada uno de los granos a un personaje clerical; cada ingrediente de la Fanesca representa un personaje.

Esta interpretación es un compendio de algunas tradiciones, fruto de la investigación del chef ecuatoriano Édgar León, autor del libro «Sopas, la identidad de Ecuador». Inspirado en los cuatro años que vivió como seminarista, decidió recopilar esta información que reposa en los libros de recetas de las Clarisas, monjas de claustro de

Tabla 1:

Ingredientes de fanesca y su significado religioso

Ingrediente	Significado
Choclo	Simboliza a San Pedro, porque el número de granos de una mazorca dan fe de los hijos y nietos que tuvo. El pelo, representa su barba.
Chochos	Tienen que ser purificados por siete días. Este santo es Judas Iscariote, que solo lavado podrá ser parte de la sopa.
Arvejas	Perlas verdes que representan a San Antonio, el amor por la naturaleza y la labranza. “Alimenta el cuerpo para que tenga paz el alma”.
Habas	Granos de sabor dominante por excelencia y de gran identidad. Representa a María Magdalena, por ser la compañera de la madre de Jesús.
Calabazas	Por su abundante comida representa a San Francisco de Asís, quien abandonó su reino y fortuna para seguir a Dios.
Fréjol	Los tres fréjoles representan a los Reyes Magos, que llevaron a Belén oro, mirra e incienso.
Bacalao	Representa la multiplicación de los peces. Es el invitado que no puede faltar. Es Jesús, que remite el sentido de compartir.
Cebolla	Representan las trenzas de la Virgen María. Por provocar el llanto, hacen referencia a las lágrimas derramadas.
Leche y derivados	San Agustín, el santo de mayor equilibrio, purifica las relaciones, armoniza sabor y aroma.

Quito; del convento de San Francisco, de los padres franciscanos; del convento de las Conceptas de Loja; de las monjas de claustro de Cuenca y de la familia Veintimilla-Crespo de Cuenca.

Los alimentos sagrados son parte integral del tejido cultural y religioso en la Sierra Ecuatoriana, demostrando cómo la cocina local trasciende lo puramente nutricional para convertirse en una expresión tangible de creencias y tradiciones arraigadas en lo espiritual. La conexión entre alimentos y religión en esta región es una manifestación poderosa de la cosmovisión indígena, donde cada ingrediente lleva consigo un significado profundo que enriquece y fortalece la vida espiritual de la comunidad.

A continuación, se presenta un cuadro con el significado de algunos ingredientes de la fanesca, desde el punto de vista religioso.



Ingrediente	Significado
Hierbas aromáticas	Culantro y orégano son Fray Martín de Porres, único santo de color negro, que sanaba con hierbas y raíces.
Frituras	Se agregan al final y representan a parientes políticos que, si se quiere o no se las puede evadir, como con algunas visitas.

Adaptado desde León (2018), Martínez (2019).

Conclusiones

La fanesca, como plato emblemático de la Semana Santa, ejemplifica la forma en que la cocina se entrelaza con las tradiciones religiosas, transmitiendo significados simbólicos y valores comunitarios. Este plato representa la diversidad cultural del país al combinar ingredientes indígenas y europeos, lo que refleja la historia de la transculturación culinaria y el sincretismo en Ecuador.

La fanesca demuestra cómo la comida puede ser un vehículo para mantener y celebrar la identidad cultural y las prácticas religiosas a lo largo del tiempo. Su preparación y consumo durante la Semana Santa no solo son actos culinarios, sino rituales compartidos que fortalecen los lazos familiares y comunitarios. La fanesca también resalta la importancia de preservar y valorar las tradiciones culinarias como parte integral del patrimonio cultural de Ecuador.

La fanesca representa una manifestación tangible de la fe y la devoción religiosa en el contexto ecuatoriano, donde la comida no solo alimenta el cuerpo, sino que también nutre el alma y mantiene viva la memoria histórica de las comunidades. Esta conexión profunda entre la fanesca y la religión nos invita a reflexionar sobre el papel significativo que juega la gastronomía en la expresión de la identidad cultural y espiritual de un pueblo.

Desde el punto de vista religioso, cada ingrediente de la fanesca tiene un significado simbólico especial durante la celebración de Semana Santa en Ecuador. Así, el bacalao representa el ayuno y la abstinencia, ya que es un pescado seco que tradicionalmente se consume durante períodos de penitencia religiosa. Su presencia en la fanesca simboliza el sacrificio y la preparación espiritual durante la Cuaresma. Las habas, arvejas y chochos simbolizan la abundancia y la fertilidad, representando la promesa de una buena cosecha y prosperidad futura. En el contexto religioso, los granos también pueden interpretarse como signos de renovación y crecimiento espiritual. El maíz tierno es un ingrediente fundamental en la cocina indígena de América Latina y simboliza la vida y la resurrección. En la fanesca, el maíz tierno representa la renovación y la esperanza que acompañan la celebración de la Pascua. La calabaza es un símbolo de sustento y prosperidad, representa la generosidad de la tierra y la providencia divina que sustenta a la comunidad. La leche y el queso son productos lácteos que pueden representar la pureza y la bondad. En el contexto religioso, estos ingredientes pueden simbolizar la inocencia y la protección divina. Las hierbas aromáticas como la hierbabuena y el culantro agregan frescura y sabor a la fanesca. Desde una perspectiva religiosa, estas hierbas pueden interpretarse como símbolos de purificación y renovación espiritual.



Finalmente, cada ingrediente de la fanesca aporta significados simbólicos que reflejan aspectos centrales de la fe cristiana y la celebración de Semana Santa en Ecuador. La combinación de estos ingredientes en un plato único como la fanesca no solo es una expresión de creatividad culinaria, sino también una forma de transmitir valores religiosos y culturales a través de la comida.

Referencias

- León, E. (2018). Sopas la identidad de Ecuador (Cuarta ed.). ISBN. 978-9942-28-487-7 Imprenta Mariscal.
- Martínez (2019). Estos son los ingredientes de la Fanesca y su significado. <https://www.metroecuador.com.ec/ec/estilo-vida/2019/04/17/ingredientes-fanesca-significado.html>
- Ministerio de cultura y patrimonio (2016). La Fanesca: una expresión cultural y patrimonio gastronómico. <https://www.culturaypatrimonio.gob.ec/la-fanesca-una-expresion-cultural-y-patrimonio-gastronomico/>
- Pérez, C. (2020). El alimento un ser vivo. S. Salvador (Primera edición). ISBN 978-9942-779-22-9. UDLA Ediciones.
- Real Academia Española. La Fanesca (2024). <https://dle.rae.es/fanesca>
- Trujillo, J. (2017). La fanesca - Antropología de la culinaria ritual ecuatoriana. ISBN 978-9942-28-487-7. Mundo gráfico.