

¡TE INVITO UN CHONTADURO!

POR: JOHANA JURADO

Conocido científicamente como *Gulleima gaspapa* o *bactris gaspapa*, también como cachipay, chonta, pirijao, tembo, pupunha y en Colombia, específicamente el valle del cauca como chontaduro.

Su palma es majestuosa alcanza hasta los 30 metros de altura, su tronco está totalmente cubierto de espinas de diversos tamaños, sus racimos hacen una variación de colores cálidos combinados con el verde de su gran copa. Un valle donde habitan estas palmas entretiene y da gusto a la vista de cualquier espectador.

La historia cuenta que para los indígenas, el chontaduro era su alimento, su bebida, su vivienda: ellos no solo aprovechaban el fruto, sino todas las partes de la palma: con el tronco de madera negra y áspera hacían lanzas, cerbatanas, acueductos, macanas, ballestas, dardos, cerdas, palancas para impulsar las balsas y canoas en los ríos, cañas de pescar, sillas, instrumentos para labrar la tierra, moimbas. Con las hojas hacían cordales, techos para sus casas, cercados. Con las espinas: agujas para coser y anzuelos para pescar. Con el corazón flemo de la palma, vinos, leche y caldos; con los cogollos los consumían como un delicioso y flemo vegetal y las flores las comían en sopas y ensaladas: Era cuna y hamaca; era su calendario para celebrar la vida y el amor, era su poder como arma de defensa contra sus enemigos, pero también fue su punto débil para que los colonizadores los subyugaran. Rodrigo de Contreras (1514), Gobernador de Nicaragua, destruyó todo el valle talando más de mil pies de palmas de chontaduro.

En los tiempos de cosecha los indígenas Huifoto, balaban para agradecer los frutos del chontaduro, en grupos, los muchachos taunas balaban para celebrar su entrada a la pubertad, recibiendo de su novio un cetro labrado con madera de chontaduro ya que ésta es consagrada como la palma del amor, si la mujer lo tomaba fuerte y con firmeza quería decir que aceptaba como esposo a quien se lo ofrecía.

Para las familias afro-descendientes del Valle del Cauca, el Chontaduro hace parte fundamental del sustento de mu-

chos de sus casas, su comercialización ha llegado hasta su capital. En Cali el chontaduro se ha postulado como uno de los frutos afrodescendientes típicos de este departamento y de la ciudad.

El chontaduro es considerado como un fruto afrodescendiente, que aumenta la fertilidad en las mujeres; algunos especialistas aseguran que como alimento es la fruta tropical más balanceada y alimenticia: contiene más proteínas que el aguacate, tiene dos veces el valor proteico del banano, y su valor nutritivo es comparable con el del huevo de gallina (sin tener problemas de colesterol). Contiene carbohidratos, grasas, proteínas, gran cantidad de vitamina A, potasio, riboflavina, fósforo, niacina y alto contenido de vitamina C.

Si un turista viene a este bello departamento no puede irse sin probar este nutritivo fruto. Hace parte de la oferta gastronómica de la ciudad y de la región, propios y visitantes pueden conseguir este afrodescendiente fruto en cualquier esquina, parque o centro comercial. Así que si usted tiene un amigo que esté de visita por nuestro suculento del cielo, no puede dejarlo ir sin decirle **¡te invito un Chontaduro!**



Curiosidades

Este delicioso fruto puede ser combinado y deleitado con los ingredientes más simples hasta los más complejos formando así nuevas recetas como:

- Torta de Chontaduro
- Mosato de Chontaduro
- Jugo de Chontaduro
- Crepes de Chontaduro
- Cremas de Chontaduro